

ЖКХ: КАК ПРАВИЛЬНО ОТСТАИВАТЬ СВОИ ПРАВА с. 16-17

А. ШАРАПОВА: ПОЧЕМУ ЕЙ С УТРА ВСЕГДА ВЕСЕЛО с. 45

АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ

№ 32 (1865) Газета издаётся с 1978 г.
10 - 16 августа 2016 г. В розницу цена свободная

МОСКВА .RU

ПЕРВО-НАПЕРВО

НЕСПОРТИВНАЯ ПОДЛОСТЬ

Паралимпийская сборная России в полном составе отстранена от участия в Рио. Основание - всё тот же доклад Всемирного допингового агентства (WADA), из-за которого пытались не пустить на Олимпиаду-2016 всех российских спортсменов.

Речь о 44 спортсменах, чьи положительные пробы исчезли из пробирок в 2012-2015 гг. «Среди них 15 человек не относятся к паралимпийской сборной, - заявил в понедельник на пресс-конференции глава Паралимпийского комитета России В. Лукин. - По остальным надо разбираться конкретно. Кроме того, разделите количество подозреваемых на временной отрезок 4 года и 28 видов спорта... При чём здесь 270 человек (наша делегация в Рио. - Ред.), которые, между прочим, сдали пробы?!»

Напомним: в Лондон в 2012 г. поехали 182 наших паралимпийца. Они завоевали 102 медали, заняв 2-е общекомандное место. Два десятка из них подозревают в употреблении допинга, но без доказательств. И теперь не пускают всех! В очередной раз Запад подло пытается надавить на Россию, используя неспортивные методы борьбы. Их декларации прав людей с ограниченными возможностями превращаются в дешёвый трюк, когда политика застилает глаза.

Продолжение темы на с. 9

ЗА РОДИНУ! ЗА ИСИНБАЕВУ!

ОТВЕТИМ ЗАПЛЫВАМИ НА ИХ ЗАБЕГИ!

с. 8-9



Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА
Фото ИТАР-ТАСС, Рейтер, PhotoXPress.ru

Rio 2016

НАШИ КОРРЕСПОНДЕНТЫ
ПЕРЕДАЮТ
ИЗ РИО-ДЕ-ЖАНЕЙРО

НАШЕ ПЕРВОЕ
«ЗОЛОТО»

МЕДАЛЬ
ДЛЯ МАМЫ

СТРЕЛЬБА
ВНЕ ПРАВИЛ

с. 8-9

ЛИЧНОСТЬ



**РЕЖИССЁР
СЕРГЕЙ УРСУЛЯК:**
«В России много хороших людей»

с. 3

ПРОГНОЗ

ГРЯДЁТ БОЛЬШАЯ СХВАТКА?

Отчего США и Китаю не дают покоя наши успехи

с. 14

ПОДМОСКОВЬЕ

ПРИХОДИТЕ САЖАТЬ ДЕРЕВЬЯ!

Более 11 тыс. га леса восстановят

с. 34

ПИТАНИЕ

МЁД ДА ЛУК

Спасут ли они от 100 недуг?

с. 38-39

ИСТОРИЯ



ПАПА ДВУГЛАВОГО ОРЛА

Откуда на 100-рублёвой купюре эта птица

с. 50

УДАЧА

ПОБОРЕМСЯ ЗА ВСЕХ!

Олимпийская серия лотерей

с. 53

ISSN 0204-0476



9 770204 047002

16032



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/PODPIСКА

ПОДПИСКА

БЕЗ ОЧЕРЕДИ!

Код SMS
aif 1 > 1 мес.
Стоимость SMS (подписки) **175 р.**

Код SMS
aif 3 > 3 мес.
Стоимость SMS (подписки) **525 р.**

ЭТО УДОБНО!

Услуга доступна абонентам «Билайн», «Мегафон», «МТС», «ТЕЛЕ2», «Ростелеком». В стоимость включены все налоги и сборы. Дополнительная комиссия за подписку не взимается.

реклама

На правах рекламы

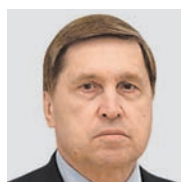
КАК ПОМИРИТСЯ РОССИЯ И ТУРЦИЯ?

СОСЕДИ

Чего ждать от Турции?

Ю. Трутнева

Когда этот номер «АиФ» подписывался в печать, президент России Владимир Путин летел из Баку (с лидерами Азербайджана и Ирана обсуждались международные проблемы и сотрудничество на Каспии) в Санкт-Петербург. В Северной столице ждали делегацию из Турции во главе с президентом Р. Эрдоганом — это первая встреча президентов после принесённых за сбитый бомбардировщик извинений.



Накануне Москва подтвердила готовность поэтапно отменять санкции против Турции. Как заявил помощник президента по внешней политике Юрий УШАКОВ, в центре внимания встречи — торгово-экономические

темы (строительство в Турции АЭС, возобновление работ на газопроводе «Турецкий поток» и чартерного авиасообщения и т. д.). «Если всё пойдёт хорошо, то стороны договорятся о проведении в 2017 г. заседания Совета сотрудничества высшего уровня», — сказал г-н Ушаков. Совет возглавляют президенты, а подобные встречи проводятся, только когда готовы к подписанию новые прорывные соглашения. Интересно, что российский газ по дну Чёрного моря вновь захотела получить и Болгария. «Это будет исторический визит, новое начало, — в свою очередь заявил накануне визита президент Турции Реджеп ЭРДОГАН. — На переговорах с моим другом Владимиром, я верю, будет открыта новая страница в двусторонних отношениях. Нашим странам предстоит многое сделать вместе». Впрочем, разногласия остаются. Например, по ситуации в Сирии.

Александр КОЛЕСНИЧЕНКО
Продолжение темы — на с. 5

МНЕНИЕ НАРОДА

ТРАМП ПРОТИВ КЛИНТОН: КТО НАМ МИЛЕЕ?

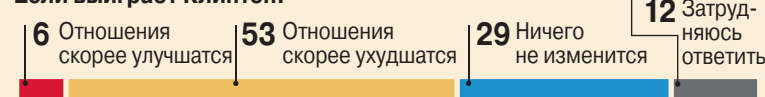
Судя по опросу ВЦИОМ, 41% россиян следит за президентской гонкой в США. Но о кандидатах наш человек знает немного. 21% опрошенных точно уверены, что Дональд Трамп — миллиардер, и 26% уверенно говорят о Хиллари Клинтон как о бывшей первой леди.

Зато люди не сомневаются, как изменятся отношения между нашими странами в случае победы каждого из них.

Если выиграет Трамп:



Если выиграет Клинтон:



Опрошены 1600 жителей 130 населённых пунктов в 46 регионах РФ. Ответы даны в процентах.

ГОСКОМПАНИЯМ ПОРА УЖАТЬСЯ

ГОСДЕНЬГИ

Правда ли, что госкомпании наконец-то заставят сократить расходы?

А. Губинский, Ржев

«АиФ» не раз писал о том, что госкомпании могли бы значительно уменьшить свои расходы. И вот наконец-то, как сообщила газета «Ведомости», Росимущество обязало их урезать издержки на 10%. Цель — «снизить себестоимость продукции и высвободить... средства для инвестиций и выплаты дивидендов». Планы экономии нужно разработать за месяц, а в дальнейшем раз в квартал придётся отчитываться о сокращении затрат перед советом директоров и отраслевым федеральным ведомством. Директива касается таких компаний, как

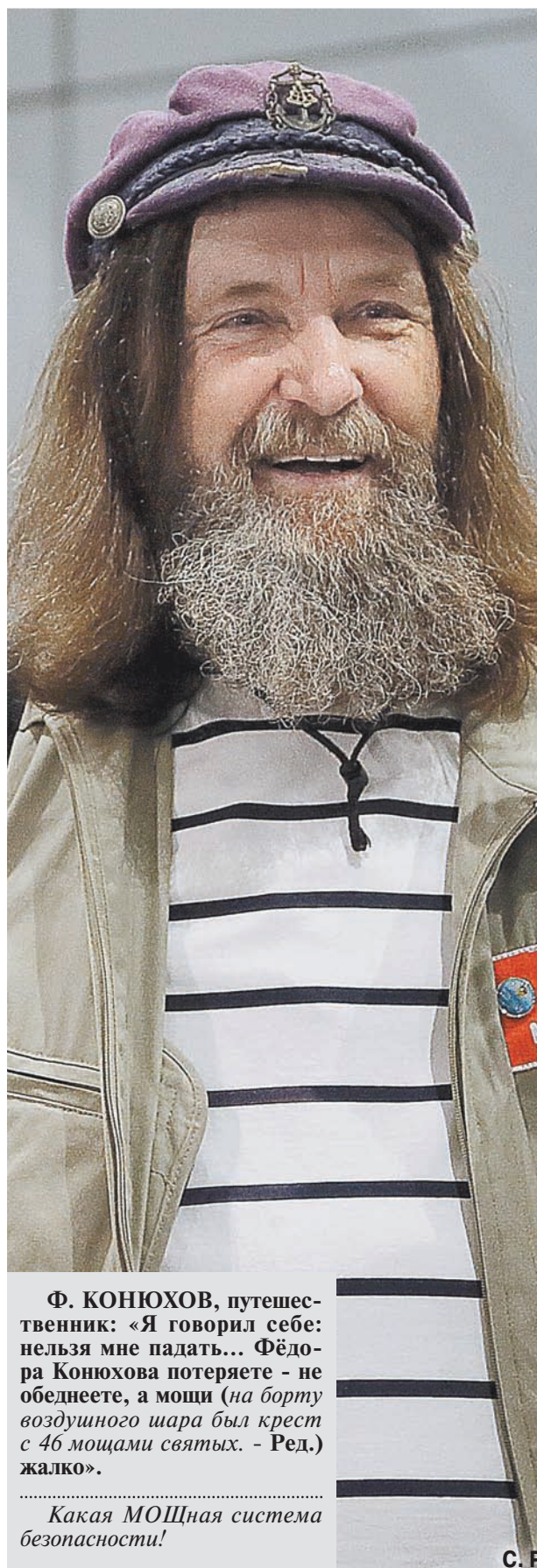
РЖД, «Транснефть», «Россети», «Алроса», «Аэрофлот» и др.



«Процесс не будет быстрым, — пояснил «АиФ» Сергей ПУХОВ, ведущий эксперт Центра развития ВШЭ. — Сейчас в госкорпорациях готовят планы закупок на будущий год».

Алексей ЧЕБОТАРЁВ

БАРАК ОБАБА

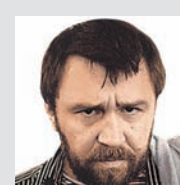


Б. ОБАМА, президент США: «Сейчас прекрасное время для того, чтобы быть женщиной. Я говорю это не только как президент, но и как феминист».

Российские феминистки за эти слова должны присвоить американскому президенту почётное звание Барак Обаба!

В. МЕДИНСКИЙ, министр культуры: «Это наша конечная задача, чтобы в каждой школе обязательно был детский хор».

То есть как будет в каждой школе по хору, Министерство культуры (а заодно и образования) можно будет закрыть?



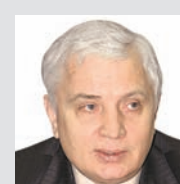
С. ШНУРОВ, поэт, рок-музыкант: «Даже если за исполнение моих песен будут забирать всю выручку от концертов (организаторов штрафуют за мат в текстах. — Ред.), петь я не перестану, потому как душа поёт».

Не позволяй душе лениться! Чтoб в ступе воду не толочь, поэт обязан материться и день и ночь, и день и ночь!

Ф. КЛИНЦЕВИЧ, сенатор: «Я однозначно обозначил эту тему (ловлю покemoнов. — Ред.) как угрозу. Не исключаю, что мне придётся установить игру, чтобы просто хотя бы быть компетентным».



Какие молодцы у нас сенаторы: готовы собой жертвовать, чтобы народ уберечь! Главное — не заиграться и не втянуться...



А. ЛЫСКОВ, экс-сенатор: «Складывается впечатление, что автор (вице-премьер Ю. Трутнев, предложивший не брать на госслужбу детей проштрафившихся чиновников. — Ред.) является дальним родственником бывшего прокурора СССР Вышинского, исповедующего принцип, что сын врага народа является врагом народа».

Ну зачем же вот так открыто называть всех российских чиновников врагами народа? Среди них наверняка есть честные и благородные люди...

С. РЕПОВ, А. ФУФЫРИН. Фото Сергея САВОСТЬЯНОВА/ТАСС

БОЛЯТ НОГИ АРТРИТ АРТРОЗ ВАРИКОЗ?

www.orion.su



Если Вы еще не делали лазерные процедуры — самое время начать! Лазерный луч безболезненно проникает глубоко в сустав и, действуя в очаге поражения, способствует устранению причины болезни. Результат: проходит боль, спадает отек, движения становятся свободней. Курс процедур останавливает прогресс заболевания, улучшает состояние хрящей и синовиальной жидкости, словом — сустав оживает. С помощью аппарата **ОРИОН СТЕП** удобно проводить процедуры дома, а схемы лечения составили для Вас лучшие специалисты России. Важное преимущество — **ОРИОН СТЕП** поможет Вам в лечении суставов, позвоночника, варикоза, трофических язв и еще более 150 заболеваний!

Успейте купить по летним ценам!

Бесплатная горячая линия: 8 (800) 505-20-25

Санкт-Петербург (812) 535-74-76, 764-01-01, 557-70-75, 244-72-31; Барнаул (385) 260-55-38; Великий Новгород (8162) 78-99-60; Волгоград (844) 227-06-74, 233-13-06; Вологда (8172) 50-77-05; Иркутск (395) 264-85-15, 225-11-00; Калининград (4012) 77-55-10; Кемерово (3842) 67-01-47, 31-14-89; Мурманск (8152) 31-99-85, 44-19-19; Северодвинск (8184) 56-77-50; Новосибирск (383) 375-06-11, 343-58-85, 246-32-48, 375-22-35; Новокузнецк (3843) 56-15-70, 52-82-47; Пермь (3422) 29-77-00, 36-22-18; Ростов-на-Дону (8632) 46-08-81, 62-31-40; Саратов (8452) 27-44-70, 27-48-11; Таганрог (8634) 31-28-74; Ставрополь (8652) 23-65-69, 21-02-29, 55-19-19; Тольятти (8482) 74-06-95, 66-24-12, 37-02-41; Томск (3822) 94-24-93, 51-21-84; Улан-Удэ (3012) 30-72-11; Челябинск (351) 790-91-40, 248-54-86; Кострома (4942) 55-55-53; Чита (3022) 35-48-26; Южно-Сахалинск (4242) 22-55-00

Прогулка по минному полю

Отравиться летом проще простого. Как выбрать безопасные для здоровья продукты?

Светлана, Нахабино, МО

Тщательная промывка овощей и фруктов обезопасит вас от многих проблем. Но что делать, если причина отравления не микроорганизмы, а вредные химические соединения?

Впервые о нитратах заговорили в 70-х годах, когда произошли массовые отравления арбузами из-за их чрезмерной подкормки аммиачной селитрой. Тогда погоня за выполнением плана обернулась трагедией. Теперь мы знаем, что овощи и фрукты содержат не только витамины, но и опасные для здоровья вещества.

Чтобы не стать жертвой отравления, используйте при покупке овощей



и фруктов **Экотестер СОЭКС**. Введите зонд в проверяемый продукт и нажмите кнопку. Через несколько секунд прибор выдает на дисплее результат.

Также в **Экотестер СОЭКС** установлен профессиональный датчик, определяющий радиационный фон, радиационное загрязнение продуктов питания и предметов.

Проверяйте грибы, лесные ягоды, строительные материалы. В прошлом году на рынках были обнаружены сотни килограмм радиоактивных «даров леса». **Экотестер СОЭКС** позволит вам выбрать только лучшие продукты. А покупки наугад напоминают прогулку по минному полю, как повезет или нет!

Узнать подробнее о приборах **СОЭКС** можно на сайте производителя **www.soeks.ru** и по тел.: **+7 (495) 223-27-27, 8-800-555-02-85** (федеральный бесплатный номер). ООО «ЭЛЕКТРОННЫЕ СИСТЕМЫ», ОГРН 1167746523647, 127018; г. Москва, ул. Складочная, д. 1, стр. 3, пом. 1, ИНН 7715260998, р/с 40702810138000114438, к/с 301018104000000000225, БИК 044525225, КПП 771501001, РСЧ: РОССРУ.МЛ02.Н00231. Реклама. 16+

ЭНЕРГОСБЕРЕГАЮЩИЕ ОТОПИТЕЛЬНЫЕ ЭЛЕКТРОУСТАНОВКИ для водяного отопления жилых и нежилых помещений от 20 до 750 кв. м, 220/380 В, вес от 2 до 7 кг цена от 4000 до 9000 руб., гарантия 10 лет Производитель: т/ф. 8 (3452) 43-65-77 реклама

ЛИЧНОСТЬ

Режиссёр
Сергей Урсуляк -
о подвижниках,
терпении
и Сталине.

«ХОРОШИЕ ЛЮДИ В РОССИИ НИКУДА НЕ ДЕЛИСЬ. ОНИ РАБОТАЮТ, ПЫТАЮСЬ УЛУЧШИТЬ ЖИЗНЬ ВОКРУГ НАС», - СЧИТАЕТ РЕЖИССЁР.

Сериал «Жизнь и судьба» по одноимённому роману В. Гроссмана, который Сергей УРСУЛЯК снял ещё в 2012-м и за который получил премию Правительства РФ, уже перешёл в разряд классики - темы, в нём затронутые, по-прежнему актуальны.

ЧТО ПОСТРОИЛИ?

- Сергей Владимирович, одна из главных тем «Жизни и судьбы» - сталинизм, какую цену страна за это явление заплатила. Гроссман писал об этом в 50-е, вы рассуждали при помощи сериала в начале 2010-х. Но сегодня на выборы некоторые кандидаты идут под знамёнами с портретом Сталина, в обществе яростно спорят о том, надо или не надо ставить новые памятники «вождю народов»...

- На мой взгляд, у этого несколько причин. И самая первая - неудовлетворённость состоянием дел сегодняшних. Люди вновь возвращаются к имени Сталина не потому, что соскучились по репрессиям, нет, они соскучились по справедливому устройству мира. А поскольку Сталин - это давно и далеко и ужасы того времени воспринимаются уже не так остро, то у них складывается ощущение, что, если придёт человек в сапогах и с трубкой, он сможет навести порядок и сделать мир более справедливым.

Тема Сталина и сталинизма муссируется ещё и потому, что мы в силу разных обстоятельств всерьёз заняться сегодняшним днём не можем. Когда люди понимают, что они не могут повлиять ни на что, кто-то обращается к Богу, а кто-то - к Сталину как к некоему символу порядка и сурового равенства.

- Герои и «Тихого Дона», по которому вы сняли сериал, и «Жизни и судьбы», да и реальные люди, жившие в послереволюционной России или послевоенном СССР, точно понимали, что строят. Возможно, именно поэтому удалось так быстро преодолеть и разруху Гражданской войны, и ужасающие последствия Великой Отечественной. А тут 25 лет - четверть века! - прошло после августа 1991-го. А кто-нибудь понял, что мы строим?

- Нет, не понял. Перед обществом так и не поставлены цели. А без целей, без перспектив - общей и личной - ничего построить нельзя. В каждом из времён, о которых вы упомянули, была цель общая и была цель у каждого. Цель эта была прекрасна и благородна: выстоять в

НАВЕСТИ ПОРЯДОК



«Народ наш соскучился по справедливому устройству мира».

войне, восстановить хозяйство, создать что-то. И самое главное - была вера в то, что завтра будет лучше, чем вчера. У нас же никого не нужно принуждать потерпеть. Мы готовы жить плохо - нам только нужно объяснить, ради чего нам нужно пережить эти тяготы. А просто жить плохо - людей это деморализует и лишает общество тяги к строительству нормальной жизни.

- Но ведь пока мы не поймём, куда идём, мы так и будем в лучшем случае топтаться на месте. Осознание цели - оно каким образом может родиться?

- Поскольку наше общество сконцентрировано на одном человеке, то я думаю, что и формулировки должны исходить откуда-то оттуда. Во власти должны быть талантливые люди. Обеспеченные ещё чем-то кроме личных радостей. Эти талантливые люди и сформулируют идею.

Я вам больше скажу: как только народ поймёт, что очередной арест очередного жулика - это не подарок к выборам и не схватка бульдогов под ковром, а попытка очищения, то и настроения резко изменятся. Вспомните, как в конце 1980-х воспринимали любую новость, связанную с коррупционными делами. Потому что люди поверили в то, что возможно жить по-другому.

СЧАСТЬЕ ОБЩЕЕ?..

- Но это же ужасно! Из этого надо как-то выходить, иначе

такая страна долго не протянет...

- Выходить как-то надо. Но, знаете, я в этом смысле попытки оставил. В том смысле, что я уже очень болел за общее счастье, очень его хотел, очень к нему стремился, и у меня (как и у многих) не получилось. Поэтому теперь я занимаюсь улучшением жизни в ближайшем, что называется, кругу. Пытаюсь возделывать свой сад, как говорил один неглупый человек.

Если всерьёз будем заниматься собой, улучшать жизнь свою, своих близких, правильно их ориентировать, тогда, может быть, путём объединения этих «частных хозяйств» мы к чему-нибудь хорошему придём.

- Насколько в том, что общество пришло в такое состояние, виновата ещё и культура? Вернее, то, чем истинную культуру подменили?

- Не соглашусь! Внутри нашей культурной среды есть замечательные люди, настоящие подвижники. Это не те, кого мы видим на экранах телевизоров, - это те, кто в маленьких городах работает в библиотеках, маленьких театрах. Живут впроголодь, получают копейки, но при этом делают замечательные вещи. Помню, у меня были съёмки в очень маленьком городе - там бедность считалась просто из всех пор. Снимали мы в здании местной библиотеки. И я увидел, как эти ни-

щие библиотекари на свои деньги собирают какие-то выставки для детей, из подручных материалов что-то мастерят, пытаются улучшить жизнь вокруг себя, дать что-то тем, кто рядом. Эти люди никуда не делись, они остались. На этих подвижниках всё и держится. Другой разговор, что командные высоты захватили совершенно другие, с другими интересами...

- Россия ещё со времён Петра довольно внимательно присматривалась к Европе, воспринимала её как образец. Смотрим мы сейчас на Европу и понимаем, что такой образец не очень-то и нужен.

- Я вообще не склонен преувеличивать значение Европы в нашей жизни. Не буду с придыханием восклицать, что у нас особая стезя, но она действительно особая - в силу нашей жизни, нашей истории, нашего менталитета, вероисповедания.

Равняться на Европу мы должны в вещах очень простых. Уважение к человеку. Элементарное уважение к человеку. Независимая судебная система. Свобода слова - не в смысле того, что я могу на заборе что угодно написать, а в смысле того, что оповещение людей о твоём плохом поступке ломает тебе карьеру, испортит жизнь. Много чего у них есть, что можно взять. Но лучше жизнь свою нам выстраивать, исходя из собственных задач и, главное, характера нашего народа.

- А какой он, характер нашего народа?

- Он сложный... Я всё-таки не Солженицын, чтобы всерьёз рассуждать об этом. Могу только привести поговорку: «Что русскому хорошо - немцу смерть». Действительно, так оно и есть! Исходя из этого, мы должны строить что-то своё. И оно должно быть с человеческим лицом.

- Возможно, я ошибаюсь, но мне кажется, что человек не может жить без идеала. Мы, рождённые ещё в СССР, воспитывались на книгах, фильмах, где были настоящие герои. Сейчас герои такие, что подражать им не очень хочется. А где, где он, этот идеал?

- Существует вера. Христианская вера, которая очень многих спасает и удерживает. Какой тебе ещё идеал нужен, если ты всерьёз этим вопросом озабочен?! Да и классику никто не отменял - ищи идеалы там!

А ещё мне кажется, что задача интеллигенции, людей пишущих, снимающих - нахождение хороших людей среди нас. Они же есть, они никуда не делись! Они каждый день совершают подвиги, которые достойны не просто упоминания в разделе «Происшествия», а серьёзного разговора. Мы обмусоливаем жизнь бог знает кого из глянцевого журналов, но никогда не обратим внимания на человека, усыновившего 10 детей, или офицера, который прикрыл солдата на учении своим телом и погиб. Мы этого не замечаем, это не становится ключевым пунктом новостей.

- В общем, внимательнее надо смотреть по сторонам.

- Нужно внимательнее смотреть по сторонам, да.



Юлия
ШИГАРЕВА

Фото пресс-службы телеканала «Россия 1»

КАТАРАКТА
С ГЛАЗ ДОЛОЙ

Новейший метод лечения глазных заболеваний!!!



Российские ученые снова оказались на самой вершине научных открытий в лечении глазных заболеваний. Благодаря древнейшим знаниям и высоким технологиям разработан офтальмологический аппарат для лечения в домашних условиях - «ГАЛАЗОМИР»! Впервые, научились воздействовать лечебными частотами на причину глазных недугов, а именно - НА ПОЛУШАРИЯ МОЗГА! При этом запускаются мощные механизмы (восстановления) зрительных функций и повреждённых тканей глаза. Хотите забыть о пугающих фразах: «катаракта», «глаукома», «макулодистрофия», «отслоение сетчатки» - ПОПРОБУЙТЕ ГАЛАЗОМИР В ДЕЙСТВИИ! Аппарат «ГАЛАЗОМИР» подарит вам возможность восстановить и сберечь зрение до глубокой старости!

ПОДРОБНЕЕ ПО ТЕЛЕФОНАМ (звонок бесплатный по всей России):
8-800-500-45-93, 8-800-500-45-93

ООО «Элит-Трейд», 140402, Московская область, г. Коломна, ул. Зеленая, д. 31А, офис 318, ОГРН 1125476242594, Реклама.
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ

ЗАЧЕМ ИМ ДОВЕРЕННЫЕ

ПОДРОБНОСТИ

На кого опираются партии?

Недавно Собянин встретился с доверенными лицами. Зачем они нужны? Есть ли они у других партий помимо ЕР? Что они делают? В. Савельев, Москва

ПРОТИВ «ЛОМА» НЕТ ПРИЁМА

«Доверенные лица - это социальный капитал кандидата. Если за него агитируют уважаемые, известные люди, это повышает его авторитет», - говорит политолог Борис МАКАРЕНКО. «Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто твой враг», - напомнил Николай БУЛАЕВ, зампреда ЦИК. - Если к подбору доверенных лиц относятся спустя рукава, последствия для имиджа партии и кандидатов будут неважные. Это должны быть люди, которые хорошо знают кандидата, понимают, чем

ЛИЦА?

занимается партия, и могут отвечать на вопросы избирателей». «Каждая партия, выдвинувшая федеральный список, может назначить до 1000 доверенных лиц, а кандидаты по одномандатным округам - до 20», - уточнила Майя ГРИШИНА, секретарь ЦИК. «Как правило, в список таких лиц

20

ДОВЕРЕННЫХ ЛИЦ МОЖЕТ НАЗНАЧИТЬ ОДНОМАНДАТНИК.

входят авторитетные люди, лидеры общественного мнения - «ЛОМы», - говорит политолог Олег МАТВЕЙЧЕВ. - Эффективность доверенных лиц зависит от их преданности кандидату и партии».



Доверенными лицами должны быть люди, пользующиеся любовью и авторитетом россиян. Фото Игоря ХАРИТОНОВА

КТО В СПИСКЕ?

В списке доверенных лиц ЕР в столице прославленные врачи, ректоры ведущих вузов, деятели культуры и искусства, любимые и уважаемые во всей стране. По словам Александра КУРДЮМОВА, зампреда Комитета Госдумы по регламенту и организации работы, фракция ЛДПР, их доверенные лица - «обычные люди, которые поддерживают партию, её члены и сторонники: рабочие, врачи, студенты, учителя».

Как сообщила Софья ЧЕРЕПАНОВА, руководитель пресс-

службы партии «Родина», «это будут люди, неизвестные общественности, зато понятные нашим избирателям». «Для партии, конечно, лучше, когда кандидаты - сами доверенные лица, - убеждена Надежда КОРНЕЕВА, зампреда партии «Патриоты России». - И о партии избирателю лучше рассказать, и программу предъявить».

У партии «Зелёные» списка доверенных лиц ещё нет, но в него войдут эксперты в области экологии и защиты окружающей среды. Не рассматривали вопрос о назначении доверенных лиц и эсеры.

КОСМОС НЕ ОТДАДИМ?

КИТАЙ СОБИРАЕТСЯ ВЫВЕСТИ НА ОКОЛОЗЕМНУЮ ОРБИТУ СОБСТВЕННУЮ ПИЛОТИРУЕМУЮ СТАНЦИЮ - АНАЛОГ МКС. С ЧЕГО ВДРУГ У НЕГО ТАКИЕ УСПЕХИ И ЧТО МЫ МОЖЕМ ИМ ПРОТИВОПОСТАВИТЬ?

ПОЗИЦИЯ



АЛЕКСАНДРОВА

Китай успешно отправил первого тайконавта на орбиту ещё в 2003 г. А их космическая программа началась ещё в 1960-х. Конечно, они скопировали какие-то наши и американские технологии, но по большому счёту здесь у них всё своё.

Может ли впоследствии китайская пилотируемая станция быть использована в таком же качестве, как и МКС? Наверняка так и будет, потому что китайцы проводят активную внешнюю политику, привлекая, например, к сотрудничеству страны Африки, Азии и Латинской Америки. Пока, скорее всего, их станция будет неким аналогом программы «Интеркосмос» (советская космическая программа, позволявшая космонавтам и организациям дружественных СССР стран участвовать в совместных исследованиях. - Ред.).

Самое печальное: российская космическая отрасль может «лечь» под китайцев - такие советчики, к сожалению, есть. У некоторых руководителей этой отрасли почему-то не возникает мысль о том, что у нас может быть собственное развитие космонавтики.

Что мы можем противопоставить китайскому проекту создания собственной пилотируемой станции? У России достаточный опыт создания своих станций. Только нужно окончательно решить, для чего они нам нужны. Продолжение проекта МКС уже никому не интересно. Фактически МКС морально устарела ещё до своего появления.

Теперь нам нужна совершенно другая станция: стартовая площадка для кораблей, отправляющихся в дальний космос, и некий орбитальный завод, где их будут собирать и ремонтировать. Необходима станция и для биологических экспериментов. Если делать капитально, всерьёз и надолго массовое сообщение с тем же Марсом, то станция необходима как перевалочный пункт. Технические возможности для решения всех этих задач у нас сейчас имеются - и проекты есть, и заводы, которые их реализовали бы, тоже. Дело лишь за волевым решением. И чем позже оно будет принято, тем дороже всё обойдётся.

Сергей Александров, инженер-конструктор космических аппаратов, историк космонавтики

БЛИЦ

Елена ЧАЙКОВСКАЯ, заслуженный тренер СССР и России:

- В этот тяжелейший для российского и столичного спорта период, когда нас пытались лишить участия в Олимпийских играх, мы держимся именно благодаря поддержке Москвы. Сейчас во дворах огромное количество площадок: для футбола летом, фигурного катания зимой, теннисных столов. В спорт вовлечены дети, и это очень важно.

ПОЧЕМУ ВЫ СТАЛИ ДОВЕРЕННЫМИ ЛИЦАМИ?

Алексей ЗАБЕЛИН, ректор Московского финансово-юридического университета:

- Я стал доверенным лицом, потому что люблю наш город. А Сергей Собянин как мэр очень много делает для него. Его команда работает на благо москвичей, каждый из них. Вместе с Петром Толстым мы посадили парк в Люблине. Такая инициатива пошла от наших студентов, и её поддержали.

Карен ШАХНАЗАРОВ, кино-режиссёр, генеральный директор киноконcernа «Мосфильм»:

- В Москве очень многое делается для того, чтобы выборы были честными. Я считаю, столичные власти более чем кто-либо заинтересованы в том, чтобы никто не усомнился в результате.

Аскольд ЗАПАШНЫЙ, дрессировщик, народный артист России:

- Я стал доверенным лицом, потому что очень искренне верю: именно нынешняя власть по сравнению со всей той, которую мне удалось пережить, движется в правильном направлении. Я вижу конкретную работу. Именно такие люди, как Владимир Путин, Дмитрий Медведев, Сергей Собянин, - они работают на благо страны.

Елена АНДРИЕВСКАЯ

группа строительных компаний

8 (800) 100-24-23
www.detinec.rf

Строительство ДОМОВ, БАНЬ, КОТТЕДЖЕЙ



25% - скидка на клееный брус

Скидки действуют до 15.08.2016 г. Для точного расчета стоимости приведенных примеров обращайтесь в офис продаж. Информацию об акциях и скидках, месте и порядке получения можно узнать по телефону или на сайте. Свидетельство № С-248-5050106474-01 от 22.11.2013г. о допуске к строительным работам, выданное члену СРО НП «ДСТ ЦСР» ООО «Медвежье Озеро».

ДОМА И БАНИ ИЗ БРЕВНА И БРУСА

РЕКЛАМА



ДОМ 6х9 м от 558 030 руб.
463 165 руб.



ДОМ 8х9 м от 763 640 руб.
650 421 руб.



БАНЯ 6х6 м от 356 400 руб.
295 812 руб.



БАНЯ 6х8 м от 498 960 руб.
414 137 руб.

ВЫСТАВКА ДОМОВ И БАНИ

Щелковский р-н, д. Медвежье Озера, 65 А

«РАХАТ-ЛУКУМ» ОТ ЭРДОГАНА

НА ЗЛОБУ ДНЯ

Чем опасны
турецкие «сладости».

КАК ВОССТАНАВЛИВАТЬ ОТНОШЕНИЯ С ТУРЦИЕЙ? ПОСЛЕ ТОГО КАК ТУРЕЦКАЯ СТОРОНА ПОПРОСИЛА ИЗВИНЕНИЯ ЗА СБИТЫЙ САМОЛЁТ, ЭТОТ ВОПРОС ДЛЯ МНОГИХ РОССИЯН ВСТАЛ КАК БЫ РЕБРОМ.

Россияне задаются вопросами: удастся ли окунуться в тёплое Средиземное море? И это понятно: за последние десятилетия Турция стала для нас как бы «второй дачей». А формула «всё включено» стала для наших отдыхающих весьма привлекательной финансовой формулой.

Плюс к этому хорошо налаженная система обслуживания, внедрённая в своё время требовательными немцами. Плюс доброжелательность местного населения и коммерсантов. Плюс чуть ли не мода на смешанные браки: каждый шестой брак в Турции - брак с русской девушкой. Есть и другие аспекты: турецкие строители уже давно зарекомендовали себя как мастеровитые рабочие, и многие наши предприниматели предпочитают иметь дело с ними, а не с выходцами из Средней Азии. Неудивительно, что, когда между нашими странами возникло резкое обострение, многие россияне огорчились.

А «УДАР В СПИНУ»?

Переворот в Турции захлебнулся. Учинив расправу над противниками, Эрдоган прибирает к рукам всё больше полномочий.

Аналогии слишком очевидны, и это не преминули отметить и в Евросоюзе, и в США. Отношения между Западом и Турцией резко обострились. Евросоюз грозит взять обратно обещание предоставить туркам безвизовый режим. Турция, шантажируя Евросоюз, угрожает потопить его в потоках беженцев. Нарочитую активность демонстрирует многомиллионная турецкая диаспора в Европе. Европа обижена, возмущена.

На фоне всех этих событий Эрдоган попытается молниеносно разыграть российскую карту. Дразня и Вашингтон, и Брюссель, он демонстративно протягивает руку Москве. Едет в Санкт-Петербург, складывает губы в поцелуй. Приглашает В. Путина в Турцию на дружеский футбольный матч, как бы иллюстрируя восстановление «личных отношений». Задействован и экономический «рахат-лукум»: Турция дала согласие на возобновление переговоров по газовому «Турецкому потоку». Что это - всплеск непонятно откуда возникшей любви? Или, пугая Европу сближением с Россией, Эрдоган хочет переиграть Европейский союз, а заодно принудить европейцев закрыть глаза на разгул откровенного террора в Турции?



И НЕ ДРУГ, И НЕ ВРАГ...

Российская дипломатия оказалась в крайне деликатной ситуации. Броситься в объятия Эрдогана в тот момент, когда Турция скатывается в исламскую разновидность тоталитаризма, значило бы продемонстрировать те политические вкусы, от которых Москва старательно отрекается. Ведь как бы громко мы

турецких ковров, текстиля, кожи, овощей и фруктов Россия может вполне обойтись. А вот Турции без российского газа (60%) и пшеницы обойтись сложно. При 11%-ной безработице в Турции Анкара крайне заинтересована и в том, чтобы турецкие рабочие вернулись на наши стройки. Надеюсь, что российские дипломаты, разговаривая с турецкими, напомнят и о том, что вопрос о Крыме и, в частности, о крымских татарах

- чисто внутренний российский вопрос и не требует пристального внимания Анкары.

Надо помнить и о том, что Турция - член НАТО и обладает одной из сильнейших армий в мире. И что эта армия находится в блоковом взаимодействии с США. Следует помнить и о двучии Европейского союза: если Турция будет шантажировать Европу возможностью своего выхода из НАТО (а слухи такого рода имеются), европейцы, желая сохранить важного союзника, вынуждены будут снизить

уровень критики и принимать эрдогановскую Турцию «telle quelle» - такой, как она есть. А уж если США и Евросоюз, отпустив Эрдогану грехи, позовут его в свои объятия, то Турция быстро и вытрет русские поцелуи, и усомнится в выгодах «Турецкого потока».

* * *

Задача нашей дипломатии при встрече с турецкой - не дать себя использовать или, как говорят в народе, «поиметь». Отношения нужно строить не на «соседском доверии», а исключительно на экономическом и финансовом расчёте, на жёстко прописанных обязательствах. Хотите «Турецкий поток»? Участвуйте в нём финансово, делите риски, а при смене позиций отвечайте по полной. Чтобы не случилось так: мы предоставим свои трубы, проложим их за свой счёт, а потом по щелчку из Вашингтона или по прихоти еврокомиссаров нам скажут - а труба-то ваша нам и не нужна! Разве такое уже не случилось?



Вячеслав
КОСТИКОВ

Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА

В 5 РАЗ

БОЛЬШЕ НАШ ЭКСПОРТ В ТУРЦИЮ, ЧЕМ ИМПОРТ ОТТУДА.

ни твердили: «Евразия-Евразия превыше всего!», наши помыслы и исторически, и актуально связаны с Европой. Углублять разрыв с Европой опасно для России. Разговоры о «партнёрстве», об «особых отношениях», столь любимые нашей дипломатией, в случае с Турцией следует облекать в форму сослагательного наклонения: «Мы не против, если, конечно...»

Понятно, что очень многим (42%) хочется вернуться к тёплым и вкусным берегам. Но очевидно, что, вспоминая чудесную систему «всё включено», следует помнить и об опасных особенностях турецкой политики. «Восток - дело тонкое». Слишком уж непредсказуемой была политика Анкары в последние годы. И неудивительно, что на вопрос социологов из Фонда общественного мнения, следует ли восстанавливать отношения с Турцией, 60% россиян мудро ответили: спешить с этим не следует. Россияне явно не понимают, кто он нам, Эрдоган. Друг? Враг? Или, как пел Высоцкий, «и не друг, и не враг, а так».

НЕ ПОВТОРИТЬ ОШИБОК

Конечно, нормализовать отношения нужно. Турция - важный торговый партнёр. Торговля с ней весомо пополняет наш бюджет: мы продаём туркам в 5 раз больше, чем покупаем. Без

Единственная федеральная радиостанция общего формата!

Более 160 передач в эфире!
Общественно-политические и развлекательные ток-шоу, радиоспектакли и радиосериалы, научно-познавательные и музыкальные программы, передачи для детей!
Выпуски новостей каждый час!

СЛУШАЙТЕ ГЛАВНОЕ РАДИО СТРАНЫ ВСЕЙ СЕМЬЕЙ!

РАДИО РОССИИ

0+, 6+, 12+, 16+, 18+

«Первая кнопка» проводного вещания, УКВ 66,44 МГц в Москве, УКВ 66,3 в Санкт-Петербурге

www.radiorus.ru

РЕКЛАМА

ОБЩЕСТВО

Как научить
жителей
мегаполиса
бдительности?

НА ПРОШЛОЙ НЕДЕЛЕ НА ПРОСПЕКТЕ МИРА ПРОШЁЛ ОЧЕРЕДНОЙ «ДЕНЬ БЕЗОПАСНОСТИ». ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ПОЖАРНЫЕ РАССКАЗАЛИ ЖИТЕЛЯМ О ТОМ, КАК СЕБЯ ВЕСТИ И КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАХ. ПРОВОДИЛ АКЦИЮ ПРЕЗИДЕНТ АКАДЕМИИ ГПС МЧС РФ ГЕНЕРАЛ-ПОЛКОВНИК ИВАН ТЕТЕРИН.



ПОПРОБУЙ САМ!

«Что это? Что это?» - спрашивали друг друга ребяташки, увидев посреди двора стол со спасательным оборудованием. «Это пожар», - решил самый старший. «Нет, пожара нам не надо!» - хором закричали его товарищи.

Никому из нас, конечно же, не надо ни пожаров, ни наводнений, ни несчастных случаев. Но в суе м мегаполиса



**ВОДУ -
В СУМКУ,
ПАНАМУ -
НА ГОЛОВУ!**

об осторожности люди почему-то думают нечасто.

«Дни безопасности» проводить начали в апреле, перед сезоном отпусков и праздников, - говорит генерал-полковник Тетерин. - На отдыхе многие из нас расслабляются и о предупредительных мерах начинают забывать. В результате в зоне риска не только взрослые, но и их дети. Мы в академии МЧС считаем, что лучше один раз увидеть, чем сто раз прочитать. Поэтому и предпочитаем акции наглядные».

Иван Михайлович и его коллеги делают мастер-классы интерактивными, то есть можно не только смотреть и слушать, но и самому «потрогать и пощупать», - получается и не скучно, и вещи, которые

могут пригодиться в повседневной жизни в самый неожиданный момент, запоминаются легче. Если самому хоть раз попробовать справиться с бытовым огнетушителем или шлангом, оказать первую помощь пострадавшему, не забудешь никогда.

Как и рассказы о цветах уровней опасности - зелёном, жёлтом, оранжевом и красном; о том, как при этом



Вооружён знаниями - значит, защищён, считают спасатели.

вести себя в доме, на открытой местности, в лесу и около водоёмов.

СПОРТ В ЖАРУ - НЕ ДЕЛО

«Для нас очень важно, что на занятия академии по безопасности приходят ребяташки, - говорит Иван Тетерин. - Школьники, например, уже начинают осознавать, что риски в жизни - дело реальное. И

пробовать противостоять этим рискам детям интереснее, чем взрослым».

Понравилось малышам и подросткам во время «учений» примерять огнеупорную форму пожарных - они расспрашивали, из какого материала сделаны костюмы, какую температуру выдерживают.

Раскрыв рты, дети слушали, чем опасен открытый огонь в квартире и на природе. Им интересно было, почему страшно

не только пламя, но и дым, что последний даже коварнее огня из-за продуктов горения пластмассы и прочей синтетики.

Некоторые даже записывали, как эвакуируют людей из многоэтажного дома, и уяснили, что лифтами во время пожаров ни в коем случае пользоваться нельзя.

Но пекло бывает не только от костров и газовых плит, летом нещадно палит и солнце. Июль и первая половина августа «наградил» Москву аномальной жарой, поэтому сотрудники МЧС не забыли напомнить горожанам, что и здесь хороша бдительность: не стоит изнурять себя физическими нагрузками, в том числе спортивными играми на открытом солнце с 11.00 до 16.00. Одеваться лучше в лёгкую одежду светлых тонов и носить открытую обувь, не забывать о панаме, кепке и шляпках, а в сумочке иметь бутылку с водой и необходимые лекарства.

«Подарком» стал для столицы и июльский ураган. Поэтому спасатели рассказали, как вести себя в таких чрезвычайных условиях: например, держаться подальше от рекламных щитов, ветхий построек, деревьев и мачт. А лучше всего поскорее укрыться в надёжных помещениях с закрытыми окнами.

Олег СИВЦОВ

РАДИО ДАЧА 92.4 fm

ОТДЫХАЙТЕ СЕМЬЕЙ НА ДАЧЕ!

СЛУШАЙТЕ РАДИО ДАЧА!

ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС ДЕТСКИХ РИСУНКОВ «Я И МОЯ СЕМЬЯ НА ДАЧЕ»

ГЛАВНЫЙ ПРИЗ: Елена Борисова, 6 лет, г. Северодвинск.

1 МЕСТО (5-8 лет): Дарья Вугрева, 8 лет, г. Кирово-Чепецк, Кировская обл.

1 МЕСТО (9-12 лет): Савицкая Елизавета, 10 лет, г. Екатеринбург.

1 МЕСТО (13-16 лет): Старикова Ангелина, 14 лет, г. Курск.

Реклама 0+

ЗЕРНО ДЕШЕВЕЕТ. А ХЛЕБ?



В этом году Россия может собрать рекордный урожай зерна. А цены на хлеб, макароны и муку вслед за этим понизятся?

В. Акимов, Анапа

Отвечает **Алексей АЛЕКСЕЕНКО**, помощник главы Россельхознадзора:

- Государство у нас цены на зерно и хлебобродукты не регулирует, это всё остаётся на откуп бизнесу.

С нынешним курсом валюты коммерсанты явно будут пытаться экспортировать как можно больше зерна. В этом плане России нужно ориентироваться на опыт других стран. Например, в США, Канаде и Австралии государство очень активно участвует в работе зернового рынка, поскольку рассматривает этот вид продуктов как стратегический. Там государство реально контролирует, сколько зерна остаётся в стране, какого оно качества и каково состояние национальных запасов. От этого во многом и зависит цена сначала на сырьё, а потом и на изготовленные из него продукты питания.

ЗАЧЕМ
КАЗАЧЬИ КЛАССЫ?

Губернатор Краснодарского края заявил, что с 1 сентября во всех школах региона появятся казачьи классы. Зачем?

В. Лыков, Краснодар

По словам губернатора **В. КОНДРАТЬЕВА**, «казачат нужно воспитывать не акциями и парадами, а системно. Они должны расти и как минимум с 7 лет понимать, что они казаки и образование должно быть казачьим». «В том, что с казачеством надо работать и постоянно эту работу совершенствовать, сомнений нет, - считает **Виктор ЧУМАЧЕН-**



КО, профессор, старший научный сотрудник Южного филиала Российского НИИ культурного и природного наследия им. Д. С. Лихачёва. - Но пока эта работа, как мне кажется, ведётся формально и, я подозреваю, больше на бумаге. Если казачьи классы вберут в себя всё позитивное, что накоплено ранее, на качественно новом уровне, буду рад. Если всё впопыхах и незнамо как, новая идея обернётся дешёвым популизмом».

