



ВОДОЧНЫЕ КОРОЛИ РОССИИ. КТО ОНИ?

с. 15

МИХАИЛ ШЕМЯКИН: «МЫ НЕ УМЕЕМ ЦЕНИТЬ СЕБЯ»

с. 39

АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ

№ 23 (2012)
5 – 11 июня 2019 г.Газета издаётся с 1978 года
В розницу цена свободная

МОСКВА

WWW.AIF.RU



**МОНОГОРОДА:
КУДА ШАГАТЬ
К ЛУЧШЕЙ
ЖИЗНИ?** с. 6-7

Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА. Фото PhotoXPress

ПЕРСОНА

**ВАЛЕНТИНА
МАТВИЕНКО:**«Мне никогда
не делали скидок на то,
что я женщина» с. 3

ЛЕТО

**ОТРАВЛЕНИЕ
ПО РАСПИСАНИЮ**Рейтинг главных
опасностей
отпускного
сезона – 2019 с. 5

ЭКОНОМИКА

**НА СВОЙ
ПЕНСМЕДСТРАХ
И РИСК**Страну ждёт
очередная
реформа. На этот
раз социального
страхования с. 14

СПЕЦРЕПОРТАЖ

**ЧТОБ ЖИЗНЬ
САЛОМ
НЕ КАЗАЛАСЬ**Что думают
украинцы о России
и своём новом
президенте с. 30-31

ЗДОРОВЬЕ

**ВЕСОМЫЕ
ПРИЧИНЫ**Почему мы набираем
лишние килограммы
и как от них
избавиться с. 36

ВЫСОТА

**В ОЧЕРЕДИ
ЗА СМЕРТЬЮ**Три сотни
человек погибли
при восхождении
на Эверест с. 45

ПОДПИСКА-2019

**Дорогие читатели!**Вы можете оформить подписку на
любимую газету везде и всегда за
минуту, отправив sms с кодом на
короткий номер **3116** или на сайте
AIF.RU/PODPISKAУслуга доступна абонентам «Билайн», «МегаФон», «МТС», «ТЕЛЕ2», «Ростелеком».
В стоимость включены все налоги и сборы. Дополнительная комиссия за подписку не взимается.Код sms
aif 1 > 1 мес.
Стоимость sms
(подписки) **200 р.**Код sms
aif 3 > 3 мес.
Стоимость sms
(подписки) **600 р.****ЭТО УДОБНО!**

БЕЗ ОЧЕРЕДИ!

После проведения платежа
с вами свяжется сотрудник
редакции для уточнения
адреса доставки. Доставку
осуществляет ФГУП «Почта
России» с 1-го числа
месяца, следующего за
месяцем зачисления
денежных средств на
р/с ИД «Аргументы и факты».

реклама

ISSN 0204-0476



9 770204 047002

1 9 0 2 3



>

ПОЛИТИКА

ЧЕМ УДИВИТ ГОСТЕЙ ПИТЕРСКИЙ ФОРУМ?

СОБЫТИЕ

ГЛАВНЫЕ ПОЛИТИЧЕСКИЕ И ЭКОНОМИЧЕСКИЕ НОВОСТИ НА ЭТОЙ НЕДЕЛЕ БУДУТ ПРИХОДИТЬ ИЗ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, ГДЕ ОТКРЫВАЕТСЯ МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ФОРУМ.

3 дня бизнесмены, чиновники и эксперты в самых разных отраслях будут обсуждать перспективы российской и мировой экономики. По традиции, в ПМЭФ принимает участие и Владимир Путин. Ожидается много представителей зарубежного бизнеса, в том числе из США, несмотря на отказ их посла посетить форум. Как



отметил пресс-секретарь Президента РФ Дмитрий Песков, представители американских компаний «традиционно участвуют в этом мероприятии и будут и дальше это делать. На форум придут представители 75 стран, 270 компаний со всего мира. В общей сложности мы ожидаем около 15 тыс. человек». Кстати, организаторы впервые решили продублировать навигацию по площадкам форума на китайском языке, так как делегация КНР будет одной из крупнейших — больше 1000 участников.

ГЛАС НАРОДА

КАКОЙ ОТДЫХ ВЫБИРАЮТ ЖИТЕЛИ РФ?

Где вы собираетесь отдыхать, проводить отпуск этим летом?



НА ЧЁМ ПОГОРЕЛ ЭКС-ГУБЕРНАТОР?

КОРРУПЦИЯ

ОПЕРАТИВНИКИ ФСБ ЗАДЕРЖАЛИ БЫВШЕГО ГЛАВУ ИВАНОВСКОЙ ОБЛАСТИ.

Павел Коньков возглавлял область с 2013 по 2017 год, после чего написал заявление об уходе по собственному желанию. Он был задержан в своём доме в деревне Шуринцево по подозрению в причастности к хищению из бюджета 700 млн руб. Экс-губернатору грозит 10 лет лишения свободы. По этому делу



также задержан управляющий директор ОАО «Ивановский бройлер» Дмитрий Гришин.

Напомним, в конце марта задержали экс-главу Хабаровского края Виктора Ишаева по подозрению в мошенничестве в особо крупном размере. Он попал под домашний арест, а в конце мая перенёс операцию на сердце. Всего в России с 1996 г. под уголовное преследование попал 31 губернатор. Виновными из них были признаны 11: 7 приговорены к реальным срокам лишения свободы, 4 получили условное наказание. Сейчас под следствием или судом остаются ещё 8 бывших глав субъектов РФ.

А. СИЛУАНОВ, министр финансов, — о борьбе с членочным бизнесом: «Мы уменьшили порог по ручной клади, однако увеличилось число ходок. Можно установить рамки по количеству перевозимых килограммов в месяц. Может, это будет для них чуть дороже».

Наш министр финансов просто волшебник какой-то, как легендарный царь Мидас. К чему бы он ни прикоснулся — всё становится «чуть дороже».

Г. ОНИЩЕНКО, депутат, — о том, как продлить активную жизнь пенсионерам: «Сочетание — жить чуть-чуть впроголодь и заниматься физической нагрузкой — самое эффективное».



У нас и так всё делается ради здоровья. Чтoб пенсионеры не переадали, растут цены. Чтoб не переотдыхали — отодвигается выход на пенсию.

А. ШЕРИН, депутат: «Чиновники должны жить со своими родными, дышать этим же воздухом. У них не должно быть возможности жить за границей, обучать там детей и лечиться».



Так недолго и без чиновников остаться. Предлагаемое для них ещё хуже, чем «чтоб ты жил на одну зарплату».



О. НИЛОВ, депутат: «Нужно, чтобы кроме девушек в экипаже был как минимум один, а на больших лайнерах — два или три бортпроводника, которые служили в ВДВ или в спецвойсках».

Зачем стюардам парашютная подготовка? Разве что для того, чтобы выпрыгнуть из самолёта при виде воздушного хулигана.

А. ТУЛЕЕВ, экс-губернатор Кузбасса: «Кто-то сказал, что жизнь делится на три периода: молодость, средний возраст и тот период, когда говорят: «Вы замечательно выглядите». Вот я сейчас на третьем этапе».



Бывшим губернаторам у нас можно и другой комплимент адресовать: «С такого поста человек ушёл — и не под следствием».



В. ЗЕЛЕНСКИЙ, президент Украины: «У нас две войны — война с Россией и война с коррупцией внутри страны, которая является угрозой прежде всего для экономики Украины».

Главное для молодого политика — ставить перед собой великие цели. Потом всегда можно сказать, что таким противникам и проиграть не стыдно. Особенно последнему.

С. РЕПОВ. Фото: Александра КОРЯКОВА/Коммерсантъ

Источники цитирования: РИА Новости, Парламентская газета, Клуб Регионов, RNS, сайт КРИПО



SPIEF'19 ПМЭФ'19

FORUMSPB.COM

**ПЕТЕРБУРГСКИЙ
МЕЖДУНАРОДНЫЙ
ЭКОНОМИЧЕСКИЙ
ФОРУМ**

РОСКОНГРЕСС
Пространство доверия

6–8 июня

Генеральный спонсор



Генеральный партнер



Генеральный партнер



Генеральный партнер



Генеральный партнер



Генеральный партнер



Генеральный партнер



Официальный автомобиль Форума



Стратегический партнер



Официальный авиаперевозчик Форума



Банк ВТБ (ПАО); ПАО Сбербанк; АО «Тинькофф Банк»

Реклама 6+

СЛОВО «ВЛАСТЬ» – ЖЕНСКОГО РОДА

Валентина Матвиенко: «Мне никогда не делали скидок на то, что я женщина»

ПЕРСОНА

НАКАНУНЕ ЭКОНОМИЧЕСКОГО ФОРУМА В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ, ГДЕ БУДУТ ОБСУЖДАТЬ В ТОМ ЧИСЛЕ И РОЛЬ ЖЕНЩИН В БИЗНЕСЕ И ОБЩЕСТВЕ, НА ВОПРОСЫ «АИФ» ОТВЕТИЛА ПРЕДСЕДАТЕЛЬ СОВЕТА ФЕДЕРАЦИИ ВАЛЕНТИНА МАТВИЕНКО.



— Валентина Ивановна, женщины в наше время часто приходится выбирать: семья или карьера. Это неправильно. Но как достичь успехов в профессии, политике, общественной жизни, стать бизнес-леди и при этом без ущерба для дела создать семью, испытать радость материнства?

— Знаю, насколько это не просто. Но, как бы далеко ни заходили современные женщины в своей, как говорили прежде, эмансипации, высшей целью всё равно остаётся создание семьи, рождение и воспитание детей. И государство обязано помочь женщинам в соединении этих устремлений.

Считаю, нашей стране это удаётся. Гендерный фактор стремительно утрачивает своё значение. Женщины уверенно выходят на ведущие позиции во всех сферах жизни общества и в каждой составляют достойную конкуренцию мужчинам.

Экономика, производство движутся по пути внедрения «цифры», роботизации производства, внедрения искусственного интеллекта, биотехнологий. Это создаёт формы занятости, удобные для женщин с детьми, — частичная занятость, скользящий график, дистанционная работа. Есть подобный опыт и у нас.

Не может не беспокоить недостаточное присутствие женщин в разработке и производстве высоких технологий, включая цифровизацию производства и услуг. Доля женщин в глобальной IT-отрасли — лишь немногим более 15%. А доля женщин-разработчиков в этой сфере ещё ниже — 7–8%.

— А как можно эту ситуацию поправить?

— Совет Федерации прилагает усилия, чтобы дать импульс росту женской активности в сфере предпринимательства. Есть конкретные результаты, в их числе разработка и запуск

специальных образовательных и кредитных программ для женщин-предпринимателей. Подготовлены рекомендации по расширению участия женщин в социально-экономическом развитии страны, совершенствованию системы господдержки малых предприятий, в том числе путём применения налоговых режимов, снижения административной нагрузки на предпринимателей.

Таким образом, на мой взгляд, в повестке России актуально не столько дальнейшее утверждение гендерного равенства, сколько как можно более полное использование имеющихся возможностей. В этом суть Национальной стратегии действий в интересах женщин на 2017–2022 гг. На это направлены нацпроекты «Демография», «Здравоохранение», «Образование». Они реализуются, есть первые результаты.

ПРЕФЕРЕНЦИЙ НЕ НАДО

— Вы не раз обращали внимание, что в России во власти мало женщин. В чём причина: ментальность, особенность культуры? Как изменить такое положение? Может, следует ввести квоты в руководстве партий, структур власти? Ведь слово «власть» — женского рода.

— Вы правы, слово «власть» — женского рода, но на протяжении веков лицо её было преимущественно мужское. Женщины во главе государства, правительства, в политике были исключением. Сейчас положение коренным образом меняется. И в мире,



Доля женщин в глобальной IT-отрасли — лишь немногим более 15%. А доля женщин-разработчиков в этой сфере ещё ниже — 7–8%.

и в нашей стране женщин на верхних ступенях власти, политических институтов всё больше.

Лично я не сторонник создания преференций, оранжерейных условий для женщин. В кадровой политике единственно правильный подход такой: более высокий пост — более достойным, без оглядки на гендерные факторы.

Всё зависит от самих женщин, их способностей, трудолюбия, энергии, инициативы, силы воли наконец. У меня за плечами не одно десятилетие работы. На любом посту я трудилась на равных с мужчинами. Мне не делали никаких поблажек, скидок на то, что я женщина. Спрашивали по полной. В принятии решений, контроле над их реализацией не только от мужчины, но и от женщины требуются твёрдость, решимость, а когда нужно — и жёсткость. И я эти качества проявляла.

Так что, дорогие женщины, действуйте, добивайтесь, доказывайте практическими результатами правомерность своих притязаний на успешное продвижение по ступеням политической, государственной, предпринимательской, научной и иной карьеры.



В отличие от советского периода, когда женщины массово поднимались над мужчинами лишь во время парадов физкультурников, в наши дни они могут это сделать на любом посту.

Фото Бориса СЕМЁНОВА

Сейчас для этого есть все условия, государство вас поддерживает. Дело только за вами.

ГЛАВНОЕ — НАСТОЙЧИВОСТЬ

— Недавно прошёл конкурс «Лидеры России», где вы стали одной из наставниц. По вашим словам, сделали это, чтобы «стимулировать участие большего числа женщин». Какие у вас впечатления от мастер-класса, который вы провели? Каково это — быть наставником?

— Я бы не ставила знак равенства между мастер-классом и наставничеством. Цель наставничества — содействие становлению человека как специалиста высокого класса в области государственного или корпоративного управления. А это требует прежде всего обретения всестороннего интеллектуального, социального, политического опыта, без чего не достичь профессиональных высот на управленческом поприще. Это особый опыт, его не получишь ни в университете, ни на мастер-классе. Его даёт сама жизнь, но его можно получить и от человека, который готов им поделиться. Это и есть наставник.

Сделаю всё, чтобы стать таким наставником для Светланы Костиковой. Войдя в число победителей конкурса «Лидеры России», она получила приглашение на работу в Российский фонд прямых инвестиций — структуру, которая занимается инвестиционными проектами с участием зарубежного капитала. Светлана — хорошо образованная, умная девушка, заряженная позитивной энергией. У нас состоялась первая полно-

форматная встреча, которая позволила нам лучше узнать и, я бы сказала, почувствовать друг друга. Такое впечатление, что мы настроены на одну волну и наше взаимодействие не будет чем-то чисто формальным, а станет именно сотрудничеством.

Определили тему проекта, который будет готовить Светлана. Речь о подготовке конкретных рекомендаций по повышению эффективности инвестиционной деятельности российских регионов. Совет Федерации держит эту проблему под особым контролем. Естественно, будем помогать Светлане в её работе.

Я согласилась взять на себя роль наставника, так как мы живём в мире острой конкуренции. В ней побеждает государство, которое располагает лучшим человеческим капиталом, сильной элитой. Россия — страна, богатая талантами. Их надо находить, растить, помогать им как можно полнее раскрыть

свои творческие способности. Конкурс «Лидеры России» направлен на решение этой ключевой для будущего страны задачи.

Конечно, наставничество не может гарантированно уберечь от ошибок и неудач. Но оно поможет избежать серьёзных ошибок, досадных промахов. Я убедилась в этом на собственном опыте. Считаю, мне очень повезло, что на моём жизненном пути были люди, которые сыграли огромную роль в моём личностном развитии, профессиональном и служебном росте. Всегда с благодарностью вспоминаю внимание и помощь со стороны Евгения Максимовича Примакова. Рядом с ним я прошла уникальную школу политики и государственного управления. Невозможно переоценить работу в команде Президента России Владимира Владимировича Путина — политика и государственного деятеля мирового уровня. Этот период — самый интересный и плодотворный в моей жизни.

— На ваш взгляд, почему в таких конкурсах, как «Лидеры России», пока участвует относительно мало женщин?

— В марте у нас в палате СФ прошла встреча с женщинами — финалистами этого конкурса. В зале была представлена почти вся география нашей страны. Девушки, молодые женщины — умные, образованные, целеустремлённые, при этом красивые и женственные! И все были едины во мнении, что для участия в конкурсе, в других подобных состязаниях перед женщинами дорога открыта. Никакой «полосы препятствий» на ней нет. Главное — желание, воля, настойчивость самих женщин. Вместе с тем, полагая, организаторам конкурса совместно с региональными властями следует предпринять шаги, которые бы способствовали более заинтересованному и активному участию женщин в таких мероприятиях.

Елена ДАНИЛЕВИЧ
(«АиФ — Петербург»)

ОПАСНЫЕ, РАННИЕ ПРОДУКТЫ!

Все чаще появляются новости об отравлениях нитратами. Как же выбрать полезный фрукт и не отравиться?
А. Алексеева, Химки

Действительно, случаи отравления нитратами уже не редкость. К сожалению, из года в год последствия пищевых отравлений все страшнее. В зону риска попадают беременные женщины и дети. Токсичная доза для грудного ребенка 10 мг. С особым вниманием надо относиться к ранним фруктам и овощам. Соблазнившись их привлекательным видом, люди не учитывают,



что они содержат куда больше нитратов, чем витаминов. На сегодняшний день современная ферма очень похожа на химическую лабораторию. Больше удобрений — больше урожай, а значит и прибыль. Уберечь себя и своих близких можно, если проверять продукты на нитраты и радиацию. Для этого разработан специальный прибор — СоЭкс Эквизор F4. Прибор может измерить радиацию, проверить качество воды, обнаружить опасные электромагнитные излучения, а так же проверит содержание нитратов в овощах, фруктах, прощ говоря все продукты, которые попадают на наш стол.

www.soeks.ru бесплатный телефон 8-800-777-14-37

ООО "Электронные системы", ОГРН 1167746523647, 140072, М.О. г. Люберцы, р.п. Томилино, д. 23/1, пом. 2, ИНН 9715260998, р/с 40702810202540001825, к/с 30101810 200000000593, БИК 044525593, КПП 771501001

Реклама 16+

ПОЧЕМУ ДВЕ ТРЕТИ ГРАЖДАН РФ НЕ МОГУТ ПОЗВОЛИТЬ СЕБЕ НАКОПЛЕНИЯ?

ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА

ПО ДАННЫМ ОПРОСА «ЛЕВАДА-ЦЕНТРА», 65% ГРАЖДАН РФ НЕ ИМЕЮТ ВОЗМОЖНОСТИ ДЕЛАТЬ НАКОПЛЕНИЯ НА ЧЁРНЫЙ ДЕНЬ.

Большая часть населения тратит деньги только на первоочередные нужды и не может создать себе даже маленькую подушку финансовой безопасности. Чем чревата для страны такая ситуация?

МНЕНИЕ



ДЕЛЯГИНА

Для начала несколько простых фактов. Федеральный российский бюджет от денег захлёбывается. За 2018 г. он увеличил неиспользуемые остатки средств на 3,3 трлн руб.

В этом году планирует увеличить ещё на 3,5 трлн руб. На 1 апреля 2019 г. неиспользуемые остатки средств на счетах федерального бюджета — 11 трлн руб. Международные резервы в 2 раза больше того уровня, который необходим для обеспечения валютной стабильности.

У российских миллиардеров и олигархов дела идут просто восхитительно. Количество миллиардеров растёт. Три богатейших жителя Лондона — формально граждане России. И вдруг на фоне этой благостной картины выясняется, что простые люди не могут позволить себе даже простейшие накопления.

Странно? Нет, конечно. Ведь председатель Центробанка госпожа Набиуллина недавно заявила, что меры, которые её ведомство проводит по ограничению инфляции, ведут

к обеднению населения. Какой вывод из этого делают простые люди? Они начинают думать, что их нищета — это результат планомерной правительственной политики. Следующая мысль, которая приходит в голову: что государство — это враг народа, потому что оно искусственно удерживает людей в нищете. К чему приводят такие мысли, мы все знаем по многострадальной истории нашей страны.

Но искусственная бедность создаётся не потому, что кто-то зверь или садист. Она создаётся потому, что социально-экономическая политика в России определяется людьми, которые считают, что государство должно служить не народу, а глобальным спекулянтам.

Для этих глобальных спекулянтов каждый рубль, который направлен на развитие России, вреден. Потому что, с одной стороны, он повышает конкурентные возможности нашей страны в мире, а с другой — эти деньги точно не пойдут на спекуляцию. Кроме того, спекулянтам необходима дестабилизация, потому что самые выгодные спекуляции возможны в условиях хаоса. Соответственно либералы, которые управляют нашей финансовой сферой, в силу своих идеологических воззрений, обеспечивают удержание граждан России в бедности и нищете.

Чтобы изменить ситуацию, нужно менять социально-экономическую политику. Иначе не то что развитие, а само существование страны окажется под угрозой.

Михаил Делягин,
доктор экономических наук,
публицист

ПОЧЕМУ

УЧИТЕЛЯ У НАС
БЕЗЗАЩИТНЫЕ?

В ЯКУТИИ УЧЕНИКИ НАПАЛИ НА ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ С НОЖОМ ПОСЛЕ ТОГО, КАК ПЕДАГОГ СДЕЛАЛ ИМ ЗАМЕЧАНИЕ.

Недели не проходят без происшествий с учителями: их бьют ученики, их травят родители или коллеги и начальство за фото в соцсети, грубые слова в адрес ученика и пр. Почему педагоги стали совершенно беззащитными?

МНЕНИЕ



ПОГОДИНА

Мне кажется, учителя уже давно бесправны. Школу сделали виноватой во всём. Случился пожар у кого-то дома, украли шоколадку из магазина, дети дорогу не там перешли — виновата школа. Думаю, такое отношение к учителям и порождает подобные ситуации. Если в советские времена было уважение к педагогу, а до революции — уважение и боязнь, то сейчас и родители, и ученики чётко знают свои права, вот только мало кто хочет знать свои обязанности.

Я своим коллегам всегда говорю: не провоцируйте никаким образом никого и ни на что. Времена, когда учитель был всегда прав и никто не пытался перечить, прошли. Помню, когда я учился, девчонкам серёжки не разрешали носить в школу, за небрежную причёску или одежду выносили порицание. Это, конечно, перебор. А сейчас покрасила волосы в красный цвет, пришла в школу... Нет у нас золотой середины ни в чём. Педагоги могут только беседовать с ребёнком, объяснить, что это учебное заведение, где требуется деловой стиль. Больше мы ничего сделать не можем. Потому я и советую учителям: больше говорите на классных часах об этике и эстетике, правилах поведения, обсуждайте ситуации, которые стали известными из СМИ. Мы сейчас возвращаемся к тому, что воспитательный процесс должен присутствовать в школе. Но сводится он к беседам.

Что касается поведения учителей в соцсетях... Если женщина хочет загорать в купальнике, это её личное дело. И если кто-то зашёл на её личную страничку, взял оттуда фото, опубликовал и начал обсуждать — вопросы надо задавать этому человеку: почему он использовал личную информацию без разрешения?

К педагогам нужно относиться бережнее. Когда по отношению к учителям срабатывает установка «Ты всегда виноват», невозможно повысить авторитет педагога, привить любовь и уважение к профессии. Кто пойдёт работать с детьми? Последние учителя разбегутся. В провинции и так проблема учительских кадров с каждым годом всё острее.

Сергей Погодин,
директор школы № 4
г. Нелидово Тверской обл.

ФОТО НЕДЕЛИ



В ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ ВЫПАЛ ЛЕТНИЙ СНЕГ



В начале июня в Иркутской области неожиданно выпал снег, да так, что завалил трассу Усть-Илимск — Братск. На дороге возникли заторы — водители просто не рискнули продолжить движение на летней резине. Природе зима пришлось ко двору. Ведь из-за жаркой весны (температура в мае местами поднималась до +30) в Иркутской области начались массовые лесные пожары. В некоторых районах, где огонь вплотную приблизился к населённым пунктам, даже ввели режим ЧС. Такой зимний каприз погоды естественным образом сократит зоны возгорания, а МЧС даст небольшую передышку в борьбе с огненной стихией.

Фото youtube.com/watch?v=Mn_qZHB0APy

ПОЧЕМУ В МЕКСИКЕ БОГАТСТВО КОРРУПЦИОНЕРОВ ДЕЛЯТ МЕЖДУ БЕДНЫМИ, А У НАС НЕТ?

МЕКСИКАНСКИЕ ВЛАСТИ НАЧАЛИ РАСПРОДАВАТЬ С АУКЦИОНА ИМУЩЕСТВО, ИЗЪЯТОЕ У КОРРУПЦИОНЕРОВ, ПИШЕТ ГАЗЕТА THE GUARDIAN. ПОЛУЧЕННЫЕ СРЕДСТВА РАСПРЕДЕЛЯЮТ МЕЖДУ БЕДНЫМИ И НА СОЦПРОГРАММЫ. А ЧТО ЖЕ У НАС?

МНЕНИЕ



ПОЛЯКОВА

А у нас почему-то очередного коррупционера объявляют в розыск только после того, как он закончит последнюю операцию по выведению средств за границу.

Хищения носят чудовищный характер. Приведу пример: строительство Университета на Ленинских горах и всех московских высоток в переводе на современный курс обошлось Советскому государству в 1,5 млрд

долл. Таким образом, получается: один только экс-министр финансов Московской обл. Алексей Кузнецов незаконно вывез из России 2 (!) университета плюс все высотки. Можете представить, сколько средств недополучили медицина, наука, культура?

Почему же в Мексике додумались до конфискации имущества коррупционеров, а у нас не могут? Дело в том, что латиноамериканский темперамент гораздо более взрывной. Мы поднимаемся на серьёзные социальные сломы очень редко, тем более что были они за последние столетия не очень удачные. Наша национальная память предлагает терпеть до последнего, потому что

у нас развал государства равен исчезновению народа.

Погружение народа в кошмар 1990-х прошло без большой крови. И это у некоторых «наверху» породило иллюзию, что можно и дальше проводить в жизнь принцип: чтобы богатые богатели, как хотели, а бедным мы будем помогать, как хотим. Но это ошибочно. Как писатель, я наблюдаю зреющие грозды социального недовольства. В России давно пора жёстко прописать в законе конфискацию для коррупционеров. А вырученные от продажи их добра средства аккумулировать в Фонде поддержки социальной справедливости, вкладывая их в образование, здравоохранение, в повышение пенсий, поддерж-

ку многодетных семей и одиноких матерей.

Кому-то это покажется утопическим. Но если мы посмотрим на Мексику или другие страны, где произошли серьёзные сломы, там всё, о чём я говорю, есть. А вспомните нашу историю: чтобы восстановить страну после разрухи и Гражданской войны, были до нитки обобранные крестьяне. Общественное мнение говорит: да, это был жесточайший шаг, но он был неизбежен. Благодаря этому мы провели индустриализацию, обучили страну грамоте и победили в войне, а то бы нас вообще не было. Почему бы следующий рывок нам не сделать за счёт лёгкого облегчения кошельков тех людей, которые сделали состояние в 1990-е гг. на нашей геополитической, моральной, экономической катастрофе?

Юрий Поляков,
писатель

Подготовила Юлия ШИГАРЕВА (Y.Shigareva@aif.ru).

ЛЕТО

ЛЕТО, А С НИМ НАЧИНАЕТСЯ ПОРА ОТПУСКОВ И КАНИКУЛ. О ТОМ, КАК ОБЕЗОПАСИТЬ СЕБЯ И СВОИХ ДЕТЕЙ В ЭТУ ПОРУ, НАШ РАЗГОВОР С ГЛАВОЙ РОСПОТРЕБНАДЗОРА АННОЙ ПОПОВОЙ.



— Анна Юрьевна, какие в этом году будут предприниматься меры, чтобы обезопасить детей, отправляющихся на летний отдых в лагерь, от подстерегающих их там летом опасностей — различных ЧП?

— Серьёзно изменилась нормативная и законодательная база. Нашему ведомству вернули право выдавать санэпидзаключение, без которого летнее оздоровительное учреждение просто не может быть открыто. Без этого документа на гербовой бумаге уже второй год открыть лагерь невозможно. Если заведение не внесено в реестр, то оно просто нелегальное. Первые результаты мы увидели уже по итогам прошлого сезона. Со своей стороны мы очень постараемся, чтобы он был улучшен в этом году: чтобы даже особо отчаянные частники не позволяли себе собирать с родителей деньги, вести детей в неразрешённые походы или отправлять их жить на заброшенные базы отдыха.

Мой личный настоятельный совет всем родителям, которые планируют отправлять детей на отдых: проверьте, входит ли лагерь, который вы выбрали, в реестр летних оздоровительных учреждений. Эта информационная система действует в режиме реального времени и постоянно обновляется актуальной информацией.

— Ещё одна сезонная опасность — пищевые отравления, которые также из года в год регистрируются в детских лагерях. Как защитить от них?

— Число вспышек, связанных с пищевым и водными отравлениями, в стране из года в год снижается. Если в конце 1990-х — начале 2000-х регистрировалось 400–500 таких случаев в год, то в последние годы — 150–170. Сравните: по официальным данным Евросоюза, там еженедельно регистрируется порядка 100 таких ЧП, а у нас в 4,5–5 раз меньше.

УКОЛИСЬ — И ЗАБУДЬ

— А что сделано, чтобы предотвратить эпидемии инфекционных заболеваний? Вон на Украине свирепствует корь...

— Да, корь продолжает оставаться очень актуальной проблемой в странах Европы. С начала 2019 г. там зарегистрирована уже 51 тысяча заболевших корью. Больше поло-

вины цифры — это Украина. И этот постоянный очаг, который уже не тлеет, а просто пылает, не может не доставлять беспокойства.

В России очень хорошие по сравнению с европейскими и общемировыми показатели иммунизации населения против кори, привиты 97–98% от подлежащих вакцинации. Но из-за тревожной ситуации по поручению председателя Правительства РФ Дмитрия Медведева было подписано постановление главного государственного санитарного врача о дополнительных мерах по противодействию распространению кори. Оно начало действовать с 1 апреля. Главная мера — всё та же вакцинация, только охват категорий шире. Сейчас уже 50% ранее непривитых охвачены.

— А кто эти ранее непривитые?

— Те, кто не имел поствакцинального иммунитета. Сюда попали также дети с медицинскими отводами. Специальные иммунологические комиссии в каждом субъекте, в каждом муниципалитете посмотрели детей и нашли щадящие для них схемы иммунизации. Ну и параллельно ведётся очень плотная работа с родителями, которые отказывались от прививок...

— А таких сейчас много...

— В этом смысле очень важна роль СМИ. Именно они должны разъяснять риски отказа от прививок. Одних усилий медицинской обществу недостаточно, хотя здесь делается очень много, недостаточно.



Призываю каждого помнить о своих правах как потребителя. Вы заплатили — будьте требовательны.

Каждый родитель хочет, чтобы дети летом здоровье поправили, укрепили и вернулись к началу учебного года с хорошими показателями здоровья. Но при этом родители не всегда соизмеряют риски между придуманными историями о вреде прививок и реальным риском заболеть инфекционным заболеванием.

Помимо кори в Европе увеличилось число заболевших коклюшем, паротитом. Вот вам цифры: в Евросоюзе в 2017 г. показатель заболеваемости коклюшем был почти в 2,5 раза выше, чем в РФ. А если брать, например, отделим Норвегию, то в 12,5 раза. Велик там и риск дифтерии: вот уже который год в РФ регистрируется 1–2 случая этого заболевания. В ЕС от 38 до 65 случаев. В Индии — 5300 случаев! Сегодня риск подхватить коклюш, дифтерию и корь за границей, даже в Европе, на порядок выше, чем внутри страны. То есть, если вы везёте ребёнка за границу, посмотрите внимательно, все ли прививки ему сделаны.

КОКСАКИ АТАКУЕТ

— Наши люди любят Турцию, но там, пугают, вирус Коксаки до сих пор свирепствует. Это так?

— Коксаки — один из вариантов многочисленного семейства



Летние каникулы — это здорово, если здоров.

Фото Фотохроника ТАСС

энтеровирусов. И да, конечно, уровень заболеваемости в РФ в последние два года неизмеримо ниже, чем в других странах. И это при том, что там такой статистики, как у нас, практически не ведётся. У нас до сих пор действует проверенная советская система: регистрируется и расшифровывается каждый случай. То есть по каждому случаю мы понимаем, кто первый заболевший, откуда у него тот или иной возбудитель. Два года назад, когда мы впервые столкнулись с очень высокой заболеваемостью энтеровирусной

инфекцией в Турции в летний период, начали плотно взаимодействовать с местными коллегами-учёными, делились своим опытом. Именно по этому два последних лета прошли гораздо спокойнее. Также удалось навести порядок и на российских курортах, но здесь ещё очень много надо сделать. Определение понятия «пляж» и требований к ним появилось в нашем законодательстве. Пока они носят рекомендательный характер. Система постепенно выстраивается. Но уже сегодня часть пляжей на Черноморском побережье Сочи имеет голубой флаг — высочайший знак мирового признания качества, который присваивается Лазурному Берегу Франции, например.

КАК НЕ ЗАГУБИТЬ ОТДЫХ

— На фоне цифр по отравлениям, Коксаки и кори отдых на отечественных курортах выглядит предпочтительнее. А чего опасаться отдыхающим и какие меры предосторожности соблюдать?

— Коротко перечислю риски, с которыми сталкивается отдыхающий в любой стране.

Начну с рисков воздушно-капельных инфекций, о которых мы говорили выше. Тут единственный верный путь защиты — прививка. Если вдруг попадаете

в ситуацию, когда вы не привиты против инфекции, то главные меры предосторожности — чистые руки, постоянно чистое лицо, маска, ну и контроль температуры, если контактировали с уже заболевшим.

Ещё одна группа инфекций, которые передаются через комаров. Их число год от года растёт. Надо защищать от комаров и себя, и своих детей. Здесь простые правила: должны быть репелленты, которые вы регулярно наносите на кожу, и закрыты окна в помещении.

Ну и, безусловно, клещи. Здесь — обязательные прививки против клещевого вирусного энцефалита для людей, которые по долгу своей работы или службы должны находиться в местах, где есть эти насекомые. А также для тех, кто собирается в поход на территории, где отмечены появления клещей. Прививка делается дважды, и закончить процедуру нужно за две недели до выхода на природу. Всем остальным при пребывании в лесу нужно иметь правильную, закрывающую тело и обработанную репеллентами одежду. И не забывать, что клещевой вирусный энцефалит передаётся через некипячёное молоко инфицированных коз. Ежегодно мы регистрируем несколько случаев таких заражений.

Ещё риск — отравление. Для заболеваний, которые связаны с попаданием инфекций через рот — через загрязнённую воду и продукты питания, главные меры профилактики: всегда чистые руки, личная гигиена, питьевая вода только из бутылки, которую вы сами открываете или которую открыли в общепите при вас, и, конечно, питание. О правилах здорового, безопасного и качественного питания должен знать и помнить каждый человек, относящийся ответственно к своему здоровью. Думать о том, какую пользу организму могут принести продукты. Мы строим свой организм из того, что потребляем. Умеренное употребление жиров, сахара,

соли, газированных напитков и продуктов фастфуда очень важно. Нельзя покупать еду на улице, тем более у дорог, и никогда не покупайте продукты там, где вам внешне не нравится. Должны быть чистый прилавок, чистый продавец, качественные, без признаков порчи продукты, которые хранятся в холоде.

Я призываю каждого помнить о своих правах как потребителя. Вы платите — будьте требовательны. Приезжаете вы на курорт, а в детском бассейне плещется ребёнок с насморком или с сыпью. Администрация отеля должна это прекратить немедленно. Это их обязанность: сделать так, чтобы здоровые люди не соприкасались с больными, и тем более с детьми. Для детей мелкие тёплые бассейны при не очень качественных их обеззараживании и обработке — это источник распространения инфекции как раз такой, как вирус Коксаки. Поэтому требуйте от администрации отеля, от вашего туроператора, чтобы условия были безопасными для вас. То же самое касается проживания, питания. Не нравится вкус? Подозреваете, что это небезопасная продукция? Требуйте, чтобы вам её заменили. Чтобы вам предоставили те условия, в которых вы и ваши дети не заболеете.

Роспотребнадзор регулярно выпускает самые разные памятки, которые вы легко найдёте на нашем сайте. С 20 мая мы запустили всероссийскую «горячую линию» по летнему отдыху. По телефону единого консультационного центра 8-800-555-49-43 каждого гражданина страны будут готовы проконсультировать специалисты Роспотребнадзора.

Наша «горячая линия» работает круглосуточно, мы готовы защитить вас в рамках наших полномочий.



Юлия ТУТИНА,
U.Tutina@aif.ru

ТЕМА НОМЕРА

МОНОГОРОДА – ИЗОБРЕТЕНИЕ ВОВСЕ НЕ СОВЕТСКОГО ВРЕМЕНИ. ОНИ СТАЛИ ПОЯВЛЯТЬСЯ НА РУСИ ЕЩЁ ВО ВРЕМЕНА ПЕТРА I. И В КОНЦЕ XIX В. (ОСОБЕННО В ЭПОХУ ТАК НАЗЫВАЕМОГО СИТЦЕВОГО КАПИТАЛИЗМА), И В XX В. МОНОГОРОДА БЫЛИ ЛОКОМОТИВАМИ ЭКОНОМИКИ. ПОЧЕМУ ЖЕ СЕЙЧАС ОНИ ПРЕВРАТИЛИСЬ В ОБУЗУ И ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ВДОХНУТЬ В НИХ ЖИЗНЬ?

ОДНИХ ДОБИЛ КРИЗИС, ДРУГИХ – САНКЦИИ

БУДУЩЕЕ ТУМАННО

Надвоицы, что в Карелии, – типичный моногород. В прошлом году здесь приключилась беда: Надвоицкий алюминевый завод (НАЗ) приступил к консервации основных мощностей – электролизных ванн. И будущее многих жителей Надвоиц в очередной раз оказалось окутано туманом.

Почему в очередной? Потому что за последние 10 лет Надвоицы уже пережили два кризиса. Первый – в 2009 г. Тогда тоже законсервировали электролизное производство. Для города это обернулось демографическим провалом – население буквально за год сократилось почти на 2 тыс. человек (а всего здесь живёт 10 тыс.). А в 2013 г. РУСАЛ хотел закрыть завод, но вмешались власти и не дали предприятию прекратить работу.

В 2018 г. в жизнь Надвоиц вмешались санкции США, точнее, запрет американским компаниям покупать российский алюминий. Электролизные ванны пришлось разобрать, производство законсервировать. По мнению некоторых специалистов предприятия, возобновить его будет проблематично.

Жители Надвоиц потихоньку уезжают из посёлка. Однако бросить всё и начать жизнь на новом месте зачастую не получается: их квартиры и дачи покупать никто не хочет. А оплачивать счета за коммунальные услуги всё равно надо. И люди попадают в долговую кабалу. Многие мужчины устроились вахтовиками и теперь месяцами не видят семьи.

Часть работников НАЗа всё-таки удалось пристроить на новый завод «Русский радиатор», но он пока не вышел на проектную мощность. Этой весной появился ещё один проект – предприятие по производству микрошунгита. Первая маши-

на, выпускающая тонкодисперсный порошок, должна быть запущена в июне. Это даст Надвоицам 40 рабочих мест. Вот только до введения санкций на предприятии РУСАЛа работали 343 человека, а в самом посёлке проживали 7,6 тыс. человек. Куда податься им?

В ХИМИИ – ЖИЗНЬ!

26 мая Россия отметила День химика. В Усолье-Сибирском, которое находится в полутора часах езды от Иркутска, к празднику решили привести в порядок обветшавшую стелу «Химпром». Сегодня она служит грустным напоминанием о славном прошлом города.

В лучшие годы на предприятии, а оно было одним из крупнейших и старейших в стране, трудились 13 тыс. человек. Сейчас от флага химической промышленности, окончательно закрывшегося в 2014 г., осталась лишь огромная полуразрушенная площадка, которая приносит городу массу проблем: охотники за цветным металлом вскрывают цистерны, наполненные опасными химотходами. Ликвидировать ЧП каждый раз приходится спасателям.

Как рассказывает местная жительница **Инна Прокопенко**, усольчане, которых уволили с завода, найти другую работу в родном городе, как правило, не могли. Из-за этого кто-то переехал сразу, кто-то продолжает жить в Усолье, но каждый день мотается в соседние Иркутск и Ангарск.

«Мы стали каким-то пригородом областного центра, – делится усольчанка **Марина Манилова**, мама в декрете. – Полгорода утром срывается туда. Мужчин местная зарплата не устраивает, многие выбирают вахтовый метод и уезжают зарабатывать на север региона. А мы не видим своих мужей месяцами».

Город химиков (его называют так и сейчас), оставшись без химиков, погрузился в депрессию, из которой не может выбраться. Так как перспектив получить хорошо оплачиваемую работу немного, молодёжь из Усолья уезжает. Зарплаты здесь – в пределах 20 тыс. руб., но и цены не всегда «кусаются» (хотя продукты стоят как в более благополучном Иркутске). А вот снять однокомнатную квартиру, а то и «двушку» реально за 10 тыс. руб. в месяц. Нового жилья в городе практически не строят – дома возводят только по госпрограммам, например, для переселенцев из ветхого и аварийного фонда. Тем не менее Усолье последние пару лет активно благоустраивают: обновляют парки, строят детские площадки, ремонтируют дороги. Реконструировали улицу с говорящим для города названием – Менделеева.

«С тех пор как «Химпром» закрыли, нам обещают, что у нас появится новое градообразующее предприятие, но его всё нет. Какие-то организации открываются, но их не сравнить по масштабу с тем, что было раньше», – отмечает Марина Манилова.

Власти создание новых предприятий в городе стимулируют – в 2016 г., после визита премьер-министра РФ Дмитрия Медведева, Усолью присвоили статус территории опережающего социально-экономического развития (ТОСЭР). Это должно помочь привлечь инвестиции: бизнесмен, вложив в усольское предприятие 50 млн руб. и создав 20 рабочих мест, может получить множество налоговых льгот.

Как рассказала **председатель комитета экономического развития администрации Усолья Ирина Трофимова**, сейчас в ТОСЭР зарегистрировано 14 компаний, большинство из которых стали резидентами в конце 2018 – начале 2019 г. (среди них есть производители фанеры, топливных пеллет и даже мороженого).

Однако больше всего надежд местные власти возлагают именно на химиков – в городе готовится построить комплекс по производству фармацевти-

ческих субстанций и готовых лекарств. Оно создаст 950 рабочих мест. Пока же за три года Усолье получило только 306 новых вакансий.

«БУДЕМ ЖИТЬ!»

Каждый третий житель Вологодчины живёт в моногороде, поэтому об их поддержке здесь задумались почти 10 лет назад. Ещё в 2010 г. регион «выбил» целевые средства из федерального бюджета, а сейчас в области действует собственная региональная программа комплексного развития моногородов, в которую в 2018 г. вложили 1,6 млрд руб. из бюджетов всех уровней, что позволило создать 12 тыс. новых рабочих мест. Череповец и Сокол – одни из немногих городов, которые стабильно развиваются. Череповец хоть и райцентр, но превосходит по числу населения областную столицу – здесь живут 320 тыс. человек. В городе минимальная безработица – 0,7%, а число вакансий гораздо больше официального числа безработных. Созданы индустриальные парки «Череповец» и «Шексна», не так давно город получил статус ТОСЭР. Средние зарплаты металлургов – 50 тыс. руб., у химиков – 60 тыс. руб.

А ведь совсем недавно Череповец готовился к самому плохому сценарию.

«Когда в 2010 г. наступил кризис, я подумал, что всё, дальше жизни тут не будет, – рассказывает рабочий одного из заводов **Андрей Соболев**. – В городе царил мрачный настрой, друзья собирались уезжать, я тоже подумывал. Всё-таки двое детей, хочется, чтобы образование хорошее получили, работу нашли. Прошло 10 лет, и я думаю, хорошо, что не решился на переезд. Череповец развивается, открываются новые производства. В городе строятся детские сады, школа, фонтан красивый появился, магазинов много и везде покупатели есть. Программа по моногородам неплохую поддержку оказала. Мой друг открыл свой бизнес, а я с завода ушёл на новое предприятие. Там условия

МОНОГОРОДА В ЦИФРАХ И ФАКТАХ

В официальный перечень моногородов входят

317 городов

Численность населения в них –

13 млн человек



Инфографика Анны ХАРИТОНОВОЙ

труда лучше и зарплата выше. Так что – будем жить!»

Ещё один вологодский моногород – Сокол. Когда-то его называли «городом бумажников», сейчас здесь делают упор на лесозаготовку и деревопереработку. Но и построенные ещё в советские времена предприятия по-прежнему работают, хоть и в меньших объёмах. Но местные видят в этом плюсы – выбросы от целлюлозного производства заметно сократились, экология улучшилась. Здесь реконструировали спортивный стадион, создали парк на месте пустыря, обустроивается набережная реки Сухоны, ремонтируются дворы и дороги. «У нас за прошлый год в ремонт дорог было вложено больше, чем за предыдущие 10 лет, – говорит житель города **Алексей Смирнов**. – А в этом только на реконструкцию акведука потратят 86 млн руб.»

Нет проблем и с устройством детей в детсады, а скоро появится новая школа, которая поможет отказаться от учёбы во вторую смену.

Хронические запоры? Геморрой?

Фибралакс Эвалар

В отличие от обычных слабительных, лекарство **Фибралакс Эвалар**

1. Восстанавливает регулярную работу кишечника даже при хронических запорах.
2. Облегчает симптомы геморроя, размягчая кишечное содержимое и действуя как смазка.

Растворимые волокна в составе **Фибралакса** способствуют:

1. Восстановлению кишечной микрофлоры².
2. Снижению риска возникновения опухолей прямой кишки².

Разрешен к применению беременным женщинам³.

При лечении геморроя — добавь Фибралакс!

Спрашивайте в аптеках!

www.evalar.ru 8-800-200-52-52 (для справок).

apteka.ru

Бесплатная доставка в ближайшую аптеку



¹ По действующим компонентам. ² Броневец И.Н., Сакович М.Н., Хомич Е.Н. Роль пищевых волокон в питании, профилактике и лечении некоторых заболеваний. — Минск, 1989. — С. 35. ³ По назначению врача. 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 102220055376. Реклама.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ПООДИНОЧКЕ

сегодня 30% от общего количества городов в России?

ТОП-3 крупных

1 Тольятти (Самарская обл.)

711 тыс. человек

2 Новокузнецк (Кемеровская обл.)

553 тыс. человек

3 Набережные Челны (Татарстан)

532 тыс. человек

ТОП-3 малых

4 пос. Краснофарфорный (Новгородская обл.)

1378 человек

5 пос. Беринговский (Чукотка)

1476 человек

6 пос. Великооктябрьский (Тверская обл.)

1916 человек

ТОП-3 с необычными названиями

7 Мохсоголлох (Якутия)

6159 человек

8 Лахденпохья (Карелия)

7294 человека

9 Сясьстрой (Ленинградская обл.)

12549 человек



ЧЕМ ПОМОЖЕТ ГОСУДАРСТВО?



Что делает государство, чтобы помочь проблемным моногородам? Получается ли вдохнуть в них жизнь или проще взять и переселить жителей? На вопросы «АиФ» ответила зампреда ВЭБ.РФ, гендиректор Фонда развития моногородов Ирина МАКИЕВА.

УЕЗЖАТЬ НЕ ХОТЯТ

— Ирина Владимировна, ещё недавно в РФ насчитывалось 319 моногородов, теперь их 317. Почему?

— Три города в Пермском крае объединились в один: Пашня, Горнозаводск и Тёплая Гора вошли в Горнозаводский городской округ. Объединение финансовых и кадровых ресурсов даст мощный эффект, и эту практику нужно тиражировать в другие моногорода.

Зависимость от градообразующего предприятия — по-прежнему актуальная проблема для некоторых моногородов. Но в целом ситуация уже не столь тяжёлая, какой она была 10 лет назад, когда о событиях в Пикалёве в 2009-м была наслышана вся страна.

— Может, некоторые проще переселить, чем поддерживать в них жизнь?

— Такие предложения звучали. Тема переселения появляется, когда единственное в городе градообразующее предприятие находится на грани закрытия. Например, когда истощаются запасы ископаемых на местном градообразующем горно-обогатительном комбинате. Мы проводили опросы и выяснили, что жители, особенно старшее поколение, не хотят покидать родные места. Даже если в городе сложилась тяжёлая социально-эко-

номическая обстановка. Нельзя насильно взять и переселить людей в другое место, это только их выбор. И пока в городе живут люди, ему нужно помогать.

— У вас есть рецепт, как реанимировать моногорода?

— После ситуации в Пикалёве по поручению президента была создана комиссия, в которую вошли 8 министерств и ведомств, крупные корпорации, профсоюзы, общественные организации. Когда в каком-то моногороде возникала проблема, все направляли ресурсы туда. Несколько лет комиссия работала в режиме пожарной команды и выработала несколько моделей перезапуска моногородов. Например, градообразующее предприятие переходило на выпуск другой продукции. Второй вариант — за счёт государства строились корпуса, подводилась инфраструктура, и инвестор приглашался на готовое место. Третий — активно развивали в моногороде малый и средний бизнес. Цель — создание направлений, альтернативных деятельности градообразующего предприятия, чтобы город экономически стал более устойчивым.

— Где это удалось?

— Череповец Вологодской обл. фактически уже не является моногородом. Помимо чёрной металлургии ведущей отраслью города стало производство минеральных удобрений. В результате слияния мощностей двух предприятий образовано новое — «ФосАгро-Череповец», построено два производства карбамида, реконструировано единственное в РФ производство фтористого алюминия. Развиваются машиностроение, металлообработка. Там же, в Череповце, есть индустриальный парк, для которого фонд выделил 800 млн руб. Построенной инфраструктурой воспользовалась компания — производитель фибролитовых

плит и стеновых панелей. Среди резидентов также — производитель счётчиков, предприятие по производству металлоконструкций.

Или Кумертау в Башкортостане, раньше он специализировался на производстве вертолётов. Но осенью 2017 г. там открылся крупный маслоэкстракционный завод, который будет производить до 14 тыс. т подсолнечного масла ежемесячно. Инвестор пришёл из другого региона и построил мощное предприятие. Что для этого делалось? Наш фонд построил инфраструктуру до объекта, выделил субсидию. Когда предприниматель получил поддержку, он был в шоке. «Я, — говорит, — никогда ничего не получал от государства». Потом он подсчитал, сколько сэкономил, если бы сам с нуля строил в чистом поле, и решил взять льготный заём на развитие в размере 1 млрд руб.

13 июня летим в Лузу Кировской обл. открывать деревообрабатывающее производство. Компания делает современные дома из клеёного бруса, 80% продукции планирует экспортировать. А недавно я вернулась из Павловска Воронежской обл., где через 2 года будет построен мясоперерабатывающий комбинат, на котором будут работать 1 тыс. человек. Фонд выделит 1 млрд руб. на инфраструктуру для производства.

ПЯТЬ ШАГОВ К ЖИЗНИ

— Закончилась 2-летняя программа «Комплексное развитие моногородов». Каковы результаты?

— Могу сказать, что практически все задачи, которые были перед нами поставлены, выполнены. Создано свыше 3 тыс. новых рабочих

мест — и постоянных, и временных. Реализовано 1185 проектов благоустройства, отремонтировано 289 входных групп в поликлиниках — это вещи, которые напрямую влияют на настроение жителей в моногороде. В Набережных Челнах мы реализовали проект по развитию Камского индустриального парка «Мастер», сумма займа свыше 890 млн руб. Уже создано свыше 1200 новых рабочих мест. По инфраструктуре — инвестпроект в Усть-Катаве Челябинской обл. — это строительство инфраструктуры для тепличного комплекса «Горный». Выделили 1 млрд руб., это 720 новых рабочих мест.

— А в чём суть нового проекта «10–250»?

— Это заём под 0% годовых, который мы выдаём предпринимателям на развитие бизнеса в моногородах. 10 млн руб. — минимальный порог займа, 250 млн — максимальный. На Петербургском экономическом форуме подпишем первую сделку с ООО «ЗЕТТА» — производство двигателей для электромобилей.

— Появится ли новая программа поддержки моногородов?

— Мы собрали больше 3 тыс. предложений моногородов, сформировали их в проект новой программы до 2024 г. и внесли документ в Минэкономразвития. Сейчас идёт его обсуждение. Надеемся, документ в скором времени будет принят. Останавливаться нельзя.



Оно наступит. Нужно только набраться терпения.

Материалы подготовили: Юлия ШИГАРЕВА (Y.Shigareva@aif.ru), Татьяна БОГДАНОВА, Дарья ГАЛЕЕВА («АиФ в Восточной Сибири»), Наталья МОЛЧАНОВА («АиФ – Вологодская область»), Павел СИДОРОВ («АиФ-Самара»), Антон СОЛОВЬЁВ («АиФ-Карелия»). Фото PhotoXPress, фотохроника ТАСС

СПАСЕНИЕ – В СЛИЯНИИ

САМИ ЖИТЕЛИ БУДУЩЕЕ МОНОГОРОДОВ ВИДЯТ ДАЛЕКО НЕ В РАДУЖНЫХ КРАСКАХ.

МНЕНИЕ



ЖУКОВА

Наш Тольятти остаётся моногородом. Аналога АвтоВАЗу, который бы имел доход и отчисления в бюджет, сопоставимые с волжским автогигантом, нет. Да и количество работающих вместе с предприятиями, «завязанными» на АвтоВАЗ, — это большая часть от всех трудящихся. Однако живут тольяттинцы плохо. Период взлёта пришёлся на 90-е. Когда в других городах наблюдалось падение, в Тольятти, наоборот, рынок развивался, работали автодилеры. Сегодня же любой тольяттинец за 20 тыс. руб. в месяц готов работать где угодно. Покупательная способность у людей низкая, поэтому закрылись крупные торговые центры, ряд крупных сетевых магазинов.

Наиболее активные горожане давно покинули Тольятти — 70% моих знакомых и сотрудников уехали. И перспективы на ближайшие 5–10 лет я не вижу. Проблемы моногородов тянутся ещё из советской эпохи. Такие города, как правило, не имели собственного бюджета. Заботы о ведении городского хозяйства, дорогах, жилье и т. д. лежали на плечах градообразующих предприятий. Когда предприятия ушли в частные руки, финансирование соцпрограмм и программ благоустройства прекратилось, что сразу же сказалось на условиях жизни. Но бизнес и не должен заниматься городскими проблемами, он должен создавать рабочие места и платить налоги.

Одним из способов решения проблемы может стать изменение подхода к формированию городского бюджета. Моногорода должны иметь возможность формировать свои бюджеты, исходя не из числа населения, а из объёмов произведённой продукции. Это даст возможность развиваться, создавать рабочие места.

Формат моногородов в принципе оказался неудачным. Например, американский город-побратим Тольятти Флинт, где также был автозавод, сейчас превратился в город-призрак. В США эту проблему решают созданием агломераций. Современная транспортная инфраструктура позволяет жителям моногородов ездить на работу в другие населённые пункты. Эту же идею планируют воплотить и в Самарской обл. — объединить Самару и Тольятти в агломерацию.

Владимир Жуков, президент

Торгово-промышленной палаты г. Тольятти

В СЕРДЦЕ НОЖОМ

Спецназовца, воевавшего в Сирии, убили в случайной драке в Подмосковье

ГРОМКОЕ ДЕЛО

В НОЧЬ НА ВОСКРЕСЕНЬЕ НЕДАЛЕКО ОТ КРАСНОГОРСКА ПРОИЗОШЛА МАССОВАЯ ДРАКА. ПО ДАННЫМ СЛЕДСТВИЯ, БЫВШИЙ БОЕЦ СПЕЦНАЗА НИКИТА БЕЛЯНКИН ПЫТАЛСЯ РАЗНЯТЬ ТОЛПУ, НО ПОЛУЧИЛ УДАР НОЖОМ В СЕРДЦЕ.

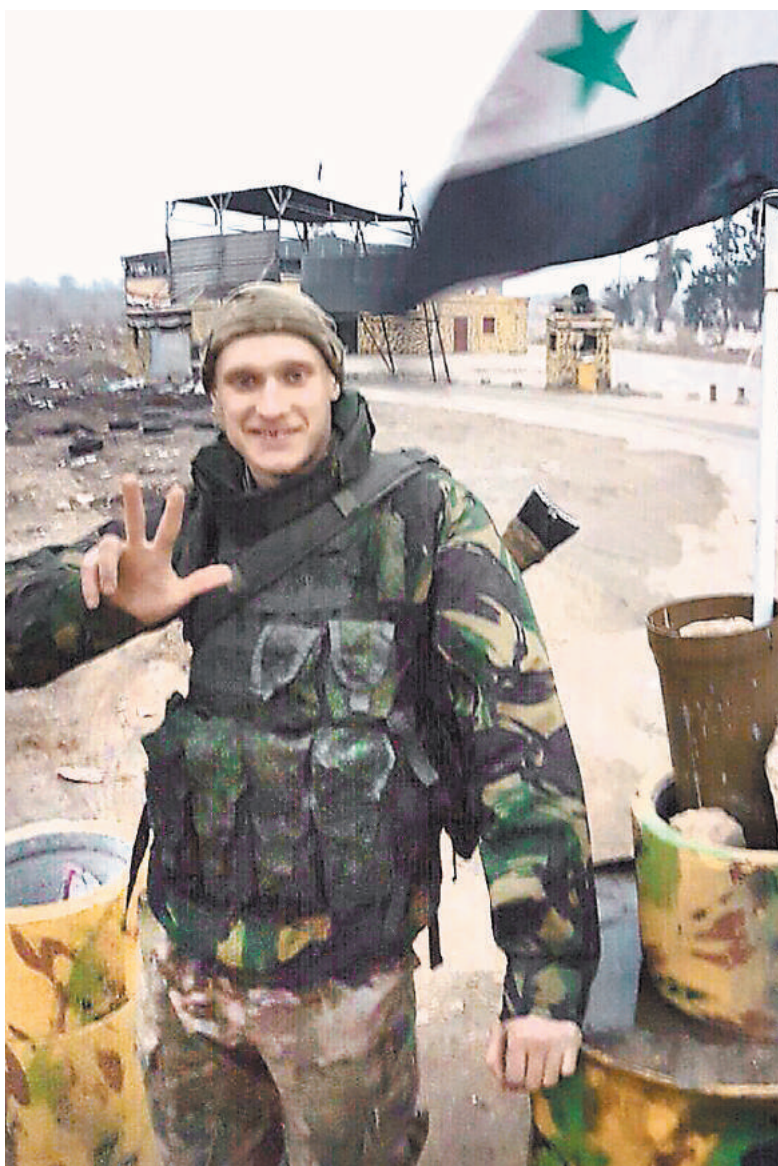
Поздно вечером 1 июня в деревне Путилково, между домами по улице Новотушинской, прибывшие по вызову правоохранители нашли двух мужчин. Один из них — Никита Белянкин — был ранен в грудь ножом и умер до приезда скорой помощи. Другого — Александра Сергеева — с ножевым ранением брюшной полости госпитализировали.

специальная подготовка». Но в какой-то момент один из них достал нож...

ХОТЕЛ НА ОПЕРАТИВНУЮ РАБОТУ

Погибшему Никите Белянкину было всего 24 года. В СМИ появилась информация, что он родом из Новосибирска, но это не так.

«Он сам коренной москвич. Мы, родители, тоже живём в Москве, — рассказал отец погибшего Алексей Белянкин. — Сын просто очень хотел служить в ГРУ и поехал в Новосибирск. Раньше учился в кадетском корпусе военной разведки, потом был членом поискового отряда «Эскадрон», который занимался поиском останков погибших во



Никита Белянкин участвовал в боях под Алеппо.

Фото из соцсетей

«Ещё когда он в школе учился, в девятом или десятом классе, однажды в новогодние праздники защитил девушку от насильника. Поймал и сдал его в полицию.

Никита вместе со своей девушкой Яной возвращался домой, когда увидел, как толпа в составе не менее 10 человек жестоко избивает двух парней возле бара «БирХауз». «Он был не из тех, кто прячется в кусты. Даже не сомневаюсь — он вообще не думал, ввязываться в конфликт или нет, — говорит друг Никиты Евгений Маслов. — О том, что происходило, я знаю от девушки Никиты. Хотя она сейчас в таком шоке, что говорить не может».

Евгений утверждает, что численное превосходство нападавших для Никиты было не страшно — «у него всё-таки

время Великой Отечественной войны. Пошёл в армию, остался на контракт. Поэтому всегда общался с военными людьми — разведчиками, спецназовцами. Изъявил желание служить в 24-й бригаде ГРУ и поехал туда. Она работала в Сирии, и, соответственно, со своей бригадой он там и был 8 месяцев». Кстати, Никита участвовал в боях под Алеппо.

У него был позывной «Кадет», что означало «свой, боевой, дружеский». Отец Никиты говорит, что сын ещё в детстве, когда играл в хоккей, всегда «лез спасать», если видел какой-то конфликт. «То же

самое и в Сирии было: ребята попали в засаду, он их спасал, выручал, за это ему вручили

медаль», — рассказывает Алексей Белянкин.

По его словам, Никита всегда отличался обострённым чувством справедливости. «Однажды с сыном ехал на машине и увидел, что на дороге избивали двух мужчин. Он говорит: «Стойте!» Остановились и побежали разнимать. Я бы сам, наверное, проехал мимо, как все, — потасовка, не потасовка. А он остановил машину и побежал... А ещё, когда он в школе учился, в девятом или десятом классе, однажды в новогодние праздники защитил девушку от насильника. Поймал его и сдал в полицию».

Ефрейтор Никита Белянкин был уволен со службы по окончании контракта в феврале этого года. Его отец рассказывает, что служить дальше сын не хотел: «Были планы устроиться на оперативную работу, он всё никак не мог определиться: либо это ОМОН, либо уголовный розыск».

Один из участников драки — парень, который также получил ножевое ранение, — даже не помнит, из-за чего началась потасовка. «Мы в тот вечер с другом отдыхали в баре. И тут вдруг без причины какая-то заварушка началась. Чем мы им не понравились, я до сих пор не понимаю, но толпа мужиков выволокла нас на улицу. Там и началась драка... Меня ударили ножом в живот, но тут появился Никита. Если бы не он, нам был бы конец», — рас-

сказывает 28-летний Александр Сергеев. Некоторые очевидцы утверждают, что изначально конфликт вспыхнул на национальной почве.

КИНЖАЛ ПРОТИВ ПИСТОЛЕТА?

Заместитель главного врача Красnogорской больницы по хирургии Сергей Калашников рассказал, что состояние Сергеева оценивается как средней тяжести. Также он предположил, что нападавший наносил удары не в первый раз, потому что знал, куда бить. Вероятно, преступник использовал очень большой нож или кинжал.

Очевидец драки Фёдор Соколов утверждает, что в руках погибшего спецназовца также было оружие. «Я сидел на лавочке, и всё произошло за считанные секунды. Какая-то толпа била двух ребят. Парень просто хотел разнять. Он потом пошёл в нашу сторону и упал. Мы подбежали и увидели, что у него в руке был пистолет. Люди просто встали и боялись подойти, так как у человека палец был на курке. Я подошёл, пнул ногой оружие подальше и попытался оказать помощь, но он умер у меня на руках», — рассказал он телеканалу «Звезда».

Речь идёт о газовом пистолете Streamer 2014, на который у Никиты Белянкина было разрешение. На месте происшествия правоохранители обнаружили не только газовый пистолет, но и семь патронов и четыре гильзы с маркировкой РА-РА калибра 9 мм.

Антон Зубов, сосед Никиты, видел финал трагедии. По его словам, скорая ехала минут 20, а полиция и того дольше. «Никиту можно было бы спасти», — уверяет он и рассказывает, что убийцы парня «просто валяжно ушли с места преступления». Но на самом деле спецназовец получил ранение в сердце, поэтому шансов выжить у него не было.

Председатель Следственного комитета России Александр Бастрыкин взял расследование убийства Белянкина на личный контроль. По словам представителя ведомства Светланы Петренко, «в ходе производства следственно-оперативных мероприятий получена информация о лицах, принимавших участие в драке». Но на момент подписания этого номера «АиФ» их имён пока не назвали. По некоторым сведениям, подозреваемые сразу ударились в бег — один из них, якобы, купил авиабилет в Армению. Местные жители говорят, что еще один из нападавших имеет отношение к бару: то ли работал там, то ли вообще один из совладельцев. Однако официального подтверждения этому не было.

Квартиры в Москве

ОТ **4** млн руб.



a101.ru

Застройщик ООО «А101». Проектные декларации и подробная информация на сайте a101.ru. Предложение ограничено. Реклама.

495 **241 98 93**



Екатерина БАРОВА,
E.Barova@aif.ru

КТО ОТНЯЛ У ЮРОДИВОГО КОПЕЕЧКУ?

Социологи утверждают: бедность в России становится национальной проблемой

ПРОТИВ ТЕЧЕНИЯ

СПОРЫ О ТОМ, ЧТО ТАКОЕ БЕДНОСТЬ, КТО В НЕЙ ВИНОВАТ И МОЖНО ЛИ ЕЁ ПОБЕДИТЬ, ВЕДУТСЯ В РОССИИ НЕ ОДНО СТОЛЕТИЕ. О БЕДНОСТИ НАПИСАНЫ ТЫСЯЧИ РАССКАЗОВ, ДЕСЯТКИ РОМАНОВ, МНОЖЕСТВО КАРТИН. ДОРЕВОЛЮЦИОННАЯ ПРОГРЕССИВНАЯ ОБЩЕСТВЕННОСТЬ БЫЛА БУКВАЛЬНО ЗАЦИКЛЕНА НА ПРОБЛЕМЕ БЕДНОСТИ И СДЕЛАЛА ИЗ НЕЁ ОДНО ИЗ ЗНАМЁН БОРЬБЫ С НЕНАВИСТНЫМ ЦАРСКИМ РЕЖИМОМ.

У историков до сих пор нет внятного ответа на вопрос о том, что довело православную, царелюбивую, богобоязненную и уже вставшую на путь капиталистического развития Россию до большевистской революции 1917 года: бедность народа, война 1914 года или глупость царского правительства. Напомню, что темпы роста экономики в стране в период 1905—1914 годов были одними из самых высоких в мире, и страна вступала на путь быстрого развития. Едва ли немногочисленная в те годы партия большевиков даже с её изощрённой популистской пропагандой (землю — крестьянам, мир — народам) могла сыграть такую роковую роль в истории русской революции, если бы не бедность народа.

Именно бедное население, нищее крестьянство и солдатские выходцы из него стали благодатной почвой и для большевистской пропаганды, и для идеологии строительства коммунизма. Этапы этой стройки

хорошо известны: отъём собственности, раскулачивание, национализация, коллективизация, сталинские репрессии, десятки миллионов жертв войны, голод, катастрофическое истощение генетического фонда народа.

СМОТРЕТЬ ТЕЛЕВИЗОР НА БАБУШКИНОМ ДИВАНЕ

Сегодня бедность снова на повестке дня. Ею озабочен президент, недавно назвавший число людей, живущих ниже прожиточного минимума. Прозвучало громко: почти 20 млн человек. И число бедствующих продолжает расти. За последние 5 лет на 26%. На днях в СМИ опубликованы данные, подтверждающие эту тенденцию. В ежеквартальном отчёте Росстата говорится, что почти половине российских семей (48,2%) денег хватает только на еду и одежду. Особенно тревожно, на мой взгляд, материальное положение молодых семей: почти 60% из них не могут позволить себе товары длительного пользования. Смотрят оставшийся от родителей телевизор, сидят на бабушкином диване.

А ведь именно на молодые семьи возлагаются надежды для преодоления демографической ямы. Запретами аборт, как предлагает патриарх, тут не поможешь. Нужно, чтобы семьи хотели иметь детей. Но кто захочет рожать, если деньги на детскую коляску придётся просить у родителей или брать кредит. Но и родители не всегда могут прийти на помощь. У 65% жителей России нет сбережений.



