



ДЕЛО ВКУСА

7

День земляники.
Модные рецепты
из летней ягоды



СПОРТ

12

Роналду — тренер?
Как дальше сложится
карьера футболиста



ДАТА

11

Звезды раскрыли
«ВМ» секреты своего
крепкого брака



ВЕЧЕРНЯЯ МОСКВА

ВЕЧЕР

Вечерний выпуск, среда, 8 июля 2026 года, № 41 (30402)

Улыбочку, столица!

Благодаря фестивалю «Сады и цветы» Москва превратилась в оранжерею под открытым небом. Прогулки среди цветов хочется запечатлеть на фото. «ВМ» предлагает маршрут по самым живописным локациям

8



2 июля. Фотогид по Москве Алена Силантьева демонстрирует удачный ракурс для съемки возле цветочной композиции на Патриаршем мосту. **ФОТО:** АНАТОЛИЙ ЦЫМБАЛЮК

ПЕДСОВЕТ

ДОМАШКА ОТМЕНЯЕТСЯ

5

С 1 сентября 2026 года первоклассникам не будут давать домашние задания. Ранее задавать уроки на дом в первом классе разрешалось, но нагрузка должна была расти постепенно и не превышать одного часа в день. «Вечерка» узнала, что еще изменится с нового учебного года.



ГОРОД

НОВЫЙ МОСТ ДЛЯ ПРОГУЛОК И СПОРТА



2

ЦИТАТА



Мэр Москвы

**СЕРГЕЙ
СОБЯНИН**

Больше, чем помощь: патриотическое волонтерство в Москве становится все популярнее. Только за последний год количество участников этого направления выросло более чем в три раза. В начале 2026-го оно вошло в тройку лидеров по востребованности среди столичных добровольцев. Все это — результат системной работы, разнообразия форматов и вовлечения разных поколений в патриотические мероприятия.

Здоровью бусы помогают

Сегодня Всемирный день борьбы с аллергией. По этому случаю «Вечерка» собрала подборку неочевидных гаджетов и советов, как облегчить симптомы и улучшить самочувствие.

6

МЕТРО

«ФИЗТЕХ» НОШУ С СОБОЙ

Архитекторы Геннадий Дружинин и Анна Павлова произвели фурор в социальных сетях: опубликовали проект коллекции сумок, чей внешний вид навеян стилистикой московского метро. «Вечерка» связалась с авторами.

4



ЛАБОРАТОРИЯ ОБРАЗНОГО ПРОЕКТИРОВАНИЯ VERLAB

ПОГОДА



Завтра в столице будет пасмурно, местами пройдут небольшие дожди. Синоптики прогнозируют, что к выходным погода наладится и в город вернется летняя жара.

Два берега у одной реки

Вантовый велопешеходный мост свяжет развивающийся район с крупным парком



7 июля. Мэр Москвы Сергей Собянин (слева) с руководителем Департамента строительства транспортной и инженерной инфраструктур Василием Десятковым осматривают строящийся мост

Вчера мэр Москвы Сергей Собянин осмотрел ход строительства нового велопешеходного моста в Мневниковской пойме.

В Мневниковской пойме сегодня идет активная стройка — возводят жилье, объекты спортивной, социальной и деловой инфраструктуры. Это один из самых активно развивающихся районов столицы, вокруг которого протекает Москва-река.

Чтобы обеспечить транспортную и пешую доступность, в пойме строятся сразу несколько мостов — автомобильные и пешеходные. Один из этих мостов свяжет Мневниковскую пойму с парком «Фили». В сочетании с другими мостами он подарит жителям новый пешеходный маршрут от парка «Фили» до Крылатского. — Здесь территория насыщена спортивными, рекре-

ационными объектами, так что это будет очень интересный, позитивный маршрут, — сказал Сергей Собянин, осматривая ход строительства моста.

Новый мост интересен как с эстетической, так и с технологической точки зрения. Для начала строители возвели рабочий мост, с которого ведутся все работы и по которому перемещается техника. Монтаж блоков пролетного строения производят методом укрупнительной сборки металлоконструкций с помощью кранов грузоподъемностью 200 тонн. Въехать на мост можно только со стороны поймы — через парк «Фили» многотонные краны просто не проедут. — С рабочего моста в дальнейшем будет осуществляться монтаж основного пролетного строения на временные опоры, — объясняет начальник участка

СТРОИТЕЛЬСТВО ОБЪЕКТА МОГУТ ЗАВЕРШИТЬ УЖЕ К КОНЦУ ГОДА

компания-генподрядчика Максим Ефанов. Конструкции пролетов моста дожидаются монтажа «на берегу». Фактически мост как конструктор будут собирать и устанавливать на временные опоры. После того как смонтируют арку и натянут ванты — прочные тросы, удерживающие мост, — временные опоры будут уже не нужны. Их

демонтируют, как и рабочий мост.

Финальным штрихом станет монтаж архитектурно-художественной подсветки — мост станет доминантой в панораме парка «Фили» и подчеркнет его форму в темное время суток. Вантовые мосты обладают важным преимуществом — у них минимальное количество опор. Такой мост не мешает судоходству и минимизирует воздействие на окружающую среду. Кроме того, вантовая технология открывает широкий простор для архитекторов. Яркий тому пример — причудливый «мост-парус», который сейчас также строится в Мневниковской пойме. И мост к парку «Фили», и тот, что соединит Крылатское с Мневниками, изначально планировали достроить к середине следующего года. Однако строители трудятся ударными темпами, что позволило приблизить срок сдачи объектов. — Планируем завершить работы по устройству пролетного строения в сентябре и, соответственно, перейти в сентябре на ванты и завершить объект

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

С 2022 по 2025 год в Москве построили шесть пешеходных мостов. Три из них — через Яузу, один — через Цыганку, еще два — через Нагатинский Затон и Водоотводный канал Москвы-реки, соединяющий стрелку острова Балчуг и Крымскую набережную. Также с 2011 года в столице возвели 37 автомобильных мостов через Москву-реку, Канал имени Москвы, Яузу, Битцу, Десну, Лихоборку и другие реки.



Москвичка Надежда Лазарева с сыном Романом катается на самокатах на пешеходном мосту в районе Ростокино. ФОТО: ПЕЛАГИЯ ЗАМЯТИНА



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



424

метра составляет протяженность нового велопешеходного моста в Мневниковской пойме с учетом подходов.

к концу года, — сообщил генеральный директор компании-подрядчика Фархат Хасанов. Велопешеходный мост позволит москвичам сэкономить массу времени и откроет доступ к природным территориям. Так, к при-

меру, если раньше путь от станции метро «Терехово» до парка «Фили» занимал около часа, то теперь маршрут можно преодолеть пешком всего за рекордные 12 минут.

АЛЕКСЕЙ ХОРОШИЛОВ
vecher@vm.ru



Здесь вырастет «Кедровая»

Транспортный узел обзаведется гостиницей и катком

Вчера мэр Москвы Сергей Собянин (на фото внизу) утвердил проект планировки территории транспортного узла «Кедровая». «ВМ» узнала, каким станет городской хаб.

Станция «Кедровая» появится на Троицкой линии Московского метрополитена. Она разместится на пересечении Калужского шоссе и 1-й Нововатутинской улицы. Удобно будет жителям современного жилого квартала в этой части Троицка. Метро окажется у них в пешей доступности и значительно упростит выбор маршрутов при передвижениях по городу.

На базе станции с поэтичным названием «Кедровая» (а выбрали его, кстати, «активные граждане») создадут крупный транспортный узел. В его состав войдут строящаяся станция и остановочные пункты наземного городского транспорта. Общая площадь застройки превы-



сит 350 тысяч квадратных метров.

— Рядом будут ярмарка с катком, многоуровневый паркинг, административно-деловые комплексы с гостиницей и подземными гаражами, — заявил мэр. Как отмечает предприниматель, житель Новой Москвы Василий Ушаков, появление метро и сопутствующей инфраструктуры важно для самого молодого округа столицы. Жительница Новой Москвы Дарья Батогова добавляет, что многие теперь смогут найти работу и не ездить в другие районы города.

— В перспективе на территории транспортного узла создадут около шести тысяч рабочих мест, — заявил по итогам утверждения проекта планировки транспортного узла столичный мэр Сергей Собянин.

НАЗВАНИЕ СТАНЦИИ ВЫБИРАЛИ НА ПЛАТФОРМЕ «АКТИВНЫЙ ГРАЖДАНИН»

Покупатели Павел и Юнона Беликовы на московской ярмарке.
ФОТО: ДМИТРИЙ ДУБИНСКИЙ

КСТАТИ,

второй этап Троицкой линии метро создается по технологии устройства двух однопутных тоннелей. Здесь задействованы три тоннелепроходческих щита. ТПМК «Натали» прошла первые 260 из более чем 2,5 тысячи метров между будущими станциями «Ватутинки» и «Кедровая».

Щит «Натали» проходит тоннель диаметром шесть метров

Для улучшения транспортной доступности предполагаются строительство и реконструкция около двух километров улично-дорожной сети. В планах также установка дополнительных светофоров и благоустройство прилегающей территории. — Реализация проекта планировки позволит создать комфортные условия для пассажиров транспортного узла «Кедровая», где, по прогнозам, только на станции метро будет ежедневно совершаться 29 тысяч поездок, — уточнили в московской мэрии. Еще один плюс — удобные выходы и пересадки на наземный транспорт.

АЛИСА ЗАХАРОВА
vecher@vm.ru

СЕРВИС

Оплати проезд одним взглядом

Сервис оплаты по распознаванию лица заработал на четвертом Московском центральном диаметре. Подробности рассказали в столичном Департаменте транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры.

Система распознавания лиц активно применяется в столице, и в первую очередь — на транспорте. Пассажиры привыкли: достаточно бросить взгляд в камеру у турникета, как сторки сразу открываются, а с банковской карты списывается стоимость проезда.

Система оплаты проезда по биометрии доступна теперь и на четвертом Московском центральном диаметре. Она работает так же, как и на других видах транспорта.

— Если пользователь уже зарегистрирован в ней, повторно подключаться не нужно, — уточнили в столичном Департаменте транспорта.

Достаточно однократной регистрации в приложении «Метро Москвы». В линейке турникетов на МЦД к сервису подключены по одному на вход и выход. Они обозначены специальными стикерами, которые размещены на створках и под камерами.