В ЕВРОПЕ УЖЕ НЕДЕЛИ НЕ ПРОХОДИТ, ЧТОБЫ НЕ ПРОИЗОШЁЛ ОЧЕРЕДНОЙ ЭКСЦЕСС С УЧАСТИЕМ ВЫХОДЦЕВ С БЛИЖНЕГО ВОСТОКА, А ЕВРОСОЮЗ ВСЁ ПРОДОЛЖАЕТ ВЕЩАТЬ ОБ АГРЕССИИ СО СТОРОНЫ РОССИИ И НЕОБХОДИМОСТИ УЖЕСТОЧИТЬ КАРАТЕЛЬНЫЕ МЕРЫ ПРОТИВ НАШЕЙ СТРАНЫ. ЧТО ЕЩЁ ДОЛЖНО ТАМ ПРОИЗОЙТИ, ЧТОБЫ ОНИ НАКОНЕЦ ЗАНЯЛИСЬ РЕАЛЬНОЙ УГРОЗОЙ ТЕРРОРИЗМА, А НЕ ПОТЕНЦИАЛЬНЫМИ ПОДСЧЁТАМИ, ЗА СКОЛЬКО ЧАСОВ РОССИЯ ЗАХВАТИТ ПОЛЬШУ?

ВЕРСИЯ



ШЕВЧЕНКО

лет он стал пространством жуткой

- Да, радикальные мусульмане, и не только они, совершают чудовищные теракты. Но давайте задумаемся: а во что Запад превратил исламский мир? За последние 25

бойни, убиты миллионы людей, разрушены города, всюду гражданские войны.

И к России Запад относится чисто потребительски. По их мнению, мы должны быть слабыми, разорёнными, несчастными, попрошайничать, жить на их подаяние, ненавидеть друг друга: русские - чеченцев, чеченцы - аварцев, аварцы - кого-то ещё. А современные права человека, экономика, банковская система, технологии позволены как бы только Западу. Стоило Ирану сделать не военную, а всего лишь гражданскую ядерную программу, на него тут же навалились всей толпой. Я знаю прекрасно, как их пятая

колонна в своё время уничтожала наши вузы, видел эти списки...

Питерский «Военмех», Бауманский институт, МФТИ, МАИ, научные базы, которые позволяли создавать кадры и научные разработки для нашего военно-промышленного комплекса, должны были быть ликвидированы любой ценой. Да что наука! Всё население за пределами западного мира должно либо пребывать в состоянии мучеников, которым с самолётов сбрасывают гуманитарную помощь, либо стать стадом потребителей, готовых сутки напролёт ломиться в фастфуд, чтобы съесть там котлету в булках. Вот чего они хотят от нас.

Они понимают только силу. Это же



слова Путина: «Мы были слабыми, а слабых бьют». Он сказал это в 2004-м, после Беслана... Мы не обязаны играть по их правилам...

Более того, я не верю ни в какую террористическую атаку на Европу. Это манипуляция, имеющая целью погрузить весь западный мир в пространство войны и агрессии, остановить развивающуюся Россию, которая восстанавливает свой суверенитет и международный статус, и лишить Европу статуса мирового центра. Европа, которая сейчас содрогается от жутких террористических эксцессов, должна, по замыслу манипуляторов, быть исламо-, тюрко-, арабофобской, люди в ней должны быть разделены и ненавидеть друг друга. Однако в Европе и Америке по-прежнему много приличных людей, которые хотят иметь с нами хорошие отношения и понимают, что стравливание народов - дело рук правящих элит.

Максим Шевченко, журналист, телеведущий

НИ В ЗУБ НОГОЙ!

ДИАГНОЗ



КОКЛЮШКИНА

Всё! Ухожу на большую дорогу! Денег нет, цены растут, надежды иссякли.

Ухожу. На точу авторучку, скажу жене: «Не поминай лихом!» И пойду. Молодость свою старшинскую вспомню - шайку сколочу. Не по партийной принадлежности подбирать стану, не по родственной, а по таланту и характеру. Коллективчик получится - ни поджечь, ни утопить!

Грабить буду по совести, по справедливости. Бабушка всю жизнь вспоминала квартирного вора. Ребёнок маленький, сама опять в положении, мужа забрали в Спасские казармы, и - слегла. Руки не поднимать. И тут - всё одно к одному! - в окно залез вор. Он накормил ребёнка, дал большой лекарьство и столь же тихонько вылез.

Вспомнит ли кто добрым словом нынешнее жульё, обирающее малых и старых? Будет ли им чем оправдаться на Страшном суде, где судью не купить, присяжных не запугать и адвокатом - лишь твоя совесть?

Погожую от души, потом - в монастырь грехи замаливать. Монастырей много. И в красивейших местах! В Серпухове два монастыря: Высоцкий и Владычный. В пору мою охранно-реставрационную Высоцкий медленно, но реставрировался, а во Владычном - на зелёных воротах красные звёзды были. Помнится, в автобусе женщина: «Кто спрашивал секретное ракетное училище - вам сейчас выходить!»

Уйду в монастырь. Отдохну день-два... На третий раздражать начну. Привычка дурная: знаю, что за понедельником - вторник, так обязательно сказать надо! Особенно тем, кому хочется, чтобы воскресенье.

Во время вождельенной перестройки поведаль со сцены Театра эстрады (свидетелей больше тысячи - остались ли живы?), что нас ждёт. И - извольте! В центре зала вскочил среднего возраста и образа мужчина и закричал: «Я тебя сейчас убью!»

Нет! Не пойду я на большую дорогу. Ну её к аллаху! Пойду в парк. Там интересно: танцуют, поют, катаются... На чём только не катаются! И даже скамейка есть, к которой женщины подходят настороженно, потому что, присев на неё, узнаешь свой вес. Кто-то, узнав, выносит скамейке приговор: «Она сломана!», кто-то - самый мужественный! - обещает себе сесть на диету.

А я - такой-сякой насмешник - смотрю на всё это и думаю: установить бы в парке, а лучше - на одной из центральных площадей такую скамью, чтобы сел на неё человек и сразу было бы видно, способен ли он, оправдает ли доверие, если сядет в чиновничье или депутатское кресло?

Поскольку подобных скамеек нет и не предвидится, то и надеяться нам, судя по всему, пока не на что!

ШЕРШАВЫМ ЯЗЫКОМ ПЛАКАТА

ЧЕТВЕРОНОГИЕ ДЕТИ

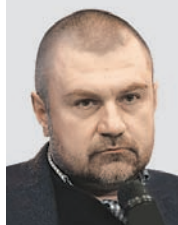
Любят россияне домашних животных. Каждая третья семья заводит кошек, каждая четвертая - собак. Всего домашних животных - почти 36 млн. И количество их продолжает расти, если судить по тому, как растут продажи кормов: в прошлом году - на 12%, в этом ещё на 9%. Экономисты подсчитали: домашние любимцы приносят большую пользу для экономики, обеспечивая рост ВВП более чем на 1%, что в натуральном выражении составляет около 1 трлн руб. Причём породистые животные обходятся их владельцам вдвое дороже, чем беспородные. С учётом того, что доходы россиян из-за кризиса в последние годы не растут, можно сделать вывод: увеличивая траты на домашних питомцев, владельцы животных экономят на себе. Ведь как можно отказать любимцам в лакомстве, если хозяйка воспринимает их как детей.



Использована открытка Ники Гольца «С новорождённым!» (1955)

ГЕНПРОКУРАТУРА ОБНАРОДОВАЛА СПИСОК САМЫХ КОРРУПТИРОВАННЫХ РОССИЙСКИХ РЕГИОНОВ. ПЕРВАЯ ТРОЙКА: КУРСКАЯ ОБЛАСТЬ, УДМУРТСКАЯ РЕСПУБЛИКА И АСТРАХАНСКАЯ ОБЛАСТЬ. НЕУЖЕЛИ ГЛАВНЫЕ ХАПУГИ СИДЯТ ТАМ? ИЛИ ПРОСТО В ЭТИХ РЕГИОНАХ ХОРОШО ЛОВЯТ КАЗНОКРАДОВ ЗА РУКУ?

ПОЗИЦИЯ



КАБАНОВА

Коррупция - это бизнес, задача которого - получение ренты с бюджетного процесса, с легального бизнеса и т. д. То есть должностные лица, используя админресурс, свои чиновничьи возможности, создают специальные условия,

которые помогают им решать задачи собственного обогащения. Поэтому все рейтинги зависят от того, в чём мы меряем коррупцию. В деньгах, конечно, можно, но крайне сложно и не совсем объективно, поскольку это бизнес теневой.



Исследование Генпрокуратуры - это рейтинг восприятия коррупции, рейтинг уголовных дел и рейтинг выполнения тех задач, которые поставлены антикоррупционным законодательством в регионах. Эти три показателя в принципе дают картину по общей ситуации. Но если мы попытаемся реально

замерить коррупционную систему в деньгах, то получим другой рейтинг. На первых позициях окажутся те регионы, где больше бюджетных денег, больше различных программ.

Не зря два года подряд в Национальном плане противодействия коррупции, который подписывает президент, отмечают следующие риски: строительство, дороги, ЖКХ, социальные и большие федеральные программы, национальные проекты. Здесь и надо искать любителей получить ренту с бюджета.

Борьба с коррупцией, а точнее, противодействие ей - это не разовые громкие посадки, а системная работа по уменьшению коррупционного бизнеса. И ею занимается Управление

по вопросам противодействия коррупции Администрации Президента, правительство, в том числе и Экспертный совет, и, безусловно, Генпрокуратура. Работа ведётся во взаимодействии, и ведётся она давно. Чтобы понять, насколько это серьёзно, достаточно вспомнить, что именно коррупцию президент объявил угрозой национальной безопасности. А это так и есть: коррупция разрушает систему управления и систему экономики, является дестабилизирующим фактором в обществе. И если бороться лишь с самими коррупционерами, пусть даже очень высокопоставленными, что, безусловно, необходимо, то это всё равно что просто косить сорняки. Даже если делать это «под корень», новые всё равно вырастут.

Кирилл Кабанов, глава Национального антикоррупционного комитета

КОСИТЬ СОРНЯК... ПОД КОРЕНЬ



СПОРТ



Особое достоинство
российских медалей
и людей, которые их добывают.

«НАС МАЛО, НО МЫ В ТЕЛНЯШКАХ», - ОТШУЧИВАЕТСЯ ВОЛЕЙБОЛИСТ СЕРГЕЙ ТЕТЮХИН. ЗАЛЕЧИВ БЕСЧИСЛЕННЫЕ БОЛЯЧКИ, ОН В 40 ЛЕТ ОТПРАВИЛСЯ В РИО НА СВОИ ШЕСТЫЕ ИГРЫ, ЧТОБЫ НЕСТИ ФЛАГ РОССИИ НА ЦЕРЕМОНИИ ОТКРЫТИЯ ОЛИМПИАДЫ. ОЛИМПИАДЫ, КОТОРУЮ НОВЕЙШАЯ ИСТОРИЯ ЗАПОМНИТ КАК САМУЮ СКАНДАЛЬНУЮ, КАК САМУЮ СТРАННУЮ.

ОГОНЬ И ВАДА

«ОТКРЫЛИ СТРЕЛЬБУ». Это не анонс финала по пневматической винтовке, а новость об очередных стычках полиции с бандитами рядом со стадионом «Маракана».

7 лет назад Рио отдали право проведения летней Олимпиады. Принять Игры доверили самой успешной латиноамериканской стране, экономика которой вот-вот должна была войти в пятёрку крупнейших в мире. «Вот-вот» не случилось. Кризис подорвал госбюджет, и стало понятно, что Бразилия не тянет спортивную

нагрузку. Олимпиаду даже подумывали перенести, но запасной «площадки» не оказалось.

Летом 2016 г. Бразилия, парализованная экономическим

и политическим шоком, сотрясаемая сильнейшим коррупционным скандалом и не имеющая президента (ей объявлен импичмент), зажгла олимпийский огонь. Это пламя подпало расходы на церемонии открытия и закрытия (их сократили вдвое), осветило

доделанные на скорую руку объекты, акции протеста госслужащих и статистику грабежей, бьющую рекорды по случаю приезда гостей из-за рубежа. Тырят здесь всё и везде. Местные называют это «бум-бум». «Бум» - вещи у датчан в Олимпийской деревне, «бум» - техника у немцев, «бум» - компьютеры в Доме российских болельщиков.

БЕГ... ПО СУДАМ

В этом Доме, арендованном в районе пляжа Копакабаны, должен был по традиции зажигать лучезарный **Виталий МУТКО** - с рассказами о медальных пла-

нах и его личном вкладе в дело олимпизма. Вышло так, что нет ни планов, ни самого министра спорта - он лишён аккредитации на Олимпиаду, так как был упомянут в докладе Макларена, главы независимой комиссии Всемирного антидопингового



Саблстка Софья Великая постоит за честь России. Фото Рейтер



Болеем за гимнаста Дениса Аблязина! Фото РИА Новости

«АИФ» РЕКОМЕНДУЕТ »

ЧТО И ГДЕ СМОТРЕТЬ?

11 АВГУСТА, ЧЕТВЕРГ		
8.05	Гандбол (ж) Россия - Швеция	Матч
9.20, 16.00	На XXXI Олимпийских играх*	Первый
9.50	Плавание	Матч
10.50	Спортивная гимнастика	Матч
12.10	Фехтование	Матч
13.00	Волейбол (ж) Россия - Камерун	Матч
15.00	Фехтование, шпага. Дзюдо. Стрельба (винтовка). Бокс	Матч
21.35	На XXXI Олимпийских играх	Первый
0.45	На XXXI Олимпийских играх	Россия 1
12 АВГУСТА, ПЯТНИЦА		
9.15	Плавание	Матч
9.20	На XXXI Олимпийских играх	Первый
10.20	Спортивная гимнастика	Матч
11.40	Водное поло (ж) Россия - Бразилия	Матч
13.00	Волейбол (м) Россия - Египет	Матч
17.30	Бокс	Матч
21.35	Плавание	Матч
0.55	На XXXI Олимпийских играх	Россия 1
13 АВГУСТА, СУББОТА		
8.05	Гандбол (ж) Россия - Аргентина	Матч
10.15	На XXXI Олимпийских играх	Первый
12.20	Волейбол (ж) Россия - Япония	Матч
15.45	Лёгкая атлетика	Матч
16.20	Водное поло (ж) Россия - Италия	Первый
21.00	Волейбол (м) Россия - Польша	Первый
22.20	На XXXI Олимпийских играх	Первый
0.25	На XXXI Олимпийских играх	Россия 1
14 АВГУСТА, ВОСКРЕСЕНЬЕ		
8.05	Лёгкая атлетика	Матч
10.15	На XXXI Олимпийских играх	Первый

10.35	Фехтование, сабля	Матч
11.45	Плавание	Матч
17.00	На XXXI Олимпийских играх	Первый
17.30	Греко-римская борьба	Матч
19.00	Стрельба (винтовка)	Матч
23.35	Синхронное плавание	Матч
0.00	На XXXI Олимпийских играх	Россия 1
15 АВГУСТА, ПОНЕДЕЛЬНИК		
7.05	Бокс	Матч
8.40	Гандбол (ж) Россия - Нидерланды	Матч
10.30	Спортивная гимнастика	Матч
12.45	Волейбол (ж) Россия - Бразилия	Матч
17.00	Синхронное плавание. Друзы	Первый
21.30	На XXXI Олимпийских играх	Первый
0.50	На XXXI Олимпийских играх	Россия 1
16 АВГУСТА, ВТОРНИК		
8.50	Спортивная гимнастика	Матч
11.30	Водное поло (ж), 1/4 финала	Матч
12.45	Волейбол (м) Россия - Иран	Матч
16.00	Прыжки в воду (м), трамплин 3 м	Матч
18.00	Греко-римская борьба	Матч
23.40	На XXXI Олимпийских играх	Первый
0.50	На XXXI Олимпийских играх	Россия 1
17 АВГУСТА, СРЕДА		
7.55	Греко-римская борьба	Матч
10.00	Спортивная гимнастика	Матч
11.05	Гандбол (ж), 1/4 финала	Матч
12.50	Волейбол (ж), 1/4 финала	Матч
14.50	Вольная борьба	Матч
19.00	Футбол (м), 1/2 финала	Матч
23.40	На XXXI Олимпийских играх	Первый
0.50	На XXXI Олимпийских играх	Россия 1

*В программе телеканала не указаны виды спорта. Время московское. Возможны изменения. Расписание с 18 по 21 августа - в следующем номере.

ИГРЫ ВОЛИ.



Юлия Ефимова - наша надежда в плавании.

Фото EPA

агентства (ВАДА). Теперь Мутко рапортует из Москвы: «Завоевали уже четыре медали сегодня. Хороший день. Неожиданностью для меня это не стало».

Но в «хороший день» случилась очередная драма. От Рио-2016 отстранили нашу паралимпийскую сборную. Основание - всё тот же список Макларена. В перечне россиян, с допинг-пробами которых что-то нечисто, обнаружилось 44 паралимпийца. Со-стряпанной ВАДА бумажки, которую держат под грифом «секретно», вполне хватило Международному паралимпийскому комитету (МПК) для того, чтобы выбросить из Игр целую страну. И если глава Международного олимпийского комитета (МОК) немец Томас Бах не стал плясать под чужую дудку, то глава МПК британец Филип Крейвен именно это и сделал. Он дословно повторил мантру ВАДА о государственной системе поддержки допинга в России, за что получил от спортивных американских коллег отзыв - «вдохновляющее решение».

Где доказательства и здравый смысл? Почему опять «сенсацию» разыгрывают как по нотам? Что должны чувствовать сейчас ни в чём не замешанные спортсмены, которые ограничены в возможностях - теперь ещё и стараниями г-на Крейвена? Обладатели рыцарского титула благородно молчат. Ответ даёт лишь на один вопрос: «Куда идти россиянам?» - «В суд!»

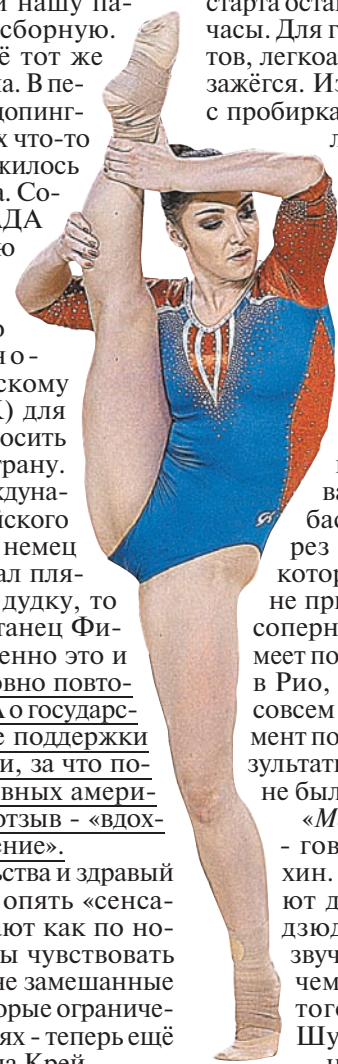
Поезжайте на своих колясках по инстанциям, а мы, если удовлетворят апелляцию, подумаем.

БЬЮТ ПО ПАСПОРТУ

«Эти истории с отстранениями случились лишь потому, что у нас российский паспорт», - уверена велогонщица **Ольга ЗАБЕЛИНСКАЯ**, двукратный призёр Олимпиады-2012. Она своё по инстанциям уже отбегала. Спортивный арбитражный суд разрешил ей и пловцам участвовать в Олимпиаде, посчитав

причины недопуска необоснованными. «То пускают, то не пускают, то снова пускают. Всё это очень выматывает эмоционально», - говорит **пловец Владимир МОРОЗОВ**. Ему дали олимпийский зелёный свет, когда до старта оставались даже не дни, а часы. Для гребцов, тяжелоатлетов, легкоатлетов такой свет не зажётся. Из-за мутной истории с пробирками сборная потеряла 110 человек (из 387 заявленных изначально). Оставшимся пришлось сражаться не только с соперниками, но и с вердиктами международных организаций, допинг-проберками, бездействием собственных чиновников. Юлия Ефимова, чтобы оказаться в бассейне, прошла через такие круги ВАДА, которые в страшном сне не приснятся ни одной её сопернице. И если она сумеет подняться на пьедестал в Рио, то это будет медаль совсем иного веса. (На момент подписания номера результаты соревнований ещё не были известны.)

«Мы стали только злее», - говорит Сергей Тетюхин. Эти слова повторяют девчонки-лучницы, дзюдоисты... Это «мы» звучит в Бразилии чаще, чем «я». И за себя, и за того парня. За Сергея Шубенкова, которому не придётся бежать в Рио, за Лену Исинбаеву, которой здесь не прыгать. В нынешней таблице медального зачёта в строчке «Россия» боли, несправедливости и истрепанных нервов так много, как никогда. Эту строчку, как и все результаты, показанные нашей сборной, немецкая газета «Бильд» решила игнорировать в знак солидарности с ВАДА. Что ж, только за первые два дня Олимпиады «Бильд» пришлось «не заметить» итоги пяти состязаний, где медали достались россиянам. От души желаем уважаемому изданию и в дальнейшем иметь как можно больше поводов «закрыть глаза».



Алия Мустафина - звезда спортивной гимнастики. Фото РИА Новости

ИГРЫ НА НЕРВАХ

ПЕРВЫЙ, НО НЕ ПОСЛЕДНИЙ

«Думаю, моё «золото» первое, но не последнее» – с таким прогнозом сразу же после победы выступил **Беслан МУДРАНОВ**, олимпийский чемпион по дзюдо в весе до 60 кг.

Чемпион имел в виду всю сборную, но прежде всего свой вид спорта. Ведь в каждой весовой категории мы в числе фаворитов.

Когда в финальной схватке казахский спортсмен держал Беслана за ноги и будущий чемпион завис вниз головой, зал ахнул: неужели конец?! Но Беслан не сдался. Напрягся так, что соперник сник. «Я понял, что он устал», – вспоминает Беслан.

Напрягся он и в 12 лет, когда в его родном Баксане, что в Ка-

бардино-Балкарии, появилась секция борьбы. «Обычно начинают заниматься в 8 лет, но у меня раньше не было возможности». И кимоно у него тоже не было. Но разве это препятствие?

Отзанимавшись почти 10 лет самбо, Беслан перевернул судьбу и стал дзюдоистом.

Напряжённым был для него и прошлый олимпийский период – пришлось уступить место в команде своему товарищу по Армавирской школе дзюдо и самбо Арсену Галстяну. Он и завоевал для России первое «золото» Лондона. Значит, всё было пра-

вильно. А Беслан как будто повис головой вниз – что делать? Вернулся в зал. Тренеры иногда его останавливают: не надо так много заниматься. Но Беслану уже 30, а его сопернику по олимпийскому финалу всего 23. Значит, нельзя отставать.

После награжде-

ния Беслана многие спрашивали про призовые. «Я не такой наглый, как футболисты», – сказал в сердцах. И ещё: «Медаль посвящаю родителям и всей стране».

Когда мы встретились с первым российским золотым медалистом Рио, ему ещё никто с поздравлениями не звонил. Просто он телефон с собой не взял, чтобы не отвлекаться. Жена Диана с дочками передали привет через «АиФ». Спрашиваем про знаменитое фото с первым дзюдоистом страны. Встреча на татами с Владимиром Путиным состоялась в январе этого года: «Я не ожидал, что он в такой форме».

От нашей команды после массовой психологической атаки такой формы тоже никто не ожидал. Ведь нас держали вниз головой...



Противник «устал».

Фото РИА Новости

«НАС УЖЕ НИЧТО НЕ СЛОМИТ!»

РОССИЯ БУДЕТ ОТСТАИВАТЬ В СУДЕ ПРАВО СВОИХ ПАРАЛИМПИЙЦЕВ НА УЧАСТИЕ В ИГРАХ-2016.

ПОЗИЦИЯ



АШАПАТОВА

Сборная в шоке. Как это вообще может быть?! А как же презумпция невиновности?! Говорите: спорт вне политики? Но ведь очевидно: то, что происходит сейчас, – один из способов давления на Россию. Моральная сторона вопроса никого не волнует. Катком решили проехаться по паралимпийцам – тем, для кого эти Игры раз в четыре года – смысл жизни.

Но, знаете, нас сама судьба так покалечила и закалила, что сломать больше уже никто и ничто не сможет. Мы не сдадимся! Мы будем бороться за справедливость!

Алексей Ашапов, четырёхкратный паралимпийский чемпион

МНЕНИЕ



БУЙЛОВА

Для меня подобный вердикт Международного паралимпийского комитета (МПК) сюрпризом не стал. Я долго работал в международной организации по спорту слепых, поэтому хорошо изучил тактику британских представителей. Очевидно, что за спиной Филипа Крейвена, главы МПК, стоят другие люди. Вспомните его выступление с заявлением об отстранении нашей сборной. Он путался, не мог ответить ни на один конкретный вопрос, не назвал ни одного факта или фамилии, было очевидно его незнание сути и глубины ситуации.

Те режиссёры, которые всё это затеяли, пытаются перевернуть с российскими паралимпийцами номер, который не прошёл с нашими олимпийцами. Это преступление, которое выйдет боком самим зачинщикам. Решение по России, несомненно, внесёт раскол в паралимпийское движение, отбросит его назад.

Сейчас к нашему вопросу подключились юристы. А нас, спортсменов и тренеров, ждёт очень непростой месяц (Паралимпиада стартует 7 сентября. – Ред.). Но мы стойкие бойцы. Нам к трудностям не привыкать.

Пётр Буйлов, старший тренер паралимпийской сборной по лёгкой атлетике

Материалы подготовили: Индира КОДЗАСОВА, Виктория ХЕСИНА, Рио-де-Жанейро, Полина ИВАНУШКИНА, Алина КЛИМЕНКО («АиФ-Петербург»), Марина ПРОЖОГА («АиФ в Омске»)

СТРЕЛЬБА ВНЕ ПРАВИЛ

19-летняя **Виталина БАЦАРАШКИНА** принесла нашей стране «серебро» в стрельбе из пневматического пистолета.

«Мы поздравили дочку через Интернет, и пока всё, – рассказывает Игорь Бацарашкин, отец олимпийской медалистки. – Она не любит отвлекаться, ведь ей выступать ещё в одном виде – стрельбе из малокалиберного пистолета с 25 м. Это в других видах спорта адреналин, злость помогают, а в стрельбе, наоборот, нужны концентрация, собранность».

В семье, где папа – полицейский, дедушка – военный и все увлекаются охотой, девочка росла «за парня»: с 6 лет Виталину брали на охоту. Ей дарили машинки, сабли, пистолетики, и наконец к 8 Марта дедушка преподнёс 9-летней внучке пневматическую винтовку. После уроков в школе Виталина училась стрелять по пивным банкам в дедовом гараже. Держа оружие на весу, палила лучше, чем взрослые мужики с упора. В 12 лет у неё было собственное огнестрельное ружьё, а на охоте она часто добывала больше дичи, чем мужчины. В кружок пулевой стрельбы Виталину тоже привёл дедушка. Через два года она завоевала первую медаль, потом «серебро» на первенстве мира, «золото» на юниорском Кубке мира.

«В сборной по пулевой стрельбе все старше Виталины лет на 10,



Виталина выросла с оружием в руках.

– гордится Игорь Бацарашкин. – Этот вид спорта возрастной, пик карьеры приходится на 28–30 лет. Но у дочки всё не по правилам. Она и на соревнованиях отстреливается быстро – не за 50 минут, а за 20, на одном дыхании, и этим деморализует соперниц. Глядя на дочь, они начинают нервничать. Эту манеру даже называют «бацарашкинский стиль».

«Виталина – сердцеедка, – улыбается мама Ирина Григорьевна. – Много парней по ней вздыхают, но у неё характер своенравный. Так что дочка одна и постоянно с пистолетом».

Фото Рейтер



Ксения Перова, Инна Степанова, Даяна Дайиждоржиева. Фото Рейтер

МЕДАЛЬ ДЛЯ МАМЫ

Награду 24-летний **рапирист Тимур САФИН** из рук не выпускал. Будто она его согревала в ветреный бразильский вечер или, наоборот, охлаждала разгорячённую нервным поединком душу.

Лишь однажды она чуть не выскользнула из рук, когда от «АиФ» он узнал об отстранении паралимпийцев от Игр. «Как? Я несколько раз был у них спарринг-партнёром. Вы знаете, какие ощущения, когда садишься в коляску и фехтуешь? Это, это... Это несправедливо!» – наконец находит верное слово Тимур.

Он начал заниматься фехтованием в 3-м классе: «Пришли к нам в школу в Уфе тренеры, рассказали, как важно уметь драться благородно. Дали подержать шпагу, маску. Это было как в кино!»

Тренеров звали Виль Нагимов и Фарит Арсланов. Фарит Яватович тренирует фехтовальщиков на колясках. Тимур даже страшно ему позвонить. «Они мне ставили стойку, удар, научили нападать неожиданно и уходить от улово. У нас в Башкортостане сильная школа фехтования...» И Тимур перечисляет всех, кто привёл его к медали. Вплоть до Ильгара Мамедова, главного тренера сборной, двукратного олимпийского чемпиона: «Они все помогли мне стать настоящим мушкетёром».



«Важно уметь драться благородно». Фото ЕРА

У мушкетёров, как известно, была бурная личная жизнь. А у нашего героя? «Ну не без этого... Но мы же месяцами на сборах, нужна девушка, которая будет ждать...» И Тимур переходит на безопасную тему: «Главный мой герой, конечно, мама Гульсина Рахимзянова». И по тому, как спортсмен рассказывает о маме, понятно, что проиграть в борьбе за «бронзу» он не мог. А складывался поединок очень непрост: сначала он почти выиграл у британца 12:5, потом довёл бой до опасных 14:13, но взял себя в руки и нанёс победный укол. Что там мама чувствовала? Тимур надеется, что она не смотрела...



Наталья Кузнецова. Фото Станислава КРАСИЛЬНИКОВА/ТАСС



Владимир Масленников. Фото East News

Данные о российских призёрах Олимпийских игр на момент подписания номера в печать, 8 августа 2016 г., 23.00.

НАУКА

Атлеты из США
прошли перед Рио
нейростимуляцию?

**СОВРЕМЕННЫЕ СПОРТСМЕНЫ
ПОДОШЛИ К ПРЕДЕЛУ СВОИХ
ВОЗМОЖНОСТЕЙ. ПОТОЛОК, КА-
ЗАЛОСЬ БЫ, ДОСТИГНУТ.**

За счёт чего можно ещё улучшить результаты и ставить новые рекорды? За ответами на эти вопросы спортивные менеджеры и тренеры обращаются к учёным. И тем есть что предложить.

ЧТОБ КОСТЮМЧИК СИДЕЛ

Долгие годы спортсмены-пловцы выступали в обычных купальниках и плавках, а накануне Олимпиады-2008 почти поголовно облачились в костюмы «лазер рэйсер». Это было настоящее чудо технологической мысли: сделаны из особой водоотталкивающей ткани, имитируют кожу морских млекопитающих, на теле сидят как влитые. Изготовлены с помощью технологии лазерной сварки, поэтому не имеют ни одного шва, зато снабжены стабилизаторами положения. Костюмы испытывали в аэродинамической трубе НАСА с привлечением специалистов по компьютерному моделированию. Добились того, что вода обтекает тело пловца идеальным образом, а к мышцам поступает больше кислорода. На Олимпиаде в Пекине 23 из 25 побитых мировых рекордов в плавании были установлены именно в костюмах «лазер рэйсер»! Американец Майкл Фелпс, мировая звезда и теперь уже 19-кратный олимпийский чемпион, говорил: «В нём я чувствую себя ракетой». К слову, о Фелпсе. Для того чтобы он стал абсолютным рекордсменом по количеству наград в истории Олимпийских игр (их у него 23), на него работали шесть научных институтов в США!

То, что в современном спорте без помощи науки и технологий уже нельзя рассчитывать на высокие результаты, поняли во многих странах мира. В Великобритании создали агентство, которое занимается научными исследованиями в спорте. Оно внедряет в процесс тренировок «умные» датчики и компьютерные программы, и вот итог: на Олимпиаде 2004 г. эта страна была на 10-м месте в медальном зачёте, в 2012-м поднялась на 3-е. Наука и спорт давно идут рука об руку. Сравните шест для прыжков столетней давности и современный. Первый был сделан из дерева, не гнулся и весил 6-8 кг. С его помощью прыгали на 3,5 м. Легкоатлетический шест XXI в. - высокотехнологичный снаряд, изготовленный из сплавов углеродных нитей. Весит пару кило, но позволяет брать планку высотой 5-6 м.

Однако всё это - новые материалы, экипировка, компьютерные программы и электронные

Майкл Фелпс в чудо-костюме.

МОЗГ КАК ДОПИНГ

КАКИМ БУДЕТ СПОРТСМЕН-КИБОРГ?

Учёные стремятся всё больше снабдить человеческое тело чипами-имплантами, новыми материалами и электронными носителями информации. Всё это должно открыть нам дополнительные возможности, по сути, превратив в киборгов. Многие из этих технологий могут найти применение и в спорте.

БИОКОНЕЧНОСТИ

Учёные уже придумали, как заменять отсутствующие у инвалидов руки и ноги превосходящими их по силе протезами. Управляться они могут как сигналами из мозга, так и напряжением мышечных волокон. В будущем синтетические мышцы пригодятся и спортсменам: благодаря им мускульная сила увеличится в 100 раз.

ИСКУССТВЕННЫЕ ОРГАНЫ

Травмы, с которыми атлеты зачастую покидают соревнования, не стоят той радости, которую получают от зрелища болельщики. Не исключено, что спортсменам разрешат заменять некоторые органы искусственными, чтобы не оставлять их калеками на всю жизнь ради одного момента славы.



Инфографика
Анны ХАРИТОНОВОЙ.
Фото Stock Imager/PhotoXPRESS.ru

ЭЛЕКТРОННОЕ ЗРЕНИЕ

Очки, создающие дополненную реальность, пока не получили широкого применения. Но идея востребованна. Суть в том, что либо на дисплей перед глазами, либо прямо на сетчатку глаза выводится полезная информация об окружающей среде. Для спортсмена это могут быть направление и скорость ветра, положение на местности партнёров по команде или соперников, расстояние до финиша и др.

ВНУТРЕННИЙ «ДОКТОР»

Вшитые под кожу чипы сканируют пульс, дыхание, мышечную усталость и пр. Данные передаются в мини-компьютер (также имплантированный в тело), который определяет ресурс спортсмена: стоит ему прибавить или лучше побережёт силы?

Информация выводится перед глазами в системе электронного зрения (наподобие индикатора заряда батареи). Другие импланты впрыскивают в кровь необходимые препараты, разрешённые к применению.

датчики - не самое главное. Результат всё равно даёт человек. И тут на сцену выходят психологи и нейрофизиологи.

ЗАРЯДКА ТОКОМ

Весной авторитетный научный журнал Nature опубликовал статью об исследованиях, как влияет стимуляция мозга электричеством на повышение результативности в спорте. Оказывается, Ассоциация лыжного спорта и сноуборда США обратилась к одной калифорнийской компании с просьбой протестировать семерых спортсменов. Компания выпускает устройства электростимуляции мозга - например, для лечения депрессии и других психических расстройств.

Выглядят они как наушники с массажными шипами. В определённые участки коры головного мозга подаются звуковые и электромагнитные импульсы, повышающие возбудимость двигательных нейронов.

Те, в свою очередь, посылают более сильные сигналы мускулам. А это позволяет точнее и эффективнее выполнять упражнения.

Спортсмены (а это были прыгуны с трамплина, в т. ч. участники зимних олимпиад), которым на протяжении двух недель проводили электростимуляцию, смогли на 70% увеличить силу отталкивания от трамплина и на 80% улучшить координацию своих движений! Чудо-наушники будто бы заряжают мозг, а через него и мышцы

дополнительной энергией. И ведь никакой анализ на допинг-контроль этого не выявит!

А теперь самое интересное. Недавно та же калифорнийская компания призналась, что работала с тремя американскими легкоатлетами, которые на её оборудовании готовились к Олимпиаде в Рио. И что исследования показали: у атлетов, использующих наушники для нейростимуляции, спортивные результаты в 2 раза лучше!

А вот данные другого эксперимента, его провели в Кентском университете (Великобритания). Добровольцев просили крутить педали на велотренажёрах до изнеможения. Одной группе перед этим сделали электростимуляцию мозга, другой - нет. Участники первой группы смогли «продержаться в седле» в среднем на две минуты дольше, чем их коллеги. И к тому же чувствовали себя менее уставшими, хотя пульс у них был такой же, уровень молочного сахара в мышцах - тоже. А это значит, что точечная стимуляция определённых зон коры головного мозга делает спортсмена менее восприимчивым к усталости.

«Мозг способен замедлять наши мышцы, чтобы предотвратить усталость», - прокомментировал эксперимент Дилан ЭДВАРДС, американский нейрофизиолог. - Даже если вы считаете, что выполняете упражнение изо всех сил, у вас всегда есть запас возможностей. Похоже, наука движется в сторону индивидуальных рекомендаций по стимуляции коры

головного мозга. МОК должен быть обеспокоен - нет никакого способа обнаружить использование «мозгового допинга».

Впрочем, для мобилизации внутренних резервов человека бывает достаточно более доступных методов. Например, гипноз. Его иногда используют перед соревнованиями гольфисты, гребцы, боксёры. Из современных спортсменов, практикующих гипноз, можно назвать олимпийского чемпиона по стендовой стрельбе Винсента Хэнкока и прыгуна с шестом Стива Хукера.

Известно, что тренеры таких футбольных суперклубов, как «Челси», «Бавария», «Реал Мадрид», нагружают своих игроков не только физическими упражнениями, но и задачами для мозга на логическое мышление. Это помогает футболистам лучше видеть поле, точнее отдавать пасы и бить по воротам. «Это одна из самых удивительных вещей, которую мне удалось открыть в процессе работы», - сказал как-то немецкий тренер Юрген КЛОПП. - Скорость и чёткость реакции улучшаются буквально на глазах».

А ещё учёные предупреждают: спортсменам не стоит чрезмерно увлекаться... гаджетами. «Их постоянное использование снижает функции внимания и реакции», - считает Алёна ГРУШКО, спортивный психолог из МГУ имени М. В. Ломоносова. - К тому же у человека начинает формироваться «туннельное зрение» в противовес периферическому, что плохо отражается на командной игре».

Дмитрий ВЛАДИМИРОВ
Фото Рейтер

ИЩИТЕ ОПОРУ В БОЛЕЛЬЩИКАХ!

ЧЕМПИОНАТ ЕВРОПЫ ПО ФУТБОЛУ НАС ОСОБО НЕ ПОРАДОВАЛ. ЧЕРЕДА СКУЧНЫХ МАТЧЕЙ И ВЫМУЧЕННЫХ НИЧЬИХ, ПРОВАЛЬНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ РОССИЙСКОЙ СБОРНОЙ... БУДЕТ ЛИ ЗРЕЛИЩНОЙ ОЛИМПИАДА? И ЧЕМ МОЖЕМ МЫ, ПРОСТЫЕ БОЛЕЛЬЩИКИ, ПОМОЧЬ НАШИМ СПОРТСМЕНАМ?

ВЗГЛЯД



САРЫ-ГУЗЕЛЯ

Когда автомобили рассчитываются с помощью одних и тех же программ и собираются по похожим чертежам, трудно ждать от них какой-то индивидуальности. Тут последнее слово уже за маркетологами и бизнес-менеджерами. То же и в спорте. На первый план сейчас всё больше выходят экипировка, системы организации тренировок и питания, научные исследования... Это требует финансовых вложений, а на место спортивного азарта и куража приходит холодный расчёт. Результат - любой ценой. Вот и на Евро-2016 футбол из некогда зрелищной игры превратился в рациональные шахматы. Не удивлюсь, если скоро каждый удар по мячу (и его последствия) предварительно будут просчитываться на компьютере. И, похоже, не только в футболе. Погоня за очками, голами и секундами грозит превратить и остальные виды спорта (олимпийские - в первую очередь) в скучное зрелище.

Где же спортсменам искать дополнительные ресурсы, чтобы максимально раскрыть свои физические возможности? Мой ответ: у болельщиков! Чтобы ярко выступать и побеждать, нужно иметь точку опоры вне системы. Об этом (о воздействии на систему) ещё дедушка Архимед говаривал. И российским олимпийцам (тем более что из-за темы допинга к ним в мире теперь относятся предвзято) следует искать опору в своих болельщиках. В людях, которые поддерживают их, несмотря ни на что, разделяют и берут на себя их боль, ошибки, неудачи. Мы не только требуем зрелищ, но и чувствуем себя участниками игры, ощущаем себя единым целым с командой. И от нас действительно многое зависит. Наше отношение к спортсменам также влияет на результат: может окрылить их, а может и выбить почву из-под ног.

Давайте изменим наше отношение к спортсменам - с потребительского на уважительное. И тогда, я уверен, мы станем свидетелями ярких и захватывающих побед. Возможно, даже и в футболе.

Валерий Сары-Гузель,
кандидат психологических наук

СОЦИАЛЬНАЯ ВЛАСТЬ

ПЕРСОНА

Кто услышит
жителей
и как ответит им?

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ. БЕЗ НЕЁ НЕВОЗМОЖНО ДАЖЕ ОБЫЧНОЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ ОБЩЕНИЕ. ЧТО УЖ ГОВОРИТЬ ОБ ЭФФЕКТИВНОСТИ УПРАВЛЕНИЯ, ГОСУСЛУГАХ, ГРАДОСТРОИТЕЛЬНОЙ ПОЛИТИКЕ ИЛИ ЗДРАВООХРАНЕНИИ?

Вячеслав ЛЫСАКОВ, депутат Госдумы VI созыва и сопредседатель московского штаба Общероссийского народного фронта, уверен, что механизмы взаимодействия государства и соцучреждений



с обществом нужно развивать.

ЗА ПРАВАМИ - В МФЦ

- Вячеслав Иванович, как вы считаете: общественное мнение играет какую-то роль при принятии управленческих решений?

- Конечно. Открытость власти измеряется в том числе тем, насколько она учитывает реакцию людей на те или иные события. Поэтому важно следить, чтобы чиновники серьёзно работали с запросами людей, а не отделывались отписками.

Кроме того, нужно искать удобные инструменты взаимодействия с гражданами. В их числе многофункциональные центры, работающие по принципу «одного окна». Они существенно упрощают процедуры получения документов.

Отлично, что столичные центры «Мои документы» расширяют перечень своих услуг. К примеру, не так давно появилась возможность получать в них «пакет новорождённого»:



Опыт столицы стоит распространить и в другие регионы.

свидетельство о рождении, медицинский полис, СНИЛС, при необходимости - загранпаспорт на 5 лет и материнский капитал на второго и последующих детей. Там можно запросить и сведения из государственного кадастра недвижимости на квартиры и иные объекты в других регионах, чтобы не выезжать туда. Московские центры предоставляют даже бесплатные юридические услуги.

Но улучшать есть что. Нужно снижать время ожидания в очереди, расширять перечень услуг - в нём должны появиться услуги обмена и получения водительских прав.

МОЙ ДОМ, МОЙ ГОРОД

- ЖКХ - та сфера, в которой коммуникации между собственниками жилья и теми, кто принимает решения, особенно важны. Как их выстроить?

- Люди должны знать о планах управляющей компании - как относительно масштабных мероприятий, таких, как ка-

ремонт, так и повседневных: обустройство газона, асфальтирование тротуаров, организация зон парковки во дворе и др. Жители также должны иметь возможность следить за тем, как тратятся средства, предназначенные для капитального ремонта, оценивать качество проделанной работы.

Я считаю, что нужно создать единую информационную систему жилищно-коммунального хозяйства, где можно было бы получить информацию о своём доме, поставщиках услуг, исполнении договора подряда на ремонтные работы, а также проводить собрания собственников в режиме онлайн, оплачивать услуги ЖКХ, подавать претензии и отслеживать их исполнение. Таким образом, в одном месте можно будет найти ответы на многочисленные вопросы, волнующие граждан.

Кстати сказать, недавно у москвичей появился информационный портал Фонда капремонта, где в «Личном кабинете собственника» они могут самостоятельно следить за ходом работ в их доме. Думаю, опыт столицы стоит распространить и в другие регионы страны.

- Люди беспокоятся не только

о доме, в котором живут, но и о том, как меняется лицо района и всего города. Можно ли градостроительную политику сделать понятной жителям?

- В таких больших мегаполисах, как Москва, вопросы градостроительной политики вызывают широкий общественный резонанс. Причём горожан волнует как глобальное обустройство города, обновление его облика, так и локальное - облагораживание детской площадки или двора. Некоторые задают эти вопросы чиновникам в ходе публичных слушаний, получают ответы. Но это единицы - те, кто участвовал.

Между тем в Московский штаб ОНФ постоянно поступают запросы о том, где найти информацию об общественных слушаниях. Поэтому мы подготовили рекомендацию - законодательно закрепить обязанность размещать стенограммы в Интернете. Для удобства поиска можно было бы публиковать сведения о слушаниях на специализированных порталах муниципальных услуг - они как раз и предназначены для диалога граждан с чиновниками.

ЛЮБЫЕ СПОСОБЫ ХОРОШИ

- Может ли обратная связь улучшить качество медицинских услуг?

- Несомненно. Правда, для этого нужно совершенствовать систему независимой оценки качества этих самых услуг, причём обязательно на основании отзывов пациентов. Хотя не менее важно и мнение профессионального сообщества.

Для сбора отзывов, думаю, любые способы хороши - заполнение анкет в письменном или электронном виде, отклики в специальных разделах сайтов медучреждений и др.

Затем информацию нужно тщательно анализировать, чтобы определить, а затем принять меры, которые действительно улучшат работу больницы или поликлиники.

Наталья МАРИНА

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

БЕНЗИНУ - КОНЕЦ?

Говорят, что японцы уже производят авто на водородном двигателе. Что это за двигатель и какие перспективы?

А. Панкратов, Ставрополь

Автогигант «Тойота» объявил о начале серийного производства седана «Мирай», который работает на водороде и вместо выхлопов производит воду. При этом максимальная скорость машины 175 км/ч, время разгона до 100 км/ч - 9 сек., одной заправки (водой!) хватит на 650 км пути, а стоимость заправки в расчёте на километр - 10 центов. Цена авто пока немаленькая - 60 тыс. долл. (в России машина не продаётся). Но создание более дешёвых моделей - дело времени, считают эксперты.



«Корпорация «Тойота» может себе позволить работать на перспективу, - говорит автоэксперт Сергей

АСЛАНЯН. - Авто на водороде, а не электромобили - самое перспективное направление в автомобилестроении, потому что в ближайшие несколько веков мы будем ездить на двигателе внутреннего сгорания, более простом, чем электрический. Вопрос только в топливе. Водород - возвращение к тому, с чего начали полтора столетия назад, - ведь четырёхтактный двигатель первоначально был создан Николаусом Отто для пара или газа. В начале нашего столетия по Берлину уже ездили BMW 7-й серии, которые заправлялись водородом на специальных заправках. «Тойота» пошла более интересным путём - их автомобиль сам производит водород из воды, которой его заправляют (с помощью химической реакции на борту), и этот путь, видимо, более перспективный. Двигатели настолько чистые, что им и масло нужно другое, с меньшим количеством присадок. Скоро газ и водород сделают бензин и дизель ненужными».

О готовности в ближайшее время пойти по стопам «Тойоты» заявили также «Ауди» и «Хонда».

СТРОИМ ПРОСТО!