Памятник нищему перед входом в банк (поставлен в Челябинске) — символ времени? Фото URA.RU/TACC

ДЕЛО — ТАБАК...

Российская бедность многолика. И это хорошо просматривается в картинах русских художников XIX и начала XX века. Их много и в Третьяковке, и в Русском музее. Широко лики бедности представлены и на

последней выставке И. Репина. Но многие полотна не выставляются даже сегодня — слишком уж безрадостна картина. Зачем тревожить людей? Лучше поговорить о величии страны. Почти на всех полотнах старых мастеров — главная русская беда — пьянство. Кто не знает знаменитой картины «Не пушу в кабак» Маковского, написанной в 1892 году? Актуально она звучит и по сей день. На пьянство списывались и до сих пор списываются многие беды. Но истоки бедности в другом. И об этом всё чаще говорят независимые эксперты. В чём же?

Надавно этим вопросом задались и в правительстве. В феврале на очередном форуме в Сочи премьер Медведев предложил создать социальный портрет бедности и бедняка. На мой взгляд, предложение более чем странное. Свидетельствующее о том, насколько завсегда наши бесконечных форумов далеки от народа. «Страшно далеки», — сказал бы Ленин.

Чтобы понять, что такое бедность в сегодняшней России, вовсе не обязательно ехать на очередной форум или прочитать статистические сводки. Достаточно отъехать на сотню километров от Москвы, и картины «процветания» встанут перед глазами. Разбитые дороги, покинутые деревни, закрытые школы и больницы, сельские клубы, где уже не одно десятилетие не звучит гармошка и не поют девчата. И чуть ли не главный показатель — люди бегут из сёл и малых городов.

Ещё один показатель бедности — растёт долговая нагрузка. В 2018 г. население задолжало банкам рекордные 14,9 млрд

рублей. Это на 22% больше, чем годом ранее. Сворачивается малый бизнес. Расчёты на то, что своё небольшое дело прокормит миллионы людей, не оправдались. Малый и средний бизнес в осаде чиновников и силовиков. Открыть собственное дело отваживаются лишь 2,9% граждан России. Вчерашний средний класс пополняет число бедных. С началом весны продавцы семян пришли в изумление: резко возрос спрос на семена табака. Табак возвращается на народные грядки. Вместо «Мальборо» народ будет потягивать солдатские самокрутки. Война, что ли, на дворе? Кто против кого?

На днях знакомая, работающая в сфере туризма, рассказала о «забавном» курьёзе: выезжающие за границу снова стали брать с собой кипятильники. А ведь, казалось бы, кипятильник в багаже — давно забытое прошлое из жизни «советского человека». В мемуарах сохранилось множество рассказов о том, как заслуженные солисты Большого театра, выезжая на гастроли за границу, заваривали себе чай в гостиничном рукомойнике или варили суп из пакетиков в биде. Как же без кипятильника? Нужно же сэкономить на подарки и сувениры. А командировочные — грошовые. Но советская пропаганда создавала яркое представление о том, как плохо живут рабочие за границей и как процветает трудовой человек у нас.

Пока на призы Дмитрия Медведева создать социальный портрет новой русской бедности никто не отозвался. Предполагалось, что этим займётся Министерство труда. Но в ведомстве Максима Топилина, похоже, дураков нет, и там от роли «художников бедности» всеми силами отмахиваются. Писать портрет бедности в более высоких инстанциях и вовсе не хотят. Ещё не куплены ни холсты, ни кисти, чтобы написать новую «Дети, бегущие от грозы». А если статистики и углядят новые дырки в народном костюме, то ведь статистиков можно и поправить. Назначить хороших художников.

* * *

Всем памятна знаменитая сцена разговора царя Бориса с юродивым из оперы Мусоргского «Борис Годунов» и вопрос царя к плачущему юродивому: кто его обидел, кто отнял копеечку? Поиск смельчаков, которые отважатся сказать стране правду о том, кто отнимает у беднящегося народа копеечку и откуда берётся новая русская бедность, продолжается. Но кому хочется писать картину, которая заведомо окажется не на публичной выставке в Третьяковке, а в запасниках?

Ведь вопрос-то не в деньгах, а в политике.



Вячеслав КОСТИКОВ,
V.Kostikov@aif.ru

Если беспокоит сердце или давление, повышен сахар или холестерин

КардиоАктив Таурин — для бережного лечения

Исследования российских и американских ученых доказали ключевую роль таурина в лечении и профилактике целого ряда сердечно-сосудистых заболеваний. В свое время известный американский ученый Роберт Аткинс даже заявил, что выбрал бы таурин, если бы ему пришлось ограничиться лишь одним лекарством.

Мы получаем таурин в основном из пищи, но этого недостаточно при сердечно-сосудистых заболеваниях и диабете. Поэтому добавьте в лечение КардиоАктив Таурин от компании Эвалар. Он показан в лечении целого ряда заболеваний:

При сердечно-сосудистых заболеваниях он умеренно снижает

артериальное давление, стабилизирует сердечный ритм, улучшает кровообращение и обменные процессы в сердце, снижает уровень холестерина в крови.

При сахарном диабете 1 и 2 типов КардиоАктив Таурин снижает уровень сахара в крови — примерно через 2 недели после начала приема.

При заболеваниях глаз он способствует улучшению зрения, так как усиливает микроциркуляцию крови в сосудах глаз — при длительном приеме в течение 6-ти месяцев.

И неважно, есть у вас только одно из перечисленных заболеваний или сразу несколько — КардиоАктив Таурин можно принимать в любом случае.

на 50%
выгоднее
по цене¹



Бережная терапия
от Эвалар

www.evalar.ru
8-800-200-52-52 (для справок).
Спрашивайте в аптеках!

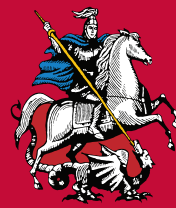


Бесплатная доставка
в ближайшую аптеку



¹По данным ЗАО «Группа ДСМ» по итогам I квартала 2018 года средневзвешенная розничная цена за упаковку ЛС «КардиоАктив Таурин» в форме таблеток № 60 производства компании «Эвалар» в 1,5 раза ниже, чем у аналога. Аналог для сравнения выбран по действующему веществу и дозировке. Сертификат GMP Минпромторга Российской Федерации (Заключение № GMP 0099-000141/16). г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6. ЗАО «Эвалар». ОГРН 1022200553760. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



ПУТЕШЕСТВИЕ ВОКРУГ СТОЛИЦЫ

В этом году поездами Московского центрального кольца воспользовались уже 45 млн пассажиров

ТРАНСПОРТ

В НЕОБЫЧНОЕ ДЛЯ СЕБЯ ПУТЕШЕСТВИЕ ПО МЦК Я ОТПРАВИЛАСЬ ДНЁМ. НЕОБЫЧНОЕ ПОТОМУ, ЧТО ДАЧИ В ДАЛЬНОМ ИЛИ БЛИЗКОМ ПОДМОСКОВЬЕ У НАС НЕТ И ЭЛЕКТРИЧКАМИ Я НЕ ПОЛЬЗУЮСЬ. ТАК ЧТО ПОЕХАЛА ПО КОЛЬЦУ ПО СЛУЖЕБНОЙ НЕОБХОДИМОСТИ.

ТРАНСПОРТ НЕ ДЛЯ БОГАТЫХ

Большинство городов обычно расчерчено на кварталы, как в Америке или Санкт-Петербурге. Старые города, словно стволы больших деревьев, растут и строятся кольцеобразно. Москва из их числа. Кроме Бульварного и Садового, Третьего и МКАД на карте города можно заметить ещё одно кольцо — Московское центральное (МЦК).

Появилось оно ещё в конце XIX века по замыслу крупного железнодорожного магната Чижова. Город в те времена переставал быть только купеческим, превращался в промышленный. Московские заводы и фабрики, поставлявшие друг другу материалы, оборудование и готовую продукцию, связывала густая паутина узкоколеек, одноколеек и двухколеек. Вот Чижов и придумал скрепить эту паутинку кольцом. Генерал-губернатор Москвы великого князя Сергея Александровича убедить оказалось несложно. Через Москву начала прошлого века провозилось 8 млн тонн транзитного груза, для переброски которых с одной железной



Средняя скорость «Ласточки» на МЦК — 36 км в час, однако максимально электропоезд может разогнаться до 110.
Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

подростков-школьников, предпочитающих ехать стоя; кресла в основном заняты детьми и старшим поколением. Поезд идёт по тем самым московским окраинам, которые теперь расположены близко к центру. МЦК проходит рядом с Яузой, по Лужникам, у площади Гагарина.

Путешествие в электропоезде оставляет впечатление, что ты находишься в эпицентре какого-то модного события. Может, оттого, что в вагонах немало иностранных туристов.



«Пожилые родители живут в Медведково, я с мужем — в Долгопрудном. МЦК — спасение. Раньше — две маршрутки: вторая от Алтуфьева — до дома, бывало, и час добиралась. Да и по деньгам — много не наездишься. Теперь другое дело: на «Ботаническом саду» села в «Ласточку» — и до «Окружной», там — в электричку. В пути — 35 минут вместо полутора часов», — улыбается Альбина Юсупова, для которой, действительно, МЦК — машина времени.

С запуском железного кольца поездки по многим маршрутам стали быстрее. По статистике, используя МЦК, горожане экономят в среднем до 16 минут.

НУ, ПОЛЕТЕЛИ

Какие вагоны в Шанхае, не знаю, я не была там, но наши вагоны мне нравятся. Хотя слово «наши» не совсем точное. Их сконструировал «Сименс». Но делают их на одном из наших уральских заводов в Верхней Пышме. Те, кто часто ездит аэроэкспрессом в московские аэропорты, путешествовал когда-нибудь скорым поездом в

Эти поезда РЖД как раз для Олимпиады в Сочи и заказывали, но оказалось, что пригодились и в Москве. Ещё бы! — откидные столики: хочешь — работай с компьютером, хочешь — перекуси быстренько. Есть в вагоне и туалет, и даже вешалки для верхней одежды. Можно не только быстро добраться в нужный район, но и путешествовать, разглядывая окрестности. Может, они и не очень живописные, но москвоведы отмечают архитектурную, историческую и эстетическую ценность старинных станций и вокзалов, построенных в начале прошлого века в традиционном московском стиле — сочетании красного и белого кирпича. Они уже, правда, не используются. А новые станции — современные, минималистски оформленные, с лифтами и эскалаторами, удобными платформами. На схеме Московского метрополитена новая транспортная линия отмечена белым кантом и называется 14-й линией метро.

Железнодорожное кольцо продолжают совершенствовать: платформу «Северянин» перенесут ближе к станции МЦК «Ростокино»; «Лихоборы» соединят с «НАТИ»; завершат ТПУ «Стрешнево», соединив станцию с платформой «Ленинградская», которую год назад уже перенесли ближе к МЦК, поэтому теперь пересестись с электрички на кольцо и наоборот можно всего за четыре минуты.

Мария ЕГОРОВА

Всего по МЦК в сутки курсируют в рабочие дни 177 пар поездов «Ласточка», в выходные — 150 пар.

дороги на другую требовалось 30 тыс. ломовых извозчиков. Москва тогда задыхалась в пробках. Но Сергею Александровичу важны были не только грузы, но и люди, причём не только состоятельные. Спустя несколько месяцев после запуска железнодорожного кольца вагонами первого класса вообще перестали укомплектовывать составы, следовавшие по этой дороге, ведь её основными пассажирами стал рабочий люд близлежащих к дороге предприятий. Это стало, может быть, не главной, но существенной причиной решения, принятого на совещании с участием Николая II, — не отодвигать ж/д кольцо от Москвы.

БЫСТРО И НЕДОРОГО

В сегодняшнем своём путешествии по МЦК вглядываюсь в людей, входящих в вагон на каждой остановке. Среди них всё больше студентов или молодых людей, судя по всему, работающих в офисах, совсем юных

Вместе со мной в вагоне ехали китайцы. Они постоянно отвлекались, замирали и слушали звучащие на английском объяснения. Им важно было не пропустить площадь Гагарина, где они хотели посмотреть памятник первому космонавту. А оттуда, пересев на станцию метрополитена «Ленинский проспект» (стена «Ленинский» китайцы произнесли с особой почтительностью), они собирались доехать до «Вэ-дэ-эн-ха», где есть Музей космонавтики. Прощаясь со мной перед пересадкой, они особо похвалили чистоту вагонов, не очень патристично заметив: «В Китае таких нет». Хотя патриот среди них всё же нашёлся, наперекор друзьям он выкрикнул перед выходом из вагона: «В Шанхае есть!» Сейчас с МЦК можно пересестись на 23 станции метро, девять железнодорожных платформ, а также на наземный транспорт. Это позволило создать дополнительно около 300 новых маршрутов.

КСТАТИ

Всего на МЦК 31 транспортно-пересадочный узел. С каждого можно пересестись на наземный общественный транспорт. С обеих сторон железной дороги организованы удобные подъездные пути, разворотные площадки для автобусов, установлены новые остановки. Магистраль длиной 54 км проходит по 26 районам города. Запуск пассажирского движения на МЦК состоялся 10 сентября 2016 года. До 2020 года запланировано развитие прилегающих к пересадочным узлам территорий. В пустующих промзонах построят деловые и торговые центры, апарт-отели, жилые дома. Благодаря развитию транспортной инфраструктуры доступность многих районов значительно улучшится.

По МЦК в сутки курсируют в рабочие дни 177 пар поездов «Ласточка», а в выходные — 150 пар. Вместимость — 1500 пассажиров, электропоезда «Ласточка» приспособлены для маломобильных групп населения, пассажиров с детьми, удобны для провоза велосипедов, колясок. Оснащены туалетами, системами климат-контроля и Wi-Fi.

В часы пик электрички по кольцу ходят каждые пять минут, в остальное время — каждые 10. При этом часы пик отличаются в будни и в выходные. В рабочие дни их два: с 07.30 до 11.30 и с 16.00 до 21.00. А по субботам, воскресеньям и праздникам пиковым считается интервал с 12.30 до 18.00.

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Скоро начнётся фестиваль «Времена и эпохи». В какое столетие отправимся на этот раз? И где будет праздник?

Н. Школенко



— В этом году фестиваль исторической реконструкции предлагает совершить путешествие по 4 эпохам: Древний мир, Средневековье, Новое и Новейшее время.

В городе будут работать 40 фестивальных площадок: на бульварах — Гоголевском, Никитском, Тверском, Страстном, Петровском, Рождественском, Сретенском, Чистопрудном, Покровском; на набережных — Москворецкой, Кремлёвской, Пречистенской; на традиционных площадках «Московских сезонов» в центре и округах — на площади Революции, в Камергерском переулке, на Тверской площади, площади Славы, Профсоюзной, Городецкой, Митинской, Святоозёрской улиц, Ореховом бульваре; в музеях — музее-заповеднике «Коломенское», Государственном историческом музее, Музее Победы на Поклонной горе, Историко-мемориальном музее «Пресня» и Всероссийском музее декоративно-прикладного и народного искусства.

Москвичей и гостей столицы ждут на таких тематических площадках, как «Походный лагерь древнерусского купца» или «Средневековый университет». Много нового и интересного можно узнать, посетив площадки, рассказывающие о строительстве малых судов в Скандинавии

«ВРЕМЕНА» НА БУЛЬВАРАХ

На вопросы читателей «АиФ» отвечает мэр Москвы Сергей Собянин



В Древний мир, Средневековье, Новое или Новейшее время попадут гости фестиваля в этом году.
Фото АГН Москва

в IX—XI веках, о повседневной жизни Парижа в начале прошлого столетия, о послевоенном быте в СССР.

Одним из главных событий фестиваля станет V Турнир святого Георгия, который состоится в Коломенском 12—16 июня. В нём примут участие рыцари из Австралии, Белоруссии, Великобритании, Германии, Канады, России и Франции.

В общей сложности мы ждём на фестивале 2000 участников из России и ещё 14 стран.

В этом году в Москве высадят 10 млн цветов. Но они вянут даже при самом хорошем уходе. Как часто их

надо менять, чтобы клумбы всегда выглядели свежими?
Л. Дёмкина

— На самом деле с учётом многолетников в Москве высаживается 54 млн цветов. Подготовка клумб и цветников к новому летнему сезону начинается ещё осенью. В 2018 году было высажено 12,5 млн луковиц тюльпанов, которые первыми распустятся ранней весной. Перед майскими праздниками на клумбах, цветниках и в кашпо высадили 5,4 млн цветов виолы, более известной как «анютины глазки», самых разнообразных оттенков.

Виола и тюльпаны в конце мая — начале июня сменяются на 35 млн летних цветов: петунию, бе-

гонию, тагетес, колеус и другие. Они будут радовать до конца сентября. Одновременно с летниками начинают распускаться многолетние цветочные культуры: пионы, ирисы, лилейники, астильба, хоста и герань. В этом году в городе будет дополнительно высажено 0,5 млн многолетников.

В засушливую погоду проводится ежедневный регулярный обильный полив. Выход за клумбами и цветниками входит также рыхление почвы и вырывание сорняков, обрезка отцветших соцветий, защита от вредителей и болезней, внесение минеральных удобрений и уборка мусора.

А менять цветы надо по мере необходимости

— при потере декоративности, отцветании или высыхании.

Содержать огромное цветочное хозяйство — дело хлопотное, но благодарное. Цветы дарят яркие впечатления и поднимают настроение миллионам людей.

Есть ли у города работа для подростков на лето? Учебный год завершён, сын теперь уже девятиклассник, хочет поработать пару месяцев.

А. Сергиенко

— За помощью в поиске сезонной работы ребята могут обратиться во флагманский центр городской службы занятости «Моя карьера». Там можно получить консультацию, озна-

комиться с вакансиями и найти себе дело по плечу.

Центр «Моя карьера» сотрудничает с самыми разными организациями, которым нужны временные работники. Среди них — Третьяковская галерея, компания Google, аэропорт «Домодедово», РЖД, Московский метрополитен, Почта России, ГБУ «Жилищник», отели Hilton и Ritz Carlton, стадион «Спартак», парки развлечений «Космик», салоны связи «МегаФон», кафе «Шоколадница», «Крошка Картошка», «Кофе-Хаус», «Макдоналдс», магазины сетей «Детский мир», «Мираторг», «Иль Де Ботэ», «Декатлон». В числе вакансий — курьер, промоутер, менеджер торгового зала, работник кухни и др.

При первом визите в центр достаточно взять с собой только паспорт. В дальнейшем при трудоустройстве понадобятся также согласие одного из родителей или органа опеки (для ребят 14—15 лет) и медсправка по форме 086у.

В прошлом году в Москве по программам временной занятости трудоустроено 1300 подростков. В этом к различным формам занятости, включая стажировки, летние школы, планируем привлечь не менее 3500 ребят.

Сегодня центр «Моя карьера» временно находится на ул. Щепкина, д. 38, стр. 1, но в ближайшее время переедет в собственное помещение по адресу: ул. Сергия Радонежского, д. 1, стр. 1.



Екатерина
БЫЧКОВА,
E.Bychkova@aif.ru

ГАЗОНЫ ЧИСТЫ, БРУСЬЯ ЦЕЛЫ. И СВЕТ ГОРИТ

ДОСУГ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ СТАНОВИТСЯ ВСЁ БОЛЕЕ ПОПУЛЯРНЫМ У МОСКВИЧЕЙ, ЧЕМУ НЕМАЛО СПОСОБСТВУЕТ ОБУСТРОЙСТВО И ОЗЕЛЕНЕНИЕ НОВЫХ ПЛОЩАДОК.

СКОЛЬКО ЗОН ОТДЫХА?

Благоустройство — это не просто провели работы в парке или сквере и забыли про них. За благоустроенными территориями потом следят, поддерживая в должном состоянии. На днях служба контроля за благоустройством города отчиталась о готовности парков и пляжей к летнему сезону.

Нынешним летом в Москве будут доступны 126 зон отдыха. Из них полностью готовы к приёму посетителей 109. Об этом заявил **врио начальника Объединения административно-технических инспекций (ОАТИ) Леонид Бородулин**. Реконструкция ещё 17 зон отдыха должна завершиться к концу июля.

Досуг в городских зелёных зонах становится разнообразным — за счёт спортивных и детских площадок. Забота города — чтобы всё это было в рабочем состоянии. Все пло-

щадки оснащены системами видеонаблюдения — с их помощью инспекторы мониторят ситуацию ежедневно, выявляя нарушения при эксплуатации оборудования. В выходные дни обязательно проводятся выездные проверки.

Осматривая городские зоны отдыха, проверяющие в первую очередь интересуются состоянием инфраструктуры — дорожек, освещения, детских и спортивных площадок, торговых павильонов и лотков. Если с ними что-то не так, нарушения должны быть устранены в максимально короткие сроки. За этим и следит служба.

Летом на особом контроле — несанкционированные пикниковые точки, особенно у воды, сообщила **начальник Инспекции по контролю за благоустройством озеленённых территорий, парковых зон Ирина Косарева**.

КУДА СООБЩИТЬ
О ПОЛОМКЕ?

И в ОАТИ призывают к сотрудничеству горожан. Если, к примеру, видите, что сломана скамейка, «хромает» детский инвентарь и т. д., можно поз-



В этом тёплом сезоне будут доступны 126 зон отдыха.
Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

вонить на «горячую линию» инспекции: 8 (499) 264-96-81. Или описать проблему в обращении через электронную приёмную на портале mos.ru.

Кроме того, пожаловаться на нарушения эксплуатации предлагается через мобильное приложение «Наш город», которое соответствует теме для обращения. Срок рассмотрения заявки обращений через этот канал предельно короткий — 8 рабочих дней.

В ОАТИ напомнили, что в зоне их внимания только состояние инфраструктуры — за соблюдением порядка в местах отдыха следят другие ведомства. Но при этом здесь напоминают, что нужно внимательно знакомиться с ин-

формационными табличками в парках и природоохранных зонах — они сообщают, можно ли купаться в том или ином водоёме, как пользоваться тем или иным инвентарём, к кому обращаться в случае экстренной ситуации. Кстати, за наличием этих табличек в ОАТИ также внимательно следят, поэтому с уверенностью говорят, что их недостатка в зонах отдыха нет.

«Мы будем делать всё, чтобы отдых москвичей в любое время и в любые дни был обеспечен комфортными условиями на этих точках. Именно это основная цель, на которую сориентирован весь инспекторский состав», — заключил Л. Бородулин.



КСТАТИ

В ОАТИ напоминают, что за оставленный мусор и повреждённый газон предусмотрен штраф — от 3 тыс. до 4 тыс. руб. для физических лиц, от 20 тыс. до 30 тыс. руб. — для должностных и от 150 тыс. до 200 тыс. руб. — для юридических лиц.

Константин КРИВЦОВ

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

С НАЧАЛОМ ЛЕТА В СТОЛИЦЕ СТАРТУЕТ НОВЫЙ ПРОЕКТ «ЗДОРОВАЯ МОСКВА». БОЛЕЕ ЧЕМ В 40 ПАРКАХ ГОРОДА В ТЕЧЕНИЕ ВСЕГО ЛЕТА ЕЖЕДНЕВНО БУДУТ РАБОТАТЬ СПЕЦИАЛЬНО ОБОРУДОВАННЫЕ ПАВИЛЬОНЫ, В КОТОРЫХ ЖИТЕЛИ СТОЛИЦЫ СМОГУТ ПРОЙТИ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ ПРЯМО ВО ВРЕМЯ ПРОГУЛКИ В ПАРКЕ. НОВЫЙ ПРОЕКТ ОБЪЕДИНИТ В СЕБЕ МЕДИЦИНУ, АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И ОТДЫХ.

ОТДЫХАЯ, МОЖНО ПОДЛЕЧИТЬСЯ

О проекте и о том, как он будет работать, рассказывает **руководитель Департамента здравоохранения города Москвы Алексей Хрипун.**

«Лучше предупредить болезнь, чем её потом лечить. Понимая это, мы запускаем «Здоровую Москву». Проект начинается с акции в парках столицы — здесь москвичи смогут пройти диспансеризацию и проверить своё здоровье, — объясняет А. Хрипун. — Мы приглашаем всех, даже тех, у кого ничего не болит.

Возникает вопрос, почему в парках, ведь в Москве есть поликлиники и другие медицинские учреждения? Как показывает статистика за прошедший год, в столице как минимум 30% жителей (в основном это молодёжь и активные, работающие люди), вообще ни разу не были в поликлиниках. Современному москвичу иногда бывает сложно уделить время своему здоровью — активная работа, воспитание детей, другие причины. Они разные, и мы понимаем, что они могут быть важными. Но если складывается такая ситуация и не все могут прийти в поликлиники, мы для выполнения государственной программы диспансеризации решили пойти навстречу жителям Москвы — туда, где они часто гуляют и где их бывает много. Мы знаем, что летом в парках и скверах очень много москвичей».

ПОЛИКЛИНИКИ НЕ ОТМЕНЯЮТСЯ

«Подчёркиваю: проводя эту акцию, мы не отменяем и не подменяем работу поликлиник, они работают как обычно, — продолжает А. Хрипун. — Смысл «Здоровой Москвы» в том, что, отдыхая, люди смогут решить медицинские проблемы в удобное для себя время. Павильоны будут работать каждый день с 8 до 22 часов, это очень хорошо для тех, кто работает.

Уже с 3 июня для москвичей начата работа современные и комфортабельные павильоны в восьми парках столицы. Там их встречают улыбающиеся медики, которые рады оказать помощь. Всего за 40 минут, но не больше одного часа, можно пройти все обследования и узнать много важного о своём здоровье.

В столице уже есть успешный опыт проведения подобных мероприятий, и он показал их высокую востребованность у москвичей. Так, в прошлом году в рамках марафона «Московское здоровое лето» более 200 тысяч человек посетили площадки в 11 парках столицы. Очень хорошо показала себя и вакцинация от гриппа —

прививки делали в мобильных пунктах, расположенных у станций метро и МЦК. Их сделали около 300 тысяч человек. И наконец, успешная работа кабинетов «Моё здоровье» во многих офисах «Мои документы».

В этом году в парках будут проводить более глубокое обследование по расширенному стандарту диспансеризации (см. инфографику). Что это значит? Например, вместо так называемой «тройки» — исследования крови по 3 показателям — эритроциты, лейкоциты и СОЭ (скорость оседания эритроцитов) — можно будет провести расширенный анализ крови, который включает 28 показателей.

В половине случаев множества проблем со здоровьем можно вообще избежать, если выявить их на ранних стадиях. Ранняя диагностика, особенно онкологических заболеваний, значительно повышает эффективность лечения. Подчеркну два важных исследования для ранней диагностики рака, которые будут проводиться в рамках акции. Это анализ кала на скрытую кровь, помогающий определить скрытое течение рака толстого кишечника, и на ПСА (простатический специфический антиген) у мужчин старше 40 лет — для диагностики рака предстательной железы. Это очень важные тесты. Например, в прошлом году с помощью ПСА мы определили несколько сотен человек с высоким риском развития этого рака и даже несколько мужчин, у которых была эта опухоль на начальных стадиях. Благодаря этому их вылечили, и они будут жить. Представляете, как важна такая ранняя диагностика.

Все вопросы размещения павильонов и документация по их работе прошли согласования с Департаментом природопользования и Мосгорнаследием.

Я призываю москвичей серьёзно относиться к здоровью образу жизни. Это поможет избежать большого количества проблем. Весь мир сегодня увлечён этим, и нам нельзя отставать в стороне. Особенно обращаю на это внимание молодых людей, у них вся жизнь впереди».

ЭТО ВОСТРЕБОВАНО МОСКВИЧАМИ

Многие москвичи действительно помнят, как в ряде парков в прошлом году проходила акция «Московское здоровое лето». «Всё начиналось тогда в парке Горького, — вспоминает **главный врач городской поликлиники № 68 Наталья Кузенкова.** — Только наша по-

ПРОВЕРЬ ЗДОРОВЬЕ

Всё лето в 10 столичных парках можно будет измерить

ЧТО ВХОДИТ В РАСШИРЕННЫЙ ФОРМАТ ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

ОБЩЕЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ



Анкетирование (опрос)

для определения факторов риска

Ими могут быть: отягощённая наследственность по ряду заболеваний, вредные привычки, неправильное питание и т. д.

Антропометрические показатели (рост, масса тела, окружность талии, индекс массы тела)

Они важны для оценки риска развития и прогноза тяжести течения многих болезней, но в первую очередь сахарного диабета 2-го типа, метаболического синдрома и сердечно-сосудистых заболеваний.



Осмотр врача-терапевта



Биоимпедансометрия*

Определение содержания в теле жировой массы, жидкости и мышечной ткани. Важно для определения риска развития многих болезней и биологического возраста, а также для оценки, правильно ли вы худеете или занимаетесь фитнесом.



Ультразвуковое исследование*

Будет проводиться УЗИ органов брюшной полости, забрюшинного пространства, почек, щитовидной железы, периферических лимфатических узлов.

АНАЛИЗЫ



Общий анализ крови

(включая расширенный анализ* по 28 показателям)

Общий анализ мочи*

Определение глюкозы крови экспресс-методом

Обратите внимание, это исследование надо делать натощак и лучше утром.

КАРДИОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ



Измерение артериального давления

Электрокардиография (ЭКГ)

Определение общего холестерина в крови экспресс-методом

Определение относительного/абсолютного сердечно-сосудистого риска

Показывает вероятность и сроки развития инфаркта или др. сердечно-сосудистых заболеваний. Важно для профилактики и лечения. Оценка проводится врачом-терапевтом или кардиологом с помощью специальных шкал и на основании комплексного обследования (опрос, антропометрические показатели, анализы, кардиологические исследования).

ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ



Измерение внутриглазного давления

Главное исследование для диагностики глаукомы. Широко распространённая болезнь, возникающая после 45 лет и долго протекающая скрыто. Явные симптомы появляются на поздних стадиях, когда уже трудно поддаётся лечению. Приводит к слепоте.

ИССЛЕДОВАНИЯ ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

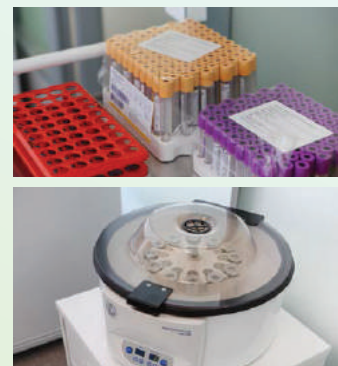


Исследование кала на скрытую кровь иммунохимическим методом

Рекомендуется проводить всем после 50 лет. Это новый, более точный метод, при котором не нужно соблюдать трёхдневный запрет на мясные продукты и содержащие железо — яблоки, болгарский перец, шпинат, белую фасоль, зелёный лук и т. д. Используют для диагностики нижних отделов пищеварительного тракта, при которых бывают кровотечения (полипы толстого кишечника, колоректальный рак, болезнь Крона, язвенный колит).

Простат-специфический антиген (ПСА)

Рекомендуется мужчинам старше 45 лет. ПСА повышается при возникновении рака предстательной железы. Для исследования берут кровь из вены.



«МОИ ДОКУМЕНТЫ» ЛЕЧАТ

Выездные форматы медобслуживания популярны у москвичей. Успешно пошёл эксперимент с кабинетами «Моё здоровье» во флагманских офисах «Мои документы». В них жители столицы, пришедшие по своим делам, могут, что называется, заодно провести и экспресс-проверку своего состояния, измерить артериальное давление и получить рекомендации, если оно повышено. Этой услугой уже воспользовались более 50 тысяч человек. Эксперимент признан удачным, и теперь в центрах госуслуг врачи будут работать на постоянной основе. Об этом рассказала **директор ГБУ Москвы «Многофункциональные центры предоставления государственных услуг» Ольга Фёфелова.** Её сотрудники принимают активное участие и в акции «Здоровая Москва». Они будут находиться в павильонах, чтобы помогать посетителям проходить анкетирование на инфоматах. А с 1 июня сотрудники центров «Мои документы» проводят поквартальный обход москвичей,

рассказывая им о старте новой акции в столичных парках и о других возможностях, которые даёт город по проверке своего здоровья.

По словам **заместителя руководителя Департамента здравоохранения Москвы Елены Громовой,** программа «Здоровая Москва» не будет ограничиваться только павильонами в парках. Медики ищут и другие пути, чтобы сделать её более удобной для москвичей. Например, активнее станут использоваться для этого МФЦ. В дополнение к обычной работе кабинетов «Моё здоровье» на днях там уже началась акция по борьбе с курением. И теперь жители столицы смогут проверить состояние своей дыхательной системы. Для курящих людей это очень важно. Ведь после таких исследований многие из них наглядно убеждались в опасности табачного дыма и бросали курить.



Александр МЕЛЬНИКОВ,
A.Melnikov@aif.ru

В БЛИЖАЙШЕМ ПАРКЕ

давление, сделать флюорографию и даже пройти диспансеризацию

АИФ РЕКОМЕНДУЕТ



40+
ПАВИЛЬОНОВ

Об открытии остальных павильонов будет сообщаться дополнительно. Найти информацию можно на сайте Департамента здравоохранения города Москвы.



8 Первые павильоны «ЗДОРОВАЯ МОСКВА» начали свою работу 3 июня. Они расположены в следующих парках:

Зона отдыха «Площадь Юности»

Парк у прудов «Радуга»

Перовский парк

Парк «Печатники»

Сквер им. Полетаева

Парк имени 850-летия Москвы

Сквер у метро «Люблино»

ИССЛЕДОВАНИЕ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ



✓ Флюорография

Разновидность рентгена грудной клетки. Позволяет диагностировать скрытое течение туберкулеза, опухолей и других болезней лёгких, а также увеличение сердца.

✓ Спирография*

Исследования показателей дыхания (дыхательные объёмы и проходимость бронхов). Важно при большинстве заболеваний органов дыхания.

✓ Пульсоксиметрия*

Неинвазивный и безболезненный метод определения степени насыщения крови кислородом. Проводят при дыхательной недостаточности или подозрении на неё.

✓ Исследование на аппарате смонлайзер*

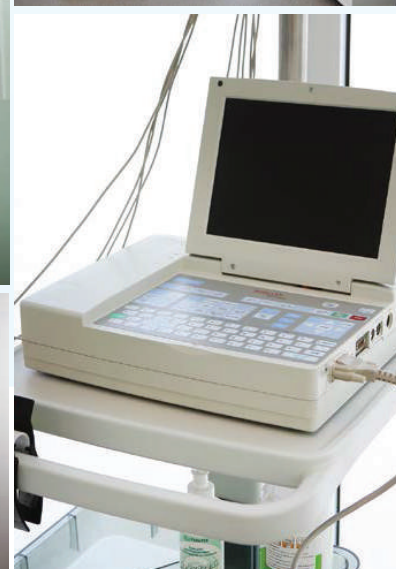
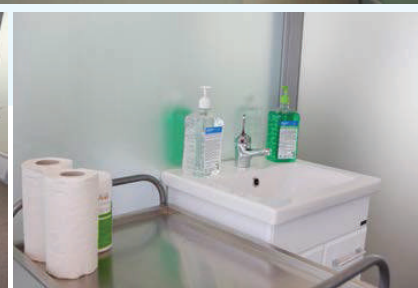
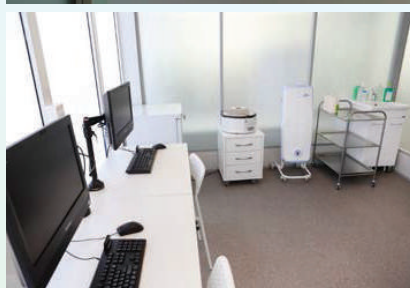
Определяет содержания оксида углерода в выдыхаемом воздухе и содержание карбоксигемоглобина в крови (такой гемоглобин не может переносить кислород). Исследование важно в первую очередь для курящих людей.

КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ*



Дополнительно можно будет получить консультацию **педиатра** для детей, а для взрослых – **аллерголога, оториноларинголога, офтальмолога**.

Примечание: *Так обозначены дополнительные процедуры, которые проводятся по рекомендации врача



ПРОЙТИ ОБСЛЕДОВАНИЕ В ПАВИЛЬОНЕ «ЗДОРОВАЯ МОСКВА» ОЧЕНЬ ПРОСТО



РЕФОРМЫ

В РОССИИ НАЧИНАЕТСЯ ОЧЕРЕДНАЯ РЕФОРМА. НА ЭТОТ РАЗ СОЦИАЛЬНОГО СТРАХОВАНИЯ.

Изменения готовятся глобальные. Пенсионного, фонда ОМС и ФСС не будет. Вместо них появится единый фонд социального страхования, который станет «публичным». Каждый из нас будет сам определять, сколько взносов отдавать на будущую пенсию, а сколько — на медобслуживание, оплату больничного и др. О подробностях грядущих перемен «АиФ» рассказал один из инициаторов реформы — профессор НИУ «Высшая школа экономики»



Евгений ГОНТМАХЕР.

— Евгений Шлёмович, соцфонды работают, пенсии-больничные платятся, худо-бедно медпомощь по ОМС оказывается. Зачем понадобилась реформа?

— Социальному страхованию в России больше 25 лет, но система так и не сложилась. Присутствуют лишь отдельные её фрагменты. В чём суть социального страхования, которое, кстати, родилось в Германии ещё в XIX в.? Это выплаты в случае возникновения разных социальных рисков, которые эквивалентны размерам взносов. Проще говоря, на сколько человек застраховался, столько он и получит в случае болезни, старости и т. д. С Пенсионным фондом это сегодня отчасти работает, небольшая зависимость будущей пенсии от заработка и взносов присутствует. А вот в системе ОМС этого нет совсем. Сколько бы вы ни зарабатывали и сколько бы за вас ни платил работодатель, все получают одинаковый набор медуслуг. Выплаты по листкам нетрудоспособности тоже ограничены и полностью не компенсируют заболевшему человеку утраченный заработок. Персонификация как одна из важнейших частей страхования тоже отчасти присутствует лишь в ПФР, где у каждого застрахованного есть личный лицевой счёт. То же самое должно быть в других видах соцстрахования.

НА СВОЙ ПЕНСМЕДСТРАХ И РИСК

Трёх фондов — пенсионного, ОМС и соцстрахования — скоро не будет

КУДА И СКОЛЬКО ПЛАТИТ ЗА НАС РАБОТОДАТЕЛЬ?



ЧТО ЗНАЧИТ «ПУБЛИЧНЫЙ» ФОНД?

За каждого занятого работодатель сегодня платит 30% от фонда оплаты труда. Из них 22% идут в ПФР, 5,1% — в фонд ОМС и 2,9% — в фонд соцстрахования. Почему именно столько, непонятно. Тарифы эти экономически не обоснованы и изменчивы. В ПФР сначала платили 28%, потом 20%, теперь 22%. Одно время 6% из них уходило на накопительную пенсию, но её заморозили, и теперь вновь все 22% идут на страховую пенсию. Тарифная политика сиюминутна и не нацелена на страховое покрытие рисков. Скорее она работает по принципу: сколько есть денег, столько и дадим. Причина — форма собственности средств. Они чьи: работодателя или ваши? Нет. Как только средства поступают в фонды, они превращаются в федеральную собственность. Это денежные мешки правительства, и управляет ими государство. Поэтому главное изменение, которое необходимо произвести, — разгосударствление соцстрахования. Оно должно стать автономным, саморегу-

лируемым. Собираемые взносы должны полностью обеспечивать исполнение страховых обязательств. Вице-премьер Татьяна Голикова дала поручение Минтруду, и ведомство уже начало заниматься реорганизацией фондов, предполагающей

объединить в один большой фонд социального страхования, который будет оперативно управлять всеми рисками. Можно ввести единый тариф в размере всё тех же 30% и предоставить возможность каждому человеку высказывать пожелания,

Кто-то больше заинтересован в пенсионном обеспечении и решит направить на пенсию 25% вместо нынешних 22%, и тогда на ОМС пойдёт меньше. А кто-то, наоборот, захочет, чтобы у него было лучше медстрахование.

изменение формы собственности средств с государственной на общественную, публичную. Фонды в будущем станут публично-правовыми.

— Есть эксперты, которые говорят, что это большой риск, что государство в итоге будет освобождено от выполнения социальных обязательств перед гражданами.

— А что, в других странах правительство отвечает за страхование и выплаты по нему? Нет, это ответственность самоуправляемых фондов. И стимул для работодателей и работников — показывать полную зарплату и платить взносы. Это нормальная схема.

Чтобы устранить существующие недостатки, фонды надо

как их распределить по страховым рискам. Например, кто-то больше заинтересован в пенсионном обеспечении и решит направить на пенсию 25% вместо нынешних 22%, и тогда на ОМС пойдёт меньше. А кто-то, наоборот, захочет, чтобы у него было лучше медстрахование. Это возможность выбора. Кроме того, часть этих 30% можно направить на новые виды страхования, которые пока отсутствуют. Например, от безработицы или на случай необходимости постороннего долговременного ухода в пожилом возрасте.

— Предположим, все 30% взносов я отправлю на пенсию. И что, останусь без медобслуживания, оплаты больничного, ухода в старости и остального? Или не захочу платить пенсионные взносы и останусь без страховой пенсии?

— Минимум по размерам взносов надо установить, но при этом дать некий коридор возможностей, например в 5%, которым вы сами сможете распоряжаться. Это будет ваш выбор и ваш риск.

— А что будет с теми, кто работает в тени? То, что они останутся без страховой пенсии, они уже понимают. Но после реформы они могут лишиться и бесплатного лечения?

— Я считаю, первичное звено медпомощи надо вывести из медстрахования и сделать

бюджетным, чтобы оно было доступно для всех. А в ОМС оставить всё, что связано со специализированной и высокотехнологической помощью. Тогда денег на её оказание и развитие будет намного больше. Хотите хорошее медобслуживание на высоком уровне? Страхуйтесь. И, кстати, реформа соцстрахования даст возможность людям самим осуществлять дополнительные платежи. Скажем, если человек подрабатывает репетитором, он может прийти в фонд и помимо того, что за него платит работодатель, сам за себя заплатить и застраховаться. Кроме того, каждый желающий сможет купить семейную страховку и застраховать своих близких. Сегодня такой возможности не существует.

Да, сегодня из 70 млн человек, занятых в экономике, взносы платят только 50 млн. Страховая система теряет очень много денег. Но, я считаю, с годами Единый фонд социального страхования вполне сможет выйти на самофинансирование. Федеральный бюджет будет страховать только чиновников, региональный — своих бюджетников, детей, безработных и пенсионеров. А за всех остальных заплатит работодатель, или они сами за себя внесут взносы.

КОГДА ОТМЕНЯТ БАЛЛЬНУЮ СИСТЕМУ?

— А что будет с пенсиями? Балльную систему отменяют?

— Конечно, надо отменить балльную систему и переходить на зарплато-стажковую. Я лично считаю, надо больший упор делать на заработок, как это было в 2002 г.: чем больше человек зарабатывает, тем больше у него пенсия. Это логично. Выдвигаются разные предложения, как это сделать, но это отдельная тема. Как и много других прикладных вопросов, которые возникнут по ходу преобразований в социальном страховании.

— Когда начнётся реформа?

— Сначала надо изменить правовой статус фондов, сделать их публичными компаниями. Следующий этап — объединение. Создать его лучше после 2024 г. А за ближайшие годы надо решить множество технических и юридических вопросов. Предлагаемая реформа должна стать объектом открытой дискуссии с участием экспертов, политиков, широкого круга граждан, для того чтобы найти устраивающий все стороны компромисс. Только тогда можно приступать к реальным шагам.



Татьяна БОГДАНОВА,
T.Bogdanova@aif.ru

ДОБРОКАМ® — ДОБРЫЙ СОН!

БЕССОННИЦА, КАК ИЗВЕСТНО, КАСАЕТСЯ В БОЛЬШЕЙ СТЕПЕНИ ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА. С ГОДАМИ СНИЖАЕТСЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ, НАРУШАЕТСЯ ГОРМОНАЛЬНАЯ ФУНКЦИЯ, БЫСТРО НАСТУПАЕТ ФИЗИЧЕСКОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ИСТОЩЕНИЕ.



www.dobrocam.ru

Люди «серебряного» возраста по привычке предпочитают уютные успокоительные капли, цена их за быстрое действие. Но они не знают, что в этих каплях содержится фенотропил, психотропное вещество, которое при регулярном употреблении этих средств может вызвать нарушения памяти. Да и на фоне их применения часто может также наблюдаться утренняя разбитость.

Лёгкому засыпанию способствует **ДОБРОКАМ®** — безрецептурный препарат, содержащий бромкамфору. Он может содействовать снижению повышенной возбудимости, успокоению, облегчению наступления естественного сна, не вызывает привыкания. Курс приёма — 10–15 дней.

ОАО «Авексима». 125284, Москва, Ленинградский пр-т, д. 31А, стр. 1.

Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ТОРГОВЛЯ

СООБРАЗИЛИ НА ТРОИХ

Кто в России производит больше всех водки?

ТОП-3 ВОДОЧНИКОВ СТРАНЫ

РУСТАМ ТАРИКО

■ РУСТ

★ Русский стандарт, Зелёная марка, Парламент, Урожай, Журавли

📍 Московская, Новосибирская обл., Татарстан, С.-Петербург

По данным Центра исследований федерального и региональных рынков алкоголя за 2018 г.

Инфографика Анны ХАРИТОНОВОЙ

■ Компания

★ Бренды

📍 Где есть заводы

● Доля рынка

ПРАВИТЕЛЬСТВО ТАТАРСТАНА

★ Русская валюта, Ханская, Tundra, Graf Ledoff, Старая Казань

📍 Татарстан

АЛЕКСАНДР МЕЧЕТИН

■ БЕЛУГА ГРУПП

★ Беленькая, Мягков, Русский лёд, Царь, Veda

📍 Приморский, Пермский, Хабаровский края, Московская и Архангельская обл.

номики РАН, госпредприятия, включавшие также «Татспиртпром» и «Башспирт», производят сегодня 3/4 всего спирта. И тогда же, 3 года назад, стала обязательной регистрация розничных продавцов алкоголя в ЕГАИС — Единой государственной автоматизированной информационной системе, которая позволяет контролировать путь каждой бутылки от завода до покупателя.

В легальной рознице проводить махинации с акцизными

марками, которые на бутылки наклеивали, а налог не уплачивали, стало невозможно. Поступления в бюджеты от акциза с крепких напитков в 2015–2017 гг. увеличились на 30%. «В такой ситуации у госмонополии на алкоголь никакого экономического смысла уже нет, — резюмирует В. Дробиз. — В отличие от спирта большинство производителей водки — частные компании. В лидеры вышли те, кто изначально выпуском не-

легальной водки не увлекался и имел ресурсы для того, чтобы расти».

ВЗЛЁТЫ И ПАДЕНИЯ ЛИДЕРОВ

Три водочных холдинга контролируют сегодня 35% легального рынка (см. инфографику). С ресурсами у них всё в порядке. В бизнес-империю Рустама Тарико кроме водочных заводов входит банк «Русский стандарт». Партнёр Александра Мечетина по «Белуга Групп» Валентин Завадников был членом Совета Федерации в 2001–2012 гг., когда шло становление этой компании. «Татспиртпром» вообще на 100% принадлежит правительству своей республики. «Это уникальный случай, когда госкомпания работает эффективно. Её водка «Русская валюта» — одна из самых продаваемых марок», — свидетельствует В. Дробиз.

А вот популярная марка «Добрый медведь» исчезла после того, как обанкротился её владелец — компания «Статус-групп», которую молва связывает с бывшим главой Росалкогольрегулирования Игорем Чуяном. Популярность «Медведю» принесли продажи на уровне минимально допустимой цены в 185–205 руб. Разливалась эта водка на заводах в Кабардино-Балкарии, которые как

раз были уличены в уклонении от акциза. А Басманный суд Москвы в конце 2018 г. заочно арестовал И. Чуяна, который обвиняется в злоупотреблении полномочиями и объявлен в международный розыск.

Борьба с левой водкой вызвала кризис на кавказских заводах, которые когда-то снабжали ею пол-России. В Северной Осетии их сейчас переориентируют на выпуск экологически чистого топлива — биоэтанола.

ИНОСТРАНЦЫ И ПОДПОЛЬЩИКИ

Среди владельцев водочных брендов, производимых в России, почти нет иностранцев. Среди исключений — марка «Хортица», которую делают в Вологде украинцы. И, по оценке ЦИФРРА, каждый 5-й литр крепкого алкоголя, выпитый в нашей стране, по-прежнему разлит в подпольных цехах. Водка-палёнка продаётся в 2–2,5 раза дешевле минимальной цены, установленной государством. Торговля идёт из-под полы и в мелких торговых точках. «Это совершенно другой рынок, с другими потребителями, зарплата которых не позволяет покупать качественную, но более дорогую легальную водку, — обращает внимание В. Дробиз. — С октября 2015 г. ликвидировано 574 подпольных производства. Но чтобы борьба с ними увенчалась успехом, сначала должна сократиться бедность».

Алексей ЛУНИН



ИПОТЕКА, С КОТОРОЙ УЮТНО

ВЫБЕРИТЕ УСЛОВИЯ, ПОДХОДЯЩИЕ ИМЕННО ВАМ, НА VTB.RU



БАНК ВТБ (ПАО) ОКАЗЫВАЕТ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО БАНКОВСКИЕ УСЛУГИ И НЕ УЧАСТВУЕТ В СТРОИТЕЛЬСТВЕ ИЛИ ПРОДАЖЕ НЕДВИЖИМОСТИ. БАНК ВПРАВЕ ОТКАЗАТЬ В ПРЕДОСТАВЛЕНИИ КРЕДИТА БЕЗ ОБЪЯСНЕНИЯ ПРИЧИН. БАНК ПРЕДОСТАВЛЯЕТ КРЕДИТ В СЛУЧАЕ, ЕСЛИ ЗАЁМЩИК (СОЗАЁМЩИК/ПОРУЧИТЕЛЬ, ПРИ НАЛИЧИИ) СООТВЕТСТВУЕТ ТРЕБОВАНИЯМ БАНКА И ПРЕДОСТАВИЛ ПОЛНЫЙ ПАКЕТ НЕОБХОДИМЫХ ДОКУМЕНТОВ.

8 800 100 24 24
vtb.ru

Банк ВТБ (ПАО). Генеральная лицензия
Банка России № 1000. Реклама.

ЖКХ

ВЫПУСКНИКИ ШКОЛ СЕЙЧАС СДАЮТ ЕГЭ И ВСКОРЕ БУДУТ ПЫТАТЬСЯ ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ ЗАВЕДЕНИЯ. С КАЖДЫМ ГОДОМ ВСЁ БОЛЬШЕ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ ВЫБИРАЮТ ПРОФЕССИЮ, СВЯЗАННУЮ С ЖИЛИЩНО-КОММУНАЛЬНЫМ ХОЗЯЙСТВОМ.

НОВАЯ ПРОФЕССИЯ

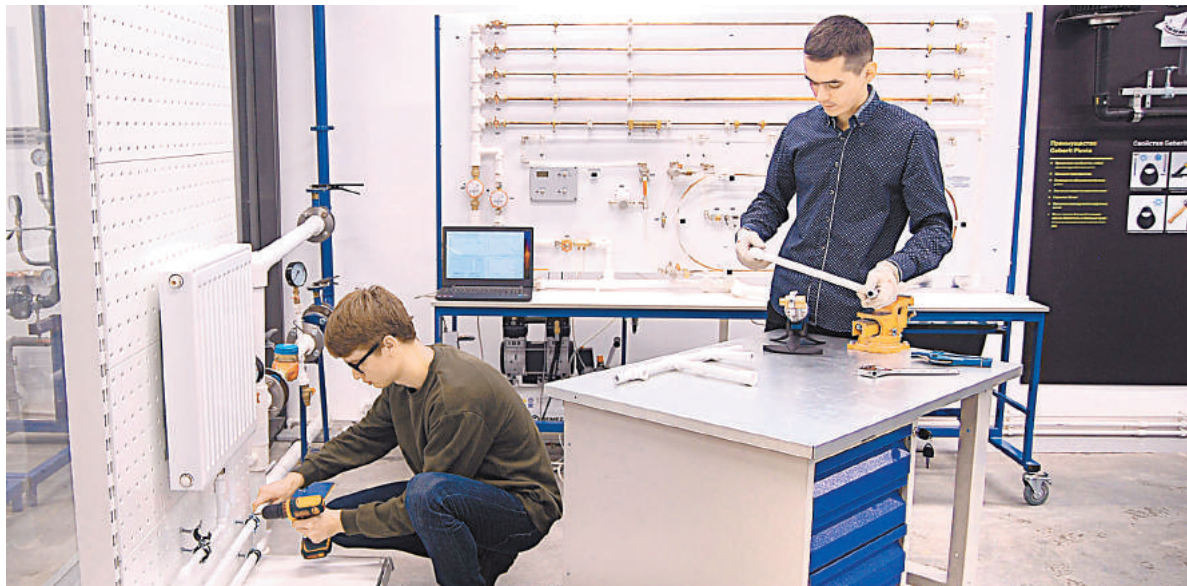
До недавнего времени специалистов для ЖКХ готовили строительные вузы, и в основном там давали знания по технической эксплуатации зданий и сооружений. Между тем в последнее время стремительно развивается рынок в области управления многоквартирными домами, который создаёт новые рабочие места в отрасли. И у специалистов управляющих компаний, ТСЖ, а также муниципальных и региональных управленцев трудности возникают чаще всего не в технических вопросах, а в области правоотношений между ресурсными и управляющими организациями, между УК и собственниками жилья и т. д. То есть объективно возник запрос на совершенно новую профессию.

И вот специалисты отрасли при участии государственной корпорации — Фонда содействия реформированию ЖКХ, профессионального сообщества и педагогов разработали новые образовательные стандарты в ЖКХ — по среднему образованию по специальности «Управление, эксплуатация и обслуживание многоквартирного дома» и по высшему образованию по направлению подготовки «Жилищное хозяйство и коммунальная инфраструктура», а также образовательные программы к ним, которые в декабре 2015 г. утвердило Минобрнауки. Обучение студентов по новым стандартам началось в техникумах и колледжах с сентября 2016 г., а в вузах с 2017-го.

«Сфера ЖКХ сегодня развивается стремительными темпами, а специалистов — управленцев по сервисному обслуживанию, по работе с населением не хватает, — говорит студентка 2-го курса профиля подготовки «Сервис и управление недвижимым имуществом и коммунальной инфраструктурой» Тамбовского госуниверситета им.

КАДРОВЫЙ ПРИЗЫВ

Где взять специалистов, способных управлять «умными домами»?



Студенты КГАСУ проходят обучение в центре технологий ЖКХ Sitems.

Державина Юлия Лудкова. — Развивающийся рынок труда поможет мне в будущем трудоустройстве, я уверена».

Казанский государственный архитектурно-строительный университет (КГАСУ) набрал первых 65 бакалавров и 5 магистров в 2018 г. Университет создал полный учебно-методический комплекс и участвовал в создании профильного учебника под руководством Московского государственного строительного университета. Там сейчас открыт ультрасовременный центр Sitems специально для практикоориентированного обучения, а студенты КГАСУ регулярно побеждают на всевозможных конкурсах по тематике ЖКХ.

«Подходит к концу первый год обучения студентов, все они готовы пройти практику на реальных объектах. И от радно, что отрасль откликается: нам выделены места в крупнейших управляющих компаниях города, а также в таких серьёзных организациях, как «Водоканал» и «Казэнерго», — рассказывает завкафедрой муниципального менеджмента Анна Романова.

Сейчас, по её словам, в вузе готовятся к набору нового потока. «В рамках профориентационной работы ездим по школам, рассказываем о значимости и «вечности» данной профессии. Невероятную помощь нам бы

оказало выделение бюджетных мест на обучение», — добавляет профессор Романова.

ВСЕ ИННОВАЦИИ В ОДНОЙ ПРОГРАММЕ

«Цифра» стремительно меняет наш мир, и жилищно-коммунальное хозяйство в том числе. Ну кто не слышал о технологиях «умного дома» и «умного города»? Обучение новым профессиям учитывает современные тенденции, а значит, специалисты будут подкованными во всех отношениях.

«Я готовлю диссертацию по информатизации сферы ЖКХ, — говорит аспирант кафедры муниципального менеджмента КГАСУ Анна Мурафа. — Все понимают сегодня, что эта сфера становится всё более современной, технологичной. Применение информационно-коммуникативных технологий не только совершенствует системы обслуживания и эксплуатации объектов недвижимости, но и значительно повышает эффективность использования энергоресурсов».

«Применение новых подходов к оказанию эксплуатационных услуг, управлению бизнесом, сити-менеджменту и экономике города обеспечивает конкурентное преимущество в трудоустройстве выпускников этой программы. В нашем вузе и сити-менеджмент, и «умный город» с «умными технологиями», и услуги ЖКХ, и инновации — всё соединяется в одной программе», — дополняет коллегу профессор Романова.

В Тамбовском государственном техническом университете (ТГТУ) идёт как профильная подготовка управленцев в сфере ЖКХ, так и подготовка специалистов по программам смежных направлений: строительство, теплоэнергетика, электроэнергетика и др.

В Ивановском государственном политехническом университете (ИГПТУ) на кафедре организации производства и городского хозяйства открыто сразу несколько направлений бакалавриата для специалистов в сфере ЖКХ.

Ещё во время приёмной кампании д. т. н. профессор Людмила

ки уже работают в УК или ТСЖ города Москвы или планируют связать с ними свою жизнь.

Студенты выполняют лабораторные и практические занятия на современных учебных тренажёрах и оборудовании. Высокий уровень профессиональной подготовки даёт возможность участвовать в конкурсах профессионального мастерства, в том числе WorldSkills.

Кстати, в этом году в чемпионате WorldSkills Russia по инициативе Фонда ЖКХ внедрена новая компетенция: «Эксплуатация и обслуживание многоквартирного дома». Она разработана в соответствии с международными стандартами и передовыми технологиями и уже в августе будет представлена на Мировом чемпионате по профессиональному мастерству по стандартам WorldSkills в Казани.

«Для нас крайне важно мотивировать нашу молодёжь к овладению новыми современными технологиями, знаниями о современных инновационных

материалах и применении их, стимулировать в ней стремление к высокому уровню своей квалификации и своего мастерства. А главное, чтобы наши молодые кадры оставались в отрасли и формировали свою траекторию профессионального роста специалиста ЖКХ», — говорит председатель Совета по профессиональным квалификациям в ЖКХ Александр Козлов.

Сегодня, по его словам, реализуется

несколько пилотных проектов, связанных с формированием нового подхода к организации профобучения и оценке качества подготовки специалистов. «Один из них — по разработке и апробации механизмов использования независимой оценки квалификации для промежуточной и итоговой аттестации обучающихся, завершающих освоение образовательных программ среднего профессионального образования. Выбраны 2 квалификации: слесарь-сантехник домовых систем и оборудования 3-го разряда и электромонтажник домовых электрических систем и оборудования 3-го разряда. Пилотными регионами выступили Санкт-Петербург, Иркутская область и Красноярский край», — добавил Козлов.



Студенты кафедры ЖКХ Воронежского технического университета.

Опарина проводит мастер-классы «Умный город». Абитуриенты знакомятся с энергоэффективными материалами и технологиями для строительства и ремонта зданий и могут поиграть в обучающую компьютерную игру по тематике «ЖЭКА», разработанную Фондом ЖКХ. Она, кстати, не только стала неотъемлемой частью образовательной программы в школах, колледжах и вузах страны, но и основой для Всероссийского кибертурнира среди учащихся общеобразовательных организаций 75 регионов России, который включён в перечень олимпиад и иных интеллектуальных и творческих конкурсов субъектов РФ.

ЧЕМПИОНАТЫ И КИБЕРТУРНИР

В Московском колледже архитектуры, дизайна и реинжиниринга № 26 готовят специалистов для ЖКХ несколько лет. Учебный план по специальности «Управление, эксплуатация и обслуживание многоквартирного дома» разработан совместно с Фондом ЖКХ и Советом по профессиональным квалификациям в ЖКХ. В этом году в июне впервые в колледже на отделении «Инженерные системы и благоустройство» будут чествовать выпускников по данной специальности. Выпускники группы за 2 года и 10 месяцев практиковались и стажировались во многих московских компаниях. Многие выпускники

КОММЕНТАРИЙ

Заместитель генерального директора ГК — Фонда содействия реформированию ЖКХ Ольга Сердюк:



— Решать вопросы подготовки кадров поможет повышение престижа профессий, связанных с отраслью ЖКХ. Требования к квалификации растут на всех уровнях. Нужны люди, которые знакомы с новыми технологиями и цифровыми достижениями. Фонд уделяет большое внимание модернизации жилищного фонда и коммунальной инфраструктуры, а также проектам,

направленным на повышение комфорта многоквартирных домов за счёт применения энергоэффективных технологий при капитальном ремонте. Необходимо, чтобы как можно больше специалистов получили современные знания и навыки, отвечающие запросам отрасли. Для этого мы разработали и разместили на сайте фонда бесплатную информационную площадку «Энергоэффективность». Получить новые знания и повысить свою квалификацию на этой площадке могут не только активные собственники и работники ЖКХ, но и студенты, заинтересованные в навыках, способствующих трудоустройству в этой сфере.

СПРАВКА

Обучение по специальности «Управление, эксплуатация и обслуживание многоквартирного дома» ведётся в 192 техникумах, колледжах страны. Срок обучения по данной специальности на базе 9 классов — 3 г. 10 мес., на базе 11 классов — 2 г. 10 мес.

По направлению «Жилищное хозяйство и коммунальная инфраструктура» обучают студентов в вузах Москвы, Санкт-Петербурга, Воронежа, Казани, Белгорода, Тамбова, Пензы, Йошкар-Олы.

Светлана ДОРОФЕЕВА

Фото Фонд ЖКХ

ВЫБОРЫ

31 МАЯ ПРЕЗИДЕНТ ПОДПИСАЛ ЗАКОН О ПРОВЕДЕНИИ ЭКСПЕРИМЕНТА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ЭЛЕКТРОННОГО ГОЛОСОВАНИЯ НА ВЫБОРАХ В МОСГОРДУМУ. В НЁМ ПРИМУТ УЧАСТИЕ 3 ИЗБИРАТЕЛЬНЫХ ОКРУГА СТОЛИЦЫ.

И С ДАЧИ, И ИЗ АФРИКИ

Выборы в Мосгордуму пройдут 8 сентября. Голосовать на избирательном участке лично или электронным способом дистанционно — это выбор каждого. Но преимущество электронного голосования очевидно: сделать это можно из дома, с дачи, из туристической поездки далеко-далеко от Москвы — из Африки или Латинской Америки.

Правда, коснётся этот эксперимент жителей только 3 избирательных округов. «Власти называют их до 19 июня, — сообщил председатель Мосгоризбиркома Валентин Горбунов. — При выборе этих округов полная демократия — всё на откуп москвичам».

Мосгоризбирком из 45 округов выбрал 16 — те, где районы не делятся, чтобы не было путаницы. На сегодняшний день по итогам проведённых муниципальных собраний их осталось 9. Жителям и избирателям этих округов будет предложено высказать свою точку зрения. Останутся те 3 округа, где наибольшее количество избирателей выразит желание поучас-

СЛУЧАЙНОЕ СМЕШЕНИЕ В БЛОКЧЕЙН

Эксперимент по дистанционному голосованию пройдёт в 3 округах



За ходом выборов в Мосгордуму будет наблюдать Общественный штаб. Фото АГН Москва

товать в этом эксперименте. Голосование по этому поводу продлится стандартных 7 календарных дней, сроки — с 3 по 9 июня.

«На портале «Активный гражданин» для жителей этих 9 округов, где муниципальные депутаты не блокировали эксперимент, — поясняет зампреда Общественной палаты Москвы Алексей Венедиктов, — поставлен вопрос: «Хотели бы вы, чтобы в вашем округе проходил этот эксперимент?». Округа никто назначать не будет, это сделают их жители».

ЗАЩИТА НАДЁЖНАЯ

У электронного голосования, как поясняет замруководителя столичного Департамента информационных технологий, руководитель технической рабочей группы Артём Костырко, 3 стадии.

«Первая стартует за 45 дней до выборов. Мы начинаем процедуру, когда человек может изъявить желание поучаствовать в эксперименте, — говорит он. — Завершается она за 3 дня до выборов. Примерно до 5 сентября на портале mos.ru в своём личном кабинете можно нажать

кнопку «Хочу стать электронным избирателем» и оформить заявление. Решение своё человек может поменять, но в указанные сроки».

В голосовании смогут принять участие не только те, кто захотел это сделать в своём личном кабинете, но и граждане, пришедшие в МФЦ подтвердить свою учётную запись. «Проверить учётную запись рекомендуется всем, — советует Костырко. — Она понадобится не только для электронного голосования,

но ещё и для многих электронных операций».

Электронное заявление будет зарегистрировано лишь в том случае, если гражданин введёт паспортные данные корректно, а затем пройдёт дополнительную проверку.

Вторым этапом эксперимента станет сам день голосования, третьим — день подведения итогов. В день выборов избиратель в личном кабинете сможет получить доступ к бюллетеню в электронной форме. И если человек проголосовал дистанционно, из списка голосующих

на избирательном участке он исключается.

Выбор каждого избирателя должен быть зашифрован без передачи данных по Сети, непосредственно в браузере пользователя. Транзакция с зашифрованным голосом избирателя должна быть подписана случайно сгенерированным аккаунтом и случайно перемешиваться перед отправкой в блокчейн — для защиты от сопоставления пользователей и транзакций по временным меткам.

Сведения о ходе голосования в режиме реального времени будут передаваться на установленные на избирательных участках печатающие устройства.

СПРАВКА

Округа, претендующие на участие в эксперименте:

№ 1 — Зеленоград, № 8 — Аэропорт, Сокол, Войковская, № 10 — Северное Лианозово, Бибирево, № 11 — Марфино, Отрадное, Алтуфьевский, № 12 — Свиблово, Южное и Северное Медведково, № 13 — Бабушкинский, Лосиноостровский, Ярославский районы, № 24 — Нижегородский, Текстильщики, Южнопортовый, Лефортово, № 30 — Центральное и Южное Чертаново, № 39 — Троицк, Внуковское и т. д.

Олег СИВЦОВ

ХОРОШО ИЗВЕСТНЫЙ НАМ ТЕЛЕФОН 01 РАБОТАЕТ В МОСКВЕ С 1931 Г., А ПОЖАРНОЙ ОХРАНЕ ГОРОДА 31 МАЯ ИСПОЛНИЛОСЬ 215 ЛЕТ. ЗА ЭТО ВРЕМЯ ОНА ПРОШЛА ИСТОРИЮ ОТ КОННОЙ УПРАВЫ С БОЧКОЙ ВОДЫ ДО СОВРЕМЕННОЙ СПАСАТЕЛЬНОЙ ТЕХНИКИ И АВТОМАТИЧЕСКИХ СИСТЕМ ПОЖАРОТУШЕНИЯ.

УКАЗ, УСТАВ, ДЕКРЕТ

История пожарной охраны столицы берёт начало с указа императора Александра I от 31 мая 1804 г. «Об организации профессиональной пожарной охраны в городе Москве», за которым последовало создание профессиональных дружин огнеборцев города и строительство депо.

К 1812 г. в городе функционировали 20 пожарных частей, а личный состав всех команд достигал 1500 человек. В 1857 г. издан первый в России пожарный устав, который излагал порядок устройства пожарных частей в городах и предписывал меры наказания за нарушение правил пожарной безопасности. В конце столетия в Москве начинают формироваться добровольные пожарные дружины.