— На станциях, где отсутствуют турникеты, для прохода нужно приложить к валидатору ту же банковскую карту, которая привязана к сервису оплаты по биометрии, — пояснили в ведомстве.

Безопасность работы биометрической системы обеспечена банковским уровнем защиты. Когда

пассажир загружает фотографию в приложение, нейросеть разбивает ее на несколько десятков символов, создавая зашифрованный биометрический ключ. Он хранится на серверах, и расшифровать его обратно в изображение лица невозможно.

Все данные пользователей надежно зашифрованы. Сервис полностью российской разработки принадлежит правительству Москвы. Серверы находятся исключительно на территории России.

Более того, использование чужой фотографии исключено, поскольку в сервис встроена система защиты Liveness, которая умеет отличать лицо человека от изображения.

— Москва — мировой лидер по количеству видов транспорта, где действует оплата по биометрии. Она уже работает на всех турникетах метро и Московского центрального кольца, в аэроэкспрессах, на речных регулярных маршрутах, МЦД-1. Сервис стал доступен на 122 проходах 35 станций четвертого диаметра, — заявил заместитель мэра города по вопросам транспорта и промышленности Максим Ликсутов.

До конца июля платежный инструмент появится и на втором Московском центральном диаметре, а до конца года — на МЦД-3.

— В системе зарегистрировались уже около 900 тысяч пользователей, которые совершают более 200 тысяч проходов в городском транспорте в рабочий день, — уточнил Ликсутов.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ
vecher@vm.ru



Москвичка Анна Никифорова оплачивает проезд биометрией. ФОТО: АНАТОЛИЙ ЦЫМБАЛЮК

Архитекторы Геннадий Дружинин и Анна Павлова произвели фурор в социальных сетях: опубликовали проект коллекции сумок, внешний вид которых навеян стилистикой московского метро.

Источником вдохновения послужили пять станций. Среди них не только признанные архитектурные шедевры вроде «Сокольников» и «Комсомольской», но и станция «Физтех», открытая в 2023 году.

— Мы не делим красоту на «классику» и «новодел», — сказал «МВ» Геннадий Дружинин. — Если видим что-то, что нам нравится, начинаем с этим работать.

Публикацию в соцсетях авторы сопроводили слоганом: «Чтобы все знали, на какой станции вы выходите». Подписчики сразу заинтересовались, где можно такие сумки купить. Но их пыл пришлось охладить.

— Это лишь визуализация — сумки существуют только как идеи, картинки, — предупреждает Геннадий Дружинин. — Производством мы не занимаемся.

Это не единственный случай, когда дизайнеры одежды и аксессуаров вдохновляются внешним видом станций столичной подземки, в том числе относительно новых и далеких от центра. «Вечерняя Москва» вспомнила другие примеры.



Подвески

Дизайнер Дмитрий Гуржий, занимающийся премиальными аксессуарами, в 2021 году произвел вместе с коллегами ювелирную коллекцию «Сокровища подземелья». Ее изюминка — серебряные подвески в виде ажурного круга: по краям — жемчужины, внутри — звезда, декорированная гранатами. Это навеяно видом плафонов, освещающих наземный вестибюль «Добрынинской».



Платки

Дизайнер Олеся Алексеева выпустила в 2017 году головные платки с повторяющимися мотивами («Старое метро»). Иногда в одном изделии сочетаются элементы дизайна нескольких станций: синие треугольные панно с «Таганской», восьмиугольные мозаики со сценами из жизни колхозников с «Белорусской» и керамические барельефы с «Проспекта Мира».



275

станций насчитывает сегодня столичное метро. Последние четыре открылись 13 сентября 2025 года на Троицкой линии.

«Физтех» выходит на подиум

Дизайнеры вдохновляются внешним видом московской подземки



Куртки

В январе 2025 года Геннадий Дружинин и Анна Павлова уже обращались к теме метро: опубликовали концепцию курток, которые выглядели как потолки станций. («Славянский бульвар» — лаконичная белая стеганка, а вот на «Комсомольской» (кольцевая) на каждом рукаве и полочке по две овальных нашивки с золоченым орнаментом. Есть также «Театральная», «Авиамоторная» и «Электровзаводская». Куртки существуют лишь как идея, до пошива и продажи пока не дошло.

ОФОРМЛЕНИЕ КАЖДОГО ИЗДЕЛИЯ НАПОМИНАЕТ ВИД ПУТЕВОЙ СТЕНЫ СТАНЦИИ



Сумки

Новейшая разработка Геннадия Дружинина и Анны Павловой. Дизайн каждого изделия напоминает вид путевой стены (той, что напротив платформы) соответствующей станции. «Коломенская» простегана так, что состоит из пухлых белых квадратов, «Сокольники» — из плоских и блестящих, «Физтех» сшита из серого вельвета, у «Комсомольской» застёжки в виде белых капителей (навершия колонн).



Кольца-спиннеры

Это украшение-антистресс: во круг внутреннего ободка можно вращать внешний элемент, занимая тем самым руки и снимая тревожность. 14-летний ювелир Архип Щепин представил в марте 2024 года на фестивале ArtFlection кольца, напечатанные на 3D-принтере: ободок сделан в виде поезда, а внешний элемент — в виде вестибюля станции. В коллекции есть «Парк культуры», «Красные ворота», «Арбатская», «Чистые пруды» и «Комсомольская».



Подготовила **МАРИЯ РАЕВСКАЯ** vecher@vm.ru

**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), Вероника Ушакова (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 № ФС77-55713 от 21 октября 2013 года. Срок сдачи номера в печать 07.07.2026, 22:00. Дата выхода в свет 08.07.2026, № 41 (30402).



Средняя аудитория одного номера — 780 400 читателей в возрасте 16 лет и старше (по данным Mediascore, 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

12+ **VM.RU**

Первоклашка без домашки

Как изменится жизнь школьников и их родителей

С 1 сентября в России отменят домашнее задание для первоклассников. Какие еще нововведения ждут учеников, выяснила «Вечерка».

Каждое лето у родителей школьников возникает один и тот же набор вопросов: что поменялось, сколько теперь уроков, не отменили ли домашнее задание, не введут ли единое расписание. Особенно это актуально для тех, кто ведет детей в первый класс.

Итак, есть «Методические рекомендации по организации домашней учебной работы обучающихся общеобразовательных организаций». Они разработаны Институтом стратегии развития образования по поручению Минпросвещения России. Согласно документу, домашнее задание в первом классе

допускалось, но вводиться должно было постепенно, а на выполнение не должно было уходить более одного часа. Эти самые 60 минут для выполнения всех заданий на дом решили отменить у первоклашек.

Есть те, кто вздохнул с облегчением. Например, родители, которые не хотят корпеть над палочками и крючочками в свободные от школьных стен часы. — Первоклашки должны привыкнуть к новому для них режиму, домашние за-



В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД У РЕБЯТ БУДЕТ ВСЕГО ПО ТРИ УРОКА

дания станут только излишней нагрузкой, — поделилась своим мнением с «ВМ» одна из мам Екатерина Задонцева. Ее дочь впервые переступит порог школы в новом учебном году.

Не совсем согласны с такой позицией некоторые учителя. В разговоре на родительском собрании, которое предваряло зачисление детей в первые классы, одна из педагогов отметила, что

детям важно давать нагрузку постепенно, а домашнее задание должно быть сильным.

— В противном случае дети со второго класса не захотят ничего учить дома. Нужно

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ЕКАТЕРИНА БАЛАШОВА
ПЕДАГОГ, ПСИХОЛОГ,
ЛОГОПЕД-ДЕФЕКТОЛОГ,
РЕПЕТИТОР



Первый год обучения — это сложный период адаптации к новой

социальной роли, режиму дня и школьным правилам. Ребенок учится сидеть за партой, слушать учителя и взаимодействовать со сверстниками. В первом классе задача родителей — не «заставить сделать уроки», а привить интерес к познанию через игру и совместное чтение, походы в музеи, на выставки, игровые и спортивные площадки.

1 сентября 2025 года. Юная москвичка Алиса Билялетдинова пошла в первый класс.
ФОТО: КСЕНИЯ ДОРОХИНА

приучать к определенным обязательствам, — высказалась одна из учителей начальных классов Екатерина (фамилию она просила не указывать. — «ВМ»). Педагог также отметила, что домашнее задание останется в первом классе рекомендацией. И это не значит, что родителям теперь запрещено читать с ребенком дома, повторять буквы или тренировать счет.

Еще одно изменение касается адаптационного периода. В сентябре и октябре школы смогут сокращать количество часов по ряду

предметов: русскому языку, литературному чтению, математике, окружающему миру, ИЗО, музыке, труду и технологии. При этом содержание предметов сокращаться не должно: идея в том, чтобы первые месяцы в школе были мягче по нагрузке, а не беднее по программе. Минпросвещения отдельно не рекомендует сокращать физкультуру, потому что движение для младших школьников остается естественной потребностью.

— Как правило, речь идет о трех уроках за адаптационный период, — уточнила Екатерина. — Детей, которые не пойдут в продленку, родители заберут уже в 11:15.

Для некоторых родителей тут же встает вопрос о том, чем же будет занят первоклассник после школы. Кто-то отведет ребенка на спортивные занятия, другие пригласят няню или родственников, чтобы провести время с первоклашкой.

Некоторые родители ведут домашнее хозяйство и настроены на то, что три часа пролетят быстро — и сына или дочь уже придется забирать.

— У нас день фактически расписан, и будущая школьная нагрузка — только один из видов деятельности для старшего сына, — отмечает мама двоих детей Виктория Изе. — Мы ходим на концерты, спектакли, выставки, фестивали, представления, занятия в библиотеке. Сыну только предстоит пойти в школу, и мне нравится, что весь нужный объем знаний ему дадут именно на уроках. Несмотря на жаркие споры учителей и родителей, специалисты все же призывают не превращать выполнение уроков в поле битвы. Лучше хвалить детей за старание, усердие, поощрять успехи и подробно расспрашивать, как прошел день.

АЛИСА ЗАХАРОВА
vecher@vm.ru

ЧТО ЕЩЕ ЖДЕТ УЧЕНИКОВ?