УДОБНЫЕ СЕРВИСЫ
ДЛЯ МОСКОВСКИХ
ЗАСТРОЙЩИКОВ

В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ
ИЗ ЛЮБОЙ ТОЧКИ

- > Кабинет застройщика
- > Калькулятор процедур
- > Государственные услуги онлайн

12 госуслуг онлайн можно получить уже сейчас

PGU.MOS.RU
UGD.MOS.RU

реклама

ВОПРОС НЕДЕЛИ

Боевики в Сирии действительно применяют химоружие?
П. Горбунов, Тверь



Под контролем законного правительства находятся территории, где проживает значительная часть населения Сирии. Но сложная ситуация, как признают российские военные, на некоторой части страны сохраняется. Так, в г. Алеппо боевики одной из группировок в прошлую среду применили химоружие, предположительно хлор. Отравились 7 жителей города, ещё 23 человека пострадали. «Террористы всячески препятствуют выходу населения из восточной

...ВОЙНА ЗАТЯНУЛАСЬ?



От действий террористов страдают мирные жители. Фото Рейтер

5 россиян героически погибли при крушении вертолёта Ми-8 в Сирии.

части города, угрожая мирным жителям либо расстрелом, ли-



бо публичной казнью», - сообщил Сергей ЧВАРКОВ, начальник российского Центра примирения враждующих сторон в Сирии.

...ЧТО ЗА АРМЕЙСКИЕ ИГРЫ?

ФОТООТВЕТ

Что за Армейские игры проходят сейчас в России?

С. Павлов, Омск



Вот уже который год подряд каждое лето российские регионы принимают у себя участников Армейских международных игр. Они соревнуются по разным дисциплинам: от танкового биатлона, морского и воздушного боя до определения лучших кинологов, силачей и полевых кухонь. В этом году на состязание съехались представители армий почти 30 стран. И не чтобы воевать, а чтобы дружить и обмениваться опытом.

Фото Сергея БОБЫЛЁВА/ТАСС, РИА Новости

КОРРУПЦИЯ



Экс-мэру Ярославля Е. Урлашову за взятку дали 12,5 года и 50 млн руб. штрафа. Громкие дела о коррупции закончились?
А. Логунов, Москва

Приговор в отношении бывшего мэра Ярославля Евгения Урлашова, уличённого в получении взятки, стал достаточно громкой, но далеко не единственной новостью в

...БОРЬБА ПРОДОЛЖАЕТСЯ?

сфере борьбы с коррупцией. На днях пять фигурантов дела о хищениях в компании «Славянск» средств, выделенных на ремонт объектов Минобороны, получили от 5 до 11 лет лишения свободы и штрафы на суммы от 300 тыс. до 500 млн руб. Также суд постановил взыскать с них 83,5 млн руб. в пользу Минобороны по его гражданским искам. «Идёт спокойная, вдумчивая, планомерная



работа, которая должна дать позитивный результат, не приводя при этом к коллапсу управления», - рассуждает политолог Алексей МУХИН. - Борьба с коррупцией становится всё более системной в отличие от времени, когда об этом говорили, но мало что делали».

ЭКОЛОГИЯ

БЫВШЕЕ «АНТЕННОЕ ПОЛЕ» В ЖУЛЕБИНЕ СТАНЕТ ЛЕСНЫМ ПАРКОМ НА ОСОБООХРАНЯЕМОЙ ПРИРОДНОЙ ТЕРРИТОРИИ. ЭТО ДОЛЖНО ПРОИЗОЙТИ БЛАГОДАРЯ ИНИЦИАТИВЕ МЕСТНЫХ ЖИТЕЛЕЙ, ТЕЛЕВЕДУЩЕГО ПЕТРА ТОЛСТОГО И ВМЕШАТЕЛЬСТВА ВЛАСТЕЙ.

НОВАЯ ЖИЗНЬ ЛЕСА

Казалось бы, Жулебино - район Замкадя, здесь по умолчанию должно всё просто утопать в зелени. На деле же выходило, что огромный жилой массив оказался лишён нормального леса из-за того, что в советское время здесь обосновалась воинская часть. А в постсоветское она же оставила на своём месте пустырь, известный среди местных жителей как «антенное поле». Постепенно оно превращалось во что-то среднее между свалкой и точкой для неформального отдыха антисоциальных элементов». Не могли прийти к единому мнению и жители: одни



Пётр Толстой обещает проконтролировать то, как преобразится Жулебинский лес. Фото Игоря ХАРИТОНОВА

хотели рекультивировать поле, другие требовали убрать остовы антенн и по-настоящему благоустроить территорию. Может

быть, всё это можно совместить и объединить? Таким вопросом занялся Пётр Толстой - именно его жулебинцы попросили «помочь с лесом». Известный телеведущий, член Общественного совета ЮВАО и стал тем самым двигателем, благодаря которому ситуация сдвинулась с мёртвой точки. Он направил обращение мэру Москвы Сергею СОБЯНИНУ, буквально заразил заместителя мэра Петра БИРЮКОВА идеей благоустроить пустырь и навсегда защитить его от поползновений строителей. Очень скоро на инициативу откликнулся глава города (именно Собянин в своё время сдержал натиск инвесторов и не разрешил построить здесь три многоэтаж-

ных дома). В июне Москва уже выделила финансирование, и буквально через месяц от заброшенной воинской части не осталось следа, а мусор вывезли. На

Департамента природопользования Антон КУЛЬБАЧЕВСКИЙ.

РОСКОШНЫЙ ПАРК

«Необходимо сохранить все природные богатства, чтобы ни одно дерево не пострадало, чтобы здесь было красиво, благоустроено. Чтобы жители Жулебина могли прийти сюда и провести здесь день. Надеюсь, что дальше с помощью правительства Москвы мы сможем закрепить за этой территорией статус особоохраняемой природной территории, чтобы ни у кого не возникало соблазна поставить здесь точечные застройки», - поделился Пётр Толстой, который будет следить за тем, как преобразится Жулебинский лес.

«Мы учтём все пожелания жителей района, - пообещал Андрей Цыбин. - Вместе с Петром Толстым встретимся с ними и соберём все предложения». «Думаю, в ближайшее время мы выйдем на заседание правительства, чтобы дать территории статус ООПТ», - заявил Бирюков, добавив, что уже к 1 сентября будущего года здесь будет роскошный парк. В нём должны найти место и детская игровая зона, и места для пикников, спорта и воркаута, инфраструктура для велосипедистов и скейтеров. А посадят здесь яблони.

Елена АНДРИЕВСКАЯ

МНЕНИЕ

Антон КУЛЬБАЧЕВСКИЙ, руководитель Департамента природопользования и охраны окружающей среды г. Москвы:



- Эта территория исторически составляла часть Кузьминского лесопарка, но из-за военной части было много вопросов с федеральной

собственностью. Сегодня мы с ними разобрались, уже оформлена экологическая экспертиза, осталось выйти на правительство и выпустить распорядительный документ. Эта территория будет называться «Природный заказник «Жулебинский». Здесь водятся лисы, зайцы, белки, ежи, редкие и хищные птицы. Уверен: многообразие природы зелёного парка удастся сохранить и жители останутся довольны.

50 ПАРКОВ

В ГОД ОТКРЫВАЮТ В МОСКВЕ.

прошлой неделе на бывшем «антенном поле» прошло выездное совещание, в котором приняли участие префект Юго-Восточного округа Андрей ЦЫБИН, Пётр Толстой, Пётр Бирюков и глава

ПОНИМАЮ...

МЫСЛЬ ВСЛУХ?

Правда, что если не отпускать мужа пить пиво с мужиками, то он начнёт пить шампанское с женщинами?



...СКОЛЬКО КВАРТИРАНТОВ МОЖНО ВПУСТИТЬ?

ЖИЛЬЁ

В Уссурийске женщину будут судить за то, что она прописала в квартире почти 900 иностранцев: китайцев, узбеков, таджиков и т. д. У неё что, резиновая квартира? Сколько вообще людей можно законно прописать? И. Мохов, Самара

Отвечает Александр КОЗЛОВ, исполнительный директор «Школы грамотного потребителя»:

- Жёстких нормативов по регистрации в квартиру, кото-



рая находится в частной собственности, нет. Закон не оговаривает точные цифры. Важно, чтобы зарегистрированный проживал в квартире. Если же собственник прописывает нереальное количество людей и имеет за это материальную выгоду, он может понести уголовную ответственность. За фиктивную регистрацию гражданина РФ или иностранца он рискует заплатить штраф до 500 тыс. руб., отправиться на принудительные работы до 3 лет или лишиться свободы до 3 лет.

...ОТЧЕГО ЖЕ ВДРУГ ЦЕНЫ ПАДАЮТ?

ПРОДУКТЫ

Росстат заявил, что впервые за 5 лет в июле цены на продукты и товары не выросли, а даже упали на 0,1%. С чего вдруг? Мы наконец преодолели кризис? Р. Смолев, Курск



Отвечает Юрий ЕЛБАЕВ, доцент Российского университета друж-

бы народов:

- Дефляция действительно случилась впервые за 5 лет, но она была только последней неделей июля! Всего 7 дней! Причина проста: немного укрепился рубль и снизились цены на свежую плодоовощную продукцию.

В целом же по июлю инфляция составила +0,5%. Так что радоваться особо нечему.

ОДНОЙ СТРОКОЙ

Говорят, главная причина проблем сексуального характера - недостаток знаний в этой области. Это так?

С. Кирилов, Тула

- Проблем сексуального характера множество, - говорит Александр ПОЛЕЕВ, сексолог, профессор университета Сорбонна-Нувель. - Например, связанных с уровнем гормона тестостерона. Кто-то страдает и от недостатка знаний. Но порой люди с нулевой теоретической базой бывают секс-гигантами.

...МЯСО - ЭТО ЯД?

ДА

В Америке перед Белым домом собралась демонстрация из нескольких сотен врачей, которые выступали против потребления мяса. Так мясо вредно или нет? И. Потапов, Курск



Михаил ГАВРИЛОВ, врач-психотерапевт, к. м. н., автор запатентованной методики снижения веса, член Института функциональной медицины (IFM, США):

- Сегодня всё больше врачей призывают отказаться от мяса (для тех, кто не представляет себе жизни без него, - есть только варёное). Сильно пережаренное мясо может приводить к повышению воспаления и онкорисков за счёт содержащихся в нём продуктов конечного гликолиза. Уверен, колбасные изделия с нитрозамины также опасны. Любое мясо или птица с гормонами роста потенциально опасны для людей с генетическими рисками рака.

Юрий БУЗИАШВИЛИ, академик РАН, замдиректора Научного центра сердечно-сосудистой хирургии им. Бакулева:

- Как врач я не присоединился бы к этому митингу. Я встречал немало пациентов, у которых болезни были спровоцированы недостатком в рационе жизненно важных веществ, которые в основном содержатся в мясе. В красном мясе, употреблении которого врачи советуют ограничить, содержится легкоусвояемое железо, и отказ от него может спровоцировать появление анемии. Безусловно, после 30-35 лет мясо не должно быть основой рациона, но совсем отказываться от него нельзя.

НЕТ



...КОЛЧАК - ГЕРОЙ ИЛИ ЖЕРТВА?

ИСТОРИЯ

В Санкт-Петербурге собираются установить памятную доску адмиралу Колчаку. Но ведь Колчак до сих пор не реабилитирован, то есть формально является преступником. Зачем же его пытаются увековечить? А. Попов, Тверь



Отвечает Евгений АНТИПОВ, историк, писатель:

- Все участники Граж-

данской войны - фигуры неоднозначные. Колчак уже в качестве Верховного главнокомандующего белой армии воевал, увы, не за что-то, а против. Против большевизма. У белого движения вообще не было общей платформы, только несогласие и благородство. Воевать против всегда неконструктивно. Но, к чести Колчака, Февральскую революцию он не принял. И в аресте царя не участвовал. И в Первую мировую, так же как и в Японскую войну, сражался за Россию. Нужно согласиться, что заложниками исторического процесса тогда стали все. Это наша общая история.

...КТО ПРОВЕРЯЕТ АНАБОЛИКИ?

СПОРТ

Допинг хотят приравнять к наркотикам. А спецпитание для спортсменов-любителей? Л. Казаров, Ярославль

Отвечает Дмитрий НИКИТЮК, директор ФГБУН «ФИЦ питания, биотехнологии и безопасности пищи», зав. лабораторией спортивного питания:



спортсменов выдаются на основании проведения исследований в нашем центре. Без этих документов их употреблять недопустимо. А анаболические стероиды вообще могут быть угрозой здоровью.

- Документы на реализацию специализированных продуктов для питания

ЗАКОН

Вступил в силу новый закон для садоводов. Он полезный или очередные проблемы создаст? А. Крымова, Архангельск



Отвечает Людмила ГОЛОСОВА, председатель Профсоюза садоводов России:

- Садоводством, огород-

ничеством и дачным хозяйством занимаются в России более 70 млн граждан, а парламентарии 25 лет на законодательном уровне создают этим людям бесконечные проблемы. Это касается и вступивших в силу поправок в закон «О садоводческих, огороднических и дачных некоммерческих объединениях граждан». Они, например, вводят зависимость размера членских взносов от площади участков. Одно это

приведёт к конфликтам - люди сами содержат эти участки. При чём тут товарищество? А требование к правлению предоставлять членам товарищества копии всех документов увеличит число бумаг до многих тысяч листов. Хорошо, что хотя бы исключили требование сбора неустоек по невыплаченным взносам во внесудебном порядке, что могло привести к двойному налогообложению садоводов.

...ЧТО ЖДЁТ САДОВОДОВ?

ГРЯДЁТ БОЛЬШАЯ СХВАТКА?

ГРАНИ ЖИЗНИ

Можно ли избежать конфликта России, США и Китая?

ТРЕВОЖНЫХ НОВОСТЕЙ МНОГО: НАТО ДВИГАЕТ СВОИ СИЛЫ К НАШИМ ГРАНИЦАМ, ЗАЯВЛЕНИЯ ПОЛИТИКОВ ВСЁ РЕЗЧЕ.

Мы часто обсуждаем, куда идти: на Запад, на Восток? Но конфликт у России теоретически возможен и с Западом (США), и с Востоком (Китаем). Так считает **Григорий КВАША**, автор концепции Теоретической истории (подробнее см. «АиФ» № 15 за 2014 г. и в справке). Г. Кваша в своих выступлениях предсказал революцию 2004 г. в Киеве, конфликт Украины с Россией, развод Британии с ЕС и скорое восстановление отношений с Турцией, когда события, казалось, стремительно вели Анкару и Москву к столкновению.



Но Штаты далеко, а вот Китай близко. «Идеологический» период там начнётся в 2021 г. Россия дальновидно урегулировала с Пекином все споры, лидеры обращаются друг с другом подчеркнуто бережно. Но... «Я далёк от мысли, что кто-то начнёт бросать бомбы на Москву», - успокаивает исследователь. - Конфликты в современном мире могут разрешаться по-разному, однако сам конфликт неизбежен».

КИТАЙ ИЩЕТ СИЛУ

В России идёт важнейший «идеологический» период (см. справку). Он начался в 2013 г. и закончится в 2025-м. В США



он только начнётся в 2017-м. «Со следующего года мы увидим в Штатах расцвет идеологов-маргиналов, будет всё больше диких заявлений и пост-тупков», - делится наблюдениями Кваша.

Но Штаты далеко, а вот Китай близко. «Идеологический» период там начнётся в 2021 г. Россия дальновидно урегулировала с Пекином все споры, лидеры обращаются друг с другом подчеркнуто бережно. Но...

«Я далёк от мысли, что кто-то начнёт бросать бомбы на Москву», - успокаивает исследователь. - Конфликты в современном мире могут разрешаться по-разному, однако сам конфликт неизбежен».

В Китае будет переход к четвёртой фазе после «слабой» третьей, которая всегда сопровождается разбродом и шатанием. К примеру, в конце третьей фазы развалился СССР. Китай, кстати, по мнению экономис-

тов и политологов, как раз сейчас оказался на пороге серьёзных экономических потрясений. А молодое поколение китайских руководителей, которое вскоре встанет у руля, захочет усилиться, рассуждает Кваша, и, видимо, потребует от Вашингтона вернуть более триллиона долларов, вложенных в гособлигации США. Платить Штатам на самом деле нечем, так что высока вероятность, что Вашингтон решит устроить заварушку. В итоге доллар рухнет, и конфликт может закончиться на этом без участия России: Китай и США расплутаются по углам зализывать раны и начинать новую жизнь.

«Но и при таком раскладе весь мир будет трясти мелкой дрожью. Главное, до 2025 г. нынешняя мировая система очень сильно изменится - ведь после падения доллара рухнет и всё нынешнее устройство мировой экономики, финансовых расчётов», - уверен Г. Кваша. - Но в истории это повторяется вновь и вновь...»

ФРАНЦИЯ СМЕНИТ ГЕРМАНИЮ

Как сложатся отношения России с другими странами? Башар Асад в Сирии, по словам нашего собеседника, не может пасть, пока за ним стоят две империи - Россия и Иран. Да-да, Иран, по его теории, тоже идёт

имперским ритмом. Его западный двойник - Саудовская Аравия. Несмотря на то что мусульман-шиитов (большинство в Иране) в мире меньше, чем суннитов (большинство в Саудовской Аравии и во многих других мусульманских странах), шииты одержат идеологическую победу. А Иран предложит какой-то вариант сосуществования ислама с современной цивилизацией.

В 2017 г.

ЕВРОПУ ЖДУТ СЕРЬЁЗНЫЕ ПОТЯСЕНИЯ.

Тем временем в Германии заканчивается идеологический период обычного «западного ритма», а идеологических побед, которые можно было бы предъявить обществу, нет: идея мультикультурализма обанкротилась, ставка на «доброе немецкое сердце» в вопросе с беженцами не сыграла. Поэтому с 2017 г. - в политическом периоде - ФРГ начнёт трясти. Меркель либо уйдёт, либо сменит риторику, противостояние с РФ начнёт сходить на нет.

Интересно, что в 2017 г. заканчивается идеологический период и на Украине. Но он был настолько бесславным, что дело может закончиться развалом страны. «Украина - чемодан без ручки, нести который, к счастью, взялись США

и Европа», - говорит Кваша, добавляя, что через Украину США уже пытались спровоцировать Россию на конфликт, однако скорее сами попались на наживку.

Тем временем «глашатаем» единой Европы, похоже, станет Франция, у которой «идеологический» период начинается с того же 2017 г. А что же Британия? Бывшая империя сейчас идёт обычным западным ритмом. Её выход из ЕС, исходя из теории, был запрограммирован, даже если британские политики будут сейчас с ним тянуть: нация возвращает себе какую-то свободу, которой её лишили во второй фазе. Очевидно, речь идёт о свободе британцев от континентальной Европы, с которой Британия «связалась» после войны. Интересно, что лозунгом сторонников выхода были как раз слова о новом Дне независимости. При этом победителем в этой истории почему-то объявили Путина и Россию.

РОССИЮ НЕ ОДОЛЕТЬ

«Ничего удивительного, - говорит Г. Кваша. - С 2013 г. мы живём в такое время: всё, что происходит в мире, в конечном итоге ведёт только к пользе России». Ну а как же недавнее позорище на чемпионате Европы по футболу? Отстранение российских спортсменов от Олимпиады? «Запад ищет наше слабое место», - объясняет Кваша. - Допустим, у нас даже отберут чемпионат мира по футболу 2018 г. И что? Выяснится, что это не так уж важно для русских. Россия неожиданно прорвётся в другом направлении, как в Крыму. Предлагаю до 2025 г. исходить из формулы: пункт № 1 - Россия победит. Если вам кажется, что Россия проигрывает, смотри пункт № 1».

Приятная, конечно, формула. Посмотрим, совпадёт ли ответ.



Александр КОЛЕСНИЧЕНКО

Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА, фото Legion-Media

КСТАТИ

КРИСТАЛЛИЧЕСКАЯ РЕШЁТКА ИСТОРИИ

Суть теории Г. Кваши: для государств чёткий временной ритм образуют 12-летние периоды - экономические, политические и идеологические. Государства делятся на 3 типа - живут «западным», «восточным» или «имперским» ритмом. Три периода составляют 36-летнюю фазу, а четыре фазы - 144-летний цикл. Один из выводов Григория Кваши: конфликты между странами необязательны, кроме одного - конфликта империи с её

«двойниками». То есть странами, идущими «восточным» или «западным» ритмом, которые берут на себя не свойственные им «имперские» функции. Конфликт неизбежен при пересечении их идеологических периодов. Так, в 1941 г. пересеклись «имперские» периоды у России и её «западного двойника» - Германии, в 1945 г. - «восточного двойника» - Японии. Однако свято место пусто не бывает, и их место заняли... США и Китай.

НАДЕЖДА ЗОВЁТ НА БАРРИКАДЫ?

ПОКА ДОНБАСС ЗАМЕР В ОЖИДАНИИ ОЧЕРЕДНОЙ ПРОВОКАЦИИ УКРАИНСКИХ СИЛОВИКОВ, В КИЕВЕ НАДЕЖДА САВЧЕНКО РУБИТ НЕПРИЯТНУЮ ДЛЯ ВЛАСТЕЙ ПРАВДУ-МАТКУ.

После покушения в субботу на главу ЛНР Игоря Плотницкого вновь заговорили о скором возобновлении боёв в Донбассе. «Все последние действия Украины говорят о надвигающейся войне. Украинская армия находится в состоянии подготовки. Происходят бомбёжки городов ДНР и ЛНР. Недавно был

обстрелян город Ясиноватая, а теперь покушение на главу республики... Одним словом, Киев придерживается военного варианта решения конфликта, это предвестники полноценных боевых действий», - заявил **Денис ПУШИЛИН**, полпред ДНР на переговорах в Минске.

О событиях в Донбассе много говорит и Надежда Савченко, которую судили в России за соучастие в убийстве российских журналистов в Донбассе. Она голодала в российском СИЗО, теперь опять отказывается от еды - но уже в статусе депутата

Верховной рады. Так Савченко пытается добиться от Порошенко выполнения одного из пунктов «Минска-2»: обмена пленными. «Я предлагала президенту реальные действия для обмена: надо начать отдавать людей первыми. Но в плену не сидят дети Петра Алексеевича, а на ваших детей ему плевать», - заявила Савченко матерям пленных солдат на митинге, который организовала под окнами администрации Порошенко.

Накануне Савченко напомнила о шоколадных заводах Порошенко: мол, зачем стране

конфеты, когда нужны снаряды? Про нищую украинскую армию экс-наводчица рассказывала, не жалея мата. «И вы, уроды, не вечны. За эту самую политизированную в истории человечества войну вы ответите так же, как и за майдан», - рубит правду-матку Надежда. Савченко предлагает свой план действий: конклав из 100 человек из народа должен полностью переписать Конституцию и другие законы, в Раде заседать должны только учёные и эксперты, а президент - символическая фигура без реальной власти в руках.

Украинские политики негодуют, но народный рейтинг доверия у Савченко в 2 раза выше, чем у Порошенко. «Ничего удивительного. Она режет правду-матку. Представляет себя как часть этого народа и хочет не войны, а хочет мира, хочет спасти людей, которые в плену», - объясняет политолог **Михаил ПОГРЕБИНСКИЙ**. Каждый третий украинец, если верить соцопросам, хочет мира с Донбассом. И, пока власть это игнорирует, Надежда уже намекает на новый майдан.

Екатерина МИРНАЯ

ТОЧКА ЗРЕНИЯ

Воислав Шешель - о каверзах НАТО, жажде свободы и смерти Милошевича.

ЛИДЕР СЕРБСКОЙ РАДИКАЛЬНОЙ ПАРТИИ, ОПРАВДАННЫЙ ОТ ОБВИНЕНИЙ ГААГСКОГО ТРИБУНАЛА, ВОИСЛАВ ШЕШЕЛЬ В ЭКСКЛЮЗИВНОМ ИНТЕРВЬЮ «АИФ» РАССКАЗАЛ О ГЕОПОЛИТИЧЕСКОМ РАСКЛАДЕ НА БАЛКАНАХ, РОЛИ В НЁМ США И РОССИИ.



НАЛА, ВОИСЛАВ ШЕШЕЛЬ В ЭКСКЛЮЗИВНОМ ИНТЕРВЬЮ «АИФ» РАССКАЗАЛ О ГЕОПОЛИТИЧЕСКОМ РАСКЛАДЕ НА БАЛКАНАХ, РОЛИ В НЁМ США И РОССИИ.

12 ЛЕТ БОРЬБЫ

- Господин Воислав, в марте Международный уголовный трибунал по бывшей Югославии в Гааге полностью вас оправдал. Как вы оцениваете это решение и что думаете по поводу этого суда в целом?

- Этот трибунал - нелегальная организация. Его сформировал Совет Безопасности ООН, который сам не имел права вести уголовное судопроизводство. Я там боролся 12 лет, опровергнув все ложные обвинения, прозвучавшие в мой адрес. Поэтому у судей в Гааге не было никакого другого выхода, кроме как освободить меня.

Но это случилось только в этом году! Хотя уже через год-два было ясно, что они ни в чём не могут меня реально обвинить.

- Находясь в тюрьме эти 12 лет, вы жалели, что добровольно согласились приехать в Гаагу?

- Я думал только о том, чтобы победить Гаагский трибунал, победить альянс НАТО, Евросоюз, США. Всё время, проведённое в заключении, я занимался научной работой, читал, писал. Тем более что на процессе я защищал себя сам.

- А экс-президент Сербии Слободан Милошевич имел хоть малейший шанс быть оправданным?

- Нет. Потому что они изначально решили унизить его, осудить, а затем убить. Но по собственной ошибке убили Милошевича ещё до того, как был вынесен приговор суда... Он убит, по крайней мере, не оказанием ему своевременной медицинской помощи. За 15-20 дней до своей гибели Милошевич сделал заявление о том, что исключительно плохо себя чувствует. Он годами лечился от высокого давления, имел проблемы с сердцем. Врачи Гаагского трибунала, которые не входят в персонал тюрьмы, обнаружили в его крови наличие самого сильного, тяжелейшего антибиотика, которым лечат лепру и туберкулёз. Известно, что это лекарство сводит на нет действия препаратов, предназначенных для сердца. То есть Милошевичу назначали правильное лечение от сердца, но при этом кто-то подбрасывал

ГААГСКИЙ УЗНИК



Воислав Шешель полагает, что у экс-президента Сербии Слободана Милошевича не было ни одного шанса на оправдание в Гааге. Фото ЕРА

вал ему в пищу этот тяжёлый антибиотик, который уничтожал действие лекарства.

ВРЕМЯ НЕНАВИСТИ

- Как вы сегодня оцениваете действия Милошевича как президента? Какие ошибки он допустил? Почему Йосип Броз Тито смог в 1950-е гг. сохранить Югославию, а он в 90-е - нет?

- На посту президента Милошевич сделал очень много ошибок. Поэтому и последствия были столь тяжелы. Он поздно понял, что коммунизм в Европе, по сути, проиграл, долго колебался перед принятием важных управленческих решений и несколько раз капитулировал перед сербскими врагами.

12 ЛЕТ

БОРОЛСЯ, ЧТОБЫ ОПРОВЕРГНУТЬ ВСЕ ОБВИНЕНИЯ.

- Кого вы имеете в виду?

- Прежде всего это США, Евросоюз, хорваты, боснийские мусульмане, албанцы.

- Но есть мнение, что именно национализм и радикализм развалили Югославию.

- Когда распался СССР, 20-30 млн русских остались в Казахстане, но русским это было легче вынести, потому что казахи никогда не совершали геноцида в отношении их. А хорваты в отношении сербов совершили этот геноцид во время Второй мировой войны. Франьо Туджман (президент Хорватии с 1990 по 1999 г.) был тем самым представителем неуставшей (уставши - хорватская нацистская ультраправая организация времён Второй мировой. - Ред.), который защищал этот режим...

Босния и Герцеговина провозглашены федеративной единицей, в которой три конститутивных народа - сербы, хорваты и мусульмане (боснийцы. - Ред.). Без их абсолютного согласия конституционно правовой порядок не мог меняться. Но хорваты и мусульмане договорились, что большинством они проголосуют

за нужные им решения, и проголосовали за независимость, что в итоге вызвало войну. Кто такие местные мусульмане? Это потомки сербов, которые за любовь к общественным привилегиям 300 лет назад из православного вероисповедания перешли в ислам. Две трети сегодняшних хорватов - это сербы, предки которых на протяжении истории принимали католическую веру. И хорваты, и мусульмане, по сути, говорят на сербском языке. Никогда не существовало в природе мусульманского языка. Что касается хорватов, то они свой настоящий язык уже давно забыли.

- Возможно, именно национализм сейчас мешает объединению и хорватов, и сербов, и словен в новое государство?

- Русские, попытайтесь убедить поляков, что вы братья-славяне! Как поляки ненавидят русских, так и хорваты сегодня ненавидят сербов.

ПРОЦЕСС РАСПАДА

- Каким тогда вы видите будущее Балкан?

- США ещё не завершили свою работу на Балканах. В их планы входит завершение процесса получения независимости Косово. Кроме того, они хотят разделить Македонию на албанскую и македонскую части, хотят отнять Воеводину у Сербии (автономный край Сербии, расположенный севернее Дуная. - Ред.), хотят заставить сербов принять автономию мусульман в Рамеджаке (области на юге современной Сербии и севере Черногории) и ликвидировать Республику Сербскую, включив её в состав унитарной Боснии и Герцеговины. Мы должны противостоять этому. Самую большую поддержку мы видим в России.

- Черногория уже практически вступила в НАТО. Если в НАТО окажется и Сербия, это, на ваш взгляд, скажется на отношении к ней России?

- Уверен, Черногория - это единственное в мире уникальное мафиозное государство. Там нет настоящих парламентских выборов. Там власть держит банда, во главе которой стоит Мило Джуканович, который повёл Черногорию прозападным путём. Он прос-

то-напросто диктует обществу свою волю, которую во многом формируют США. Теперь американцам нужно сделать последний шаг - включить эту страну в их военный альянс, после чего они Джукановича ликвидируют.

Американцы не будут долго терпеть мафиозный режим - примеры тому есть в мире. Это ведь они привели к власти в Панаме Мануэля Норьега, когда нужно было свергнуть там демократическое правительство. А что случилось, когда Норьега свою роль исполнил? Его арестовали и судили как уголовного.

- Но почему США вообще так сильно заинтересованы в Балканах? Зачем они им нужны в нынешнем геополитическом раскладе?

- В случае вооружённого конфликта с Россией американцам не нужна проблема в тылу. Поэтому им нужно максимально ослабить Сербию, как можно сильнее урезать её территорию. США нужна «великая Албания», которую они видят своим главным опорным пунктом на Балканах. Она бы охватывала нынешнюю Албанию, Косово, часть Сербии вне Косово, часть Черногории, половину Македонии и часть Греции. Им нужна «великая Албания», потому что она бы успешно и без вопросов реализовывала их политику.

- Не напоминают ли вам нынешние действия Запада в отношении России те поступки, которые были совершены в 90-е в отношении Сербии?

- Да. Модель та же. Збигнев Бжезинский ещё в начале 90-х гг. опубликовал свою книгу «Великая шахматная доска», в которой совершенно чётко указан план разделения России. Америке не было достаточно того, что СССР развалился. Им нужен был новый процесс распада России. Один из обозначенных Бжезинским проектов - разделить Россию на четыре части: Европейская Россия, Сибирь, Дальний Восток и Кавказ. Они хотели отделить от России все автономные республики, особенно те, большинство в которых составляют мусульмане. Отсюда - восстание в Чечне. США инициировали это восстание.

Наталья БАШЛЫКОВА
Полная версия - на сайте aif.ru

КРЫМ - ДИТЯ РОССИИ

ЕВРОПА УЖЕ НЕ ПЕРВЫЙ РАЗ ВЫНУЖДЕНА МИРИТЬСЯ С РОССИЙСКИМИ ПРИОБРЕТЕНИЯМИ.

ПОЗИЦИЯ



ДОСТОЕВСКОГО

И вообще мы так поставлены нашей европейской судьбой, что нам никак нельзя побеждать в Европе, если б даже мы и могли победить: в высшей степени невыгодно и опасно. Так, разве какие-нибудь частные, так сказать, домашние победы нам они ещё могут «простить» - завоевание Кавказа, например. Они теперь «простили» нам, по видимому, наши недавние приобретения, а, однако, как ведь квакают там у себя, успокоиться не могут.

Кроме того, я уверен, что даже из самых крепких и, так сказать, министерских их голов найдутся такие, которые убеждены, что Россия спит и видит, как бы их в свою власть захватить и ими безмерно усилиться политически. Ну, так вот я и боялся, чтоб на наше русское братолюбие всё это не подействовало холодной водой. Но оказалось напротив, до того напротив, что для многих даже и русских неожиданно. Вся земля русская вдруг заговорила и вдруг своё главное слово сказала. Солдат, купец, профессор, старушка божия - все в одно слово. И ни одного звука, заметьте, о захвате.

Европа никак и ни за что не могла бы поверить этому, потому что сама бы действовала не иначе как с захватом. А потому её даже и винить нельзя за её крик против нас, в строгом смысле, знаете ли вы это? Одним словом, в этот раз началось наше столкновение с Европой, и разве оно могло начаться иначе как с недоумения?

Для Европы Россия - недоумение, и всякое действие её - недоумение, и так будет до самого конца. Да, давно уже не заявляла себя так земля русская, так сознательно и согласно, и, кроме того, мы действительно ведь родных и братьев нашли, и уж это не высокий лишь слог. Соглашусь-то этому нашему, всеобщему и столь, так сказать, внезапно трудно бы было поверить, если б даже кто и предсказывал. А меж тем совершившееся совершилось.

Мать-Россия новых родных деток нашла, и раздался её великий жалобный голос об них. И именно деток, и именно материнский великий плач, и опять-таки политическое великое указание в будущем, заметьте это себе: «Мать их, а не госпожа!»

«Дневник писателя», 1876 г.
Фёдор Достоевский, писатель, публицист

Как сделать ЖКХ «чистым», а законы работающими?

НА ДНЯХ В ГЕНПРОКУРАТУРЕ РФ СОБРАЛИ СОВЕЩАНИЕ, ПОСВЯЩЁННОЕ ПРЕСТУПНОСТИ В ЖКХ СТРАНЫ. ВЫВОДЫ - РАЗВОРОВЫВАЮТСЯ МИЛЛИАРДЫ, УЩЕРБ ГОСУДАРСТВУ И НАСЕЛЕНИЮ ОГРОМНЫЙ. И ЭТО ТОЛЬКО ВЕРШИНА КРИМИНАЛЬНОГО АЙСБЕРГА - МНОГИЕ ДЕЛА ДАЖЕ НЕ ВОЗБУЖДАЮТСЯ.

ТАРИФЫ И НЕ ТОЛЬКО...

«ЖКХ продолжает оставаться одним из самых криминальных секторов экономики страны. Начиная с 2014 г. ежегодно регистрируется больше 2,6 тыс. преступлений, и количество их только увеличивается (см. инфографику), - сообщает «АиФ» Людмила КУРОВСКАЯ, начальник Управления методико-аналитического обеспечения

надзора за процессуальной деятельностью органов предварительного расследования и оперативно-разыскной деятельностью Генпрокуратуры РФ. - Спектр преступлений разнообразен: неправомерное установление размеров платежей, хищения руководителями и сотрудниками управляющих компаний, ТСЖ и МУП денег, которые жильцы заплатили за жилищно-коммунальные услуги. Имеют место посяательства на средства, выделенные на нужды коммунальной сферы из бюджетов разных уровней».

По данным Генпрокуратуры, завышенные тарифы - одно из самых распространённых преступлений в сфере ЖКХ. Например, в Томске в результате прокурорской проверки выяснилось, что ОАО «Томская распределительная компания», которая занимается поставкой электроэнергии населению, в 2012-2014 гг. включала в свой

тариф землеустроительные работы, которые вовсе не проводились. В результате потребители региона переплатили энергетикам больше 170 млн руб.

На днях и прокуратура Краснодарского края выявила факты включения в тарифы необоснованных затрат. Например, в расходы МУП «Теплоэнергетик» (поставляет населению тепло и горячую воду) были включены средства, незаконно выплаченные его руководителю в качестве премий на сумму больше 2 млн руб. А в расходы ООО «ИВ-консалтинг» (поставляет холодную воду) были заложены 4 млн руб. на аренду автомобилей по цене выше рыночной. И таких примеров по стране масса.

НАСЕЛЕНИЕ ПЛАТИТ ИСПРАВНО

Что же получается? Народ отдаёт за «коммуналку» последние деньги, причём платит исправно, - по данным Минстроя РФ, средняя собираемость платежей с населения составляет 94%. Ежегодный оборот в сфере ЖКХ - почти 4 трлн руб., и откусить от этого лакомого пирога пытаются на всех уровнях - хозяева управляющих компаний и расчётно-кассовых центров, поставщики коммунальных ресурсов, районные чиновники, депутаты заксобраний...

В конце июля прокуратура Инты (Коми) поставила точку в деяниях одного из представителей власти - депутата горсовета, президента фонда развития Инты, руководителя нескольких УК и ТСЖ А. Макарова. Он обвиняется сразу по нескольким статьям Уголовного кодекса: растрата, легализация доходов, полученных преступным путём, злоупотребление полномочиями и т. д. По версии следствия, как глава фонда, который занимался ремонтом городских объектов, Макаров заключал до-



говору с предпринимателями, работы по ним фактически не выполнялись, но оплачивались. Бизнесмены просто возвращали ему большую часть денег. А как хозяин УК, Макаров деньги с населения собирал, но поставщикам услуг не платил и тратил их на свои нужды. В результате ущерб бюджету и жильцам - миллионы рублей.

Схема махинаций Макарова, увы, типична для России. По стране прокатилась целая волна арестов и задержаний руководителей УК, которые присваивали деньги граждан. На Камчатке продолжается судебный процесс над А. Коханом (кстати, тоже бывшим депутатом горсовета), которого обвиняют в махинациях на 91,7 млн руб. По версии следствия, в 2012-2013 гг. в Елизово Камчатского края он учредил 6 управляющих компаний и создал 3 общества с ограниченной ответственностью. Одно из них выполняло для УК подрядные работы, два других играли роль расчётно-кассовых центров, то

есть принимали деньги у населения. Однако энергетиком А. Кохан средства не перечислял, а тратил на себя, любимого.

ЗАКОН ЕСТЬ?

«Судиться в сфере ЖКХ довольно сложно. Дела не возбуждаются, затягиваются... И «помогает» в этом крайне запутанное жилищное законодательство, - считает **Светлана РАЗВОРОТНЕВА, исполнительный директор НП «ЖКХ Контроль»**. - У нас не успевают заработать один закон, как мы придумываем новый, который должен заставить работать предыдущий. Специалистов (в том числе среди судей) по вопросам ЖКХ тоже мало. Сами юристы признаются в том, что жилищному праву в вузах уделяется очень мало внимания».

Об отказах в возбуждении уголовных дел, о волоките в

ходе расследований говорят и в Генпрокуратуре.

«Из находящихся в производстве в 2015 г. 3,5 тыс. преступлений в суд направлены меньше половины. По остальным расследование приняло затяжной характер, а каждое пятое приостановлено в связи с неустановлением обвиняемого лица. И это притом что все организации ЖКХ известны, а их деятельность должна быть максимально прозрачной! - говорит представитель Генпрокуратуры Л. Куровская. - Нередко недостатки в деятельности правоохранительных органов списываются ими на пробелы в действующем законодательстве. Но, например, в июне 2015 г. в Жилищный кодекс РФ были внесены поправки, по которым протокол общего собрания собственников был признан официальным документом, а значит, его подделка теперь должна подлежать уголовной ответственности по ст. 327 УК РФ. Закон есть, но органы дознания не торопятся возбуждать и расследовать подобные дела. Во втором полугодии 2015 г. было около 230 сообщений о подделках - возбуждено всего 60 уголовных дел. За 5 месяцев текущего года их количество увеличилось лишь незначительно - 99. А что такое фальсификация протокола собрания жильцов? Это значит: смена управления домом, финансовые и другие вопросы идут в обход мнения собственников».

А ещё это значит, что на рынок жилищно-коммунальных услуг не могут пробиться нормальные компании, которые хотят честно работать, а не «доить» население. Получается, жильцы в минусах, малый и средний бизнес тоже. Как переломить эту ситуацию?

«Прежде всего за счёт искоренения коррупции как таковой во всём государстве, - уверен **Антон ЖАРКОВ, член Комитета Госдумы по вопросам собственности**. - И сейчас эта работа ак-

люди дела

БАНКИРЫ ИГРАЮТ МУСКУЛАМИ

ЕСТЬ СТЕРЕОТИП, ЧТО БАНКОВСКИЕ РАБОТНИКИ - ЭТО ЛЮДИ, КОТОРЫХ, КРОМЕ ЦИФР, НИЧЕГО НЕ ИНТЕРЕСУЕТ. ОДНАКО ЭТО НЕ ТАК.

Один из крупнейших российских банков в девятый раз это доказал: в прошлую субботу на стадионе «Локомотив» состоялась IX Спартакиада ВТБ. Более 900 участников и 4 тыс. посетителей.

За победу сражались 29 команд из дочерних банков и компаний Группы: сборные из Беларуси, Армении, Грузии, Азербайджана, Казахстана, Индии, головного банка, ВТБ24, Почта Банка, БМ-Бан-

ка и других подразделений - от «Специализированного депозитария» до «Пенсионного фонда», а также филиалов из девяти федеральных округов России.

13 видов спорта: мини-футбол, волейбол, стритбол, многоборье, дартс, гиревой спорт, стрельба, кросс, семейная эстафета, шахматы, мини-гольф, боулинг и чирлидинг - банкиры сильны во всём. Помимо основных наград были и три особенные - «Лучшая команда» (её получил головной банк), «За волю к победе» (волейбольная команда банка в Беларуси) и «Приз зрительских симпатий» (команда банка из Центрального федерального округа).

Болельщикам не пришлось отсиживать на трибунах: для них устроили «Микро Спартакиаду». Для юных зрителей были мастер-классы по оригами, изготовлению воздушных змеев, декорированию фоторамок и холщовых сумок.

Участники Спартакиады и болельщики смогли пообщаться со знаменитыми спортсменами - Лидией Ивановой, Алексеем Смертиным, Светланой Хоркиной, Антоном Голоцуцковым, Илоной Корстин, командами ралли «Париж - Дакар» и «Шёлковый путь» и увидеть их автомобили.

Все желающие смогли покатаются на коньках в Ледовом

МНЕНИЕ

Светлана ХОРКИНА, двукратная олимпийская чемпионка:

- Спартакиада - прекрасный спортивный досуг. Это здорово. Быть здоровым сегодня очень модно, интересно. Самое главное, что мы здесь хотим не только победить и узнать, кто лучше, но и прежде всего пообщаться. Поэтому вперёд, пусть победит сильнейший!

дворце «Локомотива» и проверить, насколько они готовы прямо сейчас сдать нормы ГТО. Ведь именно спорт формирует волю, целеустремлён-

Илона КОРСТИН, многократная чемпионка, гендиректор Единой лиги ВТБ:

- На Спартакиаде хочу посмотреть всё, что происходит, особенно баскетбол. Очень приятно находиться и наблюдать за тем, что люди так активно занимаются спортом. Здорово, что обычные работники банка поддерживают здоровый образ жизни!

ность и дисциплину - качества, необходимые для бизнеса, влияющие на результат работы команды.

Елена СЕМЁНОВА



ДЕЛА



тивно ведётся. Несколько лет назад мы и представить себе не могли аресты высокопоставленных чиновников, сейчас же чуть ли не каждый день приходят сообщения об арестах в самых разных структурах, руководителей самых разных эшелонов. Это не просто единичные акции - это целенаправленный курс на борьбу с коррупцией,

4 ТРЛН РУБ. - ГОДОВОЙ ОБОРОТ В СФЕРЕ ЖКХ.

Ну а чтобы эффективно отстаивать свои права, собственникам необходимо наладить коммуникацию внутри дома, не оставив шансов мошенникам подделать протоколы собрания и таким образом



навязать свои услуги жильцам дома».

Конечно, не во всех регионах такая грустная ситуация. В частности, в столице скандалов и не пахнет.

«Почему в Москве нет таких скандалов в сфере ЖКХ, как во многих других регионах? Да потому что столичное правительство проявило железную волю и навело порядок, - рас-

сказал «АиФ» **Анатолий ВИБОРНЫЙ**, член Комитета Госдумы по безопасности и противодействию коррупции. - Я имею в виду и кадровый



вопрос, и законодательные поправки, и правовое просвещение.

За управляющими компаниями установлен пристальный надзор, и все они прошли через лицензирование. Жалобы горожан оперативно решаются в публичном пространстве (и

обращения жильцов, и меры реагирования размещаются на портале правительства Москвы). Многие не просто оплачивают ежемесячные квитанции, а внимательно следят за тем, что там написано, как содержится дом. Осведомлённость среди населения (о правах собственников и обязательствах ресурсоснабжающих и управляющих организаций) очень высока. Плюс Москва проверяет обоснованность тарифов на жилищно-коммунальные услуги - ведь немалая часть бюджетных средств идёт на субсидии и льготы для многочисленных категорий населения (например, более чем миллиону «федеральных» льготников в начале этого года вернули 50%-ную льготу по оплате коммунальных услуг). Наверное, всё это вместе и объясняет спокойную обстановку в Москве».

Выходит, всё упирается в волю региональных властей? Может быть, безвольным стоит поменять место работы?



Татьяна БОГДАНОВА
Галина ШЕЙКИНА

Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА
Фото Legion-Media,
Stock Image/PhotoXPRESS.ru

БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ

УПРАВЛЯЮЩИЕ ОРГАНИЗАЦИИ (УО) И ТСЖ НЕ ДОЛЖНЫ ОТВЕЧАТЬ ЗА КОММУНАЛЬНЫЕ УСЛУГИ. ПУСТЬ ОНИ ЗАБОТЯТСЯ О СОДЕРЖАНИИ ДОМА И ТЕКУЩИХ РЕМОНТАХ.

ПОЗИЦИЯ



ХОВАНСКОЙ

У собственников должен быть выбор - платить по нынешней схеме или перейти на прямые договоры с ресурсоснабжающими компаниями. На мой взгляд, второй вариант лучше. Из цепочки потребитель - поставщик услуг пора исключить посредников. Это сократит уровень преступности. Есть примеры, когда УО собирают деньги с населения, а поставщикам их не перечисляют. Впрочем, даже добросовестным компаниям сложно избежать банкротства. Поставщики требуют 100%-ной оплаты, но собираемость меньше, и компании становятся должниками. Прямые договоры исправили бы ситуацию.

Галина Хованская, председатель Комитета ГД по жилищной политике и ЖКХ

ОТВЕТ ПРОСТ - ЭНЕРГОСБЕРЕГАЮЩИЙ ОБОГРЕВАТЕЛЬ «ТЕПЛЭКО»!

В стародавние времена добрая русская печь занимала половину избы, требовала внимания и заботы. В общем, за то тепло, которое отдавала, заставляла человека поработать. Нынче, хотя печи-батареи горячо квартиры греют, мы всё же хоть иногда, но мечтаем не то что о печах, о «буржуйках» хотя бы.

Что ж, мечты сбываются! Не «буржуйкой», а целой русской печью сегодня может обзавестись каждый, при этом займёт новая печь всего около одного квадратного метра на стене, не потребует дров и вообще какого бы то ни было внимания, её всего лишь нужно будет включить в розетку. Речь идёт об экономичном обогревателе «ТеплЭко», при использовании терморегулятора, который сочетает в себе лучшие теплоносные характеристики кирпича русской печи и современные технологии, сделавшие его компактным и экономным.