Со временем решается проблема противопожарного водоснабжения города, работе пожарных значительно помогает и появление телефонной связи. В России появляется производство пожарной техники — крупнейшим производителем в 1863 г. становится завод Густава Листа. А в 1907 г. в Москве открывается станция

электрической пожарной сигнализации.

После Октябрьской революции, 17 апреля 1918 г., Ленин подписывает декрет «Об организации государственных мер борьбы с огнём». В октябре 1918-го при Таганской пожарной части открываются курсы пожарных техников.

Серийный выпуск отечественных пожарных автомобилей начинается в 1928 г., с 1932-го начинает действовать бесплатный телефон пожарной службы: 01. И далее в советские годы история пожарной службы развивается довольно стремительно.

«Пожарная служба Москвы получила новое направление развития с созданием МЧС, — говорит замруководителя столичного Департамента по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности Андрей Иванов, — а с 2015 г. продолжает развиваться в сотрудничестве с нашим департаментом. В 2003-м для тушения крупных пожаров в городе создан Московский авиационный центр, а в 2008-м — Пожарно-спасательный центр, который в последние годы активно развивается».

ВЕРТОЛЁТЫ — НА СЛУЖБЕ

Сегодня ежедневно на боевом дежурстве в столице находятся 1,5 тыс. человек, 400 пожарно-спасательных автомо-

ТЕХНИКА НОВАЯ, ТРАДИЦИИ СТАРЫЕ



Для вертолётов разработана уникальная система горизонтального, вертикального и бокового пожаротушения.

Фото Рамиля СИТДИКОВА/РИА Новости

билей, 2 пожарных вертолёта и многоцелевой пожарно-спасательный корабль.

Москвичи помнят об активном участии в тушении пожаров сотрудников авиационного центра. То, что без авиации

в мегаполисе не обойтись, стало понятно во время пожаров на заводе «Серп и Молот» и в «Вернисаже» в Измайлове.

«В 2009–2010 гг. в нашем центре, — рассказывает директор Московского авиационного

центра Кирилл Святенко, — была разработана уникальная система горизонтального, вертикального и бокового пожаротушения, идеально подходящая для тушения огня в высотных зданиях. За время работы центра с помощью пожарных вертолётов потушено 70 крупнейших пожаров в столице и ближайших регионах».

Комплексную безопасность столицы обеспечивает Пожарно-спасательный центр. Это профессиональное аварийно-спасательное формирование, отличительной чертой которого является сочетание двух сложных профессий: пожарный и спасатель.

«Ежедневно на дежурство заступают 500 человек и 160–180 единиц техники, — говорит начальник службы пожаротушения и проведения аварийно-спасательных работ Пожарно-спасательного центра Эдуард Бондаренко. — Центр включает в себя 34 отряда, на его оснащении 300 единиц современной пожарно-спасательной и специальной техники. Все подразделения осуществляют круглосуточное дежурство и находятся в постоянной готовности».

По словам А. Иванова, за 215 лет изменилась пожарная служба столицы — её организация и техническая оснащённость, но неизменными остались славные боевые традиции — героизм, бесстрашие и самоотверженность пожарных при спасении людей.

Илья РОСТОВЦЕВ

АВИАЦИЯ

«РОСНЕФТЬ» НАЧАЛА СТРОИТЕЛЬСТВО СОВРЕМЕННОГО ЗАПРАВОЧНОГО КОМПЛЕКСА В ПЕТЕРБУРГСКОМ «ПУЛКОВО».

ЧЕРЕЗ 2 ГОДА – НОВЫЙ ТЗК

Пока что операции по заправке авиационным топливом «в крыло» производятся в аэропорту с помощью топливозаправочных машин, которые возят топливо от резервуаров к самолётам. Гидрантная система, когда керосин доставляется на лётное поле по трубопроводу под землёй, заметно ускоряет время обслуживания воздушных судов и делает заправку значительно безопаснее. Такая система и станет частью нового топливо-заправочного комплекса (ТЗК). По расчётам, с её появлением обслуживать широкофюзеляжные воздушные суда в «Пулково» будут на 20 мин. быстрее. Проектная мощность будущего ТЗК — 300 тыс. тонн авиакеросина в год.

На церемонии закладки первого камня глава «Роснефти» Игорь Сечин оценил инвестиции в проект в 3 млрд руб. и рассказал, что строительство комплекса будет вестись в два этапа. Первый включает в себя сооружение резервуаров общей ёмкостью 8 тыс. м³, гидрантной системы на 9 мест стоянок самолётов вдоль главного терминала аэропорта, пункта налива в топливозаправщики и насосно-фильтрационную станции.

ИЗ ГИДРАНТА – ПРЯМО В КРЫЛО

Морская столица стала второй воздушной гаванью



Слева направо: А. Беглов, И. Сечин, Л. Сергеев, А. Дрозденко на церемонии закладки первого камня.
Фото Александра ЗЕМЛЯНИЧЕНКО

Он завершится в 2020 г. На втором этапе, в 2021-м, к «Пулкову» подведут железнодорожный путь и оборудуют эстакаду слива на 12 цистерн, а также построят резервуары ещё на 8 тыс. м³.

Новый ТЗК, по словам И. Сечина, будет полностью соответствовать современным мировым стандартам и значительно повысит привлекательность «Пулкова» как транзитного хаба для дальнемагистральных перевозчиков.

Объём инвестиций «Роснефти» в Санкт-Петербурге и Ленинградской области в 2018 г. составил 5,8 млрд руб. Инвестиции в ТЗК — продолжение развития региональной инфра-

структуры компании, а вместе с тем и развития самого региона. Поэтому правительство Санкт-Петербурга считает этот проект стратегическим. Он создаст новые рабочие места, привлечёт инвестиции и обеспечит дополнительные налоговые поступления в бюджет.

КАК РАСТЁТ ПАССАЖИРОПОТОК?

Аналогичный топливозаправочный комплекс у компании есть в аэропорту «Шереметьево». И там современные технологии заправки показали свою эффективность. «Пулково» в 2018 г. стал вторым круп-

нейшим авиаузлом страны, обслужив рекордные 18,1 млн пассажиров. За последние 10 лет пассажиропоток здесь вырос на 300%, и наиболее быстро растёт он из стран Европы и Азии. Из Санкт-Петербурга выполняют рейсы 75 авиакомпаний: 26 российских и 49 зарубежных. Заметно увеличивается количество прямых перелётов между Северной столицей и китайскими городами. Недавно стартовали новые рейсы — в города Чэнду, Сиань, Ханчжоу, Санья и Хайкоу. По оценкам, к 2023 г. аэропорт будет обслу-

живать 25 млн пассажиров в год, к 2039-му — до 35 млн.

«Наш город всегда называли морской столицей России, — сказал врио губернатора Санкт-Петербурга Александр Беглов. — Благодаря топливо-заправочному комплексу и активному развитию «Пулкова» Санкт-Петербург становится международной воздушной гаванью. В прошедшем году город посетили 9 млн туристов, и мы постараемся удвоить эту цифру. Всего за несколько месяцев нынешнего года наш аэропорт

принял на 13% пассажиров больше, чем в предыдущий. Через несколько дней наш город примет Международный экономический форум, в 2020 г. здесь пройдут матчи чемпионата Европы по футболу, а в 2023-м мы получили право провести чемпионат мира по хоккею. Уверен, благодаря стратегическому проекту с крупнейшей нефтяной компанией России всем гостям, прибывающим в Санкт-Петербург, будет комфортно».

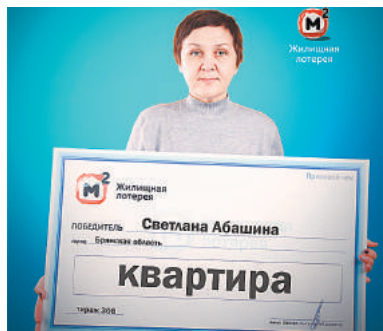
В торжественной церемонии также приняли участие губернатор Ленинградской обл. Александр Дрозденко и генеральный директор компании «Воздушные ворота Северной столицы» («Пулково») Леонид Сергеев.

Артём КУРТОВ

УДАЧА

ШОК ПОБЕДЫ

СВЕТЛАНА АБАШИНА ИЗ БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ ВЫИГРАЛА КВАРТИРУ СТОИМОСТЬЮ 2 000 000 РУБЛЕЙ В 308-М ТИРАЖЕ «ЖИЛИЩНОЙ ЛОТЕРЕИ».



Победительница работает на почте. В посёлке многие приобретают у неё билеты государственных лотерей. А теперь удача улыбнулась ей самой. «Мужчина, который попросил выбрать для него билет, передумал его покупать. И я решила взять билет себе, — рассказывает она. — Когда узнала о выигрыше, была в шоке!»

Спешите и вы испытать удачу: в «Жилищной лотерее» стартует серия тиражей с розыгрышем квартир и домов у моря. Билеты уже в продаже, а в ближайшем тираже вас ждут первые 10 квартир у моря. Также, купив билет «Жилищной лотереи», вы можете стать обладателем фантастической 3-комнатной квартиры с террасой в Москве площадью более 100 м², которая разыгрывается в суперпризе.

ГОСУДАРСТВЕННЫЕ ЛОТЕРЕИ

НАЙДИТЕ СЕБЯ СРЕДИ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

ТРАНСЛЯЦИИ РОЗЫГРЫШЕЙ – ПО ВОСКРЕСЕНЬЯМ В 8:20 НА НТВ

		Тираж № 1286	
Выиграло билетов Призовой фонд		337 220 85 816 300	
Джекпот следующего тиража		909 701 945	
Тур	Порядок выпадения чисел	Количество билетов	Выигрыш билета (руб.)
1	64, 84, 43, 54, 22, 90, 16	7	60 000
2	69, 30, 21, 74, 57, 55, 07, 42, 35, 04, 39, 56, 14, 63, 09, 81, 78, 24, 82, 80, 83, 58, 85, 66, 31, 20, 68, 03, 25, 86	1	500 000
3	65, 53, 49, 19, 59, 06, 77, 45, 46, 52, 79, 01, 32, 36, 41, 87, 34, 12, 51, 50, 10, 11	1	500 000
4	28, 75	1	500 000
5	05, 44	2	500 000
6	27	4	500 000
7	88	5	500 000
8	23	6	500 000
9	26	5	500 000
10	33	16	156 250
11	29	17	5 000
12	89	28	2 000
13	62	75	1 500
14	70	167	1 000
15	17	263	700
16	48	409	500
17	61	671	199
18	72	1 442	180
19	02	1 880	165
20	38	2 997	152
21	73	5 706	142
22	40	8 260	134
23	37	11 361	133
24	71	19 410	132
25	67	31 065	131
26	18	57 632	112
27	47	72 062	105
28	15	123 727	100
Невыпавшие числа: 08, 13, 60, 76.			

		Тираж № 196	
Выиграло билетов		86 426	
Призовой фонд		14 567 050	
Суперприз следующего тиража		10 000 000	
Тур	Порядок выпадения чисел	Количество билетов	Выигрыш билета (руб.)
1	59, 35, 10, 38, 78, 08, 37, 06, 26	3	Ноутбук
2	39, 07, 52, 48, 73, 28, 74, 42, 13, 27, 55, 43, 44, 68, 30, 80, 46, 32, 25, 65, 86, 45, 85, 83, 60, 87, 18, 72, 33, 16, 40, 69, 67	1	Ноутбук
3	03, 29, 61, 12, 41, 76, 62, 23, 19, 75, 90, 22, 50, 54, 58, 34, 70, 01, 49	1	Ноутбук
4	82	1	Ноутбук
5	63, 02	1	Ноутбук
6	51, 81, 64	3	Ноутбук
7	14	10	Ноутбук
8	89	10	Ноутбук
9	47	10	2 000
10	88	10	1 500
11	21	29	1 000
12	36	59	700
13	04	98	500
14	56	150	400
15	09	201	300
16	17	410	260
17	84	505	229
18	31	827	204
19	53	1 417	185
20	20	2 249	170
21	77	4 255	157
22	71	6 075	147
23	15	9 231	135
24	05	12 826	133
25	79	19 005	132
26	24	28 739	130
Розыгрыш по номеру билета. Выигрышная комбинация - 594		300	1 933
Невыпавшие числа: 11, 57, 66.			

		Тираж № 340	
		Выиграло билетов 159 658 Призовой фонд 26 996 700	
Жилищная лотерея		В суперпризе – квартира в Москве более 100 м	
Тур	Порядок выпадения чисел	Количество билетов	Выигрыш билета (руб.)
1	25, 48, 55, 54, 90, 89, 26, 51, 83, 08	4	52 500
2	13, 30, 05, 70, 62, 46, 56, 28, 32, 80, 39, 18, 35, 52, 77, 47, 14, 72, 27, 22, 40, 12, 73, 50, 71, 01, 81, 17, 11, 36, 79	1	Загородный дом
3	64, 45, 38, 57, 76, 43, 02, 06, 10, 23, 19, 20, 67, 53, 31, 04, 44, 33, 09, 37, 69, 82, 74, 34, 66, 65	5	Загородный дом
4	68	8	Загородный дом
5	03	11	54 545
6	49	16	2 000
7	41	22	1 500
8	61	46	1 000
9	07	68	700
10	60	122	500
11	78	166	400
12	63	239	136
13	84	725	133
14	15	805	132
15	75	1 180	131
16	21	2 449	130
17	87	4 770	128
18	29	6 181	127
19	58	9 930	126
20	86	18 054	110
21	85	25 791	103
22	24	35 765	101
23	42	53 300	100
Невыпавшие числа: 16, 59, 88.			

Тираж № 196	
Призовой фонд	5 330 650
Суперприз следующего тиража	7 926 100 ₽
Выигрышная комбинация	26 06 32 17 19 23

Тираж № 90	
Призовой фонд	5 764 250
Джекпот тиража №95 от	25 000 000 ₽
Невыпавшие числа	07 15 58

ЭКСКЛЮЗИВНАЯ СЕРИЯ МОМЕНТАЛЬНЫЕ ЛОТЕРЕИ СУПЕРПРИЗ ДО 3 000 000 ₽	
Создана в	2019

Лотереи проводятся по 31.12.2029. С информацией об организации лотерей, правилах проведения лотерей, количестве призов или выигрышей по результатам их проведения, сроках, месте и порядке получения выигрышей можно ознакомиться на сайте www.stoloto.ru или по телефону 8-900-555-00-55 (звонок платный, стоимость зависит от вашего тарифного плана).

Стоимость билетов «Русского лото», «Жилищной лотереи», «Золотой подковы», «6 из 36» и «Бинго-75» – 100 рублей.

Если одного из невыпавших чисел на игровом поле Вашего билета нет, то Ваш билет выиграл в 3-м или одном из последующих туров! Для определения выигрыша Вашего билета посмотрите выпавшие в розыгрыше числа в обратном порядке. Как только Вы найдете число, присутствующее в Вашем билете, в строке таблицы с данным числом будет указан Ваш выигрыш. Выплата выигрыша производится в течение 6 месяцев с даты проведения тиража.

Денежные эквиваленты призов:
ноутбук – 50 000 рублей,
загородный дом – 600 000 рублей.

«Более 100 м²» означает площадь квартиры с учётом площади террасы. Фото публикуется с разрешения победительницы.

На правах рекламы. 18+

ПРОФЕССИЯ

КОГДА УЧЁБА ПО ВКУСУ

Начал работу корпоративный университет для лидеров гостеприимства

В МОСКВЕ ОТКРЫЛСЯ 1-Й В ВОСТОЧНОЙ ЕВРОПЕ И 8-Й В МИРЕ УНИВЕРСИТЕТ ГАМБУРГЕРОЛОГИИ. ЕЖЕГОДНО В НЁМ БУДУТ УЧИТЬСЯ 4 ТЫС. СТУДЕНТОВ.

ИНВЕСТИЦИИ – В ЛЮДЕЙ

Такие учебные заведения необходимы компании «Макдоналдс», чтобы создать основу совершенства во всём — от производственных процедур до взаимодействия с посетителями. Они развивают главный капитал компании — её сотрудников, которые и становятся их студентами. Учиться идут те, кто хочет повысить профессиональные навыки и стремиться расти.

По словам вице-президента корпорации McDonald's по HR Дэвида Фэйрхерста, российская команда всегда одной из первых внедряет все инновации корпоративной образовательной системы.

«Здесь в течение многих лет, — сказал Дэвид Фэйрхерст на открытии московского Университета гамбургерологии, — последовательно велись инвестиции в обучение и развитие людей. Учебные программы прошли аккредитацию независимых экспертов, а преподавательский состав сертифицирован по международным стандартам. Мы рады, что с открытием 8-го Университета гамбургерологии лучшие меж-



Первые дипломы московского университета уже получены.

дународные практики и учебные программы станут доступны студентам, предпочитающим обучение на русском языке».

Речь идёт о 200 международных профильных курсах, которые переведены на русский и будут использоваться в открывшемся учебном заведении.

Генеральный директор компании в России Марк Карена

подчеркнул серьёзность инвестиций в подготовку персонала: «В 2019 г. мы вложим в обучение и развитие сотрудников 250 млн руб. В течение года 2 тыс. наших сотрудников получат повышение, и 200 из них станут директорами. Подготовка каждого такого специалиста занимает не менее 2 тыс. часов обучения».

Давать дорогу молодым — это приоритет компании. Средний возраст директоров её предприятий в нашей стране составляет 28 лет. Много ли на рынке других компаний, которые позволяют столь молодым людям управлять бизнесом с ежегодным оборотом 200 млн руб. и руководить коллективом из 100 сотрудников?

ЧТОБЫ ТРАДИЦИИ ПРОДОЛЖАЛИСЬ

В то время как многие работодатели старательно избегают принимать на работу студентов, 60% работников этой компании совмещают работу с учёбой. Стремление получить высшее образование здесь поощряется.

«Важно, что в компании заботятся не только о бизнесе и продолжении своих традиций, но и о людях, которые здесь работают», — сказал в апреле на корпоративном «Дне карьеры» в «Сколково» председатель комиссии Мосгордумы по социальной политике и трудовым отношениям Михаил Антонцев.

В ходе «Дня карьеры» молодые люди могли узнать, какие возможности для карьерного и персонального развития даёт компания. Им рассказали о программе «Растим таланты» — она позволяет сотрудникам проходить практику по

той специальности, которую они изучают в вузе.

Университет гамбургерологии — ещё одна возможность развития для персонала. Обучение в нём выстроено с учётом самых современных тенденций в образовании. Основная часть образовательных модулей и курсов — онлайн, в интерактивной форме, с использованием разнообразных цифровых возможностей. Планируется, что учебные программы будут проходить государственное лицензирование как программы профессиональной переподготовки (к примеру, «Директор предприятия питания») и программы повышения квалификации по различным дисциплинам.

КСТАТИ

Первый в мире корпоративный университет «Макдоналдс» был открыт в 1961 г. в Оак-Бруке, но с 2018 г. он располагается в Чикаго. Кроме него такие учебные заведения есть сегодня в Токио, Сан-Паулу, Лондоне, Мюнхене, Шанхае, Сиднее и теперь — в Москве. Они выпустили 360 тыс. директоров предприятий компании, менеджеров среднего звена и управляющих.

Олег СИВЦОВ

ТРУДНО ПРЕДСТАВИТЬ БОЛЕЕ УДАЧНОЕ МЕСТО ДЛЯ ТОРЖЕСТВ ПО СЛУЧАЮ 220-ЛЕТИЯ АЛЕКСАНДРА СЕРГЕЕВИЧА, ЧЕМ КНИЖНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ. ПРАЗДНОВАНИЯ ПРОЙДУТ 6 ИЮНЯ НА КРАСНОЙ И ПУШКИНСКОЙ ПЛОЩАДЯХ СТОЛИЦЫ.

Размах впечатляет. Книжный фестиваль заглянет и на Пушкинскую площадь. У памятника Александру Сергеевичу к открытию микрону смогут выйти все желающие. Чтобы вспомнить что-нибудь школьное. «Я вас любил: любовь ещё, быть может...», «Подруга дней моих суровых...» Или, может, «Во глубине сибирских руд...»

А на Красной площади участники Всероссийского конкурса юных чтецов «Живая классика» будут декламировать стихи гения русской поэзии. А ещё...

ЗАЧЕМ ПОЭТ ЕЗДИЛ НА КАВКАЗ?

Порадует многочисленных поклонников на празднике актриса питерского БДТ им. Товстоногова Светлана Крючкова. Она не только почитает Александра Сергеевича, но и выступит рассказчицей уникального произведения «Пинежское сказание о дуэли и смерти Пушкина» — кантаты для солистов, фольклорного ансамбля и камерного оркестра. Народные слова записал и обработал сказитель Русского Севера Борис Шергин. Музыку, в которой удачно соединились фольклор и электрогитара, написал один из самых востребо-



ванных сегодня композиторов Леонид Десятников. Помогут народным артистке ансамбль Дмитрия Покровского и солист театра «Геликон-опера» Игорь Морозов.

С литературно-музыкальной композицией выступит и Юрий Стоянов. Повесть «Метель» народный артист прочтёт в сопровождении Симфонического оркестра радио «Орфей». Прозвучат произведения Г. Свиридова, П. Чайковского, С. Прокофьева...

По традиции засияют на «Главной сцене» и новые звёзды литературы — молодым писателям и поэтам будет вручена литературная премия «Лицей». На соискание её в этом году поступило 2500 работ со всего мира. Лауреатов в номинациях «По-

ПАМЯТНИК ИЛИ БЛОГЕР?



На главной площади страны прозвучат стихи главного поэта России.

эзия» и «Проза» назовет жюри. И в каждой присудит три приза. За первое место он составит 1,2 млн руб.

Интригующей обещает стать и презентация книги «Пушкин путешествует. От Москвы до Эрзерума». Зачем поэт ездил на Кавказ? Почему тайно? Действительно ли видел гроб с телом Грибоедова?

АНИМАЦИЯ И ДИСКУССИЯ

К слову, на все книги, купленные 6 июня на Красной площади, можно получить в подарок экслибрис фестиваля с профилем Пушкина. Но Александр Сергеевич — это ведь не только стихи и проза. Художник Игорь Олейников представит свои работы на встрече #Страш-

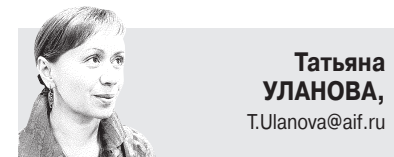
но_сказки_Пушкин. Анимационная студия «Wizart Animation» покажет отрывки из нового фильма «Руслан и Людмила».

Захватывающим зрелищем наверняка окажется дискуссия «220. Пушкин под напряжением: памятник или блогер?», в которой примут участие писатель и телеведущий Александр Архангельский (он входит и в состав жюри премии «Лицей»), директор Музея истории российской литературы Дмитрий Бак и шеф-редактор портала «ГодЛитературы.рф» Михаил Визель. Что такое Пушкин сегодня? Может ли он быть актуальным для детей, выросших на комиксах, Инстаграме, YouTube? Или их Пушкин так и останется пылиться на книжных полках родительских библиотек?

Завершится празднование дня поэта и книжного фестиваля «Красная площадь» грандиозным концертом «Пушкин Гала». Творчество Александра Сергеевича неразрывно связано с музыкальной культурой. На сюжеты его произведений созданы десятки опер и балетов, написаны сотни романсов. Оперная труппа и симфонический оркестр Музыкального театра им. Станиславского и Немировича-Данченко предоставят слушателям возможность ещё раз убедиться в этом. Прозвучат увертюра к опере Глинки «Руслан и Людмила», ария из «Пиковой дамы» Чайковского, другие музыкальные фрагменты.

А вот финал концерта — фрагмент из триптиха Владимира Кобекина «Пророк» — это и Пушкин, и о Пушкине. Композитор составил либретто целиком из текстов поэта. Но получилось размышление и о нём, и о нас.

Встань, пророк, и виждь,
и внемли,
Исполни волею моей
И, обходя моря и земли,
Глаголом жги сердца людей...



Татьяна
УЛАНОВА,
T.Ulanova@aif.ru

Фото Арсения КОСТЕРИНА,
Евгения ОДИНОВА/РИА Новости

ТРЕБУЮТСЯ ЭНТУЗИАЗМ И ТЕХНИКА

Сколько свалок на северо-западе страны?

ЭКОЛОГИЯ

ПОКА РЕГИОНЫ РАЗРАБАТЫВАЮТ ТЕРРИТОРИАЛЬНЫЕ СХЕМЫ ОБРАЩЕНИЯ С Твёрдыми коммунальными отходами (ТКО), а российский экологический оператор их проворачивает, чтобы потом составить единую федеральную схему, количество мусорных свалок не уменьшается. По разным данным, их у нас 52–53 тыс., в том числе в водоохранных зонах, на землях сельскохозяйственного назначения, в лесах.

ГЕНЕРАЛЬНАЯ УБОРКА

Всерьёз этой проблемой озабочился Общероссийский народный фронт (ОНФ), запустив проект «Генеральная уборка». Работает сетевой ресурс «Интерактивная карта свалок», на котором активисты и обычные жители страны отмечают места нелегальных свалок. Кроме того, проводятся акции по уборке и благоустройству территорий — волонтерами могут стать все желающие.

Глядя на количество уже отмеченных на карте свалок, становится страшно от того, как загрязнена наша земля. В одной Архангельской области ОНФ насчитал 82 незаконные свалки. Своими силами волонтеры ликвидировали 32. Но это только небольшие свалки. Чтобы ликвидировать незаконные полигоны, по словам координатора проекта «Генеральная уборка» в Архангельской области Айман Тюкиной,

Недавно активисты проверили действующие свалки в этой области и соседней с ней Республике Коми. В Архангельске с населением в 350 тыс. насчитали 13 незаконных. И ещё 9 — в окрестностях города, в основном вдоль Северной Двины и её притоков. Плюс 7 свалок с лицензиями. Точное количество нелегальных свалок назвать не может никто.

При этом официальный го-

КАК ЖИТЕЛИ ОЧИЩАЮТ ТЕРРИТОРИИ?

Только за последние 2 недели в Архангельской обл. прошла целая серия экологических акций.

17 мая старт акции «ЗЕЛЁНАЯ ВЕСНА»  Очистка территории кедрового питомника, посадка кедров	18 мая экодесант «ВМЕСТЕ МЫ МОЖЕМ МНОГОЕ»  Очистка Приморского парка от мусора, посадка деревьев и кустарников	19 мая акция «РАЗДЕЛЯЙ И ПОМОГАЙ» экологического движения «42»  Сбор макулатуры, пластика, одежды, тканей и их обрезков, средства от продажи вторсырья — на благотворительность	25 мая бумагамобиль проекта «ЧИСТЫЙ СЕВЕР — ЧИСТАЯ СТРАНА»  Сбор макулатуры	27 мая социально-просветительский экологический проект «СБЕРЕЖЁМ ЖЕМЧУЖИНУ СЕВЕРА» в Нёноксе  Эковолонтеры Северодвинского техникума электромонтажа и связи убрали территорию близ уникального храмового комплекса, устоя и вдоль береговой линии Белого моря	30 мая акция «ВОДНЫМ ОБЪЕКТАМ — ЧИСТЫЕ БЕРЕГА И ПРИЧАЛЫ»  Береговую полосу оз. Бутыгино в Архангельске убрали 200 горожан, собрали 350 мешков мусора, в т. ч. 300 (с пластиком и стеклом) отправили на переработку
---	---	---	--	--	---



родской полигон работает уже 57 лет. Он принял 9 млн т мусора, и ежедневно сюда возят по 380 тонн ТКО. По информации департамента городского хозяйства администрации Архангельска, мощности использованы уже на 80%. Высота свалки сейчас — 18 м, как 5-этажный дом.



В. Морозов: «Как это часто бывает, до поры до времени рост идёт линейно, а в какой-то момент начинает расти по экспоненте. Так произошло и с мусором».

Много вопросов и к полигону в Северодвинске, хотя он заполнен пока только на 58%. Но расположен поблизости с жилой застройкой и периодически горит. Последний пожар произошёл совсем недавно — в ночь на 23 мая. Замеры воздуха, проведённые весной, показали серьёзные превышения ПДК вредных веществ.

Архангельский межрайонный природоохранный прокурор Дмитрий Некрасов признал: «Практически все места размещения отходов в нашем регионе не соответствуют нор-

мам 89-ФЗ «Об отходах производства и потребления».

Свалки есть и в окрестностях Урдомы — активисты насчитали их 6, из которых легальных — 2. В прилегающих к Ленскому району Архангельской области территориях Коми с мусором тоже дела обстоят плохо. Оттуда мусор

везут на полигон в Яренск, поскольку своего нет. Везут и вываливают по дороге, которая вся погрязла в мусоре: активисты насчитали его там 100 куб. м.

По словам председателя Общественного совета при Рослесхозе Владимира Морозова, лесные активисты то и дело обнаруживают свалки в лесах северо-запада страны и дают сигналы. Но проблема в том, что очисткой территорий от мусора должны заниматься муниципалитеты, у которых зачастую денег на это не хватает.

В «ЖЁЛТОЙ ЗОНЕ»

«Проблема в том, что до сей поры мусор только вывозился, да и то непонятно куда. Мусоровозы забирали содержимое контейнеров и везли в лучшем случае на полигон, в худшем — сваливали в лес или овраг, чтобы не платить за размещение, — поясняет исполнительный директор Ассоциации регоператоров «Чистая страна» Руслан Губайдуллин. — Многие жители на себе ощутили, как свалки стали подступать к городам. В стране ежегодно образуется 70 млн т отходов, и с каждым годом цифра растёт».

Но почему мусорная проблема стала такой острой вдруг? Владимир Морозов объясняет это так: «В последние годы объёмы мусора растут, и это каждый из нас понимает, оценивая объёмы собственных отходов. И, как это часто бывает, до поры до времени рост идёт линейно, а в какой-то момент начинает расти по экспоненте. Так произошло и с мусором. Ещё 5 лет назад ситуация не была столь критичной».

Именно поэтому понадобилось в срочном порядке проводить «мусорную реформу». При этом в Архангельской области территориальная схема обращения с отходами пока ещё не разработана. По этой причине Российский экологический оператор включил регион в «жёлтую зону» и выразил готовность помочь завершить её подготовку в установленные сроки, чтобы единая государственная система учёта отходов заработала, как и намечено, уже со следующего года. Воспользуются помощью или смогут ускориться сами?

Кстати, соседи — в «зелёной зоне». В той же Коми территориальная схема утверждена Минприроды республики и Министерством жилищно-коммунального хозяйства и тарифов. И региональный оператор по обращению с ТКО уже начал вывозить мусор из дальних населённых пунктов, куда добраться не так-то просто.

Мария БЕЛЯЕВА

Фото Ильи ТИМИНА/РИА Новости

ОСТРАЯ ТЕМА

ВСЁ ОБ ЭКОТЕХНОПАРКЕ МОЖНО УЗНАТЬ В ИНФОРМЦЕНТРЕ

ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЦЕНТР, В КОТОРОМ МОЖНО УЗНАТЬ, ЧТО ПРОИСХОДИТ В ПРОЕКТЕ ЭКОТЕХНОПАРКА «ШИЕС», ОТКРЫЛСЯ В СЕЛЕ ЯРЕНСК — АДМИНИСТРАТИВНОМ ЦЕНТРЕ АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛ.

Проект вызвал озабоченность природоохранных активистов. По мнению многих экспертов, причиной протестных действий стал информационный вакуум. Поэтому компания «Технопарк» — инвестор проекта — решила эту проблему устранить и нацелена на максимальную открытость.

Информационный центр в Яренске уже начал работу. Открыли его генеральный директор компании «Технопарк» Евгений Пеняев и его заместитель Геннадий Титов, а также председатель Фонда развития Ленского района Сергей Литвинов. Они показали жителям нормативно-правовую документацию объекта и рассказали об особенностях

современных технологий хранения и переработки мусора.

Этот информационный центр в компании считают важным шагом для налаживания конструктивного диалога



Е. Пеняев: «Мы приглашаем к диалогу всех, кого беспокоит ситуация, сложившаяся с мусором в Архангельской области, кто хочет видеть Поморье чистым и экологически благополучным регионом России».

с местными жителями и экологическими организациями. Здесь людям разъясняют, что к строительству экотехнопарка приступят только после проведения государственной экологической экспертизы — конечно, в случае положительного заключения. Её выполнит Федеральная служба по надзору в сфере природопользования. А затем, как и предусмотрено существующими

процедурами, состоятся общественные слушания. К оценке проекта привлекут как профессиональных экспертов, так и общественные организации, экологи, широкую общественность.

В информцентре все желающие могут узнать о технологиях, которые собираются применять при строительстве и эксплуатации экотехнопарка. Представители инвестора, ответственные за определённые направления в проекте, отвечают на вопросы подробно и компетентно. На событие уже отреагировали эксперты — они отмечают, что инициа-

тива компании адресована не только жителям Яренска, но и всем, кто проживает в Архангельской области и по соседству в Коми.

Однако это только начало. Через несколько дней откроется ещё один информцентр проекта — уже в самом Шиесе. На сайте проекта планируется запустить круглосуточную онлайн-трансляцию с видеокamеры, расположенной на объекте. А вопросы можно будет задавать как в информцентре, так и на сайте проекта — отвечать на них будут специализированные компании.

«Мы приглашаем к диалогу всех, кого беспокоит ситуация, сложившаяся с мусором в Архангельской области, кто хочет видеть Поморье чистым и экологически благополучным регионом России», — сказал Е. Пеняев.

Дмитрий РОМАНОВ



ПОНЕДЕЛЬНИК, 10 ИЮНЯ

■ Художественный фильм ■ Телесериал ◆ Документальный фильм ◆ Документальный сериал
● Мультфильм ● Мультсериал ► Прямой эфир

В конце передач обозначена возрастная категория для данной программы. В программе возможны изменения по не зависящим от редакции причинам

ПЕРВЫЙ

5.00 «ДОБРОЕ УТРО»
9.00, 3.00 Новости
9.25 «СЕГОДНЯ 10 ИЮНЯ. ДЕНЬ НАЧИНАЕТСЯ» 6+
9.55 «МОДНЫЙ ПРИГОВОР» 6+
10.55 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!» 16+
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами)
12.15, 17.00, 18.25, 1.00 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ» 16+
15.15, 3.40 «ДАВАЙ ПОЖЕ-НИМСЯ!» 16+
16.00, 2.45, 3.05 «МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ» 16+
18.00 Вечерние новости
18.50, 1.50 «НА САМОМ ДЕЛЕ» 16+
19.50 «ПУСТЬ ГОВОРЯТ» 16+
21.00 «ВРЕМЯ»
21.30 ■ «СВАДЬБЫ И РАЗВОДЫ» 16+
23.30 «ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ» 16+
0.00 «ПОЗНЕР» 16+
4.20 «КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА» 6+

21.30 «СВАДЬБЫ И РАЗВОДЫ»

Режиссер Вартан Акопян
В ролях: А. Хабаров, Е. Николаева, А. Денисенко, Р. Гришина, Д. Шевченко, П. Ворожцов, И. Темичева, А. Панина, В. Симонов.

РОССИЯ 1 РОССИЯ 1

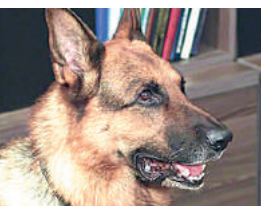
5.00, 9.25 Утро России
9.00, 11.00, 14.00, 20.00 Вести
9.55 «О самом главном» 12+
Сенная лихорадка – сезонные поллинозы – как от них спасались раньше и как лечат сегодня? К каким болезням приводит отказ от завтрака и поздний ужин? Горечь во рту. Причины и лечение. Помогут ли желчегонные средства?
11.25, 14.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время
11.45 «СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА С БОРИСОМ КОРЧЕВНИКОВЫМ» 12+
12.50, 18.50 «60 МИНУТ» 12+
14.45 «КТО ПРОТИВ?» 12+
17.25 «АНДРЕЙ МАЛАХОВ. ПРЯМОЙ ЭФИР» 16+
21.00 ■ «АНГЕЛИНА» 12+
23.20 «ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ» 12+
2.00 ■ «ШТРАФБАТ» 18+
3.00 ■ «В КРУГЕ ПЕРВОМ» 12+

МАТЧ! МАТЧ!

6.00 ◆ «ВСЯ ПРАВДА ПРО...» 12+
6.30 «КАПИТАНЫ» 12+
7.00, 8.55, 11.30, 14.25, 17.50, 21.35 Новости
7.05, 11.35, 14.30, 18.00, 23.40 Все на Матч!
9.00 Формула-1. Гран-при Канады 0+
12.05 Футбол. Лига наций. «ФИНАЛ 4-Х». Матч за 3-е место. Трансляция из Португалии 0+
14.05, 17.30 «ЛИГА НАЦИЙ. LIVE». Специальный репортаж 12+
15.30 Футбол. Лига наций. «ФИНАЛ 4-Х». Финал. Трансляция из Португалии 0+
19.00 ► Баскетбол. Единая лига ВТБ. Финал. «ХИМКИ» – ЦСКА
21.40 ► Футбол. Чемпионат Европы – 2020 Отборочный турнир. Испания – Швеция
0.15 Шахматы. Мировая серия «АРМАГЕДДОН-2019». Трансляция из Москвы 0+
2.25 Футбол. Чемпионат Европы – 2020. Отборочный турнир 0+
4.25 ■ «ФУТБОЛЬНЫЙ УБИЙЦА» 16+

НТВ

5.15, 2.45 ■ «АДВОКАТ» 16+
6.00 «УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ» 16+
8.10 «МАЛЬЦЕВА»
9.00 ■ «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД» 16+



10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 0.00 Сегодня
10.20 ■ «МОРСКИЕ ДЬВЯВОЛЫ» 16+
13.25 «МЕСТО ВСТРЕЧИ» 16+
16.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие
17.00 «ДНК» 16+
18.10, 19.40 ■ «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» 16+
21.00 ■ «ОТСТАВНИК» 16+
23.00 ■ «БЕССОННИЦА» 16+
0.10 «ПОЗДНЯКОВ» 16+
0.20 «МЕСТО ВСТРЕЧИ» 16+

5 ПЯТЫЙ

5.00, 9.00, 13.00, 18.30, 3.15 Известия
5.20 ■ «ЧУЖОЙ РАЙОН – 2. ЗВАНИЕ» 16+
6.05, 6.45, 7.35, 8.30, 9.25, 9.50, 10.45, 11.40, 12.30, 13.25, 13.55, 14.50, 15.45, 16.40, 17.35 ■ «ЧУЖОЙ РАЙОН – 3» 16+
19.00, 19.50, 20.40, 21.25, 22.15, 0.25 ■ «СЛЕД» 16+
23.10 ■ «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА» 16+
0.00 Известия. Итоговый выпуск
1.10, 1.50, 2.20, 2.45, 3.25, 3.50, 4.20 ■ «ДЕТЕКТИВЫ» 16+



23.10 Премьера «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА»
В ролях: П. Григорьев, Н. Джанелидзе, А. Горбачев, А. Красноцветов, К. Гришанов, Е. Кутенков.

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

6.30, 7.00, 7.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры
6.35 «ПЕШКОМ...»
7.05 «ПРАВИЛА ЖИЗНИ»
7.35 «Театральная летопись»
8.05 ◆ «МАЛЬТА»
8.30, 1.00 ■ «ФОТОГРАФИИ НА СТЕНЕ» 12+
10.15 «НАБЛЮДАТЕЛЬ»
11.10, 23.50 XX век
12.25 ◆ «КТО ПРИДУМАЛ КСЕРОКС?»
13.05, 22.00 «ЛИНИЯ ЖИЗНИ»
14.05 ◆ «МЕЧТЫ О БУДУЩЕМ»
15.10 «НА ЭТОЙ НЕДЕЛЕ... 100 ЛЕТ НАЗАД»
15.40 ◆ «ПОЛЯРНЫЙ ГАМБИТ. ДРАМА В ТЕНИ ЛЕГЕНДЫ»
16.25 История искусства.
17.15, 2.30 Жизнь замечательных идей
17.45 Золотые страницы Международного конкурса имени П. И. Чайковского.
19.45 Главная роль
20.05 Док. проект «Неизвестная планета Земля»
20.50 «СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!»
21.05 ◆ «ВОЛЕЮ СУДЬБЫ»
21.45 Цвет времени
22.55 ■ «ОСТАНОВИТЕ ПОТАПОВА!»

ТВ ЦЕНТР

6.00 «НАСТРОЕНИЕ»
8.15 ■ «ЖЕНАТЫЙ ХОЛОСТЯК» 12+
10.00 ◆ «ВАЛЕНТИН СМЕРНИТСКИЙ. ПАН ИЛИ ПРОПАЛ» 12+
10.55 Городское собрание 12+
11.30, 14.30, 19.40, 22.00 События
11.50 ■ «ИНСПЕКТОР ЛИНЛИ» 16+
13.40 «МОЙ ГЕРОЙ. ЮРИЙ СМЕРНОВ» 12+
14.50 Город новостей
15.05, 2.25 ■ «ГРАНЧЕСТЕР» 16+
17.00, 5.05 «ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР» 12+
17.50 ■ «МОЯ ЛЮБИМАЯ СВЕКРОВЬ» 12+
20.00 Петровка, 38 16+
20.20 «ПРАВО ГОЛОСА» 16+
22.30 «БАЛКАНСКИЙ МАРШ» 16+
23.05 «ЗНАК КАЧЕСТВА» 16+
0.00 События. 25-й час
0.35 ■ «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ» 16+
4.20 ◆ «ЗНАМЕНИТЫЕ СОБЛАЗНИТЕЛИ. ПАТРИК СУЭЙЗИ» 12+

РЕН ТВ

5.00, 9.00 «ВОЕННАЯ ТАЙНА» с Игорем Прокопенко 16+
6.00 «ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ» 16+
7.00 «С БОДРЫМ УТРОМ!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+
13.00, 23.25 «ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА С ОЛЕГОМ ШИШКИНЫМ» 16+
14.00, 4.30 ◆ «ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ» 16+
17.00, 3.40 Премьера «ТАЙНЫ ЧАПМАН» 16+
18.00 «САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ» 16+
20.00 ■ «ШИРОКО ШАГАЯ» 16+
21.30 ■ «ПРИСТРЕЛИ ИХ» 16+
0.30 ■ «Я – ЛЕГЕНДА» 16+
2.00 ■ «СМЕРТНЫЕ ГРЕХИ» 16+

СТС СТС

6.00 «ЕРАЛАШ» 0+
6.45 ● «БИ МУВИ. МЕДОВЫЙ ЗАГОВОР» 0+
8.30 ● «ТОМ И ДЖЕРРИ» 0+
9.00 «УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ». СМЕХВООК» 16+
10.00, 4.20 ■ «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ» 16+
14.05 ■ «ЛЮДИ ИКС. ПОСЛЕДНЯЯ БИТВА» 16+
16.05 ■ «ЛЮДИ ИКС. ПЕРВЫЙ КЛАСС» 16+
18.45 ■ «РЭД» 16+
21.00 ■ «РЭД-2» 12+
23.15 «КИНО В ДЕТАЛЯХ» С ФЁДОРОМ БОНДАРЧУКОМ» 18+
0.15 ■ «ПОКА ЦВЕТЁТ ПАПОРОТНИК» 16+
1.20 ■ «ДОМАШНЕЕ ВИДЕО» 18+
2.55 ■ «СМОТРИТЕ, КТО ЗАГОВОРИЛ» 0+
5.30 «6 КАДРОВ» 16+

ДОМАШНИЙ

6.30 «УДАЧНАЯ ПОКУПКА» 16+
6.40 «КОРОЛЕВА КРАСОТЫ» 16+
7.40, 5.25 «ПО ДЕЛАМ НЕ-СОВЕРШЕННОЛЕТНИХ» 16+
8.40 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!» 16+
9.40, 4.35 «ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО» 16+
10.40, 3.15 ◆ «РЕАЛЬНАЯ МИСТИКА» 16+
12.20, 1.20 ◆ «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+
14.40 ■ «ПОДАРИ МНЕ ЖИЗНЬ» 16+
19.00 ■ «ВЫБИРАЯ СУДЬБУ» 16+
23.20 ■ «ДЫШИ СО МНОЙ» 16+
6.15 «6 КАДРОВ» 16+

6.30 «Удачная покупка»
Хотите изменить свою жизнь и сделать ее комфортнее? Не выходя из дома, каждая женщина сможет обустроить свой быт, обновить гардероб и уделить больше времени себе.

ТВ-3

6.00 «МУЛЬТФИЛЬМЫ» 0+
9.20, 9.55, 10.30, 17.35, 18.10 ■ «СЛЕПАЯ» 16+
11.00, 11.30, 16.00, 16.30, 17.00 «ГАДАЛКА» 16+
12.00, 13.00, 14.00 «НЕ ВРИ МНЕ» 12+
15.00 «МИСТИЧЕСКИЕ ИСТОРИИ» 16+
18.40, 19.30, 20.25 ■ «КОСТИ» 12+
21.15, 22.10 ■ «ГРИММ» 16+
23.00 ■ «СЕРДЦЕ ДРАКОНА» 12+



1.15 ■ «БЕЛОСНЕЖКА: СТРАШНАЯ СКАЗКА» 16+
3.15, 4.00, 4.45, 5.15 ■ «ПОМНИТЬ ВСЕ» 16+

ЗВЕЗДА

6.00 «ЛЕГЕНДЫ КИНО» 6+
8.00, 13.00, 18.00, 21.50 Новости дня
8.20 Главное с Ольгой Беловой
9.50, 10.05 «НЕ ФАКТ!» 6+
10.00, 14.00 Военные новости
10.25, 13.15, 14.05 ■ «СНАЙПЕР. ПОСЛЕДНИЙ ВЫСТРЕЛ» 12+
14.50 ■ «...И БЫЛА ВОЙНА» 16+
18.30 ◆ «ИСТОРИЯ ВОЗДУШНОГО БОЯ» 12+
19.20 «СКРЫТЫЕ УГРОЗЫ» 12+
20.05 ◆ «ЗАГАДКИ ВЕКА С СЕРГЕЕМ МЕДВЕДЕВЫМ» 12+
22.00 «ОТКРЫТЫЙ ЭФИР» 12+
23.35 «МЕЖДУ ТЕМ» 12+
0.05 ■ «ТЕНИ ИСЧЕЗАЮТ В ПОЛДЕНЬ» 12+

ТНТ

7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 5.40, 6.05, 6.30 «ТНТ. BEST» 16+
9.00 «ДОМ-2. LITE» 16+
10.15 «ДОМ-2. ОСТРОВ ЛЮБВИ» 16+
11.30 «БОРОДИНА ПРОТИВ БУЗОВОЙ» 16+
12.30 «ДОМ-2. СПАСИ СВОЮ ЛЮБОВЬ» 16+
13.30, 14.00, 14.30, 20.00, 20.30 ■ «САШАТА-НЯ» 16+
15.00, 15.30, 16.00, 16.30 ■ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА» 16+
17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 ■ «ИНТЕРНЫ» 16+
21.00 «ГДЕ ЛОГИКА?» 16+
22.00 «Однажды в России» 16+
23.00 «ДОМ-2. ГОРОД ЛЮБВИ» 16+
0.05 «ДОМ-2. ПОСЛЕ ЗАКАТА» 16+
1.10, 2.10 «STAND UP» 16+
3.00, 3.55, 4.45 «ОТКРЫТЫЙ МИКРОФОН» 16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

5.00 Большие чувства 16+
5.20 ■ «НЕДОТРОГА ДЖЕЙН» 16+
7.00 Школа доктора Комаровского 12+
7.30 Утро Пятницы 16+
9.30 «ОРЕЛ И РЕШКА». Кругосветка 16+
10.30 «ОРЕЛ И РЕШКА». На краю света 16+
12.00, 20.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». По морям 3 16+
14.00, 19.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». Мегаполисы на хайпе 16+
15.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». Перегрузка 3 16+
17.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». Америка 16+
18.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». Перегрузка 3 16+
21.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». По морям 2 16+
23.00 Теперь я босс 16+
0.00 ■ «СОСЕДИ. НА ТРОПЕ ВОЙНЫ 2» 16+
1.50 Пятница News 16+
2.15 ■ «ДРЕВНИЕ» 16+
4.50 Большие чувства 16+

#ГОВОРИТМОСКВА 94.8FM

**ПОДПИШИТЕСЬ!**
Ждём Вас во всех почтовых отделениях**Сделайте выгодное вложение
в собственное здоровье.**

Реклама

1 ПЕРВЫЙ

5.00 «ДОБРОЕ УТРО»
9.00 Новости
9.25 «СЕГОДНЯ 11 ИЮНЯ.
ДЕНЬ НАЧИНАЕТСЯ» 6+
9.55, 3.30 «МОДНЫЙ
ПРИГОВОР» 6+
10.55 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!»
16+
12.00, 15.00 Новости
(с субтитрами)
12.15, 17.00, 18.25, 1.50
«ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ» 16+
15.15, 5.00 «ДАВАЙ ПОЖЕ-
НИМСЯ!» 16+
16.00, 4.15 «МУЖСКОЕ /
ЖЕНСКОЕ» 16+
18.00 Вечерние новости
18.50, 2.40 «НА САМОМ
ДЕЛЕ» 16+
19.50 «ПУСТЬ ГОВОРЯТ» 16+
21.00 «ВРЕМЯ»
21.35 ► Футбол.
Отборочный матч чемпионата
Европы-2020
Сборная России — сборная
Кипра.
23.35 «ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ» 16+
0.05 ■ «О ЛЮБВИ» 18+

0.05 ■ «О ЛЮБВИ»
Режиссер Владимир Бортко
В ролях: А. Чиповская,
Д. Певцов, А. Чадов, М. Ми-
ронова и др.

РОССИЯ 1 РОССИЯ 1

5.00, 9.25 Утро России
9.00, 11.00, 14.00, 20.00
Вести
9.55 «О самом главном»
12+
Когда пациенты лгут и недо-
говаривают своему врачу.
Чем это опасно?
Генетически-модифициро-
ванные люди — генетический
тест.
5 признаков, по которым
можно распознать
рассеянный склероз.
Как жить с этим заболеванием?
11.25, 14.25, 17.00, 20.45
Вести. Местное время
11.45 «СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА
С БОРИСОМ
КОРЧЕВНИКОВЫМ»
12+
12.50, 18.50 «60 МИНУТ»
12+
14.45 «КТО ПРОТИВ?»
12+
17.25 «АНДРЕЙ МАЛАХОВ.
ПРЯМОЙ ЭФИР»
16+
21.00 ■ «АНГЕЛИНА»
12+
0.30 ■ «БУДУЩЕЕ СОВЕР-
ШЕННОЕ» 12+
2.25 ■ «ШТРАФБАТ»
18+

МАТЧ! МАТЧ!

6.00 ◆ «ВСЯ ПРАВДА ПРО...»
12+
6.30 «КАПИТАНЫ» 12+
7.00, 8.55, 11.30, 14.05,
16.10, 19.55 Новости
7.05, 11.35, 20.00, 23.40
Все на Матч!
9.00 «ИГРАЕМ ЗА ВАС» 12+
9.30 Футбол. Чемпионат Евро-
пы-2020. Отборочный турнир.
Чехия — Черногория 0+
12.05 Футбол. Чемпионат
Европы-2020. Отборочный тур-
нир. Македония — Австрия 0+
14.10 Футбол. Чемпионат
Европы-2020. Отборочный
турнир. Польша — Израиль 0+
16.15 ◆ «ЧЕМПИОНАТ МИРА
ПО ФУТБОЛУ FIFA В РОССИИ» 12+
17.50 ► Волейбол. Лига на-
ций. Женщины. Россия — Корея
20.40 «РОССИЯ — САН-МА-
РИНО. LIVE» 12+
21.00 Все на футбол!
21.40 ► Футбол. Чемпионат
Европы-2020. Отборочный
турнир. Бельгия — Шотландия
0.15 Шахматы. Мировая се-
рия «АРМАГЕДДОН-2019» 0+
2.45 Футбол. Чемпионат Евро-
пы-2020. Отборочный турнир.
Германия — Эстония 0+
4.45 ◆ «ЛЕВ ЯШИН —
НОМЕР ОДИН» 12+

НТВ НТВ

5.10, 3.10 ■ «АДВОКАТ»
16+
6.00 «УТРО. САМОЕ
ЛУЧШЕЕ» 16+
8.10 «МАЛЬЦЕВА»
9.00 ■ «МУХТАР. НОВЫЙ
СЛЕД» 16+
10.00, 13.00, 16.00, 19.00
Сегодня
10.20 ■ «МОРСКИЕ
ДЬЯВОЛЫ» 16+



13.25 «МЕСТО ВСТРЕЧИ»
16.30 Обзор. Чрезвычайное
происшествие
17.00 «ДНК» 16+
18.10, 19.40 ■ «УЛИЦЫ
РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ»
16+
21.00 ■ «ОТСТАВНИК-2»
16+
23.00 ■ «БЕССОННИЦА»
16+
1.00 «МЕСТО ВСТРЕЧИ»
16+

5 ПЯТЫЙ

5.00, 9.00, 13.00, 18.30,
3.15 Известия
5.20 ■ «ПОСЛЕДНИЙ
ГЕРОЙ» 16+
6.50, 7.40, 8.35, 9.25,
10.00, 10.50, 11.50, 12.40,
13.25, 14.00, 14.55, 15.50,
16.40, 17.35 ■ «ПРОЩАЙ,
«МАКАРОВ!»» 16+
19.00, 19.50, 20.40,
21.25, 22.20, 0.25 ■
«СЛЕД» 16+
23.10 ■ «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ
ПЯТЕРКА. КУРЬЕР» 16+
0.00 Известия.
Итоговый выпуск
1.10, 1.40, 2.15, 2.45,
3.25, 3.50, 4.20 ■
«ДЕТЕКТИВЫ» 16+



8.35 «ПРОЩАЙ, «МАКАРОВ!»»
Режиссер Максим Бриус.
В ролях: С. Селин, А. Баранов-
ский, Е. Проскурина, С. Колос,
В. Кузнецов, А. Аверков, С. Вла-
сов и др.

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

6.30, 7.00, 7.30, 10.00, 15.00,
19.30, 23.30 Новости культуры
6.35 «ПЕШКОМ...»
7.05 «ПРАВИЛА ЖИЗНИ»
7.35 «Театральная летопись»
8.05, 14.00 Цвет времени
8.25, 1.00 ■ «ФОТОГРА-
ФИИ НА СТЕНЕ» 12+
10.15 «НАБЛЮДАТЕЛЬ»
11.10, 23.50 XX век
12.20 ◆ «ДОМ НА ГУЛЬВАРЕ»
13.15 ◆ «ДВЕ ЖИЗНИ»
НАТАЛЬЯ МАКАРОВА
14.10, 20.05 Док. проект
«Неизвестная планета Земля»
15.10 «ЭРМИТАЖ»
15.40 «БЕЛАЯ СТУДИЯ»
16.25 История искусства.
Александр Боровский.
«КОЕ-ЧТО О ПИКАССО
И СОВЕТСКИХ ХУДОЖНИКАХ»
17.15, 2.30 Жизнь замеча-
тельных идей.
17.45 Золотые страницы
Международного конкурса
имени П. И. Чайковского.
19.45 Главная роль
20.50 «СПОКОЙНОЙ НОЧИ,
МАЛЫШИ!»
21.05 Искусственный отбор
21.45 ◆ «ПЕРВЫЕ В МИРЕ»
22.00 ■ «ОДИНОКИМ
ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ОБ-
ЩЕЖИТИЕ» 12+

ТВУ ТВ ЦЕНТР

6.00 «НАСТРОЕНИЕ»
8.00 «ДОКТОР И...» 16+
8.35 ■ «ЛЮДИ НА МОСТУ»
12+
10.35 ◆ «ВАСИЛИЙ МЕРКУРЬ-
ЕВ. ПОКА БЬЕТСЯ СЕРДЦЕ» 12+
11.30, 14.30, 19.40, 22.00
События
11.50 ■ «ИНСПЕКТОР
ЛИНЛИ» 16+
13.40 «МОЙ ГЕРОЙ. ЕКАТЕ-
РИНА ДВИГУБСКАЯ» 12+
14.50 Город новостей
15.05, 2.25 ■ «ГРАНЧЕС-
ТЕР» 16+
16.55, 5.00 «ЕСТЕСТВЕН-
НЫЙ ОТБОР» 12+
17.45 ■ «МОЯ ЛЮБИМАЯ
СВЕКРОВЬ» 12+
20.00 Петровка, 38 16+
20.20 «ПРАВО ГОЛОСА» 16+
22.30 «ОСТОРОЖНО,
МОШЕННИКИ!» 16+
23.05 ◆ «ТАЙНЫЕ ДЕТИ
ЗВЕЗД» 16+
0.00 События. 25-й час
0.35 ■ «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТ-
СТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ» 16+
4.15 «ЗНАМЕНИТЫЕ СОБ-
ЛАЗНИТЕЛИ. ДЖЕК НИКОЛ-
СОН И ЕГО ЖЕНЩИНЫ» 12+
5.50 ◆ «ВЯЧЕСЛАВ ТИХОНОВ.
ДО ПОСЛЕДНЕГО МГНОВЕНИЯ»
12+

РЕН ТВ

5.00, 14.00, 3.50 ◆ «ЗА-
СЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ» 16+
6.00, 11.00 «ДОКУМЕНТАЛЬ-
НЫЙ ПРОЕКТ» 16+
7.00 «С БОДРЫМ УТРОМ!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30,
23.00 Новости 16+
9.00 «ВОЕННАЯ ТАЙНА» 16+
12.00, 16.00, 19.00 Инфор-
мационная программа 112 16+
13.00 «ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕ-
ЧЕСТВА С ОЛЕГОМ ШИШКИ-
НЫМ» 16+
17.00, 3.00 Премьера «ТАЙ-
НЫ ЧАПМАН» 16+
18.00, 2.15 «САМЫЕ ШОКИ-
РУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ» 16+
20.00 ■ «ДЕНЬ НЕЗАВИСИ-
МОСТИ: ВОЗРОЖДЕНИЕ» 12+
22.15 «ВОДИТЬ ПО-РУССКИ»
16+
23.25 Премьера «ЗАГАДКИ
ЧЕЛОВЕЧЕСТВА С ОЛЕГОМ
ШИШКИНЫМ» 16+
0.30 ■ «ВАВИЛОН НАШЕЙ
ЭРЫ» 16+

СТС СТС

6.00 «ЕРАЛАШ» 0+
6.40 ● «ДА ЗДРАВСТВУЕТ
КОРОЛЬ ДЖУЛИАН!» 6+
7.30 ● «ТРИ КОТА» 0+
7.45 ● «ПРИКЛЮЧЕНИЯ
ВУДИ И ЕГО ДРУЗЕЙ» 0+
8.30 ● «ТОМ И ДЖЕРРИ» 0+
9.00 «УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕ-
НИ». СМЕХВООК» 16+
10.10 ■ «УЛЕТНЫЙ
ЭКИПАЖ» 16+
14.15 ■ «РЭД» 16+
16.30 ■ «РЭД-2» 12+
18.50 ■ «2 СТОЛА» 16+
21.00 ■ «МАКС ПЭЙН»
16+
23.00 «ЗВЕЗДЫ РУЛЯТ» 16+
0.00 ■ «ПОКА ЦВЕТЕТ
ПАПОРОТНИК» 16+
1.00 ■ «СМОТРИТЕ,
КТО ЗАГОВОРИЛ» 0+
2.40 ■ «СМОТРИТЕ,
КТО ЗАГОВОРИЛ-2» 0+
3.55 ■ «СМОТРИТЕ,
КТО ЗАГОВОРИЛ-3» 0+
5.20 «6 КАДРОВ» 16+

ДОМАШНИЙ

6.30, 6.20 «6 КАДРОВ» 16+
6.40 «УДАЧНАЯ ПОКУПКА» 16+
6.50 «КОРОЛЕВА КРАСОТЫ» 16+
7.50, 5.30 «ПО ДЕЛАМ НЕ-
СОВЕРШЕННОЛЕТНИХ» 16+
8.50 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!»
16+
9.50, 4.45 «ТЕСТ
НА ОТЦОВСТВО» 16+
10.50, 3.05 ◆ «РЕАЛЬНАЯ
МИСТИКА» 16+
12.50, 1.10 ◆ «ПОНЯТЬ.
ПРОСТИТЬ» 16+
15.10 ■ «РАНЕНОЕ СЕРД-
ЦЕ» 16+
19.00 ■ «СПИСОК ЖЕЛА-
НИЙ» 16+
23.10 ■ «ДЫШИ СО МНОЙ»
16+

19.00 «СПИСОК ЖЕЛАНИЙ»
М. Синицына живет обычно
до тех пор, пока у нее не об-
наруживают злокачественной
опухоль. Тогда она составляет
список желаний...

ТВ-3 ТВ-3

6.00 «МУЛЬТФИЛЬМЫ» 0+
9.20, 9.55, 10.30, 17.35,
18.10 ■ «СЛЕПАЯ» 16+
11.00, 11.30, 16.00, 16.30,
17.00 «ГАДАЛКА» 16+
12.00, 13.00, 14.00
«НЕ ВРИ МНЕ» 12+
15.00 Мистические истории 16+
18.40, 19.30, 20.25 ■
«КОСТИ» 12+
21.15, 22.10 ■ «ГРИММ» 16+
23.00 ■ «ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ:
ВОЗВРАЩЕНИЕ КОРОЛЯ» 12+
3.15 ■ «ЧЕЛОВЕК С ЖЕ-
ЛЕЗНЫМИ КУЛАКАМИ» 16+
4.45, 5.30 ■ «ЭЛЕМЕН-
ТАРНО» 16+

23.00 «ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ:
ВОЗВРАЩЕНИЕ КОРОЛЯ»
Фродо и Сэм движутся к воро-
там Мордора. Голлум заводит
их в пещеру к пауку, надеясь
после смерти хоббитов заполу-
чить кольцо. Но мужество Сэма
полностью меняет сценарий...

ЗВЕЗДА

6.00 «ЛЕГЕНДЫ МУЗЫКИ»
6+
8.00, 13.00, 18.00, 21.50
Новости дня
8.40 ◆ «ВОЙНА МАШИН»
12+
9.15, 10.05, 13.15, 14.05
■ «ЦЕПЬ» 16+
10.00, 14.00 Военные
новости
18.30 ◆ «ИСТОРИЯ
ВОЗДУШНОГО БОЯ» 12+
19.20 «ЛЕГЕНДЫ АРМИИ»
С АЛЕКСАНДРОМ
МАРШАЛОМ» 12+
20.05 «УЛИКА ИЗ ПРОШЛО-
ГО» 16+
22.00 «ОТКРЫТЫЙ ЭФИР»
12+
23.35 «МЕЖДУ ТЕМ» 12+
0.05 ■ «ТЕНИ ИСЧЕЗАЮТ
В ПОЛДЕНЬ» 12+
4.00 ■ «ЕЩЕ НЕ ВЕЧЕР»
6+
5.30 ◆ «ХРОНИКА ПОБЕДЫ»
12+

ТНТ ТНТ

7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 5.40,
6.00, 6.30 «ТНТ. BEST» 16+
9.00 «ДОМ-2. ЛІТЕ» 16+
10.15 «ДОМ-2. ОСТРОВ
ЛЮБВИ» 16+
11.30 «БОРОДИНА ПРОТИВ
БУЗОВОЙ» 16+
12.30 «ДОМ-2. СПАСИ СВОЮ
ЛЮБОВЬ» 16+
13.30, 14.00, 14.30,
20.00, 20.30 ■ «САШАТА-
НЯ» 16+
15.00, 15.30, 16.00, 16.30
■ «УНИВЕР. НОВАЯ
ОБЩАГА» 16+
17.00, 17.30, 18.00,
18.30, 19.00, 19.30 ■
«ИНТЕРНЫ» 16+
21.00 «ИМПРОВИЗАЦИЯ» 16+
22.00 «СТУДИЯ «СОЮЗ» 16+
23.00 «ДОМ-2. ГОРОД
ЛЮБВИ» 16+
0.05 «ДОМ-2. ПОСЛЕ ЗАКАТА» 16+
1.10, 2.10 «STAND UP» 16+
3.00, 3.55, 4.45 «ОТКРЫ-
ТЫЙ МИКРОФОН» 16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

5.00 Большие чувства 16+
5.20 ■ «НЕДОТРОГА
ДЖЕЙН» 16+
7.00 Школа доктора
Комаровского 12+
7.30 Утро Пятницы 16+
9.30 «ОРЕЛ И РЕШКА».
Кругосветка 16+
10.30 «ОРЕЛ И РЕШКА».
На краю света 16+
12.10 «ОРЕЛ И РЕШКА».
По морям 2 16+
14.00 «ОРЕЛ И РЕШКА».
Мегаполисы на хайпе 16+
15.00 «ОРЕЛ И РЕШКА».
Перезагрузка 3 16+
17.00 «ОРЕЛ И РЕШКА».
Америка 16+
18.00 «ОРЕЛ И РЕШКА».
Перезагрузка 16+
19.00 На ножах 16+
23.00 ■ «НЕМНОЖКО
БЕРЕМЕННА» 16+
1.30 Пятница News 16+
2.00 ■ «ДРЕВНИЕ» 16+
4.30 Большие чувства 16+

**ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА УМЕР БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК?****ГБУ РИТУАЛ**
Договор № 10 ЦДС/К-19

Каждый, кто хоть однажды пережил смерть близкого человека, знает, как тяжелы первые часы после того, как случилось горе. Городская Специализированная Служба (сайт www.ritual.ru), информирует об участившихся случаях мошенничества и значительного завышения цен на оказание ритуальных услуг.

Важно знать и быть готовым к тому, что после сообщения о факте смерти информация будет продана «черным агентам» за сумму не менее 25 тысяч рублей. Помните: пустив в дом незваного гостя, вы скорее всего станете его жертвой и переплатите за организацию похорон в 2-3 раза больше по сравнению со стоимостью тех же услуг, заказанных в Городской Специализированной Службе по вопросам похоронного дела.

Как уберечь себя от обмана - первые действия**Если горе случилось дома:**

- ✓ Вызовите сотрудника ритуальной службы по номеру 8 (499) 317-44-00 и запишите его Ф.И.О. и табельный номер.
- ✓ Проверьте паспортные данные и номер служебного удостоверения приехавшего к вам сотрудника.
- ✓ Вместе с сотрудником вызовите скорую помощь и полицию и приготовьте паспорт и медицинский полис покойного, а так же своё удостоверение личности.

Если горе случилось в больнице:

- ✓ Позвоните в Городскую Специализированную Службу по номеру 8 (499) 317-44-00 и вызовите сотрудника ритуальной службы прямо в больницу.
- ✓ Вместе с прибывшим сотрудником ритуальной службы отправляйтесь в морг для оформления документов и оплаты услуг медучреждения.

Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (499) 317-44-00 или на сайте службы www.ritual.ru**Что нельзя делать:**

- ✗ Отвечать на телефонные звонки с неизвестных номеров и пускать в дом незваных людей.
- ✗ Общаться с представителями навязанных ритуальных служб в медицинских учреждениях.
- ✗ Общаться с ритуальными агентами навязанными недобросовестными сотрудниками полиции.
- ✗ Передавать документы без оформленного и подписанного договора на оказание услуг.
- ✗ Производить расчет без оформленного и подписанного договора на оказание услуг.