Ряд изменений планируется для школьников с 1 сентября. Среди них — сокращение часов иностранного языка для учеников 5–7-х классов. Суммарный объем изучения английского, испанского, китайского, французского и немецкого языков планируют сократить до 408 часов. Увеличат количества занятий по истории. Школы больше не смогут свободно менять последовательность изучения тем внутри одного класса. Содержание и поурочное планирование

уточнены в соответствии с учебниками по истории.

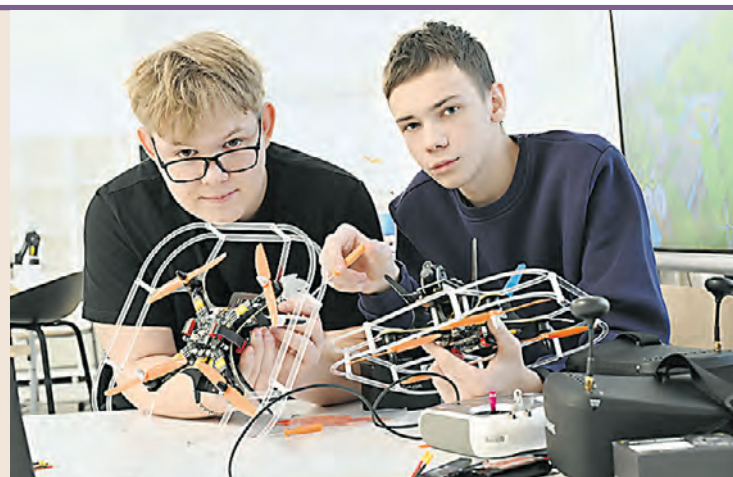
Введение нового предмета «Духовно-нравственная культура народов России», а также увеличение доли начальной военной подготовки в блоке «Основы безопасности и защиты Родины» (ОБЗР). В программу войдут изучение беспилотных летательных аппаратов и учебные сборы.

Введение оценки поведения с 1-го по 11-й класс — еще одна графа в школьном дневнике. Будут оцениваться соблюдение дисциплины, социальное взаимодействие, личностные качества ученика и его учебная активность.

Среди других школьных новшеств — отмена обязательной аттестации после 9-го класса и сокращение перечня предметов на основном государственном экзамене для тех, кто не собирается поступать в вуз. ОГЭ становится обязательным только для тех, кто хочет пойти в 10-й класс и затем поступать в вуз.

Возможность изучения арабского языка предоставят с 1 сентября. Предмет будет предложен как второй иностранный по выбору.

И последнее: введение профиля «Искусственный интеллект» в рамках углубленного курса информатики.



Десятиклассники Ильян Добровольский и Александр Финогонов (слева) изучают управление и программирование БПЛА. **ФОТО: ПЕЛАГИЯ ЗАМЯТИНА**



15 мая.
Москвичка
Елизавета
Степанова гуляет
в парке в районе
Новоосино
ФОТО: МАРИЯ
ХАПЦОВА

УЧЕНЫЕ ИЗОБРЕЛИ ШЛЕМ, ОЧИЩАЮЩИЙ ВОЗДУХ ОТ ПЫЛЬЦЫ

уже очищенный воздух. Гаджет похож на респиратор. По словам разработчиков, устройство способно работать без подзарядки в течение восьми часов, а в случае необходимости переходить на резервный внешний источник питания. Эстонцы придумали... ожерелье против аллергии. Точнее, гаджет со специальным фильтром, который нужно носить на шее как колье. Вентиляторы, работающие непрерывно, направляют в сторону лица уже очищенный воздух. Правда работа-

Гаджет со специальным фильтром против аллергенов носится на шее как колье



КСТАТИ,

согласно данным ВОЗ, аллергическими заболеваниями страдают до 35 процентов населения Земли. Аллергия занимает четвертое место в мире среди всех неинфекционных заболеваний.

ет такое «украшение» только в помещении. Иммунолог отмечает, что единственный способ, который может привести к многолетней или пожизненной ремиссии, — это аллерген-специфическая иммунотерапия. При ней в организм понемногу вводят аллерген, постепенно увеличивая дозу, чтобы выработать к веществу толерантность. Именно на основе такого метода работают некото-

рые альтернативные варианты лечения. Например, американские ученые поместили белок арахиса в состав зубной пасты. Десятки добровольцев с аллергией чистили зубы такой смесью на протяжении года. Доза арахиса в пасте при этом росла, а чувствительность к бобовым падала — организм привыкал к веществу. В итоге участники эксперимента при приеме даже самых высоких доз белка отмечали только легкие побочные эффекты. Врач отмечает, что для аллергиков проводят молекулярную диагностику. — Современные тесты «разбирают» аллерген на отдельные компоненты. Это помогает точнее понять, на какой именно белок реагирует иммунная система, спрогнозировать тяжесть реакции и выявить перекрестные аллергены. Практически у каждого аллергика есть свои способы борьбы с недугом. Главное, по словам аллерголога, при остром состоянии идти к врачу, а не обращаться к народной медицине. — Самолечение несет риски для жизни и здоровья. Например, часто человек изначально ставит себе не тот «диагноз» — принимает за реакцию симптомы вирусной инфекции, аутоиммунного процесса или побочного эффекта приема лекарства. Неконтролируемый прием медикаментов, например сосудосуживающих капель, приводит к формированию зависимости и не помогает при насморке из-за аллергии, — отмечает эксперт.

АГАФИЯ БЕЛЯКОВА
vcher@vm.ru

Аллергика бусы защитят

Необычные методы борьбы с недугом

Сегодня мир отмечает День борьбы с аллергией. Корреспондент «ВМ» поговорила с аллергологом и иммунологом Любовью Фомичевой (на фото) и узнала, как человечество борется с этой проблемой.

Аллергия — это состояние, при котором иммунная система человека ошибочно воспринимает безвредное вещество как угрозу и начинает активно с ним бороться, хотя на самом деле никакой опасности нет. Она может проявляться по-разному: от легких высыпаний или насморка до угрожающих жизни отеков. — С аллергическими реакциями борются тем, что из-

бегают аллергенов, которые их провоцируют, — объясняет Любовь. — Например, если реакция идет при контакте с каким-либо продуктом, его убирают из рациона. Если же избежать аллергена совсем нет возможности — например, при аллергии на пыльцу, — то люди принимают препараты, которые снимают симптомы. По словам аллерголога, нужно старательно избегать самолечения, как и при любом недуге. Прежде чем пробовать нестандартный способ решения борьбы с аллергией, нужно проконсультироваться с врачом.

А ведь альтернативных методов действительно много! Например, ученые из Волгоградского медицинского университета придумали спальный шлем, который защищает от пыльцы. На верхней его части расположен сменный фильтр, через который внутрь поступает

Американские ученые добавили белок арахиса в зубную пасту, чтобы «приучить» организм аллергика к раздражителю



НЕСТАНДАРТНЫЕ ВЕЩЕСТВА-«ПРОВОКАТОРЫ»

Реакции на пыльцу или какие-то продукты питания никакого не удивляют. Однако существуют и довольно необычные аллергии.

- Например, реакция на... **золотые украшения**. Правда, чаще всего аллергию вызывает не само золото, а добавки, например никель, медь.
- Некоторые люди страдают аллергией на **алкоголь**. Чаще всего это не связано с самим этиловым спиртом, а с сульфитами, белками, дрожжами, красителями в напитках.
- Существует также аллергия... на **деньги**. Реакцию могут вызывать никель, из которого изготавливают монеты, или краска, которая используется при печати купюр.



- Аллергию у людей могут провоцировать **различные примеси, содержащиеся в воде**. Однако в очень редких случаях недуг появляется у человека от контакта кожи с водой

независимо от ее температуры, чистоты, уровня солености. При этом жидкости в организме не представляют опасности. Данный феномен — загадка для ученых.



Земляника с мятной ноткой

Готовим модные и необычные блюда из любимой лесной ягоды

АРОМАТНЫЙ ДЕСЕРТ

Панна-котта

Сливки (33–35%): 500 мл
Сахар: 80–100 г
Желатин: 10 г
Ванилин: по вкусу

Соус

Лесная земляника: 200 г
Сахар: 2–3 ст. л.
Лимонный сок: 1 ч. л.



1 **Желатин.** Замочить желатин в 40 мл холодной воды на 10–15 минут для набухания.



2 **Сливки.** Смешать в сотейнике сливки, сахар и ванилин. Прогреть на среднем огне почти до кипения, снизить огонь и сразу снять с плиты.



3 **Основа.** Добавить в горячие сливки разбухший желатин. Перемешать венчиком до его полного растворения, затем слегка охладить смесь. Разлить по прозрачным стаканчикам. Убрать в холодильник на 3–4 часа до полного застывания.



4 **Соус.** Землянику с сахарной пудрой и лимонным соком перебить блендером в однородное пюре. Полить соусом застывшую панна-котту перед самой подачей.

Завтра гурманы отметят День земляники. «ВМ» узнала, что можно приготовить с этой ягодой, чтобы по максимуму сохранить ее полезные свойства.

Заранее отметим — это точно не варенье, хотя многие поклонники сладкого десерта с нами не согласятся.

— Свежая земляника — она ведь правда особенная. Нельзя сказать, что варенье плохое, нет, у него своя магия — зимой с чаем это вообще святое, — говорит потомственная травница Мария Дьяченко. — Но пока есть сезон, может, стоит просто наслаждаться свежей ягодой? В ней витамины — они настоящие, живые. А варенье, как ни крути, большую часть этого добра теряет при варке. И сахара там столько, что вкус ягоды перебивается, честно говоря. Свежая же земляника, по словам эксперта, никакой тяжести не дает. — Я не говорю «откажись от варенья». Я просто за то, чтобы в сезон брать от природы максимум. Если хотите сохранить пользу на долгий срок, рассмотрите заморозку — она сохраняет почти столько же витаминов, сколько свежая ягода.



ТОЛЬКО У НАС

НЕ К ЧАЮ, А В ЧАЙ

По словам травницы Марии Дьяченко, листья земляники содержат много важных для организма веществ. Они улучшают обмен веществ и выводят соли из организма. Из листьев можно приготовить отличный чай!