МЕЧТЫ О ТЕПЛЕ

Так получается, что батареи у нас то греют, то не греют. И даже если в мае квартирную «печку» можно отключить, в сентябре её не включишь, ведь топливо по ней до начала отопительного сезона не бежит. А ещё, бывает, батареи засоряются... А ещё падает давление в системе... А ещё... Да мало ли отговорок мы слышали о том, почему в кварти-

КАКАЯ ПЕЧЬ БЕЗ ДРОВ ГРЕЕТ?



Обогреватель «ТеплЭко» безопасен и практичен.

ре вдруг становится холодно. Послушав о причинах похолодания, мы достаём обогреватели, какие у кого есть: масляные, «ветерки», калориферы. Одни сушат воздух, другие угрожают пожаром, к третьим нельзя подпускать детей. В общем, мороки с ними не меньше, чем с громадной русской печью. И лучше не вспоминайте, каких они требуют расходов: счёт за электричество лучше оплачивать с закрытыми глазами!

Но «ТеплЭко» способен все эти проблемы решить разом. Он представляет собой декоративную панель, внутри которой спрятан хромоникелевый нагреватель, залитый составом из кварцевого

песка. Один обогреватель устанавливается на 9 квадратных метров, при условии стандартной высоты потолков. До требуемой температуры такая панель нагревается за 10-15 минут, а остывает, как плотная кирпичная стена, - несколько часов. «ТеплЭко» не сушит воздух, не сжигает кислород, пожаробезопасен (так как не нагревается более чем до 98 градусов), и в четыре раза экономнее обычного чайника (даже за сутки работы одна панель потребляет всего 2,5 кВт/ч при использовании терморегулятора). Номинальная мощность обогревателя 400 Вт. Размер обогревателя 600 мм x 350 мм x 25 мм, вес 12 кг.

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ И НАДЁЖНЫЙ

Главное преимущество обогревателя «ТеплЭко» - его самостоятельность. Оптимальную температуру, которую он должен поддерживать в комнате, можно задать с помощью терморегулятора. И всё. Он будет работать, создавая атмосферу настоящего домашнего, «обжитого» уюта - когда можно играть с детьми на полу, спокойно спать, ворочаясь и раскрываясь, какие бы морозы не трещали за окнами. Ещё обогреватель «ТеплЭко» идеально подходит для дачи, гаража или офиса. Он пригодится там, где нет центрального теплоснабжения, или там, где цены на паровое отопление заставляют потребителя задуматься о целесообразности жизни в холодном климате.

Завод «ТеплЭко» является единственным производителем в России подобных энергосберегающих обогревателей из песка высокой степени очистки. Купить обогреватель вы можете в нашем фирменном магазине или заказать доставку по телефону. А для установки обогревателя потребуются минимум сил и сноровки, три самореза и отвёртка. И пусть простота

ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ! »

- в сутки один обогреватель потребляет всего 2,5-3 кВт электроэнергии при использовании терморегулятора;
- гарантия 5 лет;
- срок годности не ограничен;
- КПД 98%;
- не выжигает кислород;
- продукция запатентована;
- размеры обогревателя: 600x350x25 мм, вес 12 кг.

обогревателя не вызывает никаких сомнений в его долговечности. Как известно, всё гениальное устроено довольно просто. И обогреватель «ТеплЭко» может работать практически вечно, ведь его нагревательные элементы не контактируют с воздухом и не окисляются. Гарантия 5 лет, срок годности не ограничен.

Акция, цена всего 3900 2400 руб. до 15 сентября

КОНТАКТЫ »

г. Москва
ул. Монтажная, 9
ТЦ «Мандарин»
ст. м. «Щёлковская»
Пн.-воскр. 10.00-20.00
тел. 8-499-703-01-49,
8-925-060-65-78,
8-800-333-05-35
(бесплатный по России)
www.tepleko.ru

ОБОГРЕВАТЕЛЬ ТЕПЛЭКО
ЯВЛЯЕТСЯ ПОБЕДИТЕЛЕМ
КОНКУРСА 100 ЛУЧШИХ
ТОВАРОВ РОССИИ 2015



ЭКОНОМИКА

«Больной» выжил,
но ещё слаб.



НАШУ ЭКОНОМИКУ ЛЕЧИЛИ КРОВОПУСКАНИЕМ, СЧИТАЕТ ИЗВЕСТНЫЙ ЭКОНОМИСТ ЯКОВ МИРКИН. СВОИМ ПРОГНОЗОМ СОСТОЯНИЯ «ПАЦИЕНТА» ОН ПОДЕЛИЛСЯ С ЧИТАТЕЛЯМИ «АИФ».

ЭКОНОМИЧЕСКОЕ ЧУДО БЕЗ КАВЫЧЕК

- Яков Моисеевич, сколько ещё нашей экономике падать?

- Не всё печально. С августа прошлого года негативные явления сглаживались. Уменьшилось падение ВВП, падение производства, выросли грузоперевозки. А в агросекторе произошло экономическое чудо без кавычек. По валовому сбору зерна мы добрались до показателей 1986-1990 гг. - не каждая отрасль может этим похвастаться. По экспорту пшеницы стали вторыми в мире. Свинина, птица - рост на 20-30% за 2 года. Сыры, масло - на 15-30%. Хотя цены на продовольствие за 2014-2015 гг. выросли больше, чем на 30%. Это по статистике - в магазине кажется, что ещё больше.

Российская экономика похожа на человека, который приходит в себя после сильного удара. Лечили больного ужасно - обёртыванием в мокрые холодные простыни и кровопусканиями. Но он выжил, встал на ноги, хотя очень слаб и потихоньку слабеет дальше.

до 90 руб.

**ЗА ДОЛЛАР
УПАДЁТ РУБЛЬ
К КОНЦУ ГОДА.**

Мы по-прежнему слишком зависимы от внешних факторов - мировых цен на сырьё, курса доллара - и ослабляющих страну санкций. Плюс - внутренний инвестиционный кризис. Инвестиции чуть больше 18% ВВП - с этим не растут, а еле-еле бредут. По-прежнему падают доходы населения, розничная торговля, производство стройматериалов, импорт оборудования. Это предвещает болото, потому что для роста нужно всё время вкладывать во что-то новое. Пока что минусы медленно переходят в плюсы. Но в любой момент может прилететь очередной шок из-за границы или накопятся внутренние болезни. И тогда - новое падение.

Почему же сейчас экономика на плаву? Помогают слабый

**ЛИЦО
ПРОБЛЕМ**

рубль (хотя нашим карманам это не нравится), рост военных расходов (загрузка мощностей, рабочие места). И, конечно, рост неформальной экономики, потому что из кризиса всегда выходят садами и огородами. В тень уходит и часть бизнеса. Доля серого сектора - в районе 50% ВВП.

цен на сырьё и состояния экономики. Сейчас, по вкусовым ощущениям, он будет балансировать на уровне 66-67 руб. за доллар. Потом его будет долго и очень сильно (всё сильнее) «качать», как лодку на море в шторм. От 75 до 90 руб. за доллар до конца года. То, что происходит с рублём в этом году, напоминает то, что происходило в прошлом, 2015 году: резкое падение в начале года, затем его укрепление и к концу года новое ослабление, потом падение.

Сейчас рубль дороже 67 за доллар - рубль переоценённый, он слишком тяжёл. Больше 70 за доллар - это уже стимул для роста, что неизбежно, через увеличение числа рабочих мест, отзовется и на наших карманах.

- Нефть пошла вниз, надолго ли? Как влияют на нашу экономику такие качели?

- Цены на нефть зависят только от мировых финансовых рынков. Будет нефть дороже 50 - все будут сыты и довольны жизнью. Если уйдёт ниже 35 - будет плохо. Экономика никак не может от этих внешних факторов освободиться, потому что находится в мокрых холодных простынях, которыми её лечат: это высокий процент по кредитам, «умеренно жёсткая» денежная политика (дефицит денег), очень высокие налоги и растущие административные издержки. Резервы для роста есть, может быть, только у аграрного сектора, которому доступно бюджетное финансирование и льготное кредитование. Если добавить налоговые льготы, «раскрепощение» от административного бремени, замораживание тарифов и цен, определяемых государством, умеренно слабый рубль, дешёвую землю, приватизацию в пользу среднего класса, то получим формулу роста и для других секторов.

И мы по-прежнему великая сырьевая держава. Россия занимает в мире по производству нефти 1-2-е места, алмазов - 1-е место, газа - 2-е место, алюминия - 2-е место, титана - 2-е место. Теперь к списку наших экспортных товаров добавилось зерно. Нефть и газ есть нельзя, а хлеб можно, и пока он есть - жизнь идёт своим чередом.

- Что ждёт нас в перспективе?

- Если говорить о долгосрочной перспективе, то она пока очень рискованна - стагнация, старение оборудования и технологий, растущее отставание от развитых стран мира. Поставки европейской техники и ноу-хау уменьшились катастрофически - на 35-40%. Никто не знает, поможет ли нашему росту связка с Китаем, где Россия - поставщик сырья, а Китай - средств производства... Здесь есть проблема качества. Неизвестно, будут это «копии подешевле» или действительно современные образцы.

В ближайшие годы мы будем полностью зависеть от внешнего мира. От Нью-Йорка, Чикаго, Лондона, где формируются мировые цены на сырьё.

ПРИКЛЮЧЕНИЯ РУБЛЯ И НЕФТИ

- А что будет с рублём?

- Курс рубля - производная от

ский край и Иркутская область (Восточный Тимор), Сахалинская область (Монголия), Кемеровская область (Боливия), Алтай (Намибия), Псковская область (Непал), Камчатка (Бутан)... Здесь нужны срочные программы восстановления.



**Алексей
ЧЕБОТАРЕВ**

Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА

АРТРОМАКСИМУМ 5 ДНЕЙ – ВСЕГО ЗА 5 ДНЕЙ СПОСОБСТВУЕТ УЛУЧШЕНИЮ ПОДВИЖНОСТИ И ГИБКОСТИ СУСТАВОВ



«Артромаксимум 5 дней» – инновационный препарат, ставший уникальной альтернативой хондропротекторам в сохранении здоровья суставов. **За 5 дней он способствует достижению комфорта движений и улучшению подвижности и гибкости суставов!** А дальнейший прием по 1 капсуле в день направлен на поддержание здоровья суставов в норме.

Для максимально быстрого действия натуральная формула препарата объединила пять растительных экстрактов: босвеллии, лопуха, белой ивы, куркумы, имбиря. Они усилены MSM (источником серы) и экстрактом черного перца.

Произведено «Эвалар»: выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP.



**ЦЕНА
В НЕСКОЛЬКО РАЗ
ВЫГОДНЕЕ
АМЕРИКАНСКОГО
АНАЛОГА!**

**1 упаковка
на курс!**

Покупайте в аптеках:

Горячая линия «Эвалар»: 8-800-200-52-52



ФИТОМАРКЕТ

ВНИМАНИЕ! ОТКРЫЛСЯ ПЕРВЫЙ В МОСКВЕ ФИТОМАРКЕТ «ЭВАЛАР»
ФИТОМАРКЕТ «ЭВАЛАР» - ЭТО УНИКАЛЬНАЯ ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ, ГДЕ СОБРАНЫ ТОЛЬКО НАТУРАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА: БОЛЕЕ 1000 НАИМЕНОВАНИЙ ФИТОПРЕПАРАТОВ, ВИТАМИНОВ, ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ И ФИТОКОСМЕТИКИ ОТ ВЕДУЩИХ МИРОВЫХ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ. ЦЕНЫ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ НА ПРОДУКЦИЮ «ЭВАЛАР». **ДЛЯ ВАС ПОДАРОК, АКЦИИ И ДЕГУСТАЦИИ!**

ТРЦ «Золотой Вавилон», Проспект Мира, д.211, к.2 т.: 8(499) 270-52-87

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

*Сравнение цен приведено по данным ЗАО «Группа ДСМ» (средняя цена за март, 2016). Аналог для сравнения выбран по действующим компонентам, форме выпуска, назначению. *Среди розничных точек продаж ЗАО «Эвалар»

ЭНЕРГЕТИКА

Полувековой актив ставит новые рекорды.

ЕСТЬ ТАКИЕ ПОЛИТИКИ И АНАЛИТИКИ, КОТОРЫЕ РУБЯТ СПЛЕЧА: НА ДВОРЕ КРИЗИС - ЭКОНОМИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ В НЕФТЯНОМ СЕКТОРЕ ПАДАЕТ. А ЧТО НА САМОМ ДЕЛЕ ПРОИСХОДИТ В СЕРДЦЕ РОССИЙСКОЙ НЕФТЕДОБЫЧИ?

ГОРОД ОСТАЁТСЯ МОЛОДЫМ

Нефтеюганск в следующем году исполнится 50 лет. Город вырос из небольшого посёлка на берегу Юганской Оби после того, как в 1962 г. из скважины Р-63 ударил фонтан с суточным дебитом 800 тонн. Невероятный показатель даже сегодня, а что уж говорить про те, куда менее технологичные времена.

Первопроходцы жили в балках. Несколько таких деревянных домиков стоят сейчас на том самом месте, где и раньше. Свежие копии установили для молодых горожан, которые с трудом представляют себе труд и быт нефтяников тех лет.

Это один из северных моногородов, который вырос благодаря нефти и живёт ею. В 2013 г. отправили в трубопровод 2-миллиардную тонну. Казалось бы, пора добыче падать. Но Нефтеюганск остаётся молодым, средний возраст жителей - 33 года. Яркие клумбы, новые детские площадки, современный центр физкультуры и спорта, златоглавые храмы. К тому же город растёт - строятся новые дома, теперь уже высотные. Старшее поколение, то есть те, кому за 40, говорят, что раньше представить

БУРЯТ НА ПЕРСПЕКТИВУ



Качалки, конечно, уже в далёком прошлом, но эту на Приобском месторождении хранят как частичку истории. Здесь и посвящают в нефтяники молодых специалистов.

такого не могли. Но новые технологии строительства позволяют и этажи возводить, и ставить дома на не слишком-то твёрдой почве, ведь вокруг болота.

Так, значит, нефть не кончается? На Мамонтовском, Южно-Сургутском и Усть-Балыкском месторождениях, где пик добычи пришёлся на конец 80-х, её действительно стало меньше. Но началась разработка других. Фонтаны уже не бьют - нынешние углеводороды достаются сложнее, потому что залегают глубже и часто под плотными пластами песчаника. Более 40% суммарных запасов у «Роснефти» здесь трудноизвлекаемые.

Однако и технологии ушли далеко вперёд. Нефтяники достают теперь ту нефть, которая раньше даже не рассматривалась как объект добычи. И в ближайшие годы планируют увеличить разработку ТРИЗов, как кратко именуют трудноизвлекаемые за-

пасы. Плюс успешная разведка: благодаря геологам в прошлом году обнаруженные запасы на 20% превысили добычу.

ВСЕ СВОИ И ВСЁ СВОЁ

«Мы разбили наши месторождения на три группы, - говорит Хасан ТАТРИЕВ, гендиректор компании «РН-Юганскнефтегаз». - Это зрелые месторождения с выработкой запасов более 30%, новые, где выработка менее 30%, и ещё не разрабатываемые. Для каждой группы определили индивидуальную стратегию. Это позволяет наращивать добычу - планируем довести её до 68 млн тонн в год».

На одной из кустовых площадок Приразломного месторождения идёт бурение 16-й скважины. 15 уже пробурены - в ровный ряд выстроилась свежеекрашенная арматура, венчающая их на земле. «При наклонно-направленном бурении проходим 2700-2800 метров, - рассказывает Евгений ПУСТОВОЙ, главный инженер регионального управления буровых работ № 3 компании «РН-Бурение». - А если ведём горизонтальное бурение, то и до 4 тыс. с лишним бывает».

Горизонтальных скважин российские нефтяники бурят всё больше - как, собственно, и во всём мире. Часто - с гидро-разрывом пласта. Все сервисные работы выполняются во многом своими же компаниями. Доля

внутреннего сервиса в «РН-Юганскнефтегазе» доходит при бурении до 67%, при гидро-разрыве пласта - до 32%. Свои компании и работают на своём. Оборудование на буровой российское. «Недавно приводы были американскими, но этот уже наш», - поясняет Е. Пустовой.

ПОЧУВСТВУЙ МАСШТАБ

Здесь поражают масштабы: территории, добычи - всей деятельности. Месторождения - Приобское, Мамонтовское, Приразломное, Малобалыкское - уникальны по величине запасов. В прошлом году компания добыла 62,4 млн тонн нефти - более 12% того, что достали из недр по всей России. Её 32 лицензионных участка расположены на территории в 19,3 тыс. кв. км.

«Вы почувствовали масштаб?» - спрашивает Виталий БУРЧЕВСКИЙ, начальник управления генерации, который показывает газотурбинную электростанцию - крупнейшую в стране из тех, что работают на попутном нефтяном газе.

Она занимает 5 га и перерабатывает 95% приобского попутного газа. Выбрасывает в атмосферу только тёплый воздух. Выдаёт 315 МВт в сутки на нужды собственной инфраструктуры компании, но этого мало: потребление вдвое выше. По словам В. Бурчевского, тако-

го уровня можно достичь за счёт использования энергии пара. Есть прекрасный отечественный опыт, потому что советская промышленность эффективно эксплуатировала паровые турбины. Правда, это уже перспектива.

АВИАПАРК БЕСПИЛОТНИКОВ

«Скорость ветра - 5 м/с, высота 400 м», - сообщает электронный голос из чемоданчика с компьютером в микроавтобусе. На мониторе - местные просторы с высоты полёта беспилотника. По словам гендиректора «РН-Юганскнефтегаза», в компании на 25% увеличивают объёмы замены трубопроводов, чтобы повысить их надёжность. Но оперативный контроль за объектами тоже важен.

до 68 млн

ТОНН В ГОД
УВЕЛИЧИТЬ
ДОБЫЧУ -
ТАКОВЫ ПЛАНЫ.

Самолёт летает, а тепловизор, фотоаппарат и видекамера делают своё дело. По возвращении из приборов извлекают флешку, отправляют информацию в компьютер, и специальная программа сравнивает это изображение с предыдущим. Пока у предприятия 2 беспилотника, но в ближайшее время авиапарк расширится.

«Иногда бывает и по-другому: наши операторы замечают отклонения в показаниях приборов. И уже через 10 минут беспилотник в воздухе. Ещё 10-15 минут - и он долетает до места», - поясняет Хасан Татриев. Весь комплекс (автомобиль, оборудование, беспилотник) стоит около 7 млн руб. Но эти вложения важны: они помогают отслеживать обстановку практически в любую погоду и уже не нужно поднимать в воздух вертолёт.

Марина НАБАТНИКОВА

КСТАТИ

В этом году 29% бурения и 9% добычи приходится на ТРИЗы. Многие скважины бурят с гидроразрывом пласта. В ходе подготовки к нему в твёрдой породе расширяют естественные трещины и создают искусственные, а затем расклинивают их проппантом. Вот он-то и становится страшилкой в устах некоторых защитников природы:

мол, закачивают в недра жуткую химию. На самом деле используют гуар - проппант, произведённый в Екатеринбурге из гуарового дерева семейства бобовых. Чтобы он превратился в упругий гель, добавляют воду. Вот и вся «химия». А после отработки скважины он так же легко превращается в жидкость и выкачивается из неё.

ПРОЕКТ «ЮЖНЫЙ ПОТОК» МОЖЕТ БЫТЬ ВОЗОБНОВЛЁН. ОБ ЭТОМ ПОСЛЕ ПЕРЕГОВОРОВ С ПРЕЗИДЕНТОМ РОССИИ ВЛАДИМИРОМ ПУТИНЫМ ЗАЯВИЛ ПРЕМЬЕР-МИНИСТР БОЛГАРИИ БОЙКО БОЙКОВ.

Напомним, газопровод «Южный поток» должен был пройти через Чёрное море из России в Болгарию. Далее основной маршрут - через Сербию, Венгрию, Словению в Италию. Планировалось также построить отводы для снабжения газом других европейских стран. Болгария под давлением европейских чиновников не выдавала разрешение на его строительство на своей территории. В 2014 г. Россия была вынуждена заявить об отказе от проекта.



АЛЕКСЕЙ ГРИВАЧ, замдиректора Фонда национальной энергетической безопасности. - И Болгария пытается ухватить

КОМУ ДАДИМ ГАЗУ?

Для Болгарии «Южный поток» - это доход от транзита, дивиденды в 2,8 млрд евро и 5 тыс. новых рабочих мест. Неудивительно, что страна пытается реанимировать «Южный поток». «С примирением России и Турции увеличилась вероятность реализации «Турецкого потока», газопровода, который планируется провести по дну Чёрного моря в Турцию, - объясняет Алексей ГРИВАЧ, замдиректора Фонда национальной энергетической безопасности. - И Болгария пытается ухватить

последний шанс, не потерять, а увеличить транзитные поставки газа из России в Европу».

Есть версия, что страна получила добро на возобновление переговоров от Еврокомиссии. Причина та же - «Турецкий поток». С его появлением Турция претендует на роль главного транзитёра российского газа в Южную Европу. Возможно, пришло понимание, что меры, ограничивающие конкуренцию на газовом рынке в Европе, самой же Европе боком и выходят. Не зря же в прошлом году возник проект расширения «Северного потока» - газопровода, идущего из России

в Германию по дну Балтийского моря. Кстати, Госдеп США обеспокоен тем, что этот проект

55 млрд

КУБОМЕТРОВ ГАЗА
ПОЙДЁТ ЧЕРЕЗ
«СЕВЕРНЫЙ ПОТОК-2».

может привести к коллапсу украинской экономики. «Две новые ветки «Северного потока» - это 55 млрд кубометров газа,

- продолжает А. Гривач. - Часть из них пойдёт в Северо-Западную Европу, где падает собственная добыча газа. Примерно 30 млрд может пойти в Италию и Австрию, заместив часть тех объёмов, что идут через Украину (64 млрд кубометров). Ни в Конституции РФ, ни в уставе «Газпрома» не прописано обязательство поддерживать украинскую экономику. Но, даже если будут построен «Южный поток» или «Турецкий поток», расширен «Северный поток», речь пока не идёт об обязательном отказе от транспортировки газа через территорию Украины. Страна может предложить выгодные условия транзита и конкурировать с вышеперечисленными направлениями».

Виктория ГУДКОВА

Трудно ли сегодня ходить за справками?

ПЯТЬ-ШЕСТЬ ЛЕТ НАЗАД ВИЗИТ ЗА «БУМАЖКОЙ С ПЕЧАТЬЮ» БЫЛ ЗАДАЧЕЙ ПОВЫШЕННОЙ СЛОЖНОСТИ С НЕПРЕДСКАЗУЕМЫМ ФИНАЛОМ (В МОСКВЕ РАБОТАЛО 1,2 ТЫС. ГОСУЧРЕЖДЕНИЙ, ВЫДАЮЩИХ ДОКУМЕНТЫ). СЕГОДНЯ ДОСТАТОЧНО ОБРАТИТЬСЯ В ЦЕНТР «МОИ ДОКУМЕНТЫ». КСТАТИ, С 1 АВГУСТА ТАМ ПРЕДЛАГАЮТ НОВЫЕ УСЛУГИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ВЫХОДЯЩИХ НА ПЕНСИЮ.

КАСАЕТСЯ КАЖДОГО

Чтобы официально стать «заслуженно отдыхающим», можно обратиться в одну из клиентских служб Пенсионного фонда России (адреса и тел. - на pfrf.ru). Но есть и другой вариант - посетить центр «Мои документы» в любой день недели (да-да, и в выходные тоже). Правда, пока оформить пенсию можно только в 52 из 123 центров госуслуг (каких - см. инфографику). С собой нужно взять паспорт и документы, подтверждающие продолжительность вашей работы и иные периоды, включаемые в страховой стаж. Если у вас есть сомнения по поводу какого-либо бывшего места своей работы, советуем сначала позвонить по тел. «горячей линии» (495) 777-77-77. Консультанты подскажут, что делать, если нет подтверждения «части» стажа. Вполне может оказаться, что придётся заказывать архивную справку. И только после

её получения вам удастся добиться максимального размера пенсии.

А вот чтобы заполнить весь пакет документов на младенца, хватит справки из роддома и паспорта одного родителя. С таким запросом можно обращаться в любой центр услуг, кроме расположенного по адресу Новоясеневский пр., 9. Приносить младенца не надо! Хотя если вы всё равно собирались на прогулку, можете приходить с малышом (ведь среднее время ожидания составляет всего 3 минуты).



Елена ГРОМОВА, директор центров госуслуг Москвы.

Перечень услуг действительно постоянно расширяется. Например, сейчас во всех 11 центрах «Мои документы» Западного округа горожане, имеющие трёх и более отпрысков, в день обращения получают «корочку» многодетной семьи, и им начинают готовить остальные документы (см. таблицу). Позже такая услуга появится и в центрах других округов.

А вам ничего оформить не нужно? Например, соцкарту для будущего первоклассника?

КСТАТИ

Многодетные могут оформить в «Моих документах»:

- соцкарту москвича;
- сертификат на маткапитал (если не брали за 2-го ребёнка);
- льготы на имущественный, земельный и транспортный налоги;
- субсидию по оплате жилищно-коммунальных услуг;

- выплату на приобретение детской одежды (учащимся);
- компенсацию для возмещения расходов из-за роста стоимости жизни;
- выплату для возмещения удорожания продуктов (на детей до 3 лет);
- «матпомощь» в связи с рождением тройни.

ВАШИ ДОКУМЕНТЫ!

КАК ПОЛУЧИТЬ ГОСУСЛУГИ БЕЗ ХЛОПОТ

РОДИТЕЛЯМ

Что и когда вам сделают:

■ Свидетельство о рождении ребёнка

В день обращения

■ Справка формы № 24

В день обращения

■ Свидетельство об установлении отцовства

В день обращения

■ Регистрация новорождённого по месту жительства

Не более 6 рабочих дней

! Внимание: она оформляется строго в центре госуслуг по месту жительства.

■ Удостоверение многодетной семьи

В день обращения

■ Назначение пособий

1 месяц

Чтобы получить весь пакет документов для новорождённых сразу, надо обратиться в любой центр «Мои документы» (кроме центра в р-не Ясенево).

■ Оформление материнского капитала (на второго или последующих детей)

1 месяц

■ Загранпаспорт без электронного носителя на 5 лет

1 сутки

! Его делают только после регистрации ребёнка по месту жительства. Необходима отметка о гражданстве, которая предоставляется по месту регистрации.

■ СНИЛС

■ Полис обязательного медицинского страхования

Не более 11 рабочих дней

временный

В день обращения

постоянный

Через 30 дней

ПЕНСИОНЕРАМ

В каких центрах «Мои документы» оформляют пенсию (все её варианты):

ЦАО

Тверской, Арбат, Басманный, Замоскворечье, Красносельский, Таганский.

ЮЗАО

Обручевский, Ломоносовский, Гагаринский, Коньково, Черёмушки, Котловка, Зюзино.

ЗАО

Филёвский парк, Фили-Давыдовское, Проспект Вернадского, Тропарёво-Никулино.

СЗАО

Покровское-Стрешнево, Куркино, Митино, Северное и Южное Тушино.

САО

Савёловский, Аэропорт, Беговой, Хорошёвский, Сокол, Войковский, Дмитровский.

СВАО

Марфино, Алексеевский, Алтуфьевский, Бабушкинский, Свиблово, Ярославский.

ЮВАО

Текстильщики, Капотня, Кузьминки, Южнопортовый.

ВАО

Вешняки, Восточное Измайлово, Восточный, Новокосино, Перово, Соколиная Гора.

ЮАО

Чертаново Южное, Донской, Царицыно, Чертаново Центральное.

Зеленоград

Силино, Матушкино, Старое Крюково, Крюково.

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

РОЖДЕНИЕ ЧУДА

Первого родила 15 лет назад. Правда ли, что роддома уже не такие, как раньше? Что никто не запретит взять мужа на роды?

О. Можайкина, Москва

Отвечает **Александр КОНОПЛЯНИКОВ**,



главный внештатный акушер-гинеколог Департамента здравоохранения г. Москвы:

- Департамент здравоохранения столицы в тесном сотрудничестве с властями города проделал огромную работу, чтобы улучшить качество медпомощи беременным. Теперь женские консультации стали структурными подразделениями ам-

булаторно-поликлинических центров или многопрофильных стационаров; родильные дома также вошли в структуру многопрофильных больниц. Раньше, если что-то шло не так, беременные и их родные часто не знали, куда бежать. Сейчас для каждой проблемы существует чёткий алгоритм действий: приказы нашего департамента регламентировали маршрутизацию беременных при той или иной патологии. Каждую пациентку при необходимости проконсультируют смежные специалисты или переведут в головное учреждение. В стационарах - современная техника

и аппаратура, работают врачи высокого класса. И рождаемость в Москве увеличилась: в прошлом году на свет появилось на 6,5 тысячи малышей больше, чем в позапрошлом. А благодаря модернизации сейчас в городе нет родильных домов без средств реанимации.

Пациентки ждут от врачей не только назначений, но и участия. Хороший врач должен не только правильно оценить состояние беременной женщины, назначить обследование и лечение, но и суметь расположить пациентку к себе.

Что касается партнёрских родов, то они подразумевают

присутствие близкого человека - супруга, мамы, сестры. Подтверждение тому - Федеральный закон РФ № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в РФ», по которому отцу ребёнка или иному члену семьи предоставляется право, если женщина согласна (и с учётом состояния её здоровья), присутствовать при рождении малыша. Достаточно заранее предупредить медперсонал о своём решении и представить необходимые справки.

Если говорить об анестезии, то врач обязательно должен объяснить женщине, с какой целью он предлагает те или иные пре-

параты. Так, у эпидуральной анестезии, помимо обезболивания, есть и лечебная функция - её используют, например, при дискоординации родовой деятельности.

Уверен в одном: роды должны проходить только в специальных стационарах. Рожать дома небезопасно и для плода, и для матери. Даже если первые роды прошли идеально, не факт, что следующие тоже пройдут без осложнений. Случись что, дома нет ни нужных аппаратов, ни устройств, не говоря уже про отделение взрослой или детской реанимации. Лучшее довериться специалистам.

Инфографика Анны ХАРИТОНОВОЙ
Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО, Legion-Media

ПОДРОБНОСТИ

ЛИЦОМ К МОСКВИЧАМ

Как сделать мегаполис привлекательным для жизни, работы и отдыха?

ЧТО ОБЪЕДИНЯЕТ СТРОИТЕЛЬСТВО ДОРОГ И МЕТРО ПО ВСЕМУ ГОРОДУ, ПАРКА «ЗАРЯДЬЕ» У СТЕН КРЕМЛЯ И «ОСТРОВА МЕЧТЫ» В НАГАТИНСКОЙ ПОЙМЕ?

Это мегапроекты мирового уровня, на реализацию которых в других крупных городах ушли бы десятилетия. У нас же станции подземки, тоннели и эстакады появляются каждый год. Срок сдачи ландшафтного парка - 2017-й, а российского Диснейленда - 2018-й. Как такое возможно, накануне Дня строителя рассказывает «АиФ» Марат ХУСНУЛЛИН, заместитель мэра Москвы по вопросам градостроительной политики и строительства.



ХУСНУЛЛИН, заместитель мэра Москвы по вопросам градостроительной политики и строительства.

БЫСТРЕЕ СТРОИМ - БОЛЬШЕ ЭКОНОМИМ

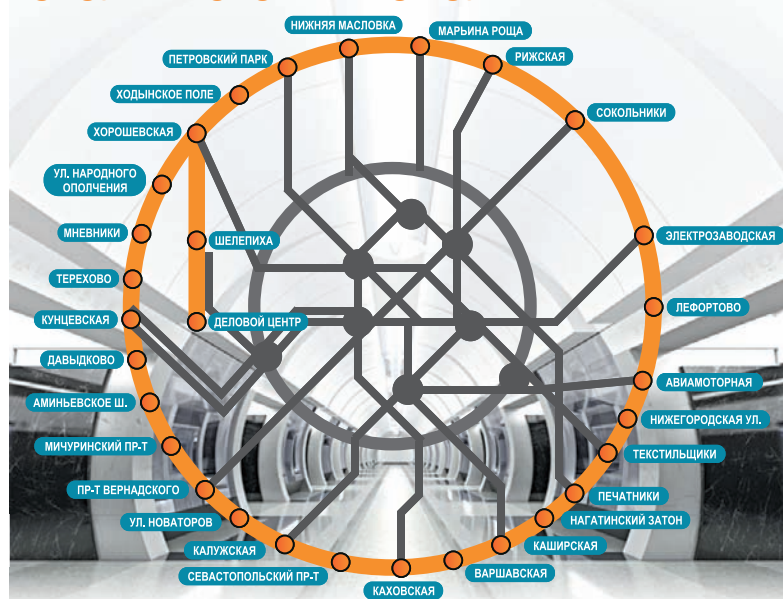
Развитие мегаполиса невозможно только за счёт монотонной, однообразной застройки и строительства жизненно важных, но разрозненных объектов. Настоящими драйверами развития города являются мегапроекты: они привлекают инвестиции, являются стартером для строительства других крупных проектов, дают толчок к сбалансированному развитию прилегающих территорий и формируют узнаваемое лицо города.

Одно из очень серьёзных достижений правительства Москвы - наличие трёхлетней адресной инвестиционной программы. Это позволяет нам планировать любое строительство на три года вперёд. Как нарастить новую ветку метро за один год? Или подвесить эстакаду,

прорыть тоннель? А если таких надо несколько десятков? Не представляю! Что уж говорить про масштабные проекты типа «Зарядье» или «Остров мечты». А за три года реально! И так у нас во всём: крупные проекты мы стараемся реализовать за трёхлетку - с 2016 по 2018 г.

Если удастся построить быстрее, получается экономия бюджетных средств. Скажем, развязка на Ленинском проспекте. У неё нормативный срок строительства 48 месяцев, а мы её сделали за 22. Знаете, сколько сэкономили? Почти 15% от стоимости. Всего же в прошлом году было введено более 100 км дорог. В этом году темпов не снижаем. Более того - увеличили объём адресной инвестиционной программы: к 107,5 млрд руб. прибавили 26,4 млрд руб. Всего в планах на 2016 г. добавить городу ещё 97 км дорог, 30 тоннелей, порядка 90 эстакад,

ТРЕТИЙ ПЕРЕСАДОЧНЫЙ КОНТУР СТОЛИЧНОГО МЕТРОПОЛИТЕНА



Крупнейший проект в мировом метростроении:

- 61 км новых линий
- 7 пересечений с радиальными направлениями железной дороги
- 2 пересечения с МЦК
- 17 пересечений с радиальными линиями метро

МЕГАПРОЕКТЫ - ДРАЙВЕРЫ РАЗВИТИЯ ГОРОДА

1612 МЛРД РУБЛЕЙ СОСТАВИЛ ОБЪЁМ ИНВЕСТИЦИЙ В ОСНОВНОЙ КАПИТАЛ В 2015 Г., ЧТО СОПОСТАВИМО С БЮДЖЕТОМ ВСЕЙ МОСКВЫ НА 2016 Г. (1751 МЛРД)

Только городской бюджет в состоянии обеспечить эффективное выполнение амбициозных задач, стоящих перед Москвой.

80% ИНВЕСТИЦИЙ В ГОРОД - ВНЕБЮДЖЕТНЫЕ

1170 МЛРД РУБЛЕЙ - ОБЪЁМ АДРЕСНОЙ ИНВЕСТИЦИОННОЙ ПРОГРАММЫ

АДРЕСНАЯ ИНВЕСТИЦИОННАЯ ПРОГРАММА 2016-2018 ГГ. ОБЕСПЕЧИТ СТРОИТЕЛЬСТВО:

- 300 км дорог
- 78 км линий метро
- 35 станций метрополитена
- 670 различных объектов

ное - создали порядка 100 тыс. рабочих мест. К 2035 г. Новая Москва будет органично вписана в общую ткань мегаполиса: здесь смогут проживать 1,5 млн человек, а количество рабочих мест возрастет до 1 млн.

То есть развитие Новой Москвы, равно как строительство дорог и метро (скоро у нас в подземке появится вторая кольцевая - Третий пересадочный контур. - Ред.), можно смело называть мегапроектами. Какие ещё на подходе?

Крупнейший проект реновации промзоны (причём не только в Москве, но и в России, и в Европе в целом) - ЗИЛ, сопоставимый со строительством нового среднестатистического города. Всего там будет построено 4,5 млн м² недвижимости, население составит порядка 70 тыс. человек, а главное - будет создано 55 тыс. новых рабочих мест.

Помимо ЗИЛа в стадии реализации сегодня находятся проекты реновации таких промзон, как «Ленино», «Верхние Котлы», территория бывшего Тушинского аэродрома, «Серп и Молот», «Соколиная Гора», «Руднёво», «Грайворово», ряд других. Хочу особо подчеркнуть, что на практике к реновации промзон мы приступили в 2013-м, но за это время там уже появилось 5 млн м² недвижимости, приняты градостроительные решения ещё на 3,25 млн м², из которых около 1 млн м² - жильё, а остальное - недвижимость для создания рабочих мест.

Большие надежды мы возлагаем на запуск в этом году пассажирского движения по Московскому центральному кольцу (МЦК), к которому, как известно, примыкает большое количество промзон. Это даст мощный толчок к развитию этих территорий.

ИЗЮМИНКИ СТОЛИЦЫ

Парк «Остров мечты» - ещё один мегапроект. Он станет настоящей изюминкой столицы. Инвестор вкладывает в парк развлечений 50 млрд руб., а город, подводя к нему транспортную инфраструктуру, - примерно 10 млрд руб. И нельзя сказать, что мы делаем это только для парка, по сути, это пойдёт на пользу всей южной части города (так было и в Париже: для Диснейленда правительство французской столицы построило железную дорогу). Всё идёт по плану, стройка уже началась: первую очередь инвесторы обещают ввести в первом квартале 2018 г. (Подробнее об этом - в № 23 «Мечта, а не парк!». - Ред.)

Мы придаём большое значение обеспечению удобной транспортной доступности парка, рядом с которым расположена промзона ЗИЛ, о которой я уже рассказывал. Новую ст. м. «Технопарк» открыли в прошлом году, в этом прибавится железнодорожная платформа на МЦК. Парк находится в прибрежной зоне Москвы-реки, близости от Южного речного порта. Его появление станет частью реализации нашего другого мегапроекта - по развитию прибрежных территорий Москвы-реки.

Такое же комплексное развитие получит и весь район парка «Зарядье» (как он будет выглядеть - см. в № 24 «Парк на бойком месте». - Ред.). Открыть его для публики планируем уже в будущем году - 870-летнего юбилея Москвы.

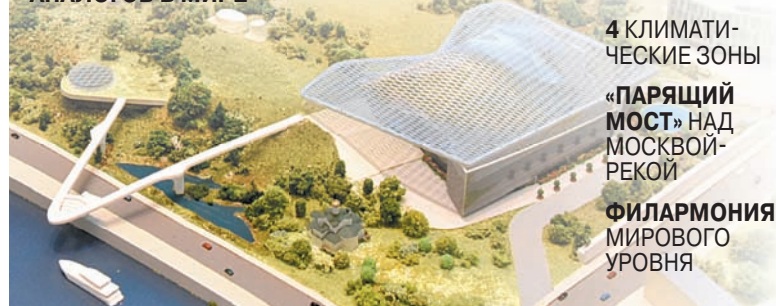


Подготовила Екатерина БЫЧКОВА

Фото Натальи ГАРНЕЛИС/ТАСС

СТРОИТЕЛЬСТВО ПАРКА «ЗАРЯДЬЕ»

ПАРК В САМОМ СЕРДЦЕ МОСКВЫ, НЕ ИМЕЮЩИЙ АНАЛОГОВ В МИРЕ



4 КЛИМАТИЧЕСКИЕ ЗОНЫ
«ПАРЯЩИЙ МОСТ» НАД МОСКОВСКОЙ РЕКОЙ
ФИЛАРМОНИЯ МИРОВОГО УРОВНЯ

ОБЩАЯ ПЛОЩАДЬ СТРОЯЩИХСЯ ОБЪЕКТОВ - 79 000 кв. м

АТТРАКЦИОН «ПОЛЁТ НАД РОССИЕЙ»

БОЛЕЕ 12 МЛН ГОСТЕЙ ЕЖЕГОДНО

ОТКРЫТИЕ ЗАПЛАНИРОВАНО НА 2017 ГОД

путепроводов и 15 пешеходных переходов. И, где бы ни располагались эти объекты (в сложившейся застройке или на территориях развития - в промзонах или Новой Москве), все они нужны для комфортного передвижения по городу.

РАБОЧИЕ МЕСТА РЯДОМ С ДОМОМ

Что касается Новой Москвы, то за 4 года с момента присоединения территорий мы добились серьёзных результатов: кроме дорог возвели более 7 млн м² недвижимости (ещё 1 млн м² введут до конца года), построили 1350 разных объектов, в том числе 23 детских сада, 8 школ, 7 поликлиник. Но самое глав-

ИНФОРМБЮРО

Как Москва оказалась в центре внимания мировых урбанистов и архитекторов?

УМНЫЙ ГОРОД



«Москва преобразуется, и это видно невооруженным взглядом», — уверен Морис ЛЕРУА, экс-министр по вопросам городского развития французской столицы, куратор проекта «Большой Париж» и советник Марата Хуснуллина, заммэра Москвы по вопросам градостроительной политики и строительства.

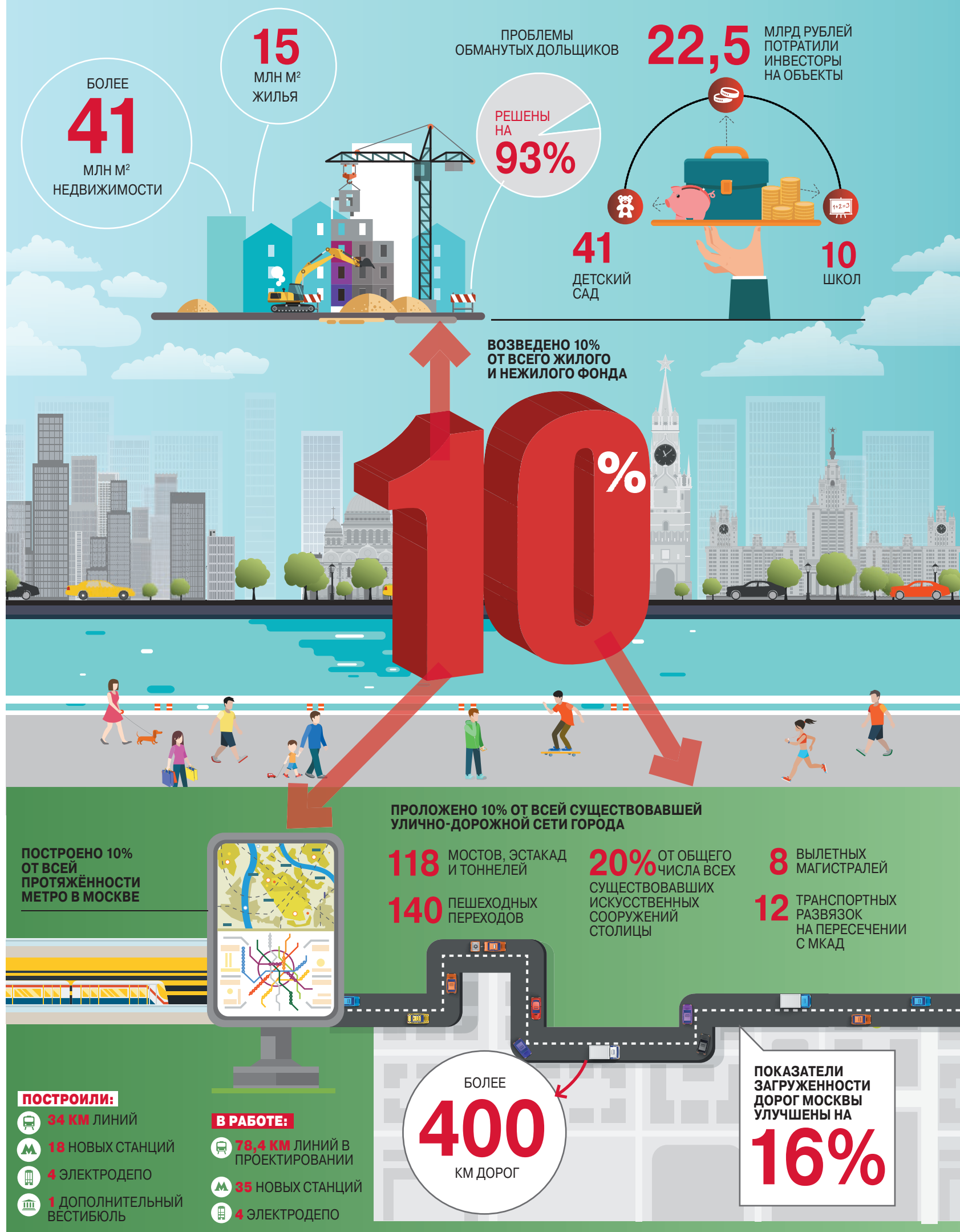
— Вы знаете, это удивительно, сколько проектов реализуется в городе одновременно, улучшая качество жизни людей. При этом каждый проект интересен по-своему. Хочется особо отметить реконструкцию Большой спортивной арены «Лужники». На мой взгляд, это блестящий шаг — сделать стадион старой эпохи переходящим символом новой эпохи. А ещё обращаю ваше внимание на сильное архитектурное решение, благодаря которому сохранилось историческое своеобразие легендарного спортобъекта и одновременно соблюдены все требования по модернизации.

А ведь всего шесть лет назад городские власти только планировали, как будет развиваться российская столица. Например, тогда сложно было даже представить, что станут применяться такие современные технологии, с помощью которых можно отследить развитие транспорта в режиме реального времени. А ведь так необходимо правильно интегрировать разные виды перемещения в современном городе. Именно поэтому нынешняя программа транспортно-пересадочных узлов важна для мегаполиса. Прогресс виден и в тематике «умного» города. Развиваются электронные технологии, многие строительные процедуры стали доступны в электронном виде, и это прекрасно, поскольку сокращает сроки возведения объектов.

Я бы хотел, чтобы так же быстро рос «Большой Париж». В своё время он был примером для «Большой Москвы». Мы делились опытом, в частности — стратегией пространственного развития. Сейчас по строительству метрополитена вам нет равных. «Большая Москва» уже обогнала «Большой Париж». Я очень рад за Москву — она развивается в правильном направлении.

ПОДВЕЛИ ИТОГИ?