ПОДПИШИТЕСЬ!
ЖДЁМ ВАС В ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ



и получите ответы на все «дачные» вопросы

ПЕРВЫЙ

6.00 Новости
6.10, 3.20 «РОССИЯ ОТ КРАЯ ДО КРАЯ» 12+
7.00 ■ «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ» 0+
9.00, 10.15, 12.15 «РОМАНОВЫ» 12+
10.00, 12.00 Новости (с субтитрами)
17.25 ■ «НЕСОКРУШИМЫЙ» 12+
19.10 ■ «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ» 6+
21.00 «ВРЕМЯ»
21.20 ■ Данила Козловский, Светлана Ходченкова в фильме «ВИКИНГ» 12+



23.50 Премьера Александр Маршал, группа «ЛЮБЭ», Григорий Лепс и другие в большом праздничном концерте 12+
1.45 ■ «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ» 0+

РОССИЯ 1

4.10 ■ «НЕПУТЕВАЯ НЕВЕСТКА» 12+
7.45 ■ «ПРОЩЕ ПАРЕНОЙ РЕПЫ» 12+
12.00 Москва. Кремль. Церемония вручения Государственных премий Российской Федерации
13.00 ■ «КРЫМСКИЙ МОСТ. СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ!» 12+
15.00 Премьера «ИЗМАЙЛОВСКИЙ ПАРК» 16+
17.00 ■ «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ»
19.00 Премьера «100ЯНОВ» 12+
20.00 Вести
20.30 Большой праздничный концерт, посвященный Дню России. Трансляция с Красной площади
22.20 ■ «БАЛКАНСКИЙ РУБЕЖ» 16+
1.20 ■ «КАНДАГАР» 16+
3.20 ■ «РЕШЕНИЕ О ЛИКВИДАЦИИ» 12+

22.20 Премьера-2019. «БАЛКАНСКИЙ РУБЕЖ»
Режиссер: Андрей Волгин
В ролях: Милош Бикович, Гоша Куценко, Гойко Митич, Равшана Куркова, Антон Пампушный, Эмир Кустурица.

МАТЧ!

6.00 Футбол. Чемпионат Европы – 2020. Отборочный турнир. Исландия – Турция 0+
8.00 Футбол. Чемпионат Европы – 2020. Отборочный турнир. Италия – Босния и Герцеговина 0+
10.00, 12.10, 17.30, 19.55, 22.00 Новости
10.10 Футбол. Чемпионат Европы – 2020 Отборочный турнир. Россия – Кипр. 0+
12.15, 17.35, 23.00 Все на Матч!
13.00 ▶ Баскетбол. Единая лига ВТБ. Финал. «ХИМКИ» – ЦСКА
15.25 ▶ Конный спорт. Скачки на приз Президента России
17.50 ▶ Волейбол. Лига наций. Женщины. Россия – Болгария
20.00 ▶ Шахматы. Мировая серия «АРМАГЕДДОН-2019»
22.10 Смешанные единоборства. Лучшие нокауты 2019. Специальный обзор 16+
22.40 «РОССИЯ – КИПР. LIVE». 12+
23.50 ■ «АНДЕРДОГ» 16+
1.30, 3.30 Футбол. Чемпионат Европы- 2020. Отборочный турнир 0+
5.30 «КОМАНДА МЕЧТЫ» 12+

НТВ

4.50 «СПЕТО В СССР» 12+
5.35 ■ «ОТСТАВНИК-2» 16+
7.25, 8.20 ■ «КАЛИНА КРАСНАЯ» 12+
8.00, 10.00, 16.00, 19.00 Сегодня
10.20 ■ Премьера Максим Дрозд и Егор Бероев в шпионском детективе «СМОТРИТЕЛЬ МАЯКА» 16+
16.20, 19.25 ■ Премьера Шпионский детектив «СМОТРИТЕЛЬ МАЯКА» 16+
23.40 ■ «ОТСТАВНИК-3» 16+
1.40 ■ «МОЙ ДОМ – МОЯ КРЕПОСТЬ» 16+
3.30 ■ «АДВОКАТ» 16+



7.25, 8.20 «КАЛИНА КРАСНАЯ»
Режиссер: Василий Шукшин.
В ролях: Василий Шукшин, Лидия Федосеева-Шукшина, Иван Рыжов, Лев Дуров, Георгий Бурков, Мария Сквицова, Алексей Ванин, Мария Виноградова, Жанна Прохоренко.

5 пятый

5.00 ◆ «МОЕ РОДНОЕ. КВАРТИРА» 12+
5.40 ◆ «МОЕ РОДНОЕ. ПИОНЕРИЯ» 12+
6.20 ◆ «МОЕ РОДНОЕ. ИНСТИТУТ» 12+
6.55 ■ «РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ» 16+
8.45 ■ «РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ... СНОВА» 16+
10.55 ■ «РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ... НА СВАДЬБЕ» 16+
12.45 ■ «РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ... ОТЕЦ НЕВЕСТЫ» 16+
14.35, 15.30, 16.30, 17.25 ■ «Я – АНГИНА!» 12+
18.25, 19.25, 20.25, 21.25 ■ «ГРОЗОВЫЕ ВОРОТА» 16+



22.20, 23.15, 0.15, 1.05 ■ «МСТИТЕЛЬ» 16+
2.00, 2.45, 3.30, 4.15 ■ «НАЗАД В СССР» 16+

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

6.30 ● «ПЕТУХ И КРАСКИ». «ТЕРЕМ-ТЕРЕМОК». «СКАЗКА О ЗОЛОТОМ ПЕТУШКЕ»
7.30 ■ «УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ДЕНИСА КОРАБЛЕВА» 0+
9.40 Земля людей.
10.05 «ОБЫКНОВЕННЫЙ КОНЦЕРТ С ЭДУАРДОМ ЭФИРОВЫМ»
10.35 ■ «ОДИНОКИМ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ПРЩЕЖИТИЕ» 12+
12.00 Земля людей. «ЧАВЧУВЕНЫ. ПОБЕГ В ПРОШЛОЕ»
12.30 ◆ «АЛЕКСЕЙ ЛЬВОВ. РОЖДЕНИЕ ГИМНА»
13.10 Земля людей.
13.40 «ТАНЦУЙ И ПОЙ, МОЯ РОССИЯ!»
15.30 Земля людей. «ТУБАЛАРЫ. ДЕРЕВНЯ ШАМАНОВ»
16.00 ■ «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА» 12+
17.30 Гала-концерт лауреатов конкурса «ЩЕЛКУНЧИК»
19.05 ■ «Д'АРТАНЬЯН И ТРИ МУШКЕТЕРА» 0+
23.20 Концерт «НАШИХ ПЕСЕН УДИВИТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ»
0.20 ■ «ПЕРВАЯ ПЕРЧАКА» 0+
1.40 «ИСКАТЕЛИ»
2.30 ● «МИСТЕР ПРОНЬКА»

ТВ ЦЕНТР

6.40 Концерт «МОЛОДОСТИ НАШЕЙ НЕТ КОНЦА» 6+
7.45 ■ «ФИНИСТ ЯСНЫЙ СОКОЛ» 0+
9.00 ◆ «ЮРИЙ НИКУЛИН. Я НЕ ТРУС, НО Я БОЮСЬ!» 12+
9.50 ■ «НЕПОДАЮЩИЕ» 6+
11.30, 14.30, 21.00 События
11.45 ◆ «МИХАИЛ ЗАДОРНОВ. КОГДА СМЕШНО, ТОГДА НЕ СТРАШНО» 12+
12.45, 14.45 ■ «МОЯ ЗВЕЗДА» 12+
16.50 ■ «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ» 12+



21.15 Премьера «ПРИЮТ КОМЕДИАНТОВ» 12+
23.10 ◆ «ИЛЬФ И ПЕТРОВ. ТАЙНЫ ДВЕНАДЦАТИ СТУЛЬЕВ» 12+
0.00 ■ «12 СТУЛЬЕВ» 0+
3.15 Большое кино. «ПИРАТЫ XX ВЕКА» 12+
3.45 ■ «ПЕРВЫЙ ЭШЕЛОН» 12+

РЕН ТВ

5.00 ◆ «ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ» 16+
7.00 ● «АЛЕША ПОПОВИЧ И ТУГАРИН ЗМЕЙ» 12+
8.30 ● «ДОБРЫНЯ НИКИТИЧ И ЗМЕЙ ГОРЫНЫЧ» 0+
9.40 ● «ИЛЬЯ МУРОМЕЦ И СОЛОВЕЙ-РАЗБОЙНИК» 6+
11.10 ● «ТРИ БОГАТЫРЯ И ШАМАХАНСКАЯ ЦАРИЦА» 12+
12.40 ● «ТРИ БОГАТЫРЯ НА ДАЛЬНИХ БЕРЕГАХ» 0+
14.00 ● «ТРИ БОГАТЫРЯ: ХОД КОНЕМ» 6+
15.30 ● «ТРИ БОГАТЫРЯ И МОРСКОЙ ЦАРЬ» 6+
17.00 ● «ТРИ БОГАТЫРЯ И ПРИНЦЕССА ЕГИПТА» 6+
18.20 ● «ТРИ БОГАТЫРЯ И НАСЛЕДНИЦА ПРЕСТОЛА» 6+
20.00 ● «ИВАН ЦАРЕВИЧ И СЕРЫЙ ВОЛК» 0+
21.40 ● «ИВАН ЦАРЕВИЧ И СЕРЫЙ ВОЛК-2» 0+
23.00 ● «ИВАН ЦАРЕВИЧ И СЕРЫЙ ВОЛК-3» 6+
0.30 ■ «ЛЕТО ВОЛКОВ» 16+

СТС

6.00 «ЕРАЛАШ» 0+
6.40 ● «ДА ЗДРАВСТВУЕТ КОРОЛЬ ДЖУЛИАН!» 6+
7.30 ● «ТРИ КОТА» 0+
7.45 ● «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ВУДИ И ЕГО ДРУЗЕЙ» 0+
8.30 «УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ». СМЕХООК» 16+
9.30 ■ «2 СТВОЛА» 16+
11.40 ■ «МАКС ПЭЙН» 16+
13.40 ■ «ТАКСИ» 6+
15.25 ■ «ТАКСИ-2» 12+
17.15 ■ «ТАКСИ-3» 12+
18.55 ● «ФЕРДИНАНД» 6+
21.00 ■ «ВЕДЬМИНА ГОРА» 12+
23.00 ■ «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ» 18+
0.55 ■ «СМОТРИТЕ, КТО ЗАГОВОРИЛ-2» 0+
2.25 ■ «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ» 16+
5.30 «6 КАДРОВ» 16+

ДОМАШНИЙ

6.30 «УДАЧНАЯ ПОКУПКА» 16+
6.40, 0.40 ■ «ТАРИФ НА ЛЮБОВЬ» 16+
8.15 «УНЕСЕННЫЕ ВЕТРОМ» 16+
12.45 ■ «СКАРЛЕТТ» 16+



20.15 ■ «ЗА БОРТОМ» 16+
22.35 ■ «ДЫШИ СО МНОЙ» 16+
2.15 ◆ «ЖЕНЩИНЫ СО СВЕРХСПОСОБНОСТЯМИ» 16+
5.25 ◆ «ЗНАТЬ БУДУЩЕЕ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ВАНГИ» 16+
6.15 «6 КАДРОВ» 16+

ТВ-3

6.00, 5.45 «МУЛЬТФИЛЬМЫ» 0+
9.20 ◆ «СЛЕПАЯ. ФИЛЬМ О ФИЛЬМЕ» 12+
9.55, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30 ■ «СЛЕПАЯ» 16+
23.00 ■ «ИНОПЛАНЕТЯНИН» 0+
1.30 ■ «ЭКСКАЛИБУР» 12+
4.00 «МАШИНА ВРЕМЕНИ» 16+
5.00 «ЧЕЛОВЕК-НЕВИДИМКА» 12+

23.00 «ИНОПЛАНЕТЯНИН»
На Землю прилетает миссия биологов-инопланетян. Затем пришельцы эвакуируются, забыв при этом одного из коллег. Он остается с незнакомым ему миром планеты Земля... и 10-летним мальчиком в придачу...

ЗВЕЗДА

6.00 ■ «ПЕРВЫЙ ТРОЛЛЕЙБУС» 0+
7.45, 9.25 ■ «МОРОЗКО» 0+
9.00, 13.00, 18.00 Новости дня
9.45 ■ «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ» 6+
11.20 ■ «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ» 6+
13.20, 14.25, 15.40, 16.45, 18.25, 19.30 «МИФЫ О РОССИИ: ВЧЕРА, СЕГОДНЯ, ЗАВТРА»
20.40 ■ «ПОДДУБНЫЙ» 6+
23.05 ■ «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ» 6+
1.55 ■ «...И БЫЛА ВОЙНА» 16+
4.25 ■ «ЦАРЕВИЧ ПРОША» 0+

ТНТ

7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 5.40, 6.05, 6.30 «ТНТ. BEST» 16+
9.00 «ДОМ-2. LITE» 16+
10.15 «ДОМ-2. ОСТРОВ ЛЮБВИ» 16+
11.30 «БОРОДИНА ПРОТИВ БУЗОВОЙ» 16+
12.30 «ДОМ-2. СПАСИ СВОЮ ЛЮБОВЬ» 16+
13.30, 14.00 «ОДНАЖДЫ В РОССИИ» 16+
15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 ■ «ТОЛЯ-РОБОТ» 16+
23.00 «ДОМ-2. ГОРОД ЛЮБВИ» 16+
0.05 «ДОМ-2. ПОСЛЕ ЗАКАТА» 16+
1.10, 2.10 «STAND UP» 16+
3.00, 3.55, 4.45 «ОТКРЫТЫЙ МИКРОФОН» 16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

5.00 Большие чувства 16+
5.20 ■ «НЕДОТРОГА ДЖЕЙН» 16+
7.00 Школа Доктора Комаровского 12+
7.30 «ОРЕЛ И РЕШКА». Кругосветка 16+
8.30 ■ «О ЧЕМ ЕЩЕ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ» 16+
10.30 ■ «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ» 16+
12.10 ■ «ДЕНЬ РАДИО» 16+
14.10 ■ «ДЕНЬ ВЫБОРОВ» 16+
17.00 ■ «ДЕНЬ ВЫБОРОВ 2» 16+
19.00 ■ «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ» 16+
21.00 ■ «О ЧЕМ ЕЩЕ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ» 16+
23.00 ■ «БОЙФРЕНД ИЗ БУДУЩЕГО» 16+
1.00 ■ «КРАСИВЫЕ СУЩЕСТВА» 16+
3.00 ■ «ДРЕВНИЕ» 16+
4.30 Большие чувства 16+

НА МИНУВШЕЙ НЕДЕЛЕ ПРЕЗИДЕНТ ПУТИН СВОИМ УКАЗОМ ПРИСВОИЛ 44 АЭРОПОРТАМ СТРАНЫ ИМЕНА «ЛИЦ, ИМЕЮЩИХ ОСОБЫЕ ЗАСЛУГИ ПЕРЕД ОТЕЧЕСТВОМ». ИНТЕРНЕТ-ГОЛОСОВАНИЕ О НОВОМ НАИМЕНОВАНИИ ЭТИХ АЭРОПОРТОВ ПРОВОДИЛОСЬ В 2018 ГОДУ.

В результате воздушным гаваням в российских регионах достались имена следующих людей.

ПИСАТЕЛИ, ПОЭТЫ, ХУДОЖНИКИ, АРТИСТЫ
Анадырь («Угольный») – Ю. С. Рытхэу
Архангельск («Талаги») – Ф. А. Абрамова
Астрахань («Нариманово») – Б. М. Кустодиева
Владивосток («Кневичи») – В. К. Арсеньева
Казань – Г. М. Тукая
Красноярск – Д. А. Хворостовского

ЧЬИМИ ИМЕНАМИ НАЗВАЛИ РОССИЙСКИЕ АЭРОПОРТЫ?

Магадан («Сокол») – В. С. Высоцкого
Минеральные Воды – М. Ю. Лермонтова
Москва («Шереметьево») – А. С. Пушкина
Пенза – В. Г. Белинского
Симферополь – И. К. Айвазовского
Уфа – Мустая Карима
Южно-Сахалинск («Хомутово») – А. П. Чехова
Якутск – Платона Ойунского

ПОЛИТИЧЕСКИЕ ДЕЯТЕЛИ, ВОЕННЫЕ
Благовещенск («Игнатьево») – Н. Н. Муравьева-Амурского
Воронеж («Чертовицкое») – Петра I
Калининград («Храброво») – императрицы Елизаветы Петровны
Краснодар («Пашковский») – Екатерины II
Мурманск – Николая II

Омск («Центральный») – Д. М. Карбышева
Псков («Кресты») – княгини Ольги
Ставрополь («Шпаковское») – А. В. Суворова

ЛЁТЧИКИ, КОСМОНАВТЫ
Анапа («Витязево») – В. К. Коккинаки
Нижний Новгород («Стригино») – В. П. Чкалова
Новосибирск («Толмачёво») – А. И. Покрышкина
Сочи («Адлер») – В. И. Севастьянова
Сыктывкар – П. А. Истомина
Чебоксары – А. Г. Николаева

УЧЁНЫЕ, ИССЛЕДОВАТЕЛИ, ИНЖЕНЕРЫ, АРХИТЕКТОРЫ
Белгород – В. Г. Шухова
Калуга («Грабцево») – К. Э. Циолковского

Москва («Внуково») – А. Н. Туполева
Москва («Домодедово») – М. В. Ломоносова
Норильск – Н. Н. Урванцева
Петропавловск-Камчатский («Елизово») – Витуса Беринга
Самара («Курумоч») – С. П. Королёва
Сургут – Ф. К. Салманова
Томск («Богашёво») – Н. И. Камова
Тюмень («Рошино») – Д. И. Менделеева
Хабаровск («Новый») – Г. И. Невельского
Челябинск («Баландино») – И. В. Курчатова

ОРГАНИЗАТОРЫ ПРОМЫШЛЕННОСТИ
Екатеринбург («Кольцово») – А. Н. Демидова
Нижневартовск – В. И. Муравленко
Нижнекамск («Бегишево») – Н. В. Лемаева
Новый Уренгой – И. М. Губкина
Виктор ЮРЬЕВ

АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ

ВЫ ПОДПИСЫВАЕТЕСЬ. «АиФ» подписывается под каждым словом!

Ждём Вас во всех почтовых отделениях России!

1 ПЕРВЫЙ

5.00 Телеканал «ДОБРОЕ УТРО»
9.00, 3.00 Новости
9.25 «СЕГОДНЯ 13 ИЮНЯ. ДЕНЬ НАЧИНАЕТСЯ» 6+
9.55, 2.35, 3.05 «МОДНЫЙ ПРИГОВОР» 6+
10.55 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!» 16+
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами)
12.15, 17.00, 18.25 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ» 16+
15.15, 4.10 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!» 16+
16.00, 3.30 «МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ» 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.50, 1.40 «НА САМОМ ДЕЛЕ» 16+
19.50 «ПУСТЬ ГОВОРЯТ» 16+
21.00 «ВРЕМЯ»
21.30 ■ «СВАДЬБЫ И РАЗВОДЫ» 16+
23.30 «ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ» 16+
0.00 ■ «НОЧЬ В МУЗЕЕ: СЕКРЕТ ГРОБНИЦЫ» 12+

0.00 «НОЧЬ В МУЗЕЕ: СЕКРЕТ ГРОБНИЦЫ»
Режиссер Шон Леви
В ролях: Б. Стиллер, Р. Уильямс, О. Уилсон, С. Куган и др.

РОССИЯ 1 РОССИЯ 1

5.00, 9.25 Утро России
9.00, 11.00, 20.00 Вести
9.55 «О самом главном» 12+
Йога и зарядка для долголетия. Профилактика заболеваний и увеличение продолжительности здоровой жизни. Смородина — ягода долголетия — какая лучше? Создание региональных геронтологических центров и геронтологических отделений — что это такое и для чего? Стареть — не значит плохо видеть. Общение — профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.
11.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время
11.45 Премьера «ЮМОР! ЮМОР! ЮМОР!!!» 16+
14.00 ■ «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ»
15.50, 17.25 «60 МИНУТ» 12+
18.30 «АНДРЕЙ МАЛАХОВ. ПРЯМОЙ ЭФИР» 16+
21.00 ■ «ПРОТИВОСТОЯНИЕ» 12+
1.05 ■ «WEEKEND (УИК-ЭНД)» 16+
2.50 «СТАНИСЛАВ ГОВОРУХИН. МОНОЛОГИ КИНОРЕЖИССЕРА» 12+

МАТЧ! МАТЧ!

6.00 ◆ «ВСЯ ПРАВДА ПРО...» 12+
6.30 «ИНСАЙДЕРЫ» 12+
7.00, 8.55, 10.55, 12.35, 13.20, 15.25, 19.00 Новости
7.05, 11.00, 15.30, 19.05, 0.10 Все на Матч!
9.00, 4.05 ■ «ЧЕМПИОНЫ. БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ» 6+
11.45, 3.10 ◆ «ДЖОШУА ПРОТИВ КЛИЧКО. ВОЗВРАЩЕНИЕ НА УЗМБЛИ» 16+
12.40 «ЛУЧШИЕ БОМБАРДИРЫ ЕВРОПЫ». 12+
13.00 «ЛИГА НАЦИЙ. LIVE». Специальный репортаж 12+
13.25 Волейбол. Лига наций. Трансляция из Италии 0+
16.30 Смешанные единоборства 16+
18.30 Смешанные единоборства. Лучшие нокауты 2019. Специальный обзор 16+
20.00 ► Шахматы. Мировая серия «АРМАГЕДДОН-2019»
20.50 ► Волейбол. Лига наций. Женщины. Россия — Италия
22.55 Шахматы. Мировая серия «АРМАГЕДДОН-2019». Трансляция из Москвы 0+
0.55 ■ «ПОЛИЦЕЙСКАЯ ИСТОРИЯ. ЧАСТЬ 2-Я» 12+

НТВ НТВ

5.10, 3.30 ■ «АДВОКАТ» 16+
6.00 «УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ» 16+
8.10 «МАЛЬЦЕВА»
9.00 ■ «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД» 16+
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 0.00 Сегодня
10.20 ■ «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ» 16+
13.25 «МЕСТО ВСТРЕЧИ»
16.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие
17.00 «ДНК» 16+
18.10, 19.40 ■ «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» 16+



20.50 ■ «ОТСТАВНИК. ОДИН ЗА ВСЕХ» 16+
23.00 ■ «БЕССОННИЦА» 16+
0.10 «ЗАХАР ПРИЛЕПИН. УРОКИ РУССКОГО» 12+
0.45 «МЕСТО ВСТРЕЧИ» 16+
3.05 «ПОДОЗРЕВАЮТСЯ ВСЕ» 16+

5 ПЯТЫЙ

5.00, 9.00, 13.00, 18.30, 3.25 Известия
5.20, 6.00, 6.50, 7.40 ■ «Я — АНГИНА!» 12+
8.35, 9.25 ■ «НОЛЬ—СЕДЬМОЙ МЕНЯЕТ КУРС» 16+
10.45, 11.40, 12.35, 13.25, 13.50 ■ «МСТИТЕЛЬ» 16+
14.40, 15.40, 16.35, 17.35 ■ «ГРОЗОВЫЕ ВОРОТА» 16+
19.00, 19.50, 20.40, 21.25, 22.20, 0.25 ■ «СЛЕД» 16+
23.10 ■ «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА. КИТАЙСКАЯ КУХНЯ» 16+
0.00 Известия. Итоговый выпуск
1.10, 1.50, 2.20, 2.50, 3.30, 3.55, 4.25 ■ «ДЕТЕКТИВЫ» 16+



8.35 «НОЛЬ—СЕДЬМОЙ МЕНЯЕТ КУРС»
В России создан секретный комплекс «Горгона», способный сделать боевой самолет невидимым для радаров. Он интересен как США, так и террористам...

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

6.30, 7.00, 7.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры
6.35 «ПЕШКОМ...»
7.05 «ПРАВИЛА ЖИЗНИ»
7.35 «Театральная летопись»
8.05 ◆ «МОЙ ДОМ — МОЯ СЛАБОСТЬ»
8.50, 21.40 ■ «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА» 0+
10.15 ■ «Д'АРТАНЬЯН И ТРИ МУШКЕТЕРА» 0+
13.15 ◆ «ЕЖЕДНЕВНЫЙ УРОК»
13.55, 17.25 ◆ «ПЕРВЫЕ В МИРЕ»
14.10 Док. проект «Неизвестная планета Земля»
15.10 Пряничный домик.
15.40 «2 ВЕРНИК 2»
16.25 История искусства.
17.45 Золотые страницы Международного конкурса имени П. И. Чайковского.
19.45 Главная роль
20.00 ◆ «МИССИЯ ПОЛЕТА К СОЛНЦУ»
20.45 «СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!»
21.00 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮБОВЬ»
22.45 ◆ «ПУТЕШЕСТВИЕ ИЗ ДОМА НА НАБЕРЕЖНОЙ»
23.50 ■ «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА» 12+
1.20 ◆ «ВЫХОДЯТ НА АРЕНУ СИЛАЧИ!»
2.00 ◆ «КТО ПРИДУМАЛ КСЕРОКС?»
2.45 Цвет времени.

ТВ ЦЕНТР

6.00 «НАСТРОЕНИЕ»
8.10 ■ «СВОДНЫЕ СЕСТРЫ» 12+
10.20 ◆ «ЖАННА ПРОХОРЕНКО. БАЛЛАДА О ЛЮБВИ» 12+
11.30, 14.30, 19.40, 22.00 События
11.50 ■ «ИНСПЕКТОР ЛИНЛИ» 16+
13.40 «МОЙ ГЕРОЙ. МИХАИЛ ГОРЕВОЙ» 12+
14.50 Город новостей
15.05, 2.25 ■ «ГРАНЧЕСТЕР» 16+
16.55, 5.05 «ЕСТЕСТВЕННЫЙ ОТБОР» 12+
17.50 ■ «СЕКРЕТ НЕПРИСТУПНОЙ КРАСАВИЦЫ» 12+
20.00 Петровка, 38 16+
20.20 «ПРАВО ГОЛОСА» 16+
22.30 «ВСЯ ПРАВДА» 16+
23.05 ◆ «АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ. НЕ СВОИМ ГОЛОСОМ» 12+
0.00 События. 25-й час
0.35 ■ «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛУННЫЙ СВЕТ» 16+
4.20 ◆ «ЗНАМЕНИТЫЕ СОБЛАЗНИТЕЛИ. ШОН КОННЕРИ» 12+

РЕН ТВ

5.00 ■ «ЛЕТО ВОЛКОВ» 16+
6.00, 11.00 «ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ» 16+
7.00 Премьера «С БОДРЫМ УТРОМ!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
9.00, 4.30 «ТЕРРИТОРИЯ ЗАБЛУЖДЕНИЙ» 16+
12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+
13.00, 23.25 «ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА С ОЛЕГОМ ШИШКИНЫМ» 16+
14.00 ◆ «ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ» 16+
17.00, 3.00 Премьера «ТАЙНЫ ЧАПМАН» 16+
18.00, 2.15 Премьера «САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ» 16+
20.00 ■ «ШТУРМ БЕЛОГО ДОМА» 16+
22.30 «СМОТРЕТЬ ВСЕМ!» 16+
0.30 ■ «ГЛАЗА ЗМЕИ» 16+

СТС СТС

6.00 «ЕРАЛАШ» 0+
6.40 ● «ДА ЗДРАВСТВУЕТ КОРОЛЬ ДЖУЛИАН!» 6+
7.30 ● «ТРИ КОТА» 0+
7.45 ● «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ВУДИ И ЕГО ДРУЗЕЙ» 0+
8.30 ● «ТОМ И ДЖЕРРИ» 0+
9.00 «УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ». СМЕХВООК 16+
10.00, 3.05 ■ «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ» 16+
13.05 ■ «ТАКСИ» 6+
14.55 ■ «ТАКСИ-2» 12+
16.40 ■ «ТАКСИ-3» 12+
18.25 ■ «ДЖЕК РИЧЕР» 16+
21.00 ■ «ДЖЕК РИЧЕР-2. НИКОГДА НЕ ВОЗВРАЩАЙСЯ» 16+
23.30 «ДЕЛО БЫЛО ВЕЧЕРОМ» 16+
0.25 ■ «ПОКА ЦВЕТЕТ ПАПОРОТНИК» 16+
1.30 ■ «СМОТРИТЕ, КТО ЗАГОВОРИЛ-3» 0+
5.20 «6 КАДРОВ» 16+

ДОМАШНИЙ

6.30 «УДАЧНАЯ ПОКУПКА» 16+
6.40 «КОРОЛЕВА КРАСОТЫ» 16+
7.40, 5.40 «ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ» 16+
8.40 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!» 16+
9.40, 4.50 «ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО» 16+
10.40, 3.15 ◆ «РЕАЛЬНАЯ МИСТИКА» 16+
12.35, 1.15 ◆ «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+
14.55 ■ «СПИСОК ЖЕЛАНИЙ» 16+
19.00 ■ «ТОТ, КТО РЯДОМ» 16+



23.15 ■ «ДЫШИ СО МНОЙ» 16+

ТВ-3

6.00 «МУЛЬТФИЛЬМЫ» 0+
9.20, 9.55, 10.30, 17.35, 18.10 ■ «СЛЕПАЯ» 16+
11.00, 11.30, 16.00, 16.30, 17.00 «ГАДАЛКА» 16+
12.00, 13.00, 14.00 «НЕ ВРИ МНЕ» 12+
15.00 Мистические истории 16+
18.40, 19.30, 20.25 ■ «КОСТИ» 12+
21.15, 22.10 ■ «ГРИММ» 16+
23.00 ■ «ДЬЯВОЛ» 16+
0.45 ■ «СТРАЖ» 16+
2.45 ■ «ОБЕЗЬЯНЫ» 16+
ЛАПА» 16+
4.15, 4.45, 5.30 «ТАЙНЫЕ ЗНАКИ» 12+

23.00 «ДЬЯВОЛ»
Детектив Боуден — на месте самоубийства: рабочий выпрыгнул из окна небоскреба. История непростая, ведь в ней много странного. Пока полиция разбирается с этим, случается новое происшествие...

ЗВЕЗДА

6.00 «ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ» 12+
8.00, 13.00, 18.00, 21.50 Новости дня
8.20 ◆ «СДЕЛАНО В СССР» 6+
8.45 ◆ «ВОЙНА МАШИН» 12+
9.25, 10.05, 13.15, 14.05 ■ «ЭШЕЛОН» 16+
10.00, 14.00 Военные новости
18.30 ◆ «РАЗВЕДКА БОЕМ. СЕКРЕТНОЕ ОРУЖИЕ ВИКТОРА ЛЕОНОВА» 12+
19.20 «ЛЕГЕНДЫ КОСМОСА» 6+
20.05 «КОД ДОСТУПА» 12+
22.00 «ОТКРЫТЫЙ ЭФИР» 12+
23.35 «МЕЖДУ ТЕМ» 12+
0.05 ■ «ГЛАВНЫЙ» 6+
2.20 ■ «РУСЬ ИЗНАЧАЛЬНАЯ» 12+
4.50 ◆ «ПРЕВОСХОДСТВО ШИПУНОВА» 6+

ТНТ

7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 6.05, 6.30 «ТНТ. BEST» 16+
9.00 «ДОМ-2. ЛITE» 16+
10.15 «ДОМ-2. ОСТРОВ ЛЮБВИ» 16+
11.30 «БОРОДИНА ПРОТИВ БУЗОВОЙ» 16+
12.30 «ДОМ-2. СПАСИ СВОЮ ЛЮБОВЬ» 16+
13.30, 14.00, 14.30, 20.00, 20.30 ■ «САШАТАНЯ» 16+
15.00, 15.30, 16.00, 16.30 ■ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА» 16+
17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 ■ «ИНТЕРНЫ» 16+
21.00 «СТУДИЯ «СОЮЗ» 16+
22.00 «ИМПРОВИЗАЦИЯ» 16+
23.00 «ДОМ-2. Город любви» 16+
0.05 «ДОМ-2. ПОСЛЕ ЗАКАТА» 16+
1.10, 2.10 «STAND UP» 16+
3.00 «ТНТ-CLUB» 16+
3.05, 3.55, 4.50 «ОТКРЫТЫЙ МИКРОФОН» 16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

5.00 Большие чувства 16+
5.20 ■ «НЕДОТРОГА ДЖЕЙН» 16+
7.00 Школа Доктора Комаровского 12+
7.30 Премьера. Утро Пятницы 16+
9.30 «ОРЕЛ И РЕШКА». Кругосветка 16+
10.00 На ножах 16+
13.00 Кондитер-3 16+
14.10 На ножах 16+
19.00 Премьера. Кондитер-3 16+
21.10 На ножах 16+
22.10 Премьера. Теперь я босс 16+
23.00 ■ «ДА, НЕ МОЖЕТ БЫТЬ (ДА, ВОЗМОЖНО)» 16+
1.30 Пятница News 16+
2.00 ■ «ДРЕВНИЕ» 16+
4.30 Большие чувства 16+

ЧЕМ ОПАСНЫ УКУСЫ КОМАРОВ.

ЗДОРОВЬЕ

КАЛЕНДАРЬ ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННЫХ ДИЕТ НА ВСЕ ПОГОДЫ

КАК ЧИСТИТЬ ЗУБЫ БЕЗ БОРМАШИНЫ

ДИЕТА ОТ НЕСПУХА

ЮРИЙ БАШМЕТ: «Хорошая музыка лечит»

В ПРОДАЖЕ С 11 ИЮНЯ

Как проверить память

Что защитит от склероза

Можно ли вылечить Альцгеймер

Какие игры спасут от слабоумия

ПОЧТИ СЕРЬЕЗНО

— Доктор, вы всегда ведь выдёргиваете зуб без боли?
— По-разному. Недавно я даже вывихнул кисть, представляете.

У нас в отеле туристов обычно будят соседские пуги, — рассказывает служащая на ресепшен.

— Так поставьте их на 8 часов завтра, пожалуйста.

— Доктор, у меня жена месяц как счастлива...

— Так зачем вы пришли?

— Легко, думаете, содержать детектива с этим счастьем бороться.

ОТЛИЧНАЯ РАЗБОРЧИВОСТЬ РЕЧИ по отличной цене!

ЧИСТЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ ЗВУК ОБЕСПЕЧИТ КОМФОРТ И КАЧЕСТВЕННОЕ ВОСПРИЯТИЕ РЕЧИ

ЦИФРОВЫЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Швейцарское качество!

В нашем центре Вы можете приобрести миниатюрные заушные и внутриушные ЦИФРОВЫЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ, аксессуары и батарейки к ним, а также изготовить индивидуальные внутриушные вкладыши.

■ м. «Первомайская» (первый вагон из центра, выход № 2, 20 метров от метро), ул. Средняя Первомайская, д. 4;

■ м. «Сходненская» (первый вагон из центра, после турникетов - направо, при выходе на улицу - налево), ул. Героев-Панфиловцев, д. 4, 100 м от метро.

Рег. у. № РЗН 2018/6845 от 19.02.2018 г. ООО «АЭРОН», Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

8 (495) 517-10-71

8 (499) 769-50-14

8 (499) 769-51-29

8 (925) 477-20-47



Семейные ценности

ПОЧЕМУ ЛЕТО – ЛЮБИМОЕ ВРЕМЯ ГОДА ДЕТЕЙ?

Вволю бегать и вволю спать

НАТАЛЬЯ МАРИНА

ПРАЗДНИКИ морозного, мультфильмов, песен и танцев, прошедшие во всех регионах страны в День защиты детей, как обычно, стали яркой чертой, отделившей учебный год от долгожданного лета – любимого времени года детей.

Ежедневные ранние подъемы, школьные уроки и домашние задания позади. Свобода! Но именно это слово пугает родителей. И многие стараются каждый день, уходя на работу, загрузить своих чад поручениями, чтобы те не шатались без дела и не зависали с гаджетами.

Дело, конечно, пусть будет. Помочь родителям в ведении домашнего хозяйства, взять на себя заботу о пожилых родственниках, прошепить способностями домашнего мастера мальчику или мастерицы-рукодельницы девочке никогда

не помешает. Но нужна мера. Нельзя перегружать ребёнка делами и заботами, не стоит требовать и жёсткого соблюдения режима.

Спать утром сколько хочется для детей – «сов» и есть летнее счастье. Для «жаворонков» оно немного другое: заснуть, когда клонит в сон, не думая о том, что надо ещё что-то сделать. Дайте отоспаться и расслабиться!

Всё лето дома – это, конечно, перебор. Даже спать надоест. Отдых в детском лагере не только разнообразие каникул, но и социальные навыки, необходимое ребёнку общение со сверстниками, а если это лагерь языковой или историко-археологический, то ещё и новые знания. Однако летом много должно быть не занятий, а физической активности. В общем, вволю бегать и вволю спать – два важнейших условия, чтобы каникулы стали хорошей «перезагрузкой».



Физическая активность для ребёнка – лучший отдых.

Фото Alamy/TACC

Отдых

Зачем ребёнку море?

Очень хотим с мужем на море. Не уверены, стоит ли брать с собой ребёнка.

Е. Дружинина, Пермь

ДЕТЯМ до 3 лет особой пользы такая поездка не принесёт, считает **врач-педиатр Евгений Тимаков**. «Они подвержены баротравмам при перелёте, чаще заражаются инфекциями, в том числе кишечными, которые могут протекать с тяжёлой рвотой и обезвоживанием», – предупреждает он.

А вот для подростка пользы немало. И не только в плане здоровья. «Перемена мест, необычная обстановка оказывают развивающий эффект», – говорит **профессор кафедры возрастной психологии МГППУ Наталья Авдеева**. – А море – это необыкновенный информационный объект: познавательный, эстетический, эмоциональный. К тому же вода – одна из четырёх стихий, её присутствие в жизни каждого человека очень значимо. Впечатления, связанные с морем, остаются в памяти на

всю жизнь. А если знакомство с ним случилось в детстве, то, как правило, оно вспоминается с большим удовольствием.

Планируя поездку, нужно учитывать особенности ребёнка. Если малыш чувствительный, боится новых людей, ситуаций, тогда, наверное, лучше ограничиться ближайшим озером или речкой. А если он уже имеет опыт путешествий и мечтает о море, конечно, надо осуществить его мечту.

То же самое касается увлечений. Есть дети, которые могут быстро переутомиться. И тогда они будут говорить, например, так: «В море слишком много воды». Или: «Слишком много детей вокруг». Это сигнал: нужно дозировать впечатления.

Важно ещё помочь малышу к новому месту адаптироваться. В таком чудесном месте, как морской курорт, когда родители свободны от повседневных заботных обязанностей, не надо отпускать ребёнка «в свободное плавание»: смотри сам, изучай сам... Как раз здесь родители могут показать себя для ребёнка экспертами, интересными друзьями: учить плавать, строить крепости из песка и т. д.

Советую заранее посмотреть в Интернете информацию о месте поездки, чтобы выглядеть в глазах ребёнка авторитетно».

Развитие

Нужно ли заниматься на каникулах?

Сын окончил 1-й класс. Бабушка говорит, что летом нужно обязательно заниматься, чтобы не забыть, что в школе прошли. А мне кажется, надо просто дать ребёнку отдохнуть. Кто из нас прав?

В. Семченко, Калуга

СПЕЦИАЛИСТЫ уверены: заставлять ребёнка учиться на каникулах, как в школе, повторять пройденный материал не стоит. Каникулы для того и существуют, чтобы отдыхать. Единственное, что обязательно советую делать все учителя, – читать летом книжки, в том числе вместе с родителями.

А развивать ребёнка и обучать можно ведь по-разному. Например, на прогулке заняться той же математикой, придумав задачку про окружающие

предметы. Можно написать письмо бабушке – вот вам и русский язык. Если ребёнка увлекают растения, соберите с ним гербарий и подпишите ваши экспонаты. Поход в музей, кино, на выставку – это ведь тоже обучение, особенно если увиденное обсуждается с родителями. Ребёнок постарше может подготовить доклад с картинками, или, по-современному, презентацию, о месте, куда ездил отдыхать с родителями.

«Важно за время каникул успеть переключиться, – считает эксперт Ассоциации классных руководителей образовательных организаций **Юлия Есауленко**. – Каникулы особенно хороши для получения практического опыта и знаний для реальной жизни, так называемых softskills (от англ. – «гибкие навыки»)».

Это социально-психологические навыки, которые пригодятся в большинстве жизненных ситуаций: умение убеждать, находить подход к людям, вести переговоры, работать в команде и т. д.

Кроме того, во время каникул предлагается множество образовательных квестов, занятий, направленных на развитие

коммуникативных навыков и компетенций XXI века. Изучите предложения в своём городе и выберите с ребёнком то, что его заинтересует.

Если боитесь, что он забудет за лето даже как пишется буква, тем более если не очень успеваешь в школе, можно и познакомиться. Но не сразу – сначала дайте ему как следует отдохнуть и выспаться.

Что делать, чтобы учебный год не начался «с чистого листа»? «Рекомендуют, например, в августе выделить время для того, чтобы освежить информацию – что-то повторить, где-то подтянуть, – говорит **Юлия Есауленко**. – Но существует и другой вариант: постоянно открывайте с ребёнком что-то новое, активно играйте, задействуйте для решения повседневных задач то, что было изучено за учебный год».

И не забывайте про физическую активность. Как ни странно, чтобы избавиться от усталости, накопленной за учебный год, ребёнок должен больше двигаться. Тогда и мозг будет работать активнее. Так что физкультура, в отличие от всех остальных школьных предметов, летом не отменяется.

Контроль

Как установить лимит на гаджеты?

Нужно ли летом ограничить время, которое ребёнок проводит с гаджетами? И что делать, если он не отдаёт электронную игрушку?

М. Усманова, Люберцы

ВРЕМЯ использования гаджетов должно строго дозироваться, считает руководитель направления детской психологии Ассоциации практических психологов и коучей Елена Курамшина.

— Доказано, что увлечение электронными игрушками вызывает задержку развития у детей, из-за чего впоследствии им труднее даётся обучение, — поясняет она. — Чрезмерное увлечение электронными устройствами негативно влияет и на развитие коммуникативных навыков: малыши, не выпускающие из рук гаджеты, меньше общаются с родителями и сверстниками, что негативно сказывается на их психологическом развитии.

В идеале младшим школьникам (до 10–11 лет) пользоваться электронными игрушками можно не более часа в день. Но, как показывает практика, соблюсти эти нор-

мы крайне трудно, тем более если гаджет — собственность ребёнка, а не родителей. Поэтому, прежде чем подарить планшет или смартфон, необходимо разработать свод правил, который позволит лимитировать время использования, и сразу оговорить наказание за превышение лимита — например, два дня без гаджета.

Имейте в виду, что ограничивать время использования гаджетов придётся не только ребёнку, но и вам. Родителям, которые всё свободное время проводят уткнувшись в телефон, будет крайне сложно отобрать его у сына или дочери.

Обратите внимание на то, что именно ребёнок смотрит в телефоне, и предложите в реальности что-то более интересное. К примеру, не так давно огромное количество просмотров было у ютуб-роликов «Как собирать конструктор «Лего». Оказалось, что детям скучно собирать его в одиночку, поэтому они делают это на пару с гаджетом. Если родители предложат свою помощь и свою компанию — ребёнок с радостью переключится на общение с ними.



Сначала разработайте правила пользования, а затем дарите ребёнку планшет.

Правила безопасности

Дети просятся в аквапарк, а мне тревожно. Насколько безопасны такого рода развлечения?

М. Зайтулов, Казань

ПО СЛОВАМ тренера высшей квалификационной категории, инструктора школы выживания Павла Колесова, трагедии в аквапарках происходят регулярно и во

Чем страшны аквапарки?

многом из-за того, что родители забывают о правилах безопасности.

— Малышам, которые не умеют плавать, аквапарки лучше не посещать, т. к. мелкие зоны обычно отделены от глубоких довольно условно, — предупреждает он. — Дети до 16 лет должны находиться под наблюдением взрослых, в спасательных жилетах и нарукавниках. По аквапар-

ку лучше не бегать — на мокрой поверхности легко поскользнуться, получить ушиб, вывих, перелом. Следите, чтобы в рот ребёнка не попадала вода из бассейна — это может закончиться расстройством или отравлением. Самое травмоопасное место — горки. Старайтесь выбирать время, когда народу немного. В толкотне и давке на них можно получить любую травму.

Без присмотра

Летом приходится оставлять сына одного. Жалко его держать взаперти в хорошую погоду. С какого возраста детей можно отпускать одних, например, на речку?

М. Малахова, Воскресенск

ОТВЕЧАЕТ кандидат педагогических наук, практикующий психолог Кира Скорохода:

— Это зависит не только от возраста, но и от многих других факторов — умеет ли ребёнок плавать, о какой речке идёт речь, как далеко она находится от дома и бывал ли там ребёнок раньше, много ли народу бывает на пляже и т. д.

Общие правила таковы. До 6–7 лет в общественных местах ребёнок может находиться только в сопровождении родителей. С 7 лет он может самостоятельно ходить по хорошо знакомому маршруту (из дома до школы, до бабушки, до маминой работы и т. д.) при условии, что постоянно находится на связи с кем-нибудь из взрослых и они знают о его перемещениях. Допускается, что

Когда наступает возраст самостоятельности?

ребёнок в этом возрасте может выйти погулять во двор — если там есть знакомые ему дети и взрослые, которые в случае необходимости придут на помощь и сообщат о проблеме родителям.

Специалисты считают, что граница условно самостоятельного возраста — 12 лет. В этом

возрасте дети уже могут гулять одни (до 21 часа) или в компании друзей, ездить в общественном транспорте и т. д. Однако нужно понимать, что все рамки и границы довольно условны. Одного ребёнка можно спокойно отпустить гулять в 10 лет, другие заблудятся и не найдут дорогу домой и в 14.



Малыши у воды и на воде — только со взрослыми.

Книги

Как заставить читать?

Дочке 10 лет, но у неё совершенно нет тяги к чтению. Даже школьную литературу она читает из-под палки. Как летом заставить её прочитать хоть одну книжку?

О. Скворцова, Томск

ОТВЕЧАЕТ школьный психолог Дина Костенко: — Сначала нужно исключить проблемы, которые затрудняют процесс чтения, например дислексию — неврологическое нарушение, при котором ребёнок испытывает трудности при обучении навыкам чтения. Помимо неё у многих детей отмечаются функциональные трудности (дефицит внимания, быстрая утомляемость и т. д.), из-за которых они плохо понимают прочитанное и по этой причине быстро теряют интерес к чтению. В таких случаях важно вовремя заметить проблему и обратиться к специалисту.

Остальные дети, как правило, не проявляют интереса к чтению в тех случаях, когда им мало читали вслух в детстве, у них дома нет (или крайне мало) книг и они не видят вокруг себя читающих людей (родителей, бабушек-дедушек). Если дошкольникам привить интерес к чтению довольно просто (в этом возрасте дети привязаны к родителям, и совместное чтение книг быстро даёт результат), то с детьми постарше придётся приложить усилия.

Предоставьте ребёнку возможность (в книжном магазине, библиотеке) выбрать ту книгу, которая его заинтересует, и не заставляйте дочитывать, если книга «не пошла». Со временем он обязательно найдёт ту, которая его заинтересует. Заставлять читать книги насильно нельзя. Задача родителей — пробудить интерес к чтению, а принуждение может возыметь обратное действие.

Игры во дворе

Проблема — в компании

Как научить детей увлекательным дворовым играм?

О. Кротова, Омск

ОБУЧИТЬ дворовым играм несложно, уверена детский психолог Марина Гушина. Достаточно узнать правила и заготовить снаряжение (чаще всего подручные материалы). Главная сложность — найти компанию. Сегодня во дворах гуляют в основном малыши. Подростки собираются отдельно, а вот дети среднего школьного возраста, увы, сидят дома и выходят гулять крайне редко.

У бабушки в деревне

Грядка в нагрузку

Бабушка вышла на пенсию и переехала в деревню. Зовёт внуков на каникулы. Полезен ли такой отдых и нужно ли заставлять ребёнка трудиться на грядке?

М. Соколова, Н. Новгород

ОТДЫХ в деревне, по мнению д. п. н., профессора кафедры социальной психологии Московского государственного областного университета Ольги Овсяник, помогает решить главную проблему городских детей — отсутствие свободы и независимости, потребность в которых ребёнок начинает ощущать с 3-летнего

возраста. «В деревне к детям относятся как к равным, рамок и ограничений там гораздо меньше, чем в городе, поэтому после каникул, проведённых там, они ощущают себя более взрослыми и самостоятельными, что способствует дальнейшей успешной социализации, — поясняет клинический психолог. — Особенно полезен отдых в деревне для стеснительных: там они могут придумать для себя иной мир, в котором будут чувствовать себя органично. В деревне или на даче детей, как правило, начинают привлекать к посильному труду. Рекомендуют выделить ребёнку «зону ответственности», а не давать разовые поручения «подай-принеси». Это способствует формированию волевой регуляции и чувства долга. Если упустить время, желание трудиться и помогать взрослым может пропасть навсегда».

ПОДГОТОВИЛА ЛИДИЯ ЮДИНА. Фото alamy/TACC

МАЛЕНЬКОЕ ЧУДО

Спорный вопрос

Декрет у мамы или папы?

У нас недавно родился ребёнок. Решили, что отпуск по уходу возьмёт муж. У него работа хоть и высокооплачиваемая, но нестабильная, а у меня хорошая зарплата и карьера. Правда, родственники решение не одобряют. А что в этом плохого? Разве мы одни такие?

О. Сорокова, Екатеринбург

ВОТПУСК по уходу за ребёнком имеет право уйти не только мама, но и папа. Пользуются им немногие. По статистике, всего в 2% семей в декрет уходят мужчины. Для нас такой вариант всё ещё непривычен.

«Чем активнее папа включается в жизнь младенца, тем лучше и для семьи, и для ребёнка», — считает доцент кафедры детской и семейной психотерапии МГППУ, департамента психологии НИУ ВШЭ, семейный психотерапевт Елена Чеботарёва. — Обычно пап исключают из воспитания и ухода на основании идеи, что женщины чуть ли не с рождения знают, как ухаживать за младенцем, а мужчине это не дано. Папу постоянно одёргивают: «Ты всё неправильно делаешь», «Отойди», «Лучше не мешай» и т. д. Считается, что он должен обеспечивать семью и решать все семейные вопросы, пока мама занята с младенцем. Даже робкие попытки поучаствовать пресекаются. А ведь ребёнку для развития нужны две карти-



Папа может всё что угодно, только мамой не может быть.

ны мира — мужская и женская. Когда папа начинает полноценно отвечать за ребёнка, у него повышается компетентность в обращении с младенцем, тем самым укрепляются его статус отца, супружеские отношения. И ребёнку от этого только лучше, чем когда папа постоянно отсутствует на заработках. Главное, чтобы супруги приняли такое решение по взаимному согласию. Даже если это противоречит их прошлым представлениям о жизни — их ведь можно пересмотреть.

Установки, что мама должна сидеть с ребёнком, идут с тех пор, когда для зарабатывания нужен был тяжёлый физический труд. А сейчас далеко не всегда разумно, чтобы именно

мужчина продолжал зарабатывать. Современная жизнь более разнообразная и гибкая. Конечно, когда мама вынуждена зарабатывать, хотя хочет посвятить себя ребёнку и оба супруга из-за этого страдают, нужно искать другой выход либо изменить отношение к ситуации».

А вот психолог и отец 5 детей Дмитрий Воедилов уверен, что папе уходить в декрет не стоит. «Мама ближе ребёнку. Женщину с детства готовят ухаживать за малышом, когда девочка играет в куклы и т. д. Женщине присущи материнские инстинкты — например, тревожный сон и др. Папа, как бы ни старался, всё равно маму заменить не может».

Фото Alamy/TACC

Забота

Как найти няню?

Хочу выйти из декрета. Но страшно отдавать свою малышку чужому человеку. Как найти хорошую няню?

С. Рябинкина, Москва

СНАЧАЛА определимся, какая няня нужна, предлагает профессиональная няня Мария Данилова. «Няня-воспитатель будет учить и развивать ребёнка, но вряд ли откликнется на просьбы об уборке и готовке. Это сделает няня — помощница по хозяйству, но тогда уход за ребёнком будет лишь одной из её обязанностей. А может, нужна няня всего на 4 часа в день? От этого зависит оплата её труда».

Она может варьироваться ещё в зависимости от того, где искать. В агентствах подберут кандидатов по вашим требованиям, проверят документы. Вам останется лишь выбрать одного из них. Но услуги недешёвы. Платные сайты (Помогатель.ру, Наша няня и др.) кандидатов тоже проверяют, хотя и не так тщательно. Через них — дешевле, но большая часть забот по поиску ляжет на ваши плечи. На бесплатных сайтах (Авито и др.) и в соцсетях будет огромное количество предложений, мнений, рекомендаций и... большая вероятность получить «кота в мешке». Поиск по знакомым по-прежнему работает. Можно получить замечательную няню «по наследству» от друзей. Хорошо, если и ваш ребёнок с ней подружится.

Каким бы способом вы ни воспользовались, при встрече с няней обязательно проверьте её документы».

От 2 месяцев

Когда откроют ясли для грудничков?

Слышала, что скоро появятся ясли для детей с 2 месяцев. Неужели правда?

И. Маяцкая, Саратов

ДА, ТАКИЕ ясли должны заработать с сентября 2019 г. Решение о строительстве отдельных зданий для пребывания детей «младенческого» возраста было принято ещё в конце 2017-го

в рамках федеральной программы по созданию дополнительных мест в учреждениях дошкольного образования. Сейчас в большинстве регионов проблем с местами в обычных садах нет.

«Детскими садами у нас обеспечено 99% населения. В них ходят более 6 млн детей, в прошлом году было на 50 тыс. меньше, — сообщила замдиректора департамента государственной политики в сфере общего образования Минпросвещения РФ Жанна Садовникова. — Доступность дошкольного образования для детей от 2 месяцев до 3 лет составляет 87%. Особое внимание необходимо уделить республикам Ингушетия, Крым и Дагестан, где она менее 50%».

Опыт

НАТАЛЬЯ ВИНОГРАДОВА

Сижу дома, занимаюсь ребёнком. Но чувствую, что неплохо было бы и бизнес какой-то начать. Вот только не знаю, удастся ли совместить это с воспитанием дочери.

В. Карташова, Москва

КАК показывает практика, многим молодым женщинам это удаётся. Недавно в Москве впервые вручали премии за успехи в бизнесе, и среди номинаций была и такая: «Мама — успешный предприниматель». Поделиться своим опытом мы попросили 33-летнюю бизнес-мату Марию Сидельникову.

На работе — дела, дома — семья

Она 10 лет работала в одной из крупных телерадиокомпаний, где возглавляла отдел прямых продаж. Но 1,5 года назад решила полностью поменять свою жизнь — уволилась и занялась бизнесом.

«В один прекрасный момент я поняла, что необходимо найти баланс между работой и семьёй, —

рассказывает Мария. — У меня растёт 9-летняя дочь, и ей требуется мамино внимание. Теперь равновесие установлено».

Материнство с работой не слишком совмещалось, а вот с бизнесом совместилось. «Я понимаю, как людей затягивает занятость, но детское время не компенсировать. Если хочешь, чтобы твои отпрыски потом с трепетом вспоминали своё детство, чтобы их отношение к родителям было тёплым, надо в это вкладываться», — убеждена она.

Мария открыла свою компанию, занимается брокериджем в области коммерческой недвижимости, т. е. по заказам владельцев ищет арендаторов и покупателей, заключает сделки. И оказалось, что новая жизнь вкупе с навыками тайм-менеджмента (которые есть у каждой бизнес-леди) даёт возможность так распределить свой день, чтобы и дела сделать, и семье время уделить.

Главное правило Марии: никогда не брать работу на дом. «Дома я занимаюсь исключительно домом, а работой — на работе, — поясняет она. — Есть дни, которые полностью посвящены дому, а есть те, что только делу».

И все мои партнёры отлично знают: если я с семьёй — это святое».

Слово мамы — закон

Мария с детства занимается живописью, теперь и дочь берёт с неё пример. Ходит в художественную школу, вместе с мамой рисует. «Пока это для Софии хобби, как пойдёт дальше — никто не знает», — говорит Мария.

Традиционному женскому делу — приготвлению еды — она учит дочь с раннего детства. С 4 лет София самостоятельно жарит омлеты. Более сложные блюда готовят вместе: «Она выполняет мои задания, и ей это нравится. Но вообще девочка очень самостоятельная, мы с ней практически на равных. Хотя, конечно, позволяю и пошалить — измазаться в муке, например».

Вскоре мама с дочерью соберутся в Италию, где планируют побывать на многих кулинарных мастер-классах, потому что со временем хотят открыть свою пекарню — планируют



Мария Сидельникова с дочерью Софией.

изучить рецепты разных регионов этой страны.

Вместе они путешествуют, вместе гуляют по Москве, играют во дворе в классики. «Мне не нравится, что у детей сейчас как будто нет детства — скакалок, бадминтона, песочниц. Знают

гаджеты в основном. Вот я и научила Софию игре в классики — вместе мелом чертили, вместе прыгали. Для современных детей такое в отличие от компьютеров — в новинку. И дочь довольна», — с улыбкой рассказывает мама.

София занимается в театральном кружке, иностранными языками, прежде успела попробовать танцы, гимнастику. У мамы кредо: пусть делает то, что доставляет ей удовольствие. Ведь это необходимо, чтобы найти себя в жизни. «Я разрешаю пробовать многое и поддержку её в любом случае, кем бы она ни решила стать, как меня мои родители», — говорит Мария.

При всех доверительных отношениях с дочерью на вопрос: «Вы для Софии — подруга?» — она отвечает отрицательно: «Нет, я мама. Подруга — это другое. А маме подражают, мама — идеал, мама — стимул. Мы в хороших отношениях, но иерархия дома выстроена чёткая — я старше, и моё слово — закон».

Работа

НАТАЛЬЯ ВИНОГРАДОВА

15-летний сын хочет летом поработать. Не знаю, надо ли? Может, лучше отдохнуть после школьной загруженности?

В. Смирнова, Подмоскowie

К ТРУДУ приучают в семье. И хотя трудовых династий сейчас не так уж много — молодёжь выбирает сферу деятельности самостоятельно, — стремление и привычку к труду можно перенять в родительском гнезде.

Собственными мозолями

«Работа для юношей и девушек — дело полезное, но с соблюдением всех юридических норм, — считает 1-й проректор Института развития дополнительного профессионального образования, клинический психолог, психотерапевт Александр Макаров. — Всё должно быть адекватно, чтобы первый неудачный опыт не отбил стремление зарабатывать деньги самому. Обычно всё складывается гладко, когда родители

ценность заработанных денег уже в его подсознании, то подросток, в особенности мальчик, подтвердит её и докажет самому себе, что он это может, — поясняет А. Макаров. — Это важно, ведь одно дело — карманные деньги от мамы с папой, а другое — заработанные собственными трудовыми мозолями».

Ещё один плюс, с точки зрения психолога, — приобретение социального опыта: подросток видит других людей — и тех, кто работу любит, и тех, кто не очень. Потихонечку станет выбирать, какой тип ему ближе и как себя вести в жизни. «Работа в подростковом возрасте, — уверен он, — необходимый Рубикон для перехода во взрослую жизнь».

Где? Кем? Когда?

Итак, решение принято — работать надо. Но кем и где? Судя по предложениям на специализированных сайтах и по сообщениям Служб занятости

Тамерлан Барзиев: «Родителям следует проконтролировать, чтобы в договоре указали место и условия работы, режим и характер деятельности, нормы оплаты труда, права и обязанности сторон».

устраивают чадо на предприятие, где работают сами».

По мнению психолога, подростковый возраст — как раз то время, когда ребёнку стоит понять значимость и ценность денег. «В этом возрасте закладываются основы, а точнее, прорастают те семена, что были посеяны родителями раньше. Если

регионов, подростков берут курьерами, на автозаправки и автомойки, им доверяют раздачу рекламных флаеров, уборку помещений, простые операции в кафе и ресторанах, дают возможность работать помощниками в библиотеках и магазинах. Вариантов немало, главное — чтобы не обманули и чтобы

ПОЛЕЗНО ЛИ ТРУДИТЬСЯ ДО СОВЕРШЕННОЛЕТИЯ?

Рубикон во взрослую жизнь



Такая работа для ребёнка младше 14 лет не подходит. Фото Alamy/TACC

на работе соблюдали законодательство.

«В России подросток официально может работать с 16 лет, — поясняет адвокат Тамерлан Барзиев. — Однако Трудовой кодекс также не запрещает работать детям помладше. Уже с 14, правда, с согласия родителей (обязательно письменного) или опекунов, подросток может заключать трудовой договор. Если родители не против, работать могут даже совсем юные, я имею в виду юных артистов цирка, певцов, актёров и детей, занятых в рекламе. Таких примеров предостаточно. Главное, чтобы это доставляло ребёнку удовольствие и не вредило здоровью».

Родителям надо знать

Юрист рекомендует родителям проконтролировать процесс заключения трудового договора. Первое — собрать вместе с ребёнком необходимые документы: паспорт, СНИЛС, медицинскую справку, письменное разрешение родителей, а также при необходимости согласие органов опеки и попечительства, документ с места учёбы о режиме обучения (для тех, кто учится). Кто собирается работать по специальности, должен добавить в пакет документ о профессиональном образовании. Трудовой договор оформляется в течение 3 дней.

«Родителям следует проконтролировать, — говорит Т. Барзиев, — чтобы в договоре указали место и условия работы, режим и характер деятельности, нормы оплаты труда, права и обязанности сторон. Одновременно издаётся приказ о принятии на работу, трудовую книжку должны завести в течение 5 дней».

Но если работу для подростка находят через Службу занятости, то это уже гарантия того, что его трудовые права будут соблюдены. Там родителям расскажут, что ст. 92 ТК РФ определяет для подростков сокращённый рабочий день, причём для каждой возрастной категории — своё количество часов.

Работать сверхурочно нельзя, ночью, в праздники, выходные дни — тоже, нельзя отправлять подростков в командировки. А постановлением Правительства РФ от 25.02.2000 г. № 163 утверждён перечень работ, которыми несовершеннолетним заниматься запрещено. Принимать несовершеннолетних на работу запрещено религиозным организациям.

«Рабочее место для подростка работодатель должен организовать в соответствии с СанПиН, в частности, учитывая микроклимат, уровень шума и освещённости, а также нервно-психических нагрузок», — отмечает юрист. Кроме того, ему нельзя доверить материально ответственную должность, не положен испытательный срок, а оплачиваемый отпуск должен быть не менее 31 дня, причём его нельзя заменять компенсацией.

Становление

Зачем идти в поход?

Правда, что детям надо сходить в поход, чтобы повзрослеть?

Е. Орлова, Липецк

В ПОХОДАХ дети действительно взрослеют, считает руководитель туристического клуба Лариса Симоненко. Она объясняет это так. Оказавшись в дикой природе, вдали от дома, подросток начинает ощущать себя человеком, который способен поставить палатку, развести костёр, приготовить еду и пр. Способен пройти десяток километров с рюкзаком за плечами, преодолеть ночные страхи. «Я могу!» — это заставляет посмотреть на себя не как на дитя, с которым нянчатся мама и школьные учителя, а как на человека, которому по плечу важные задачи.

Кроме того, в походных условиях у каждого свои обязанности. И каждый понимает, что от того, как он их выполнит, за-



Перемены видны уже после первого похода. Фото Alamy/TACC

висит благополучие остальных. Если ты повар, то должен приготовить суп так хорошо, чтобы он понравился всем и никто не остался голодным. Если ты крепить канат для навесной переправы, то должен это сделать так, чтобы никто не свалился в речку по твоей вине. Если ты фотограф и видеооператор, то отвечаешь за технику. Ребята начинают чувствовать ответственность — именно это чувство и отличает взрослого человека от ребёнка. Поэтому перемены в них видны уже после первого похода.

Контроль

Нужно ли следить за каждым шагом?

Дети в переходном возрасте могут прогулять уроки, вместо кружка сходить в гости в своей компании. Родители хотят уберечь их от самого дурного. Нужно ли контролировать каждый шаг ребёнка и как?

В. Погорелова, Воронеж

МНОГИЕ родители для контроля используют возможности цифровых технологий. Наиболее распространён контроль посещения школы с помощью системы контроля доступа (СКД), которая установлена во многих школах. При каждом проходе ребёнка через турникеты родитель получает эсэмэску. Ещё одна удобная платформа — электронный

дневник. Можно отслеживать успеваемость детей и видеть, что им задали на дом.

В отношении младших школьников удобны приложения, с помощью которых родитель может видеть перемещения ребёнка. Однако для подростка этот вариант вряд ли подойдёт. Абсолютно неприемлемым его для старшеклассников считает нейропсихолог, руководитель научно-практического центра «Дом» Светлана Шишкова.

«Ни одному ребёнку не понравится тотальная слежка, но родительский контроль необходим всем детям, а больше всего тем, которые требуют оставить их в покое, — говорит она. — Ребёнку всегда, а в период подростковых гормональных бурь особенно, важно ощущать заботу и поддержку. Вседозволенность в этом возрасте может обернуться не только серьёзными проблемами с учёбой и здоровьем, но и привести к тому, что ребёнок почувствует себя забытым и никому не нужным: «Раз мною не интересуются, значит, до меня никому нет дела».

Отсутствие родительского контроля, по словам нейропсихолога, опасно ещё и тем, что без него у ребёнка не сформируется самодисциплина. Ведь сначала он живёт по правилам родителей, а потом они становятся основами его жизни. Однако важно соблюсти баланс, предоставив сыну или дочери определённую свободу, без чего они не научатся ни ответственности, ни самостоятельности.

Эффективнее будет контроль ненавязчивый и деликатный. К примеру, с помощью социальных сетей. Правда, для этого необходимо, чтобы с ребёнком были доверительные отношения, ведь, если у него закрытый профиль, необходимо, чтобы он добавил вас в друзья. С. Шишкова предостерегает от неприятностей, которые могут возникнуть при использовании родительских чатов. «Следует соблюдать осторожность и избегать излишней откровенности. Не исключено, что другие мамы покажут ваши сообщения своим детям и это станет предметом насмешек над вашим ребёнком», — говорит она.

Жильё

АЛЕКСЕЙ ЛУНИН

Мне 26 лет, пора думать о создании семьи. Но для этого нужен базис. Денег на квартиру у меня нет, поэтому хочется понимать, на какую помощь может рассчитывать молодая семья и вообще какие есть варианты решения жилищного вопроса.

Анатолий Рыжов, Омск

НА ФИНАНСОВУЮ помощь государства при покупке жилья могут рассчитывать молодые семьи с детьми, люди с низкими доходами, молодые педагоги, медики, учёные и военные. Но помощью важно правильно распорядиться.

Если денег нет совсем

Шанс получить бесплатную квартиру имеют малоимущие семьи, признанные нуждающимися в улучшении жилищных условий. Но ждать новоселья придётся долго, и в собственности квартиру получить не удастся. Что делать, если время не ждёт, а денег даже на покупку жилья в рассрочку нет?

Первый вариант — поменять место жительства. По программе «Земский доктор» врачи до 55 лет могут получить от государства 1 млн руб., если переселятся в сельскую местность или небольшие города. Фельдшерам полагается 500 тыс. руб. И получается сумма, позволяющая на новом месте купить хорошую квартиру или построить добротный дом. Со следующего года правительство планирует распространить эти выплаты и на сельских учителей.

Другой вариант — служебное жильё. Ценные специалисты, работающие в бюджетных организациях, могут его выкупить у муниципалитета по себестоимости. И в частных компаниях, имеющих свой жилой фонд, тоже есть такая возможность.

Образ жизни

НАТАЛЬЯ МАРИНА

В кредит или на свои?

МНОГИЕ молодые семьи следуют идеологии: сначала пользуйся — потом плати. Технику, мебель, гаджеты покупают в кредит. Отдыхают тоже в кредит, поясняя: «Весь мир так живёт».