- Соберите ягоды вместе с листьями и свяжите их в пучки, подвесьте в сухом, проветриваемом помещении, а можно и на кухне до полного высыхания.
- Уберите пучки в стеклянную, жестяную банку или туюс из бересты.
- Наслаждайтесь чаем, добавив иван-чай, лист малины и лист смородины.

Текст: НИКИТА БЕССАРАБОВ
Иллюстрация: ВИКТОР ЕГОРОВ и нейросети vecher@vm.ru

ЛЕТНИЙ САЛАТ

Основа

Земляника: 150 г
Сыр фета: 100 г
Руккола: 1 пучок
Шпинат: 1 пучок
Соль: по вкусу
Кедровые орехи: 30 г

Заправка

Оливковое масло: 5 ст. л.
Мед жидкий: 2 ч. л.
Бальзамический уксус: 0,5 ч. л.



1 **Зелень.** Промыть зелень, тщательно обсушить полотенцем и выложить на блюдо-основу.



2 **Топпинги.** Землянику очистить от хвостиков. Кедровые орехи обжарить 1–2 минуты на сухой сковороде.



3 **Сыр.** Раскрошить фету руками на средние кусочки и равномерно разложить поверх зелени.



4 **Сборка.** Рассыпать по салату ягоды земляники, посыпать остывшими золотистыми орехами и добавить заправку.

«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.

Ловите каждый момент лета

Благодаря фестивалю «Сады и цветы» столица превратилась в оранжерею под открытым небом. Прогулки среди зелени и цветов особенно хочется запечатлеть на камеру. «ВМ» предлагает пешеходный маршрут по самым живописным местам столицы.

Фотопрогулки — это новый формат экскурсий для тех, кто хочет изучить город, отдохнуть и получить красивые кадры. Жители и гости столицы все чаще предпочитают променады с фотоаппаратом и гидом классическим осмотрам достопримечательностей. — С помощью таких экскурсий мы можем выполнить сразу несколько задач: узнать новое, сфотографироваться и просто отдохнуть. Как правило, после прогулок люди пересматривают

фотографии. На мой взгляд, «картинка» помогает лучше запоминать исторические факты, данные с помощью фото становятся наглядными, — рассказала фотогид Алена Силантьева.

Ознакомиться с самыми известными и значимыми местами города можно по пешеходному маршруту от Котельнической набережной до Новоарбатского моста. По пути можно будет сфотографироваться на фоне Кремля, полюбоваться красивым видом с Патриаршего моста, попасть в тропический оазис на Манежной площади и многое другое.

— Летом я советую фотографироваться в золотой час — с 18:00 до 19:30. Мягкий естествен-

ный свет даст эффект ретуши. Если хочется, чтобы на фото попали и вы, и достопримечательность, не нужно подходить к зданию вплотную, лучше подняться на мост, возвышенность или отойти немного дальше, — объяснила Алена. Сейчас цветами украшены все главные мосты столицы. Растения особенно привлекают прохожих.

— Благодаря обилию разных оттенков фото получается интереснее, — рассказала москвичка Елизавета Иванова.

25

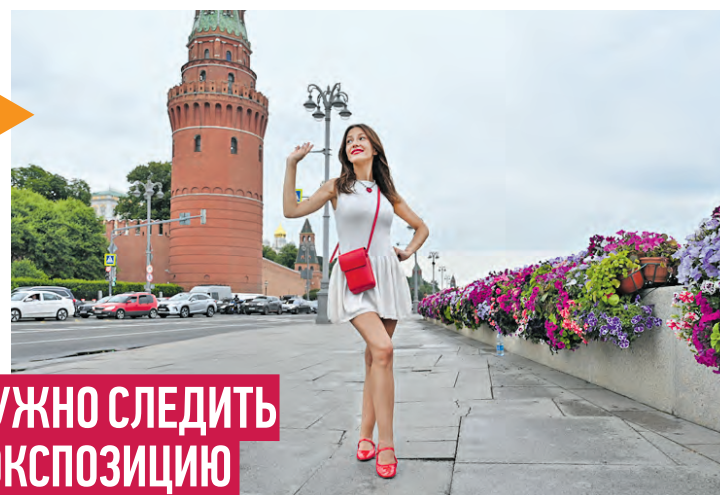
сортов петунии в этом году высадили в столичных парках, скверах, на площадях и вдоль центральных улиц.

Фотомаршрут от Котельнической набережной до Нового Арбата



2 Рецепт идеального фото

Далее продолжаем путь и плавно переходим на первую каменную набережную Москвы — Кремлевскую. Сфотографировавшись у цветников и воды, можно перейти на другую сторону, к южному фрагменту стены Кремля. Сочетание кирпичного цвета и обилие зелени создадут контраст на фото.



ДЛЯ ХОРОШЕГО КАДРА НУЖНО СЛЕДИТЬ ЗА СВЕТОМ, УЧИТЫВАТЬ ЭКСПОЗИЦИЮ



3 Утонуть в ярких красках цветов

У каждого гражданина России есть фото из Москвы, даже если он никогда не приезжал в столицу. Убедиться в этом можно, открыв первую страницу паспорта. На документе изображена Свободная башня. Вид на нее открывается с Патриаршего моста. Уже за несколько метров от входа на мост слышится аромат цветов — это петунии. Перила и фонари задекорированы кашпо с яркими цветами. А еще с площадки открывается вид на Кремль, храм Христа Спасителя и другие исторические здания города.

СОВЕТЫ ПРОФИ

Фотограф Антон Раскольников утверждает, что строгих правил для уличной съемки нет. — Однако я советую следить за светом, он очень важен для хорошего кадра, — говорит он. — Также нужно учитывать экспозицию, не завывать ее днем, так как фото получится засвеченным. Ее можно настроить практически на каждом смартфоне. Стоит обращать внимание и на естественный свет. Например, я люблю ловить на фотографиях закатное солнце. Сейчас многие фотографируются на фоне цветов, чтобы изображение получилось объемным, лучше немного отойти от цветников.



1 Увидеть дом-легенду

Вместе с фотогидом Аленой Силантьевой (на фото) мы начинаем маршрут с живописной Котельнической набережной. Здесь расположена знаменитая сталинская высотка, где жили Галина Уланова, Фаина Раневская и другие звезды. Красивое фото на фоне здания может получиться, если спуститься вниз по набережной и пройти чуть дальше Малого Устьинского моста. Затем можно прогуляться вдоль реки Яузы, полюбоваться на проезжающие теплоходы.



4 Тропический оазис Манежной площади

На Манежной площади раскинулся настоящий природный парк «Сад пяти континентов», где можно увидеть экосистемы разных уголков планеты: от японских садов до тропических оранжерей. Здесь можно провести несколько часов, рассматривая экзотические растения. В начале композиции расположен бамбук, в центре — пруд с грациозными карпами, а чуть дальше — экзотические пальмы, хамеропсы, банановые деревья, оливы и цветущие олеандры.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

АННА БАЛЕНКО
КЛИНИЧЕСКИЙ ПСИХОЛОГ



Прогулки среди зелени и цветов благоприятно сказываются на психике человека, за 20–30 минут на природе значительно снижается уровень кортизола — гормона стресса. Человек начинает глубже дышать, пульс замедляется, и это физиологически включает режим расслабления вместо тревоги. Отдельно стоит сказать про цвет: природные оттенки, и зеленый цвет в частности, действуют успокаивающе на нервную систему. Яркие и разнообразные оттенки цветов мягко стимулируют нервную систему: поднимают настроение, добавляют немного детского радостного влюбленности, даже у взрослых. Прогулки на природе в целом связаны с улучшением настроения, снижением тревожности.

ЖИВОЙ СИМВОЛ УДАЧИ

Рыба-путешественница

Впервые декоративные карпы появились в Москве в 2016 году. Их привезли в океанариум на ВДНХ. Теперь ярких рыбок можно увидеть на Манежной площади, где оборудовали искусственный пруд и создали все условия для их содержания



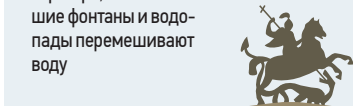
Без постоянного притока воздуха рыбы могут задохнуться. Кислород подается в пруд с помощью аэратора, а небольшие фонтаны и водопады перемешивают воду



Кормить декоративных карпов нельзя, для них разработан специальный высокобелковый корм



Тело рыбы покрыто особой слизью, которая защищает ее от инфекций. Поэтому любое прикосновение человека опасно для карпов



В Японии верят, что рыбы могут помочь человеку в определенных сферах в зависимости от цвета чешуи. Красные карпы приносят славу и богатство, черные — поглощают неудачи, белые — способствуют успеху в карьере



6 Двухэтажные сады, зеленые тоннели на Новом Арбате

На нечетной стороне Нового Арбата раскинулась одна из самых фотогеничных локаций — цветущий тоннель с деревянными арками. Зеленью окутан и верхний ярус конструкции, что создает эффект райского сада. Вдоль тоннелей оборудованы уютные зоны для отдыха.



5 Отдохнуть среди азалий

Пешеходная часть Столешникова переулка сейчас украшена интересными цветами — азалиями, или рододендронами. Этот род растений насчитывает миллионы лет. Яркие-малиновые бутоны так и манят своей красотой. Здесь же расположены вертикальные сады, лавандовые посадки и многоярусные композиции из цветов.



7 Для любителей урбанистики

Цветы будут встречаться путешественникам на каждой точке прогулки. Новоарбатский мост также украшен уже полюбавшимися петуниями. Локация подойдет и для любителей урбанистики. С моста открывается вид на самый современный деловой центр «Москва-Сити». Стильные фотоснимки получаются в вечернее время, когда на башнях включат подсветку. Контраст между цветами и современным светом дает запоминающиеся кадры.

Подготовили
ЕЛИЗАВЕТА
АНДРЕЕВА (текст),
АНАТОЛИЙ
ЦЫМБАЛЮК (фото)
vecher@vm.ru

Боюсь испортить артисту судьбу

Вокалист Андрей Солод о работе жюри, пении и преподавании

Третий сезон вокального телешоу «Ну-ка, все вместе! Народный кастинг» стартует на канале «Россия» 10 июля. «Вечерка» пообщалась с одним из членов жюри певцом Андреем Солодом.

Андрей, вы — постоянный эксперт шоу. На что обращаете внимание при отборе участников в первую очередь?