ЧТО СДЕЛАНО В РОССИЙСКОЙ СТОЛИЦЕ ЗА ПРОШЕДШИЕ ПЯТЬ ЛЕТ



ЖДУТ НОВЫЕ СВЕРШЕНИЯ

И КАКИЕ ГРАДОСТРОИТЕЛЬНЫЕ ПЛАНЫ БУДУТ ПРЕТВОРЕНЫ В ЖИЗНЬ ДО 2035 ГОДА

МОСКОВСКОЕ ЦЕНТРАЛЬНОЕ КОЛЬЦО

ЗАПУСК ПАССАЖИРСКОГО ДВИЖЕНИЯ ЗАПЛАНИРОВАН

НА 2016 ГОД

54
KM

МОСКОВСКОЕ ЦЕНТРАЛЬНОЕ КОЛЬЦО (Ж/Д)
ТРЕТИЙ ПЕРЕСАДОЧНЫЙ КОНТУР (МЕТРО)



31 ОСТАНОВКА

ВОЗМОЖНОСТИ ПЕРЕСАДКИ НА:

9 РАДИАЛЬНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ Ж/Д

11 ЛИНИЙ МЕТРО

ПОСТРОЕНО:

7 ПУТЕПРОВОДОВ

К 2020 ГОДУ

В 1,5 РАЗА ВЫРАСТЕТ ПРОТЯЖЁННОСТЬ МЕТРО

158,5 KM ЛИНИЙ

75 НОВЫХ СТАНЦИЙ

13 ЭЛЕКТРОДЕПО

К 2035 ГОДУ

РЕКА СТАНЕТ ЛИНЕЙНЫМ ЦЕНТРОМ ГОРОДА

11 600

ГЕКТАРОВ СОСТАВИТ ОБЩАЯ ЗОНА ВЛИЯНИЯ

БОЛЕЕ 28 МЛН М² НЕДВИЖИМОСТИ

БОЛЕЕ 135

KM НАБЕРЕЖНЫХ БУДУТ ПОСТРОЕНЫ И БЛАГОУСТРОЕНЫ

24 ПЕШЕХОДНЫХ И ТРАНСПОРТНЫХ МОСТА

В СТРОИТЕЛЬСТВЕ:

Продление Калининско-Солнцевской линии от станции «Раменки» в районы Ново-Переделкино (ЗАО) и посёление Внуково (ТИАО)

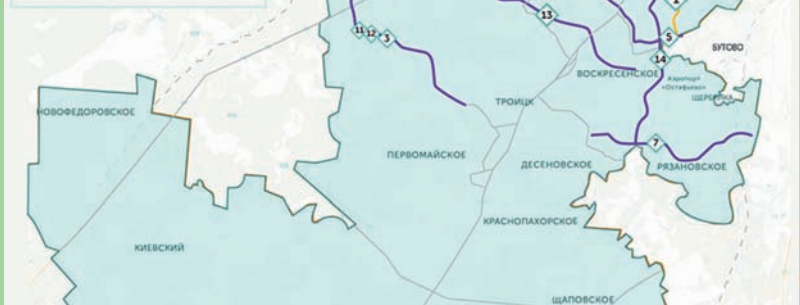
Реконструкция Калужского шоссе

Дорога Солнцево - Бутово - Видное (между Киевским и Калужским шоссе) от Киевского шоссе до деревни Ямонтаво

Трасса Боровское шоссе - деревня Ботаково

РАЗВИТИЕ НОВОЙ МОСКВЫ

ЛИНЕЙНЫЕ ОБЪЕКТЫ, ВКЛЮЧЕННЫЕ В АПР 2014-2017 ГГ.
НАЧАЛО СТРОИТЕЛЬСТВА
ПОСТРОЕННЫЕ ЛИНЕЙНЫЕ ОБЪЕКТЫ



В ПЛАНАХ:

Продление Сокольнической линии до Коммунарки

Строительство дорог «Внуковское шоссе», «МКАД - Коммунарка - Остафьево», «МЗ Украина - Середнево - Десна», «Варшавское шоссе - Яковлево».

Ввод участка ЦКАД длиной 29 км

НА ЗЕМЛЕ И ПОД ЗЕМЛЁЙ

Текущие и будущие строительные работы в российской столице расписаны буквально по дням на несколько лет вперёд. Причём во внимание принимаются все аспекты - чем привлечь инвесторов, что нужно предусмотреть ещё на стадии проектирования. И как каждый новый транспортный объект скажется на жилищном и офисном строительстве в том месте города, где появится. Например, до конца 2016 г. должен быть создан кадастр подземного пространства Москвы. Достоверная и полноценная информация о том, что находится под столичными дорогами, зданиями и озеленёнными территориями, как воздух нужна всем, кто занят в сфере строительства. Ведь тогда будут сведены к минимуму геодезические и инженерные изыскания, легче станет оценивать инвестиционную привлекательность территории, упростится процесс подключения новых объектов к коммуникациям.

Не менее важно «ещё на берегу» решить, как сделать новые объекты максимально доступными для горожан. Решение этой задачи уже найдено. «В Москве реализуется потрясающий по объёму и сложности проект строительства транспортно-пересадочных узлов. Власти Москвы хотят сделать так, чтобы появился не просто новый



ТПУ, но и чтобы город вокруг него становился современным, удобным и интересным для жителей, - считает инженер-архитектор **Этьен ТРИКО**. - Кстати, проекты, которые нужно реализовывать в пределах существующей инфраструктуры, являются самыми сложными. Любой архитектор скажет, что перестроить здание гораздо сложнее, чем построить новое. Плюс необходимо работать на объекте, где кипит повседневная жизнь. Я уверен, что Москва развивается, я уверен, что это актуальным градостроительным практикам».

Увидеть, что ждёт наш город в будущем, можно, изучив инфографику: наступление будет идти по всем фронтам. Кроме того, в столице произойдёт реорганизация более 4 тыс. га промзон, где планируется возвести порядка 107 млн м² офисов и жилья. Если хотите узнать подробную информацию про конкретный объект в своём районе, зайдите на портал stoi.mos.ru.

ЧЕМПИОНАТ - ЛИШЬ НАЧАЛО

ПЕРСПЕКТИВЫ

Как появление стадионов к ЧМ-2018 отразится на жизни всех москвичей?

ЧЕРЕЗ ДВА ГОДА РОССИЙСКАЯ СТОЛИЦА ПРЕВРАТИТСЯ В НАСТОЯЩИЙ ГОРОД СПОРТА. ВЕДЬ СТАДИОНЫ И КОМПЛЕКСЫ, КОТОРЫЕ ВОЗВОДЯТСЯ СЕЙЧАС, НЕ ТОЛЬКО ОБЕСПЕЧАТ ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ЛЮБОГО УРОВНЯ, НО И «ОЗДОРОВЯТ» ИНФРАСТРУКТУРУ БЛИЗЛЕЖАЩИХ РАЙОНОВ.

ГУЛЯТЬ, КАТАТЬСЯ, ЗАГОРАТЬ

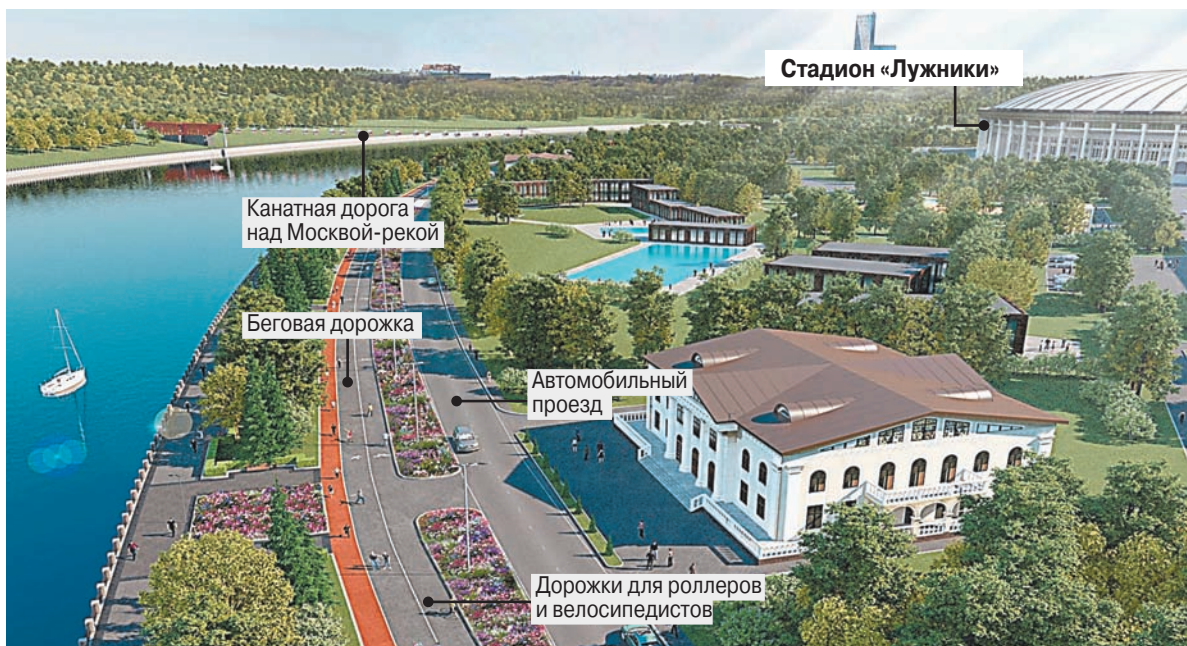
Главные игры чемпионата мира по футболу 2018 года (матч открытия, один из полуфиналов и финал первенства) состоятся в обновлённых «Лужниках». Благодаря реконструкции количество зрительских мест на стадионе вырастет с 78 тыс. до 81. Эта информация безусловно порадует болельщиков. А как же остальные горожане? Им арена подарит огромную территорию, где смогут оздоравливаться и отдыхать около 4 млн человек.

«В самом центре города на наших глазах вершится история, - говорит генеральный директор



АО «Мосинжпроект» **Марс ГАЗИЗУЛИН.** - Большая спортивная арена на многие десятилетия вперёд станет одной из визитных карточек российской столицы, центром притяжения москвичей и туристов. Мы, используя опыт строительства ключевых спортивных сооружений России и мира, приводим «Лужники» к стандартам Международной федерации футбола».

«Новая инфраструктура пре-



«Лужники» станут первым спортивным парком мегаполиса.

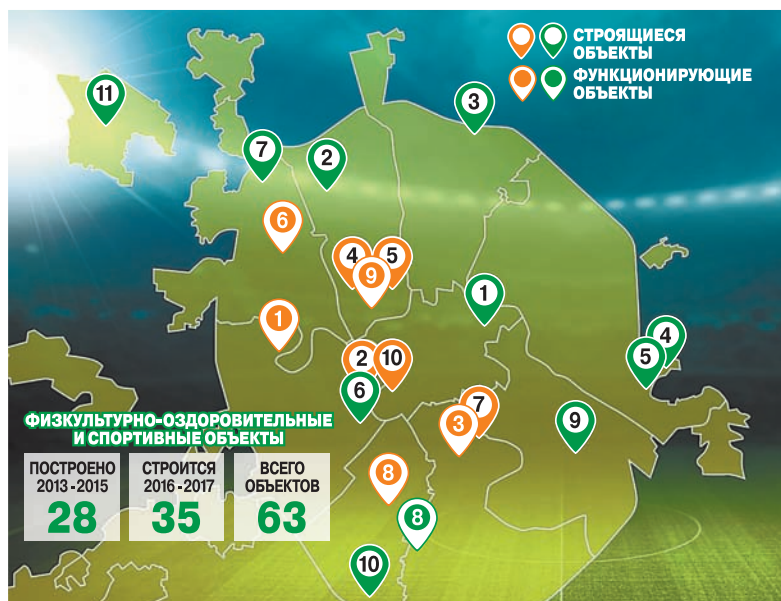


вратит «Лужники» в первоклассный городской парк, где будет всё необходимое для круглогодичных занятий спортом и отдыха, - объясняет **Сергей КУЗНЕЦОВ, главный архитектор Москвы.** - Например, прибрежная зона Москвы-реки станет средоточием различных активностей: здесь будет комфортно бегать, кататься на велосипеде, не мешая друг другу, заниматься на воркаут-площадках».

35 «ТОЧЕК

ПРИТЯЖЕНИЯ» ПОЯВИТСЯ В 2016-2017 ГГ.

Кроме того, на этой территории появятся 5 центров уличных видов спорта, площадки для картинга и подъёма на воздушных шарах. Понятно, что будут востребованы Дворец водных видов спорта и Центр художественной



ФУТБОЛЬНЫЕ ПОЛЯ: 1 ул. Новорязанская, вл. 29, 2 ул. Фестивальная, вл. 6, 3 Студёный проезд, д. 1, к. 1, 4 ул. Суздальская, вл. 40, 5 ул. Николая Старостина, 6 Мичуринский пр-т, д. 2, Олимпийская деревня, д. 2, 7 ул. Вилиса Ладиса, вл. 20 и вл. 26, 8 Сумской проезд, вл. 26, 9 ул. Заречье, вл. 9, 10 ул. Паустовского, вл. 6, 11 Зеленоград, мкр. 9, у корп. 919.

КРУПНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ОБЪЕКТЫ: 1 Гребной канал в Крылатском, ул. Крылатская, д. 2, 2 БСА «Лужники», ул. Лужники, д. 24, 3 ВТБ Ледовый дворец, ул. Автозаводская, д. 23, 4 стадион ЦСКА, ул. 3-я Песчаная, вл. 2, 5 «ВТБ Арена парк», стадион «Динамо», Ленинградский пр-т, д. 36, 6 «Открытие Арена», Волоколамское ш., вл. 69, 7 Центр водных развлечений «Арена легенд», ул. Автозаводская, вл. 23, 8 Спортивный комплекс для занятий ушу, ул. Херсонская, д. 30, 9 Дворец спорта «Мегаспорт», Ходынский б-р, д. 3, 10 многофункциональный плавательный комплекс «Лужники», ул. Лужники, д. 24.

гимнастики, ледовая арена и школа большого тенниса. Предусмотрен и ряд оригинальных фишек, которые будут отличать «Лужники» от других европейских стадионов. Например, новую медиакрышу будет видно с Воробьёвых гор. (Подробнее об этом «АиФ» рассказывал в № 25 в материале «С матчем на крыше».)

Но пространство парка не будет сильно застроено, а количество кустарников и деревьев после реконструкции «Лужников» вырастет вдвое. Надо сказать, что добраться до спортивного парка станет удобно не только на

общественном транспорте, но и на личном - проезды с Лужнецкой набережной сохранят.

Кстати, темпы строительных работ на всех московских стадионах позволяют рассчитывать на то, что уже в 2017-м они смогут принять соревнования, в том числе и международного уровня. Например, матчи Кубка Конфедераций-2017 по футболу.

Как подтвердили «АиФ» в столичном стройкомплексе, не только «Лужники», но и другие арены станут для москвичей «точками притяжения» не только во время проведения серьёзных соревнований.

СМОТРЕТЬ, РАБОТАТЬ, ОТДЫХАТЬ

Все проекты, которые сейчас претворяются в жизнь, предусматривают полноценное благоустройство прилегающих гектаров, а также строительство удобных подъездов, автостоянок и остановок общественного транспорта. То есть речь идёт о целенаправленном планировании целых районов: каждый новый или реконструируемый объект тянет за собой новые транспортные и пешеходные маршруты, рабочие места и рекреационные зоны.

Давайте посмотрим, что это значит, на конкретных примерах. Центр водного спорта «Динамо» вырастет в 2018-м на пересечении Берёзовой аллеи и Сельскохозяйственной улицы на северо-востоке города. Проектом предусмотрены спортивно-плавательный и физкультурно-оздоровительный комплексы, подземный паркинг, апарт-отель и гостиничные корпуса.

ЦСКА почти готов - совсем скоро мегаполис получит не только современный стадион, но и детско-юношескую спортивную школу, музей, гостиницу для команды гостей, рестораны и кафе, а также медицинский центр. Судьба соседних территорий также решена. Между стадионом, Ходынским полем и строящейся ж/д станцией Московского центрального кольца «Новопесчаная» планируется создать обширную пешеходную зону. Рядом возведут торгово-развлекательный центр и здания общественно-делового назначения (13 тыс. м²) с подземным паркингом. А на базе станции метро «ЦСКА» появится транспортно-пересадочный узел «Ходынское поле».

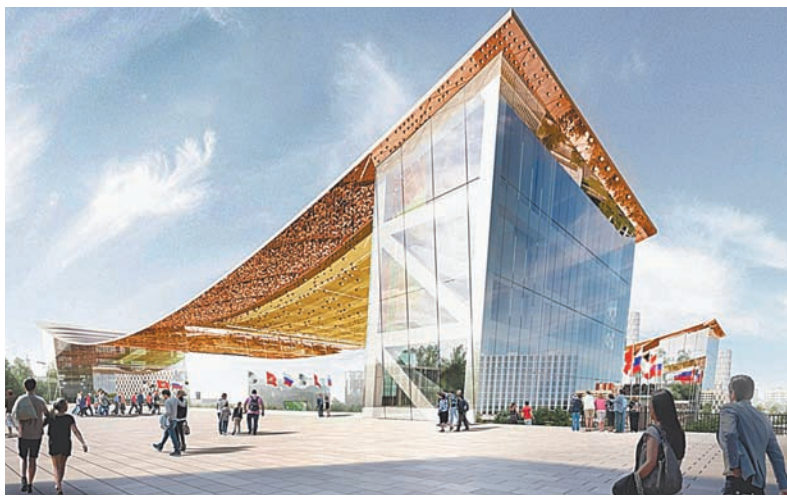
«Важной особенностью таких капитальных транспортных хабов является то, что попутно



удовлетворяются бытовые потребности горожан, - говорит **Альберт СУНИЕВ, руководитель девелоперского дивизиона инжинирингового холдинга «Мосинжпроект», гендиректор «УЭЗ».** - Там будут размещаться магазины, центры государственных услуг, поликлиники, кинотеатры - «наполнение» подбирается под каждый конкретный транспортный узел. А готовые проекты ТПУ обязательно обсуждаются с жителями на публичных слушаниях».

В режиме нон-стоп идёт в Москве и прокладка шоссе - к 2018 году будет построено 300 км дорог. К чемпионату мира по футболу особенно ждут полноценного запуска Северо-Западной хорды. Она облегчит подъезд и к «Лужникам», и к стадиону «Открытие Арена».

Дмитрий КРУЖАНКОВ



Так будет выглядеть стадион «Торпедо» после реконструкции.



ПОНЕДЕЛЬНИК, 15 АВГУСТА

В конце передач обозначена возрастная категория для данной программы



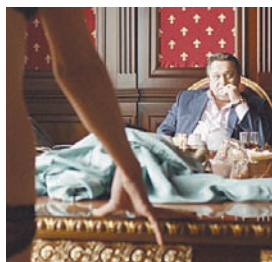
- 5.00** Телеканал «Доброе утро».
- 9.00** Новости.
- 9.20** Контрольная закупка.
- 9.50** «Жить здорово!». 12+
- 10.55** «Модный приговор».
- 12.00** Новости (с субтитрами).
- 12.15** «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». Т/с. 12+
- 15.00** Новости (с субтитрами).
- 15.15** «Мужское/Женское». 16+
- 17.00** На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро. Синхронное плавание. Дуэты. Прямой эфир.
- 18.40** Вечерние новости (с субтитрами).
- 19.00** «Давай поженимся!». 16+
- 20.00** На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.
- 21.00** «Время». Информационно-аналитическая программа.
- 21.30** На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.
- 22.15** «НЮХАЧ». Т/с. 16+
- 0.20** На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.
- 1.20** «ВОЗДУШНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ». Х/ф.
- 3.00** Новости. Информационная программа.
- 3.05** «ВОЗДУШНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ». Х/ф.
- 3.50** «Модный приговор».



- 5.00** Утро России.
- 9.00** Вести.
- 9.15** Утро России.
- 9.55** «О самом главном». Ток-шоу. Консилиум. 12+
- 11.00** Вести.
- 11.35** Местное время. Вести-Москва.
- 11.55** «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+
- 14.00** Вести. Информационно-аналитическая программа.
- 14.30** Местное время. Вести-Москва.
- 14.50** Вести. Дежурная часть.
- 15.00** «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+
- 17.00** Вести.
- 17.30** Местное время. Вести-Москва.
- 17.50** Вести. Информационно-аналитическая программа.
- 18.15** «Прямой эфир». 16+
- 19.35** Местное время. Вести-Москва.
- 20.00** Вести.
- 21.00** «ПИСЬМА НА СТЕКЛЕ». Т/с. 12+
- 0.50** XXXI летние Олимпийские игры в Рио-де-Жанейро.



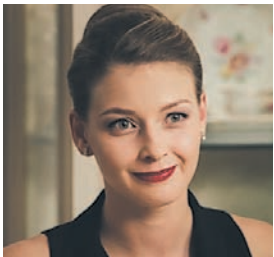
- 7.00, 3.40** «ДОКАЗАТЕЛЬСТВА». Т/с. 16+
- 8.00** «Экстрасенсы ведут расследование». 16+
- 9.00** «Дом-2. Lite». 16+
- 10.30** «Дом-2. Судный день». 16+
- 11.30** «Битва экстрасенсов». 16+
- 12.30, 13.30, 14.00, 14.30** «Comedy Woman». 16+
- 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30** «ИНТЕРНЫ». Т/с. 16+
- 20.00** «ФИЗРУК». Т/с. 16+
- 20.30** «ФИЗРУК». Т/с. 16+
- 21.00** «КРИЗИС НЕЖНОГО ВОЗРАСТА». Т/с. 16+
- 22.00** «ИЗМЕНЫ». Х/ф. 16+
- 23.00** «Дом-2. Город любви». 16+
- 0.00** «Дом-2. После заката». 16+
- 1.00** «ПОСЛЕДОВАТЕЛИ». «ПИЛОТ». Т/с. 18+
- 1.50** «БОЛЬШОЙ БЕЛЫЙ ОБМАН». Х/ф. 12+
- 4.30** «ГОРОД ГАНГСТЕРОВ». «ЕГО БАНАНОВОЕ ВЕЛИЧЕСТВО». Т/с. 16+
- 5.25** «ПОЛИТИКАНЫ». «ВО ВТОРОЙ РАЗ». Т/с. 16+
- 6.15** «ЖЕНСКАЯ ЛИГА». Т/с. 16+



- 5.00** «Странное дело». 16+
- 6.00** «Документальный проект». 16+
- 7.00** «С бодрым утром!». 16+
- 8.30** «Новости». 16+
- 9.00** «Военная тайна». 16+
- 11.00** «Исцеление смертью». Д/ф. 16+
- 12.00** «Информационная программа 112». 16+
- 12.30** «Новости». 16+
- 13.00** Званный ужин. 16+
- 14.00** «Кино»: Джеки Чан в боевике «БЛИЗНЕЦЫ-ДРАКОНЫ». Х/ф. 16+
- 16.00** «Информационная программа 112». 16+
- 16.30** «Новости». 16+
- 17.00** «Тайны Чапман». 16+
- 18.00** «Самые шокирующие гипотезы». 16+
- 19.00** «Информационная программа 112». 16+
- 19.30** «Новости». 16+
- 20.00** «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ». Х/ф. 16+
- 22.00** «Водить по-русски». 16+
- 23.00** «Новости». 16+
- 23.25** «АМЕРИКАНЦЫ». Т/с. 18+
- 2.10** «ЗАКЛЮЧЕНИЕ». Х/ф. 16+
- 4.15** «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+



- 6.00** «Настроение».
- 8.05** «НАШ ОБЩИЙ ДРУГ». Х/ф. 12+
- 10.25** Детективы. Татьяны Устиновой. «С НЕБЕС НА ЗЕМЛЮ». 12+
- 11.30** События.
- 11.50** Детективы. Татьяны Устиновой. «С НЕБЕС НА ЗЕМЛЮ». Продолжение. 12+
- 14.30** События.
- 14.50** «Жуков и Рокоссовский. Служили два товарища». Д/ф. 12+
- 15.40** «ЛОЖЬ ВО СПАСЕНИЕ». Х/ф. 12+
- 17.30** Город новостей.
- 17.40** «ДУРНАЯ КРОВЬ». Т/с. 16+
- 19.40** События.
- 20.00** «Право знать!». 16+
- 21.25** «Обложка. Скандалы с прослушкой». 16+
- 22.00** События.
- 22.30** «На отшибе памяти». Специальный репортаж. 16+
- 23.05** Без обмана. «Змеиный супчик». 16+
- 0.00** События. 25-й час.
- 0.20** Петровка, 38. 16+
- 0.40** «ОТСТАВНИК». Х/ф. 16+
- 2.30** «МАМОЧКИ». Х/ф. 16+
- 4.30** «Внебрачные дети. За кулисами успеха». Д/ф. 12+



- 17.30** Город новостей.
- 17.40** «ДУРНАЯ КРОВЬ». Т/с. 16+
- 19.40** События.
- 20.00** «Право знать!». 16+
- 21.25** «Обложка. Скандалы с прослушкой». 16+
- 22.00** События.
- 22.30** «На отшибе памяти». Специальный репортаж. 16+
- 23.05** Без обмана. «Змеиный супчик». 16+
- 0.00** События. 25-й час.
- 0.20** Петровка, 38. 16+
- 0.40** «ОТСТАВНИК». Х/ф. 16+
- 2.30** «МАМОЧКИ». Х/ф. 16+
- 4.30** «Внебрачные дети. За кулисами успеха». Д/ф. 12+



- 6.30** Жить вкусно с Джейми Оливером. Кулинарное шоу. 16+
- 7.30** Домашняя кухня. Кулинарное шоу. 16+
- 8.00** «По делам несовершеннолетних». 16+
- 10.00** Давай разведемся! 16+
- 12.00** «ПРОСТЫЕ ИСТОРИИ». Т/с. 16+
- 13.00** «Кулинарная дуэль. Кулинарное шоу. 16+
- 14.00** «ДВЕ СУДЬБЫ». Х/ф. 16+
- 18.00** «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
- 18.05** «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». Т/с. 16+
- 19.00** «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-2». Х/ф. 16+
- 20.55** «И ВСЕ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...». Х/ф. 16+
- 22.55** «ДОКТОР ХАУС». Х/ф. 16+
- 23.50** «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
- 0.30** «ЖИЗНЬ СНАЧАЛА». Х/ф. 16+
- 2.20** Давай разведемся! 16+
- 3.20** «ПРОСТЫЕ ИСТОРИИ». Т/с. 16+
- 4.20** «Кулинарная дуэль. Кулинарное шоу. 16+
- 5.20** «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
- 5.30** Жить вкусно с Джейми Оливером. Кулинарное шоу. 16+



- 5.00** «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». Т/с. 16+
- 6.00** «Новое утро».
- 8.10** «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+
- 10.00** Сегодня.
- 10.20** «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». Т/с. 16+
- 12.00** Суд присяжных. 16+
- 13.00** Сегодня.
- 13.20** Обзор. Чрезвычайное происшествие.
- 13.50** «КОДЕКС ЧЕСТИ». Т/с. 16+
- 14.50** «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». Т/с. 16+
- 16.00** Сегодня.
- 16.20** «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». Т/с. 16+
- 19.00** Сегодня.
- 19.40** «ДИКИЙ». Т/с. 16+
- 23.30** «ШАМАН». Т/с. 16+
- 1.30** «Судебный детектив». 16+
- 2.35** Их нравы. 0+
- 3.05** «ЗАКОН И ПОРЯДОК». Т/с. 18+
- 4.00** «Советские биографии». 16+



- 2.15** «ПЛОХИЕ ДЕВЧОНКИ». Х/ф. 16+
- 4.15** «ВИЗИТЕРЫ». Т/с. 16+
- 5.15** «ВИЗИТЕРЫ». Т/с. 16+



- 6.00** Сейчас.
- 6.10** Утро на «5». 6+
- 9.10** «Место происшествия».
- 10.00** Сейчас.
- 10.30, 11.20, 12.30, 12.45, 13.40** «КРАПОВЫЙ БЕРЕТ». Т/с. 16+
- 12.00** Сейчас.
- 14.30, 15.25, 16.00, 16.45, 17.35** «ГРОЗОВЫЕ ВОРОТА». Т/с. 16+
- 15.30, 18.30** Сейчас.
- 19.00** «ДЕТЕКТИВЫ. С ЦЕПИ СОРВАЛСЯ». Т/с. 16+
- 19.40** «ДЕТЕКТИВЫ. СОРОКА-ВОРОВКА». Т/с. 16+
- 20.20** «СЛЕД. СВИНЬИ». Т/с. 16+
- 21.10** «СЛЕД. МАГИЯ». Т/с. 16+
- 22.00** Сейчас.
- 22.25** «ТАКАЯ РАБОТА. НЕОЖИДАННЫЙ РАКУРС». Х/ф. 16+
- 23.15** «Момент истины». 16+
- 0.10** «ДЕТЕКТИВЫ. РАДИ КРАСИВОЙ ЖИЗНИ». Т/с. 16+
- 0.55** «ДЕТЕКТИВЫ. МЕРТВЫЙ ГЛАЗ». Т/с. 16+
- 1.35** «ДЕТЕКТИВЫ. МЕРТВАЯ НЯНЯ». Т/с. 16+
- 2.20** «ДЕТЕКТИВЫ. НОВОБРАНЦЫ». Т/с. 16+
- 3.00** «ДЕТЕКТИВЫ. ПОСЛЕДНЯЯ РОЛЬ». Т/с. 16+
- 3.40** «ДЕТЕКТИВЫ. ПОЕЗДКА В МИЛАН». Т/с. 16+
- 4.20** «ДЕТЕКТИВЫ. ДОЛГАЯ ПАМЯТЬ». Т/с. 16+
- 5.05** «ДЕТЕКТИВЫ. ПОЛКОВНИК». Т/с. 16+



- 1.00** «Охота на Гитлера». Д/ф. 16+
- 1.45** «СВАДЕБНАЯ НОЧЬ». Х/ф. 6+
- 3.05** «БАЛЛАДА О СТАРОМ ОРУЖИИ». Х/ф. 12+
- 4.40** «Города-герои». «Ленинград». Д/с. 12+



- 6.00** «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
- 7.10** «ГЕРАКЛ». Х/ф. 12+
- 9.00** «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
- 9.30** «NEED FOR SPEED. ЖАЖДА СКОРОСТИ». Х/ф. 12+
- 12.00** «МОЛОДЕЖКА». Т/с. 12+
- 13.00** «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
- 14.00** «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
- 18.00** «КУХНЯ». Т/с. 12+
- 20.00** «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». Т/с. 16+
- 21.00** «ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЧИК». Х/ф. 16+
- 23.00** «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с. 12+
- 1.00** «ЗАЧАРОВАННЫЕ». Т/с. 16+
- 5.10** «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
- 5.50** Музыка на СТС. 16+



- 23.00** «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с. 12+
- 1.00** «ЗАЧАРОВАННЫЕ». Т/с. 16+
- 5.10** «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
- 5.50** Музыка на СТС. 16+



- 7.00** «Евроныос».
- 10.00, 15.00, 19.30, 23.30** Новости культуры.
- 10.20** «ПОПРЫГУНЬЯ». Х/ф.
- 11.50** «Секреты старых мастеров».
- 12.05** «Хлеб и голод». Док./пр.
- 12.45** «СМЕРТЬ ПОД ПАРУСОМ». Х/ф.
- 15.10** «Жар-птица Ивана Билибина». Д/ф.
- 15.55** «Не квартира - музей».
- 16.10, 22.15** «Космос - путешествие в пространстве и времени». Д/с.
- 16.50** «Квебек - французское сердце Северной Америки». Д/ф.
- 17.05, 1.40** IX Международный конкурс органистов имени Микаэла Таривердиева.
- 18.05** «Влюбиться в Арктику». Д/с.
- 18.35** «Олег Табаков. В поисках радости».
- 19.15** «Спокойной ночи, малыши!»
- 19.45** «Острова».
- 20.25** «Кафедральный собор в Шибенике». Д/ф.
- 20.40** Оперные театры мира. «Ла Скала».
- 21.35** Власть факта. «Первая русская революция: истоки и итоги».
- 23.00** Тайны души.
- 23.45** Худсовет.
- 23.50** «МЕГРЭ И ЧЕЛОВЕК НА КАМЕЛКЕ». Спектакль.
- 1.15** «Blow-Up. Фотоувеличение. Вера Полозкова».
- 2.40** «Авиньон». Д/ф.



- 6.30** XXXI летние Олимпийские игры. Тяжелая атлетика. Женщины.
- 7.00, 7.50, 8.35, 10.25, 11.45, 12.40, 19.00, 4.15** Новости.
- 7.05** XXXI летние Олимпийские игры. Бокс.
- 7.55, 14.45, 0.00** Все на Матч!
- 8.40** XXXI летние Олимпийские игры. Гандбол. Женщины.
- 10.30** XXXI летние Олимпийские игры. Спортивная гимнастика. Финалы в отдельных видах.
- 11.50** XXXI летние Олимпийские игры. Легкая атлетика.
- 12.45** XXXI летние Олимпийские игры. Волейбол. Женщины. Россия - Бразилия.
- 19.10** «Мама в игре». Д/ф. 12+
- 19.30** XXXI летние Олимпийские игры. Гребля на байдарках и каноэ.
- 20.15** «Спортивный интерес». 16+
- 21.10** XXXI летние Олимпийские игры. Синхронное плавание. Дуэты.
- 21.55** Футбол. Чемпионат Англии. «Челси» - «Вест Хэм».
- 1.00** XXXI летние Олимпийские игры. Бокс.
- 2.30** XXXI летние Олимпийские игры. Волейбол. Мужчины. Италия - Канада.
- 4.30** XXXI летние Олимпийские игры. Волейбол. Мужчины. Бразилия - Франция.
- 6.20** Рио-2016 Команда России. 12+

АНЕКДОТ

- Что самое главное в спорте?
- Анализы.



5.00 Телеканал «Доброе утро».
9.00 Новости.
9.20 Контрольная закупка.
9.50 «Жить здорово!» 12+
10.55 «Модный приговор».
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». Т/с. 12+



15.00 Новости (с субтитрами).
15.15 «Мужское / Женское». 16+
17.00 «Наедине со всеми». 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 «Давай поженимся!» 16+
19.50 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. 16+
21.00 «Время».
21.35 «НЮХАЧ». Т/с. 16+
23.40 На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.
0.40 «ПРЕКРАСНЫЙ МИР». Х/ф. 16+
2.30 На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.

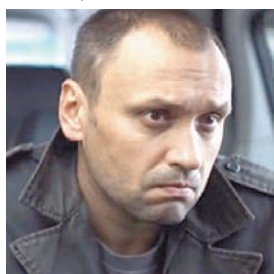


5.00 Утро России.
9.00 Вести.
9.15 Утро России.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу. Куда уходит память? Угрозы болезни Альцгеймера. Шоколад – молочный, горький или белый? Чем опасен горький шоколад? Разбитый градусник в квартире: ошибки и мифы уборки. Повышенная тревога? Проверьте щитовидку. 12+
11.00 Вести.
11.35 Местное время. Вести-Москва.
11.55 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+
14.00 Вести.
14.30 Местное время. Вести-Москва.
14.50 Вести. Дежурная часть.
15.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+
17.00 Вести.
17.30 Местное время. Вести-Москва.
17.50 Вести.
18.15 «Прямой эфир». 16+
19.35 Местное время. Вести-Москва.
20.00 Вести.
21.00 «ПИСЬМА НА СТЕКЛЕ». Т/с. 12+
0.50 XXXI летние Олимпийские игры в Рио-де-Жанейро.



6.00 «Настроение».
8.05 «Доктор И...» 16+
8.40 «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». Х/ф. 12+
10.20 «Жанна Прохоренко. Баллада о любви». Д/ф. 12+
11.30 События.
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф. 12+
13.40 «Мой герой». Ток-шоу с Татьяной Устиновой. 12+
14.30 События.
14.50 Без обмана. «Змеинный супчик». 16+
15.40 «ЛОЖЬ ВО СПАСЕНИЕ». Х/ф. 12+
17.30 Город новостей.
17.40 «ДУРНАЯ КРОВЬ». Т/с. 16+
19.40 События.
20.10 «Право знать!» Ток-шоу. 16+
21.45 Петровка, 38. 16+
22.00 События.
22.30 «Осторожно, мошенники! Золотая капуста». 16+
23.05 «Удар властью. Распад СССР». 16+
0.00 События. 25-й час.
0.20 «БЛИЗКИЕ ЛЮДИ». Х/ф. 12+
4.35 «Прощание. Марина Голуб» 16+
5.25 «10 самых... Заметные пластические операции» 16+



5.00 «ДОРОЖНЫЙ ПАРУЛЬ». Т/с. 16+
6.00 «Новое утро».
8.10 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+
10.00 Сегодня.
10.20 «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». Т/с. 16+
12.00 Суд присяжных. 16+
13.00 Сегодня.
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
13.50 «КОДЕКС ЧЕСТИ». Т/с. 16+
14.50 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». Т/с. 16+
16.00 Сегодня.
16.20 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». Т/с. 16+
19.00 Сегодня.
19.40 «ДИКИЙ». Т/с. 16+
23.30 «ШАМАН». Т/с. 16+

1.25 «Судебный детектив». 16+
2.35 Их нравы 0+
3.00 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». Т/с. 18+
4.00 «Советские биографии». 16+



6.00 Сейчас.
6.10 Информационно-развлекательный канал Утро на «5». 6+
9.10 «Место происшествия».
10.00 Сейчас.
10.30, 11.20, 12.30, 12.45, 13.40, 14.30, 15.25, 16.00, 16.45, 17.35 «МЕНТ В ЗАКОНЕ-5». Т/с. 16+
12.00, 15.30, 18.30 Сейчас.
19.00 «ДЕТЕКТИВЫ. ВРЕМЯ ЗОЛОТОЕ». Т/с. 16+
19.40 «ДЕТЕКТИВЫ. ДОМ ВВЕРХ ДНОМ». Т/с. 16+
20.20 «СЛЕД. ЖЕНА МОРЯКА». Т/с. 16+
21.10 «СЛЕД. МАСКА». Т/с. 16+
22.00 Сейчас.
22.25 «ТАКАЯ РАБОТА. ВЫГОДНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ». Х/ф. 16+
23.15 «СЛЕД. ДЕВУШКА С ЮГА». Т/с. 16+
0.00 «ЗАЗЫ». Х/ф. 16+
1.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВАСИЛИЯ БОРТНИКОВА». Х/ф. 12+
4.05 «ОСА. СКАЗКА СО СЧАСТЛИВЫМ КОНЦОМ». Т/с. 16+
4.55 «ОСА. ЕШЬ, МОЛИСЬ, УМРИ». Т/с. 16+



6.00 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
7.10 «Приключения Джеки Чана». М/с. 6+
8.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с. 12+
10.00 «ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК». Х/ф. 16+
12.00 «МОЛОДЕЖКА». Т/с. 16+
13.00 «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
14.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
18.00 «КУХНЯ». Т/с. 12+
20.00 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». Т/с. 16+
21.00 «ВОЙНА МИРОВ». Х/ф. 16+

23.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с. 12+
1.00 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». Т/с. 16+
4.30 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
5.40 Музыка на СТС. 16+



6.30 «Евроныюз».
10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры.
10.20 «ГРАНИЦА НА ЗАМКЕ». Х/ф.
11.45 «Лики неба и земли». Д/ф.
12.00 «Хлеб и деньги». Д/пр.
12.40 «Эрмитаж».
13.05 «Москва - Берлин. Завтра война». Д/с.
13.35, 23.50 «МЕГРЭ И ЧЕЛОВЕК НА СКАМЕЙКЕ». Спектакль.
15.10 Оперные театры мира. «Ла Скала».
16.05, 1.00 «Не квартира - музей».
16.20, 22.15 «Космос - путешествие в пространстве». Д/с.
17.05, 1.55 IX Международный конкурс органистов.
18.05 «Влюбиться в Арктику». Д/с.
18.35 «Олег Табаков. В поисках радости».
19.15 «Спокойной ночи, малыши!»
19.45 «Больше, чем любовь».
20.25 «Ассизи. Земля святых». Д/ф.
20.40 Оперные театры мира.
21.35 Власть факта.
23.00 Тайны души.
23.45 Худсовет.
1.15 «Blow-Up».
1.40 «Pro memoria».
2.50 «Тамерлан». Д/ф.

Газета **АФ** на ДАЧЕ

ПОДПИШИТЕСЬ и получите ответы на все «дачные» вопросы
ЖДЁМ ВАС В ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ



7.00, 4.00 «ДОКАЗАТЕЛЬСТВА». Т/с. 16+
8.00 «Экстрасенсы ведут расследование». 16+
9.00 «Дом-2. Lite». 16+
10.30 «Дом-2. Судный день». 16+
11.30 «Битва экстрасенсов». 16+
12.30, 13.30, 14.00, 14.30 «Comedy Woman». 16+
15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». Т/с.
20.00, 20.30 «ФИЗРУК». Т/с. 16+
21.00 «КРИЗИС НЕЖНОГО ВОЗРАСТА». Т/с. 16+
22.00 «ИЗМЕНЫ». Х/ф. 16+
23.00 «Дом-2. Город любви». 16+
0.00 «Дом-2. После заката». 16+
1.00 «ПОСЛЕДОВАТЕЛИ». «ГЛАВА ВТОРАЯ». 18+
1.50 «ЖЕНА АСТРОНАВТА». Х/ф. 16+
4.55 «ГОРОД ГАНГСТЕРОВ». «ВОЛОКЛЮК». Т/с. 16+
5.45 «ПОЛИТИКАНЫ». Х/ф. 16+



5.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+
6.00 «Документальный проект». 16+
7.00 «С бодрым утром!». 16+
8.30 «Новости». 16+
9.00 «Военная тайна». 16+
11.00 «Границы реальности». Д/ф. 16+
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». 16+
12.30 «Новости». 16+
13.00 Звонки ужи. 16+
14.00 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ». Х/ф. 16+
16.30, 19.30, 23.00 «Новости». 16+
17.00 «Тайны Чапман». 16+
18.00, 2.20 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
20.00 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2». Х/ф. 16+
22.10 «Водить по-русски». 16+
23.25 Премьера. «АМЕРИКАНЦЫ». 2 сезон. Т/с. 18+
2.20 «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД». Х/ф. 16+
4.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+



6.30 «Жить вкусно с Джейми Оливером». Кулинарное шоу. 16+
7.30 Домашняя кухня. 16+
8.00 «По делам несовершеннолетних». 16+
10.00 Давай разведемся! 16+
12.00 «ПРОСТЫЕ ИСТОРИИ». Т/с. 16+
13.00 «Кулинарная дуэль». 16+
14.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». Х/ф. 16+
18.00 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
18.05 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». Т/с. 16+
19.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-2». Х/ф. 16+
20.55 «И ВСЕ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...». Х/ф. 16+
22.55 «ДОКТОР ХАУС». Х/ф. 16+
23.50 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
0.30 «СЛАДКАЯ ЖЕНЩИНА». Х/ф. 16+
2.25 Давай разведемся! 16+
3.25 «ПРОСТЫЕ ИСТОРИИ». Т/с. 16+
4.25 «Кулинарная дуэль». 16+
5.25 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
5.30 «Жить вкусно с Джейми Оливером». Кулинарное шоу. 16+



6.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
9.30 «Слепая». «Большие надежды». Д/с. 12+
10.00 «Слепая». «Тетя мама». Д/с. 12+
10.30, 11.00, 16.00, 16.30, 17.00 «Гадалка». Д/ф.
11.30 «Не ври мне». «Любимая мачеха». 12+
12.30 «Тайные знаки» с Олегом Дементьевым. «Формула Армгеддона». 12+
13.30, 14.00, 14.30 «Охотники за привидениями». Д/ф. 16+
15.00 «Мистические истории». 16+
17.30, 18.00 «Слепая». Д/с. 12+
18.30 «ГРАЧ». Т/с. 16+
19.30 «КАСЛ». Т/с. 12+
20.15 «ПОМНИТЬ ВСЕ». Т/с. 16+
21.15 «ПОМНИТЬ ВСЕ». Т/с. 16+
22.05 «ПОМНИТЬ ВСЕ». Т/с. 16+
23.00, 1.30 «ЖЕЛЕЗНЫЙ РЫЦАРЬ 2». Х/ф. 16+
3.30, 4.30, 5.15 «ВИЗИТЕРЫ». Т/с. 16+



6.00 «ВОЗДУШНЫЙ ИЗВОЗЧИК». Х/ф.
7.35, 9.15, 10.05 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ПРОТАСОВ». Т/с. 16+
9.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости дня.
10.00 Военные новости.
12.00 «Фетисов». Ток-шоу. 12+
13.45 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». Т/с. 16+
14.00 Военные новости.
14.05 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». Т/с. 16+
18.25 «Легендарные самолеты. Су-25. Огнедышащий «Грач». Д/ф. 6+
19.15 «Легенды армии». Михаил Громов. 12+
20.00 «Особая статья». Ток-шоу. 12+
21.35 «Теория заговора». 12+
22.25 «Улика из прошлого». «Наполеон». 16+
23.15 «КОНТРУДАР». Х/ф. 12+
0.55 «ИХ ЗНАЛИ ТОЛЬКО В ЛИЦО». Х/ф. 12+
2.40 «БЕЛОЕ ПРОКЛЯТИЕ». Х/ф. 12+
4.20 «ПОЗДНЯЯ ВСТРЕЧА». Х/ф. 12+



6.00 «100 великих». 16+
7.00 «Хочу увидеть мир». 16+
8.00 «Еда, которая притворяется». 12+
8.30 «Дорожные войны». 16+
10.35 Рыцари дорог. 16+
12.35 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». Т/с. 12+
14.30 Утилизатор. 12+
15.30 Рыцари дорог. 16+
16.00 Мосгорсмерх. 16+
17.00, 17.30 «Еда, которая притворяется». 12+
18.00, 19.30 КВН на бис. 16+
18.30, 20.00 КВН. Высший балл. 16+
21.00 Бегущий косарь. 12+
22.00 «+100500». 16+
23.00 Утилизатор. 12+
0.00 Рыцари дорог. 16+
0.30 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА №1». Т/с. 18+
2.55 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». Т/с. 12+
4.45 «Дорожные войны». 16+
5.00 «Дерзкие проекты». 16+



6.30 XXXI летние Олимпийские игры. Прыжки в воду. Трамплин. 3 м.
7.00, 7.40, 8.45, 10.05, 11.25, 17.50 Новости.
7.05, 14.45, 19.20, 23.45 Все на Матч!
7.45 XXXI летние Олимпийские игры. Бокс.
8.50 XXXI летние Олимпийские игры. Спортивная гимнастика.
10.10 XXXI летние Олимпийские игры. Легкая атлетика.
11.30 XXXI летние Олимпийские игры. Водное поло. Женщины.
12.45 XXXI летние Олимпийские игры. Волейбол. Мужчины.
16.00 XXXI летние Олимпийские игры. Прыжки в воду.
18.00 XXXI летние Олимпийские игры. Борьба греко-римская.
19.00 «Мама в игре». Д/ф. 12+
19.55 «Куль тура». 16+
20.25, 0.45, 2.30, 4.15, 6.00 XXXI летние Олимпийские игры.
21.00 Все на футбол!
21.30 Футбол. Лига чемпионов.