Но насколько такой образ жизни отвечает нашим реалиям и здравому смыслу? Молодые и горячие, стремящиеся получить блага сразу, перво-наперво должны знать, что разница процентных ставок не позволяет проводить параллели со «всем миром». Они у нас, напоминают экономисты, по некоторым видам кредитов на 10–15 и более процентных пунктов выше, чем на Западе.

КАК МОЛОДОЙ СЕМЬЕ ОБЗАВЕСТИСЬ КРЫШЕЙ НАД ГОЛОВОЙ?

Операция «Квартира»



Треть договоров на покупку недвижимости заключают молодые пары.

Фото PhotoXPRESS

Копим на стартовый взнос

Но жить хочется не там, где получается, а там, где мечтается. Первый шаг к покупке собственной квартиры — найти нужную сумму для стартового взноса, чтобы купить её в рассрочку или по ипотеке.

А. Цыганов: «Супруги не старше 35 лет, нуждающиеся в улучшении жилищных условий, могут рассчитывать на госсубсидию. Но, прежде чем ею воспользоваться, важно взвешенно оценить свои силы».

«Обычно на первом этапе требуется 20–30% от полной стоимости жилья, — рассказывает **завкафедрой ипотечного жилищного кредитования и страхования Финансового**

университета при Правительстве РФ Александр Цыганов. — Накапливать эту сумму спокойнее на банковских вкладах. Супруги не старше 35 лет, нуждающиеся в улучшении жилищных условий, могут рассчитывать также на госсубсидию. Но, прежде чем ею воспользоваться, важно

взвешенно оценить свои силы. Иначе есть опасность не справиться с финансовым графиком и жильё потерять. Не советую также брать для стартового взноса потребительский кре-

дит. Ведь потом придётся отдавать сразу два кредита».

Субсидия в рамках федеральной программы «Молодая семья — доступное жильё» составляет 35% от рыночной цены квартиры, если у супругов нет детей, а при их наличии — 40%. Но выдаются эти средства в виде сертификата на приобретение жилья, который нужно использовать за 9 месяцев.

Разрешается вкладывать в жильё и материнский капитал. Им можно оплатить часть суммы покупки, а можно использовать его для погашения ипотеки.

Рассрочка или ипотека?

«В 2018 г. покупатели младше 35 лет подписали 31% до-

говоров на покупку новой недвижимости в Москве, которые сопровождала наша компания, — обращает внимание **управляющий партнёр риелторской компании Мария Литинецкая.** — Большинство из них воспользовались ипотекой. Это самый гибкий инструмент. Рассрочка популярна заметно меньше. Она удобна простотой оформления: не требуется официально подтверждать свой доход. Но в отличие от ипотеки, которую можно взять на 30 лет, рассрочка оформляется максимум на 2 года и требует более высоких ежемесячных платежей».

На самые комфортные условия могут рассчитывать молодые семьи, где с 2018 по 2022 г. родился второй или последующий ребёнок. В рамках нацпроекта «Демография» для них на весь срок кредита установлена льготная ипотечная ставка в 6% годовых, а в некоторых регионах она ещё ниже.

«В программе «Вологодская семейная ипотека» дополнительно можно рассчитывать на снижение ставки на 3 процентных пункта», — рассказывает А. Цыганов. Региональные ипотечные программы со ставками 6–8,5% годовых предлагаются молодым учителям, врачам и учёным. В Москве молодым семьям, стоящим в очереди на квартиру, предлагается социальная ипотека, позволяющая приобрести у города недвижимость по сниженной стоимости.

А в мае Госдума одобрила в первом чтении закон, по которому государство компенсирует 450 тыс. стоимости ипотеки семье, воспитывающей не меньше 3 детей, последний из которых родился после 1 января 2019 г.

Потребности

ЮЛИЯ БОРТА

На что тратят маткапитал?

МАТЕРИНСКИЙ капитал был введён в 2007 г. и выдаётся при рождении второго, третьего или последующих детей. Большую часть семейных сертификатов получившие их используют для покупки жилья. Вторая по популярности область применения — оплата обучения ребёнка.

По данным Пенсионного фонда России, в 2018 г. на выплату маткапитала было направлено всего 302,315 млрд руб. Из них

на улучшение жилищных условий — 289,037 млрд руб., обучение детей — 10,192 млрд руб., ежемесячную выплату при



Маткапитал помогает обзавестись жильём.

Фото PhotoXPRESS

появлении второго ребёнка — 2,887 млрд руб., на накопительную пенсию мамы — 195 млн руб., на социальную адаптацию детей-инвалидов (получение компенсации за оплаченные товары и услуги) — 4 млн руб.

Кстати, теперь сертификат на маткапитал можно получить в электронном виде. Для этого нужно подать заявление в личном кабинете на сайте Пенсионного фонда или на портале госуслуг. Затем принести в Пенсионный фонд документы для личного хранения — к примеру, свидетельство о рождении. И всё — больше никуда ходить не надо. После вынесения положительного решения о предоставлении маткапитала электронный сертификат будет направлен в личный кабинет заявителя.

Отношения

ЮЛИЯ БОРТА

ЛЕТО — время не только романтических встреч, создания новых семейных пар, но, как ни странно, и разводов. По мнению психологов, это явление вполне объяснимо. Когда напряжённые рабочие будни, а с ними и трудности на работе и в быту уходят, партнёры начинают общаться чаще, больше проводить времени вдвоём. И когда остаются один на один, им вдруг начинает казаться: жить вместе больше нельзя. Но так ли это?

Почему не живётся вместе?

И хотя в обществе сложилось убеждение, что чаще уходит муж, статистика показывает обратное: инициаторами развода в большинстве случаев становятся женщины.

«Мужчины часто оказываются менее требовательными к браку, — объясняет психолог Пётр Дмитриевский. — Особенно если уже реализовались профессионально, им есть за что себя уважать и есть причины считать свою жизнь в целом успешной. Сильный пол зачастую может закрывать глаза на то, что семейная лодка трещит по швам. В то же время многим женщинам труднее игнорировать фальшь и примитивность в «музыке» семейных отношений».

Считается, что на каждые два брака приходится один развод. Почему не живётся вместе?

«Одна из самых распространённых причин — неумение встроить разочарование в общую картину семьи, — считает П. Дмитриевский. — Например, женщина, которая с большой серьёзностью относится к своей материнской роли, вдруг понимает, что супруг совсем не лю-

РАЗОЧАРОВАНИЕ МОЖНО ПРОСТО «ВСТРОИТЬ В ОБЩУЮ КАРТИНУ СЕМЬИ»

Развода можно избежать



шей партнёршей — скорее, из стремления к утешению, чем по любви. Однако даже в таких случаях развод вовсе не неизбежен. Нужно только начать реально узнавать друг друга», — уверен психолог.

Ещё до того, как кто-то из двоих произнесёт слова:

но, когда ты...»). А пожелания озвучивайте как просьбу, а не обвинение. Больше общайтесь с женатыми друзьями — вы увидите, что ссоры и трения в парах бывают у всех. И возможно, обнаружите, что кто-то уже знает рецепт, как их преодолеть.

Ситуаций, когда уже не о чем жалеть, не бывает никогда. В самых трудных отношениях бывают моменты нежности, благодарности. А развод — это всегда утрата.

«Нам надо расстаться», — приближение развода можно почувствовать. Если в доме возникло ощущение тайны, неловкости, «подвисла» тишина, значит, что-то неладно. Ещё один предвестник — физическая холодность, избегание прикоснове-

Планируйте, как провести время вместе, тет-а-тет. Для этого привлекайте бабушек, нянь, знакомых, чтобы посидели с детьми. Умейте благодарить друг друга: не всем это удаётся, кто-то считает помытую посуду или чистый пол само собой разумеющимися, в то время как партнёру очень нужны слова поддержки. Иногда требуется усилие над собой, чтобы заметить вклад мужа или жены в семейный быт и сказать «спасибо».

«Усилие над собой» — это ключевые слова. Распростаться с упёртым убеждением, что «он/она должен/должна измениться», и спросить себя: «А что во мне не так?» — это трудно. Но полярная смена своего отношения к проблеме может помочь преодолеть трудности.

В конце концов, вы же были счастливы рядом с этим человеком. Вспомните эти замечательные минуты и пожалейте о них.

«Ситуаций, когда уже не о чем жалеть, не бывает никогда, — уверен П. Дмитриевский. — Даже в самых трудных отношениях всё равно бывали моменты нежности, благодарности — хотя бы вначале. Разводящийся человек в любом случае переживает утрату, расставание с надеждами, несбыточными будущим».

Вступая в брак, люди создают новую сущность — одну на двоих. Развод разрушает её, поэтому утрату ощущают оба супруга. Мудрые старшие говорят, что нельзя позволять себе думать о разводе как о выходе из сложных отношений в семье. Если это позволить, то семья разрушится обязательно. Но если пройти вместе тяжёлую ситуацию, если найти в себе силы удержать треснувшее, как кажется, единство, то через некоторое время станет понятно: эта тяжёлая совместная работа укрепила отношения и духовно возвысила обоих.



Приближение развода можно почувствовать и попытаться спасти отношения.

Фото PhotoXPRESS

бит возиться с детьми. Если мужчина для неё, скорее, часть воспитательного проекта, то она задумается о расставании. Если же супруга готова справляться со своим разочарованием, то она будет придумывать, какими занятиями компенсировать дефицит отцовского внимания: станет чаще водить детей в гости к дедушкам, например. Вторая частая причина — глубокая незрелость одного из партнёров. Скажем, супруг одержим собой, своей работой или пристрастился к алкоголю, азартным играм. В приступах ярости он может поднимать руку на жену».

Но бывает и так, что люди изначально сходятся по какой-то не вполне честной причине. «Например, девушка использовала жениха, чтобы сбежать от деспотичной мамы. Или мужчина вступил в отношения с женщиной после болезненного и унижительного расставания с предыду-

Разводы

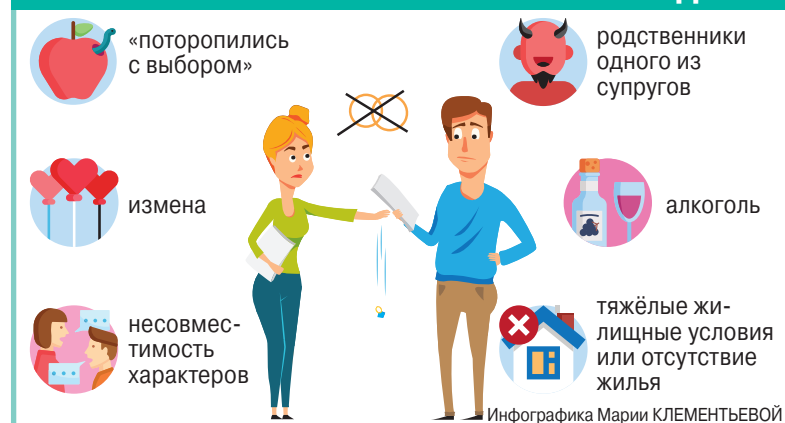
В последнее время количество разводов в стране растёт или сокращается?

А. Пименов, Саратов

Много ли брачных союзов распадается?

ПО ДАННЫМ Росстата, количество зарегистрированных браков в России в 2018 г. снизилось на 12,7% по сравнению с 2017-м и составило 917 тыс. Годом ранее создано 1,05 млн новых семей. Но это снижение объясняется тем, что в брак сейчас вступают представители самого малочис-

НАИБОЛЕЕ ЧАСТЫЕ ПРИЧИНЫ РАЗВОДОВ



ленного нашего поколения — рождённого в 1990-е.

Но снизилось и количество зарегистрированных разводов (584 тыс.) — на 4,5%. Общий коэффициент разводимости (есть такой показатель в статистике) сократился по срав-

нению с 2017 г. до 4 разводов на 1000 населения. Это минимальное значение с 1990 г. Но вот соотношение разводов и браков в целом выросло: 637 на 1000. Причина — в резком сокращении количества браков.

Нужно только начать узнавать друг друга...

Фото Alamy/TACC

ний. Если муж или жена вдруг ставит парол на смартфон или планшет, тоже есть основания задуматься, всё ли в порядке в отношениях. Наконец, усилившаяся вдруг раздражительность одного из партнёров и отсутствие желания помириться, попросить прощения. Всё это — поводы задуматься: брак нужно спасать.

Как сохранить брак?

Делитесь друг с другом, говорите, что вас обижает в поведении или словах партнёра. Только свои переживания лучше выражать при этом не в виде претензий («Мне не нравится, когда ты так делаешь, прекрати!»), а описывая своё состояние («Мне очень боль-

ТРАДИЦИИ

Жизненный опыт

НАТАЛЬЯ КОСЯКОВА

Сейчас так много говорят об исчезновении семьи, да и в жизни примеры видим. Становится страшно: неужели всё идёт к этому? Василий Кремнев, Пермь

СОВЕРШЕННО против таких тенденций отменный семьянин, заслуженный артист России, теле- и радиоведущий Алексей Весёлкин.

С умом и интуицией

— Алексей, пример вашей семьи — прямая противоположность примерам разрушения. Откуда такая верность традициям?

— Уверен, что эти «инъекции» делаются ещё в детстве — примером родителей. Хотя жизнь моих мамы и папы с точки зрения обывателя была непростой — они оба артисты Москонцерта, и гастрольные поездки уводили их зачастую в разные концы планеты. Но самые главные приоритеты для обоих были в семье.

Конечно, семья — живой организм, и она переживает разные периоды. Но человек с умом и интуицией понимает, что для того, чтобы семью сохранить, нужно творить нечто неординарное. Помню, однажды папа специально к приезду мамы провёл на лоджии свет (а это было в диковинку тогда), помню, как создавал там романтический уют. Реакцию мамы не видел, так как было поздно и я отправился

«Либеральные ценности, что нам навязывают, — это расчеловечение, это путь в никуда. Природой задумано, чтобы человеческий род продлился, чтобы люди парами жили. Это так просто, неужели непонятно?»

спать, но папин трепет не запомнить было нельзя. А как он при встрече в зимнем московском аэропорту (мама прилетала с гастролей в южной стране) прямо на взлётном поле накинул ей на плечи новую шубу! Только потом я понял, что яркий образ жизни — серьёзная, кропотливая работа, и связана она, как это ни странно, с волей. Любовь любовью. Вспышки нужны, чтобы двигатель завёлся. Но есть вещи, которые надо тянуть подобно бурлакам — вести семейный караван со всеми естественными полонками, «заменой шин» и пр.

ЖИТЬ В ЛЮБВИ И СОГЛАСИИ ДОЛГИЕ ГОДЫ — МОЖНО

От чего спасает семья?

— Ваша супруга Татьяна Весёлкина — тоже актриса. И это традиция?

— Жизнь актёра зачастую складывается так, что по сторонам смотреть некогда. Когда учился в Щукинском, с утра до ночи рядом были только будущие актрисы, потом в РАМТе — то же самое. Работы много, нос, что называется, не успеваешь высунуть наружу. К тому же кто актёра поймёт лучше, чем коллега по цеху? Людям со стороны мы поначалу интересны в силу темперамента, а потом — разочарования, потому что путают сценический образ и личность. С Таней симпатия быстро возникла — сначала отметил её талант в студенческом спектакле на курсе Алексея Владимировича Бородина, а потом, когда она пришла работать в наш театр, на фестивале в Югославии, у тёплого моря в красивом городе, наши жизненные пути соединились.

Иные темпоритмы

— Вы всю жизнь вместе — на работе, дома. Это не сложно?

— Конечно, непросто бывает, но и плюсы в этом тоже есть. Это как в системе матрёшек — постоянно открываешь что-то, идёшь внутрь. С путешествием по лабиринту с многочисленными дверцами тоже можно сравнить.



Алексей и Татьяна Весёлкины.

перестраивал его неоднократно и вместе с этим рос, а я рядом был — невольно учился.

— Чем сейчас друг друга напитываете?

— Прежде всего это путешествия. Необычный курорт в Греции, где черепахи, не боясь людей, откладывают яйца. Или Грузия, к которой мы все причастны и которая возвращает в детство и в фильмы Данелии своими колоритными пейзажами, песнями и неповторимым акцентом до сих пор говорящих по-русски грузин. Или Латвия, куда мы с родителями когда-то часто ездили отдыхать и куда захотелось вернуться именно на поезде. Часто путешествуем по Золотому кольцу — поездки короткие, но прочищают очень серьёзно. Попадаешь в иные темпоритмы и воспринимаешь всё не через фильтр, а напрямую — очень правильные эмоции. И ещё в путешествиях можно поговорить друг с другом,

разговариваем-то по-настоящему редко.

Задумано природой

— Алексей, а вы разделяете тревогу нашего читателя?

— Да, я замечаю такую тенденцию и принципиально против неё. Она пришла к нам извне, русские традиции совершенно другие. Обратитесь к отечественной классике — везде культ семьи, пусть даже с проблемами Анны Карениной, но обязательно семья, причём с большим количеством детей. Алиберальные ценности, что нам навязывают, — это желание нас реформировать, чтобы ничего не помнили, ничего не отстаивали. Это расчеловечение, путь в никуда. Природой задумано, чтобы человеческий род продлился, чтобы люди парами жили. Это так просто, неужели непонятно?



Сцена из спектакля «Инь и Ян. Белая версия».

Вот были мы в Сирии ещё до войны, меня поразили длинные столы в ресторанах. А потом понял: это же для больших семей! Сразу мысленно в Париж перенёсся, где малюсенькие столики и сидят за ними по двое, причём не факт, что разнополые...

— Детей тоже не всегда стремятся заводить...

— Я не понимаю, когда люди состоявшиеся говорят, что им некогда или дети не нужны. Наш Алёша родился в 1990-м, когда исчезло всё. Мы потеряли деньги, ребёнку даже молоко было сложно купить. Но вырастили — самодостаточным, талантливым человеком. Он тоже актёр, играем на одной сцене.

Через 10 лет, очень вовремя, Настя пришла в нашу жизнь. Отлично было вновь почувствовать себя молодыми родителями, чтобы не расслабляться. Кто говорит, что сейчас растить ребёнка сложно, — лукавит. Памперсы у сына были только для походов в гости, а теперь хоть памперсы, хоть устройства разные — для подогрева каши,

для готовки, стирки, — стало проще в разы.

— От чего в современном мире спасает семья?

— От многого: от одиночества, неадекватного самовосприятия в пространстве и, как следствие, от неадекватных поступков, депрессии, болезней,

от идиотизма, в состоянии которого могут одинокого человека ввергнуть какие-нибудь друзья-приятели.

Причём я имею в виду семью в самом широком смысле. Либералы ведь хотят и стариков за борт жизни отправить, в новых взаимоотношениях они — обуза. А я за бабушек и дедушек, которые отдают себя внукам, образно говоря, в добровольное безвозмездное рабство, потому что много чего могут им передать. В семье всегда учитывают интересы друг друга, и здесь тебя всегда примут — накормят, уложат, уберегут от ненужного.

Фото пресс-службы РАМТа

Обращение к душе

Ребёнку 8 лет, хорошо умеет читать, но ленится. Просит рассказать ему сказку на ночь, отказываясь прочитать её в прекрасно изданной красочной книге с русскими сказками. Полина Дроздова, Хабаровск

СКОРЕЕ всего, это не лень. Ведь сказки создавались для того, чтобы их рассказывать. И передавались из поколения в поколение именно устно. А записывать их начали этнографы только в XIX веке.

Почему важно сказки рассказывать?

Этот феномен этнограф, писатель и издатель Александр Швецов, который выпустил 20 томов русских сказок, объяснил на канале «День ТВ» так:

«Сказка — это не рассказ, а воздействие, во время которого определённым образом меняется душа слушающего. Во-первых, рассказывающий обращается к душе, во-вторых, он не обращается к ней вычурными словами — он обращается так, чтобы как бы скрыться за простыми словами, спрятаться и проникнуть туда, куда нужно. И слушающий на-

кладывает этот сказочный архетип повествования на все последующие поступки и поведение».

Многие фантастические рассказы мало чем отличаются от сказки, обращает внимание Швецов. Но ведь мы сразу понимаем: фантастика. Почему? «Потому что она написана в книжке и живёт в книжке. И никто никогда её не рассказывал».

А почему дети могут слушать одни и те же сказки десятки раз? «Причём слушают так, что, если мама или бабушка, засыпая, упустила что-то,

они её остановят и скажут: «Нет, здесь вот так было!» Вот уже спит ребёнок, его вроде бы уже нет, но тут подпрыгивает и поправляет!» — говорит этнограф. И поясняет, что одно и то же можно слушать только в том случае, если это вообще неинтеллектуальное занятие.

«Мы в принципе не можем перечитать заново учебник о том, что уже знаем, или инструкцию. Мы их берём в руки и чувствуем, что разум отторгает, потому что устроены предельно экономично. Разум — это инструмент, подобный компьютеру. Он работает рационально: дубль невыгоден.

А сказку мы слушаем десятки раз. Значит, орган, к которому она обращается, не есть разум».

Сказка, говорит Швецов, рассказывается именно так, чтоб «добиться до тела души и начать общаться с ней звучанием, которое вызывает некое ответное колебание». «Важны вот эти почти тактильные взаимодействия с душой», — убеждён он.

«Последние очаги этого остались ещё на Руси — большой экспериментальной лаборатории душевной жизни, потому что для нас это ещё ценно», — добавляет этнограф, посвятивший жизнь русским сказкам.

Общие интересы

В НОВОЙ ОБСТАНОВКЕ ВСЕ ЧЛЕНЫ СЕМЬИ СПЛАЧИВАЮТСЯ

Важно ли отдыхать вместе?

АЛЕКСАНДР МЕЛЬНИКОВ

Этим летом хотим отдохнуть вместе с детьми, но на даче, а не на море. Это же укрепляет семью, правда?

А. Сметанина, Москва

СЕМЕЙНЫЙ отдых — лучшая возможность почувствовать единство семьи. Можно наслаждаться общением, на которое в рабочие будни не хватает времени, чувствовать близость друг к другу и по-настоящему отключиться от всех забот. Но, по мнению психологов, дача — не всегда лучшее место для этого.

Новизна — главный фактор отдыха всей семьёй. Попадая в новую обстановку, все члены семьи в первую очередь думают друг о друге и ведут себя в соответствии с интересами близких.

«Отославшись пару дней после работы, многие на даче начинают скучать, — говорит психолог Юлия Гуревич. — Лес, река, свежий воздух — хорошо, но всё давно знакомо. И вот уже дети предоставлены самим себе, жена копается на грядках, муж занят ремонтом. Это не семейный отдых, увы. Новизна — главный фактор отдыха всей семьёй. Попадая в новую обстановку, все члены семьи спланиваются, думают друг о друге и ведут себя в соответствии с интересами близких. В та-

кой ситуации, когда рядом оба родителя, у детей появляется чувство уверенности, стабильности и защищённости, необходимое для нормального развития. И не столь важно, какой отдых вы выберете — активный или пассивный. Главное — вместе.

Но больше всего спланивают семью общие интересы. Скажем, вы увлекаетесь туризмом, любите ездить верхом, сплавляться по бурным рекам и т. п. Постарайтесь включить это в семейный отдых, чтобы объединить всю семью. Лучший пример для детей — это увлекающиеся чем-то родители.

Позвольте себе быть немного детьми на отдыхе. Ограничения,

накладываемые на обоих супругов их социальным и семейным статусом, могут сглаживать эмоциональные порывы и делать общение мимолётным и формальным. Но в кругу самых близких людей, членов вашей семьи, можно сбросить все ролевые оковы и вернуться в состояние детской наивности и беззаботности. Ну хотя бы на 10 минут в день! Не бойтесь «деградировать», играя с детьми, прыгая, дурачась и хохоча. Это объединяющий семью позитив».

ВАРИАНТЫ СЕМЕЙНОГО ОТДЫХА

Семейный отдых всегда планируется с учётом возраста детей, программа должна соответствовать их физическим возможностям и интересам

ДЛИТЕЛЬНЫЙ ОТДЫХ (отпуск всей семьёй)



Поездка к морю
обязательно добавить интересные местные экскурсии



Поездка на курорты, специализирующиеся на детском отдыхе



С достаточно взрослыми детьми — длительный поход
пеший, велосипедный, на лодках и т. д.



Поездка в культовые места мира
в зависимости от интересов детей: например, для увлекающихся историей — Золотое кольцо, Русский Север, Греция, замки Европы и т. д.



Поездка на дачу
с обязательной культурной и развлекательной программой в окрестностях



КРАТКОВРЕМЕННЫЙ ОТДЫХ (в выходные дни)



Активный
пеший, конный или велопоход на природу или по интересным местам



Водный
бассейн, аквапарк, речка или озеро



Рыбалка
Культурный и интеллектуальный отдых
музей, театр, кино, мастер-классы



Развлекательный
парк аттракционов, зоопарк, дельфинарий, семейные игры и квесты



Фото Alamy/TACC, PhotoXPRESS
Инфографика Марии КЛЕМЕНТЬЕВОЙ

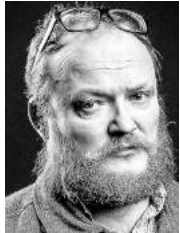


Творчество

У меня ребёнок умный, добрый, но хулиган. Конфликтов возникает много — и в школе, и с соседями. Но ведь из хулиганов часто вырастают творческие люди, правда?

А. Рудакова, Киров

ДЕЙСТВИТЕЛЬНО, примеров, когда из хулиганов вырастали талантливые и творческие люди, — масса. Мы попросили рассказать о себе художника Михаила Дурново, с которым «АиФ» охотно сотрудничает.

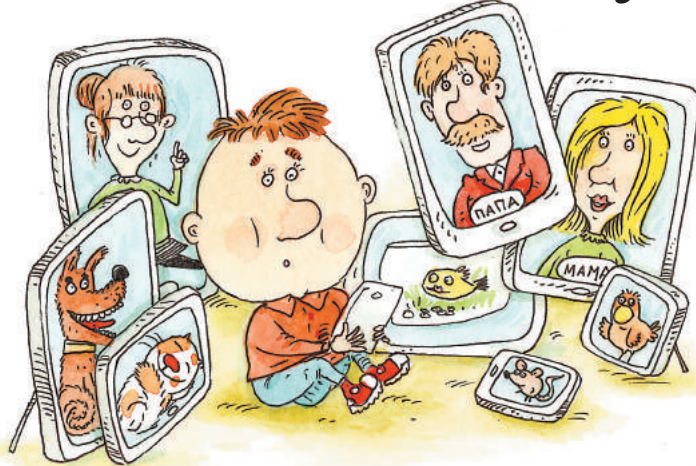


Все его рисунки смешные и добрые, их одинаково любят как дети, так и взрослые. Он выпускал детский журнал, да и во всех работах (даже в оформленных кафе) угадывается ребёнок, который всё ещё живёт во взрослом мужчине.

Только сарай сгорел...

— Мне очень повезло, — рассказывает Михаил Дурново, — я рос в замечательной семье.

Объявить войну Марсу — пожалуйста!



Homo Smartphonicus — человек, воспитанный гаджетами.

Рисунок Михаила ДУРНОВО

Мама — детский врач... Хотя с ней тяжело было по улицам прогуливаться. Все здоровались, что-то рассказывали, осыпали благодарностями, а мне хотелось быстрее идти, бежать куда-то. Ну а папа — инженер. Наверное, все мальчишки так говорят, но у меня был лучший папа на свете. Каждые выходные мы ездили за грибами-ягодами, просто по лесу походить. Как-то ночью проснулся, а на кухне папа выстилает глухарями

прищепки) поджигали пух. Было очень здорово — чиркнешь спичкой, выстрелишь в кучу побольше и смотришь, как огонь бежит по пуховым ручейкам. Класс! Только школьный сарай с лыжами почему-то сгорел. Наказание было ужасным — папа не играл со мной в шахматы и вообще не разговаривал неделю. И это гораздо страшнее ремня.

Хулиганство ушло в картинки

Вся эта неугомонность перекладывалась затем в смешные рисунки — с мягкой подачи отца, как я сейчас понимаю. Он, будучи охотником, делал зарисовки лесных животных. И понеслось — картинки в тетрадках, журналах, дневнике, иногда смешные, иногда обидные. Учителя подключили маму, мама начала бороться радикально. Всё в мусор! Меня же это только раззадоривало. Кстати, на первой книжке я ей написал: «А помнишь, как ты выбрасывала мои картинки?» И мама стала мною гордиться.

Мне очень нравится моя работа — может, потому, что почти

все проекты я сам придумываю. А если и принимаю участие в чьих-то, то у меня полная свобода действий, как мне кажется. Короче, делаю что хочу.

Хотя дочку аккуратно отодвигал от этой профессии. Мне кажется, это нелёгкий способ зарабатывания на жизнь. Она у меня очень талантливая в языках, окончила МГЛУ. Горжусь ею и надеюсь, что придумает и сделает вместе какую-нибудь весёлую штуку.

В жизни бывают разные ситуации, в том числе неприятные, но ощущение близких, семьи, друзей помогает справиться со всеми проблемами. Банально, конечно, но это так. Есть опора. Правда, над этой опорой надо работать. Хорошие отношения — это «компромиссы и компромиссы», как сказал классик. Надо выделять главное. Например, заправлять салат маслом или майонезом, красить стену салатным или абрикосовым, к друзьям пойти или дома кино посмотреть — да несущественно это! И нет смысла тратить нервы. А вот объявить войну Марсу — это да, это моё!

■ Художественный фильм ■ Телесериал ◆ Документальный фильм ◆ Документальный сериал ● Мультфильм ● Мультсериал ► Прямой эфир

В конце передач обозначена возрастная категория для данной программы.

Реклама

АРГУМЕНТЫ
И ФАКТЫ

ПОДПИСКА НА «АИФ». Ценная информация с доставкой на дом!
Ждём Вас во всех почтовых отделениях России!

ПЕРВЫЙ

5.00 Телеканал «ДОБРОЕ УТРО»
9.00 Новости
9.25 «СЕГОДНЯ 14 ИЮНЯ. ДЕНЬ НАЧИНАЕТСЯ» 6+
9.55, 3.20 «МОДНЫЙ ПРИГОВОР» 6+
10.55 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!» 16+
12.00, 15.00 Новости (с субтитрами)
12.15, 17.00, 18.25 «ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ» 16+
15.15, 4.50 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!» 16+
16.00, 4.05 «МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ» 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.50 «ЧЕЛОВЕК И ЗАКОН» с Алексеем Пимановым 16+
19.50 «ПОЛЕ ЧУДЕС» с Леонидом Якубовичем 16+
21.00 «ВРЕМЯ»
21.30 «ТРИ АККОРДА» 16+
23.30 «ВЕЧЕРНИЙ УРГАНТ» 16+
0.25 ■ «УБИЙСТВО СВЯЩЕННОГО ОЛЕНЯ» 18+
2.25 «НА САМОМ ДЕЛЕ» 16+
5.30 «КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА» 6+

РОССИЯ 1

5.00, 9.25 Утро России
9.00, 11.00, 20.00 Вести
9.55 «О самом главном» 12+
Меланома — рак кожи — как защититься?
Самые частые ошибки при оказании первой помощи, которые могут навредить. Возраст — не помеха родителю?
11.25, 17.00, 20.45 Вести. Местное время
11.45 Премьера «ЮМОР! ЮМОР! ЮМОР!!!» 16+
14.00 «ПЕСНЯ ГОДА»
15.50, 17.25 «60 МИНУТ» 12+
18.30 «АНДРЕЙ МАЛАХОВ. ПРЯМОЙ ЭФИР» 16+
21.00 ■ «НЕЗНАКОМКА В ЗЕРКАЛЕ» 12+
0.55 ■ Памяти Станислава Говорухина. Премия «ЗОЛОТОЙ ОРЕЛ» и Премия «НИКА». Иван Колесников, Светлана Ходченкова, Федор Добронравов, Борис Каморзин, Дмитрий Астрахан, Сергей Гармаш и Александр Робак в фильме «КОНЕЦ ПРЕКРАСНОЙ ЭПОХИ» 16+
2.40 «БЕЛАЯ СТУДИЯ»
3.20 ■ «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛЮБОВЬ» 12+

МАТЧ!

6.00 ◆ «ВСЯ ПРАВДА ПРО...» 12+
6.30 «ИНСАЙДЕРЫ» 12+
7.00, 8.55, 10.45, 15.55, 19.15, 22.00 Новости
7.05, 10.50, 13.20, 16.00, 23.05 Все на Матч!
9.00 Гандбол. Чемпионат Европы-2020. Мужчины. Отборочный турнир. Италия — Россия 0+
11.20, 16.30 Профессиональный бокс 16+
13.50 ► Волейбол. Лига наций. Мужчины. Россия — Польша
18.25 «РОССИЯ — КИПР. LIVE». 12+
18.45 «КУБОК АМЕРИКИ». Специальный репортаж 12+
19.20 Реальный спорт. Шахматы
20.00 ► Шахматы. Мировая серия «АРМАГЕДДОН-2019»
22.05 Все на футбол!
23.35 «КИБЕРАТЛЕТИКА» 16+
0.05 Футбол. Кубок Америки — 2016. Финал. Аргентина — Чили 0+
3.25 ► Футбол. Кубок Америки. Бразилия — Боливия
5.25 ► Смешанные единоборства. Bellator. Лиото Мачида против Чейла Соннена. Рори Макдональд против Неймана Грейси

НТВ

5.10 ■ «АДВОКАТ» 16+
6.00 «УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ» 16+
8.10 «ДОКТОР СВЕТ» 16+
9.00 ■ «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД» 16+
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня
10.20 ■ «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ» 16+
13.25 «МЕСТО ВСТРЕЧИ»
16.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие
17.00 «ДНК» 16+
18.10 «ЖДИ МЕНЯ» 12+
19.40 ■ «ОТСТАВНИК. СПАСТИ ВРАГА» 16+
21.50 «ДЕТСКАЯ НОВАЯ ВОЛНА-2019» 0+
23.55 «ЧП. РАССЛЕДОВАНИЕ» 16+
0.30 «МЫ И НАУКА. НАУКА И МЫ» 12+
1.30 Квартирный вопрос 0+
2.25 «МЕСТО ВСТРЕЧИ» 16+
4.30 «ТАИНСТВЕННАЯ РОССИЯ» 16+

19.40 «ОТСТАВНИК. СПАСТИ ВРАГА»
Режиссер: Андрей Щербинин
В ролях: Б. Галкин, И. Денисов, А. Глинский, И. Павлов, А. Рязанцев, А. Нилов, Ю. Рудина и др.

5 пятый

5.00, 9.00, 13.00 Известия
5.35, 6.20, 7.10, 8.05 ■ «НАЗАД В СССР» 16+
9.25 ■ «АМЕРИКЭН БОЙ» 16+
11.40, 12.30, 13.25, 13.50, 14.45 ■ «ЖАЖДА» 16+
15.40, 16.40, 17.35, 18.35 ■ «ПРИВЕТ ОТ «КАТЮШИ» 16+
19.30, 20.20, 21.20, 22.05, 22.55, 0.45 ■ «СЛЕД» 16+
23.45 «СВЕТСКАЯ ХРОНИКА» 16+
1.35, 2.10, 2.40, 3.10, 3.35, 4.05, 4.35 ■ «ДЕТЕКТИВЫ» 16+



15.40 «ПРИВЕТ ОТ «КАТЮШИ»
Лето 1941 года. Отступая, Красная армия перебрасывала секретное оружие — гвардейские миномёты БМ-13, которые потом называли «Катюши». В ходе операции одна машина затонула. Надо было срочно найти её и уничтожить, чтобы она не досталась врагу...

РОССИЯ К КУЛЬТУРА

6.30, 7.00, 7.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.15 Новости культуры
6.35 «ПЕШКОМ...»
7.05 «ПРАВИЛА ЖИЗНИ»
7.35 «Театральная летопись»
8.05 ◆ «МОЙ ДОМ — МОЯ СЛАБОСТЬ»
8.50, 21.00 ■ «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА» 0+
10.15 ■ «Д'АРТАНЬЯН И ТРИ МУШКЕТЕРА» 0+
11.30 ◆ «ЛЕВ ДУРОВ. ОН ЕЩЕ НЕ НАИГРАЛСЯ»
12.15 Черные дыры. Белые пятна
12.55 ◆ «ВЫХОДЯТ НА АРЕНУ СИЛАЧИ!»
13.40 ◆ «МАЛЬТА»
14.15 ◆ «МИССИЯ ПОЛЕТА К СОЛНЦУ»
15.10 «ПИСЬМА ИЗ ПРОВИНЦИИ»
15.40 «ЭНИГМА»
16.25 ◆ «ДЕЛО №. КРАСНО-АРМЕЕЦ ЛЮТОВ И ПИСАТЕЛЬ БАБЕЛЬ»
16.50 «ЦАРСКАЯ ЛОЖА»
17.30 Цвет времени.
17.45 Золотые страницы Международного конкурса имени П. И. Чайковского.
19.45 Смехоностальгия
20.15, 1.45 «ИСКАТЕЛИ»
23.35 ■ ««ПРОЦЕСС»» 16+
2.30 ● «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ВАСИ КУРОЛЕСОВА»

ТВ ЦЕНТР

6.00 «НАСТРОЕНИЕ»
8.15 ◆ «ЕВГЕНИЙ ДЯТЛОВ. МНЕ НИКТО НИЧЕГО НЕ ОБЕЩАЛ» 12+
9.10, 11.50 ■ «ПИТЕР — МОСКВА» 12+
11.30, 14.30, 19.40 События
13.40 «МОЙ ГЕРОЙ. СЕРГЕЙ ЖИГУНОВ» 12+
14.50 Город новостей
15.05 ■ «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА» 16+
16.55 ■ «ДВОЙНОЙ КАПКАН» 12+
20.05 ■ «КРАСНАЯ ЛЕНТА» 12+
22.00 «В ЦЕНТРЕ СОБЫТИЙ»
23.10 ◆ «СТАНИСЛАВ САДАЛЬСКИЙ. ОДИНОКИЙ ШУТ» 12+
0.00 ■ «ВА-БАНК» 12+
1.55 ■ «ВА-БАНК-2» 12+
3.45 Петровка, 38 16+
4.05 ■ «СТЕЖКИ-ДОРОЖКИ» 0+
5.25 ◆ «ЮРИЙ НИКУЛИН. Я НЕ ТРУС, НО Я БОЮСЬ!» 12+

0.00 «ВА-БАНК»
Знаменитый взломщик по прозвищу Квинто, выйдя из тюрьмы, хочет рассчитаться со своим бывшим подельником, который сдал его в свое время полиции...

РЕН ТВ

5.00 «ТЕРРИТОРИЯ ЗАБЛУЖДЕНИЙ» 16+
6.00, 9.00 «ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ» 16+
7.00 «С БОДРЫМ УТРОМ!» 16+
8.30, 12.30, 16.30, 19.30 Новости 16+
12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+
13.00 «ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА С ОЛЕГОМ ШИШКИНЫМ» 16+
14.00 ◆ «ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ» 16+
17.00 «ТАЙНЫ ЧАПМАН» 16+
18.00 «САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ» 16+
20.00 ◆ «ПО БЛАТУ: СВОИ СРЕДИ СВОИХ!» 16+
21.00 ◆ «ЗЕМЛЯ ПРОТИВ ВОДЫ: БИТВА ЦИВИЛИЗАЦИЙ» 16+
23.00 ■ «НОЧЬ СТРАХА» 16+
1.00 ■ «ТЕМНЫЙ РЫЦАРЬ: ВОЗРОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ» 16+
3.40 ■ «СОЮЗНИКИ» 16+

СТС

6.00 «ЕРАЛАШ» 0+
6.40 ● «ДА ЗДРАВСТВУЕТ КОРОЛЬ ДЖУЛИАН!» 6+
7.30 ● «ТРИ КОТА» 0+
7.45 ● «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ВУДИ И ЕГО ДРУЗЕЙ» 0+
8.30 ● «ТОМ И ДЖЕРРИ» 0+
9.00, 15.00 «УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ». СМЕХВООК» 16+
10.00 ■ «ДЖЕК РИЧЕР» 16+
12.30 ■ «ДЖЕК РИЧЕР-2. НИКОГДА НЕ ВОЗВРАЩАЙСЯ» 16+
19.30 «ШОУ «УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ» 16+
21.00 ■ «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ» 16+
23.00 «СЛАВА БОГУ, ТЫ ПРИШЕЛ!» 16+
0.00 ■ «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ» 18+
1.50 ■ «ПЛАН Б» 16+
3.30 ■ «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ» 16+
5.50 «6 КАДРОВ» 16+

ДОМАШНИЙ

6.30 «УДАЧНАЯ ПОКУПКА» 16+
6.40 «6 КАДРОВ» 16+
7.20 «ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ» 16+
8.20 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!» 16+
9.20, 3.20 «ТЕСТ НА ОЦТОВСТВО» 16+
10.25 ■ «СЧАСТЛИВЫЙ БИЛЕТ» 16+
19.00 ■ «ГОРНИЧНАЯ» 16+
23.30 ■ «ВЫБИРАЯ СУДЬБУ» 16+



4.10 ◆ «ЗНАТЬ БУДУЩЕЕ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ВАНГИ» 16+

ТВ-3

6.00, 5.45 «МУЛЬТФИЛЬМЫ» 0+
9.20, 9.55, 10.30, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00 ■ «СЛЕПАЯ» 16+
11.00, 16.00, 16.30, 17.00 «ГАДАЛКА» 16+
11.30 «НОВЫЙ ДЕНЬ» 12+
12.00, 13.00, 14.00 «НЕ ВРИ МНЕ» 12+
15.00 Мистические истории 16+
19.30 ■ «ХИЖИНА В ЛЕСУ» 16+
21.30, 1.30 ■ «ПОТРОШИТЕЛИ» 16+
23.45 ■ «ВРАТА» 12+
23.30, 4.15, 5.00 «ВОКРУГ СВЕТА. МЕСТА СИЛЫ» 16+

21.30 «ПОТРОШИТЕЛИ»
Реми и Джек — потрошители. Есть такая профессия в будущем, где трансплантология преуспела. Любой поврежденный орган можно менять на искусственный. Но стоимость таких органов высока, и предлагают их только в кредит...

ЗВЕЗДА

5.30 ■ «Я СЛУЖУ НА ГРАНИЦЕ» 0+
7.00, 8.20 ■ «ПОСЕЙДОН» СПЕШИТ НА ПОМОЩЬ» 0+
8.00, 13.00, 18.00, 21.50 Новости дня
8.35, 10.05 ■ «ДОБРОЕ УТРО» 0+
10.00, 14.00 Военные новости
10.40 ■ «ГОРОД ПРИНЯЛ» 12+
12.25, 13.15, 14.05, 18.35, 22.00 ■ «ВОЙНА НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ» 12+
23.25 ■ «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ» 6+
1.05 ■ «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ» 6+
2.30 ■ «ПОДДУБНЫЙ» 6+
4.25 ■ «ПОРОХ» 12+

ТНТ

7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 5.10, 5.35, 6.00, 6.30 «ТНТ. BEST» 16+
9.00 «ДОМ-2. LITE» 16+
10.15 «ДОМ-2. Остров любви» 16+
11.30 «БОРОДИНА ПРОТИВ БУЗОВОЙ» 16+
12.30 «ДОМ-2. СПАСИ СВОЮ ЛЮБОВЬ» 16+
13.30 «БОЛЬШОЙ ЗАВТРАК» 16+
14.00, 14.30 ■ «САША-ТАНЯ» 16+
15.00, 15.30, 16.00, 16.30 ■ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА» 16+
17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 ■ «ИНТЕРНЫ» 16+
20.00 «COMEDY WOMAN» 16+
21.00 «КОМЕДИ КЛАБ» 16+
22.00, 22.30 «КОМИК В ГОРОДЕ» 16+
23.00 «ДОМ-2. ГОРОД ЛЮБВИ» 16+
0.05 «ДОМ-2. После заката» 16+
1.10 «ТАКОЕ КИНО!» 16+
1.40, 2.35 «STAND UP» 16+
3.25, 4.20 «ОТКРЫТЫЙ МИКРОФОН» 16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

5.00 Большие чувства 16+
5.20 ■ «НЕДОТРОГА ДЖЕЙН» 16+
7.00 Школа Доктора Комаровского 12+
7.30 Премьера Утро Пятницы 16+
9.30 «ОРЕЛ И РЕШКА». Кругосветка 16+
10.30 «ОРЕЛ И РЕШКА». На краю света 16+
12.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». Мегаполисы на хайпе 16+
14.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». По морям 3 16+
19.00 ■ «ДЕНЬ ВЫБОРОВ» 16+
21.30 ■ «ДЕНЬ ВЫБОРОВ 2» 16+
0.00 ■ «ДЕНЬ РАДИО» 16+
2.00 Пятница News 16+
2.30 ■ «СОТНЯ» 16+
4.50 Большие чувства 16+

ВЫСТАВКИ

КАКИЕ ВЫСТАВКИ ПРИГОТОВИЛИ К ЛЕТУ?

ГМИИ ИМ. ПУШКИНА И ТРЕТЬЯКОВКА ЗАПУСКАЮТ В ИЮНЕ НЕСКОЛЬКО УДАРНЫХ ПРОЕКТОВ.

В Пушкинском музее в один день — 19 июня — откроются две на первый взгляд разные, но на самом деле связанные между собой выставки. Первая представит коллекцию Сергея Шукина — собрание шедевров европейского модернизма конца XIX — начала XX в. 450 произведений, среди которых работы Моне, Сезанна, Гогена, Матисса, Ван Гога и Пабло Пикассо. В 1948 г. коллекция была



«Арлекин и его подружка». Пикассо, 1901 г. ГМИИ им. Пушкина.

разделена между ГМИИ им. Пушкина и Эрмитажем. Воссоединение собрания Шукина, пусть даже и временное, — большое событие для отечественной культуры.

Вторую выставку представит Fondation Louis Vuitton. В неё войдут избранные произведения одного из ведущих мировых собраний современного искусства. Это работы Альберто Джакомет-

ти, Ива Кляйна, Жан-Мишеля Баския, Энди Уорхола и других культовых художников XX в.

А в главном здании Третьяковской галереи 26 июня откроется выставка «Библия Писателя — настольная книга русских иконописцев». Иллюстрации из Библии, изданной в Амстердаме в 1643 г., стали источником вдохновения для русских иконописцев, которые занимались церковной росписью в конце XVII в. Традиции европейского Ренессанса были переосмыслены в России художниками, которые создали живопись общехристианскую по содержанию и национальную по форме.

Константин КУДРЯШОВ

СЕКРЕТЫ АГРОНОМОВ:

ЧТО ВНЕСТИ В ПОЧВУ,

ЧТОБЫ СДЕЛАТЬ

УРОЖАЙ ВКУСНЕЕ

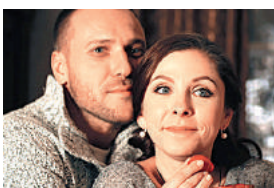
УЖЕ В ПРОДАЖЕ



Реклама

АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ

Вложение, которое не может обесцениться, – ПОДПИСКА НА «АИФ»!
Подписывайтесь во всех почтовых отделениях России!

1 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1 РОССИЯ 1	МАТЧ! МАТЧ!	НТВ НТВ	5 ПЯТЫЙ	РОССИЯ К КУЛЬТУРА	ТВ ЦЕНТР ТВ ЦЕНТР
6.00 Новости 6.10 ■ «ВОСХОЖДЕНИЕ НА ОЛИМП» 16+ 8.10 «ИГРАЙ, ГАРМОНЬ ЛЮБИМАЯ!» 12+ 8.55 «УМНИЦЫ И УМНИКИ» 12+ 9.45 «СЛОВО ПАСТЫРЯ» 0+ 10.00, 12.00 Новости (с субтитрами) 10.15 Премьера К 75-летию Валентина Смирнитского. «КОДЕКС МУШКЕТЕРА» 12+ 11.10 «ТЕОРИЯ ЗАГОВОРА» 16+ 12.15 «ИДЕАЛЬНЫЙ РЕМОНТ» 6+ 13.20 «ЖИВАЯ ЖИЗНЬ» 12+ 16.20 «КТО ХОЧЕТ СТАТЬ МИЛЛИОНЕРОМ?» 12+ 17.50 «ЭКСКЛЮЗИВ» с Дмитрием Борисовым 16+ 19.30, 21.20 «СЕГОДНЯ ВЕЧЕРОМ» 16+ 21.00 «ВРЕМЯ» 23.00 ■ «ГРЕШНИК» 16+ 1.00 ■ «ПОБЕЖДАЙ!» 16+ 2.40 «МОДНЫЙ ПРИГОВОР» 6+ 3.25 «МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ» 16+ 4.10 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!» 16+ 4.55 «КОНТРОЛЬНАЯ ЗАКУПКА» 6+	5.00 «УТРО РОССИИ. СУББОТА» 8.15 Премьера «ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ» 8.40 Местное время. Суббота 12+ 9.20 «ПЯТЕРО НА ОДНОГО» 10.10 «СТО К ОДНОМУ» 11.00 Вести 11.20 Вести. Местное время 11.40 ■ «ЕЛЕНА ПРЕКРАСНАЯ» 12+ 13.40 ■ «СЧАСТЬЕ ПО ДОГОВОРУ» 12+ 17.40 «ПРИВЕТ, АНДРЕЙ!» 12+ 20.00 Вести в субботу 21.00 ■ «РОМАН С ПРОШЛЫМ» 12+ 0.55 ■ «ТАРИФ «СЧАСТЛИВАЯ СЕМЬЯ» 12+  21.00 Премьера « РОМАН С ПРОШЛЫМ » Режиссер: Мария Кравченко В ролях: Т. Казючич, Р. Полянский, В. Фекленко, Е. Никитин, З. Антонова и др.	6.00 ► Смешанные единоборства. Bellator 7.30 Смешанные единоборства. Женские поединки 16+ 8.00 ■ «ЖЕНСКИЙ БОЙ» 16+ 10.05, 12.10, 15.55, 18.55 Новости 10.10 Футбол. Кубок Америки. Бразилия – Боливия 0+ 12.15 Профессиональный бокс 16+ 12.55 «БОЛЬШОЙ БОКС. ИСТОРИЯ ВЕЛИКИХ ПОРАЖЕНИЙ» 16+ 13.25, 16.00, 19.00 Все на Матч! 13.50 ► Волейбол. Лига наций. Мужчины. Россия – Канада 16.30 ► Баскетбол. Единая лига ВТБ. Финал. ЦСКА – «ХИМКИ» 20.00 ► Шахматы. Мировая серия «АРМАГЕДДОН-2019» 22.00 ► Профессиональный бокс. Всемирная Суперсерия. 1/2 финала 1.15 ► Футбол. Кубок Америки. Аргентина – Колумбия 2.55 Футбол. Кубок Америки. Венесуэла – Перу. Трансляция из Бразилии 0+ 4.55 «КОМАНДА МЕЧТЫ» 12+ 5.30 «РПЛ. LIVE» 12+	5.15 «ЧП. РАССЛЕДОВАНИЕ» 16+ 5.40 ■ «... ПО ПРОЗВИЩУ «ЗВЕРЬ» 16+ 7.25 Смотр 0+ 8.00, 10.00, 16.00 Сегодня 8.20 «ГОТОВИМ С АЛЕКСЕЕМ ЗИМИНЫМ» 0+ 8.50 «КТО В ДОМЕ ХОЗЯИН?» 12+ 9.25 Едим дома 0+ 10.20 Главная дорога 16+ 11.00 «ЕДА ЖИВАЯ И МЕРТВАЯ» 12+ 12.00 Квартирный вопрос 0+ 13.00 «НАШПОТРЕБНАДЗОР» 16+ 14.00 «ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ!» 0+ 15.00 Своя игра 0+ 16.20 «ОДНАЖДЫ...» 16+ 17.00 «СЕКРЕТ НА МИЛЛИОН» 16+ 19.00 «ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ» с Вадимом Тахменевым 21.00 Ты не поверишь! 16+ 22.10 «ЗВЕЗДЫ СОШЛИСЬ» 16+ 23.30 ■ «КТО Я?» 16+ 1.35 «ФОМЕНКО ФЕЙК» 16+ 2.00 «ДАЧНЫЙ ОТВЕТ» 0+ 3.05 ■ «ДИКАРИ» 16+	5.00, 5.10, 5.40, 6.05, 6.35, 7.05, 7.45, 8.15, 8.45, 9.20, 10.00 ■ «ДЕТЕКТИВЫ» 16+ 10.45, 11.30, 12.20, 13.00, 13.55, 14.35, 15.25, 16.05, 16.55, 17.40, 18.25, 19.10, 20.00, 20.45, 21.35, 22.20, 23.05 ■ «СЛЕД» 16+ 0.00 Известия. Главное 0.55 ■ «РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ» 16+ 2.35 ■ «РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ... СНОВА» 16+ 4.15 ■ «РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ... НА СВАДЬБЕ» 16+  9.20 Премьера « ДЕТЕКТИВЫ » Илья просит Насонову разобраться в смерти сестры, не веря, что Даша не справилась с управлением мотоцикла. По камерам видеонаблюдения замечено 5 машин, причастных к ДТП. Правду о трагедии Насонов обнаружит в подвале заброшенного дома...	6.30 Библийский сюжет 7.05 ● «ВИННИ-ПУХ». «ВИННИ-ПУХ ИДЕТ В ГОСТИ». «ВИННИ-ПУХ И ДЕНЬ ЗАБОТ» 8.05 ■ «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ» 6+ 9.15 Телескоп 9.45 «ПЕРЕДВИЖНИКИ. АРХИП КУИНДЖИ» 10.15 ■ «ОТЕЛЛО» 0+ 12.00 ◆ «ВЛАДИМИР СОШАЛЬСКИЙ. ОДИНОКИЙ ГОЛОС СКРИПКИ» 12.45 Человеческий фактор. «НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ!» 13.10, 0.45 ◆ «ДИКИЕ ГАЛАПАГОСЫ» 14.05 «ЭРМИТАЖ» 14.30 Денис Мацуев представляет: «НОВЫЕ ИМЕНА» 16.05 ◆ «ТАРЗАН. ИСТОРИЯ ЛЕГЕНДЫ» 17.00 ◆ «ПРЕДКИ НАШИХ ПРЕДКОВ» 17.40 ◆ «БЕГ» СНЫ О РОССИИ» 18.20 ■ «БЕГ» 6+ 21.30 ◆ «МЕЧТЫ О БУДУЩЕМ» 22.25 Оскар Питерсон и Элла Фицджеральд в концертном зале «ОЛИМПИА» 23.30 ■ «МАРГАРИТКИ» 1.35 «ИСКАТЕЛИ» 2.25 ● «СКАМЕЙКА». «ЛЕГЕНДА О САЛЬЕРИ»	6.10 Марш-бросок 12+ 6.40 ■ «НЕПОДДАЮЩИЕСЯ» 6+ 8.20 Православная энциклопедия 6+ 8.50, 11.45 ■ «12 СТУЛЬЕВ» 0+ 11.30, 14.30, 23.40 События 12.15 ◆ «ИЛЬФ И ПЕТРОВ. ТАЙНЫ ДВЕНАДЦАТИ СТУЛЬЕВ» 12+ 13.05, 14.45 ■ «Я НИКОГДА НЕ ПЛАЧУ» 12+  17.20 ■ «ЗАЛОЖНИЦА» 12+ 21.00 «ПОСТСКРИПТУМ» с Алексеем Пушковым 22.10 «ПРАВО ЗНАТЬ!» 16+ 23.55 «ПРАВО ГОЛОСА» 16+ 3.05 «БАЛКАНСКИЙ МАРШ» 16+ 3.40 «УДАР ВЛАСТЬЮ» 16+ 4.30 «ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА. ЖЕНЩИНЫ ПЕРВЫХ МИЛЛИОНЕРОВ» 12+

РЕН ТВ	СТС СТС	ДОМАШНИЙ	ТВ-3 ТВ-3	ЗВЕЗДА	ТНТ ТНТ	ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА
5.00 ■ «СОЮЗНИКИ» 16+ 5.30 ■ «ДЕЙСТВУЙ, СЕСТРА!» 12+ 7.15 ■ «ДЕЙСТВУЙ, СЕСТРА-2: СТАРЫЕ ПРИВЫЧКИ» 12+ 9.15 Премьера «МИНТРАНС» 16+ 10.15 Премьера «САМАЯ ПОЛЕЗНАЯ ПРОГРАММА» 16+ 11.15 Премьера «ВОЕННАЯ ТАЙНА» с Игорем Прокопенко 16+ 16.20 Премьера «ТЕРРИТОРИЯ ЗАБЛУЖДЕНИЙ» с Игорем Прокопенко 16+ 18.20 ◆ «ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ. САМЫЕ ПОПУЛЯРНЫЕ В ИНТЕРНЕТЕ» 16+ 20.30 ■ «ДЖАНГО ОСВОБОЖДЕННЫЙ» 16+ 23.45 ■ «ОМЕРЗИТЕЛЬНАЯ ВОСЬМЕРКА» 18+ 2.45 «ТЕРРИТОРИЯ ЗАБЛУЖДЕНИЙ» с Игорем Прокопенко 16+	6.00 «ЕРАЛАШ» 0+ 6.25 ● «ПРИКЛЮЧЕНИЯ КОТА В САПОГАХ» 6+ 7.15 ● «ТРОЛЛИ. ПРАЗДНИК ПРОДОЛЖАЕТСЯ!» 6+ 7.40 ● «ТРИ КОТА» 0+ 8.05 ● «ТОМ И ДЖЕРРИ» 0+ 8.30 «УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ». СМЕХВООК 16+ 9.30 «ПРОСТО КУХНЯ» 12+ 10.30 «РОГОВ. СТУДИЯ 24» 16+ 11.30, 2.00 ■ «ВОЙНА НЕВЕСТ» 16+ 13.20 ■ «ГРОМОБОЙ» 12+ 15.05 ● «ФЕРДИНАНД» 6+ 17.05 ■ «ВЕДЬМИНА ГОРА» 12+ 19.05 ■ «ПОСЕЙДОН» 12+ 21.00 ■ «ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ» 16+ 23.05 «ДЕЛО БЫЛО ВЕЧЕРОМ» 16+ 0.00 ■ «ОТЧАЯННЫЙ» 0+ 3.25 ■ «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ» 16+ 5.20 «6 КАДРОВ» 16+	6.30 «УДАЧНАЯ ПОКУПКА» 16+ 6.40 ■ «СТРАННЫЕ ВЗРОСЛЫЕ» 8.10 ■ «ЗА БОРТОМ» 16+ 10.25 ■ «РАЙСКИЙ УГОЛОК» 0+ 19.00 ■ «ДРУГАЯ Я» 16+ 23.15 ■ «МИЛЛИОНЕР» 16+ 1.20 ◆ «ЖАННА» 16+ 2.10 ◆ «ЗНАТЬ БУДУЩЕЕ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ВАНГИ» 16+ 6.10 «6 КАДРОВ» 16+  23.15 « МИЛЛИОНЕР » Режиссер Сергей Чекалов. В ролях: А. Кузичев, Ю. Галкина, К. Андоленко, Л. Курепова, М. Тарабукин, А. Вертинский, А. Богданович, Я. Гуревич.	6.00 «МУЛЬТФИЛЬМЫ» 0+ 10.00, 11.00, 11.45 ■ «ГРИММ» 16+ 12.45, 1.00 ■ «ЗАТУРА: КОСМИЧЕСКОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ» 6+ 14.45 ■ «КАСПЕР» 6+ 16.45 ■ «СТРАШИЛЫ» 16+ 19.00 ■ «АСТРАЛ» 16+ 21.00 ■ «АСТРАЛ: ГЛАВА 2» 16+ 23.00 ■ «ХИЖИНА В ЛЕСУ» 16+ 3.00, 3.30, 4.00, 4.30, 4.45, 5.15, 5.45 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ» 16+ 14.45 « КАСПЕР » Исследователь паранормальных явлений доктор Харви путешествует с дочерью, надеясь вступить в контакт с погибшей женой. Так они оказываются в особняке, где обитают 3 злобных призрака и призрак доброго мальчика Каспера...	6.05 ■ «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА» 12+ 9.00, 13.00, 18.00 Новости дня 9.10 «МОРСКОЙ БОЙ» 6+ 10.15 «НЕ ФАКТ!» 6+ 10.45 «УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО» 16+ 11.35 ◆ «ЗАГАДКИ ВЕКА С СЕРГЕЕМ МЕДВЕДЕВЫМ» 12+ 12.30 «ЛЕГЕНДЫ ЦИРКА» 6+ 13.15 «ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ» 12+ 14.00 ◆ «СЕКРЕТНАЯ ПАПКА» 12+ 15.15 ■ «30-ГО УНИТОЖИТЬ» 12+ 18.10 «Задело!» 18.25 ■ «СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ» 12+ 21.10 ■ «АПОСТОЛ» 16+ 21.10 « АПОСТОЛ » Режиссеры: И. Иванов, Ю. Мороз. В ролях: Е. Миронов, О. Фоменко, Д. Мороз, А. Смирнов, Ю. Назаров, Л. Малеванная, А. Бабенко.	7.00, 7.30, 8.30, 5.10, 5.35, 6.00, 6.30 «ТНТ. BEST» 16+ 8.00, 1.10 «ТНТ MUSIC» 16+ 9.00 «ДОМ-2. ЛІТЕ» 16+ 10.00 «ДОМ-2. ОСТРОВ ЛЮБВИ» 16+ 11.00 «ШКОЛА ЭКСТРАСЕНСОВ» 16+ 12.35, 13.00, 13.30, 14.00 ■ «САШАТАНЯ» 16+ 14.30, 17.30, 18.30, 19.30 «КОМЕДИ КЛАБ» 16+ 15.30, 16.30 «КОМЕДИ КЛАБ. ДАЙДЖЕСТ» 16+ 20.30 ■ «ЛЮДИ ИКС-2» 12+ 23.05 «ДОМ-2. ГОРОД ЛЮБВИ» 16+ 0.10 «ДОМ-2. ПОСЛЕ ЗАКАТА» 16+ 1.45, 2.35, 3.30, 4.20 «ОТКРЫТЫЙ МИКРОФОН» 16+	5.00 Большие чувства 16+ 5.20 ■ «НЕДОТРОГА ДЖЕЙН» 16+ 7.30 Школа Доктора Комаровского 12+ 8.00 ■ «В ГОСТЯХ У ЭЛИС» 16+ 10.00 Премьера Регина+1 16+ 11.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». Мегаполисы на хайпе 16+ 14.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». По морям 3 16+ 19.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». Перегрузка 16+ 22.30 ■ «НИЧЕГО СЕБЕ ПОЕЗДОЧКА» 16+ 0.40 ■ «ДЕЛИРИУМ» 16+ 2.30 ■ «СОТНЯ» 16+ 4.30 Большие чувства 16+ 10.00 Регина+1 С врачами, фитнес-тренерами, блогерами и звездными мамами Регина Тодоренко ответит на все вопросы родителей.

АФИША

ФЕСТИВАЛЬ  «Детская книга войны» 6 июня, чт., 14.45. Красная площадь, шатёр № 5. Бесплатно. В рамках книжного фестиваля «Красная площадь» благотворительный фонд «АиФ. Доброе сердце» проводит литературные чтения «Детской книги войны». Впервые дневники войны будут читать дети, юные артисты театра-студии «Душевный», под руководством актрисы театра и кино Любви Тихомировой.	0+	КЛАССИКА  II Музыкальный фестиваль «Рождённые Россией» 11 июня, вт., 19.00. Консерватория им. П. И. Чайковского, Большая Никитская ул., д. 13/8. Цена билета: от 200 до 500 руб. На фестивале к празднованию Дня России прозвучат сочинения Чайковского, Шостаковича, Артемьева, Рыбникова, Шнитке и Губайдулиной. Дирижёр Александр Соловьёв.	6+
КОНЦЕРТ  Алан Парсонс 10 июня, пн., 20.00. «Крокус Сити Холл», 65–66-й км МКАД. Цена билета: от 1800 руб. Создатель уникального звучания Pink Floyd и обладатель премии «Грэмми» Алан Парсонс везёт в Москву свой первый за 15 лет альбом «The Secret». К нему Алан добавит свои самые известные композиции, вошедшие в золотой фонд прогрессив-рока и софт-рока.	12+	ФЕСТИВАЛЬ  «Пушкин-Фест» 8 июня, сб., с 12.00 до 22.00, 9 июня, вс., с 12.00 до 22.00. Сад «Эрмитаж», ул. Каретный Ряд, д. 3. Бесплатно. На фестивале под открытым небом к 220-летию со дня рождения Александра Пушкина будет конкурс бардовской песни, турнир по фехтованию и ожившие герои из сказок. Здесь исполняют оперу «Руслан и Людмила» и спектакль «Евгений Онегин». А во второй день фестиваля пройдут постановки театра «Сфера», электротheaterа «Станиславский» и др.	6+



ПЕРВЫЙ

5.30, 6.10 ■ **«ВОСХОЖДЕНИЕ НА ОЛИМП»** 16+
6.00 Новости
7.40 «ЧАСОВОЙ» 12+
8.10 «ЗДОРОВЬЕ» 16+
9.20 «НЕПУТЕВЫЕ ЗАМЕТКИ» с Дм. Крыловым 12+
10.00, 12.00 Новости
10.15 Премьера Жанна Бадоева в новом проекте-путешествии «ЖИЗНЬ ДРУГИХ» 12+
11.10, 12.15 «ВИДЕЛИ ВИДЕО?» 6+
13.00 «КАМЕРА. МОТОР. СТРАНА» 16+
14.35 ■ Анатолий Папанов в фильме «ДЕТИ ДОН КИХОТА» 0+
16.00 «ПРИЗВАНИЕ» Премия лучшим врачам России 0+
18.00 «СЕМЕЙНЫЕ ТАЙНЫ» 16+
19.30 «ЛУЧШЕ ВСЕХ!» 0+
21.00 «ТОЛСТОЙ. ВОСКРЕСЕНЬЕ»
22.30 «ЧТО? ГДЕ? КОГДА?» Летняя серия игр 16+
23.40 ■ Премьера «ЯРМАРКА ТЩЕСЛАВИЯ» 16+
0.40 ■ «НОЧЬ В МУЗЕЕ» 12+
2.20 «МОДНЫЙ ПРИГОВОР» 6+
3.10 «МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ» 16+
3.50 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ!» 16+

РОССИЯ 1 РОССИЯ 1

4.20 ■ **«СВАТЫ»** 12+
7.30 «СМЕХОПАНОРАМА»
8.00 Утренняя почта
8.40 Местное время. Воскресенье
9.20 «КОГДА ВСЕ ДОМА С ТИМУРОМ КИЗЯКОВЫМ»
10.10 «СТО К ОДНОМУ»
11.00 Вести
11.20 «СМЕЯТЬСЯ РАЗРЕШАЕТСЯ»
13.25 «ДАЛЕКИЕ БЛИЗКИЕ» 12+
14.30 «ВЫХОД В ЛЮДИ» 12+
15.30 ■ **«НЕСЛАДКАЯ МЕСТЬ»** 12+
22.00 Вести недели
22.00 МОСКВА. КРЕМЛЬ. ПУТИН
22.40 «ВОСКРЕСНЫЙ ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ» 12+
1.00 Премьера «ИНСТИТУТ НАДЕЖДЫ» 12+
1.55 Виктор Астафьев. Георгий Жженов.
«РУССКИЙ КРЕСТ» 12+
3.30 ■ **«ГРАЖДАНИН НАЧАЛЬНИК»** 16+

МАТЧ! МАТЧ!