Важнейшую роль играет подготовка. Многие пренебрегают данным этапом и выходят на сцену с мыслью «была не была». Это всегда чувствуется. Таких «халтурщиков» мы нередко отправляем домой. А все потому, что вокалист должен быть фанатом своего дела. За таких я и голосую.

Ощущаете ли вы ответственность за судьбу человека, вынося вердикт?

Я всегда боюсь пропустить дарование или покалечить карьеру талантливого человека, ведь некоторые реагируют на критику очень болезненно. В данном деле очень важно быть внима-

тельным и работать с любовью. Это и есть моя миссия.

Вашим наставником был всемирно известный педагог по вокалу Грег Энрикес. Какой его принцип стал для вас основополагающим?

Самое важное — не испортить природу. Этот принцип я активно применяю в своей наставнической и педагогической деятельности. Он справедлив, ведь каждый голос уникален и требует отдельного внимания. Если ко всем вокалистам применять так называемый стандартный набор услуг, то грамотной педагогики и хорошего результата не получится.

ПЕДАГОГУ ВАЖНО СОХРАНИТЬ ПРИРОДУ ИСПОЛНИТЕЛЯ

Андрей Солод уверен, что он родился для того, чтобы заниматься музыкой



Вы — преподаватель вокальной CVT-методики, основанной на анатомии и физиологии. Помогает ли она в поиске индивидуального подхода?

Данную методику можно назвать наукой о голосе. Она, несомненно, помогает формировать и технологически верный процесс, и тот самый индивидуальный подход благодаря изучению физиологии человека.

Вся ваша семья связана с миром музыки. Отец — оперный певец, мама — учитель пения. Как вы считаете, ваш талант — результат упорного труда или среды, в которой вы росли?

Я и певец, и педагог в третьем поколении. Я уверен, что родился для того, чтобы заниматься вокалом и его преподавать, потому что и правда очень чувствую музыку. Это мой дар! Но и без работы над собой тут, конечно, не обошлось. Начав преподавать, испытывали ли вы страх, что придется выбирать между карьерой вокалиста и педагогикой?

Да, и очень сильный. Так и случилось. Сначала даже делиться тем, что умею сам, не хотелось. К счастью, мне удалось найти золотую середину. Сейчас эти два мира очень удачно сосуществуют.

Что считаете абсолютным табу в вокале? Может, отсутствие образования или использование искусственного интеллекта?

Если речь идет о человеке, не имеющем профессиональных знаний об исполнительском искусстве, то главное — талантливое звучание. Если музыкальная композиция звучит красиво, то пускай. Есть люди,

ДОСЬЕ



Певец и педагог по вокалу Андрей Солод (Солодкий) родился в 1971 году в Краснодаре в семье профессиональных музыкантов. По первому образованию он — театральный режиссер, по второму — артист-вокалист. Считается обладателем редкого тембра голоса под названием тенор-альтино. Работает по методике, которой обучился у американского педагога по вокалу Грега Энрикеса. С 2017 года стал известен как участник телевизионных музыкальных шоу.

которые и без профильного образования создают такие шедевры, до которых далеко тем, кто сидел за партой в консерватории. С искусственным интеллектом чуть сложнее. Например, для работы с демоверсиями, на мой взгляд, нейросеть уместна, а вот в качестве исполнителя — категорически нет. Петь должен только живой голос.

А что насчет осовременивания классики? Вы даже работали с проектом, который трудится на стыке классики и жанра нью-эйдж («новая эра»)...

Опыт был потрясающий! Однако в вопросе осовременивания классики я тоже придерживаюсь достаточно категоричного мнения. Конечно, отдельные произведения, хорошо придуманные и заново прожитые, вполне уместны. Тем не менее если говорить о массовом явлении, то я не считаю это необходимым. Пусть классическая музыка существует самостоятельно, как цельное и уникальное искусство.

КОРОТКО О ГЛАВНОМ

- Тенор-альтино — чрезвычайно редкий тембр голоса. В чем заключается сложность работы с ним? Любой тембр голоса — дар свыше. Разумеется, для того чтобы делать его уникальнее, красочнее и сильнее, требуется постоянная работа.
- Какую самую главную ошибку непросто совершить певцу? Петь невнятно. Слово должно быть слышно и ясно. Мне жаль исполнителей, которые не считают это важным.
- Если бы не музыка, в какой другой творческой профессии вы могли бы себя реализовать? Сколько себя помню, ни о чем другом не мечтал. Размышлял над актерской карьерой, но музыка взяла свое.
- А с кем из ушедших легенд хотели бы встретиться? Без всяких сомнений — Джордж Майкл. Многие недооценивают его значимость как певца. На самом деле он был гением. Его культура звука, пения, мысли...
- Как выглядит ваш идеальный плейлист для отдыха? Удивлю, но когда я не работаю, то музыку не слушаю.

Певец Андрей Солод во время съемок музыкального телешоу «Ну-ка, все вместе! Народный кастинг»



Певец Андрей Солод во время съемок музыкального телешоу «Ну-ка, все вместе! Народный кастинг»

ЛИЧНЫЙ АРХИВ

От нее тоже нужно отдыхать. Но нередко в такие моменты я могу уходить в создание музыки.

А какую песню вы бы сами выбрали для участия в отборочном этапе шоу, чтобы точно впечатлить членов жюри?

Думаю, таких песен много. Но назвать какую-то определенную не возьмусь. Дело в том, что песня, как ангел, сама приходит в нужное время.

Подготовила АЛИНА МОИСЕЕНКО
vecher@vm.ru



**ПОЛЬЗУЮСЬ
ПРИНЦИПОМ:
ПОСТАВЬ СЕБЯ
НА ЕГО МЕСТО**

Солистка группы «Мираж» Екатерина Болдышева: чуть не похитили

Мы с Алексеем (гитарист группы «Мираж» Алексей Горбашов. — «МВ») никогда не ревновали друг друга к поклонникам и поклонницам, не обсуждали никакие границы или правила поведения. Мне кажется, любой нормальный человек прекрасно чувствует эти границы. Другое дело, что поклонники не всегда их чувствуют... В середине 1990-х в Грузии, в Самтредии, на банкете после концерта местный авторитет пообещал меня похитить и приехал ночью с вооруженными людьми к частному дому, в котором мы жили. Алексей был все время вместе со мной и участвовал

в переговорах с людьми авторитета, а потом с милицией, которая приехала разруливать ситуацию. Было понятно, что этот человек был авторитетом и для милиции тоже. Они никак не могли его унять или уговорить. На Кавказе так заведено: мужчина сказал — мужчина сделал. Как может джигит отказаться от своих слов? Разрешилось все только к утру — авторитет выдохся и отправился на боковую. А через пару часов, когда мы загружались в автобус, чтобы выехать дальше по маршруту, он подъехал к нам и извинился. Сказал, что выпил лишнего. Чего только не бывает с настоящими джигитами!

Любовь с первого фото

Артисты поделились с «Вечеркой» секретами крепких отношений

Среди звезд шоу-бизнеса немало пар, которым удастся сохранять крепкие отношения десятилетиями. По случаю Дня любви, семьи и верности артисты поделились с «Вечеркой» секретами супружеской жизни.

Певица Виктория Макарская: вместе весело

Антон (певец Антон Макарский. — «МВ») любит мне перед сном показывать фильмы-страшилки, а потом я ночью вскакиваю и говорю: «Там кто-то шевелится!» А еще Антон очень смешно читает рэп (и любит слушать Эминема): ходит по квартире, что-то там повторяет и говорит: «Йо! Йо!», мы потом вместе начинаем смеяться. А еще я помню смешную историю, которая произошла, когда мы только начинали жить вместе. У нас дома постоянно проходили вечеринки, на которые собирались друзья, и после одной из таковых наш друг Антон Деров потерял паспорт и не смог его найти. Когда мы переезжали оттуда на другое место, нам помогали грузчики — они-то за нашей кроватью и обнаружили пропажу! Один из грузчиков подходит ко мне и говорит: «Я Антону об этом не скажу». Я не понимаю, в чем дело: «О чем не скажете?», он протягивает мне паспорт со словами: «Я — могила. Буду молчать, что за кроватью нашел паспорт Дерова». (Смеется.)



Актер Александр Петров: началось со взгляда

Со своей женой (Виктория Петрова. — «МВ») я познакомился на Патриарших прудах. Я ужинал с режиссером Климом Шипенко. Виктория была в том же заведении в компании мамы и друзей. Все начинается со взгляда. Просто стояли неподалеку друг от друга. И я не очень понимал, как к ней подойти. Викина подруга захотела со мной сфотографироваться. Мы фотографируемся, а я смотрю на Виду и думаю: «А может, она тоже захочет сфотографироваться?» Но Вика стеснительная и решила, что не стоит. И мама ее сказала: «Вик, ну иди сфотографируйся». Я просто не понимал, как с ней обменяться контактами. Когда уходил, хотел оставить ей свой номер. Но, проходя мимо их компании, которая стояла на улице, пристально посмотрел на нее и громко сказал: «Хорошего вечера!» Громко так сказал, все Патриаршие аж вздрогнули. Это «Хорошего вечера» означало «Найди меня! Меня несложно найти! Ты должна быть умной девочкой и написать мне в соцсетях!» Я тут же пришел к себе в офис, сел на диван и думаю, что вот, настал момент истины. Прошло десять минут. Я сел, взял телефон, выдохнул, думаю: «Все, успокойся, просто посмотри». Открываю сообщения, а она написала: «Саша, спасибо за фотографию».



Певица Наталья Подольская: никакой ревности

Секрет счастливых отношений заключается в любви, уважении и терпении. Я люблю пользоваться принципом: поставь себя на его место. И, кстати, не только в семейной жизни, а во всех ситуациях. Я не ревную мужа (певца Владимира Преснякова. — «МВ») к поклонницам, поскольку его обожают миллионы, но он любит меня. И не завидую его таланту и успеху. Такая зависть разрушила браки многих медийных людей. Также думаю, что секрет счастливых отношений — в доверии. Я считаю себя абсолютно свободным человеком. Могу пойти куда хочу, платье любое выбрать, выложить понравившуюся фотографию в социальные сети. Мой муж меня не ограничивает из-за каких-то там комплексов. И я его тоже.