★★★★★ ГРАНД-ОТЕЛЬ «ЖЕМЧУЖИНА»

19-25 СЕНТЯБРЯ СОЧИ 2016 12+

РАДИО ШАНСОН ПРЕДСТАВЛЯЕТ

БАРХАТНЫЙ ШАНСОН

RELIZ TOUR

тел.: 8 800 70-71-72-0

Рекламодатель АО «РЕГИОНАЛЬНЫЙ РАДИОКАНАЛ» ИНН 7707248760

бархатныйшансон.рф

официальный автомобиль

реклама



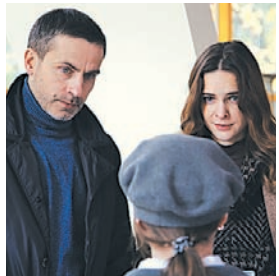
5.00 Телеканал «Доброе утро».
9.00 Новости.
9.20 Контрольная закупка.
9.50 «Жить здорово!» 12+
10.55 «Модный приговор».
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». Т/с. 12+
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15 «Мужское / Женское». 16+
17.00 «Наедине со всеми». Программа Юлии Меньшовой. 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 «Давай поженимся!» 16+
19.50 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. 16+
21.00 «Время».
21.35 «НЮХАЧ». Т/с. 16+
23.40 На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.
0.40 «БАНДА ШЕСТИ». Х/ф. 12+
2.45 «Наедине со всеми». Программа Юлии Меньшовой. 16+
3.00 Новости.
3.05 «Наедине со всеми». Программа Юлии Меньшовой. 16+
3.40 «Модный приговор».

РОССИЯ 1

5.00 Утро России.
9.00 Вести.
9.15 Утро России.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу.
Как избавиться от запаха ног и поможет ли в этом ходьба босиком? Цукини. Формальдегид в постели. Чем опасно постельное бельё? Почему вашему мужу надо регулярно измерять давление? Может ли гипотония спровоцировать импотенцию? 12+
11.00 Вести.
11.35 Местное время. Вести-Москва.
11.55 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+
14.00 Вести.
14.30 Местное время. Вести-Москва.
14.50 Вести. Дежурная часть.
15.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+
17.00 Вести.
17.30 Местное время. Вести-Москва.
17.50 Вести.
18.15 «Прямой эфир». 16+
19.35 Местное время. Вести-Москва.
20.00 Вести.
21.00 «ПИСЬМА НА СТЕКЛЕ». Т/с. 12+
0.50 XXXI летние Олимпийские игры в Рио-де-Жанейро.



6.00 «Настроение».
8.05 «Доктор И...» 16+
8.40 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПОВЕСТЬ». Х/ф.
10.40 «Николай Губенко. Я принимаю бой». Д/ф. 12+
11.30 События.
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф. 12+
13.40 «Мой герой». Ток-шоу с Татьяной Устиновой. 12+
14.30 События.
14.50 «Удар властью. Распад СССР». 16+
15.40 «ЛЮБОВЬ ВНЕ КОНКУРСА». Х/ф. 12+



17.30 Город новостей.
17.40 «ДУРНАЯ КРОВЬ». Т/с. 16+
19.40 События.
20.00 «Право знать!» Ток-шоу. 16+
21.45 Петровка. 38. 16+
22.00 События.
22.30 «Линия защиты». 16+
23.05 «Хроники московского быта. Власть и воры». 12+
0.00 События. 25-й час.
0.20 «БИЛЕТ НА ДВОИХ». Х/ф. 16+
4.05 «ДУРНАЯ КРОВЬ». Т/с. 16+



5.00 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». Т/с. 16+
6.00 «Новое утро».
8.10 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+
10.00 Сегодня.
10.20 «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». Т/с. 16+
12.00 Суд присяжных. 16+
13.00 Сегодня.
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
13.50 «КОДЕКС ЧЕСТИ». Т/с. 16+
14.50 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». Т/с. 16+



16.00 Сегодня.
16.20 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». Т/с. 16+
19.00 Сегодня.
19.40 «ДИКИЙ». Т/с. 16+
23.30 «ШАМАН». Т/с. 16+
1.25 «Судебный детектив». 16+
2.35 Их нравы 0+
3.05 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». Т/с. 18+
4.00 «Советские биографии». 16+



6.00 Сейчас.
6.10 Информационно-развлекательный канал Утро на «5». 6+
9.10 «Место происшествия».
10.00 Сейчас.
10.30, 11.20, 12.30, 12.45, 13.40 «ДОРОГАЯ». Т/с. 16+
12.00 Сейчас.
14.30, 15.25 «ЛЕГЕНДА ДЛЯ ОПЕРШИ». Т/с. 16+
15.30 Сейчас.
16.00, 16.45, 17.35 «ЛЕГЕНДА ДЛЯ ОПЕРШИ». Т/с. 16+
18.30 Сейчас.
19.00 «ДЕТЕКТИВЫ. В ПОТЕМКАХ». Т/с. 16+
19.40 «ДЕТЕКТИВЫ. ХОЗЯЙСКИЕ ТАЙНЫ». Т/с. 16+
20.20 «СЛЕД. ПАРЕНЬ С НЕБЕС». Т/с. 16+
21.10 «СЛЕД. СМЕРТЬ ПОДОЖДЕТ». Т/с. 16+
22.00 Сейчас.
22.25 «ТАКАЯ РАБОТА. ПРАЗДНИК КАЖДОГО ДНЯ». Х/ф. 16+
23.15 «СЛЕД. КОЩУНСТВО». Т/с. 16+
0.00 «УКРОТИТЕЛЬНИЦА ТИГРОВ». Х/ф. 12+
2.05 «ЩИТ И МЕЧ. БЕЗ ПРАВА БЫТЬ СОБОЙ». Т/с. 12+
3.40 «ЩИТ И МЕЧ. ПРИКАЗНО ВЫЖИТЬ...». Х/ф. 12+



6.00 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
7.10 «Приключения Джеки Чана». М/с. 6+
8.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с. 12+
10.00 «ВОЙНА МИРОВ». Х/ф. 16+
12.00 «МОЛОДЕЖКА». Т/с. 16+
13.00 «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
14.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
18.00 «КУХНЯ». Т/с. 12+
20.00 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». Т/с. 16+
21.00 «ВОЙНА МИРОВ Z». Х/ф. 12+



23.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с. 12+
1.00 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». Т/с. 16+
4.30 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
5.40 Музыка на СТС. 16+



6.30 «Евроныос».
10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры.
10.20 «ИЗЯЩНАЯ ЖИЗНЬ». Х/ф.
11.45 «Наскальные рисунки в долине Тивел-фонтейн». Д/ф.
12.00 «Хлеб и бессмертие». Д/пр.
12.40 «Эрмитаж».
13.05 «Москва - Берлин. Завтра война». Д/с.
13.35 «Мегре и человек на скамейке». Теле-спектакль.
14.45 Важные вещи.
15.10 «Парижская национальная опера».
16.05, 1.10 «Не квартира - музей».
16.20, 22.15 «Космос - путешествие в пространстве». Д/с.
17.05, 1.55 IX Международный конкурс организаторов.
18.05 «Влюбиться в Арктику». Д/с.
18.35 «Олег Табаков. В поисках радости».
19.15 «Спокойной ночи, малыши!»
19.45 «Острова».
20.25 «Погост Кижки». Д/ф.
20.40 «Немецкая государственная опера».
21.35 Власть факта.
23.00 Тайны души.
23.45 Худсовет.
23.50 «Мегре и старая дама». Спектакль.
1.30 «Blow-Up».



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



7.00, 2.40 «ДОКАЗАТЕЛЬСТВА». Т/с. 16+
8.00 «Экстрасенсы ведут расследование». 16+
9.00 «Дом-2. Lite». 16+
10.30 «Дом-2. Судный день». 16+
11.30 «Битва экстрасенсов». 16+
12.30, 13.30, 14.00, 14.30 «Comedy Woman». 16+
15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». Т/с. 16+
20.00, 20.30 «ФИЗРУК». Т/с. 16+
21.00 «КРИЗИС НЕЖНОГО ВОЗРАСТА». Т/с. 16+
22.00 «ИЗМЕНЫ». Х/ф. 16+
23.00 «Дом-2. Город любви». 16+
0.00 «Дом-2. После заката». 16+
1.00 «ПОСЛЕДОВАТЕЛИ». Т/с. 18+
1.50 «Телескоп «Хаббл». Око Вселенной». Д/ф. 12+
3.35 «ГОРОД ГАНГСТЕРОВ». Т/с. 16+
4.25 «ПОЛИТИКАНЫ». Х/ф. 16+
5.15 «СТРЕЛА-3». 16+



5.00, 9.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+
6.00 «Документальный проект». 16+
7.00 «С бодрим утром!». 16+
8.30 «Новости». 16+
11.00 «Живые камни». Д/ф. 16+
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». 16+
12.30 «Новости». 16+
13.00 «Званный ужин». 16+
14.00 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2». Х/ф. 16+
16.30 «Новости». 16+
17.00 «Тайны Чапман». 16+
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
19.30, 23.00 «Новости». 16+
20.00 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3». Х/ф. 16+
22.15 «Смотреть всем!». 16+
23.25 «АМЕРИКАНЦЫ». Т/с. 18+
3.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
4.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+



6.30 Жить вкусно с Джейми Оливером. Кулинарный шоу. 16+
7.30 Домашняя кухня. 16+
8.00 «По делам несовершеннолетних». 16+
10.00 Давай разведемся! 16+
12.00 «ПРОСТЫЕ ИСТОРИИ». Т/с. 16+
13.00 «Кулинарная дуэль». 16+
14.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». Х/ф. 16+
18.00 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
18.05 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». Т/с. 16+
19.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-2». Х/ф. 16+
20.55 «И ВСЕ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...». Х/ф. 16+
22.55 «ДОКТОР ХАУС». Х/ф. 16+
23.50 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
0.30 «ЗАБЫТА МЕЛОДИЯ ДЛЯ ФЛЕЙТЫ». Х/ф. 16+
3.10 Давай разведемся! 16+
4.10 «ПРОСТЫЕ ИСТОРИИ». Т/с. 16+
5.10 «Тайны еды». 16+
5.25 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
5.30 Жить вкусно. 16+



6.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
9.30, 10.00 «Слепая». Д/с. 12+
10.30, 11.00, 16.00, 16.30, 17.00 «Гадалка». Д/ф.
11.30 «Не ври мне». «Родительские права». 12+
12.30 «Тайные знаки» с Олегом Де-вотченко. «Воины света». 12+
13.30 «Охотники за привидениями». «Пропавший велосипедист». Д/ф. 16+
14.00 «Охотники за привидениями». «Мистический узбек». Д/ф. 16+
14.30 «Охотники за привидениями». Д/ф. 16+
15.00 «Мистические истории». 16+
17.30, 18.00 «Слепая». Д/с. 12+
18.30 «ГРАЧ». Т/с. 16+
19.30, 20.15, 21.15, 22.05 «КАСЛ». Т/с. 12+
23.00 «ОКОНЧАТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ». Х/ф. 16+
1.30 «НОЧИ В РОДАНТЕ». Х/ф. 16+
3.30, 4.30, 5.15 «ВИЗИТЕРЫ». Т/с. 16+



6.00 «ЗИМОРОДОК». Х/ф. 6+
7.40 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ПРОТАСОВ». «ИНКВИЗИТОР». Т/с. 16+
9.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости дня.
9.15 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ПРОТАСОВ». «ИНКВИЗИТОР». Т/с. 16+
10.00 Военные новости.
10.05 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ПРОТАСОВ». «СКАРАБЕЙ». Т/с. 16+
12.00 «Теория заговора». 12+
13.45 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». Т/с. 16+
14.00 Военные новости.
14.05 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». Т/с. 16+
18.25 «Ледяное небо». Д/ф. 12+
19.15 «Последний день». Анатолий Папанов. 12+
20.00 «Процесс». Ток-шоу. 12+
21.35 «Специальный репортаж». 12+
22.25 «Секретная папка». Д/с. 12+
23.15 «СЕДЬМАЯ ПУЛЯ». Х/ф. 12+
0.55 «ТРИ ДНЯ НА РАЗМЫШЛЕНИЕ». Х/ф. 12+
3.35 «МАЛЕНЬКИЙ БЕГЛЕЦ». Х/ф.
Х/ф.



6.00 «100 великих». 16+
7.00 Хочу увидеть мир. 16+
8.00 «Еда, которая притворяется». 12+
8.30 «Дорожные войны». 16+
9.40 «СВЕТОФОР». Т/с. 16+
14.30 Утилизатор. 12+
15.30 Рыцари дорог. 16+
16.00 Мосгорсмех. 16+
17.00 «Еда, которая притворяется». 12+
17.30 «Еда, которая притворяется». 12+
18.00 КВН на бис. 16+
18.30 КВН. Высший балл. 16+
19.30 КВН на бис. 16+
20.00 КВН. Высший балл. 16+
21.00 Бегущий косарь. 12+
21.30 Угадай кино. 12+
22.00 «+100500». 16+
23.00 Утилизатор. 12+
0.00 Рыцари дорог. 16+
0.30 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА № 1: ЛЕГЕНДА». Т/с. 18+
3.15 «ЭРА ДРАКОНОВ». Х/ф. 16+
5.05 «Дерзкие проекты». 16+



6.30 XXXI летние Олимпийские игры. Бокс.
7.15, 7.50, 8.40, 9.55, 11.00, 12.45, 21.00, 23.45 Новости.
7.20, 14.50, 2.00 Все на Матч!
7.55 XXXI летние Олимпийские игры. Борьба греко-римская.
8.45 XXXI летние Олимпийские игры. Легкая атлетика.
10.00 XXXI летние Олимпийские игры. Спортивная гимнастика. Финалы в отдельных видах.
11.05 XXXI летние Олимпийские игры. Гандбол. Женщины.
12.50 XXXI летние Олимпийские игры. Волейбол. Женщины.
19.00 XXXI летние Олимпийские игры. Футбол. Мужчины.
21.10 Все на футбол!
21.40 Футбол. Лига чемпионов.
23.55 Футбол. Суперкубок Испании. «Барселона» - «Севилья».
2.30, 4.20 XXXI летние Олимпийские игры.
6.10 «Рио ждет». Д/ф. 12+

Всю неделю в эфире Радио «ЭХО МОСКВЫ»
ВЛАДИМИР ВАРФОЛОМЕЕВ
АННА ТРЕФИЛОВА

РАДИО ЭХО МОСКВЫ

НОВОЕ ВРЕМЯ В ЭФИРЕ
с 8:00 до 11:00
понедельник-четверг

УТРЕННИЙ РАЗВОРОТ

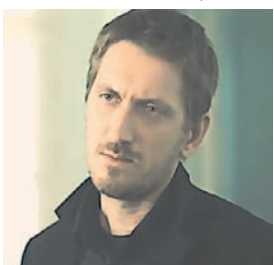
Свободное радио - для свободных людей!
www.echo.msk.ru
Редакция (495) 695-92-29

FM91.2

12+



5.00 Телеканал «Доброе утро».
9.00 Новости.
9.20 Контрольная закупка.
9.50 «Жить здорово!». 12+
10.55 «Модный приговор».
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». Т/с. 12+
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15 «Мужское / Женское». 16+
17.00 «Наедине со всеми». 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 «Давай поженимся!». 16+
19.50 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. 16+
21.00 «Время».
21.35 «НЮХАЧ». Т/с. 16+



23.40 На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.
0.40 «БЕГЛЫЙ ОГОНЬ». Х/ф. 12+
2.30 На XXXI летних Олимпийских играх.



5.00 Утро России.
9.00 Вести.
9.15 Утро России.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу.
Зачем нужны загрузочные дни? Помидоры.
Лампы в доме - какие сигналы должны настоять? (энергосберегающие и светодиодные).
Помощь доктора - ялтинский мальчик, который стал ходить. 12+
11.00 Вести.
11.35 Местное время. Вести-Москва.
11.55 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+
14.00 Вести.
14.30 Местное время. Вести-Москва.
14.50 Вести. Дежурная часть.
15.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+
17.00 Вести.
17.30 Местное время. Вести-Москва.
17.50 Вести.
18.15 «Прямой эфир». 16+
19.35 Местное время. Вести-Москва.
20.00 Вести.
21.00 «ПИСЬМА НА СТЕКЛЕ». Т/с. 12+
0.50 XXXI летние Олимпийские игры в Рио-де-Жанейро.



6.00 «Настроение».
8.15 «Доктор И...». 16+
8.50 «БЕЗ СРОКА ДАВНОСТИ». Х/ф. 12+
10.35 «Рыцари советского кино». Д/ф. 12+
11.30 События.
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф. 12+
13.40 «Мой герой». Ток-шоу с Татьяной Устиновой. 12+
14.30 События.
14.50 «Хроники московского быта. Власть и воры». 12+
15.40 «ЛЮБОВЬ ВНЕ КОНКУРСА». Х/ф. 12+
17.30 Город новостей.
17.40 «СТРАШНАЯ КРАСАВИЦА». Х/ф. 12+
19.40 События.
20.05 «Право знать!». Ток-шоу. 16+
21.45 Петровка, 38. 16+
22.00 События. Информационно-аналитическая программа.
22.30 «10 самых... Войны за наследство» 16+
23.05 «Прощание. Андрей Миронов». 12+
0.00 События. 25-й час.
0.20 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф. 12+
2.10 «Тайны двойников». Д/ф. 12+
4.05 «ДУРНАЯ КРОВЬ». Т/с. 16+



5.00 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». Т/с. 16+
6.00 «Новое утро».
8.10 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+
10.00 Сегодня.
10.20 «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». Т/с. 16+
12.00 Суд присяжных. 16+
13.00 Сегодня.
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
13.50 «КОДЕКС ЧЕСТИ». Т/с. 16+
14.50 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». Т/с. 16+
16.00 Сегодня.
16.20 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». Т/с. 16+
19.00 Сегодня.
19.40 «ДИКИЙ». Т/с. 16+
23.30 «ШАМАН». Т/с. 16+
1.25 «Судебный детектив». 16+
2.35 Их нравы. 0+
3.00 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». Т/с. 18+
4.00 «Советские биографии». 16+



6.00 Сейчас.
6.10 Информационно-развлекательный канал Утро на «5». 6+
9.10 «Место происшествия».
10.00 Сейчас.
10.30 «ЩИТ И МЕЧ». Х/ф. 12+
12.00 Сейчас.
12.30, 12.50, 15.00 «ЩИТ И МЕЧ». Х/ф. 12+
15.30 Сейчас.
16.00, 17.00 «ЩИТ И МЕЧ». Х/ф. 12+
18.30 Сейчас.
19.00 «ДЕТЕКТИВЫ. ПРАВО НА СЧАСТЬЕ». Т/с. 16+
19.40 «ДЕТЕКТИВЫ. ЖИЗНЬ ПРОДОЛЖАЕТСЯ». Т/с. 16+
20.20 «СЛЕД. ПРОПАВШИЙ АВТОБУС». Т/с. 16+
21.10 «СЛЕД. ЖИВОЙ ТРУП». Т/с. 16+
22.00 Сейчас.
22.25 «ТАКАЯ РАБОТА. ГАЛЕРЕЯ РАЗДОРА». Х/ф. 16+
23.15 «СЛЕД. ДВОЙНОЕ ПРИКРЫТИЕ». Т/с. 16+
0.00 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». Х/ф. 12+
2.15 «ЩИТ И МЕЧ. ОБЖАЛОВАНИЮ НЕ ПОДЛЕЖИТ». Х/ф. 12+
3.45 «ЩИТ И МЕЧ. ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». Х/ф. 12+
5.10 «ОСА. ОГР». Т/с. 16+



6.00 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
7.10 «Приключения Джеки Чана». М/с. 6+
8.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с. 12+
10.00 «ВОЙНА МИРОВ Z». Х/ф. 12+
12.00 «МОЛОДЕЖКА». Т/с. 16+
13.00 «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
14.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
18.00 «КУХНЯ». Т/с. 16+
20.00 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». Т/с. 16+
21.00 «2012». Х/ф. 16+
0.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с. 12+
1.00 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». Т/с. 16+
4.30 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
5.40 Музыка на СТС. 16+



6.30 «Евроныус».
10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры.
10.20 «Я ЛЮБЛЮ». Х/ф.
11.50 «Древо жизни». Д/ф.
12.00 «Хлеб и ген». Д/пр.
12.40 «Эрмитаж».
13.05 «Москва - Берлин. Завтра война». Д/с.
13.35, 23.50 «МЕГРЭ И СТАРАЯ ДАМА». Телеспектакль.
15.10 Оперные театры мира. «Немецкая государственная опера».
16.05 «Не квартира - музей».
16.20, 22.15 «Космос - путешествие в пространстве и времени». Д/с.
17.05, 1.55 IX Международный конкурс организмов имени Микаэла Таривердиева.
18.05 «Влюбиться в Арктику». Д/с.
18.35 «Олег Табаков. В поисках радости».
19.15 «Спокойной ночи, малыши!».
19.45 «Острова».
20.25 «Соловецкие острова. Крепость Господня». Д/ф.
20.40 Оперные театры мира. «Венская государственная опера».
21.35 Власть факта.
23.00 Тайны души. «Архетип. Невроз. Либида». Карл Юнг.
23.45 Худсовет.
1.10 «Город №2». Д/ф.
1.50 «Джек Лондон». Д/ф.

АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ **ВЫ ПОДПИСЫВАЕТЕСЬ. «АиФ» подписывается под каждым словом!**
Ждём Вас во всех почтовых отделениях России!



7.00, 3.40 «ДОКАЗАТЕЛЬСТВА». Т/с. 16+
8.00 «Экстрасенсы ведут расследование». 16+
9.00 «Дом-2. Lite». 16+
10.30 «Дом-2. Судный день». 16+
11.30 «Битва экстрасенсов». 16+
12.30, 13.30, 14.00, 14.30 «Comedy Woman». 16+
15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 «САШАТАНЯ». Т/с. 16+
20.00, 20.30 «ФИЗРУК». Т/с. 16+
21.00 «КРИЗИС НЕЖНОГО ВОЗРАСТА». Т/с. 16+
22.00 «ИЗМЕНЫ». Х/ф. 16+
23.00 «Дом-2. Город любви». 16+
0.00 «Дом-2. После заката». 16+
1.00 «ПОСЛЕДОВАТЕЛИ». «БЕЗУМНАЯ ЛЮБОВЬ». Т/с. 18+
1.50 «ОБЕЗЪЯНЬЯ КОСТЬ». Х/ф. 16+
3.35 «ТНТ-Club». Коммерческая программа. 16+
4.35 «ПОЛИТИКАНЫ». Т/с. 16+
5.25 «СТРЕЛА-3». «САРА». Т/с. 16+



5.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+
6.00 «Документальный проект». 16+
7.00 «С бодрым утром!». 16+
8.30 «Новости». 16+
9.00 «Великие тайны древности». Д/ф. 16+
12.00, 16.05, 19.00 «Информационная программа 112». 16+
12.30 «Новости». 16+
13.00 Звонкий ужин. 16+
14.00 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3». Х/ф. 16+
16.30, 19.30, 23.00 «Новости». 16+
17.00 «Тайны Чапман». 16+
18.00, 3.30 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
20.00 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-4». Х/ф. 16+
22.20 «Смотреть всем!». 16+
23.25 «АМЕРИКАНЦЫ». Т/с. 18+
2.00 «Минтранс». 16+
2.50 «Ремонт по-честному». 16+
4.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+



6.30 Жить вкусно с Джейми Оливером. Кулинарное шоу. 16+
7.30 Домашняя кухня. 16+
8.00 «По делам несовершеннолетних». 16+
10.00 Давай разведемся! 16+
12.00 «ПРОСТЫЕ ИСТОРИИ». Т/с. 16+
13.00 «Кулинарная дуэль. Кулинарное шоу. 16+
14.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». Х/ф. 16+
18.00 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
18.05 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». Т/с. 16+
19.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-2». Х/ф. 16+
20.55 «И ВСЕ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...». Х/ф. 16+
22.55 «ДОКТОР ХАУС». Х/ф. 16+
23.50 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
0.30 «ВРЕМЯ ЖЕЛАНИЙ». Х/ф. 16+
2.30 Давай разведемся! 16+
3.30 «ПРОСТЫЕ ИСТОРИИ». Т/с. 16+
4.30 «Кулинарная дуэль. 16+
5.30 Жить вкусно с Джейми Оливером. Кулинарное шоу. 16+



6.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
9.30, 10.00 «Слепая». Д/с. 12+
10.30, 11.00, 16.00, 16.30, 17.00 «Гадалка». Д/ф.
11.30 «Не ври мне». «Дурное влияние». 12+
12.30 «Тайные знаки» с Олегом Дементьевым. «Гляжусь в тебя как в зеркало». 12+
13.30 «Охотники за привидениями». «Зазеркальный». Д/ф. 16+
14.00 «Охотники за привидениями». «Бог Солнца». Д/ф. 16+
14.30 «Охотники за привидениями». Д/ф. 16+
15.00 «Мистические истории». 16+
17.30, 18.00 «Слепая». Д/с. 12+
18.30 «ГРАЧ». Т/с. 16+
19.30, 20.15, 21.15, 22.05 «КАСЛ». Т/с. 12+
23.00 «РУСЛАН». Х/ф. 16+
1.00, 1.45, 2.45, 3.30 «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ». Т/с. 16+
4.30 «ВИЗИТЕРЫ». Т/с. 16+
5.15 «ВИЗИТЕРЫ». Т/с. 16+



6.00 «Русская императорская армия». Д/с. 6+
6.10 «ВИТЯ ГЛУШАКОВ - ДРУГ АПАЧЕЙ». Х/ф. 6+
7.40, 9.15, 10.05 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ПРОТАСОВ». Т/с. 16+
9.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости дня.
10.00 Военные новости.
12.00 «Специальный репортаж». 12+
12.25 «Не факт!». 6+
13.45 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». Т/с. 16+
14.00 Военные новости.
14.05 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». Т/с. 16+
18.25 «Ледяное небо». Д/ф. 12+
19.15 «Легенды музыки». Людмила Гурченко. 6+
20.00 «Прогнозы». Ток-шоу. 12+
21.35 «Теория заговора». 12+
22.25 «Поступок». Д/с. 12+
23.15 «МЕРСЕДЕС УХОДИТ ОТ ПОГОНИ». Х/ф. 12+
0.50 «ВДОВЫ». Х/ф.
2.35 «РЫЖИК». Х/ф. 12+
4.20 «ПРЕДЛАГАЮ РУКУ И СЕРДЦЕ». Х/ф. 6+



6.00 «100 великих». 16+
7.00 «Хочу увидеть мир». 16+
8.00 «Еда, которая притворяется». 12+
8.30 «Дорожные войны». 16+
10.00 «СМЕРШ». Т/с. 16+
14.30 Утилизатор. 12+
15.30 Рыцари дорог. 16+
16.00 Мосгорсмерх. 16+
17.00 «Еда, которая притворяется». 12+
17.30 «Еда, которая притворяется». 12+
18.00 КВН на бис. 16+
18.30 КВН. Высший балл. 16+
19.30 КВН на бис. 16+
20.00 КВН. Высший балл. 16+
21.00 Бегущий козась. 12+
21.30 Угадай кино. 12+
22.00 «+100500». 16+
23.00 Утилизатор. 12+
0.00 Рыцари дорог. 16+
0.30 «АМЕРИКАНЕЦ». Х/ф. 16+
2.35 «БУРЯ». Х/ф. 16+



6.30 XXXI летние Олимпийские игры. Прыжки в воду. Вышка. Женщины.
7.00, 7.55, 8.45, 10.35, 11.55, 20.35, 23.00 Новости.
7.05, 15.00, 18.30, 0.20 Все на Матч!
8.00, 8.50, 10.40 XXXI летние Олимпийские игры.
12.00 XXXI летние Олимпийские игры. Спортивная гимнастика.
13.00 XXXI летние Олимпийские игры. Волейбол. Мужчины.
15.30, 17.00 XXXI летние Олимпийские игры.
18.00 «Куль тура». 16+
19.00 XXXI летние Олимпийские игры. Синхронное плавание.
19.45, 20.55, 23.05 XXXI летние Олимпийские игры.
0.55 XXXI летние Олимпийские игры. Баскетбол. Женщины. 1
3.00 XXXI летние Олимпийские игры. Гребля на байдарках и каноэ.
4.00, 5.05 XXXI летние Олимпийские игры.
6.20 Рио-2016. Команда России. 12+

«АиФ. Здоровье»
Ваша газета о самом главном

Подписка во всех почтовых отделениях или на сайте subscr.aif.ru

Индекс 32127

ПИТЬ ЧАЙ ГОРЯЧЕЕ 65°C ОПАСНО

ЧТО ДУМАЮТ О ЗАГАРЕ МЕДИКИ

Как убрать мешки под глазами

Кому полезны арбузы

НАСТЯ ЗАДОРЖНАЯ: «Я - барышня эмоциональная»

ВЛАДИМИР ЛЕВИН

Реклама 16+



5.00 Телеканал «Доброе утро».
9.00 Новости.
9.20 Контрольная закупка.
9.50 «Жить здорово!» 12+
10.55 «Модный приговор».
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». Т/с. 12+
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». Т/с. 12+
16.10 На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.
17.30 Вечерние новости (с субтитрами).
18.00 На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро. Синхронное плавание. Группы. Финал. Прямой эфир.
19.10 На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.
19.50 «Поле чудес» с Леонидом Якубовичем. 16+
21.00 «Время». Информационно-аналитическая программа.
21.30 На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.
1.30 «ОТБОЙ». Х/ф. 16+
3.55 «Модный приговор».
4.55 Контрольная закупка.

РОССИЯ 1

5.00 Утро России.
9.00 Вести.
9.15 Утро России.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу. Анемии. Дисфагия пищевода. Купероз - сосуды на лице. 12+
11.00 Вести.
11.35 Местное время. Вести-Москва.
11.55 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+
14.00 Вести.
14.30 Местное время. Вести-Москва.
14.50 Вести. Дежурная часть.
15.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+
17.00 Вести.
17.30 Местное время. Вести-Москва.
17.50 Вести.
18.15 «Прямой эфир». 16+
19.35 Местное время. Вести-Москва.
20.00 Вести.
21.00 «Петросян-шоу». 16+
23.00 «НЕ ПОКИДАЙ МЕНЯ, ЛЮБОВЬ». Х/ф. 1 2+



1.00 XXXI летние Олимпийские игры в Рио-де-Жанейро.



6.00 «Настроение».
8.10 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». Х/ф.
9.55 «КОЛЬЕ ШАРЛОТТЫ». Х/ф.
11.30 События.
11.50 «КОЛЬЕ ШАРЛОТТЫ». Х/ф.
14.30 События.
14.50 «Прощание. Андрей Миронов». 12+
15.40 «ЛАНДЫШ СЕРЕБРИСТЫЙ». Х/ф.
17.30 Город новостей.
17.40 Детективы. Татьяна Устиновой. «НЕРАЗРЕЗАННЫЕ СТРАНИЦЫ». 12+
19.40 События.
20.00 Детективы. Татьяна Устиновой. «НЕРАЗРЕЗАННЫЕ СТРАНИЦЫ». Продолжение. 12+
21.45 Петровка. 38. 16+
22.00 События. Информационно-аналитическая программа.
22.30 Агриппина Стеклова в программе «Жена. История любви». 16+
0.00 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф. 12+
1.50 «БЕЗ СРОКА ДАВНОСТИ». Х/ф. 12+
3.45 «ДУРНАЯ КРОВЬ». Т/с. 16+
5.40 «Жанна Прохоренко. Баллада о любви». Д/ф. 12+



5.00 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». Т/с. 16+
6.00 «Новое утро».
8.10 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+
10.00 Сегодня.
10.20 «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». Т/с. 16+
12.00 Суд присяжных. 16+
13.00 Сегодня.
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
13.50 «КОДЕКС ЧЕСТИ». Т/с. 16+
14.50 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». Т/с. 16+
16.00 Сегодня.
16.20 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». Т/с. 16+
19.00 Сегодня.
19.40 «ДИКИЙ». Т/с. 16+
23.35 Анна Арефьева и Андрей Терентьев в остросюжетном фильме «ИГРА С ОГНЕМ». 16+
3.10 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». Т/с. 18+
4.05 «Советские биографии». 16+



6.00 Сейчас.
6.10 «Момент истины». 16+
7.00 Утро на «5». 6+
9.10 «Место происшествия».
10.00 Сейчас.
10.30, 11.20, 12.30, 12.45, 13.40, 14.30, 15.25, 16.00, 16.45, 17.35 «СИТУАЦИЯ 202». Т/с. 16+
12.00, 15.30, 18.30 Сейчас.
19.00 «СЛЕД. ДЕВУШКА С ЮГА». Т/с. 16+
19.45 «СЛЕД. СВЕРХЧЕЛНОСТЬ». Т/с. 16+
20.35 «СЛЕД. КОЩУНСТВО». Т/с. 16+
21.25 «СЛЕД. ЦЕНА НЕ ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЯ». Т/с. 16+
22.10 «СЛЕД. ДВОЙНОЕ ПРИКРЫТИЕ». Т/с. 16+
23.00 «СЛЕД. ЛЕСНОЙ ЦАРЬ». Т/с. 16+
23.55 «СЛЕД. ТЕМНАЯ ЛОШАДКА». Т/с. 16+
0.40 «СЛЕД. ПРОСТИ ЗА ЛЮБОВЬ». Т/с. 16+
1.25 «ДЕТЕКТИВЫ. В ПОТЕМКАХ». Т/с. 16+
2.05 «ДЕТЕКТИВЫ. ХОЗЯЙСКИЕ ТАЙНЫ». Т/с. 16+
2.45 «ДЕТЕКТИВЫ. ЖИЗНЬ ПРОДОЛЖАЕТСЯ». Т/с. 16+
3.25 «ДЕТЕКТИВЫ. ПРАВО НА СЧАСТЬЕ». Т/с. 16+
4.05, 4.45, 5.25 «ДЕТЕКТИВЫ». Т/с. 16+



6.00 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
7.10 «Приключения Джеки Чана». М/с. 6+
8.00 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+
8.30 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с. 12+
9.30 «2012». Х/ф. 16+
12.30 Шоу «Уральских пельменей». 16+
13.30 «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
14.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
18.00 «КУХНЯ». Т/с. 16+
19.30 Шоу «Уральских пельменей». 16+
21.00 «СТРЕЛОК». Х/ф. 16+



23.25 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». Х/ф. 16+
1.50 «БОЕЦ». Х/ф. 16+
4.00 «ОНГ БАК». Х/ф. 16+



6.30 «Евроныос».
10.00, 15.00, 19.30, 23.15 Новости культуры.
10.20 «ПЕСНЬ О СЧАСТЬИ». Х/ф.
12.00 «Лето Господне». Преображение.
12.30 «Эрмитаж».
12.55 «Франческо Петрарка». Д/ф.
13.05 «Москва - Берлин. Завтра война». Д/с.
13.35 «Мегрэ и старая дама». Телеспектакль.
14.50 «Дэвид Ливингстон». Д/ф.
15.10 Оперные театры мира. «Венская государственная опера».
16.05 «Не квартира - музей». Мемориальная мастерская Тараса Шевченко.
16.20 «Космос - путешествие в пространстве и времени». Д/с.
17.10 «Я просто живу...»
18.35 «Олег Табаков. В поисках радости».
19.15 «Сиднейский оперный театр». Д/ф.
19.45 Смехоностальгия.
20.15, 1.55 «Искатели». «Подводный клад Балаклавы».
21.00 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». Х/ф.
22.20 «Линия жизни». Николай Губенко.
23.30 Худсовет.
23.35 «ПОКА ПЛЫВУТ ОБЛАКА». Х/ф.
2.40 «Гереме. Скальный город ранних христиан». Д/ф.

Реклама

АРГУМЕНТЫ
И ФАКТЫ

ПОДПИСКА НА «АИФ». Ценная информация с доставкой на дом!
Ждём Вас во всех почтовых отделениях России!



7.00 «ЛОТЕРЕЯ». Т/с. 16+
8.00 «Экстрасенсы ведут расследование». 16+
9.00 «Дом-2. Lite». 16+
10.30 «Дом-2. Судный день». 16+
11.30 «Школа ремонта». 12+
12.30, 13.30, 14.00, 14.30 «Comedy Woman». 16+
15.30, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 19.30 «Однажды в России». 16+
20.00 «Импровизация». 16+
21.00 «Комеди Клуб». 16+
22.00 «Comedy Баттл». 16+
23.00 «Дом-2. Город любви». 16+
0.00 «Дом-2. После заката». 16+
1.00 «ХОЗЯИН МОРЕИ. НА КРАЮ ЗЕМЛИ». Х/ф. 12+
3.45 «ЛОТЕРЕЯ». Т/с. 16+
4.35 «ПОЛИТИКАНЫ». «ДЕНЬ ОТСТАВКИ». Х/ф. 16+
5.30 «ЖЕНСКАЯ ЛИГА». Т/с. 16+
6.30 «ДНЕВНИКИ ВАМПИРА-4». «ПЕРВОРОДНЫЕ». Т/с. 16+



5.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+
6.00 «Документальный проект». 16+
7.00 «С бодрым утром!». 16+
8.30 «Новости». 16+
9.00 «Великие тайны времени». Д/ф. 16+
12.00, 16.05, 19.00 «Информационная программа 112». 16+
12.30 «Новости». 16+
13.00 Званный ужин. 16+
14.00 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-4». Х/ф. 16+
16.30 «Новости». 16+
17.00 «Тайны Чапман». 16+
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
19.30 «Новости». 16+
20.00 «Плен». Документальный спецпроект.
22.00 «Смотреть всем!». 16+
23.00 «ОСОБЬ». Х/ф. 18+
1.00 «ВЫКУП». Х/ф. 16+
3.20 «ОТСЧЕТ УБИЙСТВ». Х/ф. 16+



6.30 Жить вкусно с Джейми Оливером. Кулинарное шоу. 16+
7.30 «По делам несовершеннолетних». 16+
9.30 «НЕ ЖЕНСКОЕ ДЕЛО». Х/ф. 16+
18.00 «6 кадров». Скетч-шоу. 16+
18.05 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». Т/с. 16+
19.00 «НЕЛЮБИМЫЙ». Х/ф. 16+
22.40 «ДОКТОР ХАУС». Х/ф. 16+
23.30 «6 кадров». Скетч-шоу. 16+
0.30 «КУРТ СЕИТ И АЛЕКСАНДРА». Х/ф. 16+
2.35 «Звездные истории». Д/ф. 16+
5.30 Жить вкусно с Джейми Оливером. Кулинарное шоу. 16+



6.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
9.30 «Слепая». «Смертельная вспышка». Д/с. 12+
10.00 «Слепая». «Вестник беды». Д/с. 12+
10.30, 11.00, 16.00, 16.30, 17.00 «Гадалка». Д/ф.
11.30 «Не ври мне». 12+
12.30 «Тайные знаки». «Морские пришельцы». 12+
13.30, 14.00, 14.30 «Охотники за привидениями». Д/ф. 16+
15.00 «Мистические истории». 16+
17.30 «Слепая». «Я сделаю тебя счастливой». Д/с. 12+
18.00 «Громкие дела. Курск: Спасите наши души!». 12+
19.00 «Исповедь экстрасенса. Джуна». Д/ф. 12+
20.00 «ШЕРЛОК ХОЛМС». Х/ф. 12+
22.30 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: ВОСХОЖДЕНИЕ ВОИНА». Х/ф. 16+
0.45 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: КНИГА МЕРТВЫХ». Х/ф. 16+
2.45 «МОСКВА-КАССИОПЕЯ». Х/ф. 0+
4.30, 5.15 «ВИЗИТЕРЫ». Т/с. 16+



6.00 «ВЫЛЕТ ЗАДЕРЖИВАЕТСЯ». Х/ф.
7.40 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ПРОТАСОВ». «ОБРАТНЫЙ ОТСЧЕТ». Т/с. 16+
9.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости дня.
9.15 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ПРОТАСОВ». «ОБРАТНЫЙ ОТСЧЕТ». Т/с. 16+
10.00 Военные новости.
10.05 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ПРОТАСОВ». «КИДНЕПИНГ». Т/с. 16+
12.00 «Военная приемка». 6+
13.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». Т/с. 16+
14.00 Военные новости.
14.05 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». Т/с. 16+
18.25 «ШЕСТОЙ». Х/ф. 12+
20.05, 22.25 «ТАИНА ДВУХ ОКЕАНОВ». Х/ф. 6+
23.30 «СЫН ЗА ОТЦА...». Х/ф. 16+
1.05 «1812. УЛАНСКАЯ БАЛЛАДА». Х/ф. 12+
3.05 «ГОРОД ЗЕРО». Х/ф. 16+
5.05 «Тайна гибели дирижабля «Гинденбург». Д/ф. 16+



6.00 «100 великих». 16+
7.00 «Хочу увидеть мир». 16+
8.00 «Еда, которая притворяется». 12+
8.30 «Дорожные войны». 16+
9.30 «ЖАНДАРМ И ЖАНДАРМЕТКИ». Х/ф. 0+
11.30 «РЕСТОРАН ГОСПОДИНА СЕПТИМА». Х/ф. 0+
13.15 «КУРЬЕР». Х/ф. 0+
15.00 КВН на бис. 16+
16.00 КВН. Высший балл. 16+
18.00 КВН на бис. 16+
18.30 КВН. Высший балл. 16+
19.30 КВН на бис. 16+
20.00 «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». Х/ф. 16+
22.00 «О ЧЕМ ЕЩЕ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». Х/ф. 16+
0.00 «РОБОКОП». Х/ф. 18+
1.55 «МЕТЕОР». Х/ф. 16+
5.45 «Дорожные войны». 16+



6.30 XXXI летние Олимпийские игры. Прыжки в воду. Вышка.
7.00, 7.55, 9.30, 11.35, 12.55 Новости.
7.05, 15.00, 19.30, 1.10 Все на Матч!
8.00 XXXI летние Олимпийские игры. Легкая атлетика. Финалы.
9.35 XXXI летние Олимпийские игры. Гандбол. Женщины.
11.40 XXXI летние Олимпийские игры. Плажный волейбол.
13.00 XXXI летние Олимпийские игры. Волейбол. Женщины.
18.30 «Рио ждет». Д/ф. 12+
18.50, 20.00, 22.30 XXXI летние Олимпийские игры.
19.10 «Мама в игре». Д/ф. 12+
2.00 XXXI летние Олимпийские игры. Баскетбол. Мужчины.
3.00 XXXI летние Олимпийские игры. Гандбол. Мужчины.
4.30 XXXI летние Олимпийские игры. Тхэквондо.
5.30 XXXI летние Олимпийские игры. Современное пятиборье. Женщины.



Я не понимаю!
Слышала, что энтузиасты составили целый путеводитель по усадьбам наших великих писателей. А там есть на что посмотреть-то? Одни столы, стулья да чернильницы...

Г. Евсеева, Клин

Путеводитель, в который вошли места, связанные с именами российских классиков (Переделкино, Мураново, Константиново, Мелихово, Сrostки и пр.), появился на сайте Культура.рф.



ЗАЧЕМ ХОДИТЬ В ГОСТИ К ВЕЛИКИМ?

Писатель Эдуард БАГИРОВ пессимизма читательницы не разделяет:

- На мой взгляд, это прекрасно! В советское время такие места (прежде всего музеи-усадьбы) использовались по назначению и достаточно активно. Государство поддерживало их, и туристов хватало. Потом государство развалилось, многие усадьбы оказались заброшены. А сейчас мы возвращаемся к прежнему отношению к таким местам. И это замечательно! Чем больше будет на карте России таких мест, тем более духовной будет нация.

Создание подобных проектов показывает: в стране по-прежнему много людей читающих, которые готовы поехать в какое-



В Муранове всё пропитано творчеством Ф. Тютчева.

Фото Э. КУДРЯВИЦКОГО

нибудь далёкое место просто потому, что там жил известный писатель. К тому же это очень интересно - увидеть классика с неожиданной стороны.

МНЕНИЕ НАРОДА

«ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ» ПО-ПРЕЖНЕМУ ЛИДЕР

Независимая исследовательская компания Movie Research проанализировала, какие отечественные картины собрали возле телевизоров максимальное количество зрителей. В лидерах (анализировалась аудитория 4+) оказалась комедия Леонида Гайдая «Иван Васильевич меняет профессию». Из современных фильмов в топ-25 вошли «Битва за Севастополь» и «Призрак».

А пятёрка лидеров, имеющих самый высокий рейтинг просмотра, выглядит так:





5.50 «Наедине со всеми». 16+
6.00 Новости.
6.10 «Наедине со всеми». 16+
6.55 «ОХОТНИКИ ЗА ГОЛОВАМИ». Т/с. 16+
8.45 «Смешарики. Новые приключения».
9.00 «Играй, гармонь любимая!».
9.45 «Слово пастыря».
10.00, 12.00, 15.00 Новости (с субтитрами).
10.15 «Смак». 12+
10.55 «Александр Зацепин. Мне уже не страшно...». 12+
12.15 «Идеальный ремонт».
13.10 «Теория заговора». 16+
14.10 «На 10 лет моложе». 16+
15.15 «ЗАКОННЫЙ БРАК». Х/ф. 12+
17.00 «Кто хочет стать миллионером?». 18.00 На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.
19.00 Творческий вечер Игоря Матвиенко.
21.00 «Время».
21.20 «Сегодня вечером» с Андреем Малаховым. 16+
23.00 На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.
0.45 «ДЯВООЛ НОСИТ ПРАДА». Х/ф. 16+
2.40 На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро.
4.40 «Модный приговор».



5.25 «ШПИОН». Х/ф. 16+
7.40 Местное время. Вести-Москва.
8.00 Вести.
8.20 Россия. Местное время. 12+
9.25 Утренняя почта.
10.05 «Сто к одному». Телеигра.
11.00 Вести.
11.25 Местное время. Вести-Москва.
11.35 «Измайловский парк». 12+
14.00 Вести. Информационно-аналитическая программа.
14.20 Местное время. Вести-Москва.
14.30 «ЛЮБОВЬ НЕЖДААННАЯ НАГРЯНЕТ». Х/ф. 12+

18.05 Юбилейный концерт Игоря Николаева.
20.00 Вести. Информационно-аналитическая программа.
20.35 XXXI летние Олимпийские игры в Рио-де-Жанейро.