6.00 «СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. ЛУЧШИЕ НОКАУТЫ 2019». Специальный обзор 16+
6.30 «БОЛЬШОЙ БОКС. ИСТОРИЯ ВЕЛИКИХ ПОРАЖЕНИЙ». 16+
7.00 Футбол. Кубок Америки. Венесуэла — Перу. 0+
9.00, 11.10, 13.50, 16.45, 18.55 Новости
9.10 Футбол. Кубок Америки. Аргентина — Колумбия. 0+
11.20, 19.00, 23.00 Все на Матч! 11.50 Профессиональный бокс. Всемирная Суперсерия. 16+
14.00 Профессиональный бокс. Джош Уоррингтон против Кида Галахада. 16+
16.00 Реальный спорт. Бокс 16.50 ► Волейбол. Лига наций. Мужчины. Россия — Иран 20.00 ► Шахматы. Мировая серия «АРМАГЕДДОН-2019» 23.20 Гандбол. Чемпионат Европы-2020 Мужчины. Отборочный турнир. Россия — Словакия. 0+
0.55 ► Футбол. Кубок Америки. Уругвай — Эквадор 2.55 Футбол. Кубок Америки. Парагвай — Катар. 0+
4.55 «КУБОК АМЕРИКИ». 12+
5.25 «АНГЛИЙСКИЕ ПРЕМЬЕР-ЛИЦА» 12+

НТВ НТВ

4.55 «ЗВЕЗДЫ СОШЛИСЬ» 16+
6.00 «ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ» 16+
8.00, 10.00, 16.00 Сегодня
8.20 «У НАС ВЫИГРЫВАЮТ!»
10.20 «ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА» 16+
10.55 «ЧУДО ТЕХНИКИ» 12+
11.55 «ДАЧНЫЙ ОТВЕТ» 0+
13.00 «НАШПОТРЕБНАДЗОР» 16+
14.00 «МАЛАЯ ЗЕМЛЯ». Нелли Уварова, Илья и Андрей Носковы 16+
15.00 Своя игра 0+
16.20 Следствие вели... 16+
18.00 «НОВЫЕ РУССКИЕ СЕНСАЦИИ» 16+
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
20.10 ■ **«ДАЛЬНОБОЙЩИК»** 16+
22.10 «ДЕТСКАЯ НОВАЯ ВОЛНА-2019» 0+
0.05 ■ Владимир Ильин в комедии «МЕНЯЛЫ» 0+
2.00 «МАГИЯ» 12+
3.40 ■ **«АДВОКАТ»** 16+

5 ПЯТЫЙ

5.00 ■ **«РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ... НА СВАДЬБЕ»** 16+
5.40 ■ **«РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ... ОТЕЦ НЕВЕСТЫ»** 16+
7.05 «МОЯ ПРАВДА. ШУРА» 16+
8.00 «СВЕТСКАЯ ХРОНИКА» 16+
9.00 «МОЯ ПРАВДА. АЛЕКСЕЙ ЧУМАКОВ: Я ЖДАЛ ВСЮ ЖИЗНЬ» 16+
10.00, 10.55, 11.55, 12.50, 13.50, 14.40, 15.40, 16.35, 17.25, 18.20, 19.15, 20.10, 21.05, 22.00 ■ **«ЧУЖОЙ РАЙОН — 3»** 16+
23.00 ■ **«ОТПУСК»** 16+
0.40, 1.40, 2.30, 3.20 ■ **«ЖЕНЩИНА ЕГО МЕЧТЫ»** 12+
4.05 «БОЛЬШАЯ РАЗНИЦА» 16+
23.00 «ОТПУСК»
 Режиссёр Андрей Коршунов. В ролях: Д. Рожков, Д. Синявский, Е. Купрашевич, А. Мокеев, М. Адаева.



РОССИЯ К КУЛЬТУРА

6.30 «ЛЕТО ГОСПОДНЕ». День Святой Троицы.
7.00 ● «О РЫБАКЕ И РЫБКЕ»
7.15, 23.45 ■ **«МОЯ ЛЮБОВЬ»**
8.30 «ОБЫКНОВЕННЫЙ КОНЦЕРТ С ЭДУАРДОМ ЭФИРОВЫМ»
9.00 ■ **«БЕГ»** 6+
12.05 «ПИСЬМА ИЗ ПРОВИНЦИИ»
12.35, 1.05 ◆ «ЖИВАЯ ПРИРОДА ЯПОНИИ»
13.25 Опера «СКАЗКИ ГОФМАНА»
16.30 «КАРТИНА МИРА С МИХАИЛОМ КОВАЛЬЧУКОМ»
17.10 «ПЕШКОМ...»
17.40 «БЛИЖНИЙ КРУГ НИКОЛАЯ ЦИСКАРИДЗЕ»
18.35 ◆ «БЕЛЬМОНДО ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ»
19.30 Новости культуры
20.15 Памяти Евгения Крылатова.
«РОМАНТИКА РОМАНСА»
21.15 ■ **«ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ»** 6+
22.30 XXX Открытый российский кинофестиваль «КИНОТАВР»
1.55 «ИСКАТЕЛИ»
2.40 ● «ДОЖДЛИВАЯ ИСТОРИЯ», «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ГОША»

ТВЦ ТВ ЦЕНТР

5.40 ■ **«ШОФЕР ПОНЕВОЛЕ»** 12+
7.25 «ФАКТОР ЖИЗНИ» 12+
7.55 ■ **«ПАРИЖАНКА»** 12+
9.50 ◆ «СТАНИСЛАВ САДАЛЬСКИЙ. ОДИНОКИЙ ШУТ» 12+
10.40 «СПАСИТЕ, Я НЕ УМЕЮ ГОТОВИТЬ!» 12+
11.30, 0.15 События
11.45 Петровка, 38 16+
11.55 ■ **«ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА»** 16+
13.45 «СМЕХ С ДОСТАВКОЙ НА ДОМ» 12+
14.30 Московская неделя
15.00 «ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА. КРЕМЛЕВСКИЕ ЖЕНЫ-НЕВИДИМКИ» 12+
15.55 «90-Е. КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС» 16+
16.40 «ПРОЩАНИЕ. ДМИТРИЙ МАРЬЯНОВ» 16+
17.35 ■ **«ГДЕ ЖИВЕТ НАДЕЖДА?»** 12+
21.20, 0.35 ■ **«ДОМ С ЧЕРНЫМИ КОТАМИ»** 12+
1.35 ■ **«СИНХРОНИСТКИ»** 12+
5.10 ◆ «ВАСИЛИЙ МЕРКУРЬЕВ. ПОКА БЬЕТСЯ СЕРДЦЕ» 12+

РЕН ТВ

5.00 «ТЕРРИТОРИЯ ЗАБЛУЖДЕНИЙ» с Игорем Прокопенко 16+
6.10 ■ **«РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ»** 16+
7.50 ■ **«РЭМБО-2»** 16+
9.40 ■ **«ШТУРМ БЕЛОГО ДОМА»** 16+
12.10 ■ **«ДЖАНГО ОСВОБОЖДЕННЫЙ»** 16+
15.30 ■ **«ТЕРМИНАТОР»** 16+
17.40 ■ **«ТЕРМИНАТОР-2: СУДНЫЙ ДЕНЬ»** 16+
20.40 ■ **«РОБОКОП»** 16+
23.00 Премьера. «ДОБРОВ В ЭФИРЕ» Информационно-аналитическая программа 16+
0.00 «СОЛЬ: ЛЕГЕНДЫ МИРОВОЙ МУЗЫКИ» «LINKIN PARK — ROAD TO REVOLUTION: LIVE AT MILTON KEYNES» 16+
1.50 «ВОЕННАЯ ТАЙНА» с Игорем Прокопенко 16+

СТС СТС

6.00 «ЕРАЛАШ» 0+
6.25 ● «ПРИКЛЮЧЕНИЯ КОТА В САПОГАХ» 6+
7.15 ● «ТРОЛЛИ. ПРАЗДНИК ПРОДОЛЖАЕТСЯ!» 6+
7.40 ● «ТРИ КОТА» 0+
8.05 ● «ЦАРЕВНЫ» 0+
9.00 «ШОУ «УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ» 16+
9.55 «Дело было вечером» 16+
10.55 ■ **«ГРОМОБОЙ»** 12+
12.35 ■ **«О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ»** 16+
14.35 ■ **«ПОСЕЙДОН»** 12+
16.30 ■ **«ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ»** 16+
18.40 ■ **«БОЛЬШОЙ И ДОБРЫЙ ВЕЛИКАН»** 12+
21.00 ■ **«ЗЕМЛЯ БУДУЩЕГО»** 16+
23.35 «СЛАВА БОГУ, ТЫ ПРИШЕЛ!» 16+
0.35 ■ **«ПЛАН Б»** 16+
2.30 ● «ДАФФИ ДАК. ОХОТНИКИ ЗА ЧУДОВИЩАМИ» 0+
3.40 ■ **«УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ»** 16+
5.10 «6 КАДРОВ» 16+

ДОМАШНИЙ

6.30, 6.20 «УДАЧНАЯ ПОКУПКА» 16+
6.40, 5.50 «6 КАДРОВ» 16+
7.00 ■ **«ВОСКРЕСНЫЙ ПАПА»**
8.40 ■ **«КАРУСЕЛЬ»** 16+
10.40 ■ **«ТОТ, КТО РЯДОМ»** 16+
14.35 ■ **«ГОРНИЧНАЯ»** 16+
19.00 ■ **«ГОРИЗОНТЫ ЛЮБВИ»** 16+
22.55 ■ **«ДОРОГАЯ МОЯ ДОЧЕНЬКА»** 16+
0.50 ◆ «ЗНАТЬ БУДУЩЕЕ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ВАНГИ» 16+
8.40 «КАРУСЕЛЬ»
 Андрей устроен в жизни. При этом у него отсутствует что-либо, за что нужно отвечать. О семье Андрей не помышляет, ведь это большая ответственность: жена и ребёнок. Но однажды в его дверь звонит девушка, которую он не видел давно, но смутно помнит, что когда-то у них был роман...

ТВ-3

6.00 «МУЛЬТФИЛЬМЫ» 0+
10.30, 11.30, 12.15 ■ **«ГРИММ»** 16+
13.15 ■ **«ВРАТА»** 12+
15.00 ■ **«АСТРАЛ»** 16+
17.00 ■ **«АСТРАЛ: ГЛАВА 2»** 16+
19.00 ■ **«АСТРАЛ: ГЛАВА 3»** 16+
21.00 ■ **«АСТРАЛ: ПОСЛЕДНИЙ КЛЮЧ»** 16+
23.00 ■ **«СТРАШИЛЫ»** 16+
1.15 ■ **«КАСПЕР»** 6+
3.15, 3.45, 4.00, 4.30, 5.00, 5.15, 5.45 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ» 16+



ЗВЕЗДА

6.00 ■ **«АПОСТОЛ»** 16+
9.00 Новости недели
9.25 Служу России!
9.55 «ВОЕННАЯ ПРИЕМКА» 6+
10.45 «КОД ДОСТУПА» 12+
11.30 «СКРЫТЫЕ УГРОЗЫ» 12+
12.25 ■ **«ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...»** 0+
14.00 ■ **«ВИКИНГ»** 16+
18.00 Главное с Ольгой Беловой
19.25 ◆ «ЛЕГЕНДЫ СОВЕТСКОГО СЫСКА. ГОДЫ ВОЙНЫ» 16+
23.45 ■ **«ЖЕСТОКИЙ РОМАНС»** 12+
2.45 ■ **«НОЧНОЙ ПАТРУЛЬ»** 12+
4.25 ■ **«ПЯТЕРО С НЕБА»** 12+

ТНТ ТНТ

7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 5.40, 6.05, 6.30 «ТНТ. BEST» 16+
9.00 «ДОМ-2. LITE» 16+
10.00 «ДОМ-2. ОСТРОВ ЛЮБВИ» 16+
11.00 «ПЕРЕЗАГРУЗКА» 16+
12.00 «БОЛЬШОЙ ЗАВТРАК» 16+
12.30 ■ **«ЛЮДИ ИКС-2»** 12+
15.15, 16.15, 17.20 «КОМЕДИ КЛАБ» 16+
18.20, 19.25 «КОМЕДИ КЛАБ. ДАЙДЖЕСТ» 16+
20.30 «ШКОЛА ЭКСТРАСЕНСОВ» 16+
22.05 «STAND UP» 16+
23.00 «ДОМ-2. ГОРОД ЛЮБВИ» 16+
0.05 «ДОМ-2. ПОСЛЕ ЗАКАТА» 16+
1.10 «ТАКОЕ КИНО!» 16+
1.40 «ТНТ MUSIC» 16+
2.10, 3.00, 3.55, 4.50 «ОТКРЫТЫЙ МИКРОФОН» 16+

ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА

5.00 Большие чувства 16+
5.20 ■ **«НЕДОТРОГА ДЖЕЙН»** 16+
7.30 Школа Доктора Комаровского 12+
8.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». Рай и Ад 16+
9.00 Регина+1. 16+
10.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». По морям-3 16+
12.00 Премьера. Я твоё счастье 16+
13.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». Мегаполисы на хайпе 16+
14.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». Перегрузка 16+
17.00 «ОРЕЛ И РЕШКА». Америка 16+
22.00 Премьера Agent Show 16+
23.00 ■ **«ДЕЛИРИУМ»** 16+
1.00 ■ **«СОТНЯ»** 16+
4.50 Большие чувства 16+

АФИША

ТЕАТР



«Венецианский купец». Премьера!
 У. Шекспир
 7, 10 июня, пт., пн., 19.00.
 МХТ им. Чехова, Камергерский пер., д. 3.
 Цена билета: от 500 до 3500 руб.

Режиссёр объясняет, что спектакль этот – предложение поразмышлять над актуальными темами. Это и проблема выбора, и немотивированная порой агрессия, и поиски любви.
 Режиссёр Екатерина Половцева.
 В ролях: С. Сосновский, А. Быстров, Д. Стеклов и др.

16+

ТЕАТР



«Почтигород»
 7 июня, пт., 19.00.
 Театр на Малой Бронной, ул. Малая Бронная, д. 4.
 Цена билета: от 200 до 2500 руб.

Девять историй, которые происходят в маленьком городке на краю света. Там живут обыкновенные люди. Но однажды вечером с каждым случается чудо – к ним приходит Любовь.
 Режиссёр Сергей Голомазов.
 В ролях: Дмитрий Сердюк, Екатерина Дубакина и др.

16+

ТЕАТР



«Сказка о мёртвой царевне и семи богатырях» 6+
 Александр Пушкин
 11 июня, вт., 12.00. Мемориальная квартира А. И. Сумбатова-Южина, Большой Палашёвский пер., д. 5/1. Цена билета: от 1200 руб.

Моноспектакль учит детей, что красота внешняя – ничто без красоты внутренней, а зло в жизни неизбежно будет наказано.
 В главной роли: В. Андреева.

Фото в «Афише» Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

МОСКОВСКИЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ ТЕАТР САТИРЫ. www.satire.ru, тел. (495) 699-63-05

Реклама

6.06, чт., 19.00 – Эжен Лабиш. «Кошмар на улице Лурсин». 16+
 7.06, пт., 19.00 – Юрий Поляков. «Хомо Эректус». 18+
 8.06, сб., 19.00 – Рэй Куни. «Слишком женатый таксист». 18+
 9.06, вс., 19.00 – Родион Овчинников. «Где мы? ∞!..» 16+
 11.06, вт., 19.00 – А. П. Чехов. «Платонов». 16+
 12.06, ср., 19.00 – Валерий Архипов, Андрей Семёнов, Владислав Старчевский. «Дороги, которые нас выбирают». 16+
 «Чердак Сатиры»
 8.06, сб., 19.30 – Оливер Гольдсмит. «Ночь ошибок». 16+

ОБРАЗОВАНИЕ

В КАЗАНИ ЗАВЕРШИЛСЯ VII НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЧЕМПИОНАТ «МОЛОДЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЫ» («WORLD SKILLS RUSSIA»). ЭТО САМЫЕ КРУПНЫЕ В РОССИИ СОСТЯЗАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА.

Москву на них представляли 222 человека, сразу 186 стали победителями и призёрами.

МЕДАЛИСТАМ – ПРЕМИИ

В финале москвичи завоевали 91 золотую медаль — больше, чем вошедшие со столицей в пятёрку лидеров Татарстан, Санкт-Петербург, Московская и Свердловская области, вместе взятые!

И при этом московская команда побил свой прошлогодний рекорд. Тогда в копилке студентов столичных колледжей было 54 «золота» — больше, чем у Татарстана, Подмосковья и Свердловской области (на троих они получили только 49 золотых наград).

На соревнованиях участники демонстрировали свои навыки и выполняли практические задания по тем специальностям, которые они получают. Это строительство, информационные технологии, творчество и дизайн, сфера услуг, транспорт и логистика, инженерные технологии, образование.

В копилке **второкурсника Московского государственного образовательного комплекса Артёма Муляра** 6 золотых медалей с различных соревнований профессионального мастерства. «Начинал с победы на Национальном чемпионате среди юниоров, а в этом году победил во взрослой категории. Моей задачей было продемонстрировать навыки фрезерной работы на станках с числовым программным управлением. Жюри оценивало, как я спра-

НАВЫКИ ФРЕЗЕРНОЙ РАБОТЫ

Москвичи завоевали больше всех золотых медалей на чемпионате WorldSkills Russia

вился с изготовлением деталей из стали и алюминия», — рассказал победитель.

Ярослав Смирнов и Артём Теплицкий из школы № 1310 в этом году закончили шестой класс и уже победили на Национальном чемпионате в компетенции «Электро-монтаж». На соревнованиях они собрали схему управления мотором и освещением. «В дальнейшем хочу связать свою жизнь с электричеством и стать профессиональным электриком», — поделился своей мечтой Ярослав.

Впереди школьников и студентов московских колледжей ждёт мировой чемпионат WorldSkills, который пройдёт в августе в Казани.

Также победители и призёры Национального чемпионата 2019 года будут рекомендованы в состав Национальной сборной WorldSkills Russia и получат шанс защитить честь страны на чемпионате мира в Шанхае в 2021 году и на чемпионате Европы EuroSkills в Санкт-Петербурге в 2022 году.

Золотые медалисты получат от Москвы поощрение в размере 400 тысяч рублей, серебряные — 200 тысяч рублей, а бронзовые — 100 тысяч рублей. Такие же выплаты ждут экспертов и тренеров, подготовивших победителей и призёров.

«НАВЫКИ МУДРЫХ»

Одновременно с соревнованиями юниоров и студентов в Казани

«Навыки мудрых» для специалистов старше 50 лет. В нём выступали более 200 конкурсантов, в том числе 36 из Москвы. Они доказали, что у желания учиться нет границ, в любом возрасте можно сохранять профессиональное долголетие и интерес к повышению своей квалификации. Москвичи вернулись с этих соревнований с 23 медалями, в том числе с 14 золотыми, опередив Татарстан и Подмоскovie!

Лучшей в компетенции «Флористика» стала москвичка Валентина Королёва. Ей предстояло выполнить три сложных задания: составить композицию из трёх домашних растений, придумать украшение для невесты и оригинальный букет.

Впереди школьников и студентов московских колледжей ждёт мировой чемпионат WorldSkills, который пройдёт в августе в Казани. Также победители и призёры Национального чемпионата будут рекомендованы в состав Национальной сборной WorldSkills Russia и получат шанс участвовать в чемпионате мира в Шанхае в 2021-м.

«Рада, что мне удалось поучаствовать в чемпионате. Несмотря на его сложность, это совсем не страшно. Я готовлю своих студентов для профессионального мастерства, а в этом году решила испытать себя», — поделилась впечатлениями Валентина Королёва.

Кроме того, 27 московских колледжей вошли в сотню лучших образовательных организаций движения «Молодые профессионалы» за 2018 год. В них готовят чемпионов России по профессиональному мастерству WorldSkills, а многие колледжи носят статус специализированных центров компетенций WorldSkills.

В топ-100 **столичный колледж архитектуры, дизайна и реинжиниринга № 26** входит уже три года подряд. «Мы серьёзно относимся к поиску инструментов для повышения качества результатов наших профессиональных образовательных программ. А WorldSkills как раз даёт возможность внедрить мировые стандарты в эти программы, повысить квалификацию наших мастеров и мотивацию у студентов. Всё это мы используем в каждодневной практике. Поэтому наш кол-

ледж является площадкой для тренировки не только московских, но и международных команд. По заказу Академии WorldSkills мы проводим обучение мастеров из других регионов страны. Считаю, что у московских школьников есть все возможности получить лучшее профессиональное образование», — объясняет успех колледжа его директор **Константин Афонин.**

Илья ТИТОВ

Фото worldskills.ru, mos.ru

ПРИМЕТЫ

ЧЕГО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ В ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ

САМЫЙ ЛЮБИМЫЙ ПРАЗДНИК КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА – ЕГО ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ. НО, КАК ГОВОРЯТ ПСИХОЛОГИ И АСТРОЛОГИ, В ЭТОТ ДЕНЬ НЕОБХОДИМО СОБЛЮДАТЬ РЯД ВАЖНЫХ ПРАВИЛ.

ГОСТИ

Понятно, что веселье и радость хочется разделить с близкими. Но очень важно, чтобы за столом не оказалось 13 человек. Поэтому, рассылая приглашения, старайтесь, чтобы к вам пришло не 12 человек, а больше или меньше. И подстрахуйтесь, не приглашайте также 11 или 13 друзей: вдруг кто-то заболит или, наоборот, у одного из приятелей возникнет желание привести девушку.

И не соглашайтесь отмечать своё торжество с другом или коллегой. Обязательно проведите два отдельных: одновременное празднование, по поверьям предков, приводит к разделению судеб людей. Теперь у них общие горе и радость. Исключение, естественно, составляют близнецы. Они и так имеют общую судьбу.

Среди приглашённых должны быть только те, кого вы считаете настоящими друзьями, любящими родственниками или просто очень искренними людьми. Этот день — не время для лицемерия и попытки карьерных скачков. Зовите начальство, только если уверены в его искренних к вам чувствах.

НАСТРОЕНИЕ

Конечно, праздник этот приятный, но с налётом грустинки — ведь вы становитесь старше; а также достаточно нервный — все ли поздравят, хватит ли угощений приглашённым. Вопреки всему этому важно в свой день не огорчаться, не ссориться и не выяснять отношения. Надо приложить все усилия и провести эти сутки легко и беззаботно. И помните: если даже за окном дождь — это только хорошо. Приметы уверяют, осадки — к счастью и удаче именинника.

ДАТА

Никогда не приглашайте гостей и неставляйте угощение в офисе заранее. Это тот случай, когда торопиться не надо. Астрологи говорят: в этот день



Самое важное, чего не следует делать на дне рождения, — **напиваться до состояния «носом в торт».** Все остальные приметы — под вопросом.

именинника навешают добрые духи и умершие родственники, цель их визитов — дать своё благословение и защиту. Если объявить себя родившимся заранее, можно невольно укоротить свой срок или притянуть в следующий год своей жизни различные беды и катастрофы.

ТОРТ

Даже если вы терпеть не можете сладкое или всегда на ди-

те, торт со свечками обязателен. Сладкое угощение необходимо не только для гостей, но и для высших сил, чтоб умаслить их.

А процесс загадывания желания и задувания свечей — это вообще самый настоящий магический обряд. Именно в этот момент человек напрямую связывается со Вселенной и говорит ей о том, чего ему действительно не хватает.

Именно поэтому желание не следует произносить вслух: это должен быть тайный диалог, только ваш и Вселенной, иначе вся магия рассеется и желание не исполнится.

Задуть свечи нужно с первого раза. Так вероятность исполнения желаемого увеличится. Поэтому для подстраховки просите близких дуть вместе с вами.

Важно помнить, что эта примета работает только в день рождения, а не в тот, когда вы решили организовать торжество.

ПОДАРКИ

Перечислим, что дарить не следует:

- ✓ Ножи и все острые предметы. Они притягивают негатив. Нейтрализовать действие могут приложенные к ножу железные монеты.
- ✓ Украшения из жемчуга. Они притягивают слёзы.
- ✓ Часы. Причина ссор.
- ✓ Жёлтые цветы. Обещают разлуку с любимым.
- ✓ Зеркала, носовые платки и пустые кошельки.

Юлия ИЛЬИНА

Фото из соцсетей

МИР ГЛАЗАМИ ЗОТОВА

СОСЕДНЯЯ РЕСПУБЛИКА БЛИЗКА К НАМ ПО МЕНТАЛИТЕТУ, ЕЁ ЖИТЕЛИ ПРЕКРАСНО ВЛАДЕЮТ РУССКИМ ЯЗЫКОМ И ЗАМЕЧАТЕЛЬНО ОТНОСЯТСЯ К РОССИИ. ОДНАКО КИТАЙ УЖЕ ВЕСЬМА АКТИВНО ПЫТАЕТСЯ ВЫТЕСНИТЬ НАС ОТТУДА. БУДЕМ ЧТО-ТО ДЕЛАТЬ ИЛИ НЕТ?

На улицах города Нур-Султан (бывшая Астана) люди общаются друг с другом по-русски, изредка вставляя казахские слова. Таксист, спрашивая дорогу (навигатор барахлит), открывает окно и интересуется, как проехать к монументу Байтерек: тоже на «великом и могучем». «Я даже думаю на русском, — говорит мне успешная бизнесвумен Айгуль Тебергенова во время беседы в офисе, расположенном в небоскрёбе. — И мои дети — аналогично. Я не представляю себе существования без русских книг, кино и в принципе без русской культуры». В городских кафе полным-полно посетителей — люди отмечают 9 Мая, и видно — в Казахстане это действительно народный праздник: чокаясь, компании произносят тосты «За нашу Победу!». В торговых центрах гремят песни военных лет, у продавщиц повязаны георгиевские ленточки. В общем, полное ощущение, что Казахстан реально близкая России по духу республика. Обозреватель «АиФ» приехал в бывшую Астану, чтобы разобраться: удастся ли нам сохранить добрые отношения с Казахстаном после ухода из власти «елбасы» (отца нации) — экс-президента Нур-султана Назарбаева?

«НАШИ НОВЫЕ ГОСПОДА»

— Пожалуй, стоит поторопиться — ведь на место России медленно, но верно приходит Китай, — считает бывший сотрудник МИД Казахстана Алексей Сапожников (имя изменено. — Авт.). — В 1997—

ДРАКОН, НЕФТЬ И ШАШЛЫК

Казахстан отказался от кириллицы. Перейдёт ли на иероглифы?



В центре Нур-Султана рядом с резиденцией президента возвышается пятизвёздочный отель «Пекин Палас Астана». В Казахстане всё больше китайского, а вывески пишут на латинице.

2003 гг. наша республика в рамках «демаркации границы» передала КНР 407 километров территории, включая спорный участок у озера Жаланашиколь, где в 1969 году шли бои между советскими и китайскими войсками. Россия ежегодно продаёт в Казахстан товаров на \$11,5 миллиарда, а Китай — на \$15 миллиардов. Китайский бизнес активно покупает нефтяные и газовые компании — по разным данным, от 20 до 50% (!) казахского «чёрного золота» принадлежит выходцам из Поднебесной. Уже сейчас китайцы добывают в нашей республике в четыре раза

больше нефти, чем РФ, — более 17 миллионов тонн. Интересно, что произойдёт дальше?

В столице Казахстана как грибы растут китайские рестораны — у них нет недостатка в посетителях. Только за один год право на работу в республике получили 12 000 граждан КНР. Китайцы в принципе составляют 38% от всех трудовых мигрантов в стране, и, по совсем фантастическим слухам, в Казахстан нелегально пробрались аж 400 тысяч (!) чернорабочих с китайскими паспортами. Огромный бизнес-центр «Пекин Палас» с загнутыми вверх крышами (так строят здания в самом Китае) видно издалека, по этажам туда-сюда снуют группы китайцев. «Это наши новые господа, — разводит руками менеджер супермаркета неподалёку. — Их всё больше и больше. Не удивлюсь, если таблички на дубильном будут дублировать иероглифами». Ничего нового: Китай занимается в Казахстане тем же, чем в странах Африки и Латинской Америки, — перевозит сюда рабочих, фермеров, скупает лучшие предприятия, навязывает кредиты, поставяет тонны своих товаров. Проходит 10–20 лет — и страна не может существовать без Китая, не выживет без его денег. Действия КНР понятны. Неясно только, почему Россия смотрит на это сквозь пальцы. Ведь если китайцы сделают Казахстан зависимым, нам радоваться не придётся. Эта республика — один из наших союзников в бывшем СССР.

МОНГОЛЬСКАЯ МУДРОСТЬ

— Проблемы с дружбой есть и у нас самих — наши власти иногда не знают, чего они хотят, — признаётся бизнесмен-«нефтяник» Жусуп Ерсултанов. — Несколько лет назад (неофициально, конечно) чаще стали звучать мнения — зачем нам Россия? Нужно искать богатых друзей на Западе, в Турции, на арабском Востоке. Результат таких мнений — письменность Казахстана в скором будущем переведут на латинский алфавит. Почти 80 лет жили с кириллицей, и вот начнут переделывать карты, таблички, перепечатывать школьные кни-

для строительства дорог. «Мне совершенно неясно, почему Россия не приходит в Казахстан с инвестициями и культурными проектами, — горючит в разговоре со мной чиновник из администрации бывшей Астаны. — Китай сюда так активно лезет, что у нас в народе анекдоты рассказывают: как китайцы, не зная, куда инвестировать деньги, «крышуют» небольшие узбекские шашлычные на 4–5 столиков. «С одной стороны, грех жаловаться, — считает учитель Бикбай Алдиярбеков. — Я прихожу в книжный магазин и вижу: книги на казахском занимают только один (пусть и большой) стенд, а русских, советских и популярных сейчас российских писателей — просто навалом. Ваше хорошее кино у нас всегда идёт с аншлагом. За 28 лет независимости Казахстан ни разу не поссорился с Россией. В отличие от Прибалтики, Грузии или Украины, мы уважаем русских и любим ваш язык». — «Почему же тогда переходите на латиницу?» — (Вдох.) «Видите ли, лично меня никто не спрашивал».

Компания казахов (слегка навеселе) садится за соседний столик в кафе. Говорят друг с другом, конечно же, по-русски. Один из них подходит ко мне и говорит: «Брат, что один скучаешь? Праздник же сегодня. Давай поужинай с нами». Местные русские, с которыми я разговаривал, подчёркивают — их никто не трогает, не притесняет. Браки между парами разных национальностей — норма ещё со времён СССР. Казахи, русские, украинцы, корейцы живут тут бок о бок десятилетиями, и проблем у них нет. Отношение к РФ и к русской культуре очень дружелюбное.

Россия следует задуматься над тем, не слишком ли мало внимания мы уделяем Казахстану — и по поводу вкладывания денег в местную нефть с газом, и в культурном смысле. Пока мы лениво размышляем, Китай действует незамышленно и жёстко, скупая в Казахстане всё возможное, насаждая свои порядки в сферах бизнеса. Если мы не спохватимся, то можем потерять эту республику. С другой стороны — и Казахстану, меняя кириллицу на латиницу, тоже пора сообразить: Запад-то вовсе не рядом, зато Китай — на расстоянии вытянутой руки. И если сознательно отказываться от близости с Россией, плохо от этого будет не только нам.



ги. Прорва денег понадобится, страшно даже подумать. И для чего? Дабы показать — мы независимы от русских, от их влияния? Но Казахстан и так самостоятельное государство, принимает решения, какие захочет, — латиница лучше не сделает. Почему, например, Монголия с 1941 года остаётся с кириллицей и не собирается менять алфавит? Потому что в этом случае у неё скоро появятся иероглифы. Когда под бокм столь крупный сосед, как Китай, лучше задуматься.

«МЫ С ВАМИ НЕ ССОРИЛИСЬ»

Собственно, Казахстану повезло, что у него есть нефтяные месторождения и до масштабного падения цен на энергоресурсы имелись запасы валюты. Если взглянуть на маленькие Киргизию и Таджикистан, там Китай не церемонится — заходит как к себе домой. Киргизия с тысячами китайских фермеров, забегаловок с китайской кухней на каждом шагу и «на игле» кредитов из Поднебесной уже выглядит как провинция КНР. В Таджикистане ещё «веселее» — в 2011 году страна передала Китаю 1158 (!) километров своей территории на спорном участке границы, в республику въехало 100 тысяч китайских рабочих

Здоровье животных

ВАШЕМУ ПИТОМЦУ НЕОБХОДИМА ЗАЩИТА ОТ БЛОХ И КЛЕЩЕЙ!

БАРС® ФОРТЕ
капли и спрей

уничтожает не только блох, но и их яйца и личинки

надёжно защищает от клещей до 4 недель, а от блох — до 2 месяцев

отпугивает клещей и всех насекомых

РЕГИСТРАЦИОННЫЕ НОМЕРА: 77-3-2.17-3587 №ПВР-3-7/02043 от 1.03.2017, 77-3-5.15-2662 №ПВР-3-5.15/03152 от 26.06.2015, 77-3-38.12-3618 №ПВР-3-7/02042 от 21.03.2017

ООО «АВЗ С-П» Россия, 129329, Москва, Игарский проезд, д. 4, стр. 2, help@vetmag.ru

Телефон круглосуточной «Горячей линии»: 8-800-700-19-93 (звонок из России бесплатный, за исключением территории Крыма)

больше не кусают.рф

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ



Георгий ЗОТОВ,
Нур-Султан
(Казахстан)
G.Zotov@aif.ru

Фото Владислава ВОДНЕВА/РИА Новости

СПЕЦРЕПОРТАЖ

«МЕНЯ СНЯЛИ С АВТОБУСА, ХОТЯ Я ЕХАЛА К МАМЕ, А В СУМКЕ БЫЛИ ТОЛЬКО ПЛАТЬЕ И ЭПИЛЯТОР», «КАЖДУЮ ВТОРУЮ ЖЕНЩИНУ СНИМАЮТ С ПОЕЗДА», – РАССКАЗЫВАЛИ ЖИВУЩИЕ В МОСКВЕ УРОЖЕНКИ ХАРЬКОВА. И ХОТЯ ОТ РОССИЙСКОЙ ДО БЫВШЕЙ УКРАИНСКОЙ СТОЛИЦЫ – НОЧЬ НА ПОЕЗДЕ, ЛЕТЕТЬ ПРИШЛОСЬ СО СТЫКОВКОЙ В МИНСКЕ.

Проехав Украину с востока на запад, спецкор «АиФ» попыталась понять, как сегодня живут наши соседи. Чем дышат, на что надеются. И верят ли новому президенту.

Вот только искать тех, кто согласился бы общаться с российским журналистом, пришлось днём с огнём. Как тополиный пух, летели в мессенджеры сообщения: пока никто не ответил... отказались... боятся, что вы исказите их слова... А большая часть тех, с кем удалось встретиться, имён просили не указывать. Они были слишком откровенны. Казалось, людям просто необходимо выговориться — они устали молчать. Хотя и оглядывались, и снижали тон...

ВОЙНА РЯДОМ

У входа в здание аэропорта пассажиров встречает «прикордонник» с собакой. После чего оба встают рядом с очередями на паспортный контроль. «Миграционную карту заполнили? Покажите обратный билет. Чем планируете заниматься? Где будете жить?» На дворе ночь, но молодая суровая пограничница не дремлет, пытается отыскать во мне слабое звено — «неслучайно» же я прилетела в день инаугурации президента Украины. Вновь и вновь заставляет прикладывать к сканеру пальцы, которые, как назло, не желают «печататься». Наконец все процедуры закончены. Ко мне вопросов больше нет. А вот с паспортом молодого парня, собиравшегося провести в Незалежной 12 дней, сотрудник погранслужбы куда-то уходит...

За последние полтора года я третий раз на Украине. В ноябре 2017-го в Киеве и в июне 2018-го в Одессе не было ни карт, ни отпечатков пальцев, ни допросов с пристрастием. В этот раз — Харьков, ближайший к зоне ООС (раньше — АТО) мегаполис. Меньше 300 км до Донецка. Война совсем рядом. Запаха войны в Харькове не ощущается. Но все пять лет, будто дамоклов меч, висит над многими вопросами: а сюда не докатится?

В городе уже лето. Отцвели тюльпаны. Взмывают в небеса водяные струи фонтанов, спасающие от ранней жары. Повсюду жовто-блакитные полотна — даже на памятниках казаку Харьку и летящей Украине. В стране праздник — новый президент вступает в должность. Но люди спешат на работу, в институты, школы. И, кажется, нет им до инаугурации никакого дела.

— Многим и правда всё равно: Порошенко, Тимошенко, Зеленский, — подтверждает коллега Андрей, долгие годы проработавший в журналистике, но завязавший с ней по политическим мотивам и ушедший в экспедиторы. — *Большинству важно лишь одно: на что жить и чем кормить детей. И не осталось, наверное, ни одной семьи, из которой кто-то не уехал бы на заработки — в Россию или на Запад.*

Вот и друг Андрея Игорь отправился на 3 месяца в чешский городок. В Харькове работал в двух местах, но оказался виновным в автоаварии — должен выплатить 4000 долларов. А где взять? Помог знакомый в агентстве по подбору вакансий за границей — год назад Игорь подал заявку и теперь сможет законно



Цены (по российским меркам) не кусаются ни на центральном рынке (на верхнем фото), ни в супермаркетах. Чтобы понять, сколько это в рублях, — умножаем на 2,43.

встать у заводского конвейера в Чехии. Подобных агентств только в Харькове — несколько. Везёт, правда, не всем. Бывает, люди приезжают в расчёте на одну работу, а им предлагают что-то непотребное. И тут либо соглашайся, либо уезжай домой. Либо жди. А чтобы ждать, нужно где-то жить...



ВСЕ ГОВОРЯТ ПО-РУССКИ

Подходим к площади Свободы, где под окнами обладминистрации уже пять лет как «прописалась» волонтерская палатка. Рядом на стендах — махровая антироссийская пропаганда: политические карикатуры, лозунги. Мэр Харькова Геннадий Кернес хотел было снести уродующий площадь «оплот демократии», но активисты тут же организовали петицию: оказывается, иностранцы из года в год приезжают на неё посмотреть; это вроде теперь как новый символ города. Словом, суд постановил оставить палатку в покое. А минувшей ночью здесь случился поджог — наутро пришлось перестилать полы. Тут же подоспели местные СМИ — появился инфоповод.

— *Поначалу они видавали себя за патриотов, собирали деньги якобы воинам АТО, — объясняет Андрей. — Горожане с помощью СМС переводили по 5 грн. Но куда они ушли, кто знает? Иные попиарились — да и поднялись на этом. А что делают оставшиеся здесь люди сейчас, непонятно.*



Одновременно мэр предлагал вернуть название проспекту Жукова. Но кто-то и тут подсуетился с подписями: «Как можно?» На днях свалили бюст маршалу. А за несколько лет снесли все шесть монументов Ленину в Харькове. Говорят, в процессе демонтажа большого Ильича



а родился я в Калининграде, жена Люба — украинка по отцу, а выросла в Анапах. И подобных семей масса!

На улицах мовы не слышно. Но мне повезло. Зашла на центральный рынок (парковка, кстати, 5 грн/час). Меня тут же и вычислили: «Вы не местная? Произношение у вас какое-то...» Услышав про Россию, торговка тут же перешла на крутую мову — понять я смогла только, что некий русский недавно купил у неё 5 кило мяса. Еле сдержав смех от неприкрытого хамства, я ретировалась. Хотя телечья грудинка была хороша. И всего 80 грн (195 руб.) за кг.

Многим всё равно, кто будет у власти. Важно лишь: на что жить, чем кормить детей. И нет, наверное, ни одной семьи, где бы кто-то не уехал на заработки.

на площади Свободы один исполнитель лишился глаза, другого придавило каменной глыбой... Трагическая, но поучительная история — не стоит бороться с памятниками. Проспект Ленина теперь — проспект Науки. Хотя в целом, признают горожане, руководство города усердно занимается благоустройством — Харьков заметно похорошел. Сюда снова едут учиться иностранцы. У медуниверситета даже памятник поставили интернациональному студенчеству. Что особенно приятно — все говорят по-русски. Даже руководители города, выступая по ТВ. Правда, можно услышать «редакторка» и даже «посолка» — о женщине-после США на Украине.

— *Здесь никогда не делили жителей по национальностям, — говорит директор Дома архитектора и дилер компании по производству пластиковых окон Сергей Богданов. — Моя мама украинка,*

А какое здесь сало с аппетитной мясной прожилкой — за 110 (267 руб.)! Жирный творог за 85 (207 руб.)! Молодые кролики и перепёлки — по 150 за кг. Про клубнику и говорить нечего — она дешевле на глазах, пока я продвигалась на запад. Сам вырастил — сам продал: такие люди никогда и нигде не жалуются.

СПЛОШНАЯ ЛОЖЬ

В то же время Дом торговли и ЦУМ пустуют. Атмосфера 1990-х. Неактуальные турецко-корейские товары. Закрытые отделы. Продавцы, от скуки вспоминающие комсомол и политинформации. Одну не приняли в пионеры. Другая сама отказалась в партию вступать, соврав, что муж баптист. Стоят, смеются: «Бред!» А по-моему, бред — это когда в огромные магазины никто не ходит, зато процветают секонд-хенды, продающие от-



Кто не носит вышиванку — тот москаль?

САЛОМ НЕ КАЗАЛАСЬ

с Украины: от востока до запада. Часть первая. Харьков



кровенное баракло на килограммы. Кто-то делится по телефону впечатлением от инаугурации: «Всем украинцам, живущим в других странах, обещал рабочие места...» Российских товаров нет. «Надеемся, будет потепление — поймут все наконец, что нельзя воевать славянским народам, которые испокон веку живут рядом...» — откровенничает женщина за прилавком.

Ушедший из таможи Виктор теперь скупает по Украине... волосы (наращивание здесь, видимо, в тренде). Самые доро-

гие — некрашенные. Длинной не меньше 30 см. Седые — 40 см. Цена вопроса — от 2000 (4860 руб.) до 50 000 (121 500 руб.) грн за кг... Мне вот даже вручили бумажную линейку: не дай бог, припрёт — можно будет заработать...

За пять лет жизнь многих на Украине в корне изменилась. Андрею тоже пришлось несладко, когда из журналистики ушёл. Красивый спортивный «Мерседес» продал. И теперь даже на прямом поезде в Москву к друзьям не покажешься — 100 долларов место в купе в один конец, плацкарт не сильно дешевле.

— Украинская журналистика умерла, — считает он. — Сплошная ложь. Кругом. Вернуться в СМИ — себя не уважать. А уехать я никогда не хотел. Хотя детство проводил в Чехословакии у родной тётки.

Большинство простых людей вынуждены экономить. По сравнению с 2013 г. коммунальные услуги выросли в 3 раза. Идётся

по подземному переходу к метро, а там — очереди пенсионеров. Для оплаты «коммуналки» специально открыли кассы. Чтобы люди не платили проценты банкам.

— Раньше за всё лето выходило 100 долларов за хрущёвку в 35 кв. м, теперь их хватит лишь на месяц, так я из принципа не плачу, — говорит Андрей. — Метро за 2 года подорожало с 4 (9,72 руб.) до 8 (19,44 руб.) грн.

Последнюю — 30-ю станцию — здесь открыли 3 года назад. Планировали посвятить Великой Победе («Перемога»), но пока строили, в стране началась повальная декоммунизация, от советских орденов в оформлении отказались. Да и саму победу теперь интерпретируют по-разному.

БЕЗВИЗ И ТОМОС

Хотя на Украине сейчас больше бед, чем побед, люди говорят о безвизе (зимой на лоукостере можно было слетать в Голландию вдвоём за 120 евро, хотя тут дело, скорее, в зашедших в страну дешёвых перевозчиках), томосе (для одних — ничто, а для прихожан храмов

Московского патриархата — боль), росте ВВП (по крайней мере, в цифрах). При этом иметь 2–3 места работы для многих — жизненная необходимость. Разрешено подрабатывать даже священникам.

— Правящий архиерей не запрещает, если это не мешает службе, — уточняет отец

Дмитрий. — Всё-таки в Харькове храмов немного.

Сам батюшка — радиоинженер по образованию, крещённый в детстве тайно от папы — парторботника и военного. Работал системным администратором. И потихоньку воцерковлялся. Вместе с супругой Аней. Сначала помогал в алтаре. Потом принял сан священника. Сегодня у них подрастает внучка. А отец Дмитрий вот уже три года ездит в зону АТО.

— Я гражданская личность, и заставить меня никто не может. Но по праздникам соглашаюсь на такие командировки: провести молебен, окропить территорию, исповедовать бойцов. Или просто поговорить — у них там много накопилось. По возвращении без психолога не обойтись. Бываю, прихожу в храм — молится и плачет...

Кстати, отец Дмитрий и Аня сами приняли решение перейти на мову. После 40 лет общения на русском.

— Многие кричат: «Слава Украине!», при этом уезжают на заработки за границу. А русскоязычные часто сидят на передовой в окопах. И кто из них больше патриот?

Девушка в Харькове со слезами постит в соцсети информацию о необходимости медикаментов бойцам, а её троюродные братья в России шутят: мы вам газик отключим. Житель Москвы не едет на похороны брата в Одессу, услышав, что в поездах бандеровцы с автоматами отбирают деньги. Военный хирург «штопает» раненых в зоне АТО, а сестра и её муж-моряк в Севастополе переходят в Российскую армию, приняв присягу. Сколько таких историй — разрушенных родственных связей, покалеченных судеб...

НЕ ПОТЕРЯТЬ СТРАНУ

— Надежда должна быть всегда, — говорит отец Дмитрий. — Да, надо прекратить стрелять — абсолютно согласен с новым президентом. Причём с двух сторон. Но Зеленского мы не знаем. А речи толкать у нас все мастаки.

— Когда-нибудь за всё надо будет ответить: за то, что сделали, но больше — за то, что не сделали, — выдаёт мудрая матушка Анна. — Главное — не потерять страну, как написано у нас

на билбордах. Мне сейчас кажется это самым важным.

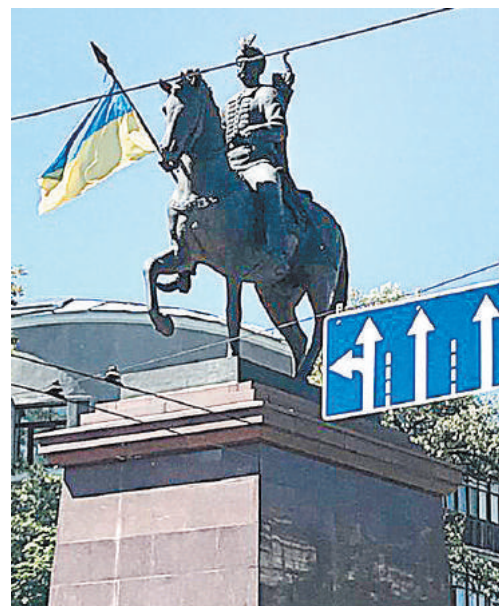
И, думаю, речь тут не только о территориях.

— То, что у нас произошло, — настоящая революция, и я отношусь к ней положительно, — делится Сергей Богданов. — Олигархи, конечно, поучаствовали. Но, если б люди не хотели, ничего бы не произошло. И я выходил здесь на площадь, и деньги собирал в коробку — на Майдан... Жить хуже не стал. Но Порошенко тут ни при чём. И верить ему уже было нельзя — случалось, он даже бойцам АТО не



Уличная торговля с рук — ощущение, что на машине времени оказываешься в России начала 1990-х.

платил. Сколько всего обещал! Как подкупал пенсионеров перед выборами! Да и Тимошенко потихоньку схлопывается. Люди хотели нового человека. И Зеленский получил протестный электорат. Но за язык его никто не тянул — вы ведь видели по ТВ, он на инаугурации разве что ботинком по трибуне не стучал. Теперь за слова придётся отвечать. Экономического прорыва я от него не жду. А в борьбу с коррупцией верю.

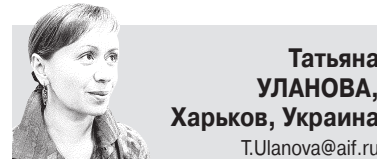


Все шесть монументов Ленину снесли. Теперь главный городской памятник — казаку Харьку (мифическому основателю Харькова). Стоит он на проспекте Науки (бывшем проспекте Ленина).

К слову, сын Сергея программист Данила полгода работал в Польше, но уже три года живёт в Америке — со второй попытки выиграл в Интернете грин-карту. У жителей Украины большая квота. А вот дочь Сергея Наташа, поездив по Европе и поработав с иностранцами, поняла, что дома лучше.

Умные люди на Украине смотрят и местные, и российские каналы. Сравнивают, анализируют. Но, если вы спросите их, что происходит в стране, многие разведут руками. «Шизофрения», — сказал в последнем выпуске своей телепрограммы депутат Вадим Рабинович. И многие с ним согласны. Если не на словах — так в душе.

— Дышать становится легче, — неожиданно признался Андрей, провожая меня на поезд в Киев. — Всё-таки скинули Порошенка. Глядишь, может, я ещё в журналистику вернусь. Клянусь, что-то даже бесплатно готов делать. Только бы страна воспряла...



Татьяна УЛАНОВА,
Харьков, Украина
T.Ulanova@aif.ru

Фото автора
Репортаж из Киева — в следующем номере «АиФ».

МАРАЗМ

ПОМЕНЯЮТ ЛИ УКРАИНЦЫ ФАМИЛИЮ ТРАМПУ?

Говорят, на Украине теперь не только переименовывают города, но и заставляют людей менять фамилии. Для чего?

А. Кравченко, Москва

После принятия драконовского закона о языке, дискриминирующего права в первую очередь русскоязычных граждан, правительство Украины утвердило и новые правила правописания. Документ вступил в силу 3 июня. В частности, предлагается все русские фамилии с окончанием -ой писать через -ий, а в заканчивающиеся на -ск(ий), -цк(ий) добавлять мягкий знак. Таким образом, граждане по фамилии Донской

и Трубецкой теперь будут именоваться как Донский и Трубецкий, Крутой станет Крутий, Луговской — Луговський, Босой — Босий и т. п. Фамилия композитора Соловьёв-Седой будет писаться как Соловийов-Седий. Исключением почему-то стала лишь фамилия Толстой. Комментируя эти новации, член Совета Федерации РФ Алексей Пушков объяснил их болезненным стремлением украинской власти подчеркнуть свою «незалежность». А на вопрос, как теперь по-украински будут называть главных кураторов киевского режима — президента США Трампа и госсекретаря Помпео, сенатор ответил: «Полагаю, Трампий и Помпий».



Не нашёл своё место на Украине — езжай гастарбайтером в ЕС.

РЕКОРДСМЕН СО СКАЛЬПЕЛЕМ

Самый пожилой российский хирург мечтает стать участником игры «Кто хочет стать миллионером?»

СЕРЕБРЯНЫЙ ВОЗРАСТ

97-ЛЕТНИЙ ХИРУРГ ФЁДОР КОВАЛЬ РАССКАЗАЛ «АИФ» О ТОМ, КАК СПАСАЛИ ЖИЗНИ НА ФРОНТЕ, РАСКРЫЛ СЕКРЕТЫ ДОЛГОЖИТЕЛЬСТВА И ПОДЕЛИЛСЯ СВОЕЙ МЕЧТОЙ.

Ветерану Великой Отечественной войны, подполковнику медицинской службы в отставке Фёдору Даниловичу Ковалю 97 лет. Профессиональный стаж — 72 года, на его счету 30 тыс. операций. И он всё ещё работает — консультирует призывников в военкомате и ведёт приём в поликлинике.

КАК ВОЗВРАЩАЛИ В СТРОЙ

— Фёдор Данилович, к началу войны вы уже были медиком?

— Да. Моя мама страдала пороком сердца и мечтала, чтобы в семье был свой доктор. Я окончил фельдшерско-акушерскую школу в городе Нежине Черниговской области. После учёбы получил назначение в хирургическое отделение городской больницы.

А 22 июня Киев стал одним из первых городов, принявших бомбовый удар, и до нас долетало. Раненые стали поступать почти сразу. Моя война началась с мальчика, у которого не было части черепа. Он был жив, когда его принесли, но помочь ему было невозможно.



«Я в войну курил, после Победы бросил. Не скажу, что вообще не пью, но больше 150 граммов себе не позволяю. Утром встаю и завтракаю тем, что жена предложит».

Хаос был недолгим. Гражданских врачей немедленно мобилизовали, в нашей больнице организовали полевой госпиталь. Хирурги оперировали, я давал анестезию (был «наркотизатором» в терминологии тех лет). Случалось, операции шли одна за другой по 12 часов. Голодные обмороки врачей не были редкостью. Как можно уйти на обед, если кто-то до конца твоего перерыва не доживёт?

Отступали и шли вперёд — за фронтом. В 1943-м вновь оказался в родных местах. В 25 км от Киева, в городе Василькове, меня подстрелили. Я шёл за начальником подразделения, и первым снайпер «снял» его. Он упал. Я к товарищу — и меня по ноге жакнуло... Подполз



На счету Фёдора Ковалёва 30 тысяч операций!

к нему, он дёрнулся и умер. У меня хватило сил наложить себе жгут. Но как выполз с линии огня, не помню.

Пуля разрывная, перебила кость. Из-за этого у меня пожизненная инвалидность. Нога короче другой, не сгибается, но мне её сохранили!

— Говорят, фронтовые врачи за годы войны вернули в строй 80% раненых. Как вам это удалось?

— Если точно, то 72,3%, — такой вывод на основе анализа огромного количества случаев сделали авторы труда «Опыт советской медицины в Великой Отечественной войне 1941—1945 гг.». И я думаю, что статистика не лукавит.

Всё дело в том, что к войне готовились. Были запасы медикаментов, военно-медицинского и санитарного оборудования. Из лекарств преобладали простейшие: йод и бриллиантовая зелень, мазь Вишневского, которую использовали при гнойных воспалениях, а препараты ртути применялись как обеззараживающее средство.

Перед войной освоили выпуск антибактериальных сульфаниламидов, но их у нас было мало. Мы несли огромные потери от осложнений после ранений: сепсиса, гангрены, столбняка. А препараты пенициллина союзники нам не продавали.

Мало кто знает, но первый отечественный пенициллин был получен в 42-м из плесени, собранной со стен бомбоубежища в осаждённом Сталинограде. Наш аналог оказался сильнее англо-американского. Изобретение это повлияло на медицинскую статистику.

Важно ещё, что было и кому лечить. Здравоохранение, как промышленность и сельское хозяйство, регулировалось Госпла-

ном. Потребность в медицинских кадрах также регулировалась с учётом войны.

— Сколько вам было тогда лет и какие планы строили на мирную жизнь?

— Мне было 23 года, и я тогда загадал, что обязательно стану хирургом. Мама погибла в оккупации. Меня не было рядом, я ей не помог, но я мог помогать другим, чтобы боли и слёз было меньше.

— Ваш стаж в профессии превышает семь десятилетий. Как вы оцениваете нынешнюю систему нашего здравоохранения?

— Некоторые явления в ней не кажутся мне логичными. Вот, например, в «моей» поликлинике нет кардиолога, уролога, онколога, нет «глазного» врача, «ушного». И не потому, что врачей как таковых

полостные операции я не провожу уже лет 10. Нет, руки не дрожат. Гнойники вскрываю, но за серьёзные случаи не берусь. Внешний вид хирурга должен вселять пациенту спокойствие и уверенность в успехе. Не считая, что я имею моральное право оперировать.

Кстати, очень не нравится мне, что некоторые врачи забывают о том, что у пациентов есть страх и нуждаются они не только в хирургии, но и в добром слове. Посмотреть человеку в глаза, ободрить его — малость, но от неё зависит успех лечения.

Спрашиваете, зачем мне работа? А смысл жизни для меня в том, чтобы быть полезным.

— В чём секрет вашего долголетия?

— Видимо, большую роль играет наследственность. Старший брат мамы прожил 101 год. Ещё образ жизни, говорят, важен. Я в войну курил, после Победы бросил. Не скажу, что вообще не пью, но больше 150 граммов себе не позволяю. Утром встаю и завтракаю тем, что есть, что жена предложит. Питаюсь умеренно, но ем что хочу: кислое, солёное, горькое, сладкое. Не привередливый и всеядный. Кашку-малашку люблю, ну, обычную манную. Есть у меня любимый продукт — сало солёное. Его я могу есть три раза в день. И вообще, никаких диет не соблюдаю.

Зарядку не делаю, но активен физически. Могу ещё тупой и лопатой помахать. Мозг должен работать, я много читаю.

А ещё... Я верю в силу ауры, подразумевая под этим симбиоз души и духа, отражение физического здоровья, эмоционального состояния, духовности, талантов. Положительная аура даёт человеку хорошее самочувствие, работоспособность, ну и, наверное, долгую жизнь. Злоба, ярость, уныние, тоска, зависть — это чувства разрушающие. Хотите долго жить — будьте добрым и приятным человеком.

— О чём вы мечтаете?

— У меня всё есть. Работа, семья — большая, дружная, с внуками и правнуками. Но одно давнее желание имею: вот бы стать участником телепрограммы «Кто хочет стать миллионером?».

— Неожиданно...

— У меня был лучший воспитатель на свете — мой отец. В Первую мировую он попал в немецкий плен. Тогда были не людоедские времена, пленных отпускали из лагеря работать на фермы, даже платили.

Отец с одним фермером подружился, тот был культурным, образованным человеком. Папа многому у него научился. А вернувшись на Родину, женился. И когда родился я, много со мной занимался. В 3 года я знал буквы, в 7 — читал. До сих пор самообразовываюсь. И мечтаю проверить себя в качественной интеллектуальной игре. Как сейчас говорят, «прокачать» мозги.

Светлана ЛАЗЕБНАЯ
(«АиФ-Юг»)

Фото Комсомольская правда



«Пуля разрывная, перебила кость. Из-за этого у меня пожизненная инвалидность. Нога короче другой, не сгибается»...

ном. Потребность в медицинских кадрах также регулировалась с учётом войны.

ЧТОБЫ БОЛИ БЫЛО МЕНЬШЕ

— Где и как вы встретили 9 мая 1945-го?

— В госпитале под Читой. Подлечился, да там и остался, только уже не пациентом, а фельдшером. Акт о капитуляции Германии был подписан поздно вечером 8 мая, а в силу вступил в 00 часов 01 минуту

не хватает. В государственных медучреждениях мало платят, вот доктора и уходят в коммерческие клиники. Люди платят там за приём по 500—700 руб. Это дорого, но они идут туда потому, что в обычной больнице их принять некому.

«МЕЧТАЮ ПРОКАЧАТЬ МОЗГИ»

— Фёдор Данилович, зачем вы ходите на работу?

— Это намёк? Мол, пора бы вам и на покой? (Смеётся.)

ДАЧА

ИЮНЬ – МЕСЯЦ, КОГДА ВСЁ ПОСАЖЕНО, А МЫ НАСЛАЖДАЕМСЯ РАСТЕНИЯМИ И ЖДЁМ УРОЖАЯ. ЧТОБЫ ОН УДАЛСЯ НА СЛАВУ, ОГОРОД, САД И ЦВЕТНИК НУЖНО ПОДКОРМИТЬ.

Рассказывает садовник, телеведущая Ольга ВОРОНОВА.

ОГОРОД: ВЫБИРАЕМ НАВОЗ И ЗОЛУ



— После высадки овощных культур в грунт или теплицу их надо периодически подкармливать. Лучше — каждые две недели. Самое эффективное натуральное удобрение для огородных культур — навоз: в нём в легкодоступной для растений форме содержатся органические вещества, азот, фосфор, калий, кальций и магний.

Капусту и кабачки, томаты и огурцы подкармливаем разведённым в воде навозом. Используйте отстоявшуюся на улице воду, чтобы корневая система не получила шок от перепада температур.

Корнеплоды — свёклу, картофель, морковь и другие — лучше всего подпитать золой, растворённой в воде.

Если подкармливаете огород «химией», будьте осторожны. Минеральные фосфорно-калийные удобрения перед внесением лучше растворить в воде — не надо сыпать их в сухом виде в прикорневую зону.

САД: УВЕЛИЧИМ КОЛИЧЕСТВО ПЛОДОВ

У садоводов существует крепкое убеждение — подкармливать в начале лета **груши и яблони** азотными подкормками. Но это неверно. Азот влияет на развитие вегетативной массы, препятствует обильному цветению, а значит, меньше завяжется плодов и скудным будет урожай.

В инструкциях часто предлагают сыпать минеральную подкормку в почву прикорневой зоны растения. Но часто такое внесение приводит к «сжиганию» корней. Применять по-



Для огородных культур лучшее удобрение — навоз. Фото joyreactor.cc

добную технологию могут только опытные садоводы. Самый безопасный способ — проводить подкормку «по листьям».

кормите куртины спустя две недели после посадки. Комплексные минеральные удобрения помогут растениям быстро



Сыпать сухие подкормки без вреда для растений могут только опытные дачники. Проще подкормить сад и цветник, опрыскивая листья разведённым в воде удобрением.

Их особое строение позволяет усвоить ровно столько питательных веществ, сколько требуется растению.

ЦВЕТНИК: ПЕРЕСАЖИВАТЬ РАЗРЕШАЕТСЯ

В июне многие цветоводы занимаются перепланировкой цветника. Итак, если вы завершили эту важную работу, под-

восстановиться и прийти в форму. Цветущие представители укоренятся, отрастят побеги и листья, обильно зацветут. В этом случае уместна та же самая рекомендация, что и для сада: подкормите цветник «по листьям».

Важно! Если вы всё же решили внести удобрения в жидком виде, то перед внесением хорошо пролейте почву.

Наталья ФИЛИПОВА
ОГОРОД

ОГОРОД ЗАКРЫТ НА ОБЕД

Как правильно подкармливать растения в июне

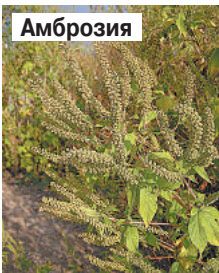
ЗА КАКИЕ РАСТЕНИЯ НА УЧАСТКЕ НАКАЖУТ?

ЕСТЬ РАСТЕНИЯ, ВЫРАЩИВАТЬ КОТОРЫЕ НЕ ТОЛЬКО НЕЖЕЛАТЕЛЬНО, НО И ЗАПРЕЩЕНО ЗАКОНОМ. ПРИГЛЯДИТЕСЬ К СВОЕМУ УЧАСТКУ: ЕСЛИ ОНИ У ВАС ЕСТЬ, ИХ НАДО СРОЧНО УНИЧТОЖИТЬ.

Описание
Наказание

КАРАНТИННЫЕ СОРНЯКИ

Распространение этих растений сравнивают с экологической катастрофой. Они невероятно живучи и быстро распространяются, снижают урожайность культурных растений.



Вызывает сильную аллергию.

Предупреждение или штраф от 300 до 500 руб.*



Попав на кожу, сок сорняка приводит к ожогу. Нечаянно вдохнув пыльцу, можно получить отёк гортани или верхних частей пищевода.

Во-первых, постановление немедленно уничтожить растение, во-вторых, штраф для физлиц — от 2 до 5 тыс. руб., для предпринимателя СНТ — 20–50 тыс. руб., для юрлиц — 150 тыс. — 1 млн руб.**

НАРКОСОДЕРЖАЩИЕ

Штраф — до 300 тыс. руб. либо лишение свободы на срок до 2 лет. Если будет доказан сговор, то до 8 лет.***



Большинство современных видов конопли — наркосодержащие и под запретом. Есть сорта, в которых нет наркотического вещества, их используют для производства экоодежды, например, но на приусадебных участках их не бывает.



Симпатичный хвойный кустарник, который можно по незнанию использовать как растение, создающее искусственную изгородь (между участками, например, или между участком и дорогой). В конце XIX в. был очень распространён как лекарственное растение.



Всего есть 75 видов мака, под запретом только один. Сорта отличаются внешне: опийный мак бледный, сине-фиолетовый. В то время как разрешённые декоративные сорта — яркие, красные и оранжевые.



Запрещён российским законодательством, но вряд ли есть у вас на даче — этот наркотический куст любит жару и растёт в основном на Аравийском полуострове.

*КоАП РФ ст. 10.1, для физлиц.
**Кодекс МО об административных правонарушениях.
*** Ст. 231 УК РФ.

Инфографика
Марии КЛЕМЕНТЬЕВОЙ

МОЖНО ЛИ ВЫРАСТИТЬ ЛЕБЕДУ НА ДАЧЕ?

В книге наткнулась на лебеду, герои употребляли её в пищу. А сейчас есть лебеда, можно ли вырастить её на даче?

А. Тихомирова, Подольск



Отвечает популяризатор старинных и забытых овощей **Наталья Иванкевич:**

— Лебеда — растение семейства амарантовых, по сути своей сорняк. Это трава с длинным стеблем, покрытым серебристыми, почти белыми волосками. Она очень неприхотлива, растёт в любых климатических условиях.

В старину говорили: «Беда на селе, копь лебеда на столе», — имея в виду, что это самая доступная пища в неурожайные годы. Из листьев и семян лебеды варили вкусные щи, пекли пироги, добавляли в салаты и окрошку, заправляли с капустой.

Сегодня лебеда подразделяется на дикорастущие и садовые (декоративные и салатные) виды. Листья лебеды собирают в начале лета, когда они имеют тонкую структуру и нежный вкус. Хотите посадить лебеду



Лебеда — не беда!

на даче? Осенью сильно встряхните сорванные растения над грядкой, чтобы семена упали на почву. Можно посеять семена в грунт, причём повторить операцию дважды с интервалом в две недели. После того как всходы взойшли, проредите их. Оптимальное расстояние между растениями — 30 см.

Через три недели можно собирать нежные листочки. Многие садоводы выдергивают растение целиком до стадии созревания семян, иначе они разлетятся по всему участку и придётся начинать с ними борьбу.

КАК ПЛАТИТЬ ДАЧНЫЕ ВЗНОСЫ?

Прежний председатель брал взносы за СНТ наличными, мы расписывались в тетрадке, а новый настаивает на том, что их нужно вносить на расчётный счёт товарищества. Кто прав?

Виктория Смирнова, Тула



Отвечает заместитель председателя общественной организации «Союз садоводов России» **Юрий Шалыганов:**

— До недавних пор учёт взносов вёлсЯ абы как, председатели брали взносы наличкой, поступившие суммы куда-то записыва-

ли. При этом деньги они хранили в непригодных местах: в здании правления, в собственном доме и т. д. В федеральном законе № 217-ФЗ «О ведении гражданами садоводства и огородничества для собственных нужд и о внесении изменений в отдельные законодательные акты РФ» есть уточнение, касающееся особенности внесения взносов в СНТ и ОНТ — статья 14 предписывает вносить взносы, определённые сметой СНТ, ОНТ и ТСН, исключительно на расчётный счёт товарищества. Иной способ сбора взносов этим законом не предусмотрен. Безналичная форма расчётов позволит однозначно устанавливать факт уплаты взносов и их размер.

ДВИЖЕНИЕ ВВЕРХ

Чем московская реновация отличается от европейских аналогов?

ГОРОДСКАЯ СРЕДА

ПУБЛИЧНЫЕ СЛУШАНИЯ ПО ПРОЕКТАМ КВАРТАЛОВ РЕНОВАЦИИ В РАЙОНАХ АЛТУФЬЕВСКИЙ, БАБУШКИНСКИЙ, ЛЮБЛИНО И ПОКРОВСКОЕ-СТРЕШНЕВО ЗАВЕРШИЛИСЬ 28 МАЯ. ОНИ ПОКАЗАЛИ, ЧТО ЖИТЕЛИ ЗАИНТЕРЕСОВАНЫ В УЛУЧШЕНИИ СВОИХ ЖИЛИЩНЫХ УСЛОВИЙ И РАЗВИТИИ ГОРОДСКОЙ СРЕДЫ.