45

секунд нужно женщине, чтобы составить мнение о мужчине и понять, воспринимает ли она его как будущего партнера.

Криштиану Роналду в последний раз сыграл на чемпионате мира. В 1/8 турнира португальцы уступили испанцам. За свою карьеру спортсмен установил множество рекордов, но так и остался без заветного кубка.

Некоторыми достижениями Криштиану порадовал поклонников уже на текущем турнире. 41-летний Роналду стал первым в истории футболистом, забившим гол на шести чемпионатах мира. Кроме того, он является рекордсменом по количеству матчей, сыгранных за национальную сборную (233), и голов, забитых в матчах за национальную сборную (146). Также Роналду стал самым возрастным полевым футболистом, сыгравшим все 90 минут в матче плей-офф чемпионата мира. Криштиану — чемпион Европы, пятикратный обладатель «Золотого мяча», пятикратный победитель Лиги чемпионов УЕФА. Однако за свою яркую карьеру ему так и не удалось завоевать кубок мундиала. На текущем ЧМ Португалия показала не слишком уверенную игру в групповом этапе. В 1/16

португальцы победили хорватов в том числе благодаря забитому Роналду пенальти. Однако матч в 1/8 окончился поражением — сборная Португалии пропустила гол на 91-й минуте и не смогла

забить в ворота соперников ни одного мяча, хотя были подходящие для этого игровые моменты. Некоторые поклонники футбола винят в проигрыше самого Роналду и считают, что ему не стоило выступать в основном составе сборной. По их мнению, из-за солидного для спорта возраста Криштиану уже не может быть сильным игроком, а его эгоцентричный характер мешал командному духу. Другие же уверены в том, что в сборной Португалии все еще нет нападающего, способного соревноваться на уровне Роналду, а в проигрыше виноват главный тренер сборной

Португалии Роберто Мартинес, который, кстати, после матча покинул свой пост. — На мой скромный взгляд, Криштиану не мог не поехать на чемпионат мира. Но на этом турнире он был далеко не в лучших кондициях — все-таки годы берут свое, — отмечает Дмитрий Жичкин, спортивный комментатор и кандидат в мастера спорта. — Но как сам Криштиану не мог отказаться от последнего шанса выиграть мировой чемпионат, так и его родина не готова была отказаться от проекта «Португалия вместе с Роналду поборется за трофей». Его авторитет и влияние все еще так высоки, что без него было не обойтись.

11
голов на шести мировых
чемпионатах (2006, 2010,
2014, 2018, 2022, 2026)
забил за сборную
Криштиану Роналду.

Роналду ждет тренерское кресло?

Что будет с карьерой легендарного спортсмена дальше

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ВАСИЛИЙ БАНЮК
ПСИХОЛОГ, ЧЕМПИОН СССР
ПО ВЕЛОСПОРТУ



Когда великий спортсмен завершает карьеру, он вос-

принимает это как финал большой истории. На самом деле заканчивается лишь один этап профессиональной реализации. Главный вопрос заключается в другом: кем остается человек, когда исчезают соревнования, титулы, привычная социальная роль? Серьезная ошибка — отождествлять себя исключительно со спортивными достижениями. Если личность построена только вокруг спорта, завершение карьеры неизбежно приводит к внутреннему кризису. Способность развлекаться, а не удерживать прошлое — вот что сохраняет внутреннюю устойчивость человека.

6 июля. Роналду перед матчем, поставившим точку в его выступлениях на чемпионатах мира



АРТАСС, ТЕЛЕКАНАЛ МЧТБ

ЗВЕЗДА СОЦСЕТЕЙ



■ Криштиану Роналду — рекордсмен по количеству подписчиков в социальных сетях среди всех людей в мире. Он также является героем огромного количества публикаций, видеороликов и мемов. Некоторые из них появились во время текущего чемпионата. ■ В своем финальном матче во время паузы на «водопой» спортсмен присел на чемодан с напитками (1). Картинка сразу же разлетелась в интернете с подписями «дедуска устал» и «игра еще не закончилась, а Роналду уже засобирался домой».



Эксперт считает, что тренеру следовало выставить футболиста не в стартовом составе, а за 20–30 минут до конца матча, когда защитники соперника уже устали. — Тогда он действительно мог бы дать Португалии опреде-

■ Криштиану известен своей эмоциональностью — он не сдерживает слез во время проигрышей. После поражения от Испании он тоже расплакался, понимая, что упустил последний шанс на трофей. Приободрить Роналду подошла звезда нового поколения — 18-летний испанский футболист Ламин Ямаль. Объятия легенды и дебютанта чемпионата мира понравились пользователям соцсетей.

■ В 1/16 финала сборная Португалии обыграла Хорватию. За хорватов выступал еще один «ветеран» футбола, полузащитник Лука Модрич. Долгое время Роналду и Модрич вместе играли за клуб «Реал Мадрид» и завоевали 17 трофеев. В матче они оказались друг против друга, но после его завершения легенды обнялись и обменялись теплыми словами. Фото с объятиями Модрича и Роналду (2), выложенное в аккаунте «Реал Мадрида», набрало 4,3 миллиона лайков.

КРИШТИАНУ СТАЛ ПЕРВЫМ ФУТБОЛИСТОМ, ЗАБИВШИМ НА ШЕСТИ ЧЕМПИОНАТАХ МИРА

ленное преимущество, — подчеркивает эксперт. На пресс-конференции Роналду сказал, что его совесть чиста и он сделал для своей страны все воз-

можное. О завершении своей карьеры в сборной он не объявлял, однако многие не сомневаются в том, что Криштиану сыграл за Португалию в последний раз. — Думаю, еще пару лет Роналду будет зарабатывать огромные деньги на Ближнем Востоке (сейчас он выступает за саудовский клуб «Ал-Наср». — «ВМ»). Забьет свою заветную тысячу мячей, в этом сомневаться не приходится. Я не исключаю вариант, при котором он окажется в тренерском штабе сборной Португалии. Мне кажется, это будет очень красивая история, если с Роналду, но уже в качестве тренера, Португалия наконец станет чемпионом мира.

ДАРЬЯ РОСТОВА
vecher@vm.ru



На самодельном морковном саксофоне Сергей исполнил песню Леонида Агутина и Анжелики Варум «Все в твоих руках»

Из овоща, который растет на каждой грядке, Сергей смог смастерить не только саксофон, но и пастушью флейту



Флейта, сделанная Сергеем из ядра кедрового ореха

В социальных сетях набирают популярность видео саксофониста Сергея Марова, который делает музыкальные инструменты из подручных средств. «ВМ» пообщалась с мастером.

Видеоролики того, как Сергей Маров музицирует то на моркови, то на орехе и принесенной из леса палочке, набирают десятки и сотни тысяч просмотров. Самые популярные

Играй, морковь!

Соцсети покорила музыкант, создающий инструменты из подручных материалов

клипы достигли более миллиона просмотров каждый. В них саксофонист играет на волынке, сделанной из пластмассовых труб, пакета и основания шариковой ручки, а также на флейте из трех пластиковых трубочек для коктейлей.

— Я долгое время занимался академической музыкой.

В какой-то момент мне стало скучно, и я начал экспериментировать. Всегда, даже во время учебы, хотел играть на самых разных музыкальных инструментах, — рассказал «ВМ» необычный мастер. Когда-то Сергей работал поваром. Когда на кухне не было дел, он мастерил дудки из всего, что попадалось под руку. А после потери переезда в Абхазию музыкант приловчился к изготовлению флейт из бамбука. Уже

КСТАТИ,

в процессе творческого поиска Сергей Маров смастерил самую маленькую в мире играющую флейту из подручных материалов. Музыкант создал инструмент из скорлупы кедрового ореха. Похожих зарегистрированных случаев ему найти не удалось.

несколько лет саксофонист создает профессиональные инструменты.

Но известность Сергеем принесли именно музыкальные изделия «из всего, что попало под руку», а также множество комментариев, как восторженных, так и скептических, мол, мелодия наложена поверх видео. — Я стараюсь, репетирую перед записью каждого ролика, чтобы инструменты звучали хорошо, чтобы это выглядело волшебным. Думаю, внимание людей привлекает тот факт, что неприглядного вида флейты могут издавать очень красивые звуки. Это создает диссонанс в голове зрителей и рождает сомнение в подлинности инструмента, — заключил музыкант.

АНАСТАСИЯ ЗАТУЛИЙ
vecher@vm.ru

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

НАТАЛЬЯ ХАН
ВЫПУСКНИЦА МОСКОВСКОЙ «АКАДЕМИИ ДЖАЗА» И МАСТЕР ПО РЕМОНТУ ИНСТРУМЕНТОВ



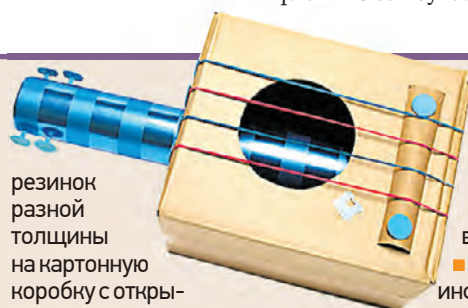
Если человек разбирается в инженерии и акустике, собрать духовой инструмент из водопроводной трубы или скорлупы вполне реально. Звучание зависит от формы канала, а не от материала. Звук рождается там, где есть точный расчет диаметра, длины и отверстий, ведь древние мастера брали обычную деревяшку, делали в ней отверстия и превращали ее в музыкальный инструмент.

МАСТЕР ДЕЛАЕТ ФЛЕЙТЫ ИЗ ПАЛОК, ОВОЩЕЙ, ТРУБОК, СКОРЛУПЫ ОРЕХА

УСТРОИМ КОНЦЕРТ ДОМА

■ **Труба, имитирующая звук дождя:** для изготовления понадобятся пластиковая трубка 60–70 сантиметров в длину, алюминиевая фольга, рис, скотч. Трубу необходимо заклеить скотчем с одной стороны. Внутри сначала надо положить стержень, сделанный из фольги, а потом засыпать рис и заклеить второе отверстие. При различных поворотах самодельный инструмент будет имитировать звук дождя.

■ **Гитара из коробки (на фото):** нужно натянуть несколько больших



резинки разной толщины на картонную коробку с открытым верхом. Играть на «инструменте» следует как на обычной гитаре, перебирая пальцами струны.