6.35 Марш-бросок. 12+
7.10 «СТРАШНАЯ КРАСАВИЦА». Х/ф. 12+
9.10 Православная энциклопедия. 6+
9.40 «ОГОНЬ, ВОДА И... МЕДНЫЕ ТРУБЫ». Х/ф.
11.05 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». Х/ф. 6+
11.30 События.
11.45 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». Продолжение фильма. 6+
12.50 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». Х/ф. 6+
14.30 События.
14.50 Тайны нашего кино. «Служебный роман». 12+
15.20 «НЕ НАДО ПЕЧАЛИТЬСЯ». Х/ф. 12+
17.15 «ВЧЕРА. СЕГОДНЯ. НАВСЕГДА...». Х/ф. 12+
21.00 События.
21.15 Прият комедиантов. 12+
23.10 «Юрий Никулин. Я никуда не уйду». Д/ф. 12+
0.10 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф. 12+
1.55 «ИНСПЕКТОР ЛЬЮИС». Х/ф. 12+
3.50 «КОЛЬЕ ШАРЛОТТЫ». Х/ф.
5.15 «10 самых... Войны за наследство». 16+



5.05 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». Т/с. 16+
6.05 «СЛЕДОПЫТ». Т/с. 16+
8.00 Сегодня.
8.15 «Жилищная лотерея Плюс». 0+
8.45 «Готовим с Алексеем Зиминим». 0+
9.10 Премьера. «Устами младенца». 0+
10.00 Сегодня.
10.20 Главная дорога. 16+
11.00 «Еда живая и мертвая». Научно-популярный цикл Сергея Малоземова. 12+
12.00 Квартирный вопрос. 0+
13.00 «НашПотребНадзор». 16+
14.00 «ОДИССЕЯ СЫЩИКА ГУРОВА». Т/с. 16+
16.00 Сегодня.
16.20 «ОДИССЕЯ СЫЩИКА ГУРОВА». Т/с. 16+
18.10 Следствие вели... 16+
19.00 Сегодня.
19.15 «Новые русские сенсации». 16+
20.15 Остросюжетный фильм «ПЛАТА ПО СЧЕТЧИКУ». 16+
0.00 «Бенефис Бориса Моисеева». 16+
1.40 «Высокая Life». 12+
2.35 «Золотая утка». 16+
3.15 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». Т/с. 18+
4.15 «Советские биографии». 16+



6.05 «Приключения Домовенка», «Дом для Кузьки», «Сказка для Наташи», «Возвращение Домовенка», «Про мамонтенка», «Маша больше не лентяйка», «Коротышка - зеленые штанишки», «Мы с Джеком», «Непослушный котенок», «Как грибы с Горохом воевали», «В синем море, в белой пене», «Муха-Цокотуха», «Петушок-Золотой Гребешок», «Не хочуха», «Приключения Буратино». М/ф. 0+
10.00 Сейчас.
10.10 «СЛЕД. СВИНЬИ». Т/с. 16+
11.00 «СЛЕД. СМЕРТЬ ПОДОЖДЕТ». Т/с. 16+
11.55 «СЛЕД. ЖЕНА МОЛЯКА». Т/с. 16+
12.40 «СЛЕД. ЖИВОЙ ТРУП». Т/с. 16+
13.30 «СЛЕД. ПРОСТИ ЗА ЛЮБОВЬ». Т/с. 16+
14.20, 15.10, 16.00, 16.50, 17.40 «СЛЕД». Т/с. 16+
18.30 Сейчас.
19.00, 20.00, 21.00, 22.05, 23.05, 0.05, 1.05, 2.05 «БАЛЛАДА О БОМБЕ-РЕ». Т/с. 16+
3.05, 4.05, 5.10, 6.15, 7.05 «СИТУАЦИЯ 202». Т/с. 16+



6.00 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
6.45 «ФЛАББЕР - ПОПРЫГУНЧИК». Х/ф. 0+
8.30 «Смешарики». М/с. 0+
9.00 «Фиксики». М/с. 0+
9.15 «Три кота». М/с. 0+
9.30 «Руссо туристо». Тревел-шоу. 16+
10.30 Премьера! «Успеть за 24 часа». Реалити-шоу. 16+
11.30 «Замбезия». Полнометражный анимационный фильм. 0+
13.00 «ХЕРБИ - ПОБЕДИТЕЛЬ». Х/ф. 12+
14.55 Шоу «Уральских пельменей». 16+
16.00 «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
17.00 «СТРЕЛОК». Х/ф. 16+
19.25 «Кунг-фу панда-2». Полнометражный анимационный фильм. 0+
21.00 «МАСКА ЗОРРО». Х/ф. 12+
23.35 «ЛЕГЕНДА ЗОРРО». Х/ф. 16+
2.05 «ВАСАБИ». Х/ф. 16+
3.50 «ЕСЛИ Я ОСТАНУСЬ». Т/с. 16+
5.50 Музыка на СТС. 16+



6.30 «Евроныус».
10.00 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым».
10.35 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». Х/ф.
11.55 «Регимантас Адомайтис». Д/ф.
12.35 «Факультет ненужных вещей». «Новые словари русского языка».
13.05, 1.05 «Рекорд-смены из мира животных». Д/ф.
14.00 «Ирина Архипова. Архитектура гармонии». Д/ф.
14.40 Легендарные спектакли Большого. Опера «Садко». Постановка Бориса Покровского.
17.40 По следам тайны. «В подземных лабиринтах Эквадора».
18.30 «Борис Андреев. У нас таланту много...». Д/ф.
19.10 «ПУТЬ К ПРИЧАЛУ». Х/ф.
20.35 «Муслим Магомаев. Рисовать, потом петь». Д/ф.
21.15 «Муслим Магомаев. Шлягеры XX века».
22.40 «ЛЕТНИЕ ЛЮДИ» («ДАЧНИКИ»). Х/ф.
0.05 Джаз вдвоем. Игорь Бриль и Валерий Гроховский.
1.55 «Искатели».
2.40 «Бухта Ха-Лонг. Удивительный мир островов». Д/ф.

АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ

Вложение, которое не может обесцениться, – ПОДПИСКА НА «АИФ»!

Подписывайтесь во всех почтовых отделениях России!



7.00, 7.30, 8.00, 8.30 «ТНТ. MIX». 16+
9.00 «Агенты 003». 16+
9.30 «Дом-2. Lite». 16+
10.30 «ДЕФФОНКИ». Т/с. 16+
11.00 «Школа ремонта». 12+
12.00 «Однажды в России». 16+
12.30, 1.00 «Такое кино!». 16+
13.00, 14.00, 15.00, 16.00 «Однажды в России». 16+
17.00 «ЛЮДИ ИКС». Х/ф. 16+
19.00, 19.30, 20.00 «Экстрасенсы ведут расследование». 16+
21.30 «Танцы. Третий сезон». 16+
23.30 «Дом-2. Город любви». 16+
0.30 «Дом-2. После заката». 16+
1.30 «МОРИЙ». Х/ф. 18+
3.40 «СТРЕЛА-3». «КОРТО МАЛБЕЗЕ». Т/с. 16+
4.30 «СЕЛФИ». Т/с. 16+
4.55, 5.25 «ЖЕНСКАЯ ЛИГА: ПАРНИ, ДЕНЬГИ И ЛЮБОВЬ». Т/с. 16+
6.00 «ДНЕВНИКИ ВАМПИРА-4». «ОНА СВИХНУЛАСЬ». Т/с. 16+



5.00 «ОТСЧЕТ УБИЙСТВ». Х/ф. 16+
5.40 «РОК НА ВЕКА». Х/ф. 16+
8.00 «Кино»: Сильвестр Сталлоне, Орнелла Мути в комедии «ОСКАР». 12+
10.00 «Минтранс». 16+
10.45 «Ремонт по-честному». 16+
11.30 «Самая полезная программа». 16+
12.30 «Новости». 16+
13.00 «Военная тайна». 16+
17.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+
19.00 «Смех в конце тоннеля». Концерт. 16+
21.00 «Наблюдатели и размышлизмы». Концерт. 16+
23.00 «ТАЙСКИЙ ВОЯЖ СТЕПАНЫЧА». Х/ф. 16+
1.00 «ИСПАНСКИЙ ВОЯЖ СТЕПАНЫЧА». Х/ф. 16+
2.30 «МЕКСИКАНСКИЙ ВОЯЖ СТЕПАНЫЧА». Х/ф.
4.00 «ЧАСОВЩИК». Х/ф. 16+



6.30 Жить вкусно с Джейми Оливером. Кулинарное шоу. 16+
7.30 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
8.05 «НЕ ТВОЕ ТЕЛО». Т/с. 16+
14.00 «БЕРЕГ НАДЕЖДЫ». Х/ф. 16+

18.00 «Великолепный век». Д/ф. 16+
19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». Х/ф. 16+
22.55 «Восточные жены в России». Д/ф. 16+
23.55 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
0.30 «КУРТ СЕИТ И АЛЕКСАНДРА». Х/ф. 16+
2.25 «Звездные истории». Д/ф. 16+
5.25 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
5.30 Жить вкусно. 16+



6.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
9.30 «Школа доктора Комаровского». 12+
10.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
10.15 «МОСКВА-КАССИОПЕЯ». Х/ф. 0+
12.00 «ОТРОКИ ВО ВСЕЛЕННОЙ». Х/ф. 0+
13.45 «ЧЕРЕЗ ТЕРНИИ К ЗВЕЗДАМ». Х/ф. 0+
16.30 «ШЕРЛОК ХОЛМС». Х/ф. 12+
19.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». Х/ф. 12+
21.00 «ПОЧТАЛЬОН». Х/ф. 16+
0.30 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: В ПОИСКАХ ВЛАСТИ». Х/ф. 12+
2.30 «ОТРОКИ ВО ВСЕЛЕННОЙ». Х/ф. 0+
4.15 «ВИЗИТЕРЫ». Т/с. 16+
5.15 «ВИЗИТЕРЫ». Т/с. 16+



6.00 Мультфильмы.
6.15 «ТИМУР И ЕГО КОМАНДА». Х/ф.
9.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости дня.
9.15 «Легенды цирка». Канатоходцы Волжанские. 6+
9.40 «Легенды музыки». 6+
10.15 «Последний день». 12+
11.00 «Не факт!». 6+
11.30 «Папа сможет?»! 6+
12.20 «ОШИБКА РЕЗИДЕНТА». Х/ф. 6+
13.15 «ОШИБКА РЕЗИДЕНТА». Х/ф. 6+
15.30, 18.20 «СУДЬБА РЕЗИДЕНТА». Х/ф. 6+
19.05 «ВОЗВРАЩЕНИЕ РЕЗИДЕНТА». Х/ф. 6+
21.50 «КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ «РЕЗИДЕНТ». Х/ф. 6+
22.20 «КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ «РЕЗИДЕНТ». Х/ф. 6+
1.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». «ОН ГДЕ-ТО ЗДЕСЬ». Т/с.
4.35 «ХЛЕБ, ЗОЛОТО, НАГАН». Х/ф.



6.00 «100 великих». 16+
6.30 «Мультфильмы». 0+
9.30 Топ Гир: идеальная поездка.
11.35 «КУРЬЕР». Х/ф. 0+
13.30 Угадай кино. 12+
14.30 В гостях у Михаила Задорнова. 16+
17.05 «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». Х/ф. 16+
19.00 «О ЧЕМ ЕЩЕ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». Х/ф. 16+

21.00 Деньги. Sex. Радикулит. 16+
22.00 «+100500». 16+
0.00 «РОБОКОП-2». Х/ф. 18+
2.05 «РОБОКОП». Х/ф. 18+
4.00 «Дерзкие проекты». 16+



6.30 XXXI летние Олимпийские игры. Современное пятиборье. Женщины.
7.30, 9.00, 10.00, 11.20, 12.35, 19.20, 3.45 Новости.
7.35, 15.00, 1.30 Все на Матч!
9.05 XXXI летние Олимпийские игры. Воляная борьба.
10.05 XXXI летние Олимпийские игры. Водное поло. Женщины.
11.25 XXXI летние Олимпийские игры. Легкая атлетика.
12.40 XXXI летние Олимпийские игры. Волейбол. мужчины.
14.40 «Десятка!». 16+
16.10 Росгосстрах. Чемпионат России по футболу.
19.25 Футбол. Чемпионат Англии.
21.25 XXXI летние Олимпийские игры. Баскетбол. Женщины.
23.30 XXXI летние Олимпийские игры. Футбол. Мужчины. Финал.
2.30, 3.55 XXXI летние Олимпийские игры.
5.00 Смешанные единоборства. UFC.

ГОД КИНО ПЕРЕВАЛИЛ «ЭКВАТОР», А РЕЖИССЕРЫ, АКТЕРЫ, ПРОДЮСЕРЫ ПО-ПРЕЖНЯМУ АКТИВНО ЗАЯВЛЯЮТ О ЗАПУСКЕ НОВЫХ ПРОЕКТОВ.

Например, актер **Данила Козловский** только что приступил к съемкам своего дебютного режиссёрского проекта «Тренер». В центре сюжета - лучший бомбардир футбольной сборной СССР **Юрий Столешников**, который в решающий момент не забивает пенальти и бесславно завершает карьеру. По слухам, консультантом картины может выступить известный тренер **Леонид Слуцкий**.

Кинокомпания **KINODANZ** приступила к съемкам фантастического фильма «Про-

СНИМАЙ, ПОКА ЛЕТО!

ект **Gemini**» (планируется, что фильм будет иметь не только российский, но и международный прокат). Это история про космическую миссию, призванную остановить разрушительное воздействие на Землю загадочного сигнала с другой планеты. Съемки картины будут проходить, в частности, в Чарынском каньоне в Казахстане: там снимут сцены на поверхности другой планеты, откуда на Землю идет разрушительный сигнал.

Одна из самых известных отечественных кинокомпаний, студия **ТРИТЭ**, приступила к съемкам спортивной



Данила Козловский хочет попробовать себя в режиссуре.

Фото Игоря ХАРИТОНОВА

драмы «Движение вверх» о легендарном поединке между советскими и американскими

баскетболистами во время Олимпийских игр 1972 г. в Мюнхене. Тогда наша команда

под руководством Владимира Кондрашина была на волосок от проигрыша, но за три секунды до финала им удалось совершить настоящее чудо и победить со счётом 51:50! Тренера советской сборной предстоит сыграть **Владимиру Машкову**.

Режиссёр **Резо Гигинеишвили** снимет фильм «Заложники» о захвате самолета рейса Тбилиси - Ленинград в 1983 г. «Тогда, когда группа молодых людей в Тбилиси попыталась угнать самолёт, чтобы сбежать из СССР», - говорит Гигинеишвили. В основном это были дети высокопоставленных родителей. Главную женскую роль в фильме исполнит супруга режиссёра **Надежда Михалкова**.

Сергей ЮРЬЕВ



6.00 Новости.
6.10 «ОХОТНИКИ ЗА ГОЛОВАМИ». Т/с. 16+
8.10 «Служу Отчизне!». 16+
8.40 «Смешарики. ПИН-код». 16+
8.55 «Здоровье». 16+
10.00, 12.00 Новости (с субтитрами).
10.15 «Непутевые заметки». 12+
10.35 «Пока все дома». 11.25 «Фазенда». 12.15 Премьера. «Валдис Пельш. Путешествие к центру Земли». 13.20 «Роберт Рождественский. «Желаю Вам...». 15.10 «ЗДРАВСТВУЙ И ПРОЩАЙ». Х/ф. 17.00 На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро. Художественная гимнастика. Групповое многоборье. Финал. Прямой эфир. 18.30 Музыкальный фестиваль «Голосающий КиВиН». 16+
21.00 «Время». 21.30 «Афтар жжот». 16+
22.35 «ВОССТАНИЕ ПЛАНЕТЫ ОБЕЗЬЯН». Х/ф. 16+
0.30 «Би-2». Концерт. 2.00 На XXXI летних Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро. Церемония закрытия. Прямой эфир. 4.00 «Виталий Смирнов. Властелин колец». 4.50 «Россия от края до края». 12+



5.15 «ОБЛАКО-РАЙ». Х/ф. 12+
7.00 Мульт-утро. 7.30 «Сам себе режиссер». 8.20 «Смехопанорама». 8.50 Утренняя почта. 9.30 «Сто к одному». Телеигра. 10.20 Местное время. Вести-Москва. Неделя в городе. 11.00 Вести. Информационно-аналитическая программа. 11.20 «Смеяться разрешается». Юмористическая программа. 14.00 Вести. 14.20 «ЛЮБОВЬ И РОМАН». Х/ф. 12+
16.10 «ВСЕ ВЕРНЕТСЯ». Х/ф. 12+
20.00 Вести. 21.10 «ОТГРЕЙ МОЕ СЕРДЦЕ». Х/ф. 12+
23.10 «45 СЕКУНД». Х/ф. 12+
1.15 «ТИХИЙ ОМУТ». Х/ф. 12+
3.15 «Смехопанорама». 3.45 Комната смеха.



5.50 «ЛАНДЫШ СЕРЕБРИСТЫЙ». Х/ф. 7.35 «Фактор жизни». 12+
8.05 «Юрий Никулин. Я никуда не уйду». Д/ф. 12+
9.05 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». Х/ф. 10.55 «Барышня и кули-нар». 12+
11.30 События. 11.45 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА». Х/ф. 12+
13.35 «Смех с доставкой на дом». 12+
14.30 События. 14.45 «ОТСТАВНИК-2». Х/ф. 16+
16.35 «ПОСЛЕДНИЙ ХОД КОРОЛЕВЫ». Х/ф. 12+
20.10 Детективы Татьяны Устиновой. «САКВОЯЖ СО СВЕТЛЫМ БУДУЩИМ». 12+
0.05 События. 0.20 Петровка, 38. 16+
0.30 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». Х/ф. 16+
2.55 «КОЛЬЕ ШАРЛОТТЫ». Х/ф. 5.25 «Линия защиты». 16+



5.10 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». Т/с. 16+
6.05 «СЛЕДОПЫТ». Т/с. 16+
8.00 Сегодня. 8.15 Лотерея «Русское лото плюс». 0+
8.50 Их нравы. 0+
9.25 Едим дома. 0+
10.00 Сегодня. 10.20 «Первая передача». 16+
10.55 «Чудо техники». 12+
11.35 «Дачный ответ». 0+
12.40 «НашПотребНадзор». 16+
13.30 «Поедем, поедим!». 0+
14.00 «ОДИССЕЯ СЫЩИКА ГУРОВА». Т/с. 16+
16.00 Сегодня. 16.20 «ОДИССЕЯ СЫЩИКА ГУРОВА». Т/с. 16+
18.10 Следствие вели... 16+
19.00 Сегодня. 19.20 Премьера. Кристина Асмус, Евгений Пронин и Сергей Бондарчук в фильме «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». 6+
21.20 «ДВОЙНОЙ БЛЮЗ». Х/ф. 16+
1.05 «Сеанс с Кашпировским». 16+
2.00 Квартальный вопрос. 0+
3.05 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». Т/с. 18+
4.05 «Советские биографии». 16+



8.20 «Телевизор кота Леопольда», «Петя и Красная Шапочка», «Пес в сапогах», «Путешествие муравья», «Утро попугая Кеши», «Кошкин дом». М/ф. 0+
10.00 Сейчас. 10.10 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». Х/ф. 12+
12.25 «ВА-БАНК». Х/ф. 16+
14.25 «ВА-БАНК-2». Х/ф. 16+
16.15 «СЕКС-МИССИЯ, ИЛИ НОВЫЕ АМАЗОНКИ». Х/ф. 16+
18.30 Сейчас. 19.00, 20.55 «МАРШ-БРОСОК. ОСОБЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». Х/ф. 16+
22.40, 0.40 «МАРШ-БРОСОК. ОХОТА НА «ОХОТНИКА». Х/ф. 16+
2.40 «СИТУАЦИЯ 202». Х/ф. 16+
3.50 «СИТУАЦИЯ 202». Х/ф. 16+
4.55 «СИТУАЦИЯ 202». Х/ф. 16+



6.00 «Замбезия». Полнометражный анимационный фильм. 0+
7.30 Премьера! «Новая жизнь». Реалити-шоу. 16+
8.30 «Смешарики». М/с. 0+
9.00 «Фиксики». М/с. 0+
9.30 «МАСКА ЗОРРО». Х/ф. 12+
12.00 «ЛЕГЕНДА ЗОРРО». Х/ф. 16+
14.30 «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА». Т/с. 16+
16.30 «Кунг-фу Панда-2». Полнометражный анимационный фильм. 0+
18.00 «ТРУДНЫЙ РЕБЕНОК». Х/ф. 0+
19.25 «ТРУДНЫЙ РЕБЕНОК-2». Х/ф. 0+
21.00 «ВАСАБИ». Х/ф. 16+
22.45 «ЗАГАДОЧНАЯ ИСТОРИЯ БЕНДЖАМИНА БАТТОНА». Х/ф. 16+
2.00 «КОСТИ». Т/с. 16+
4.00 «ОНГ БАК». Х/ф. 16+



6.30 «Евроныос». 10.00 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириным». 10.35 «СЛУЧАЙ НА ШАХТЕ ВОСЕМЬ». Х/ф. 12.00 «Легенды мирового кино». Владимир Басов. 12.30 «Факультет ненужных вещей». «Новая книга о Столыпине». 13.00 «Орланы - короли небес». Д/ф. 13.50 Гении и злодеи. Герберт Уэллс. 14.20 «История лошади». Телеспектакль. 16.25 «Больше, чем любовь». Евгений Лебедев и Нателла Товстоногова. 17.10 «Пешком...». Москва дачная. 17.35 «Искатели». «Люстра купцов Елисеевых». 18.20 «Романтика романа». Шлягеры 60-х. 19.20 «МОЛОДОЙ ТОСКАНИНИ». Х/ф. 22.05 Из коллекции телеканала «Культура». Большой балет-2016. Финал. 0.20 «СЛУЧАЙ НА ШАХТЕ ВОСЕМЬ». Х/ф. 1.45 «В мире басен». М/ф для взрослых. 1.55 «Орланы - короли небес». Д/ф. 2.50 «Каустика Хокусай». Д/ф.

Аргументы и факты Подпишись на aif.ru/podpiska



7.00, 8.00, 8.30 «ТНТ. MIX». 16+
7.30 «Агенты 003». 16+
9.00 «Дом-2. Lite». 16+
10.00, 10.30 «ДЕФОНЧКИ». Т/с. 16+
11.00 «Перезагрузка». 16+
12.00 «Импровизация». 16+
13.00 «Однажды в России». 16+
14.00 «ЛЮДИ ИКС». Х/ф. 16+
16.10 «ЛЮДИ ИКС-2». Х/ф. 12+
19.00, 19.30 «Однажды в России». 16+
20.00 «Где логика?». 16+
21.00 «Однажды в России». 16+
22.00 «Stand up». Комедийная программа. 16+
23.00 «Дом-2. Город любви». 16+
0.00 «Дом-2. После заката». 16+
1.00 «Не спать!». 16+
2.00 «ДЕВУШКА ИЗ ВОДЫ». Х/ф. 16+
4.00 «МЕДВЕДЬ ЙОГИ». Х/ф. 12+
5.35 «СТРЕЛА-3». «ФОКУСНИК». Т/с. 16+
6.25 «СЕЛФИ». Т/с. 16+



0.00 «Соль». Музыкальное шоу Захара Прилепина. 16+
1.15 «Военная тайна». 16+



6.30 Жить вкусно с Джейми Оливером. Кулинарное шоу. 16+
7.30 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
7.45 «ЕСЛИ БЫ...». Х/ф. 16+
10.25 «БЕРЕГ НАДЕЖДЫ». Х/ф. 16+
14.20 «НЕЛЮБИМЫЙ». Х/ф. 16+
18.00 «Великолепный век». Д/ф. 16+
19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». Х/ф. 16+
22.55 «Восточные жены в России». Д/ф. 16+
23.55 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
0.30 «КУРТ СЕЙТ И АЛЕКСАНДРА». Х/ф. 16+
2.25 «Звездные истории». Д/ф. 16+
5.25 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
5.30 Жить вкусно с Джейми Оливером. Кулинарное шоу. 16+



6.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
7.30 «Школа доктора Комаровского». 12+
8.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
8.45 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». Х/ф. 6+
10.30, 11.15, 12.00 «ДЕТЕКТИВ МОНК». Т/с. 12+
12.45 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: ВОСХОЖДЕНИЕ ВОИНА». Х/ф. 16+
15.00 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: КНИГА МЕРТВЫХ». Х/ф. 16+
17.00 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: В ПОИСКАХ ВЛАСТИ». Х/ф. 12+
19.00 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ». Х/ф. 12+
20.45 «КОНАН-ВАРВАР». Х/ф. 16+
23.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». Х/ф. 12+
1.00 «ЧЕРЕЗ ТЕРНИИ К ЗВЕЗДАМ». Х/ф. 0+
3.45 «Городские легенды. Московский зоопарк. Животные-целители». 12+
4.15, 5.15 «ВИЗИТЕРЫ». Т/с. 16+



6.00 «ПОТРЯСАЮЩИЙ БЕРЕНДЕЕВ». Х/ф. 7.25 «ГОРОД ПРИНЯЛ». Х/ф. 12+
9.00 Новости недели с Юрием Подкопаевым. 9.25 Служу России! 9.55 «Военная приемка». 6+
10.45 «Научный детектив». 12+
11.05 «Операция «ГКЧП». Д/ф. 12+
11.35 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». Т/с. 16+
13.00, 22.00 Новости дня. 13.15 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». Т/с. 16+
16.20 «ЗАКАЗ». Х/ф. 16+
18.00 Новости. Главное. 18.35 «Особая статья». Ток-шоу. 12+
19.30 «Легенды советского сыска». Д/с. 16+
22.20 «Фетисов». Ток-шоу. 12+
23.05 «ЧАКЛУН И РУМБА». Х/ф. 16+
0.45 «МЕРТВЫЕ ПОЛЕ». Х/ф. 16+
3.00 «НЕЙТРАЛЬНЫЕ ВОДЫ». Х/ф. 5.05 «Вернусь после победы. Подвиг Анатолия Михеева». Д/ф. 12+



6.00 «100 великих». 16+
6.30 Мультфильмы. 0+
7.35 «ЖАНДАРМ И ЖАНДАРМЕТКИ». Х/ф. 0+
9.35 «РЕСТОРАН ГОСПОДИНА СЕПТИМА». Х/ф. 0+
11.25 Угадай кино. 12+
12.55 «СВЕТОФОР». Т/с. 16+
15.05 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». Х/ф. 16+
20.05 «Задорный день». Концерт. 16+
0.00 «РОБОКОП-3». Х/ф. 16+
2.00 «Песни счастливого человека». Д/ф. 16+
3.10 «ПО КРОВАВОМУ СЛЕДУ». Т/с. 16+



6.30 Смешанные единоборства. UFC. 7.00, 8.20, 9.55, 12.00, 21.00 Новости. 7.05 XXXI летние Олимпийские игры. Вольная борьба. 8.25 XXXI летние Олимпийские игры. Легкая атлетика. 10.00 XXXI летние Олимпийские игры. Гандбол. Женщины. Финал. 12.05 XXXI летние Олимпийские игры. Художественная гимнастика. 13.15 XXXI летние Олимпийские игры. Волейбол. Женщины. Финал. 15.15, 21.10, 1.00 Все на Матч! 17.45 Росгосстрах. Чемпионат России по футболу. «Спартак» (Москва) - «Краснодар». 20.05 «После футбола». 21.40, 23.45, 3.00, 5.00, 6.10 XXXI летние Олимпийские игры. 2.00 Итоги Олимпиады в Рио.

МОСКОВСКИЙ КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. «Цитрусовый чиновник» из Китая. 6. В чём есть «немного лени, немного страха, немного расчёта, немного усталости, немного пассивности»? 8. Ловушка на Микки-Мауса. 11. «Одежда для ног». 12. «Брачное агентство» в юбке. 13. «Водный апокалипсис». 15. «... между мужчиной и женщиной

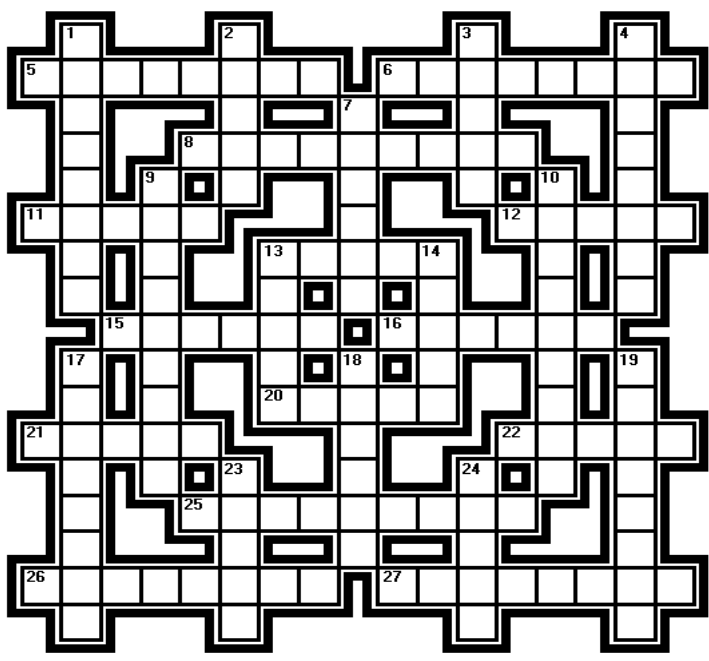
сильно слабеет при наступлении ночи». 16. «Первичный» месяц. 20. «И пустыми обещаниями можно быть сытым по ...». 21. Мавзолей, но сильно поскромней. 22. Воины света считают, что «ничто так не бодрит, как ... со злом». 25. «Плох тот ..., что не мечтает стать рабовладельцем». 26. Ходячий кошмар. 27. «Морскую болезнь вызывают у меня люди, а не море. Но, боюсь, наука ещё не нашла лекарства от этого недуга» (великий учёный).

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Какое слово появилось благодаря немецкому графу Каленбергу, безбожно уродовавшему французские слова? 2. «Навешенное мнение». 3. Что заменяет дискуссию, если у всех резко зачесались кулаки? 4. Урановое судно. 7. «Всякая ... исходит от народа. И никогда к нему уже не возвращается». 9. Жертва компромата. 10. Ма-

терик «в подчинении» у английской королевы. 13. Самоволка заключённого. 14. «Стенописный опус». 17. Что можно получить, «лишь требуя невозможного»? 18. «Только наш человек, наступая второй раз на те же ..., радуется, что их ещё не украл». 19. Водоплавающий мотоцикл. 23. «Сосисочное королевство». 24. ... прекрасна, но как в это трудно поверить!

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 31 ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. Генерал. 6. Адвокат. 7. Компромат. 10. Медицина. 11. Психиатр. 16. Бульжник. 17. Глупость. 18. Строгость. 19. Басейн. 20. Экзамен.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Человек. 2. Лаконизм. 3. Идеалист. 4. Гадость. 8. Виноватый. 9. «Филогелос». 12. Эйнштейн. 13. Акустика. 14. Буддлай. 15. Отстрел.



АНЕКДОТЫ

Россияне испытывают законную гордость - они сумели обеспечат своим чиновникам самый высокий в мире уровень жизни.

Во время матча любимой команды ярый фанат подобрал 198 синонимов к слову «футболист».

ПРЕМЬЕРА

»

КИНО

6+

«ПИТ И ЕГО ДРАКОН»



ТРОГАТЕЛЬНОЕ ДИСНЕЕВСКОЕ ФЭНТЕЗИ. МАЛЬЧИК-СИРОТА УСТАЛ ТЕРПЕТЬ ВЫХОДКИ ПРИЁМНЫХ РОДИТЕЛЕЙ И РЕШАЕТ ОТ НИХ СБЕЖАТЬ. ЭТА ИСТОРИЯ МОГЛА БЫ ЗАКОНЧИТЬСЯ ПЕЧАЛЬНО, НО МАЛЫШ НАХОДИТ СЕБЕ НОВОГО НЕОБЫЧНОГО ДРУГА - ДРАКОНА, С КОТОРЫМ ТЕПЕРЬ ОН МОЖЕТ ПУТЕШЕСТВОВАТЬ ПО СВЕТУ. ПРАВДА, ВИДИТ ЭТОГО ДРАКОНА ТОЛЬКО ОН САМ.

Фэнтези/приключения. США. Режиссёр Дэвид Лоури. В ролях: Брайс Даллас Ховард, Карл Урбан, Роберт Редфорд, Уэс Бентли, Уна Лоуренс и др.



«Полный расколбас»

Мультфильм/комедия. США.

Режиссёры Грег Тирнан и Конрад Вернон.

Вокруг только и трубят о том, какую еду мы едим и как после этого можем себя чувствовать. А что чувствует эта самая еда? Брокколи, консервы, сосиски мечтают быть wybranными покупателями, ведь попасть к ним домой - значит быть лучшим. Но они не подозревают, что за стенами магазина их ждёт не райская жизнь, а расправа... Отряд во главе с Сосиской хочет предупредить остальных об ужасных намерениях людей.

18+

КИНО



«Роботы-герои»

До 20 августа, с 11.00 до 20.00.

ВДНХ, пр-т Мира, д. 119.

Цена билета: от 450 до 650 руб.

На выставке можно внимательно рассмотреть 16 роботов, созданных по мотивам фантастических фильмов и компьютерных игр. На их создание ушло почти 30 тонн металла. Но главное событие здесь - битва роботов Паши Чугуна и Пети Бетона. Сила удара одного такого гиганта составляет 2,5 тонны.

0+

ДЕТИ



«Лето под микроскопом»

До 28 августа, каждое вс.,

с 12.00 до 15.00. Государственный биологический музей

им. К. А. Тимирязева, ул. М. Грузинская, д. 15.

Цена билета: до 80 руб.

Весь август дети смогут внимательно изучить всех обитателей леса. И даже самых маленьких из них, обитающих в воде и невидимых глазу. Детям подробно объяснят, как устроены животные и насекомые и чем они занимаются целыми днями.

0+

ДЕТИ



«Brazzaville»

11 августа, чт., 20.30.

Центр современного искусства «Винзавод»,

4-й Сыромятнический пер., д. 1, стр. 6.

Цена билета: от 900 руб.

Американский музыкант и по совместительству лидер группы Дэвид Браун давно считает Россию своим вторым домом - ведь поклонники слишком часто просят музыкантов давать здесь концерты, а те почти всегда соглашаются. На этот раз прозвучат песни со свежего диска *The Oceans of Ganymede*.

16+

КОНЦЕРТ



«Органные вечера»

12 и 17 августа, пт. и ср.,

19.00. Музей-усадьба «Кусково», ул. Юности, д. 2.

Цена билета: от 500 руб.

0+

КЛАССИКА

Ежегодный летний органый фестиваль позволит насладиться звучанием практически всех существующих инструментов - от скрипки и виолончели до маримбы и терменвокса, от гобоя и кларнета до панфлейты и саксофона. На ближайших концертах можно будет услышать произведения Баха, Вивальди, Мендельсона, Шумана, Дебюсси и др.



0+

«Эффект времени: влияние русского авангарда на современную моду»

До 4 сентября, пн. - чт., вс. с 12.00 до 22.00, пт. с 10.00

до 15.00. Еврейский музей и центр толерантности,

ул. Образцова, д. 11, стр. 1а. Цена билета: 300 руб.

Современные дизайнеры одежды нередко черпают вдохновение для создания новых нарядов с полотен живописцев. Что общего у одежды, которую мы носим, с работами Казимира Малевича или Ивана Клыуна?

ВЫСТАВКА



6+

«Николай Андреев. Серпухов. Россия»

До 11 сентября, с 12.00 до 21.00. Галерея классической

фотографии, Саввинская наб., д. 23, стр. 1.

Цена билета: до 350 руб.

В экспозиции около 50 снимков из собрания работ одного из выдающихся представителей школы русского пикториализма начала XX века. Многие из них предстанут широкому зрителю впервые. На снимках - пейзажи средней полосы России, сценки из крестьянской жизни и портреты.

ВЫСТАВКА



6+

«Неизвестный Шишкин»

До 4 сентября, с 11.00 до 20.00, вых. - пн.

Центральный дом художника, Крымский Вал, д. 10.

Цена билета: до 350 руб.

В экспозиции - все 60 офортов из последнего альбома печатной графики Шишкина, изданного в 1894 году. Работы из этого альбома были раскиданы по всему миру. И лишь к этой выставке удалось собрать их вместе. Здесь же будет и его цветной автопортрет, сделанный в единственном экземпляре.

ВЫСТАВКА



6+

«Детский мир открытки»

До 6 сентября, Центральный дом художника,

Крымский Вал, д. 10. Цена билета: до 350 руб.

Более 11 тысяч открыток, изображающих историю России с конца XIX века до наших дней. Здесь всё: русские обычаи, пословицы и поговорки, праздники, герои сказок и др. К стати, на более чем 800 открытках изображены работы Айвазовского, на выставку которого сегодня выстраиваются очереди.

ВЫСТАВКА



6+

«Бакст - коллекционер своей славы»

16 августа, вт., 19.00. Лекторий

Центра эстетического воспитания детей «Мусейон»,

Колымажный пер., д. 6, стр. 2. Цена билета: до 350 руб.

Лекция от Пушкинского музея о том, почему одного из самых оригинальных художников начала XX века всегда волновало, что будет происходить с русским искусством. Он считал, что одно его течение ретроспективное, а другое - футуристическое... А к какому из них относил Бакст себя?

ЛЕКЦИЯ



18+

«Киноозвучка»

16, 23 и 27 августа,

21.00. Парк искусств «Музеон», Крымский Вал,

влад. 10. Цена билета: 440 руб.

Фильмы 20-30 гг. XX века обретут новый вид под современную музыку. Например, под саундтреки американского музыканта Umberto покажут «Луч смерти» Льва Кулешова. А завершит фестиваль высмеивающая Голливуд комедия «Почелуй Мэри Пикфорд» вместе со шведами из Naska Forum.

ФЕСТИВАЛЬ



0+

«Life Picnic 2016»

13 и 14 августа, сб. и

вс., с 11.00 до 22.00. Парк «Красная Пресня»,

ул. Мантулинская, д. 5. Цена билета: от 600 руб.

Главная идея фестиваля - здоровый образ жизни, поэтому почти всё здесь посвящено питанию, спорту и красоте. Те, кто только начал заботиться о здоровье, смогут здесь же пройти тест на ДНК, узнать группу крови и оценить состояние нервной системы. А девушки попадут на мастер-класс по основам макияжа от опытных стилистов.

ФЕСТИВАЛЬ

КАК ЛЕЧИТЬ ВОСПАЛЕННЫЕ СУСТАВЫ, НЕ ПОВРЕЖДАЯ ЖЕЛУДОК?

Летний сезон — горячая пора для дачников. Но активная дачная жизнь зачастую приводит к болям и воспалению суставов.

При воспалении суставов альтернативой нестероидным противовоспалительным средствам (НПВП) может стать «Настойка Сабельника¹» Эвалар, которая:

1. Лечит суставы, не повреждая слизистую желудка
2. Оказывает выраженное противовоспалительное действие и устраняет боль в комплексном лечении артритов и артрозов
3. При совместном приеме с НПВП усиливает их эффект и позволяет снизить дозу².

Дополнительно используйте крем Сабельник от компании Эвалар. Вместе с настойкой он позволяет достичь оптимальной концентрации активных веществ в области суставов.



ДЛЯ ЗАЩИТЫ ПЕЧЕНИ



НЕ ПЕРЕГРУЖАЙТЕ ПЕЧЕНЬ «ОТДЫХОМ»!

Как-то так повелось, что многие не представляют полноценного летнего отдыха на свежем воздухе без шашлыка и горячительных напитков. Разве без этого можно расслабиться, сбросить тяготы трудовых будней, избавиться от стресса?

Но выходные, наполненные «гастрономическими утехами» заканчиваются, а ощущения, что ты отдохнул и набрался сил нет — состояние полной «разбитости». И, конечно, страдает печень. Чтобы в дальнейшем не досаждали дискомфорт, тяжесть в правом боку, горечь во рту и тошнота принимайте «Гепатрин».

Только «Гепатрин» содержит три самых важных компонента для защиты печени. В его уникальном³ составе:

1. **Эссенциальные фосфолипиды** — способствуют естественному восстановлению клеток печени.
2. **Расторопша** содержит силимарин, который защищает печень от токсинов и негативного воздействия свободных радикалов.
3. **Артишок**, направленный на регулирование выработки желчи и ее оттока.

Вместе они обеспечат тройную защиту вашей печени!

И не надо покупать три разных средства, возьмите одно — «Гепатрин» от компании Эвалар.

ВНИМАНИЕ, НОВИНКА ОТ КОМПАНИИ ЭВАЛАР — «ГЕПАТРИН-ДЕТОКС»!

В его составе такие необходимые для детоксикации печени вещества, как: **L-орнитин**, **инозитол (Витамин В8)** и **таурин**. Действуя в комплексе, они интенсивно выводят токсины, защищают печень от ожирения и восстанавливают ее естественную работу, а форма напитка обеспечивает высокую биодоступность ингредиентов и быстрое их усвоение. При этом «Гепатрин» привлекателен по цене.



ДЛЯ КРЕПКИХ НЕРВОВ



ПРИНИМАЕТЕ ПУСТЫРНИК, ЧТОБЫ УСПОКОИТЬСЯ?

Выбирайте «Пустырник Форте» Эвалар.

- Он обладает одним из самых высоких показателей седативности⁴.
- Содержит именно тот сорт пустырника сердечного, выращенного на Алтае, который обладает превосходным успокаивающим действием.
- «Пустырник Форте» Эвалар — пожалуй, лучшая формула спокойствия⁵ с высоким содержанием экстракта пустырника — 100 мг в день, усиленная «элементами спокойствия» магнием и витамином В6 (патент РФ 2361599).

Большинство покупателей чувствуют разницу и выбирают именно «Пустырник Форте» Эвалар⁶ за его высокий седативный эффект и быстрое успокаивающее действие.

Почувствуйте и вы разницу с «Пустырником Форте» Эвалар!



ДЛЯ МОЗГА



А КАКОЙ ГЛИЦИН ПРИНИМАЕТЕ ВЫ?

Принимайте Глицин Форте Эвалар! Он отличается:

- Высоким содержанием глицина — 300 мг.
- Действие глицина усилено витаминами для мозга — В1, В6, В12.
- Таблетки легко и быстро рассасываются, что способствует быстрому достижению эффекта — уменьшению нервного и умственного напряжения, повышению умственной работоспособности днем и нормализации сна ночью.

Глицин Форте Эвалар — почувствуйте разницу!



Спрашивайте во всех аптеках города! www.evalar.ru «Линия здоровья «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).

¹ Название по РУ «Сабельника настойка» №002431 ² В рамках рекомендаций по применению. ³ Патент РФ № 24186601. ⁴ Отчет о сравнительном тестировании, Сибирское отделение РАН, Новосибирск, 2013 г. ⁵ Патент РФ 2361599. ⁶ Среди БАД, содержащих пустырник, аптечные продажи в РФ, по данным ЗАО «Группа ДСМ» (за 9 месяцев 2015 г.).

659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760. Реклама



Заказывайте на сайте apteka.ru с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку

Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

ПОДМОСКОВЬЕ

Область привлекает общественность к восстановлению «зелёного щита».

17 СЕНТЯБРЯ ВО ВСЕХ МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАНИЯХ МО ПРОЙДЁТ ТРАДИЦИОННАЯ ЕЖЕГОДНАЯ ОСЕННЯЯ АКЦИЯ «НАШ ЛЕС. ПОСАДИ СВОЁ ДЕРЕВО». ОЖИДАЕТСЯ, ЧТО В НЕЙ ПРИМУТ УЧАСТИЕ ОКОЛО 160 ТЫСЯЧ ЧЕЛОВЕК.

ЗАКОН НА СТРАЖЕ

Лесные пожары и гарь 2010-го лёгкие жителей Подмосквья и москвичей запомнили надолго. Очень туго пришлось и зелёной дыхательной системе области.

«Ослабленные природными катаклизмами леса начал погирать жук-короед-типограф, — поясняет Александр МИГУНОВ, председатель Комитета лесного хозяйства МО. — Пик эпидемии, по оценкам лесопатологов, пришёлся на 2012–2013 гг. — всего насекомых-вредителей в области было поражено 74 тыс. га, или 3,8% лесного фонда».

Губернатор Андрей ВОРОБЬЁВ поручил созданному в 2012 г. в регионе Комитету лесного хозяйства навести порядок в подмосковных лесах: были определены масштабы эпидемии, намечены места прове-

дения санитарных рубок пораженного леса и объёмы новых посадок.

Поначалу, видя, что где-то рубят деревья, люди переживали, что лес на этих площадках не будут восстанавливать. Чтобы доказать намерения властей в обязательном порядке сохранить весь объём лесного фонда (что, кстати, определено законом), решено было не только рассказывать, сколько именно в области высаживается молодня, но и привлекать к этому благородному делу самих жителей.

БОЛЕЕ 11 ТЫС.

ГЕКТАРОВ ЛЕСА ВОССТАНОВЯТ.

«Мы рады, что люди живо откликнулись на экологическую инициативу, — говорит Александр ЧУПРАКОВ, заместитель председателя правительства МО. — На месте вырубленных больных деревьев растёт молодой лес, а люди бережнее относятся к природе. Радует, что дни наших акций — это настоящий праздник, на который взрослые приходят вместе с детьми». Позже люди не раз приходят проводить своё дерево. Дальнейший агроуход за



Детишкам Подмосквья дышать чистым воздухом!

mosreg.ru

молодыми деревцами проводят специалисты лесного хозяйства, но посмотреть, что и как, поздороваться со своими питомцами всегда приятно.

КАЖДОЕ ДЕРЕВО ПОД ПРИСМОТРОМ

Этой осенью «Наш лес. Посади своё дерево» приурочен к юбилейному, 50-му Дню работ-

ников леса. По мнению А. Чупракова, именно сейчас, когда в Подмосквье идёт серьёзное восстановление лесных массивов, надо поднять престиж профессии лесника. На них ложится непростая работа по уходу за молодым лесом — под присмотром лесников каждая ель, сосенка и дубок. Экологические посадки проходят не только осенью, весной прово-

ДЕЛО ВКУСА

В «АИФ» ВЫЯСНИЛИ, НА ЧТО ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЕ ПРИ ПОКУПКЕ ЛЮБИМОГО ДЕСЕРТА, И ВЫБРАЛИ САМЫЙ ВКУСНЫЙ ПЛОМБИР В ВАФЕЛЬНОМ СТАКАНЧИКЕ.

Пломбир пришёл в Россию из Франции, из города Пломбьер-ле-Бен. И если в прошлые века это мороженое считалось лакомством для королей, то в советское время пломбир в стаканчике мог позволить себе каждый за 19–20 копеек. Знаменитое мороженое в стаканчике в ГУМе, ЦУМе и «Детском мире» стало эталоном вкуса для москвичей и полюбилось многим поколениям россиян.

ВКУСНО, КАК В ДЕТСТВЕ

Как выбрать самый вкусный пломбир в вафельном стаканчике, если учесть, что марок мороженого на прилавках магазинов очень много и не всё оно, как говорится, одинаково полезно? На поиски лакомства с «тем самым» вкусом из детства «вслепую» отправились 40 дегустаторов — сотрудников нашей редакции. В итоге картина сложилась такая.

«Коровка из Кореновки» (~49 рублей), м. д. ж. (массовая доля жира. — Ред.) 15%. За образец отдала голоса 8 человек.

«Очень освежающее мороженое», — прокомментировали лакомство наши участники. «В меру сладкое, вкусный вафельный стаканчик».

«Филёвское» (~53 рубля), м. д. ж. 16,7%. За него свои го-



Чтобы пломбир радовал, в нём не должно быть растительных жиров.

лоса отдали трое. «Мороженое очень маслянистое, сладкое, не подходит для диетического питания».

«Чистая линия» (~65 рублей), м. д. ж. 12%. Этот образец набрал 9 голосов, причём многие подчеркнули — парадокс! — диетичность пломбира. «В меру сладкое, нежирное», — заявили дегустаторы.

«СССР» (~46 рублей), м. д. ж. 15%. За него отдали 4 голоса. «Насыщенный вкус», — объяснил свой выбор один из участников. Многим оно показалось очень жирным.

«48 копеек» (~39 рублей), м. д. ж. 13%. Голос за него отдал всего один. Может быть, именно этот образец неправильно

хранили в магазине? Так или иначе, несколько человек пожаловались на приторность и неоднородность текстуры.