БОЛЬШЕ И ДОРОЖЕ

В этом нет ничего удивительного: если в пятиэтажке на одного человека приходится 18–20 м² площади квартиры и 2–3 м² площади нежилых помещений, то в новом доме — уже 27,5–30 м² и 13,6–15 м² соответственно. Общая площадь квартир увеличивается за счёт более просторных коридоров и холлов, ванных комнат и кухни.

А это значит, что и капитализация таких квартир иная. «Стоимость жилья в домах, построенных по программе реновации, выше, чем в расселяемых, на 30%. Цена однокомнатной квартиры увеличивается в среднем на 2,2 млн руб., двухкомнатной — на 3,1 млн, трёхкомнатной — на 3,9 млн», — заявил руководитель Департамента градостроительной политики Москвы Сергей Лёвкин.

Для современного городского жителя важно, что в новых домах предусматривается подземная парковка. Автовладельцам не придётся искать место для своей машины по возвращении домой, а всем остальным — дышать выхлопными газами.

Ещё одно новшество: на первых непрестижных на столичном рынке недвижимости этажах не будет квартир — они передаются под магазины, аптеки, службы быта, оказывающие жителям различные услуги. То есть всё необходимое для жизни — в шаговой доступности.

Выгоду реновации, по словам Лёвкина, получают не только те, кого расселят в новые квартиры, но и все жители микрорайонов за счёт новых объектов инфраструктуры — школ, детских садов и площадок, поликлиник, территорий для отдыха и занятий спортом.

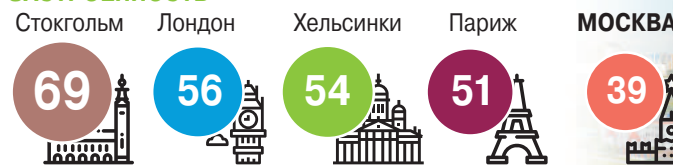
Площадь организованных публичных пространств, используемых жителями, вырастет по сравнению с нынешним состоянием кварталов в 2 раза — с 17 до 34% территории микрорайона.

ОЗЕЛЕНЕНИЕ ВДВОЕ ВЫШЕ

Инициаторы московской программы реновации изучили опыт крупных европейс-

ПРОСТОРНЕЕ И ЗЕЛЕНЕЕ

ЗАСТРОЕННОСТЬ



ДОЛЯ ОЗЕЛЕНЕНИЯ



По данным Департамента градостроительной политики Москвы

ких городов: Лондона, Парижа, Стокгольма, Хельсинки. И постарались превзойти аналогичные программы там.

Москва строится ввысь, а не вширь, чтобы высвободить больше места для комфортной жизни. Так, средневзвешенная этажность московских кварталов выше европейских — 14 против 8, но зато застройка менее плотная.

Расстояние между домами в среднем у нас в 1,8 раза больше, чем в европейских столицах, а площадь дворов — в 1,3 раза. Вдвое ниже плотность пешеходных потоков и почти вдвое выше доля озеленения дворов.

К тому же у большинства социальных объектов в Москве — как в старых, так и в новых районах — есть отдельные участки с игровыми и спортивными площадками, в то время как в Европе большая их часть таких не имеет, а детские сады — либо встроенные, либо пристроенные.

Одним из результатов реализации московской программы реновации станет повышение качества жизни в новых кварталах и микрорайонах. В каждом из них в пределах шаговой доступности предусмотрено всё необходимое для жизни, что весьма удобно и для молодых мам, и для домохозяек, и для пожилых людей.

Если, к примеру, закроется один магазин, можно дойти пешком до соседнего, а не ехать в другой микрорайон. Снижение количества поездок за покупками за пределы квартала приведёт к экономии времени, улучшению транспортной ситуации, а в конечном счёте к снижению «углеродного следа».

Исчезнут заброшенные территории и постройки, что благоприятно скажется на безопасности и позволит использовать площади с максимальной пользой для жителей района.

Анна УЖЕНЦЕВА

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

ОБРАЗОВАНИЕ

РЕШАЙТЕ ЗАДАЧИ ПО ВЕЧЕРАМ

МОСКВИЧИ ЗАВОЕВАЛИ 943 ДИПЛОМА НА ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ, ИЗ НИХ 204 ДИПЛОМА ПОБЕДИТЕЛЯ, ЧТО СОСТАВИЛО БОЛЕЕ ПОЛОВИНЫ ВСЕХ ПОБЕД, ОДЕРЖАННЫХ ШКОЛЬНИКАМИ СТРАНЫ.

Талантливые дети есть в каждой школе, и в Москве научились их находить.

ИЗ АЛМАЗА – В БРИЛЛИАНТ

Тренер сборной Москвы по информатике Елена Андреева вспоминает, как несколько лет назад на курсах повышения квалификации учителей педагоги писали в анкетах: «У нас в школе нет ребят, способных к программированию». «Но когда мы провели для детей школьный этап олимпиады, выяснилось, что это не так», — рассказывает она.

В этом году призёров и победителей подготовили в 227 школах, то есть в более 40% всех школ города. Успех достигнут через объединение сильного базового образования, также ресурсов, предоставляемых детям ведущими вузами, научно-исследовательскими



Подготовка к олимпиаде в Центре педагогического мастерства (ЦПМ) превращается в увлекательный процесс. Фото vk.com/CPM77

институтами, музеями, и специализированной подготовки непосредственно к олимпиадам в Центре педагогического мастерства (ЦПМ). Обладание этим спектром возможностей больше не привилегия учащихся отдельных учебных заведений, куда из года в год родители стремились устроить ребёнка. «Мы хотим перевернуть в сознании директоров, учителей, а главное, родителей представление об обычной школе, — говорит директор ЦПМ Иван

Ященко. — Обычная московская школа — это та, в которой идёт мощная работа по развитию талантов. А проявивших себя ребят мы дальше делаем суперпобедителями — как бриллианты из алмазов».

К тем, кого И. Ященко имеет в виду, можно точно отнести восьмиклассника Илью Цаплина. Мы застали его в классе Центра педагогического мастерства на практикуме, где под руководством тренера Илья проводил измерения и строил

график зависимости скорости вытекания жидкости от высоты столба воды. А учится он в той самой «обычной» школе № 423 в районе Перово. Экономика, астрономия и физика — дисциплины в олимпиадном списке, в которых он пробовал свои силы. Достижения по физике привели к углублённой подготовке с тренерами ЦПМ, куда подросток приезжает после уроков. Планов перейти в специализированную школу у Ильи пока нет: хватает знаний, полученных от школьного учителя физики.

ИНОГДА ТРОЕЧНИК ОБЫГРЫВАЕТ ОТЛИЧНИКА

Всероссийская олимпиада начинается со школьного этапа. В 2018 г. в половине образовательных учреждений в липовый отчёт о проведении этого тура вносили всех учеников, в победители записывали отличников и отправляли хорошо успевающих детей на следующий этап. Благодаря внедрению электронных систем удалось реально обеспечить школьный этап повсеместно.

Иван Ященко считает честное и массовое участие фундаментом дальнейших побед в олимпиадах. «Мы приглашаем участвовать в школьном этапе любого школьника независимо от оценки в дневнике, — призывает он. — Мы знаем огромное количество примеров, где троечник обыгрывает отличника.

Отличник — это человек, который выучил алгоритмы и всё делает аккуратно, но часто не выходит за рамки предмета. Некоторые же троечники, наоборот, мыслят более широко, пускай и с ошибками. Участвуйте в олимпиадах! Тогда, кстати, и оценки улучшатся».

Диплом победителя заключительного этапа Всероссийской олимпиады школьников — это поступление в вуз без экзаменов, а в Москве ещё и призовые 500 тыс. рублей, победитель по китайскому языку также получает от посольства поездку в Китай. Но добываются эти награды годами упорнейшего труда, который начинается с интереса к предмету. Интерес может зародиться как раз на олимпиадах. Школьникам Москвы доступны 700 олимпиад по разным предметам. Гнаться за победой не нужно. Например, подчёркивает И. Ященко, нельзя выявлять «лучшего математика столицы Москвы во втором классе» — это в начальной школе вредно и тому, кто не выиграл, и тому, кто выиграл.

Как и в прошлом году, директор Центра педагогического мастерства рекомендует в каникулы посмотреть задания олимпиад предыдущих лет: «Выберите приглянувшееся задание, причём не только по любимому предмету. Желание порешать летним вечером задачку может изменить вашу жизнь».

Инна АЛЕЙНИКОВА



КСТАТИ

Задания и решения к ним опубликованы на сайте olimpiada.ru — специализированном ресурсе, посвящённом самым разным олимпиадам для школьников.

КОМУ ОПАСНА ФИЗКУЛЬТУРА?

Внезапную гибель школьников может предотвратить простая процедура

ПРОФИЛАКТИКА

МЫ ВСЕГДА ТЯЖЕЛО ПЕРЕЖИВАЕМ СМЕРТЬ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ ФИЗКУЛЬТУРЫ, СПОРТСМЕНОВ НА СОРЕВНОВАНИЯХ.

Смерть молодых людей без видимых причин пугает своей несправедливостью. В реальности таких смертей много больше. Не все они попадают в новостные сообщения. Есть семьи, в которых даже погибли двое детей. Почти все эти трагедии можно было предотвратить. Медики знают, как это сделать. Но почему до конкретных действий дело доходит крайне редко, рассказывает кандидат медицинских наук, врач-генетик Российского научного центра хирургии им. академика Петровского Виктория Румянцева:

— Если в семье были случаи внезапной смерти в возрасте до 55 лет, надо задать вопрос: почему это случилось? Часто это происходит из-за нарушения ритма сердца. И в таких ситуациях причину смерти не может установить даже патологоанатом: аритмия не оставляет следов. Если это тромб, аневризма или гипертрофическая кардиомиопатия — всё это тоже причины внезапной смерти, — остаются признаки, по которым патологоанатом ставит диагноз. А при аритмии их нет. Но в таких случаях могут помочь врачи-генетики даже спустя 20–30 лет после смерти.

Неблагоприятные дни и часы с 6 по 12 июня 2019 г.

10 июня (пик в 22–24 часа)*
Возможны обострение хронических болезней, нарушение пищеварения. Избегайте стрессов.
Татьяна Дубкова, Центр инструментальных наблюдений за окружающей средой и геофизических прогнозов
***Время московское**

КОМУ ВАЖНО ПРОЙТИ ИССЛЕДОВАНИЕ

■ Всем, у кого на ЭКГ обнаружили изменение длины интервала QT.

■ У кого были обмороки (очень важно — у детей, их обычно направляют к неврологу и объясняют обмороки быстрым ростом ребёнка, но их причиной может быть нарушение ритма сердца).

■ Близким родственникам, если в семье были случаи внезапной смерти из-за аритмии или обнаружена наследственная аритмия (синдромы удлинённого и укороченного QT, синдром Бругада, желудочковые тахикардии и др.).

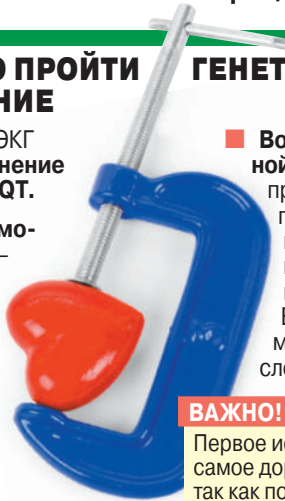
ГЕНЕТИЧЕСКОЕ

■ Во всех случаях внезапной смерти без выявленных причин нужно провести посмертное исследование на выявление мутаций, типичных для наследственных аритмий. В случае обнаружения мутации необходимо обследовать родственников.

ВАЖНО!

Первое исследование в семье самое дорогое (50–60 тыс. руб.), так как поиск проводится по многим генам. Если находят мутацию, то остальные исследования для членов семьи уже стоят дешевле (около 2500 руб.), так как поиск проводится целенаправленно только в одном конкретном гене.

Инфографика Анны ХАРИТОНОВОЙ



После вскрытия обязательно хранятся парафиновые блоки, содержащие ткани человека. Из них, как правило, можно выделить ДНК, провести генетическое тестирование и, возможно, выявить мутации, которые привели к фатальным аритмиям.

ЧТО ПОКАЖЕТ ЭКГ

Для чего это нужно? У погибших есть братья, сёстры, дети, родители, и у них тоже могут быть такие мутации и такие же аритмии. А при так называемых жёстких мутациях рано или поздно это практически неизбежно. Но таким людям можно помочь. В ряде случаев им устанавливают кардиовертер-дефибриллятор, запускающий сердце при его остановке.

Одна из самых частых причин внезапной смерти — «синдром удлинённого интервала QT». Такого человека часто ничто не беспокоит, но на ЭКГ у него увеличено расстояние между зубцами Q и T. В какой-то момент ещё большее удлинение этого интервала может запустить аритмию, которая

приведёт к остановке сердца. И если рядом не окажется дефибриллятора или человека, умеющего делать непрямой массаж сердца, произойдёт трагедия.



Во всех руководствах для кардиологов написано, что в случае внезапной смерти из-за нарушения ритма всем близким родственникам нужно пройти генетическое исследование для определения, нет ли у них мутаций.

Сейчас известно несколько мутаций генов, по которым выделяют 16 типов этого синдрома. При 1-м и 5-м типах аритмию чаще запускают физическая нагрузка или стресс. Часто это бывает при контакте с холодной водой, и для таких людей опасны моржевание и закаливание. Возможно, и причиной многих утоплений было нарушение ритма сердца. При 2-м и 6-м типах этого синдрома аритмию способен запустить громкий крик, испуг. А при 3-м типе аритмия обычно возникает во сне. Зная эти закономерности, мы можем помочь людям. При мягких мутациях порой достаточно избежать провоцирующих факторов — не заниматься профессионально спор-

том, моржеванием, избегать ряда лекарств, удлиняющих интервал QT. Многим помогут противоаритмические лекарства. В ряде случаев необходимо устанавливать кардиовертер.

ЦЕНА ВОПРОСА

Тут мы подходим к самому главному. Кардиовертеры устанавливаются бесплатно, по ОМС или квотам на высококачественную медицинскую помощь. А за генетический тест пациент должен платить сам. Другой пример: в руководствах для кардиологов написано, что в случае внезапной смерти из-за аритмии всем близким родственникам надо пройти генетический тест — проверить, нет ли у них опасных мутаций. Но это почти никогда не выполняется, ведь заплатить за всё им нужно самим, а жалоб у них нет, и не все понимают, как это важно. Почему это не оплачивается за счёт квот? Ведь это спасёт огромное количество молодых жизней. Это же важно для государства. И это не какие-то редкие болезни.



Александр МЕЛЬНИКОВ,
A.Melnikov@aif.ru

- ПРОФИЛАКТИКА
- ЛЕЧЕНИЕ
- ЛЕКАРСТВА
- ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

СПРОСИТЕ ДОКТОРА ЗАЙЦЕВА



ДОКТОР ВЛАДИМИР ЗАЙЦЕВ, ЭКСПЕРТ ПРОГРАММЫ «О САМОМ ГЛАВНОМ», РУКОВОДИТЕЛЬ ЛОР-КЛИНИКИ, ОТВЕЧАЕТ НА ВОПРОСЫ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ О ЗДОРОВЬЕ.

У ребёнка часто идёт кровь из носа. Что можно предпринять?

О. Киреева, Тамбов

— Одна из причин частых кровотечений — недостаток витамина С, поэтому в рацион необходимо добавить цитрусовые, цветную и белокочанную капусту, отвар шиповника, смородину. Вторая причина — слишком тонкие и расположенные близко к поверхности капилляры. В таких случаях рекомендована их коагуляция (прижигание). Кровотечение из носа также могут спровоцировать полипы, папилломы, повышенное артериальное давление. Точную причину поможет выявить консультация у оториноларинголога.

Каждый год мне вынимают пробки из уха. Почему они образуются и можно ли их вытащить самостоятельно?

А. Сумарева, Киров

— Один раз в год удалять серу из наружного слухового прохода вполне нормально. Самостоятельно это делать рискованно — можно протолкнуть серу глубже, она прилипнет к барабанной перепонке, и извлечь её сможет только лор-врач специальными инструментами. Лучше раз в год проходить профилактический осмотр у врача.

РОССИЯ 1

На телеканале «Россия 1» в 9.55 по будням выходит программа «О самом главном». Ведущие: доктора С. Агапкин, А. Мясников и Т. Шаповаленко.

Реклама 0+

✓ Мне уже за 50, хочется жить активной жизнью, но беспокоят боли в суставах. Таблетки, по мнению лечащего врача, не для моего желудка. Как выйти из положения?
А. С. Крутова, 57 лет

Ваш случай, к сожалению, не единичный. Согласно данным статистики, на боли в суставах на сегодняшний день жалуется добрая половина жителей нашей планеты. Людей беспокоят изнурительные проблемы опорно-двигательного аппарата — скованность движений, не дающая покоя ноющая боль. И действительно, не каждому из-за болезней желудка показаны обезболивающие таблетки. Боли изводят, отрицательно влияя в том числе на нервную систему. Врагу, как говорится, не пожелаешь.

Нарушения в работе суставов встречаются чаще всего у людей после 40, хотя теперь, по признанию врачей, с ними всё чаще сталкиваются и пациенты помоложе.

Старшее поколение медики определяют в группу риска. В ней также и те, кто имеет врождённые пороки, чрезмерно увлекается спортом, имеет лишний вес или ожирение, травмы, переломы. Женщины в этой категории больных встречаются чаще — их суставы более хрупкие.

В один ряд с суставными болями врачи включают и болезненные ощущения в мышцах и сухожилиях — это единые подвижные блоки на соединении двух костей.

Переносить такие боли трудно, и без медикаментозной помощи практически не обойтись. А наши мамы и папы, бабушки и дедушки беречь себя не привыкли. Отправиться на прогулку с внуками, вскопать грядки, вырастить урожай на даче для них просто обязательно. А ещё на пенсии

им обязательно хочется побольше путешествовать, заниматься спортом, рукоделием, рисованием, языками, танцами.

Вот тут и заходит разговор о здоровье и здоровом опорно-двигательном аппарате в том числе.

Потому и начинаются вопросы врачам. Заболеваний немало — среди них синовит, бурсит, тендинит, артрит, подагра, остеоартроз, ревматоидный или реактивный артрит. Диагноз поставит только специалист после соответствующего обследования.

Нередко среди рекомендаций присутствуют мази на базе ядов животного происхождения.

Наятокс — единственный в России лекарственный препарат на основе яда кобры. Мазь, созданная на основе традиционного вьетнамского рецепта.

Яд кобры обладает некоторыми преимуществами: в отличие от яда гадюк и гюрзы не оказывает коагулирующего эффекта, у него более сильный анестезирующий эффект, чем у яда пчёла.

Наятокс имеет натуральный состав, обладает согревающим действием, улучшает местное кровообращение. Производится во Вьетнаме.

Реклама



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

КАК ВЫЛЕЧИТЬ ОЖИРЕНИЕ?

Сегодня врачи предлагают несколько вариантов борьбы с лишним весом

ПРОФИЛАКТИКА

ПО ДАННЫМ ГЛАВНОГО ВНЕШТАТНОГО ДИЕТОЛОГА МИНЗДРАВА, 55% ЖИТЕЛЕЙ РОССИИ ИМЕЮТ ЛИШНИЙ ВЕС, 25% СТРАДАЮТ ОТ ОЖИРЕНИЯ.

Рассказывает замдиректора Национального медицинского исследовательского центра эндокринологии Минздрава РФ, профессор, член-корреспондент РАН Екатерина ТРОШИНА.

ОДИН ИЗ ПЯТИ

— Екатерина Анатольевна, что называют избыточным весом врачи?

— Об избыточной массе тела говорят, когда индекс массы тела (ИМТ = вес в кг / рост в м в квадрате) выше 25. Об ожирении — если этот показатель выше 30. Существуют и более точные формулы расчёта, но в целом эта формула даёт полное представление о наличии или отсутствии проблемы.

— Действительно ли в России так много полных людей?

— Ещё в 2006 г. у 50% жителей нашей страны был зафиксирован избыточный вес, причём доля женщин с лишним весом существенно превышала соответствующий показатель большинства других стран. Сегодня распространённость ожирения среди мужчин в возрасте от 25 до 64 лет составляет 26,9%, среди женщин — 30,8%. Около 13–14% подростков имеют лишний вес. Избыточный вес и ожирение относятся к числу пяти основных факторов риска преждевременной смерти. Ежегодно в мире из-за избыточного веса или ожирения умирают 2,8 млн взрослых людей. 44% случаев диабета, 23% — ишемической болезни сердца и от 7 до 41% случаев онкологических заболеваний обусловлены избыточным весом и ожирением.

— Считается, что лишний вес — это проблема больших городов...

— Чёткой региональной зависимости в распространённости лишнего веса не про-

слеживается. Особенности питания, климатические условия накладывают свой отпечаток, но они не вносят существенного

ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ОЖИРЕНИЯ РЕКОМЕНДОВАНЫ

Эффективность Описание

1 Частое дробное питание и физическая активность

0,5–1 кг в неделю.

Безопасный и физиологичный метод.



вклада. В наибольшей степени лишний вес связан с изменением трендов в питании и образе жизни.

ВИНОВАТА ЛИ ГЕНЕТИКА?

— Многие люди уверены, что не могут похудеть из-за генетической предрасположенности.

— Ожирение разнородно. Определённые формы действительно предопределены генетически. Но такое ожирение возникает с рождения и развивается лишь при хромосомных и генетических синдромах. Некоторые формы вторичного ожирения (которое возникает вслед за другой болезнью) связаны с эндокринными расстройствами.

80% всех возможных форм ожирения приходится на алиментарно-конституциональное (простое) ожирение — следствие неправильного образа жизни. И лишь 20% ожирения связаны с генетикой, конституцией и гормональным дисбалансом.

— Кто набирает вес быстрее, а избавляется от него легче — мужчины или женщины?

— Полных женщин больше, чем полных мужчин, поскольку

они набирают вес быстрее. У дам существует два периода (беременность и менопауза), когда прибавка веса физиологически обусловлена. Многие дамы воспринимают их как точку невозврата. Хотя физиологически прибавка веса составляет не более 5 кг, а после того, как гормональная перестройка будет завершена, лишний вес должен уйти. У женщин чаще откладывается подкожный жир, который считается наиболее безопасным с точки зрения развития осложнений.

У мужчин чаще возникает абдоминальное ожирение (скопление жира вокруг талии), поэтому у них выше риск развития сердечных осложнений (инфарктов, инсультов, диабета, метаболических расстройств, в том числе дефицита тестостерона).

Легче всего худеют те, у кого лишний вес появился недавно. Чем дольше пациент живёт с ненужными килограммами, тем труднее от них избавиться.

2 Бариатрическая операция (уменьшение желудка или изменение анатомии кишечника)

35–40% от общей массы тела.

Минус: возможно возникновение не менее серьёзных заболеваний, чем ожирение.



3 Приём лекарств, официально одобренных для лечения ожирения

8–10 кг за курс лечения.

Блокатор кишечной липазы

(действующее вещество — ористат) — фермент, участвующий в пищеварении. Уменьшает всасывание жиров в кишечнике.

Стимулятор выработки инсулина (действующее вещество — лираглутид) — аналог гормонов, влияющих на центры голода и насыщения.

Препараты центрального действия (действующее вещество — сибутрамин) — позволяют снизить активность центра голода и усилить процесс расщепления запасов.

центре). Однако бариатрическая операция, несмотря на то, что она снижает вес и приводит к ремиссии сахарного диабета второго типа, не даёт пожизненной гарантии и сопряжена с определёнными рисками. Учёные во всём мире ведут поиск препаратов, которые по эффективности будут сопоставимы с хирургической операцией, но при этом лишены её недостатков. Речь идёт не о биодобавках, которые подавляют аппетит или поглощают жир из употребляемой пищи, а о лекарствах, которые влияют на механизм набора веса и помогают худеть быстро, безопасно, а также позволяют избежать осложнений, которыми чреват лишний вес, в частности диабета.

— Сколько времени занимает лечение и может ли человек после нормализации веса забыть о лишнем килограммах навсегда?

— Важный этап — первые 3 месяца лечения. В идеале за этот период человек должен похудеть на 5% от исходной массы тела. Ранний ответ на лечение — показатель того, что человек будет успешно худеть и в дальнейшем. В среднем нормализация массы тела до оптимальной занимает около 2 лет. Идеальный темп похудения — 1–1,5 кг в неделю. Быстро худеть нежелательно, поскольку жир не испаряется, а метаболизируется организмом, что служит для него большой нагрузкой.

Об успехе в лечении ожирения можно говорить, когда человек снизил массу тела до приемлемой и удерживает её в течение полутора — двух лет. Но даже в этом случае его нельзя считать здоровым. Ожирение — заболевание хроническое, и заниматься им придётся пожизненно. Питаться дробно, полноценно, сбалансированно, достаточно двигаться, высыпаться, в некоторых случаях принимать лекарства, назначенные врачом.

ОПЕРАЦИЯ ИЛИ ЛЕКАРСТВА?

— К какому врачу идти и какие есть способы лечения?

— Международное исследование ACTION IO показало, что ни в одной стране мира пациенты не обращаются к врачу по поводу лишнего веса. Ожирение рассматривается как косметологическая проблема, и от него долго пытаются избавиться самостоятельно, а потому безуспешно. Хотя у врачей есть большой арсенал средств, которые способны помочь человеку с лишним весом.

Эффективность бариатрической операции (по уменьшению размеров желудка или изменению анатомии кишечника) довольно высока (потеря 35–40% от начального веса). Минздрав выделяет квоты для проведения таких операций пациентам со сверхожирением и сахарным диабетом. Прооперироваться в рамках этой квоты можно бесплатно (пока только в нашем

ЗДОРОВЬЕ

НЕУЖЕЛИ КАЛЬЯН

ПРОВОЦИРУЕТ ТУБЕРКУЛЁЗ?

Прочитала, что кальяны собираются запретить в кафе. Мол, они и вейпы могут стать причиной туберкулёза и других опасных инфекций. Как это?

И. Сиротин, Ульяновск

Отвечает врач-нарколог-психотерапевт, руководитель реабилитационного центра «Возрождение» Юрий Вяльба:

— На такую продукцию не существует ни технического регламента, ни стандартов качества, поэтому доподлинно узнать, что вы курите и дозировку этих веществ, невозможно. Основу жидкости

в вейпах составляют пропиленгликоль и глицерин. При их нагревании высвобождаются токсичные вещества — акролеин (раздражает слизистую дыхательных путей) и формальдегид (негативно влияет на нервную систему). Однако всей опасности применения вейпов мы до конца не знаем. Что касается кальянов, то это устройство должно проходить полную санитарную обработку перед использованием каждым новым посетителем. Если этого не происходит, повышается риск заражения туберкулёзом и другими инфекционными заболеваниями.



ПОЛНОЕ СОЦИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Здесь помнят о Вашем дне рождения!

ЧИСТОТА, ПОЛНОЦЕННОЕ ПИТАНИЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УХОД

Всё это — спокойная жизнь в пансионате!

Переезжайте в пансионат для пожилых людей на постоянное проживание

ПОЧУВСТВУЙТЕ СЕБЯ НУЖНЫМИ!

Только для жителей Москвы и области!

+7 (495) 120-10-03

ООО "Полное доверие". Реклама



Лидия
ЮДИНА,
L.Udina@aif.ru

Фото Alamy/TACC

ЕДА

СНИМИТЕ ЕЁ НЕМЕДЛЕННО

Кожура каких продуктов опасна для здоровья

КТО НЕ ЗАДАВАЛСЯ ВОПРОСОМ, КАК ЛУЧШЕ ЕСТЬ ЯБЛОКИ ИЛИ КАРТОФЕЛЬ – В КОЖУРЕ ИЛИ ОЧИЩЕННЫЕ? ВОПРОС СОВСЕМ НЕПРАЗДНЫЙ. А НЕ ЗАДАВАЛИ ЛИ ВЫ ЕГО СЕБЕ ПРИМЕНИТЕЛЬНО К ДРУГИМ ФРУКТАМ И ОВОЩАМ, К ХЛЕБУ ИЛИ РЫБЕ?

РЫБИЙ МЕХ ПОЛЕЗЕН

Купив слабосоленую сёмгу, мы всегда срезаем её с кожицы и последнюю выкидываем. Оказывается, так мы поступаем напрасно. Западные эксперты по питанию утверждают, что из-за этого вы лишаетесь многих очень полезных компонентов. Под кожей рыбы сосредоточено большое количество полезных омега-3 жирных кислот. Сёмга и другие лососёвые обитают в холодных водах, и «для сугреву» у них под шкуркой формируется прослойка жира, богатого омега-3, а также витаминами А и D, растворёнными в этом жире. Поскольку чешуя у этих рыб выражена слабо, кожу можно есть, и она в таком случае становится важнейшим источником полезных веществ. Проблема лишь в том, как её съесть, ведь она не столь аппетитна.



Цвет яблокам придают полезнейшие антиоксиданты в кожуре, и из-за их отсутствия плотность яблока и многих других плодов и овощей бледная. А пищевых волокон в цельном яблоке больше в 2 раза, чем в очищенном. Витамин В больше в несколько раз.

Есть два решения проблемы. Первое проще, но хуже. Нужно очень тщательно соскрести ножом жир с обратной стороны кожи и съесть его, намазав на хлеб или добавив к рыбе. Второе решение лучше – сделайте из кожицы сёмги что-то вроде чипсов. Отделив кожу от рыбы, нарежьте её на полоски шириной 2–3 см. На сковороде разогрейте масло, лучше оливковое, и опустите в него эти полоски. Когда они поджарятся с одной стороны, переверните их. Не допускайте того, чтобы они сильно подгорели. Приготовленную таким образом кожу сёмги можно добавить к любому гарниру.

есть с кожей. А вот у копчёной кожу не ешьте никогда, особенно у рыбы горячего копчения. При этом процессе образуются и накапливаются канцерогены. По этой причине и возникают знаменитые скандалы вокруг шпрот.

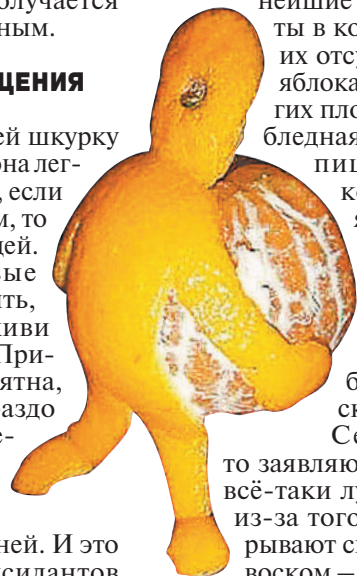
Если чешуя крупная и несъедобная, как, например, у карася или других карповых рыб, то есть её не надо. Но и чистить такую рыбу необязательно. Лучше всего запекать её прямо в чешуе. Так вы не только избавите себя от неприятнейшей работы по чистке рыбы, но и при готовке она будет более сочной и не подгоревшей. Чешуя защитит её

от этого и легко снимется пластиком, когда рыба будет готова. Точно так же можно готовить и мясо в шкуре, проблема только в том, что перед продажей её обычно снимают. Кстати, аборигены Австралии запекают тушу животного целиком и прямо в шкуре. Все, кто пробовал, говорят, что мясо получается очень сочным и вкусным.

ПЛОДЫ ПРОСВЕЩЕНИЯ

У фруктов и овощей шкурку лучше снимать, если она легко счищается руками, если же надо срезать ножом, то полезнее есть с кожицей. Поэтому цитрусовые и бананы надо чистить, яблоки, персики, киви и т. п. плоды – нет. Причина этого тоже понятна, так вы получите гораздо больше полезных веществ. Обычно они сосредоточены не в плоти плодов, а в кожуре и прямо под ней. И это объяснимо. Антиоксидантов и других биологически активных веществ больше всего

здесь именно потому, что они играют защитную роль – оберегают плоды от ультрафиолета и вредителей. Всё это многократно доказано в различных исследованиях и наиболее хорошо показано на примере яблок или картофеля. Например, цвет яблокам придают полезнейшие антиоксиданты в кожуре, и из-за их отсутствия плотность яблока и многих других плодов и овощей бледная. Важнейших пищевых волокон в цельном яблоке больше в 2 раза, чем в очищенном, а некоторых витаминов больше в несколько раз.



Сегодня часто заявляют, что яблоки всё-таки лучше чистить из-за того, что их покрывают синтетическим воском – снимая кожуру, вы избавляетесь и от него. Так действительно дела-

ют, чтобы они не теряли воду и не высыхали. Но мало кто знает, что яблоки сами по себе покрыты защитным слоем воска. И большой разницы между ним и искусственным нет. Если вы всё равно очень боитесь, то воск можно удалить. Для этого под струёй тёплой воды почистите яблоко мягкой щёткой (можно использовать зубную), лишь бы она не нарушала целостность кожи. Можно даже помыть плод с помощью жидких моющих средств, только их потом нужно хорошо смыть водой. Содержание полезных веществ в шкурке яблока столь велико, что все эти меры оправданны.

НАУКА О ХЛЕБНЫХ КОРКАХ

Самое вкусное в хлебе – хрустящая поджаристая корочка. И она же самая опасная. Цвет и аромат ей придают так называемые конечные продукты гликирования (КПГ). Это соединения белков с углеводами, и многие из них обладают канцерогенным действием. Самым известным из них является акриламид. Но кроме того, КПГ усваиваются организмом и стимулируют медленный вялотекущий процесс воспаления. В итоге развивается атеросклероз сосудов, кожа быстрее стареет, а хрящи скорее изнашиваются – развиваются болезни суставов и позвоночника. В процессе вовлекаются и другие органы. Можно сказать, что КПГ ускоряют процессы старения нашего организма.

Так что не всякая чужая шкура ближе к нашему телу. И нужно уметь отделять полезные шкурки и кожу от вредных.



Александр МЕЛЬНИКОВ,
A.Melnikov@aif.ru

Фото alamy/TACC

КАТАРАКТА: ЛЕЧЕНИЕ С КОМФОРТОМ

КАТАРАКТА – ЗАБОЛЕВАНИЕ ГЛАЗ, КОТОРОМУ ПОДВЕРЖЕНЫ В ОСНОВНОМ ЛЮДИ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ. ЭТО ОЧЕНЬ РАСПРОСТРАНЁННЫЙ НЕДУГ, ТАКОЙ ДИАГНОЗ ОФТАЛЬМОЛОГИ СТАВЯТ ЕДВА ЛИ НЕ КАЖДОМУ ПАЦИЕНТУ, ПЕРЕШАГНУВШЕМУ 70–80-ЛЕТНИЙ ВОЗРАСТНОЙ РУБЕЖ.

ЧЕМ ОПАСНА КАТАРАКТА?

Помутнение хрусталика глаза, происходящее при катаракте, – необратимый процесс. Ни официальная, ни народная медицина не располагают препаратом, позволяющим решить эту проблему, а между тем медлить с лечением катаракты не стоит, постепенное ухудшение зрения при этом заболевании ведёт к слепоте.



Но затягивать с лечением опасно ещё и потому, что катаракта чревата серьёзными

осложнениями – такими, например, как вторичная глаукома. Зрение при глаукоме ухудшается безвозвратно.

ИЗБАВИТЬСЯ ОТ КАТАРАКТЫ МОЖНО ЭФФЕКТИВНО И С КОМФОРТОМ!

Единственный эффективный способ избавиться от катаракты – операция. Хирургическое вмешательство длится всего около 15 минут и проходит в комфортном режиме быстрой реабилитации. Зрение возвращается уже в операционной, в больнице придётся задержаться лишь на пару часов для контрольного осмотра глаз. Специального ухода за пациентами во время восстановительного периода, длящегося не более месяца, не требуется. Никаких

физических ограничений после окончания реабилитационного периода нет.

Выполняя операцию по поводу катаракты, офтальмохирурги могут использовать фемтосекундный лазер. Такое суперсовременное лечение отличается беспрецедентно высокой точностью и ещё более кратким послеоперационным восстановлением.

ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА «ЭКСИМЕР»

Москва, ул. Марксистская, д. 3, стр. 1

(495) 620-35-55

www.excimerclinic.ru

Лиц. № ЛО-77-01-004624 от 13.02.2012, выдана ООО «СовМедТех», департамент 30. Реклама. 18+



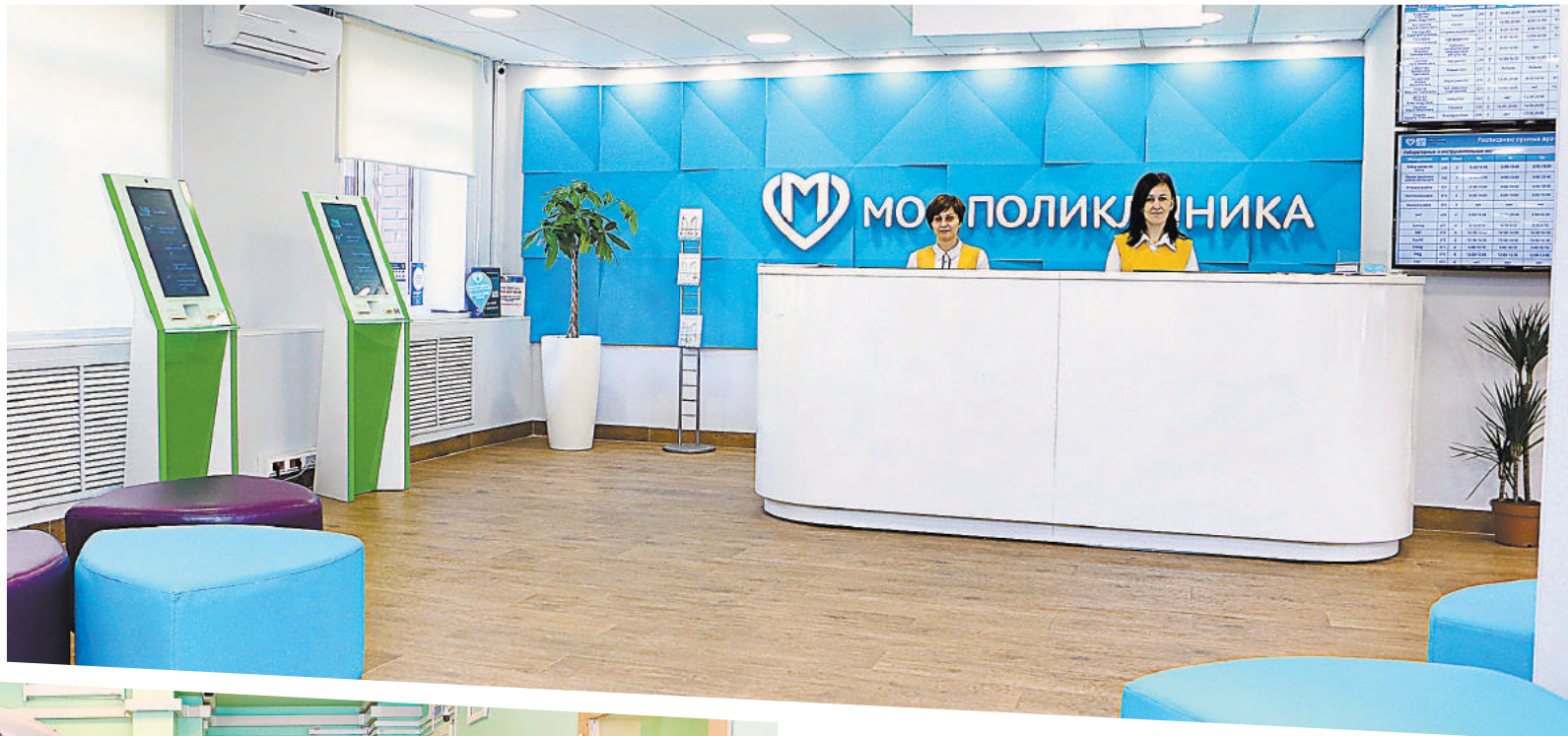
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

СИСТЕМА ЕМИАС, ОНЛАЙН-ЗАПИСЬ, СОВРЕМЕННАЯ АППАРАТУРА – ВСЁ ЭТО УЖЕ ЕСТЬ В СТОЛИЧНЫХ АМБУЛАТОРИЯХ. ТЕПЕРЬ НАДО РЕШИТЬ ВОПРОС С ЭРГОНОМИЧНОСТЬЮ ПОМЕЩЕНИЙ И РАСПИСАНИЕМ СПЕЦИАЛИСТОВ.

КОГДА И СТЕНЫ ПОМОГАЮТ ЛЕЧИТЬ

Эргономичная поликлиника — это создание максимально удобных условий как для врачей, так и для пациентов. Первым нужно комфортное рабочее место, вторым — чтобы ничего не отвлекало их от общения с доктором (вроде поиска нужного кабинета, туалета или сестринского поста). Эти преобразования лежат в основе программы «Стандарт+», которая стала логичным продолжением уже действующего «Московского стандарта поликлиники».



Когда она заработает в полной мере, мегаполис сможет обеспечить горожанам высокий уровень медицинского обслуживания вне зависимости от места проживания. Напомним, что равные возможности во всём, что касается здравоохранения, образования, соцслужб и досуга, считаются главными принципами общегородской программы «Мой район».

Это подтверждают слова **столичного мэра Сергея Собянина**: «Программа воплощает идеологию развития Москвы на долгие годы, вбирает все направления, только мы смотрим не в среднем по городу, а в рамках каждого района. В Москве есть прекрасные поликлиники. Есть поликлиники похуже (и это не вина врачей, а объективные проблемы со старыми зданиями). Есть районы, в которых жителям сложно добираться до врача. Для решения этой проблемы мы реализуем программу реконструкции и переснащения городских поликлиник. Будем открывать новые медучреждения в тех районах, где их не хватает».

Что важно: модернизация уже используемых помещений — это не типовые строительные и дизайнерские решения, а индивидуальный подход к каждому конкретному адресу. Речь идёт о 135 точках по всему

городу, за эти учреждения строители возьмутся в ближайшие годы. По данным официального сайта мэра столицы, «проект капремонта каждого здания разрабатывается специалистами Департамента здравоохранения Москвы совместно с главными врачами поликлиник, которые знают конструктивные особенности зданий, потребности пациентов и пожелания сотрудников».

УМНЫЙ ДОМ ДЛЯ УМНОГО ОБОРУДОВАНИЯ

В Щукине (СЗАО) полной переделке подвергнутся два учреждения — филиал № 2 детской поликлиники № 58 (ул. Новошукшинская, д. 10, корп. 1) и филиал № 1 поликлиники № 115 (ул. Маршала Новикова, д. 14, корп. 1).

«Для нашей семьи важны оба адреса, — признаётся жительница Щукина **Юлия Трофимова**. — Моя мама, будучи инвалидом 2-й группы с целым букетом хронических заболеваний, является постоянным «клиентом» взрослой амбулатории. А мне осенью рожать, так что хорошая детская поликлиника, где можно лечиться по полису ОМС, нужна именно под боком. А Новошукшинская улица в пяти минутах ходьбы от нашего дома. Говорят, что по новым

стандартам поликлиники будут очень удобно зонированы. Ну, например, чтобы заболевшие не сидели рядом с теми, кто пришёл за справкой или сделать прививку».



Для нынешней медицинской техники нужно столько электроэнергии и такая проводка, что все старые коммуникации надо полностью удалять и заново прокладывать новые.

О том, как выглядит и работает «правильная» амбулатория, знают жители Басманного района.

В районе Северное Тушино в очереди на модернизацию стоят 4 объекта. Это филиал № 1 детской поликлиники № 94 (ул. Планерная, д. 16), филиал № 1 детской поликлиники № 140 (буль. Яна Райниса, д. 4, корп. 6), филиалы № 1 и № 3 поликлиники № 219 (ул. Вилеса Лациса, д. 23, корп. 2, и ул. Планерная, д. 8). Семьи, живущие в Митине (СЗАО), тоже ждут, когда будут модернизированы местные амбулатории. Программу «Стандарт+» внедрят в детской поликлинике № 140 (ул. Митинская, д. 34, и в её филиале № 2 (Ангелов пер., д. 9, корп. 1). «Я по профессии электрик и прекрасно знаю, насколько сложно приспособить под современные требования здание, построенное в годы перестройки или ещё раньше, —

Такие продвинутые амбулатории будут во всех районах столицы. Где-то они уже открыты. Например, жители Басманного получают медицинскую помощь уже по «Стандарту+». На снимке: поликлиника № 46 на ул. Казакова, д. 17А.

говорит местный житель **Сергей Коновалов**. — Для нынешней медицинской техники нужно столько электроэнергии и такая проводка, что все старые коммуникации приходится полностью удалять и заново прокладывать новые. А ещё требуется решить вопрос с энергоёмкостями, выделенными зданию. Ведь в каждом кабинете стоит по паре компьютеров, а ещё есть рентген, УЗИ, МРТ. В общем, от старой поликлиники остаются только стены».

Кстати, о стенах. Они тоже успеют не все, ведь требуется создать действительно эргономичное пространство, а не просто поменять местами рабочие места окулиста и хирурга. Надо сказать, что число специалистов

лого здания). «Ввести здание в эксплуатацию планируется в 2020 г., — обещает **руководитель Департамента строительства Москвы Андрей Бочкарёв**. — Сейчас завершаются фасадные и кровельные работы, началась отделка помещений».

Там будет создано несколько отделений: школьно-дошкольное, здорового ребёнка, для детей грудного возраста, педиатрическое, хирургическое, реабилитации и функциональной диагностики. Ещё одно важное отделение — дневной стационар на 10 коек. Это значит, что родителям не придётся ложиться вместе с детьми в больницу ради курса капельниц или уколов. Такие процедуры можно будет сделать около дома, приходя каждый день в поликлинику. Кстати, при этой амбулатории откроются молочно-раздаточный пункт и отделение круглосуточной медпомощи детям на дому.

«До конца 2021 г. планируется построить 11 поликлиник, — говорит **заммэра Москвы по вопросам градостроительной политики и строительства Марат Хуснуллин**. — В этом году должны ввести 4 поликлиники на 2140 посещений в смену, в следующем — ещё две на 640 посещений. Пять поликлиник откроется в 2021 г., они смогут принять за смену 3750 пациентов».

Через несколько лет новые столичные стандарты станут нормой московского здравоохранения. Осталось только приучить москвичей не заниматься самолечением, а вовремя обращаться в поликлинику.

КАК ПОСТРОИТЬ ИДЕАЛЬНУЮ ПОЛИКЛИНИКУ

От такой головной боли избавлены создатели новых поликлиник — они проектируют здания сразу под программу «Стандарт+».

Скоро такая правильная амбулатория на 320 посещений в смену откроется в районе Тропарёво-Никулино (ЗАО). Это поликлиника на ул. Академика Анохина, вл. 40, корп. 2 (на месте снесённого нежи-



Галина ШЕЙКИНА,
G.Sheikina@aif.ru

ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА

Художник Михаил Шемякин – о бессовестных чиновниках, бедности и богатстве

ЛИЦА

ЗНАМЕНИТЫЙ ХУДОЖНИК, СКУЛЬПТОР, ГРАФИК, ЛАУРЕАТ ГОСПРЕМИИ РФ МИХАИЛ ШЕМЯКИН – АВТОР РЕЗОНАНСНЫХ ПРОЕКТОВ МИРОВОГО МАСШТАБА. НЕДАВНО В ПЕТЕРБУРГЕ ОН ОТКРЫЛ НЕОБЫЧНУЮ ВЫСТАВКУ, ПОСВЯЩЁННУЮ... ЛЕСТНИЦЕ. НА НЕЙ ПРЕДСТАВЛЕНО 700 РАБОТ – ОТ ДРЕВНЕЙШИХ ВРЕМЁН ДО НАШИХ ДНЕЙ. ЭТУ КОЛЛЕКЦИЮ ШЕМЯКИН СОБИРАЛ БОЛЕЕ ПОЛУВЕКА.

«СВОИХ НЕ БРОСАЮ»

— Почему лестница? — пред-
варил мастер ожидаемый вопрос.
— Мне кажется, этот привычный
для многих предмет играет фи-
лософскую роль в жизни челове-
ка. Это и штурмовые лестницы,
которые использовались при
взятии крепостей, и цирковые,
по которым поднимаются ак-
робаты, и ступени, ведущие на
эшафот. Даже стремянка по-
своему красива, а из горизон-
талей и вертикалей рождается
образ креста. Наше бытие про-
ходит на земле, поверхности,
но мы постоянно стремимся к
чему-то высокому, шаг за ша-
гом подбираемся к вершинам.
И наоборот, если ведём себя не
так, как полагается человеку, то
спускаемся всё ближе и ближе к
преисподней. Это символ чело-
веческого существования.

— На вернисаже присутствова-
ли и ваши студенты, которые обу-
чаются по нестандартному плану.
Что это за проект?

— Он начался в Воронеже.
Меня убедили, что программа
долгосрочная, и я набрал спо-
собную молодёжь и начал заня-
тия. Однако через год выясни-
лось — средства у организаторов
закончились. Как быть? Бросить
своих учеников я не мог. Спа-
сибо руководству петербургской
академии им. Штиглица, кото-
рое согласилось на перевод ре-
бят. Сейчас они учатся в этом за-
мечательном вузе, уже готовятся
защищать диплом, а я все шесть
лет оплачиваю их обучение.

Но не в деньгах дело. Ученики
приезжают ко мне во Францию,
где я составил для них особую
программу. Сюда входит боль-
шой курс истории искусств, зна-
комство с композиторами, музы-
кой — от классики до Утёсова,
Шульженко, Бернеса. Кстати,
только один из студентов ска-
зал, что Бернес — это «какой-то
актёр». Остальные же услыша-
ли об этом великом певце, душе
России, впервые. Учат молодые
люди и стихи. Читают Бродс-
кого, немецкие средневековые
баллады, начинают понимать,
кто такие Рембо, Верлен и Бод-
лер. Словом, проходят то, что не-
обходимо знать образованному
человеку.

— Вашим подопечным повезло.
А некоторые их сверстники до сих
пор не в курсе, кто такие Куту-



М. Шемякин: лестница — символ человеческого существования.

зов, Ленин, Толстой, а на вопрос
о Гагарине отвечают: популярный
певец. Как вы думаете, почему
16–20-летние так плохо знают
историю своей страны?

— Одна из причин — пробелы
и в школьном, и в высшем обра-
зовании. Но я бы посмотрел
на проблему шире. Мы сегод-
ня стремительно, в масштабах
нации, теряем историческую
память. Дошло до того, что не-
которые стали перелицовывать
и давно прошедшие, но по тем
или иным причинам неугодные
события. В итоге российское об-
щество страшит не только неиз-
вестное будущее, но и непред-
сказуемое прошлое. Например,
народ теряется в догадках, кто
же был Николай II. Великому-
ченику, примерный семьянин,
святой? Или кровавый царь,
бросивший миллионы в губи-
тельную для страны войну?
Выясняется также, что самодер-
жавный строй был идеальным,
что это время исключительно
благородных офицеров и пре-
красных дам. Потому револю-
ция объявляется национальной
трагедией. Но кто её подгото-
вил?

Сочувствую людям, по судьбе
которых прошлось «красное ко-
лесо», однако нельзя забывать и
о Кровавом воскресеньи, Ходын-
ке, жертвах Первой мировой,
подавлении бунтов. О налётах
карательных отрядов, вешавших
крестьян и разорявших дерев-
ни, бесчинствах черносотенцев.
Но у нас на нищету и бесправие
сотен тысяч людей, что и при-
вело к потрясениям, не особо
обращают внимание.

«НЕ ХОЧУ БЫТЬ ПРОРОКОМ»

— Вы рассказывали, что
часть вашей семьи была крас-
ной, часть — белой. Погибали
и те и другие.

— Но многое и восстанавли-
вается. Вы всегда равнодушны
к ветеранам. Недавно принято ре-
шение о возрождении Музея бло-
кады. Также по вашему проекту
установлена мемориальная доска
первой женщине-водолазу Нине
Соколовой, а вскоре появится и
памятник.

— Считаю эту женщину одной
из тех скромных героев, потряса-
ющих профессионалов, которые
и приблизили Победу. Во время
войны Соколова была принята
в Экспедицию подводных работ
особого назначения. В 1942 г.
она участвовала в строительстве
бензопровода через Ладогу. Тог-
да за короткий срок под огнём
фашистов было проложено 50
км труб. Из них под водой — 21
км. Как это удалось — непос-
тижимо. Специалисты гово-
рят, что даже при современной
технике требуется до полутора
лет работы, а они выполнили
задание за два месяца. Я хоро-
шо знаком с Евгением Соколо-
вым, её сыном. Он 15 лет ходил
по инстанциям, кабинетам и
пытался добиться, чтобы этот

подвиг увековечили.
Все кивали головой,
но реально ничего
не делалось. Про-
гресс появился, когда
я встретился с главой
Санкт-Петербурга
Александром Бегло-
вым. Он поддержал
идею. Сейчас на до-
ме, где жила героиня,
установлена мемо-
риальная доска. Есть
предложение и об ус-
тановке памятника
Нине Соколовой, та-
ким же труженикам.
Они это заслужили.

— Часто сравнива-
ют военное поколение
и нынешнее. И срав-
нение, как правило, не в пользу
современности.

— Трагедия России в том, что
мы не умеем ценить себя. Самое
поразительное — как быстро мы
с этим чувством свыклись. Нам
давно необходимо избавиться
от комплексов и понять: мы та-
кие, какие есть, — прекрасный,
талантливый, милосердный
и работающий народ. Ничуть
не хуже американцев или фран-
цузов. У нас высокий потенци-
ал, потрясающей силы культура.
Мы интересно мыслим, можем
создавать шедевры, способны
на поступки. Хромает экономи-
ка? А вот здесь надо вспомнить
прошлое, когда Россия была од-
ной из ведущих промышленных
держав мира. Неужели в XXI веке
страна не в состоянии произво-
дить хорошую одежду, обувь?
Считаю, нам такое вполне по си-
лам. Просто нужно верить в себя
и создавать то государство, где
человек сможет жить достойно и
раскрыть свои лучшие качества.

Елена ДАНИЛЕВИЧ
(«АиФ-Петербург»)

Фото Руслана ИСХАКОВА,

архив Кронштадтского Морского музея



Таким предлагается сделать памятник первой
в СССР женщине-водолазу Нине Соколовой.

— Мой отец с 9 лет служил
в армии, кстати, под коман-
дованием комбрига Георгия
Жукова, впоследствии знаме-
нитого маршала. Награждён 8
боевыми орденами. Сражался с
Деникиным. Сейчас прах этого
генерала с почестями перенес-
ли из Франции в Россию. Знаю,
что в Петербурге установлены
памятники другим участникам
Белого движения.

Я не против, тот же Дени-
кин — личность. Но разве мой
отец и его товарищи думали,
что их внуки будут мириться с
обществом, где есть олигархи,
богатые и бедные? Нынче уже
официально заявляется, что в
России 20 млн живут за чертой
бедности. И это — в одной из бо-
гачейших стран мира. Не хочу
быть пророком, но долго так
продолжаться не может. Сегод-
ня власти уповают на то, что
протесты почти не слышны, что
рейтинги доверия «на уровне».
Но царское кресло было куда бо-
лее устойчивым, чем стулья под
чиновниками. И никто предпо-
ложить не мог, что в 1917-м за
несколько дней всё рухнет.

■ КУЛЬТУРА
■ НЕПОЗНАННОЕ
■ СПОРТ
■ ЛЮДИ И ЗВЕРИ
■ ШОУ-БИЗНЕС
■ КРОССВОРД

МНЕНИЕ ЖВАНЕЦКОГО

А КЕМ СТАЛ ТЫ?

**«ДЕЖУРНЫЙ ПО СТРАНЕ» МИ-
ХАИЛ ЖВАНЕЦКИЙ ПРИЗНАЛ-
СЯ ПУБЛИКЕ И АЛЕКСЕЮ БЕ-
ГАКУ В СВОИХ СЛАБОСТЯХ.**

— Есть одна привычка — хо-
чу выпить. Есть вторая при-
вычка — могу выпить. Третья
вредная — пью! Что мешает
стать алкоголиком? Четвёртая
вредная привычка: трусость.
Пятая вредная — ношу одно
и то же до полного истлева-
ния на теле. Шестая вредная
привычка — покупать одежду
на размер меньше в расчёте
на похудание, затем дарить
с проклятием худым. Седь-
мая вредная — покупать но-
вое, а пользоваться старым.
Относится ко всему живому
и неживому. Восьмая вредная:
долго привыкаю к мысли, что
надо что-то сделать, и долго
отвыкаю от этой мысли, при-
говаривая: «Эх, надо было
это сделать!» А ей надо было
громче сказать, чтобы я снял
руку с её колена, — не слышу
ни черта той стороной!

Очень полезная привыч-
ка — ждать за углом того,
кто опаздывает, и выскочить
с криком: «Извините, я опоз-
дал!» Ещё одна полезная — не
торопиться платить за всех.
Как-нибудь рассосётся. Очень
полезно до беседы с врачом
поговорить с его больными.
Ещё одна — на враждебный
крик жены отвечать в другом
месте. Выпив, стараться отве-
чать тише, ещё тише, совсем
тихо, бормотать... Такая по-
лезная привычка, будете меня
благодарить! Повышать, а не
понижать крепость напитков.
Очень красивая привычка —
вдвоём пьянеть молча, глядя
в глаза друг другу, — тот, с кем
это можно, вас не забудет.

Из бесполезных привычек:
пунктуален. Не злопамятен —
хотя память хорошая и долго
помню того, кто это сказал.
Уже давно живу на внутрен-
нем кругообороте, высказы-
ваюсь — и обдумываю то, что
высказал. Никого не цитирую,
то есть наружный воздух не
поступает. Своими руками
прикрутил огонёк, чтобы его
хватило подольше.

* * *

Неважно, кем ты был,
важно, кем ты стал. Когда
мне говорят: «Вы еврей»,
я говорю: «Иисус Христос
тоже был евреем, а кем стал?»

* * *

Если американского посла
раздеть и посадить в майке
перед воротами, он будет по-
хож на меня летом.

РОССИЯ 1

Ответы Михаила Жванецко-
го на другие вопросы смотри-
те в программе «ДЕЖУРНЫЙ
ПО СТРАНЕ» на телеканале
«РОССИЯ 1» каждое первое
воскресенье месяца.

18+

Реклама

ГЛАС НАРОДА

Я НЕ

ВОПРОС НЕДЕЛИ

Говорят, тем, кто заключил договор с НПФ, пенсионные накопления выдадут по старому возрасту в 55 и 60 лет. А если я оставила деньги в ПФР, я их не получу?

И. Марокеева, Самара

— Речь идёт не о том, где лежат накопления, а о типе пенсии, — ответила депутат ГД **Ольга Баталкина**. — Накопительная пенсия будет выплачиваться по старым правилам — в 55

...КТО ПОЛУЧИТ ПЕНСИЮ ПО ПРЕЖНЕМУ ВОЗРАСТУ – В 55 И 60 ЛЕТ?



лет женщинам и в 60 лет мужчинам. И неважно, где она находится — в НПФ или ВЭБ (он управляет накоплениями «молчунов», которые не переводили свои деньги). Разница лишь в том, куда подавать заявление. Как выдадут деньги? Накопления разделят на «период дожития» — в 2019 г. он составляет 252 месяца. Если цифра меньше

5% страховой пенсии (её посчитают на момент достижения вами 55 или 60 лет), деньги выдадут единовременно. Если сумма больше, её будут платить ежемесячно всю жизнь. Впрочем, большинство получают деньги сразу. Вот средний расчёт. Если средний счёт в НПФ 70 тыс. руб. разделить на 252 месяца, выйдет 277 руб. Это меньше 5% средней страховой пенсии. Значит, человек разово получит 70 тыс. руб. Касается это в основном тех, кто родился после 1968 г.

...КОМУ ЕЩЁ РАЗРЕШАТ МЕНЬШЕ ПЛАТИТЬ ЗА ЖКХ?

Льготы

Правда ли, что субсидию на оплату ЖКУ будут давать большему количеству семей?

Е. Дроздова, Омск

Действительно, Госдума приняла постановление, в котором рекомендовала Минстрою установить предельный размер платы граждан за услуги ЖКХ в размере не больше 15% от совокупно-

го дохода семьи. Если траты больше — выдавать субсидию. Сейчас таким порогом для начисления субсидии является 22% доходов семьи (некоторые регионы сами его снизили до 10–18%).



«Надо пересматривать всю систему поддержки граждан по оплате ЖКУ, — считает исполнительный директор НП «ЖКХ Контроль» **Свет-**

лана Разворотнева. — Есть много льготников, которые получают господдержку, не нуждаясь в ней. Эти освободившиеся средства можно было направить на помощь действительно нуждающимся. И надо снижать порог для начисления субсидии не до 15, а до 10% доходов семьи, как это сделано в Москве. Кстати, сейчас деньги, которые закладываются на субсидию в федеральном бюджете, даже полностью не расходуются».

...СНЕСУТ ЛИ ОСТАНКИНСКУЮ БАШНЮ?

Сооружения

Снесут ли с переходом на «цифру» Останкинскую телебашню?

А. Круглянский, Смоленск

Слухи о том, что символ отечественного телевидения могут снести, с новой силой возобновились после перехода телевизионного вещания с эфирного на кабельное и спутниковое. Не поспоришь, что качество «цифры» на порядок выше «аналога».

Кроме того, содержать такое гигантское и технически сложное сооружение и дорого, и непросто. Если бы роль Останкинской башни сводилась только к телевидению и вопросам рентабельности, то можно было бы и задуматься о сносе, но «Останкинская башня — это символ эпохи, её достижений, — уверен член совета Общества историков архитектуры **Дмитрий**



Петров. — Поэтому я считаю, что даже обсуждение этого вопроса недопустимо, так как это антипатриотично. Есть смысл задуматься над тем, чтобы сохранить её конструктивно для будущих поколений как музей, как памятник архитектуры».

Фото Эдуарда Кудрявицкого

...ЧЕМ НАГРАЖДАЛИ ПУТИНА ЗА РУБЕЖОМ?

Награды

Недавно Казахстан наградил нашего президента орденом. А много ли всего у Путина иностранных наград?

В. Козырев, Дубна

Недавно учреждённый орден под названием «Первый Президент Республики Казахстан — Лидер Нации Нурсултан Назарбаев» Владимиру Путину во время его поездки в Нур-Султан вручил сам Нурсултан Назарбаев — за вклад в евразийскую интеграцию. Ранее, в 2004 году, Назарбаев уже вручал российскому коллеге орден Золотого орла. Более чем за 18 лет у главы Рос-

сии собралась внушительная коллекция иностранных регалий. В числе наградивших его государств Китай, Вьетнам, Испания, Греция, Франция, Саудовская Аравия, ОАЭ, Таджикистан, Узбекистан, Туркмения, Киргизия, Белоруссия, Венесуэла, Сербия, Куба, Монако, Ангола. Среди наиболее экзотических — монгольский Орден Драгоценного жезла с жемчугом (такого же был удостоен в своё время царь Николай Второй) и гвинейский Большой крест Национального ордена за заслуги — эту награду Путину вручили в 2017 году за российскую помощь в борьбе с лихорадкой Эбола и открытие в Гвинее центра по исследованию этого недуга.



Самой же первой наградой, которую получил Путин за рубежом, стала бронзовая медаль «За заслуги перед Национальной народной армией ГДР». Она была вручена будущему президенту во время работы там в конце 1980-х годов.



«Нурсултан в кубе»: орден Нурсултана Назарбаева Путин получил в городе Нур-Султане из рук Нурсултана Назарбаева.

Фото kremlin.ru



Фото kremlin.ru

САМЫЕ ВОСТРЕБОВАННЫЕ ПРОФЕССИИ В РОССИИ



ПОНИМАЮ...

КРОВАТИ ВМЕСТО КРЕСЕЛ?



Я люблю свиней. Собаки смотрят на нас снизу вверх. Кошки смотрят на нас сверху вниз. Свиньи смотрят на нас как на равных.
Уинстон Черчилль, премьер-министр Великобритании в 1940–1945 и в 1951–1955 гг.

...ЧТО СЕГОДНЯ ВЫГОДНЕЕ – РУБЛИ ИЛИ ДОЛЛАРЫ?

КОШЕЛЁК

Согласно опросу, большинство людей хранят свои сбережения на банковских счетах в рублях (74%). Этот вариант действительно самый выгодный?

Н. Колошин, Торжок

— В 30 крупнейших банках России средневзвешенная



ставка по рублёвым вкладам 1 июня 2018 г. составляла 5,38% годовых. Поэтому, поместив год назад на банковский счёт 100 000 руб., вы сегодня сняли бы 105 380 руб., — сделал расчёт аналитик компании «Финам» Алексей Корнев. — Аналогичная сумма, пере-

ведённая год назад в доллары по курсу ЦБ РФ, увеличилась на 5,43%. Но доход этот уменьшила разница между ценой покупки и продажи валюты.

Например, в Москве это сегодня 1,43%. И фактическая выгода от вложения в наличный доллар составила только 4000 руб. То есть пока рублёвый вклад оказался выгоднее.

...КОГДА ПОЯВИТСЯ ТАКСИ-ВЕРТОЛЁТ?

ТРАНСПОРТ

Правда ли, что в Москве скоро появится вертолётное такси? Как вертолёты собираются перевозить пассажиров, если над столицей нельзя летать?

О. Куприн, Москва

«У «Ростеха» и компании «Вертолёты России» стоит задача продвижения VRT500 — лёгкого вертолёта отечественного производства, находящегося



в стадии разработки, — рассказывает гендиректор компании по аренде вертолётов Евгений Волин. — Поэтому проект может быть анонсирован сейчас, а на практике, скорее всего, он будет реализован спустя пару лет, когда начнётся серийное производство. Впрочем, всё будет упираться в вопросы регулирования. К примеру, центр Москвы находится в зоне ог-

раничения полётов. Существует немного площадок в черте города, поэтому решение транспортных задач с помощью вертолётов является проблематичным. При этом есть пример Сан-Паулу, где решены вопросы с инфраструктурой и вертолёт является заменой личного автомобиля. Сейчас вертолёты обычно заказывают только для транспортировки в труднодоступные места вроде Валаама или в целях развлечения. Что касается финансовой стороны вопроса, то 15 минут полёта для одного человека в составе группы стоят от 4000 руб.

...КАКИЕ СТРАНЫ СОГЛАСИЛИСЬ ХРАНИТЬ ЧУЖОЙ МУСОР?

ЭКОЛОГИЯ

Прочитал, что Филиппины отправляют назад в Канаду 69 контейнеров с мусором, которые были ввезены на её территорию незаконно. А что, есть страны, которые на законных основаниях соглашаются превращаться в помойку?

Н. Сивоконь, Орёл

— Принимают мусор из других стран Таиланд, Вьетнам, Малайзия, почти все африкан-

ские государства. До прошлого года принимал Китай и очень хорошо на этом зарабатывал: только американцы в 2016 г. заплатили китайцам за это 5,6



млрд долл., — рассказал руководитель Центра экологии и развития Института Европы РАН Сергей Рогинко. — Экспорт мусора зародился в Европе и США в 1970-е гг., когда были введены жёсткие нормы обращения с отходами и стало выгоднее их вывозить в сла-

боразвитые страны. Самый крупный скандал разразился в 1980-е с кораблём «Хиан Си», перевозившим отходы мусоросжигательного завода из США. Его отказались принимать все страны Карибского бассейна, в итоге команда высыпала часть груза у побережья Гаити. Этот инцидент привёл к принятию в 1989 г. Базельской конвенции о контроле за трансграничной перевозкой опасных отходов и их удалением, которую ратифицировали 170 стран мира, включая Россию и ЕС, но только не США.