■ **Барабаны из кружки:** понадобится чашка или кофейная жестяная банка, а также воздушный шар, клейкая лента или резинка. Разрежьте шарик в самом широком ме-

сте. Натяните его на чашку или банку и закрепите лентой. Звук будет получаться как при ударе палочкой по полотну, так и при зацепывании шарика и оттягивании его вверх.

■ **Водный ксилофон:** для такого инструмента нужны одинаковые стаканы, вода и немного знаний физики. Наполните емкости водой так, чтобы она заканчивалась на разных уровнях. Выстройте стаканы в ряд от самого пустого до самого наполненного. Для игры используйте деревянную китайскую палочку. Играйте мелодии, ударяя по краям стаканов.

НЕДВИЖИМОСТЬ

На правах рекламы

СКОЛЬКО СТОИТ МОЯ КВАРТИРА?

Сейчас отмечается снижение цен, но на разные районы и категории жилья по-разному. Хотите выгодно **обменять или продать** квартиру в Москве или Подмосковье? Узнайте ее реальную стоимость в Агентстве «ТВОЯ Квартира» +7(495) 374-64-64.

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

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

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

РЕКЛАМА

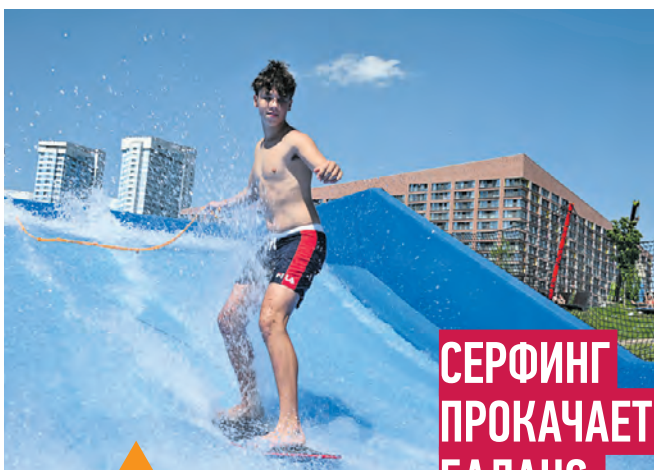


AQUA.LUZHNIKI.RU, SHUTTERSTOCK/ПОТОДОМ, АНАТОЛИЙ ЦЫМБАЛОК, ПЕЛАГИЯ ЗАМЯТИНА

«Лужники» всегда на волне

Куда отправиться
за атмосферой курорта

Лето в Москве решило проверить нас на прочность: небо затянуто серыми тучами, а прогноз погоды напоминает сводки Туманного Альбиона. «Вечерка» дает советы. В Москве есть места, где микроклимат, сервис и атмосфера позволяют забыть о дожде за окном и почувствовать себя на побережье.



Обуздай стихию

Чтобы заняться серфингом, не обязательно совершать долгие перелеты. В Москве есть серфинг на искусственной волне как для новичков, так и для профи. Это отличный способ прокачать баланс и получить заряд адреналина. На фото: посетитель парка «Ходынское поле» Ян Хеере

**СЕРФИНГ
ПРОКАЧАЕТ
БАЛАНС,
ПОДАРИТ ВАМ
МОРЕ ЯРКИХ
ЭМОЦИЙ**



Зеленая сиеста

Если вам не хватает солнца и зелени, отправляйтесь туда, где лето не заканчивается никогда, например, в биокластер на ВДНХ или оранжереи Аптекарского огорода. Внутри влажный тропический воздух, запах цветущих растений и полное отсутствие серого неба. — Возьмите с собой книгу, купите кофе в местном кафе и устройте себе сиесту среди пальм, орхидей или других растений, — дает рекомендацию психолог Екатерина Пашкина. На фото: москвичка Аля Калинкина

Еда с морским характером

Курорт — это прежде всего еда. Вместо того чтобы грустить над чашкой чая или тарелкой гречки дома, отправляйтесь в рестораны с «курортным» интерьером. Можно подобрать заведения с обилием растений, ротанговой мебелью и средиземноморским меню. Такие есть, например, в районе «Москва-Сити» и на Петровке. Закажите морепродукты, графин с авторским лимонадом и позвольте себе расслабиться. — Московские рестораторы научились делать веранды уютными, так что дождь становится лишь декорацией к вашему ужину, — отмечает хостес одного из ресторанов Яна Иванова.



Расслабься и получай удовольствие

А если хочется полного расслабления с видом на пальмы, то необходимо идти в термальные комплексы. Здесь круглый год царит атмосфера курорта. Горячие термальные источники, банный комплекс и ощущение, что вы находитесь в спа-отеле на побережье, идеально завершат этот дождливый день.

Акватерапия

Начнем с аквакомплекса в «Лужниках», куда можно прийти утром, днем или вечером, устроить романтическое свидание под плеск ленивой волны или отдохнуть в шезлонге. Здесь вы найдете открытые бассейны с подогревом, где можно вдоволь поплавать, чувствуя себя как на курорте. Это идеальный способ обмануть организм. — Почему это работает? Дело в том, что контраст температур — горячая вода и прохладный воздух — дает мощный выброс эндорфинов, — поясняет терапевт, врач частной клиники Татьяна Федотова. — Вы выходите из воды с ощущением, что провели день на спа-курорте, а не в дождливом мегаполисе.

На фото: посетители аквакомплекса Мария (слева) и Юлия Халины

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ИВАН АНДРУХОВ
КЛИНИЧЕСКИЙ ПСИХОЛОГ,
КОГНИТИВНО-
ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ
ПСИХОТЕРАПЕВТ



В мегаполисе порой стоит найти время для замедления: выйти

и прогуляться по набережным, побыть у воды. Чаще всего именно с водой у человека связаны ассоциации с отдыхом на курорте, в другом городе или даже стране. Но можно посмотреть и вокруг себя. В Москве есть разные форматы, которые помогут отвлечься от суеты и провести время как в отпуске — с семьей, друзьями или одному.

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ

Главный специалист информационного агентства «Метеоновости» Татьяна Позднякова говорит, что погода у нас на этой неделе будет меняться слабо. Облачно с прояснениями, в течение суток местами будут кратковременные дожди: ночью они могут быть скорее небольшими, а днем — умеренными. Преобладающая температура в ночные часы в Москве +14...+16, днем +22...+24. В пятницу чуть приятнее: +21...+26. И в выходные дни характер погоды существенно меняться не будет. В целом это умеренно-теплая июльская погода: температура чуть ниже нормы.

Подготовила **ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ** vecher@vm.ru

ТАТЬЯНА ЕРЕМЕНКО
T.EREMENKO@VM.RU

Завтра на большие экраны выходит роуд-муви Ильи Харламова «Трасса «Море — море».

Что может быть лучше, чем промчаться на красном кабриолете от Санкт-Петербурга до города Сочи по всей стране летом? Особенно если рядом любимая. Хотя, стоп, это кино все-таки про другое. Дерзкий питерский фотограф Тема (Арам Вардеванян) хочет вернуть свою

Как же хочется порой запрыгнуть в авто, надавить на газ и рвануть в закат к теплому морю или хотя бы до ближайшего водоема. Но, если пока дальние поездки в ваши планы не входят, можно хотя бы сходить в кинотеатр. Обозреватель «МВ» Татьяна Еременко предлагает читателям посмотреть новое легкое летнее кино, дающее пищу из эмоций и впечатлений.

Мы поедем, мы помчимся



Кадр из фильма «Трасса «Море — море», в котором актриса Юлия Франц сыграла Сашу, а роль ее нынешнего жениха Глеба исполнил актер Олег Отс

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

АРАМ ВАРДЕВАНИАН
АКТЕР

Сама по себе сюжетная конструкция уже возбуждает интерес:

четыре человека, с разным темпераментом, характерами и желаниями, вынуждены проехать в одной машине, где не так уж много места, более 2000 километров.

бывшую жену Сашу (Юлия Франц). Вот только та собралась замуж за Глеба (Олег Отс). И ей нужны деньги, чтобы оплатить свою половину свадьбы. А для этого надо продать кабриолет. И у Темы есть покупатель, как раз там, где намечается свадьба. Вот только сможет ли эта поездка что-то изменить? А может, ключевым фактором станут люди, которые повстречаются на пути. Например, абсолютно

ЛЮБУЕМСЯ ПОЛЕВЫМИ ЦВЕТАМИ, ЗАКАТАМИ И МОРЕМ

безбашенная и непредсказуемая Кира (Дарья Матвеева), чья личная жизнь явно колеблется между статусами «в активном поиске» и «все сложно». Смотреть это кино стоит, если вам

близок жанр фильмов-путешествий. В нем можно будет полюбоваться и табуном, и рекой, и полевыми цветами, и морем, и закатами. По пути зрителей ждут автомобильные гонки, стычки и неожиданные повороты. Фильм летний, легкий, романтический, побуждающий задуматься о близких.

СЕЙЧАС НА ЭКРАНАХ

Кодекс Данте

2025 г. Реж. Джулиан Шнабель
Писатель из XXI века должен украсть оригинальную рукопись «Божественной комедии» Данте Алигьери. Но при чем тут таинственная незнакомка? В ролях: Оскар Айзек, Джерард Батлер, Аль Пачино, Галь Гадот и многие другие.



Актер Реда Катеб сыграл Яна Боярского в ленте «Фальшивомонетчик»

Сладкая сказка

2025 г. Реж. Павел Яндурек
Семейное приключенческое кино про Аничку, которая наследует виллу дяди и находит там редкое перуанское растение, способное побеждать боль и страхи. В стычке с коварным доктором Драмлой ей помогут местные мальчишки.

Фальшивомонетчик

2025 г. Реж. Жан-Поль Саломе
1950-е. Инженер-эмигрант Ян Боярский из Польши не может во Франции получить патенты на свои изобретения. Поэтому он начинает подделывать денежные купюры, да так, что

Живая ярость

2025 г. Реж. Кэндзи Танигаки
Кровавый гонконгский боевик про мастера-ремесленника Ван Вэя и журналиста Навина, которые объединяются, чтобы вернуть близких. Навыки рукопашного боя помогут им пройти по головам.