...СОКРАТЯТ ЛИ РАБОЧИЙ ДЕНЬ ИЗ-ЗА ЖАРЫ?

ПРАВО

Правда ли, что в жару рабочий день должен быть короче?

О. Корнев, Обнинск

«Если в рабочем помещении температура достигла 28,5°C, рекомендуется сокращать рабочий день на 1 час, — сообщили в Роструде. — При повышении до 29°C — на 2 часа, при 30,5°C — на 4 часа. В жаркую погоду работода-

телям надо обеспечить соответствующий температурный режим, например за счёт кондиционирования, давать сотрудникам возможность делать перерывы, предусмотреть места для отдыха, следить, чтобы в рабочих помещениях всегда были доступны питьевая вода и аптечка. Для работников, выполняющих работы, связанные с ходьбой, физнагрузками, переноской тяжестей, рабочий день сокращается при достижении 26,5–27,5°C».

...ОТКУДА В МОСКВЕ-РЕКЕ МОХНАТОРУКИЕ КРАБЫ?

ПРИРОДА И МЫ

Говорят, что в Москве-реке появились китайские крабы. Это что ещё за напасть такая?

В. Климова, Звенигород

Китайские мохнаторукие крабы появились в Центральной России ещё в 1970-е гг. В 1990-х их обнаружили в Чёрном море, позже — в Онежском озере и на Волге. Теперь — уже в Москве-реке. По словам зоологов, эти членистоногие пред-



Made in China?

ставляют угрозу для местных экосистем, поскольку питаются икрой рыб и, если размножатся, могут уничтожить рыб и раков. А кроме того, являются переносчиками опасных для человека паразитов. «Эти

крабы могли попасть в Москву-реку в балластных водах танкеров, — объяснил «АиФ» эколог, кандидат биологических наук Святослав Забелин. — Бить в набат я бы пока не стал: вряд ли они заполонят столичные водоёмы и сожрут там всю живность». Кстати, мохнаторукий краб съедобен и сгодится для супа, если подвергнуть его усиленной термической обработке.

ФОТОФАКТ



Канализационные люки, стилизованные под советскую копейку, появились в Казани. Пока они украшают только три канализационных колодца, но в будущем, если такой дизайн понравится местным жителям, планируют тиражировать денежные люки и дальше. Кстати, настоящая копейка 1979 г. у коллекционеров оценивается в 100 руб.

ТЕЛО И ДЕЛО

30-ЛЕТНЯЯ АНАСТАСИЯ ШАТРОВА ИЗ ЕКАТЕРИНБУРГА, ОДАВ 11 ЛЕТ СЛУЖБЕ В ПОЛИЦИИ, ОРГАНИЗОВАЛА АГЕНТСТВО ДЛЯ МОДЕЛЕЙ С ПЫШНЫМИ ФОРМАМИ.

— Я окончила Уральский юридический институт МВД России и пошла работать в полицию, — рассказывает Анастасия. — Оружие, форма, дисциплина — до поры до времени меня всё это очень увлекало. Но два года назад, будучи в звании старшего сержанта, я поняла, что пора уходить, иначе деградирую от постоянного контакта с социальными низами. Написала рапорт.

Модельное дело привлекало меня всегда. Ещё во время учёбы в институте я себе заказала профессиональную фотосессию. Я, кстати, тогда ещё была худенькой (нас, курсантов, гоняли хуже, чем в армии). Набрала вес уже после рождения ребёнка.

Как старший

В прошлом году я решила принять участие в конкурсе красоты для женщин с пышными формами «Северная Аврора» в Санкт-Петербурге.



Дошла там до финала и получила первый крупный контракт с итальянским брендом. Это был хороший



Параметры Анастасии 117–85–116. Рост 180 см.

старт для модельной карьеры. Тогда же и родилась идея открыть в Екатеринбурге модельное агентство для девушек Plus Size (в переводе с англ. «плюс размер», т. е. с размерами от 48-го. — Ред.). Всё просто — у нас

117–85–116

сержант полиции стала моделью с пышными формами



«Макаров, Калашников, ТТ, Стечкин... Мне нравилось стрелять. Но, слава богу, не приходилось применять оружие на практике».

в стране пышных женщин очень много. А если есть спрос, будет и пошив и, значит, будет работа для дизайнеров и моделей.

В среднем в месяц мы набираем 10 девушек. Даём им основы — фотопозирование, подиумный шаг. Но самое главное — это психология. Мне повезло: я никогда не слышала обидных слов типа «жирдяйка». Наоборот, ещё во время работы в полиции меня безобидно называли «пироженкой». Но так не у всех. Кого-то муж «жирной» обзывает, кого-то

с детства гнобили не только ровесники, но и в семье. Наша задача — вселить в девушек чувство уверенности.

Мне нравится, что индустрия красоты сегодня выходит за рамки однообразных стандартов. Я вообще не очень понимаю, кто их придумал! Кому понравится женщина без груди и попы? На что там смотреть? Если честно, была бы я мужчиной — не посмотрела бы на такую женщину. Я бы полюбила себя (смеётся).

Фото из личного архива

ЧИСЛО БАРОВ В РАЗНЫХ ГОРОДАХ МИРА

29 358

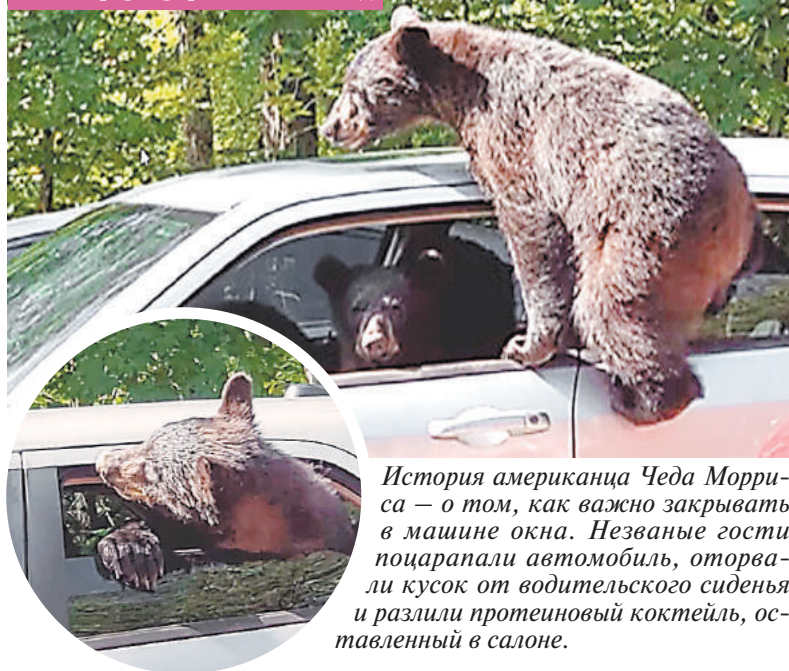
ТОКИО



Инфографика Анны ХАРИТОНОВОЙ

По данным www.worldcitiescultureforum.com

ФОТОФАКТ



История американца Чедда Морриса — о том, как важно закрывать в машине окна. Незваные гости поцарапали автомобиль, оторвали кусок от водительского сиденья и разлили протеиновый коктейль, оставленный в салоне.

ОДНОСТИШИЯ ЛЕОНИДА ЛИБКИНДА

Бац! — будущее стало настоящим.

Безропотно носил свою корону.

Единственный быть может и не первым.

Ему ума не занимать — отдать не сможет.

Как много стало тех, кому всё мало.

Для злой любви козлов не напасёшься.

Дошёл до ручки. С ней и в дом ввалился.

Мадам, вас даже муж не очень портит.

КАК НАЗЫВАЮТ СВОИХ ДЕТЕЙ ЗВЁЗДЫ ШОУ-БИЗНЕСА?

ЗАТЕ 8 ЛЕТ, ПОКА ШЁЛ АМЕРИКАНСКИЙ СЕРИАЛ «ИГРА ПРЕСТОЛОВ», В МОСКВЕ ПОЯВИЛОСЬ 18 ДЕВОЧЕК ПО ИМЕНИ АРЬЯ. ТАК ЗОВУТ ОДНУ ИЗ ГЕРОИНЬ СЕРИАЛА.

Среди других необычных имён, зарегистрированных в столице за последнее время: Кунава, Семирамида, Александра Джейн, Радомири, Августина и Доминика, Адель-Иллари — у девочек; Цезарь, Варфоломей, Дональд, Уолтер, Яго, Филл,

Марсель, Пересвет, Добрыня — у мальчиков.

Традиционно весомый вклад в список незаурядных имён для наследников вносят представители отечественного шоу-бизнеса и кино. Вот некоторые из них:



Материалы подготовили: Виктория ХЕСИНА (V.Hesina@aif.ru), Анна СЕМЁНОВА, Дмитрий ШЕВАЛДИН («АиФ-Урал»). Фото instagram.com

ЗВЁЗДНЫЙ СЛЕД

220 ЛЕТ НАЗАД, 6 ИЮНЯ 1799 Г., МОСКВА БЫЛА УБРАНА ПРАЗДНИЧНОЙ ИЛЛЮМИНАЦИЕЙ. ВО ВСЕХ ХРАМАХ ГОРОДА ЗВОНИЛИ КОЛОКОЛА. НА ВОПРОСЫ ОБЫВАТЕЛЕЙ: «С ЧЕГО БЫ ВСЁ ЭТО?» — ОТВЕЧАЛИ, ЧТО ПОВОД ВАЖНЫЙ — ОТМЕЧАЮТ РОЖДЕНИЕ МАРИИ, ВНУЧКИ ИМПЕРАТОРА ПАВЛА I.

Однако сейчас, по прошествии двух с лишним веков, мы понимаем, что настоящим виновником торжества тогда следовало назвать совсем другого человека. Пока безымянного — с именем Александр его окрестят в Елоховском соборе только через 12 дней. А вот фамилия уже была известна — Пушкин.

В силе и славе она и по сей день — с ней знакомы даже не умеющие читать малыши. Но у этой повсеместной известности есть оборотная сторона — возникает иллюзия, что мы знаем о Пушкине если не всё, то почти всё. К сожалению, это именно иллюзия. Простой вопрос: «Какое у Пушкина было детство?» — может поставить в тупик. Вспомнят разве что няню Родионовну. Потом — сразу лицей. Ни отца, ни матери, ни игр, ни детства как такового. Что вроде как подтверждается словами главного авторитета по Пушкину Юрия Лотмана: «Когда в дальнейшем Пушкин хотел оглянуться на начало своей жизни, он неизменно вспоминал только лицей — детство он вычеркнул из своей жизни... Из домашнего обучения Пушкин вынес лишь прекрасное знание французского языка».

ПАДЕНИЕ КАНОНА

Резкость в суждениях может выйти боком даже признанному авторитету. 12-летнего Сашу Пушкина не приняли бы в лицей только за умение изъясняться по-французски — отсеивать был жёсткий. Между тем на вступительных испытаниях он показал вот такие результаты: «В грамматическом познании языков: российского — «очень хорошо», французского — «хорошо», немецкого — «не учился». В арифметике — «знает до тройного правила», в познании общих свойств тел (физика) — «хорошо», в начальных основаниях

ПУШКИН БЕЗ ДЕТСТВА

Первую поэму, написанную в 10 лет, он сжёг — её осмеял гувернёр



Пушкин-лицейст в Царском Селе.

Картина Ирины Витман, 1954 г.

географии — «имеет сведения».

Заметим: французский язык лишь на втором месте. А русский — на первом, это вообще самая лучшая оценка. То есть с его знаниями всё ровным счётом наоборот, не так, как утверждал Лотман. Может, и в остальном всё не так, как мы привыкли думать? Может, детство у «нашего всего» всё-таки было? Но почему тогда он его «вычеркнул из своей жизни»?



Писать свои мемуары заманчиво и приятно. Никого так не любишь, никого так не знаешь, как самого себя. Предмет неистощимый. Но трудно.

А он и не вычёркивал. Просто не хотел об этом говорить, объяснив причины в письме своему другу Петру Вяземскому: «Толпа жадно читает исповеди, записки, потому что в подлости своей радуется унижению высокого... Он мал, как мы, он мерзок, как мы! Врёте, подлецы: он и мал и мерзок — не так, как вы — иначе. Писать свои мемуары заманчиво и приятно. Предмет неистощимый. Но трудно».

НЯНЯ, НО НЕ ТА?

Письмо это написано в 1825 г. А 5 лет спустя Пушкин всё же находит в себе силы признаться за детские воспомина-

ния. И составляет план произведения — «Первую программу записок». Там находится место и отцу, и матери, и бабушке. Там упоминаются и первые младенческие впечатления, и няня, и даже «нестерпимое состояние». Это, скорее всего, воспоминание о гувернёре Русло. По воспоминаниям сестры Пушкина Ольги, её маленький брат написал поэму и показал её начало гувернёру. «Русло, имея

жене: «Видел я трёх царей: первый велел снять с меня картуз и пожурил за меня мою няньку». Павел I, щепетильный в вопросах этикета, действительно мог возмутиться — почему это ребёнок в головном уборе перед императором?

Возможно, в пушкинских мемуарах нашлись бы хорошие слова и о том, кто за ним ходил с 5 лет, — о «дядьке» Никите Козлове. Сказитель уровня Арины Родионовны, грамотный мужик, в некотором роде даже коллега Пушкина — автор баллады о Еруслане Лазаревиче. Откуда, собственно, и выросла впоследствии поэма «Руслан и Людмила» — если не вся, то уж бой богатыря с гигантской головой точно.

Выразил бы он благодарность отцу? Наверное, да. Хотя бы за воспитание хорошего вкуса. Это не только чтение детям пьес Мольера, что впоследствии даст нам «Каменного гостя» и «Скупого рыцаря». Это и русская литература с историей. Вот что говорил отец Пушкина: «В самом младенчестве он показал большое уважение к писателям. Не имея шести лет, он уже понимал, что Николай Михайлович Карамзин — не то что другие. Одним вечером Ник. Мих. был у меня, сидел долго, во всё время Александр, сидя против него, вслушивался

в его разговоры и не спускал с него глаз».

ЛЮБИМАЯ «МАМУШКА»

Что до бабушки, то Пушкин благодарил её и в стихах, например, в «Наперснице волшебной старины» или в стихотворении «Сон», где называл «мамушкой». Вот как о ней вспоминала московская барыня Елизавета Янькова: «Всем домом заведовала больше старуха Ганнибал, она также больше занималась и детьми: принимала к ним мамзелей и учителей и сама учила. Старший внук её Саша был большой увалень и дикарь... Иногда мы приедем, а он сидит в зале в углу, огорожен кругом стульями: что-нибудь накуролесил и за то оштрафован».

Прекрасному русскому языку Пушкин действительно обязан прежде всего ей, своей «мамушке» Марии Ганнибал. А вот «сидит в углу» — это уже по части матери, Надежды Осиповны. Именно она наказывала будущего поэта. Часто за нежелание гулять и вообще ходить пешком — Саша был полным, рыхлым и неповоротливым. Наказания, надо сказать, пошли впрок — потом Пушкин не просто полюбил ходить, а проделывал до 30 вёрст за день. При ходьбе сочинял стихи. По пути из Михайловского в Тригорское, например. Об этом говорил крестьянин, которому довелось стать свидетелем такого случая: «Раз это иду я по дороге в Михайловское, а он мне навстречу. Остановился вдруг, словно столбик на него нашёл, ажно я испугался и смотрю: он вдруг почал так громко разговаривать промеж себя на разные голоса да руками всё так разводит, — совсем как тронувшийся». В Михайловском Пушкин сочинил более ста вещей, среди которых и «Я помню чудное мгновенье». Кто знает, может, именно здесь дало результат воспитание матери?


Константин КУДРЯШОВ,
K.Kudryashov@aif.ru


Адрес: Москва, Садовая-Черногрозская ул., 3Бс1. 2 мин. от ст. м. «Красные Ворота».
Режим работы: будни — с 10.00 до 20.00; суббота — с 11.00 до 18.00. www.sberagro.ru

СберАгро — развитие отечественного сельского хозяйства на благо страны и народа. Приумножайте Ваши сбережения и регулярно получайте натуральные фермерские продукты на свой стол бесплатно.

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ ДО 13,95% ГОДОВЫХ
Подарки до 150 000 руб. всем новым клиентам*

Особые условия для пенсионеров*

- Ежемесячные выплаты, капитализация процентов.
- Опыт работы команды на рынке 7 лет.

Сбережения застрахованы!

Строгий контроль ЦБ РФ, Росфинмониторинга, СРО

СберАгро — нам не страшны западные санкции, мы исключительно за отечественную натуральную продукцию! 8 (800) 550-43-12 www.sberagro.ru



Бесплатная дегустация натуральных продуктов для всех гостей офиса.

* Кредитный потребительский кооператив «СберАгро». Привлечение денежных средств возможно только для членов КПК. Сумма вступительного взноса 100 руб. Ежегодный паевой взнос 50 рублей. Свидетельство № 023/19 действительно до 01.07.2020 г. Реклама

СПОРТ

В 58-Й РАЗ НА ГРЕБНОМ КАНАЛЕ В КРЫЛАТСКОМ ПРОШЛИ МЕЖДУНАРОДНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ ПО АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРЕБЛЕ «БОЛЬШАЯ МОСКОВСКАЯ РЕГАТА». ИХ НАЗЫВАЮТ ВИЗИТНОЙ КАРТОЧКОЙ РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРЕБЛИ.

СО ВРЕМЁН ПЕТРА I

История спортивной гребли в нашей стране начинается ещё со времён Петра I. В эти годы был создан яхт-клуб «Невский флот», а первые официальные соревнования организованы в 1860 г. Сегодня соревнования в академической гребле, когда спортсмены в лодках работают вёслами, двигаясь спиной вперёд, проводятся на разные дистанции. Состязаются между собой как мужчины, так и женщины, как одиночки, так и команды — из 2, 4 или 8 гребцов. Этот вид спорта задействует 80% мышц, что требует от спортсменов отличной физической подготовки и регулярных тренировок.

«Я занимаюсь греблей уже в течение 13 лет, тренируюсь со сборной России каждый день по 2–3 раза. Сейчас практически не бываю дома — всё время в разъездах из-за интенсивного графика соревнований», — рассказала многократная победительница первенств России, бронзовый призёр первенства Европы и участница чемпионата мира — 2015 Екатерина Питиримова.

ИНТРИГА И АЗАРТ «БОЛЬШОЙ МОСКОВСКОЙ РЕГАТЫ»



Красиво идут! Как не запечатлеть это на память?

Она из династии гребцов. Дед занимался греблей, потом тренировал своего сына — отца Екатерины, а он передал эстафету дочери.

Мастер спорта и бронзовый призёр чемпионата Европы Сергей Черепков связал свою жизнь с гребным спортом практически случайно: «Знакомая моих родителей, которая занималась греблей, однажды предложила мне попробовать этот спорт. Сказала, что у меня должно получиться, и не ошиблась».

«Большая московская регата» уже более полувека является визитной карточкой академической гребли. Гребной канал, который снискал заслуженный авторитет на международной арене, принимает гостей со всего мира», — отметил **заместитель мэра Москвы Александр Горбенко**.

В этом году в регате приняли участие 900 спортсменов из 10 стран. **Главный судья соревнований Павел Мельников** сказал: «Заметен большой ажиотаж у иностранных делегаций, при-

ехала большая и сильная команда из Швеции, которая тестирует своих спортсменов перед чемпионатом мира, у представителей Латвии тоже серьёзная команда».

РЕЗУЛЬТАТ НЕ ПРЕДУГАДАТЬ

«Регата — это крупные и комплексные соревнования. Для спортсменов до 23 лет она стала отборочным этапом перед мировым первенством. Студенты и ветераны нашего спорта также соревнуются в отдельных зачётах», — рассказал **президент Федерации гребного спорта России Алексей Свири**.

По его словам, пока что достижения российских гребцов скромные, но подготовка к соревновательному сезону идёт полным ходом. Главная цель наших спортсменов — успешно выступить на чемпионате мира в Австрии, где будет идти борьба за олимпийские лицензии.

Тем временем над трибунами Гребного канала каждые 15 минут звучал гимн России, а наши спортсмены всходили на пьедестал для награждения. Пока одни усиленно гребли к финишной черте, другие разминались, бегали вдоль канала, а третьи отдыхали после заслуженной победы.

Болельщики с обоих берегов поддерживали гребцов возгласами, плакатами и аплодисмен-

тами, ведь за считанные секунды до финиша лидер мог измениться. Предугадать результат было практически невозможно. Некоторые лодки большую часть дистанции уверенно шли впереди, но уже перед финишем неожиданно начинали терять скорость и заканчивали одними из последних. Кто-то, наоборот, берёт силы для финального победного рывка.

Российские спортсмены одержали победу в соревнованиях «двоек» (в лёгком весе мужчины и женщины), «четвёрок» и «восьмёрок» у мужчин.

В завершающий день регаты спортсмены испытали свои силы в новой дисциплине — спринте. Дистанция заплыва сокращена до 500 метров. «Сейчас внимание зрителей больше привлекают динамичные виды спорта. Уменьшение дистанции даёт возможность более острой борьбы, быстрой смены картин. Это сделает греблю зрелищнее и даст ей новый толчок для развития», — сказал по этому поводу **Алексей Свири**.

Интереснее для зрителей «Большую московскую регату» сделало ещё одно новшество — фестиваль спорта и активного образа жизни, совмещённый с соревнованиями. Можно было посмотреть и потрогать спортивный инвентарь, станцевать зумбу, бачату, посоревноваться в сухой гребле. Это было хорошее погружение в тонкости этого вида спорта и одновременно зарядка весёлым настроением.

Мария ПУХОВА

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

2 ИЮНЯ В «ЛУЖНИКАХ» ПРОШЁЛ САМЫЙ ЯРКИЙ СТАРТ БЕГОВОГО СЕЗОНА — «КРАСОЧНЫЙ ЗАБЕГ». ЭТО БЫЛИ 5 КМ ПО ТЕРРИТОРИИ ОЛИМПИЙСКОГО КОМПЛЕКСА БЕЗ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЧИПОВ ХРОНОМЕТРАЖА.

3 ТОННЫ КРАСКИ

Красочного дня участникам и болельщикам в минувшее воскресенье улыбая цепочка волонтеров желала, начиная от близлежащих станций метро и МЦК. А по-иному и не могло быть — «Красочные забеги», проходящие в Москве с 2013 г., задуманы как яркое мероприятие не только для популяризации здорового образа жизни, но и для творческих проявлений и улучшения настроения.

«Выраженный в минутах результат — не самый главный фактор, ради которого сюда приходят люди, — говорит **директор Бегового сообщества Дмитрий Тарасов**. — Это единственный забег, когда участники получают удовольствие от самой дистанции. 5 км — трасса небольшая, но на ней есть 4 точки, где на участников сыплются сухие краски разных цветов, что доставляет им особую радость».

КСТАТИ

Пьедестал у мужчин: **Дмитрий Сафронов**, **Вячеслав Соколов**, **Андрей Барышников**.

Пьедестал у женщин: **Юлия Конякина**, **Екатерина Слободкина**, **Светлана Гребнева**.



Красочный салют в финале — взрыв счастья. Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

К тому же многие выходят на старт в ярких костюмах, превращая соревнования в беззаботный маскарад на бегу. Самому маленькому участнику забега в этом году — согласно ограничению по доступу на это спортивное мероприятие — 14 лет, самому старшему — 60. Очень много людей пришли семьями — дети, взрослые в разноцветных костюмах. Но даже те, кто был в блёклой одежде, в конце стали яркими и неузнаваемыми.

Кстати сказать, специально для «Красочного» были разработаны дизайнерские футболки с изображением супергероев и фирменной символикой забега.

САМЫЙ ЯРКИЙ СТАРТ СЕЗОНА

МАСКАРАД НА БЕГУ



На 5 тыс. бегунов и их болельщиков высыпалось 3 тонны краски — в финале мероприятия пневмопушки дали залпом красочный салют. В этот самый фееричный момент они выпустили в воздух тысячи цветных пакетиков.

РАЗНОЦВЕТНАЯ ВОЛНА

На вопрос «Почему вы выбрали для забега костюм гладиатора?» 35-летний **Сергей** из Подмосквы ответил: «Долго выбирал, но понравился именно этот. Гладиаторы — люди выносливые, и мне интересна их история». Сергею пришёлся по душе забег-праздник

Москвичи **Андрей Михайлишин** и его спутница — большие любители кроссов и марафонов. «Красочный забег» для них — не только праздник спорта, но и праздник души, где много веселья и радости. Участвуют в нём третий раз, в этом году решили надеть костюмы пионеров — **Андрей** немного ностальгирует, хотя успел побыть в пионерах всего полгода. Признётся, что по дороге на мероприятие видели добрые улыбки на лицах прохожих и тем же отвечали им. «Это же так здорово, — говорит он, — подарить кому-то рано утром в воскресенье хорошее настроение».

А вот платье в горох в стиле 1960-х для 31-летнего **Артёма** из Чувашии выбрала его любимая девушка. «Она у меня креативная, — говорит бегун. — Мне нравится такой радостный забег, второй раз уже участвую — теперь в костюме. Первым всё равно не прибегу, но классное настроение обеспечено!»

«Чёрные вдовы» **Анастасия** и **Юлия** — тоже любительницы бега. «Спорт — наша жизнь, — говорят девушки. — К тому же это возможность приобрести новых друзей и получить заряд позитивной энергии. А такие платья выбрали, потому что на чёрном разноцветные краски хорошо смотрятся».

Яркая, красочная волна из «Лужников» после забега пошла по городу — «цветным бегунам» ещё долго после мероприятия люди улыбались и на улицах, и в метро.

Илья РОСТОВЦЕВ

ЭКСТРИМ

«ПРОБКА», В КОТОРОЙ СТОЯТ СОТНИ ЖЕЛАЮЩИХ ПОБЫВАТЬ НА ГЛАВНОЙ ВЕРШИНЕ ПЛАНЕТЫ, И СПИСОК ПОГИБШИХ ОТ ИСТОЩЕНИЯ И ГИПОКСИИ (11 ЧЕЛОВЕК ЗА 11 ДНЕЙ) – МАЙСКИЕ НОВОСТИ ЭВЕРЕСТА.



Как люди оказываются в очереди за смертью? «АиФ» попытался разобраться с помощью альпиниста Николая ЗАХАРОВА.

— Я ходил на Эверест (8848 м) 3 раза. Это не самая опасная вершина в мире. Там даже нет такой лавинной опасности, как на пике Победы (7439 м, расположен на границе Киргизии и Китая). Просто на Эвересте срабатывает закон: чем больше народа туда рвётся, тем больше несчастий случается (если в 2005-м на Эверест поднялись 307 человек, то в 2018-м — 802 человека. — Ред.).

«ЗДЕСЬ БЫЛ ВАСЯ»

То, чем занимаюсь я и мои воспитанники, — это спортивное восхождение по очень крутым, отвесным стенам на больших высотах в разных точках мира. Там не просто очередей нет, туда вообще, кроме нас, никто не лезет! Но спорт и то, что происходит на Эвересте, — это абсолютно разные вещи. Там — бизнес, коммерция.

Нет, я не против того, чтобы люди зарабатывали на альпинизме. Я и сам работал гидом, за деньги водил людей в Альпы по сложным маршрутам, когда в 90-х зарплату не платили. Но я тренировал их, готовил как спортсменов. А людей, которые хотят взойти на Эверест, зачастую никто не готовит. Среди них есть даже те, кто вообще никогда альпинизмом не занимался. Они просто хотят галочку поставить — мол, был на самой высокой горе мира.

Речь не о том, что плохие гиды, инструкторы. Я знаком со многими из них — это высококлассные альпинисты (в частности, наш «Клуб 7 вершин»). Просто так работает эта индустрия для любителей острых ощущений. Главное в контракте у клиентов (так их называют) — оплата, а документы о состоянии здоровья, наличии опыта — это формальность.

Я понимаю, запретить коммерческие восхождения нельзя. Для того же Непала или Тибета это огромная статья доходов. Но надо же как-то это регулировать,

В ОЧЕРЕДИ ЗА СМЕРТЬЮ

За 11 дней при восхождении на Эверест погибло 11 человек



Восхождения по коммерческим маршрутам проходят в «погодное окно», когда условия максимально приемлемые для подъёма. Отсюда и очереди.

«Зелёные ботинки» — так покорители Эвереста называют погибшего индийского альпиниста.

что-то делать, потому что всё, уже край.

ПОМОЩЬ ОТ РУССКИХ

Есть два классических маршрута на Эверест: северный (со стороны Тибета) и южный (со стороны Непала). То есть самих маршрутов больше, но для коммерческих экспедиций пригодны только эти два. Лично я не люблю Эверест на классических маршрутах. Насмотрелся там... Это же кладбище. А что делать с умершими? Вертолёт на склон не сядет, площадку нужна. Тела вмерзли в лёд, просто так не возьмёшь. Когда я сказал «кладбище», были те, кто меня за это ругал. Но как иначе это назвать, раз люди там лежат, успокоились навсегда...

1996 год. Бизнес на Эвересте только набирал обороты. Мы с ребятами (все мастера спорта) шли по ещё не пройденному маршруту со стороны Тибета. Начиная с 8300 м наш маршрут совпал с классическим. И вот — сначала швейцарец, умерший от отёка лёгких, потом где-то на 8700 м лежали тела трёх индусов, которые поднялись на вершину, а вниз спуститься уже не смогли. Буря, видимость стала исчезать... Оставалось меньше сотни метров до вершины. Я тогда их так и не прошёл. Решили идти на спуск. Обидно, но



Британский альпинист Вудхолл не смог помочь американке Фрэнсис Арсентьев и оставил её умирать. Спустя 9 лет он вернулся на Эверест, чтобы накрыть её тело флагом и вложить записку от сына.

других вариантов не было. Мы почему тогда выжили? Мы шли командой — друг друга даже ночью из вида не теряли.

Примерно в это же время со стороны Непала на вершину двигались две коммерческие экспедиции под руководством Роба Холла и Скотта Фишера. Тогда погибло 5 человек, включая Фишера и Холла. Художественный фильм «Эверест», который вышел несколько лет назад, довольно точно описывает эту трагедию. Знаю это, потому что Толя Букреев (был гидом из команды Фишера, он лично спас 3 человек — тех, кто мог двигаться и до кого он сумел добраться. — Ред.), с которым мы хорошо были знакомы, всё так и рассказывал.

Моя жена Люба, когда сверху начали спускать тех, кого спас Букреев, находилась на непальской стороне — остановилась на ночёвку в деревне на 4200 м. Своими глазами видела этих людей — все сильно помороженные, у одного носа не было. Смотрела на них и молилась обо мне.

Отдельно хочу сказать про Толю. Что касается альпинистов-спортсменов, то общеизвестно,

что русские всегда придут на выручку. Я не помню, чтобы кого-то бросили, а у меня восхождение где-то 370. То есть создаётся спасотряд и люди начинают бороться за человеческую жизнь, забыв про своё восхождение. Нас так учили. Это всё из советской школы альпинизма, которая была лучшей в мире. Поэтому многие опытные альпинисты из-за рубежа и учат наш язык.

Если на высоте 8500–8600 м кто-то упадёт и не сможет двигаться, то, какой бы силы ни был спортсмен, он не сможет стащить его вниз в одиночку.

Но не буду лукавить: если на большой высоте (8500–8600 м) кто-то упадёт и не сможет двигаться, то, какой бы силы ни был спортсмен, он не сможет его стащить вниз в одиночку. Тут надо человек 16 — четыре четвёрки, чтобы менялись. Объясню. Вот я внизу подтягиваюсь 30 раз, а на вершине Эвереста — 1. Настолько падает работоспособность. И это я говорю про спортсмена, а не про клиента. Простого человека даже винить нельзя в том, что он бросил упавшего. Всё равно ничего не смог бы сделать. Другое дело, что надо предупредить: если кому-то на высоте плохо становится, его пинками надо гнать вниз.

В чём ещё отличие спортсмена от клиента? Спортсмен со своим опытом в экстремальной ситуации знает, где выход. А ситуации эти возникают постоянно: погода испортилась, замерзать стал, верёвка порвалась, одна тропа и очередь — то, что случилось сейчас. А клиент? Случись что, он встанет и будет ждать решения от гида, который его сопровождает. Это потеря времени. А на высоте у времени — своя цена.

ЧТО ПРОИСХОДИТ С ОРГАНИЗМОМ?

Есть такое понятие — горная болезнь (высотная гипоксия. — Ред.). Возникнуть может у лю-

бого от недостатка кислорода. На её фоне воспалительные процессы очень быстро развиваются. Например, ангина легко перерастает в бронхит, бронхит — в отёк лёгких, и всё — человек сгорает на глазах за часы. Отёк мозга тоже бывает. Чем лучше акклиматизация, тем больше вероятность того, что горная болезнь пройдёт в лёгкой форме (головная боль, бессонница, тошнота). Обезвоживание организма, солнечное излучение — много факторов, которые работают против человека. Но это всё от недостатка кислорода.

Считается, что может выручить кислородный аппарат. С его использованием высота для человека как бы снижается. Допустим, он находится на отметке 8500 м (то, что выше 8000 м, называют зоной смерти: здесь организм тратит больше энергии, чем получает от внешних источников — питания, дыхания; человек начинает терять силы. — Ред.), наличие кислородного аппарата как бы спасает его, например, на 6500 м. Но тут есть своя опасность. Я ходил на высоту 8500 без кислорода.

Тяжело, ноги подгибаются, но я всё время контролировал себя. Будь у меня кислород, я бы шёл гораздо быстрее, но, если бы он резко кончился, выжить было бы уже невозможно. Я уже не говорю о том, что 6500 — это тоже отметка не для жизни. Если человек родился на уровне моря, как мы с вами, то даже на вершине Эль-бруса (5642 м) он долго не протянет.

Вот шерпы (народность, живущая в Гималаях; незаменимы в качестве носильщиков-проводников при восхождении на Эверест. — Ред.), они родились на другой высоте. Скажем, деревня на 4200 м — живут там, детей делают. Рождённые «внизу» на такой высоте зачат никто не сможет, организм не даст. У шерпов и состав крови иной. Это же зависит от количества гемоглобина, красных кровяных телец, которые несут кислород к клеткам. Они очень выносливые, по 10–15 раз на Эверест ходят. Да ещё сидят и курят на вершине. То есть ты туда еле живой добрался, а он сидит и папиросой пыхтит.

Шерпы незаменимы в качестве проводников.

Шерпы незаменимы в качестве проводников.



Виктория ХЕСИНА,
V.Hesina@aif.ru

Фото Sherpas Cinema, instagram.com, Wikipedia.org

КСТАТИ

■ Согласно Гималайской базе данных, количество альпинистов, поднявшихся на Эверест, за период с мая 1953 г. по декабрь 2018 г., — 9044 чел. С непальской стороны на вершину поднялись 5817 раз, с тибетской — 3227 раз.

■ Из 9044 восхождений 211 были совершены без применения кислородных баллонов.

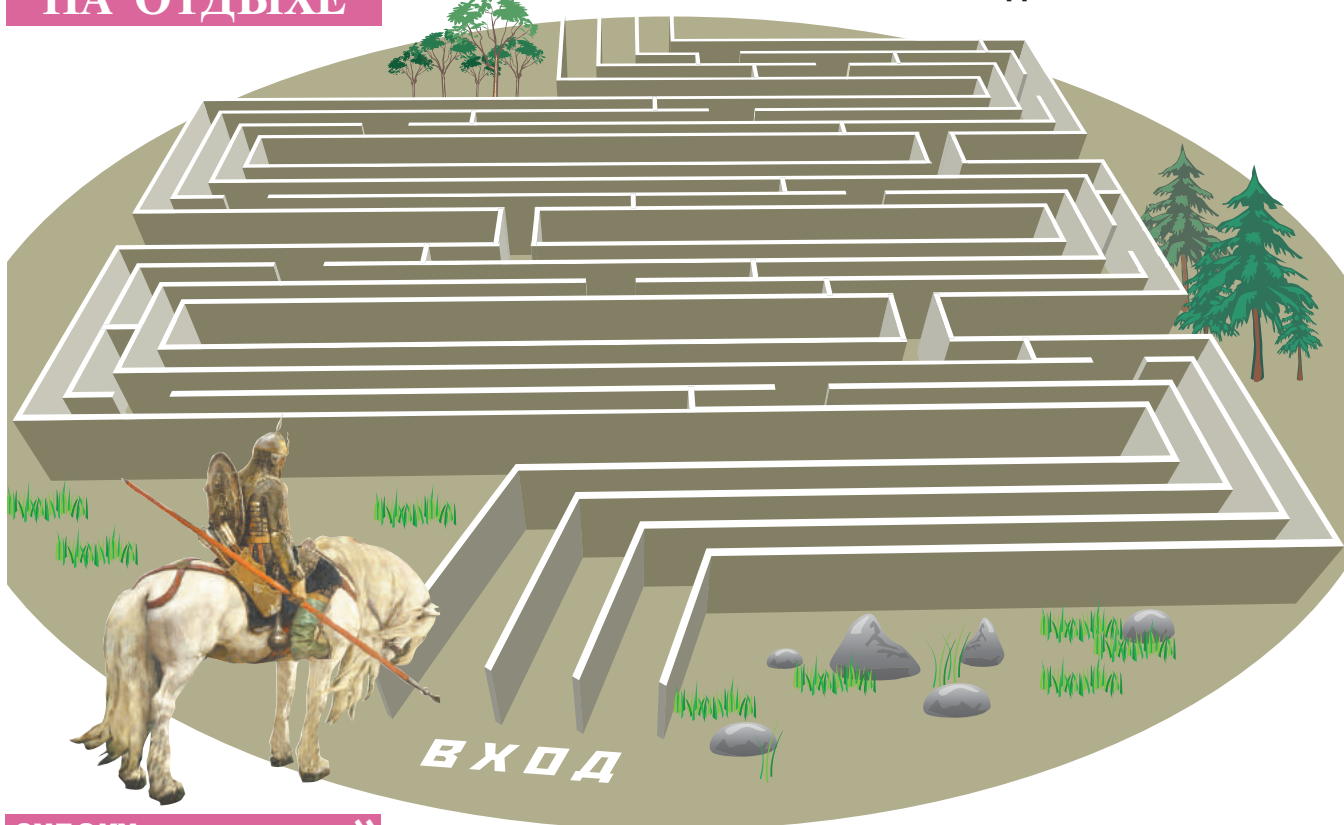
■ За время экспедиций погибло около 300 чел. За период 2000–2018 гг. в среднем фиксировали 6,5 смерти за сезон.

■ Разрешение на восхождение (пермит) в Непале стоит 11 000 долл. Разрешение со стороны Тибета обойдётся в 9950 долл.

■ Стоимость экспедиции (продолжительность 6–8 недель) колеблется от 32 до 130 тыс. долл., в зависимости от туроператора и предоставляемых услуг. За последние 5 лет туркомпании увеличили стоимость экспедиций на Эверест на 6% со стороны Непала и на 12% со стороны Китая.

НА ОТДЫХЕ

ПОМОГИТЕ ВИТЯЗЮ НАЙТИ ВЫХОД ИЗ ЛАБИРИНТА



СУДОКУ

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

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

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

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в любой строке по горизонтали и по вертикали и в каждом из девяти блоков, отделённых жирными линиями, не было двух одинаковых цифр.

КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. С какой профессией девушка может брать кредиты не раздумывая? 3. Часовой у ворот. 9. Куда поступил на работу Сергей Довлатов после демобилизации? 10. Кому из патриархов нашего кино мешал в самолёте Жень Лукашин? 14. Столица империи царя Хаммурапи. 18. Травля по Интернету. 19. Чей вид аккуратиста раздра-

жает? 20. Рождена для полёта. 21. «Соблюдать ... при разговоре». 23. Эстрадная звезда, наставившая рога Джастину Тимберлейку. 29. Кто дважды в матчах-реваншах возвращал себе титул чемпиона мира по шахматам? 30. Спортивное увлечение канадской актрисы Эллен Пейдж. 32. Любимая змея факиров. 35. «Загородные посиделки». 37. Соискатель джекпота. 38. В какой цвет военные действия окрашены? 39. «В далё-

ком созвездии ... Кита всё стало для нас непонятно». 40. Веский повод для прихода зверского аппетита. 41. Мировой комик, чей отец получил золотую медаль на ОИ 1948 года. 43. Оторопь с размахом. 44. Во что невеста завуалирована? 46. Огорчительное известие. 48. Кто мог сыграть главные роли в фильме «Иван Васильевич меняет профессию»? 49. Чьё изменение приводит к массовой миграции не реже, чем война? 50. Сидит за решёткой в темнице сырой. 51. Костюм для мима. 52. Игровой допинг. 53. Шашечный терминатор. 54. Работа «без передышек».

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. «На какие только подлости не идут некоторые, чтоб доказать свою ...».

2. Какая выпивка сделала «звёздную карьеру»? 4. «Без меня тебе, любимый мой, Земля мала, как ...». 5. «Самая рождественская рыба» в Европе. 6. Автомобиль французской сборки. 7. Какая блудница из Иерихона «объявлена праведной на основании дел»? 8. Звериный облик верховного бога ацтеков. 11. Какая певица больше 20 лет неразлучна с Леонидом Агутиным? 12. Лимонный вкус. 13. Чеховский «дядя Ваня». 15. Кого в детстве прятал под одеялом профессор Клопп из Тибидохса? 16. «Оплата кинопроката». 17. Какой страх приводит на грань отчаяния Джастина Тимберлейка? 22. Что финальные титры завершают? 24. На чём заключили Тильзитский мир? 25. Лич-

ная эмблема Екатерины Медичи. 26. Синоним одногодка. 27. Ревизия финансовой отчётности. 28. У кого из наших певцов и композиторов в советские времена на сберкнижке лежало полтора миллиона рублей? 31. Каблук «с осиной талией». 33. Классик русской живописи, чьей музой стала Белла Розенфельд. 34. Рок-музыкант с Пулитцеровской премией. 36. Кого с детства к армии приучают? 42. Фокусник Гудини по имени. 43. «Особо важная персона» шутивого звучания. 44. Культовая гора для японцев. 45. Цветочный символ Полинезии. 46. Спортивный бренд имени богини. 47. Маршал среди членов ГКЧП. 48. Жена «осеннего марафонца».

ОТВЕТЫ НА ЗАДАНИЯ, ОПУБЛИКОВАННЫЕ В № 22

СУДОКУ

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

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

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

КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Болтология. 6. Вамп. 9. Графоман. 10. Гипс. 11. Анестезия. 14. Пике. 16. Бедро. 17. Лицей. 18. Трап. 19. Вар. 20. Анискин. 21. Тост. 23. Воск. 25. Альпы. 29. Аватар. 31. Твист. 32. Эдельвейс. 34. Ватт. 37. Арсенал. 38. Зевака. 40. Гагат. 42. Стриж. 44. Гендель. 45. Кеды. 46. Кейдж. 47. Амонтон. 48. Виклунд. 49. Вето. 50. Джонс. 51. Русские. 52. Вдох. 53. Диор. 54. Бочка.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Беспамятство. 2. Яга. 3. Казнокрадство. 4. Поиск. 5. Самец. 7. Азия. 8. Писк. 10. Гирей. 12. Апатиты. 13. Ардан. 15. Гиена. 16. Бегство. 19. Виртуал. 22. Бритт. 24. Садоводство. 26. Лавр. 27. Пейзаж. 28. «Искра». 30. Флокс. 33. Бенефис. 34. Вандализм. 35. Языковед. 36. Бакен. 39. «Атомиум». 40. Гимнаст. 41. Клинтон. 43. Адажио. 46. Копия. 48. Внук.

СКАНВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

Прикол – Прохлада – «Илиада» – Тыл – Пума – Крокус – Протокол – Роми – Психолог – Тара.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

Пастор – Папа – Профилакторий – Поворот – Кракатук – Кола – Мухомор – Ананас – Лига.

КАК «КАРОЛЬ МАССАЖА» СЕМЬЮ НАШЁЛ

Наша рубрика «Судьбы» изменила судьбы своих читателей и героев

СУДЬБЫ

В ДОМЕ СТАРУХИ ИДЫ МОЛНАР ДО САМОЙ ЕЁ СМЕРТИ В ФЕВРАЛЕ 2019-ГО ВИСЕЛА СРЕДИ ПОРТРЕТОВ РОДНЫХ И БЛИЗКИХ ВЫЦВЕТШАЯ КАРТОЧКА. НА НЕЙ УСТАЛАЯ МОЛОДАЯ ЖЕНЩИНА С ОПУЩЕННЫМИ УГОЛКАМИ ГУБ, ГРУСТНЫЙ МАЛЬЧИК В РАБОЧЕЙ КУРТОЧКЕ... БЕЛЫЕ ЗАЛОМЫ ВДОЛЬ И ПОПЕРЕК СНИМКА ТАМ, ГДЕ ЕГО СЛОЖИЛИ НЕСКОЛЬКО РАЗ И, ВИДИМО, СПРЯТАЛИ, УБРАЛИ С ГЛАЗ ДОЛОЙ, ЧТОБЫ НИЧТО НЕ НАПОМИНАЛО. СЛЕДЫ, КОТОРЫЕ ПОТОМ РАСПРАВИЛИ, КОГДА ВСТАВЛЯЛИ ФОТО В РАМКУ...

Из всех детей Иды лишь младший, Юра, знал, кто этот мальчик на фотографии рядом с матерью: четвёртый сын, родной брат... В день похорон Иды Молнар, по дороге с закарпатского кладбища, Юра нарушил обещание, данное ей много лет назад, — и с Украины в мгновение потянулась ниточка к нам в Челябинск. Через редакцию «АиФ». Люди искали людей.

НА КОНЧИКАХ ПАЛЬЦЕВ

А в это время за Уралом ничего ещё не подозревающий Кароль (но обычно звали его сокращённо — Карл) Молнар, круглый сирота, известный в городе массажист и местный «селфмей-дмен» — человек, сделавший свой успех сам, толкал входную дверь городской поликлиники. За ней



Эта фотография одна из немногих, что напоминают Карлу о детстве и маме.

его ждали благодарные пациенты и такая обжитая и привычная за 50 с хвостиком лет жизнь, в которой у него никого не было и нет — кроме работы, двух своим трудом заработанных квартир и мечты скопить к старости на домик в Крыму. Жизнь, в которой он настолько высоко поднялся из своего «ничего» (выпускник детдома, расположенного в одном из маленьких крымских городков, потом, шаг за шагом, — студент техникума, маляр по первой профессии, больничный санитар без профобразования, кола, двора и протекций...), что ему посвятил целую полосу «АиФ» в Челябинске. В этом городе Карл, не связанный никакими обязательствами, кроме данного себе слова выбраться в люди, осел в последнее время.

«Уже в первые месяцы практики от медицинского училища (главврач крымской больницы дал хорошую характеристику) Кароль понял, что «чувствует» человеческое тело, — писал в 2016 г. челябинский «АиФ» о достижениях своего земляка в статье «Кароль массажа. Как бывший детдомовец кончиками пальцев лечит людей». — Что, например, если у пациента болит шея, то надо массировать не её, а чуть ниже, грудной отдел позвоночника, проблема кроется именно там. Опыта пока не было. Но после массажа Карла-самоучки людям становилось легче. В конце 1980-х наступили самые тяжёлые времена. Главврач собрал коллектив и сообщил: финансирование почти нет, зарплату вам платить нечем, пишите заявление на отпуск без содержания с октября по апрель, в мае жду на работу. Кароль вспоминает эти дни как самые сложные в жизни. Денег не хватало даже на еду. И он вспомнил, как несколько лет назад познакомился с пожилой женщиной из Челябинска, отдыхавшей в Крыму, и она пригласила его на Урал: мол, руки у тебя золотые,

устрою в больницу». К славе Карл, руки у которого и правда золотые, был равнодушен. Тот текст висел почти незамеченным в сетях Интернета с 506 просмотрами... До того самого момента, когда на родине «Кароля массажа» не умерла 79-летняя Ида Молнар.

И сейчас уже с уверенностью можно утверждать, что, если



Бывший детдомовец кончиками пальцев лечит людей.

бы не статья в нашей традиционной рубрике, ничего в судьбах четверых детей Иды не поменялось бы уже никогда. Потому что 507-м человеком, прочитавшим статью «Кароль массажа», была Офелия Оганесян, в девичестве Молнар.

ДЕТИ ИДЫ

А ведь они ждали этого, мечтали, надеялись... И Кароль, который как-то, поднакопив, сел на поезд — поезда на Украину из России тогда ещё ходили и с них не ссаживали мужчин — и поехал в Закарпатье. В своё родное село, где сколько-то лет прожил с мамой, пока не оказался в детском доме. Увидел там единственное знакомое лицо — старую председательницу сельсовета, но так ничего и не выяснил, никого не нашёл... И Офелия, дочь Иды, в тот же час, как услышала от младшего брата Юрия о том, что этот мальчик в рабочей курточке со старого портрета их родной, четвёртый брат, без колебаний бросилась на поиски этого безымянного ребёнка, который, конечно,

из той курточки наверняка уже вырос, но должен же он где-нибудь быть на Земле.

Поиски привели Офелию в родное село матери, где единственной, кто могла бы что-то вспомнить об Иде Молнар, была давно вышедшая на пенсию председательница сельсовета, которая

вспомнила, что с тем же вопросом об Иде несколько лет назад к ней приезжал какой-то массажист из России с фамилией как раз той, Идиной... Так Офелия нашла Кароля, нашла в тот же день. Потому что три года назад журналист челябинского «АиФ» дала статье о достижениях земляка правильное название — «Кароль массажа».

«Я просто вбила в поисковик два слова — «массажист» и «Молнар» — и сразу узнала брата на фото в газете, он так похож на Юру и Женю», — держится за сердце Офелия, которая вместе с Юрой и Женей мечтает теперь встретиться с Карлом и вспоминать, вспоминает, складывает картины в узор...

Вспоминает, как мама хранила молчание о помятой фотографии на стене. Как от начала и до конца в такой же тишине смотрела все выпуски программы «Жди меня» с прямой спиной и сжав ладони. Слушает рассказы старшего, Юры, о том, что однажды Ида получила письмо от Карла, где он просил прислать ему в детский дом «канцервы» — голодно там детишкам было. До-

пытывается у 82-летней Идиной сестры Матильды, как же всё могло произойти... Но Матильда лишь помнит, что в 1960-х голодно было и трудно, что работала Ида дояркой в селе недалеко от Кировограда, что детей своих, рождённых от разных отцов, называла их именами. Может, чтобы не забыть: и вот Женя — Евгеньевич, а Карл — Карлович, по отцу-вентру, Офелия только Генриковна. Может, в честь шекспировских трагедий, которым нипочём ни времена, ни границы, ни война и ни мир и которые могут разыгрываться вот так — прямо на страницах нашей газеты?

БРАТЯ И СЁСТРЫ

Теперь детям Иды — через годы, расстояния, границы и неразбериху, в которой запутались россияне и украинцы — предстоит встреча. Женя, Юра и Офелия работают сейчас вахтовым методом в Европе. Они так же, как и Карл, пытаются заработать копейку, ждут звонков от детей и внуков, тоскуют в своём Закарпатье по неведомому «королю массажа», в которого превратился маленький мальчик со старой фотографии. И уже думают, чем накромят нового брата, просившего маму выслать «канцерву», — украинское сало, санкционный хамон... А одиночка городских джунглей, Карл Карлович Молнар из Южного Урала, предстоящей встречей шокирован. И пока не знает, как это — быть братом в семье, своим — для чужих. Он всё тот же грустный мальчик с фотографии, который как будто всё наперёд уже знает про боль и разлуку, — взрослый человек, который не может забыть своего детдомовского детства и перестать обижаться... Рана, которую не залечат даже самые чуткие пальцы, но смогут отогреть родные. Если дать им шанс.

И эта история даёт большую надежду всем людям, всем братьям.

Полина ИВАНУШКИНА, Надежда УВАРОВА («АиФ-Челябинск»)

Фото из личного архива сестры Офелии, Карла и Надежды УВАРОВОЙ

ЖИЗНЬ ПРЕКРАСНА И УДИВИТЕЛЬНА — ЭТО ВСЁ ЛУЧШЕ ПОНИМАЕШЬ С ГОДАМИ. И ОНА СОВЕРШЕННО ЗАМЕЧАТЕЛЬНА, ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ЗДОРОВ.

Как говорится, болен — лечись, а здоров — берегись. Прав тот, кто бережёт здоровье смолоду: занимается физкультурой на свежем воздухе, правильно питается, не имеет вредных привычек и знает, как справляться со стрессами не в ущерб здоровью.



ТромбоАСС для чистых сосудов

Первое, о чём надо заботиться, — сердечно-сосудистая система. Во-первых, потому, что благодаря ей происходит насыщение органов кислородом, распространение питательных веществ и вывод отходов, и, во-вторых, потому, что цивилизация сделала болезни этой системы в развитых странах лидерами среди других заболеваний.

Если за сосудами следить грамотно, они практически не изнашиваются и не засоряются, иными словами, не создают риска возникновения патологий.

Ни молодым, ни пожилым не надо забывать о профилактике, так как бесконтрольное тромбообразование может привести к опаснейшим последствиям: закупорка артерий сердца — к инфаркту миокарда, а головного мозга — к инсульту. Вот почему людям пожилого возраста для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний доктора рекомендуют ещё и приём препаратов с

содержанием ацетилсалициловой кислоты (АСК). Результаты проведённых исследований показывают, что регулярный приём АСК позволяет снизить риск повторного инфаркта миокарда на 30%, а ишемического инсульта на 24%¹.

Один из них — победитель Международной фармацевтической премии «Зелёный крест» в номинации «Препарат выбора для профилактики инсульта и инфаркта» 2018 года — **Тромбо АСС®**.

Препарат **Тромбо АСС®**, производящийся австрийской компанией Г.Л. Фарма ГмбХ, содержит АСК. Каждая таблетка покрыта плёночной кишечнорастворимой оболочкой, поэтому она начинает «работать» в тонком кишечнике. По данным ряда исследований, применение кишечнорастворимой формы позволяет снизить риск развития

осложнений со стороны желудочно-кишечного тракта и улучшает переносимость препарата при длительной терапии². **Тромбо АСС®** выпускается в дозировке 50 и 100 мг в упаковках по 28 и 100 таблеток. Это делает лечение доступным для каждого пациента³.

Больше полезной информации на сайте www.trombov.net

VALEANT

¹ Р.М. Газизов, Е.А. Ацель «Применение ацетилсалициловой кислоты для первичной и вторичной профилактики сердечно-сосудистых заболеваний». РМЖ Медицинское обозрение, №11, 2014 с.827-831
² В.В. Косарев, С.А. Бабанов «Клиническая фармакология современных антиагрегантов и их место в фармакотерапии ишемической болезни сердца и ассоциированных состояний», РМЖ Кардиология, № 5, 2013
³ Инструкция по медицинскому применению препарата Тромбо АСС®

ВОПРОС – ОТВЕТ

ПОЧЕМУ РОССИЙСКИМ ЧИНОВНИКАМ
ЗАПРЕТИЛИ ПИТЬ ФРАНЦУЗСКОЕ ВИНО?

ЗАКОНЫ

Чиновникам запретят покупать импортное вино. Это что, наш ответ на санкции?
С. Баранов, Уфа

Постановление правительства запрещает с 1 июля закупать на бюджетные средства импортные вина для нужд государственных и муниципальных учреждений. Они шли на представительские подарки, угощение официальных делегаций и т. п. Под запрет попадают только вина, о крепком алкоголе речь не идёт. По данным Центра исследований рынка алкоголя, в рамках госзакупок приобреталось

лишь несколько миллионов литров иностранного вина в год (0,5% импорта). «Думаю, это решение к борьбе с «излишествами» отношения не имеет, оно связано исключительно с желанием властей развивать тему импортозамещения и поддержать отечественные винодельческие компании», — сказал



«АиФ» директор Центра технологий госуправления РАНХиГС Владимир Южаков. Напомним: ранее госорганам запретили покупать машины и мебель иностранного производства.

КАКОЙ НОВЫЙ ПРЕДМЕТ ВВЕДУТ В ШКОЛАХ?

ОБРАЗОВАНИЕ

Говорят, в следующем году в школах появится ещё один предмет – здоровый образ жизни. Ну сколько можно?

М. Рябинина, Рязань

Отвечает профессор Института образования НИУ ВШЭ Ирина Абанкина:



— Речь не идёт о введении нового предмета, изменения коснутся некоторых дисциплин, которые уже есть в школьной программе, в частности ОБЖ. Совместная программа Минздрава и

Минпросвещения направлена на то, чтобы создать условия для воспитания у детей правильного отношения к своему здоровью — через развитие занятий спортом, правильное питание, патронаж школьных врачей и медсестёр, регулирование учебной нагрузки. Последнее точно подрывает здоровье школьников. Предлагалось даже разработать нормативы ежедневной нагрузки, включая самостоятельную работу. Новые СанПиНы тоже ориентированы на принципы здорового питания. Кстати, во многих странах — Японии, Финляндии и др. — огромное внимание уделяется питанию детей в школе: исключению сахара, соли, вредных жиров, соблюдению режима питья.

У КОГО КОСМИЧЕСКИХ АВАРИЙ БОЛЬШЕ?

КОСМОС

Прочёл, что у России чуть ли не самый большой ущерб от космических аварий. А как с этим у американцев?
М. Виктюков, Пенза

По данным «Роскосмоса», ущерб от аварийных пусков ракет в 2010–2018 гг. составил 35 млрд рублей. Высокая аварийность — одна из основных причин критики в адрес этого ведомства. «В лучшие для советской космонавтики времена — 1980-е гг. — вероятность безаварийного запуска ракет равнялась 99%, сейчас в Рос-

сии она составляет 98%, т. е. увеличилась в 2 раза» — такую статистику привёл «АиФ» инженер-конструктор космических аппаратов Сергей Александров.



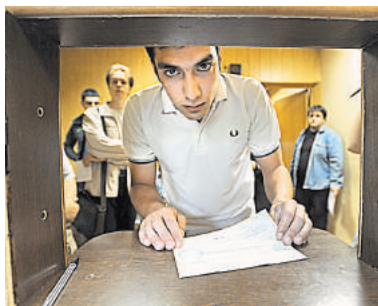
В 2010–2018 гг. Россия произвела 230 пусков ракет-носителей, из них 11 аварийных (4,7%). США же — 190 пусков, в т. ч. 4 аварийных — 2,1%. К тому же все американские аварии произошли на этапе лётных испытаний, у нас же носители разбивались после многих лет эксплуатации подобных ракет.

КАК ТЕПЕРЬ БУДУТ
ПРИЗЫВАТЬ
В АРМИЮ?

ПРИЗЫВ

В Думе затевают новации с повестками в военкомат. В чём суть?
А. Петрова, Краснодар

Первое чтение прошёл законопроект, предусматривающий изменения в нынешней системе вручения повесток. Если он вступит в силу, то повестку не надо будет вручать призывнику под роспись, достаточно будет отправить её по почте с уведомлением. «Это не первая попытка военных и местных властей, которые отвечают за призыв, осовременить старую советскую систему», — сказал «АиФ» правозащитник Сергей Кривенко. — Однако методы этого осовременивания тоже давно устарели. Молодёжь сейчас гораздо мобильнее, чем 30 лет назад, и не всегда живёт там, где прописана.



Получил повестку — бегом в военкомат.

Фото Сергея КАРПОВА/ТАСС

В других странах, где сохраняется призыв, на сайтах военных ведомств давно действуют личные кабинеты призывников. В Финляндии, например, через них можно выбрать, в какой срок ты до достижения предельного возраста сможешь отдать долг Родине и отслужить 7 или 8 месяцев. Не выбрал — ответственность, как и у нас, вплоть до уголовной. В РФ она, кстати, доходит до 2 лет лишения свободы, хотя суды чаще присуждают штрафы».



В ПОСЛЕДНИЙ ПУТЬ!

ВЕРНЁТСЯ ЛИ ДРУЗЬ В «ЧТО? ГДЕ? КОГДА?»

ТЕЛЕВИДЕНИЕ

Простили или нет Александра Друзя после скандала на съёмках «Кто хочет стать миллионером?» и вернётся ли он в «Что? Где? Когда?»?

А. Спиридонова, Москва

Накануне старта летней серии ЧГК Виктор Сиднев сказал, что Друзь может вернуться в игру 2 июня. «Лично я этого очень хочу и жду», — заявил знаток. Глава компании «Игра-ТВ» Наталия Стеценко должна была принять решение о возвращении в игру знатока, обвинённого в попытке подкупа в другой телеигре. Но надежды Сиднева не оправдались — 2 июня вместо



«Когда?»

Фото URA.RU/TACC

Друзя сыграла Инна Семёнова. Из источника, близкого к ЧГК, стало известно, что Друзь вернётся в игру, как только скандал с его участием минует острую фазу. В телекомпании «Игра-ТВ» «АиФ» заявили, что новости, связанные со знатоком, не комментируют.

ПОСАДЯТ ЛИ НА УКРАИНЕ ПОРОШЕНКО?

СОСЕДИ

Правда, что экс-президента Украины могут посадить?
Ю. Иваненко, Белгород



юридически-правовую перспективу», — заявил директор Госбюро расследований (ГБР) Украины Роман

Труба. Он уточнил, что быстрых результатов ждать не стоит. Хотя инициатор большинства дел бывший замглавы администрации Януковича юрист Андрей Портнов заявил, что уже в начале июля Порошенко может оказаться в СИЗО. Между тем СМИ сообщили о бегстве из страны экс-премьера А. Яценюка и его семьи. Также пишут, что П. Порошенко готовится улететь в Лондон — лечиться. А на главу ГБР Генпрокуратура открыла дело.

ЕСТЬ ЛИ ЖИЗНЬ БЕЗ БОЛИ В СПИНЕ И СУСТАВАХ?

МЕДИЦИНА

Если боль сковывает движения, то это уже не жизнь, а мучение. Невозможность сделать элементарное вызывает угнетающее психологическое состояние. Ведь вы уже даже не помощник в доме. Всю жизнь глотать обезболивающие препараты и измазывать себя мазями невозможно. Но что же делать?

Р. Фёдорова, Сочи

О способах выздоровления можно узнать у специалистов «горячей линии» по проблемам опорно-двигательного аппарата

«Живите без боли». Благодаря разработанной персонально для каждого человека программе они не раз помогали людям вернуться к нормальной жизни. Всё делается для того, чтобы блокировать болевые рецепторы, восстановить и укрепить позвоночник и суставы. По телефону можно задавать совершенно любые вопросы, связанные с заболеваниями опорно-двигательного аппарата, а выполняя рекомендации специалистов в этой области, жить без боли.

Бесплатный телефон «горячей линии» 8-800-555-45-03. Он работает ежедневно с 9.00 до 20.00.

На правах рекламы

ISSN 0204-0476

Аргументы
и факты

Учредитель, издатель — АО «Аргументы и факты».

Адрес редакции и издателя: 101000, Москва, ул. Мясницкая, 42. Тел. для вопросов — (495) 646-57-57. Отдел писем — e-mail: letters@aif.ru. Общественная приёмная — Москва, ул. Мясницкая, 42.

Выпуск издания осуществлён при финансовом поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям.

И. А. ЧЕРНЯК — главный редактор

Д. БУРАВЧИКОВА — заместитель главного редактора
И. КОДЗАСОВА — заместитель главного редактора
В. ШУШКИН — заместитель главного редактора
М. ПОПОВ — ответственный секретарь
А. ДОРОФЕЕВ — главный художник
В. ЦЕПЛЯЕВ — редактор отдела политики
Т. БОГДАНОВА — редактор отдела бизнеса и информации

Ведущий редактор номера Ю. ТУТИНА

Служба рекламы «АиФ»: (495) 646-57-55; e-mail: advert@aif.ru. Публикации, обозначенные рубриками «Взгляд», «Дословно», «Событие», «Детали», «Позиция», «Будьте здоровы», «Живые истории», печатаются на правах рекламы. «АиФ. Деловая среда»

зарегистрирована в Федеральной службе по надзору в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия. Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-30402 от 23 ноября 2007 г. Редакция не несёт ответственности за содержание рекламных объявлений.

Р. Ю. НОВИКОВ — генеральный директор

М. МИШУНКИНА — 1-й заместитель генерального директора
О. ГАЙДУК — директор службы рекламы
В. НЕПОМНОЩИЙ — директор по работе с регионами
О. КОРОБКО — директор по производству, распространению и подписке
Я. ЯКОЛЬДИНОВА — директор по связям с общественностью
Е. КВАСОВА — директор по маркетингу и продвижению

Пресс-центр: (495) 252-02-90. Дирекция регионального развития — (495) 646-57-89, доб. 4273, доб. 4714 (факс), e-mail: drr@aif.ru. Служба подписки: тел. (495) 646-57-57, podpiska@aif.ru. Перепечатка из «АиФ» допускается только с письменного разрешения редакции. Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

РЕГИОНАЛЬНЫЕ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА «АиФ» НА ТЕРРИТОРИИ РОССИИ И ЗА РУБЕЖОМ

Архангельск (8182) 21-10-83
Астрахань (8442) 59-07-67
Байнаул (3852) 271-371
Белгород (4722) 20-18-48
Благовещенск (4162) 20-19-72
Брянск (4832) 62-18-38
Волгоград (8442) 59-07-67
Вологда (8172) 54-13-47

Воронеж (4732) 60-65-57
Владивосток (423) 260-45-35
Владимир (4922) 47-25-95
Екатеринбург (343) 372-15-07
Иваново (4932) 37-41-87
Ижевск (342) 220-01-00
Йошкар-Ола (8362) 38-06-00

Иркутск (3952) 50-05-26
Казань (843) 526-95-16
Калининград (4012) 66-80-90
Калуга (4842) 74-05-10
Кемерово (3842) 72-18-83
Кострома (4852) 58-31-87
Краснодар (861) 211-50-89

Красноярск (391) 291-89-18
Курган (351) 239-90-00
Курск (4712) 50-04-56
Липецк (4742) 22-78-13
Магадан (4132) 62-59-04
Майкоп (8772) 55-59-69
Мурманск (8152) 45-66-01

Ниж. Новгород (831) 233-05-45
Новосибирск (383) 314-35-37
Омск (3812) 24-05-60
Оренбург (3532) 37-51-61
Орел (4862) 54-08-73
Пенза (8412) 56-27-61
Пермь (342) 220-01-00

Петрозаводск (8142) 59-55-19
Псков (8112) 56-80-06
Ростов-на-Дону (8632) 40-94-18
Рязань (4912) 90-80-61
Санкт-Петербург (812) 327-38-50
Самара (846) 302-69-98
Саранск (8342) 24-28-14

Саратов (8452) 53-37-25
Симферополь (3652) 70-90-71
Смоленск (4832) 62-18-71
Ставрополь (8652) 22-15-82
Сургут (3462) 37-67-30
Тамбов (4752) 71-02-35
Тверь (4822) 58-36-03

Томск (3822) 25-74-61
Тюмень (3452) 75-20-62
Тула (4872) 70-44-18
Улан-Удэ (3012) 21-34-93
Ульяновск (8422) 42-25-65
Уфа (347) 272-40-98
Хабаровск (4212) 47-76-24

Ханты-Мансийск (3467) 32-48-79
Челябинск (351) 267-20-70
Чита (3022) 71-03-71
Южно-Сахалинск (4242) 42-54-23
Якутск (4112) 21-95-67
Ярославль (4852) 58-31-87

Алматы (+7727) 273-72-83
Киев (+38044) 20-54-304
Кишинёв (+37322) 27-26-62
Минск (+37517) 292-21-32
Ташкент (99871) 129-20-18
Франкфурт/Майн (+49611) 15 75 350