В фильме «Сладкая сказка» роль наследницы Анны сыграла Тереза Рамба, а ее знакомого Карела — Марек Адамчик

ЧАСТНОСТИ

Недвижимость

- Срочный выкуп, сниму комнату, квартиру, дом, дачу, земельный участок, любую недвижимость. Опыт 16 лет. Александра. Т. 8 (926) 316-66-17
- Срочная продажа, аренда квартир на ваших условиях. Т. 8 (916) 618-86-41
- Риелтор Надежда. Т. 8 (906) 710-71-74
- Сниму жилье. Т. 8 (965) 159-17-42
- Сниму кв, комнату. Т. 8 (916) 959-13-08

Юридические услуги

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
- Адвокаты. Возврат квартир. Т. 8 (985) 210-25-63
- Юристы и адвокаты! Т. (499) 755-66-86
- Юрист, медиатор. Т. 8 (920) 426-44-30

Авто, запчасти, транспортные услуги

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

Строительство и ремонт

- **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

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

ДВЕРИ
Межкомнатные
Входные
Замер + доставка + установка
ЗАМЕНА ЗАМКОВ
Пенсионерам, ветеранам
скидки до 30%
8 (495) 208-03-88

Искусство и коллекционирование

МосГорСкупка
ДОРОГО КУПИМ
Иконы. Статуэтки Будды. Янтарь. Статуэтки, фарфор, сервизы. Серебро, бронзу, часы. Картины. Соцреализм. Сов. авангард. Пластинки. Старинную мебель. Столовые приборы. Любой антиквариат и многое другое.
Оценка. Выезд бесплатно. Оплата сразу.
8 (925) 403-68-83

- 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 книги на иностранных языках до 1917 г. Т. 8 (985) 275-43-33
- Книжки до 1945 г. от 1000 р. до 500 000 р. Полки. Т. 8 (964) 585-40-04

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!

МУЗЕЙ старинной КНИГИ
ДОРОГО КУПИМ
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

- Книги, архивы, ноты, документы до 1940 года. Т. 8 (985) 275-43-33
- Ткани, духи. Т. 8 (916) 993-36-64
- Купим книги. Т. 8 (499) 136-27-60

Товары и услуги

ТЕЛЕМАСТЕР
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

Разное

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

На правах рекламы

ПРАЗДНИК

«Солнце» цвета ромашки

Сегодня вечером колесо обозрения «Солнце Москвы» окрасится в тематические бело-желтые оттенки в честь Всероссийского дня семьи, любви и верности.

Праздничная иллюминация будет отсылать к ромашке — одному из главных символов праздника. В течение дня на территории «Солнца» будет работать фотозона с аниматорами «Союзмультипарка».

Для гостей приготовили мороженое и подарки. Также в программе — розыгрыши призов от партнеров праздника, включая билеты и промокоды на посещение музеев. Мероприятия, посвященные Дню семьи, любви и верности, проведут в столичных парках, культурных центрах и музеях, на ВДНХ и площадках проекта «Лето в Москве».

НИКИТА БЕССАРАБОВ
vecher@vm.ru



Москвичка Яна Шабеева с дочками Лианной (слева) и Камиллой Мурзенковыми и мужем Ильдаром Мурзенковым. ФОТО: МАРИЯ ХАПЦОВА

СУДОКУ

Составил ОЛЕГ ВАСИЛЬЕВ / vecher@vm.ru

8	7							
1	3		6		8		5	9
6	4		3	1	5	7		8
2					9	1	8	
			1		7			
	1	8	2					5
5		1	7	3	6		9	4
4	8		9		1		7	3
							1	2

В каждой строке или столбце проставляются цифры от 1 до 9. Цифра может быть записана в ячейку в том случае, если ее нет в горизонтальной и вертикальной линии, а также в малом квадрате 3×3, и если она может быть записана исключительно в одну клетку.

1		9	8		5	2	4	
			1	2	6	9		
		7	9				5	1
7	9	5						2
8	2	6		4		5	3	9
3						8	7	6
4	5				9	7		
		8	6	5	7			
	7	2	4		3	1		5

4				1	3		6	8
8	5	6	9		2	4	3	
		2	8		4			7
		7		8				2
6		1				9		5
2				5		1		
7			2		5	8		
	2	8	7		6	3	5	4
9	4		1	3				6

2	3	1			4			
4			6		5	3	7	
6				3			8	2
5	8	3	1	6				
	4						2	
				9	8	5	6	3
1	7			8				6
	6	9	2		7			5
			3			7	9	4

ОТВЕТЫ

на sudoku,
опубликованные
2 июля

9	6	1	2	8	5	3	4	7
3	2	4	1	9	7	5	8	6
5	8	7	4	3	6	2	1	9
6	5	2	3	4	1	7	9	8
7	4	8	9	6	2	1	5	3
1	9	3	5	7	8	6	2	4
2	7	6	8	1	4	9	3	5
8	1	9	6	5	3	4	7	2
4	3	5	7	2	9	8	6	1

4	8	2	1	5	9	7	6	3
7	3	9	2	8	6	1	5	4
5	6	1	7	3	4	8	2	9
8	1	5	9	4	2	3	7	6
9	4	6	3	1	7	5	8	2
3	2	7	8	6	5	9	4	1
6	7	3	5	2	1	4	9	8
1	5	4	6	9	8	2	3	7
2	9	8	4	7	3	6	1	5

8	3	2	7	1	4	5	6	9
1	5	9	8	6	2	4	3	7
4	6	7	5	9	3	8	1	2
9	7	1	6	4	5	2	8	3
3	2	6	9	8	7	1	4	5
5	4	8	3	2	1	9	7	6
7	1	3	2	5	8	6	9	4
6	8	5	4	7	9	3	2	1
2	9	4	1	3	6	7	5	8

3	5	9	4	7	6	2	8	1
2	1	8	5	3	9	6	4	7
6	7	4	1	2	8	5	9	3
5	8	1	3	4	2	7	6	9
9	2	7	8	6	5	3	1	4
4	6	3	9	1	7	8	5	2
7	9	2	6	5	1	4	3	8
8	4	5	2	9	3	1	7	6
1	3	6	7	8	4	9	2	5

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

Не так все и трудно, как нам представляется

Вот мы и снова встретились! И снова продолжаем обсуждать русский язык, его трудности и «легкости». На этот раз неожиданно собралась забавная подборка, связанная с глаголами.

Глагол-хитрец и его «выкрутасы»

Уважаемая редакция, мы тут с мужем поспорили. Я участвовала в конкурсе на работе и говорю ему: «Я победю, уверена!» Он меня исправляет: «Только не «победю», а «побежду». Сказал и сам засомневался. Полезли в интернет — полная неразбериха. Как надо говорить?

Ирина и Евгений Синицкие

Не знаю, на что вы поспорили, но придется вам этот приз делить пополам, потому что «чистых» победителей тут явно нет. Дело в том, что глагол «победить» относится к так называемым

недостаточным глаголам и у него нет формы 1-го лица единственного числа настоящего и будущего простого времени. Иными словами, нельзя сказать ни «я побегу», ни «я побегу», ни «я побегу» — тоже не говорят! Такие формы этого хитрого глагола попросту не существуют в русском литературном языке. Так что поступают в случае с этим глаголом хитро: вместо отсутствующей формы используют конструкции, в которых на первом месте стоит вспомогательный глагол, а далее инфинитив смыслового глагола, например:

- я смогу победить;
 - я одержу победу;
 - я постараюсь победить;
 - я буду победителем;
 - мне удастся победить.
- Теперь посмотрите, как осуществляется спряжение глагола по лицам (в будущем времени):



Журналист и телеведущий Владимир Соловьев во время открытого диалога «Героизм вне времени: сила духа и стойкость русского народа» в Национальном центре «Россия»

В единственном числе:
1-е л. — не употребляется (используем описательные конструкции);
2-е л. — ты победишь;
3-е л. — он/она/оно победит. Возьмем множественное число:

1-е л. — мы победим;
2-е л. — вы победите;
3-е л. — они победят. Общий итог таков: глагол «победить» обладает формами для всех лиц, кроме 1-го лица ед. ч. В этом случае нужно действовать так, как мы и договаривались. Кстати, таких глаголов не так мало. К недостаточным глаголам относятся глаголы дерзить, чадить, шестеть, затмить, мутить,

дудеть, приютить, убедить, убедить, обессмертить, бдеть, бороздить, парусить, галдеть, ерундить, чудить и многие другие.

Ударим куда следует

Подскажите, как правильно поставить ударение в глаголе: заплесневЕл или заплЕсневел?
Екатерина Стародумская

О, вы затронули очень интересную тему. Неправильное ударение в глаголах — бич многих... Но есть глаголы-рекордсмены, лидеры по количеству ошибок, которые в них делают. И вы привели в пример один из таких «чемпионов».

Тут — все просто: ударение в слове плЕсень делается на первый слог, так же делают ударение и в глаголе: заплЕсневел. Приведу еще несколько примеров коварных глаголов (в первом глаголе из пары ударение стоит неверно, во втором — правильно):
■ облЕгчить — облЕгчить;
■ откупОрить — откупОрить;
■ опошлИть — опОшлить;
■ свЕрлят — сверлЯт;
■ пломбИровать — пломбИровать.

Не скрипеть сердцем

Спасибо «Вечерняя Москва», что разбираете непростые моменты, связанные с нашей устной

и письменной речью. Недавно я прочитала в одном романе выражение, которое меня смутило. Я всегда считала, что, в случае если выбор дается с трудом, надо говорить «скрепя сердце», а там автор написал «скрипя сердцем». Кто прав?

Милана Васильевна
Тикторенко

Вы совершенно правы, Милана Васильевна. Когда человек принимает какие-либо решения, его сердце отнюдь не скрипит, как несмазанная телега. Задача человека в такой ситуации — сдержать чувства, собраться, совладать со всеми порывами, то есть «укрепить» свое сердце, склонное к эмоциям. Поэтому, конечно, правильно говорить — «скрепя сердце», а не «скрипя» им. Путаница с этим выражением похожа на путаницу с выражением «кипенно-белый», вместо которого часто произносят «кипельно-белый».

Ольга Кузьмина
vecher@vm.ru

Ждем ваших писем
с пометкой
«Опорный пункт»

VECHER@VM.RU