«Золотой стандарт» (~45 рублей), м. д. ж. 12%. Наш победитель: сразу 14 человек проголосовали за него. Многие оценили то, что изнутри стаканчик был покрыт шоколадной глазурью. «Очень густой, насыщенный сливочный вкус»; «Такой пломбир я ела в детстве!»; «Текстура пломбира мягкая, однородная, тает во рту именно так, как должно таять мороженое»; «С шоколадом внутри, приятное, вафля держит форму»; «Обязательно скажите мне, как называется это мороженое, я должна се-

годня же купить такое!»; «Оно вкуснее всех, самый натуральный вкус»; «О! Вот это настоящий пломбир!».

«Русский холод» (~46 рублей), м. д. ж. 15%. Этот стаканчик привлек всего одного любителя пломбира. «Мне кажется, я именно такое покупаю», — сказал один из редакторов.

ЧЕЙ СТАКАНЧИК ЛУЧШЕ?

Марка	Цена	Голосов
«Золотой стандарт»	45 руб.	14
«Чистая линия»	65 руб.	9
«Коровка из Кореновки»	49 руб.	8
«СССР»	46 руб.	4
«Филёвское»	53 руб.	3
«48 копеек»	39 руб.	1
«Русский холод»	46 руб.	1

Итак, в «битве пломбир» с большим отрывом победил «Золотой стандарт». Чтобы убедиться, что его состав так же хорош, как и вкус, мы запросили у независимой лаборатории «РОСТЕСТ» протокол испытаний. По результатам лабораторных исследований оказалось, что жиров растительного происхождения в этом пломбире обнаружено не было и он полностью соответствует ГОСТ 31506-2012.

Ольга ОРЛОВА

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

КСТАТИ

На что обращать внимание при выборе пломбира?

Поскольку далеко не все могут изучать подобные документы по каждой марке мороженого, мы собрали для вас несколько простых советов о том, как выбирать мороженое.

✓ Качество упаковки: полимерная (полипропиленовая) упаковка предпочтительнее бумажной. Нужно выбирать самую плотную — она лучше и дольше сохраняет вкус мороженого. Также на ней не должно быть повреждений, разрывов.

✓ Состав. Чем меньше ингредиентов в составе мороженого, тем лучше. В него могут входить молоко, сливочное масло, сахар. Стабилизаторы и эмульгаторы должны быть натурального происхождения, а вот искусственных красителей и ароматизаторов в нём быть не должно! Растительные жиры недопустимы в составе пломбира, исключением является вафельный стаканчик, при выпечке которого без них не обойтись.

✓ Надпись на этикетке: «Пломбир. 12% жира». Жирность может колебаться от 12 до 20% — это соответствует ГОСТу.

КАК МАСЛО В СЫРЕ?

ПОЛЕЗНЫЙ ВЫБОР

Корреспондент «АиФ» побывал на производстве сыра и узнал, как в него попадает пальмовое масло.

МЯГКИЙ, ПОЛУТВЕРДЫЙ, ТВЕРДЫЙ - ЭТО ВСЁ О НЁМ, О СЫРЕ. НА НЕБОЛЬШОЙ СЫРОВАРНЕ В КАРЕЛИИ НАУЧИЛИСЬ ДЕЛАТЬ ЛЮБОЙ.

Расположенный в здании брошенного сельского училища цех - небольшой, но чистый. «Знаете, что главное в производстве сыра? - с порога спрашивает меня Дмитрий ВОРОНОВ, директор производства. И, не дожидаясь ответа, заканчивает: - Главное в сыре - молоко». Поэтому Воронов подбирает место для своего производства, путешествуя из совхоза в совхоз и пробуя молоко: оно должно быть качественным и его должны быстро довозить до производства. Из обработанного, «мёртвого» молока и сыр получится соответствующий. Как только нашёл подходящий совхоз, стал искать помещение поближе. «Особых требований к сыроварне нет - нужны комнаты для холодильников, где сыры созревают, и бесперебойники, чтобы даже в моменты отключения электричества (что в деревне случается нередко) холодильные камеры работали исправно».

50 ОТТЕНКОВ МОЛОКА

«Настоящий цвет сыра белый, - объясняет Дмитрий Владимирович. - Жёлтым в массовом производстве его делает краситель». Я смотрю на разрезы всех сыров и вижу, что действительность все сыры цвета молока - от чисто белого у «Моцареллы» до сливочного, цвета шампанского, у выдержанных сыров. Но, говорят, жёлтый цвет охотнее берут покупатели - вот индустрия и работает. Воронов сыроделием увлёкся случайно: искал хобби, чтобы не заскучать на пенсии. Нашёл. Сначала «сидел» на форумах по сыроделию, потом поехал учиться в Италию. Выучился и вернулся в карельскую деревню - тренироваться.

НЕДОЗАМЕЩЕНИЕ

«Выходит, импортозамещение реально?» - спрашиваю я, смотря, как под плёнкой зреет



Так выглядит камера, в которой созревает сыр. Температура +5° С.



Мягкий сыр в формочках за 120 евро/шт.

«Холодильные камеры тоже импортные?» - уточняю я. «Нет, камеры как раз отечественные! А вот пластиковые формочки для сыра итальянские, 120 евро за штуку. Не смешно ли, что свои пластиковые формочки мы не выпускаем?»

НЕ АРОМАТИЗИРУЙ ЭТО!

Вкус мягкого сыра зависит от добавок: укропа, лука, томатов, перца. Но любят такой сыр, по словам сотрудников сыроварни, единицы: боль-



Так выглядит «Моцарелла» при рождении.

мягкий сыр. В ответ Воронов грустно улыбается: «Все закваски, на которых делается сыр, импортные - итальянские и голландские. Русские и украинские закваски - лотерея: в половине случаев сыр выйдет, в половине - нет. Кроме того, их днём с огнём не сыщешь».

Производитель поясняет, что есть два вида заквасок: термофильные - для твёрдых и полутвёрдых сыров («Российский», «Эдам», «Пармезан» и пр.) и мезофильные - для мягких сыров («Моцарелла», «Рикотта» и пр.). Неспециалисту процесс варки сыра кажется крайне простым: приходящее в цех молоко проверяют в портативной химической лаборатории, затем пастеризуют (нагревают до 70 °С в течение получаса) и добавляют закваску - в результате молоко превращается в желе. Его нарезают, сливают сыворотку и формируют сыр. Ещё какое-то время он доходит в тепле, после чего мягкие, незрелые сорта отправляют сразу на продажу, а твёрдые и полутвёрдые - в холодильные камеры. Чтобы дошли до нужной кондиции.

отличить ароматизатор от натурального запаха не сможет даже специалист, - разводит руками Дмитрий Владимирович. - Дешёвым твёрдый сыр точно не будет: на 10 кг сыра нужно 100 л молока, плюс закваска, плюс электроэнергия (твёрдый сыр вызревает не менее 4 месяцев). «Пармезан» дешевле 800 рублей без химии невозможен».

НЕСЛУЧАЙНАЯ «ПАЛЬМА»

На моих глазах Дмитрий Владимирович варит «Моцареллу». Оказывается, это очень просто: 1 час - и свежая «Моцарелла» лежит на столе, дожидаясь спелых томатов.

«А сыр с растительными заменителями молочного жира, например с пальмовым маслом, сложнее или проще сварить?» «Это совершенно другой процесс. Для сыров с заменителями продают уже готовую смесь на основе белка казеина - на вид как сухое молоко. Сыр из неё готовят в полностью закрытой

4 МЕСЯЦА

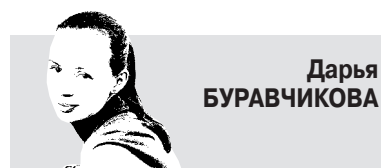
ЗРЕЕТ ТВЕРДЫЙ СЫР.

таре, намного быстрее, чем традиционный сыр», - рассказывает Д. Воронов. Уточняю у него: может ли в сыр попасть пальмовый заменитель случайно? Ответ его однозначен: нет. В производстве «пальмового» сыра не участвует жидкое молоко, головки такого сыра не должны вызревать - в них досыпают химические улучшители и ароматизаторы, фасуют - и на полку.

Всё время в цеху я ищу глазами «Камамбер» и «Бри» - ведь много говорят о том, что мы успешно производим и эти французские лакомства. Но нет, оказывается, делать сыр с плесенью в тех же цехах, что и традиционные сыры, нельзя - всё тут же покроется пусть благородной, но плесенью - не избавишься.



Пресс, под которым стоят твёрдые сыры, директор соорудил сам.



Дарья БУРАВЧИКОВА

Фото автора

АИФ СОВЕТЫ

Как определить, что в сыре есть пальмовое масло?

Специалисты уверяют: мастерство продуктовой фальсификации достигло такого уровня, что распознать, есть ли в продукте заменитель молочного жира, без лабораторного исследования нереально. Однако «АиФ» собрал ряд советов, которые помогут сориентироваться в мире сыра без заменителей:

■ Сыр дешевле 600 руб. за 1 кг наверняка содержит в себе заменители.

■ Пальмовое масло может быть в любом сыре - и твёрдом, и мягком. И в выдержанном, и в незрелом. И в коровьем, и в козьем.

■ У сыра, в котором более 50% заменителя, мыльный вкус, он остаётся плёнкой на зубах и языке.

■ Температура плавления пальмового жира - 39 °С, а молочного - 23 °С. Оставьте кусок сыра на солнце на пару часов - натуральный станет мягким, а у «пальмового» потемнеет корочка и на ней появятся влажные пятна, но сам он останется упругим.

■ Если сыр полутвёрдый, проведите эксперимент - отломите кусочек и скатайте в руках шарик: настоящий сыр будет крошиться, а с заменителем - лепиться подобно пластилину.

■ На этикетке продукта пальмовое масло может обозначаться как ЗМЖ/растительное масло/тропическое масло/растительные компоненты/молочно-растительный жир.

■ Наличие ароматизаторов, красителей и стабилизаторов в сыре - признак того, что может быть использован заменитель молока: с натуральным молоком смысла улучшать сыр нет - в его составе только закваска, молоко и соль.

■ У пальмового масла есть свой норматив - ГОСТ 31647-2012, если он указан на упаковке, то продукт точно содержит заменители.

АИФ ИНТЕРНЕТ-ОПРОС

НЫНЕШНИЕ ПРОДУКТЫ ОТЛИЧАЮТСЯ ПО ВКУСУ ОТ ТЕХ, ЧТО БЫЛИ РАНЬШЕ?

■ Конечно, раньше не было никаких стабилизаторов, консервантов и т. д. - **81% (6774 голоса)**

■ Какие-то отличаются, какие-то нет - **10% (885 голосов)**

■ Думаю, да. Просто с возрастом что-то происходит с нашими вкусовыми рецепторами - **7% (585 голосов)**

■ Нет, не вижу разницы - **2% (144 голоса)**

Всего голосов: **8388**

Опрос проводился на сайте **WWW.AIF.RU**

ЖЕЛАЮ, ЧТОБЫ ВСЕ!

1909 г.



2016 г.



Если идти по Патриаршему мосту к храму Христа Спасителя и думать исключительно о высоком, то проблемы, хочется верить, останутся на другом берегу.

ПРОГУЛКИ

Где в Москве лучше всего загадывать желания?

ЖЕЛАНИЯ, КОТОРЫЕ ЗАГАДЫВАЮТ ЛЮДИ, НЕ МЕНЯЮТСЯ В ТЕЧЕНИЕ СТОЛЕТИЙ. МЫ В ЛЮБЫЕ ВРЕМЕНА ХОТИМ СЧАСТЛИВОЙ ЛЮБВИ, ЗДОРОВЬЯ, БОГАТСТВА, УДАЧИ... ОДНАКО «ВОЛШЕБНЫЕ» МЕСТА, ГДЕ СБЫВАЮТСЯ МЕЧТЫ, ИМЕЮТ СВОЙСТВО ПОЯВЛЯТЬСЯ И ИСЧЕЗАТЬ.

«А вот я покажу тебе место, где, если загадать желание, оно непременно сбудется!» - Племянница с горящими глазами тащит меня за руку, и я с удовольствием подчиняюсь: кому ж не хочется, чтобы сбылось заветное желание!

Она ведёт меня по московскому парку Дружбы (у Северного речного вокзала) одной из ведомых троп, останавливается возле ничем не примечательного столбика, велит коснуться его рукой на полметра выше земли, глаза скосить налево, а рукой схватиться за ухо... Я едва не падаю от этих выкрутасов и дивлюсь - чего только не придумывают люди ради того, чтобы исполниться, случись, состоялась мечта!

ПОВЯЗЫВАЕМ ЛЕНТОЧКУ

Если учесть почтенный возраст нашего города, то желания в нём можно загадывать где угодно. Любое место наверняка в старину уже было сакральным или станет таковым когда-нибудь. Например, Марьино рошча ① 200 лет назад обладала магической силой - здесь можно было загадывать желания, просто прогуливаясь среди деревьев. Давно уж нет никакой рошчи, однако люди утверждают, что по-прежнему можно погладить любое здешнее дерево, чтобы желание сбылось.

А в районе метро «Автозаводская» ② в позапрошлом веке гуляла молодёжь, страдающая от неразделённой любви. Здесь находился Сергиев водоём, который, как утверждает легенда, вырыл сам Сергей Радонежский. Заветные мечты, загаданные на берегах водоёма, имели все шансы сбыться - особенно если повязать



Баснописец Крылов ждёт мечтателей на Патриарших прудах.

ленточку на ветку ближайшей берёзы. Но засыпан пруд, нет больше тех берёз, а желания - вот удивительно! - продолжают загадывать.

ТРЁМСЯ СПИНОЙ О ДЕРЕВО

Постепенно исчезает (время не щадит никого и ничего) ещё одна удивительная точка - каменный мостик, переброшенный через овраг в Нескучном саду ③. Если влюблённые пройдут по нему, взявшись за руки, не упадут по пути (мостик-то не новый!) да ещё поцелуются на другом берегу, то вечная любовь им гарантирована.

Деревья живут меньше камня, хотя тоже имеют солидный ресурс. В Кузьминском парке ④ возле пруда растёт дуб, который, как утверждают, посадил сам Пётр Первый, а неподалёку берёза - плод садоводческих усилий князя Голицына в 1759-м. Деревья те непростые: дуб помогает бо-



Любовь, прошедшая сквозь сердце в саду «Эрмитаж», будет жить вечно.

роться с соматическими и даже психическими заболеваниями (касаемся ствола ладонями, потом спиной и наконец обнимаем его), а берёза способствует обогащению и победе над невзгодами (шепчем желания прямо в дупло). Сколько ещё лет просуществуют на свете эти растения - никому не ведомо, так что стоит навестить их, надолго не откладывая.

ЧЕШЕМ ЗВЕРЯ ЗА УХОМ

Взамен исчезающих сакральных мест в Москве появляются новые, точно так же дарящие надежду. Нередко в их роли выступают памятники и скульптуры, обладающие в представле-

нии многих магической силой, - вспомним хотя бы собак с до блеска отполированными ногами на станции метро «Площадь Революции» ⑤. Хорошо помогают мечте скульптура старика с золотой рыбкой на Манежной площади ⑥ (само воплощение грёз Иванушек-дурачков!),



«Элементарно, Ватсон!» - эту фразу надо произнести на Смоленской набережной.

памятник баснописцу Крылову на Патриарших прудах ⑦ (касаемся самых натёртых мест), фигура бобра на улице Гастелло ⑧ (чешем зверя за ухом), барон Мюнхгаузен на станции метро «Молодёжная» ⑨ (берём барона за нос и становимся неуязвимыми для мошенников). Счастливой любви исключительно содействует металлический силуэт сердца в саду «Эрмитаж» ⑩, сквозь который надо пройти молодёжкам.

А памятник Шерлоку Холмсу и доктору Ватсону на Смоленской набережной ⑪ способствует решению сложных проблем и загадок - надо только сесть на скамеечку между героями и сказать: «Элементарно, Ватсон!»

Относительно свежим сакральным местом является нулевой километр на Красной площади ⑫ - с нуля ведь всегда хорошо начинать новую жизнь! Патриарший мост, ведущий через реку к храму Христа Спасителя ⑬, неплохо помогает ре-

шить финансовые трудности (по дороге к собору думаем о том, чтобы проблемы остались за спиной, на оставленном берегу).

КАК ЭТО РАБОТАЕТ

Разумеется, люди и сами по мере своих возможностей стараются способствовать воплощению собственных надежд.

«Когда наш музей только-только открылся, сотрудники начали находить записки с желаниями в самых неожиданных местах: за плинтусами, между рамами, за дверями, - рассказывает Алина АВГУСТ, сотрудник музея «Булгаковский дом». - Мы решили поддержать добрую традицию и установили «Почтовый ящик любви», куда люди опускают свои послания. А чтобы надежды осуществились, в последнюю субботу лета устраиваем «День исполнения желаний»: все бумажки помещаем в воздушные шарики и запускаем их в небо».

«Загадывать желания - позитивная и весьма полезная детская игра, - считает Кирилл СВЕТИЦКИЙ, психолог, руководитель «Мастерской позитивных изменений». - Проходя через неё, дети осознают, что желания сами по себе никогда не сбываются, этот опыт становится одним из элементов взросления. Некоторые люди, правда, так никогда и не взрослеют, ответственность на себя брать отказываются и до седых волос играют в игру «загадай желание». Поэтому совершенно неважно, где мечтать, - воплощение зависит не от места, а от случая. Вообще взрослый человек ничего не загадывает, а превращает желание в цель, за которой видит важный смысл. Вот в этом случае даже чудеса иногда случаются».

А по пути к своей цели можно и «волшебные» места посетить - веселее будет идти!



Елена ВОРОНОВА

Фото Валерия ХРИСТОФОРОВА, РИА Новости

ПРОСТАТИТ: ВАЖНАЯ РОЛЬ В ЗДОРОВЬЕ МУЖЧИНЫ ПРИНАДЛЕЖИТ... ЖЕНЩИНЕ



Очень часто мужчины приходят к специалистам за помощью, когда болезнь уже запущена. Жаль, что женщина, которая рядом с ним, была так невнимательна... Ведь недуг легко заподозрить, наблюдая за своим мужчиной и прислушиваясь к его жалобам.

ПРОСТАТИТ - ВОСПАЛЕНИЕ ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Хронический простатит угрожает мужчинам трудоспособного возраста. Причинами возникновения, как правило, являются застойные явления в железе и нарушение кровообращения. Провоцируют воспаление простаты и урогенитальные инфекции.

ПРЕГРАДА ЭФФЕКТИВНОГО ЛЕЧЕНИЯ - ЗАСТОЙ

Застой секрета может возникнуть при длительном половом воздержании, после нереализованного сексуального возбуждения, после прерванного полового акта. Лекарства в застойную зону практически не проникают, при этом оказывают неблагоприятное воздействие на другие системы организма.

Застой не даёт действенно лечиться и при инфекционном простатите. Инфекция попадает в предстательную железу из различных очагов инфекции. Воспаление и отёчность создают вторичный застой и преграду для поступления лекарств. Без устранения застойных явлений принимать препараты от инфекционного простатита можно длительно и безуспешно.

ПРИЗНАКИ ПРОСТАТИТА:

- Боль в области половых органов.
- Учащённое и болезненное мочеиспускание.
- Половые расстройства: ускоренная эякуляция, снижение полового влечения и потенции.
- Половые нарушения сопровождаются дисфункцией вегетативной нервной системы. Появляются головные боли, быстрая утомляемость, головокружения, раздражительность, нарушения сердечного ритма.

ОБРАЩЕНИЕ К ЖЕНЩИНАМ

Женщинам необходимо запастись терпением и проявить понимание. Мужчины стыдятся посетить специалиста и запускают болезнь до разрушительных стадий. Отвернуться и оставить их наедине с проблемой нельзя ни в коем случае. Любящий и близкий человек просто обязан убедить обратиться за квалифицированной помощью. Лечение обязательно должно быть комплексным с использованием физиотерапии.

МАВИТ - СОВРЕМЕННЫЙ ПОДХОД К ЛЕЧЕНИЮ ПРОСТАТИТА

МАВИТ (УЛП-01) – физиотерапевтическое устройство для домашнего лечения хронического простатита, основанное на «тройственном союзе» мощных факторов: магнитного поля, тепла и вибрационного массажа.

- Магнитное поле способно оказывать противоотёчное, противовоспалительное и болеутоляющее действие.
- Теплотерапия даёт возможность активизировать кровообращение и улучшить обмен веществ.
- Массаж простаты способствует эвакуации застойного содержимого.

Приобретайте МАВИТ у себя в городе или заказывайте у производителя по адресу: 391351, Рязанская обл., Елатьма, ул. Янина, 25, АО «Елатомский приборный завод», в том числе наложенным платежом.

ОГРН 10266200861620



В СОСТАВЕ КОМПЛЕКСНОГО ЛЕЧЕНИЯ МАВИТ СПОСОБСТВУЕТ ПОВЫШЕНИЮ ЕГО РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ:

- устранению отёка, воспаления и боли;
- удалению застойных явлений;
- снятию раздражения нижних мочевых путей;
- минимизации побочного вреда лекарств;
- повышению потенции.

Лучшими итогами могут стать восстановление поражённого органа и практически нулевая вероятность обострений.

Поэтому аппараты комбинированного воздействия, такие как МАВИТ, обязательно должны быть в урологическом кабинете - это стандарт Минздрава.

Комбинированная физиотерапия создаёт условия для ликвидации застоя и ускорения доставки лекарств в орган, где они концентрируются и лучше работают (в случае инфекционного простатита). При неинфекционных формах одно только устранение застоя способно восстановить здоровье простаты.

МАВИТ - шаг медицины навстречу пациенту

- 1 Он может помочь сэкономить бюджет, усиливая действие лекарств и уменьшая количество.
- 2 Проведение процедур дома без чьей-либо помощи щадит мужское самолюбие. Необходимо лишь периодически показываться врачу для контрольных осмотров.
- 3 МАВИТ содействует улучшению самочувствия и настроения. Это благоприятно сказывается на личных взаимоотношениях.

Комплексное своевременное лечение позволит сохранить дееспособность и качество жизни мужчины.

МАВИТ - чтобы вернуть мужчине уверенность в себе даже на фоне аденомы!

Бесплатно получите консультацию по круглосуточному телефону компании «Еламед»

8-800-350-01-13

и узнайте точки продаж в своём регионе. На сайте компании www.elamed.com также можно найти ближайшую к Вам аптеку или сделать заказ.

Реклама 16+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ТАБЕКС®

www.tabex.ru

100 таблеток, покрытых пленочной оболочкой

ПРЕПАРАТ ДЛЯ ОБЛЕГЧЕНИЯ ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ

СПРАВКА

Быстро. Выгодно. Комфортно.

Пожалуй, лучший способ курить бросить.

БЕЗ РЕЦЕПТА

БЕЗ НИКОТИНА

РЕКЛАМА. П N016219/01 от 26.03.2015

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ!

14 августа православные отмечают
Медовый Спас.

МЕДКОМ ДА

ЛУК И МЁД ВХОДЯТ В ДЕСЯТКУ ПРОДУКТОВ, КОТОРЫЕ РОССИЯНЕ СЧИТАЮТ ОСОБЕННО ПОЛЕЗНЫМИ С МЕДИЦИНСКОЙ ТОЧКИ ЗРЕНИЯ. ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ЛИ ОНИ ТАКИЕ?

ПОЛЕЗНО
ЗНАТЬ

ОТ 100 БОЛЕЗНЕЙ

Мёд - не только вкусное лакомство, но и признанное средство профилактики и борьбы с недугами. Если лук называют лекарством от семи недугов, то мёд, считается, помогает от ста болезней.

Как и все лекарства, мёд нынче дорог. Как выбрать тот, что будет гарантированно полезен?

Рассказывает **Игорь СОКОЛЬСКИЙ**, кандидат фармацевтических наук, специалист по фитохимии, автор «Кулинарных историй».

Говоря о целебных свойствах мёда, нельзя забывать, что лечебным действием может обладать только качественный продукт - зрелый (тот, в котором нектар ферментами пчёл полностью превращён в мёд) и собранный в экологически чистом месте.

Более полезным принято считать северный мёд, который откачивают один раз за лето, поэтому в нём выше концентрация полезных веществ. Это правильно?

На Севере мёд откачивают один раз за лето, поэтому мёда второго урожая там не бывает. А в южных областях второй урожай не менее качественный и вкусный, чем первый. Первый раз мёд откачивают после сбора нектара с клевера, малины, акации (это необходимо, так как соты заполняются и пчёлам не останется пространства для работы). Мёд второго урожая появляется после сбора пчёлами нектара с поздноцветущих растений (липа, гречиха - их на-

зывают королевами медоносов, поскольку мёд с них обладает ярко выраженным вкусом и доказанным лечебным действием). Поэтому сторониться мёда второго урожая неправильно.

А самым полезным и безопасным считается мёд из отдалённых районов России,

Чем больше растений облетела пчела, тем разнообразнее состав мёда и тем выше его лечебные свойства.

Классическим признаком высокого качества мёда служит вызываемое им першение в горле, которое объясняется высокой концентрацией в нём инвертного сахара, который гораздо слаще сахарозы, что говорит о зрелости мёда и, соответственно, его высоком во всех отношениях качестве.

Это лето было засушливым. Знатоки пугают, что на рынках будет много падевого мёда (сброженного пчёлами из выделений насекомых и из росы, которая выступает на листьях растений после жары). Можно ли самостоятельно отличить падевый мёд от настоящего?

Падевый мёд считается самым дешёвым и наименее ценным сортом. Для человека он неопасен, но известно, что пчёлы им не питаются. Отличить его от настоящего несложно - его вязкость в 2-3 раза выше, чем у обычного, у падевого мёда менее выражен аромат, обычно он темнее настоящего (из-за чего недобросовестные продавцы часто выдают его за каштановый).

Хуже, если продавец делает купаж - смешивает цветочный и падевый мёд. В таком случае неискушённому покупателю будет трудно вычислить подделку.

Чтобы не нарваться на некачественную продукцию (по оценкам экспертов, около 30% продаваемого мёда - подделка), покупайте продукт на медовых ярмарках (где традиционно жёсткий контроль) или у проверенных производителей. В магазинах требуйте сертификат качества.

Мёд полезен только правильный.
Фото Stock Image/PhotoXPRESS.ru

поскольку экологическая обстановка там более благоприятная, чем в центральных районах.

Правда ли, что полифлёрные сорта (сброженные с десятков растений-медоносов) более полезны, чем монофлёрный мёд (гречишный, липовый, каштановый)?

О вкусах не спорят. Каштановый и гречишный мёд - самые дорогие сорта. Есть любители, которые предпочитают их всем остальным.

Если нет выраженных предпочтений, выбирайте сорт, который называется «Разнотравный».

МЕДОВЫЕ РЕЦЕПТЫ



УСПЕНСКИЙ ПОСТ - самый короткий пост года (с 14 по 28 августа), но по строгости он сопоставим с Великим постом. Поэтому в это время в монастырских трапезах всегда присутствуют блюда на основе мёда.

МЕДОВАЯ КОВРИЖКА

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- мука - 4 стакана
- сахар - 2 стакана
- какао - 4 ст. ложки
- растительное масло - 1 стакан
- мёд - 4 ст. ложки
- тёплая кипячёная вода - 2 стакана
- разрыхлитель теста - 1 ст. ложка
- орехи и чернослив - 1 стакан

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

В миску насыпать сахар, какао, добавить тёплую воду, растительное масло, мёд и перемешать до полного растворения мёда и сахара. Добавить разрыхлитель и оставить на 10 минут. Добавить муку и всыпать измельчённые орехи и чернослив. Тесто вылить в форму



для запекания, смазанную маслом, и выпекать при температуре 150 градусов 40-50 минут. При желании коврижку можно сделать с начинкой - для этого подойдут варенье, яблоки (нарезать и добавить при приготовлении) или мёд.

ЯБЛОКИ С МЁДОМ И КОРИЦЕЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- яблоки - 5-7 штук
- мёд - 3 ч. ложки
- корица - 1/3 ч. ложки
- сахар - 1 чайная ложка
- сахарная пудра - 1 ст. ложка

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

Яблоки среднего размера вымыть, удалить ножом хвостик, на его месте сделать углубление, выложить на противень, смазанный маслом.

Смешать мёд, корицу и сахар. Засыпать смесь в углубление на яблоках. Выпекать в духовке, разогретой до 200°, 20-30 минут. Готовые яблоки посыпать сахарной пудрой.



WWW.AIF.RU

Что делать с мёдом? 6 способов применения помимо десертов - на нашем сайте www.aif.ru

Эвалар

Почему Фитолакс покупают чаще¹ других послабляющих средств?

Достоинства послабляющего средства Фитолакс:

1. **Эффективность:** действует с 1 приёма.
2. **Предсказуемость действия:** вечером Фитолакс — утром результат. Работает ночью и мягко решает проблему утром.
3. **Удобство применения:** жевательные таблетки с приятным вкусом не требуют запивания.
4. **Натуральный состав:** послабляющие травы и фрукты дополняют и усиливают действие друг друга, оказывая естественную помощь кишечнику.
5. **Разнообразие форм выпуска** для любых предпочтений:

Жевательные таблетки на основе фруктов и послабляющих трав

НОВИНКА!
Шоколад с экстрактом сенны

Чай в фильтр-пакетах с кусочками абрикоса

Напиток с приятным вкусом и ароматом фруктов

Батончик с ценными пищевыми волокнами и черносливом



Произведено Эвалар: выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP²!
www.evalar.ru Спрашивайте в аптеках! «Линия здоровья «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный)

¹ По данным DSM Group за 2015 год — первое место в стоимостном и натуральном объёме среди слабительных препаратов. ² Сертификат GMP №C0170889 - 03, NSF International (США).



Заказывайте на сайте apteka.ru с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку

ЛУЧКОМ БОГАТЫ



СБИТЕНЬ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- мёд - 150 г
- вода - 1 л
- специи: корица на кончике ножа, 2-3 гвоздики, щепотка имбиря и кардамона

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

Растворить в воде мёд, сахар. Поставить на огонь, довести до кипения. Уменьшить огонь, добавить специи и оставить ёмкость на огне на 20-30 минут. Снять с огня и дать настояться в течение 30 минут. Готовый сбитень процедить и подавать горячим.



СМОРОДИНА В МЕДУ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- чёрная смородина - 1 кг
- мёд - 1 л

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

Вымыть, перебрать смородину, высыпать в миску, размять толкушкой. Добавить мёд, перемешать, подождать, когда мёд растворится, ещё раз размешать. Переложить в сухие чистые банки, поставить на хранение (не более 3 месяцев) в холодильник.



ПОСТНЫЕ МЕДОВЫЕ ПРЯНИКИ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- мука - 0,5 кг
- мёд - 0,5 л
- сода или разрыхлитель - 1/3 ч. ложки
- пряности: щепотка корицы, гвоздики, перца, муската
- имбирь, кардамон, измельчённые орехи, цукаты, миндаль - 0,5 стакана.

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

Раскатать тесто толщиной 1 см и вырезать пряники специальными формами. При желании каждый можно украсить цукатом. Выпекать при температуре 150 градусов около 15 минут. Горячие пряники накрыть полотенцем и оставить на сутки (после выпечки они твёрдые, а по мере того как мёд поглотит влагу из воздуха, становятся мягче).



ГОРЕ ЛУКОВОЕ

Летом потребление зелёного лука многократно возрастает.

Сочные перья зелёного лука - идеальное дополнение к любой летней трапезе - салатам, окрошке, холодным супам. Потребление его в это время возрастает многократно. Давайте посмотрим, что мы получаем в составе этого продукта, а заодно сравним его пищевую ценность с репчатым луком (см. таблицу).

КТО КОГО?

Почти по всем показателям зелёные перья полезнее луковиц, и это притом что полезны оба вида лука. В зелёном много больше так нужных нам пищевых волокон, витаминов А и С (их дозы приближаются к суточной потребности). 100 г зелёных перьев содержат более двойной суточной потребности витамина К, необходимого для свёртывания крови. Казалось бы, лук в таком случае нужно есть пучками, особенно летом, когда мы проводим много времени на природе, а это чревато всевозможными ранами, порезами, царапинами. Но... есть большая группа людей, кому такая избыточность витамина К может выйти боком. Это те, кто имеет повышенный риск образования тромбов. Например, курящие

В луке полезны и верхушки, и корешки... Фото Stock Image/PhotoXPress.ru

женщины, использующие гормональные контрацептивы, - это весьма опасное сочетание. Нужно быть осторожными с зелёным луком и людям, принимающим препараты с варфарином. Его назначают при мерцательной аритмии, при искусственных клапанах сердца и иногда при тромбозе вен. Зелёный лук и другие продукты с большим количеством витамина К могут свести его эффект к нулю.

РЕВАНШИСТЫ

Несмотря на то что в луковицах меньше витаминов и минералов, в них больше флавоноидов и соединений серы. Последние придают им резкость и запах, они же вызыва-

ПЕРЬЯ ПРОТИВ ЛУКОВИЦ: КТО КОГО? (100 Г ЛУКА)		
Показатель	Зелёный лук	Репчатый лук
Калорий	25 ккал ↓	40 ккал ↑
Пищевые волокна	4 г ↑	2 г ↓
Сахар	2 г ↓	4 г ↑
Витамин А	4000 МЕ ↑	0 ↓
Витамин С	45,6 мг ↑	20 мг ↓
Кальций	61 мг ↑	20 мг ↓
Железо	1,9 мг ↑	1 мг ↓
Витамин К	167 мкг ↑	0 ↓
Витамин В ₁ (тиамин)	0,1 мг ↑	0,06 мг ↓
Витамин В ₂ (рибофлавин)	0,1 мг ↓	0,25 мг ↑
Витамин В ₆	0,1 ↓	0,2 ↑
Фолиевая кислота	14 мкг ↓	23 мкг ↑
Марганец	0,1 ↓	0,1 ↑
Калий	260 мг ↓	350 мг ↑
Вода	91,8 г ↑	89,1 г ↓

ют и слезотечение. Но это очень полезные вещества, способные защищать нас от многих видов рака и атеросклероза. Похожие вещества есть и в чесноке. Флавоноиды и особенно кверцетин тоже обладают таким действием (в зелёном луке они также есть, но в меньшем количестве). Чем цвет луковицы ярче и темнее, тем их больше. Поэтому обычный у нас жёлтый лук хорош, но фиолетовый лучше. А в сладком луке меньше полезных соединений серы. Вообще, медицинские свойства репчатого лука неплохо изучены. Выяснилось, к примеру, что этот достаточно острый продукт может защищать даже от развития язвенной болезни (хотя многие считают, что он ей только способствует, раздражая слизистую). Лук препятствует размножению бактерии Хеликобактер пилори, которая является истинной причиной этого недуга.

Если вы будете съедать в день одну луковицу средних размеров в любом виде (сыром или приготовленном), это очень полезно - так считают специалисты.

КСТАТИ

Больше всего витамина К в зелёном луке и прочей зелени (кинза, петрушка, сельдерей, шпинат и другие салаты). Богаты им практически все капусты - брокколи, цветная, брюссельская, кочанная, китайская (пекинская или салатная), а также кабачки и бобовые (фасоль, горох).

Материалы подготовили:
Александр МЕЛЬНИКОВ
и Лидия ЮДИНА

СПРОСИТЕ ДОКТОРА АГАПКИНА



ДОКТОР СЕРГЕЙ АГАПКИН, ВЕДУЩИЙ ПРОГРАММЫ «О САМОМ ГЛАВНОМ», ОТВЕЧАЕТ НА ВОПРОСЫ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ О ЗДОРОВЬЕ.

Сердце периодически начинает «трепыхаться». Давление, пульс нормальные, ЭКГ отклонений не выявила. С чем это связано?

И. Сухов, Павловск

- Это симптомы аритмии - нарушения сердечного ритма, - которая может возникнуть при психоэмоциональных перегрузках, при нарушении электролитного состава крови, гормональных перестройках. У пожилых аритмия связана с заболеванием сердечно-сосудистой системы. Необходимо обратиться к кардиологу и пройти обследование (мониторирование ЭКГ по Холтеру для определения характера нарушения ритма, суточное мониторирование артериального давления, УЗИ сердца). В зависимости от результатов обследования провести электрофизиологическое исследование сердца.

Мужу всего 40 лет, а он поправился на три размера. При этом рацион не менялся. Может ли это быть симптомом болезни?

М. Ухова, Омск

- Причиной патологического набора веса могут быть гормональные изменения, которые либо были врождённой предрасположенностью, либо их спровоцировали инфекции или стресс. Обследование необходимо начать с анализа крови на определение уровня гормонов и консультации эндокринолога для исключения заболеваний эндокринной системы.

РОССИЯ 1

На телеканале «Россия 1» в 9.55 с понедельника по пятницу выходит программа «О самом главном». Ведущий доктор Сергей Агапкин.

Неблагоприятные дни и часы с 11 по 17 августа 2016 г.

12 августа, пятница (пик с 15 до 19 часов)*

Возможны болезни печени, радикулит.

15 августа, понедельник (пик с 12 до 15 часов)*

Возможны болезни суставов и проблемы с камнями.

Татьяна Дубкова, Центр инструментальных наблюдений за окружающей средой и геофизических прогнозов

* Время московское

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА

КОМУ ЛУК ЛУЧШЕ НЕ ЕСТЬ

Никита ЛОМАКИН, к. м. н.,

руководитель отделения неотложной кардиологии ЦКБ с поликлиникой Управления делами Президента РФ:

- Продукты с высоким содержанием витамина К у ряда людей действительно могут повышать свёртываемость крови и увеличивать риск развития тромбов, что, в свою очередь, способно привести к инфарктам, инсультам, тромбоэмболии и тромбозу вен при варикозе и ряде других состояний. В первую очередь это

грозит людям с тромбофилией (склонностью к образованию тромбов). К ним относятся в том числе все, у кого уже были раньше случаи тромбоза, - к примеру, люди, перенёвшие инфаркт, ишемические инсульты, тромбофлебиты, тромбоэмболии. Летом стоит помнить и о том, что в жаркую погоду риск образования тромбов может дополнительно увеличиваться за счёт повышенной потери жидкости организмом (в первую очередь с потом), - это приводит к сгущению крови. На фоне избытка продуктов с витамином К это ещё больше способствует образованию тромбов.



ЗАРУБЕЖЬЕ

Почему на Кубе люди и в 90 лет наслаждаются жизнью?

ОПЫТ ОСТРОВА СВОБОДЫ ДОКАЗАЛ - ДОЛГОЖИТЕЛЬНОСТЬ ТОЖЕ МОЖЕТ БЫТЬ ИНТЕРЕСНЫМ: БЕЗ КУЧИ ТАБЛЕТОК, УКОЛОВ И ПРОЧИХ НЕПРИЯТНЫХ ВЕЩЕЙ. ВОТ ТОЛЬКО ДОКТОРА В РОССИИ НЕ СПЕШАТ ПРИСМОТРЕТЬСЯ К УСПЕХУ НАШЕГО БЫВШЕГО СОЮЗНИКА...

ТОЛЬКО
В «АИФ»

Они окликнули меня, когда я шёл по тротуару в Гаване. Тут так принято: в самую жару пенсионеры сидят у первых этажей старых колониальных домов и неспешно беседуют о жизни. «Сеньор, вы откуда?» - «Из России». - «О, как здорово! Выпейте с нами кофе». Сеньору Аугусто уже 91 год, а его другу Алонсо через месяц будет 89. Оба старика одеты в цветастые рубашки, постоянно смеются и весьма довольны своим возрастом. «Есть поговорка: если тебе восемьдесят, ты проснулся и у тебя ничего не болит - значит, ты умер, - улыбается Аугусто. - Грех жаловаться - в целом я чувствую себя неплохо. Вам роману к кофе принести?» Он едва ли не вприпрыжку поднимается вверх по лестнице (в его то годы!), а Алонсо звонит по сотовому даме сердца - приглашает вечером на танцы.

От обычных граждан не отстаёт и руководство: 13 августа экс-главе Кубы Фиделю Кастро исполняется 90 лет, а младшему брату ко-

манданте, нынешнему лидеру страны, Раулю в этом году стукнуло 85. Обозреватель «АиФ», озадаченный, попробовал разобраться: почему на Кубе старость означает не кучу проблем со здоровьем, а наслаждение каждым днём?

БОРЦЫ С КОМАРАМИ

- В 1959 году, когда повстанцы Фиделя Кастро вошли в Гавану, средняя продолжительность жизни кубинца составляла 61 год, - объясняет врач-геронтолог из Сьенфуэгоса Бенигно Альварес. - А сейчас - 79 с лишним. Давно уже не секрет - долгожителей здесь много благодаря системе «домашних врачей» и ежегодной диспансеризации.

НА 20 ЛЕТ

СТАЛИ ДОЛЬШЕ
ЖИТЬ НА КУБЕ.

Оперативное выявление заболеваний помогает: у наших пациентов при достижении пенсионного возраста зачастую отсутствуют проблемы, которые проявляются у людей в старости. Мы приучаем: надо много двигаться, не забывать про физические упражнения, бесплатно раздаём гражданам палки для спортивной ходьбы, организуем фитнес-залы для пенсионеров, инструкторы занимаются со стариками танцами на площадках. В итоге у людей меньше сложностей с гипертонией, в мозг поступает кровь, поэтому случаи старческого слабоумия в республике редки. Кроме того, созданы «центры обеспечения занятости». Вы слышали о таком: человек вышел на пенсию, а потом вскоре умер? Есть люди активные - им надо всегда находиться в движении, работать полно-

ценно они уже в силу возраста не могут, но и лежать на диване не хотят.

В чём состоит смысл этих центров? Они не дают пожилому человеку почувствовать себя брошенным и одиноким, оказавшимся на обочине жизни. Именно поэтому пенсионеры на Кубе зачастую входят в Комитеты защиты революции, занимающиеся охраной зданий, уборкой территории и проверкой документов. Несмотря на то что кубинская пенсия выше (!) средней зарплаты, некоторые старики устраиваются работать официантами и таксистами, лишь бы не скучать дома. В городах я видел пожилых «народных полицейских», патрулирующих улицы: задержать преступника они вряд ли смогут, но способны вызвать блюстителя порядка. Когда в 2012 году Кубу охватила эпидемия лихорадки денге, правительство учредило службу по уничтожению переносчиков заразы комаров - окуливание зданий дымом поручили как раз пенсионерам. Также на острове развита система «частичных пансионатов». Это когда человек не живёт в доме престарелых, а приходит туда на 3-6 часов в день - поиграть в карты с ровесниками, пройти осмотр у врача, заняться гимнастикой и танцами. От такой жизни и старики на Кубе в основном спокойные, довольные и весёлые - ведь у них ничего не болит, им редко бывает скучно.

СХВАТКА С РОМОМ

- Вот с чем здесь беда, так это с диетой, - жалуется врач социального центра в Гаване Лолита Веласкес. - Народ уверен: раз вышли на пенсию, значит, можно есть что угодно, курить или выпивать - лет всё равно много, так что оторвёмся напоследок. Фидель и Рауль Кастро отказались от рома и сигар, и мы всегда ставим их в пример пациентам: видите, лишь благодаря этому они столько живут. Но на Кубе



Пожилые люди на Кубе умеют получать удовольствие от жизни.

ром - это культура. Валяющихся на улице пьяных стариков вы не увидите, а вот сидящих в креслах-качалках и расслабленно пьющих коктейль - сколько угодно. Так что агитируем против алкоголя всеми силами. Ну и, конечно, еда. Пожилые люди обожают жирное и сладкое - увы, им плевать, что это ужасно вредно для сердца. У нас шутят: «кубинцы живут как бедные, а умирают как богатые» - подобно американцам, граждане Острова свободы под конец жизни страдают сердечно-сосудистыми заболеваниями. На днях отпечатали листовки с рисунками - как полезно заменить свинину курицей, раздаём дедушкам и бабушкам. К счастью, продолжительность жизни на Кубе повышается. Правительство недавно заявило: вполне возможно, к 2050 году средний кубинец будет жить 100 лет.

РЕКЛАМА С СЕКСОМ

Поразительно, но долгожительство граждан в последние годы стало проблемой для Кубы. Пришлось повысить пенсионный возраст - до 60 лет для женщин и до 65 для мужчин. «Мы вложили миллионы долларов в здоровье нации, а теперь население массово стареет, - сокрушался в беседе со мной сотрудник аппарата кубинского правительства. - Следовало бы

заодно с пропагандой здорового образа жизни заниматься рекламой секса, рождаемости и борьбой с абортными. Боюсь, как бы не оказалось поздно». Тем не менее генеральный директор Всемирной организации здравоохранения Маргарет Чан считает: здравоохранение и отношение к старикам на Кубе должны быть примером для всего мира.

Рассказав о своей поездке на Кубу чиновнику одного из российских министерств, я услышал стандартное: «Ну конечно - тропики, море, солнце... Чего б им там и не наслаждаться жизнью?» Вообще-то, всё то же самое имеется и на соседнем с Кубой Гаити, но продолжительность жизни среднего гаитянина всего 62 года. У нас в стране в последнее время тоже стали жить дольше, что замечательно. Но, увы, это не главное. Старость может быть не только долгой, но и интересной, как на Кубе, без кучи таблеток, уколов и прочих неприятных вещей. Острову свободы, и верно, нужно стать примером... Не знаю, как насчёт всего мира, но для врачей России точно.



Георгий
ЗОТОВ,
Гавана -
Сьенфуэгос

Фото автора

Секрет Императора:

Ваш секрет успеха у женщин в любом возрасте!



«За последний год у меня несколько раз случались оески с женщинами. Посоветоваться не с кем. А покупать первый встречный продукт не хочется. Боюсь проблем с давлением. Что делать?»

Сergey, 52 года

Звоните по бесплатной горячей линии и назовите код акции **32-01-1608.**

Сergey, специально для мужчин, которые хотят иметь полноценную интимную жизнь, был разработан Секрет Императора. Это на 100% натуральное средство без вредной химии и гормонов. В его состав входит очень редкий китайский гриб кордицепс или, как его еще называют, «Божественный подарок». Он быстро восстанавливает силы, помогает повысить потенцию, увеличивает выносливость и дарит мужчине новые эмоции и ощущения. Поэтому на протяжении 5 000 лет его использовали только китайские императоры. А уси-

8 (800) 100-55-60

ливают его действие американский женьшень, который мягко расширяет сосуды, обеспечивая прилив крови к органам малого таза, и, как следствие, способствуя полноценному половому акту. А также горянка - мощнейший афродизиак, который усиливает желание близости. Все компоненты подобраны так, чтобы не вредить сосудистой системе**. Секрет Императора также совместим с алкоголем и лекарствами**. Поэтому его могут применять без опасения за свое здоровье мужчины любых возрастов. Звоните!

Бесплатная персональная консультация.
100% конфиденциальность.



РЕКЛАМА.

100% конфиденциальность

*Акция действует с 01.08.2016 по 30.09.2016 г. при покупке 2-х шт. и более. Количество подарков ограничено. Не является офертой. ООО «Центр естественного здоровья», ОГРН 1127746375063, РФ, 127015, г. Москва, ул. Вятская, д. 70. БАД СГР № РН.77.99.88.003.Е.003086.02.15 от 11.02.2015 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по т. 8 (800) 100-55-60. **По данным опроса наших постоянных потребителей. Имеются противопоказания, необходимо ознакомиться с инструкцией, при наличии проблем со здоровьем - консультация со специалистом обязательна.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ГРУДЬ НА СОЛНЦЕ ТАЕТ

ЛЕЧЕБНИК

Как не потерять красивые формы.

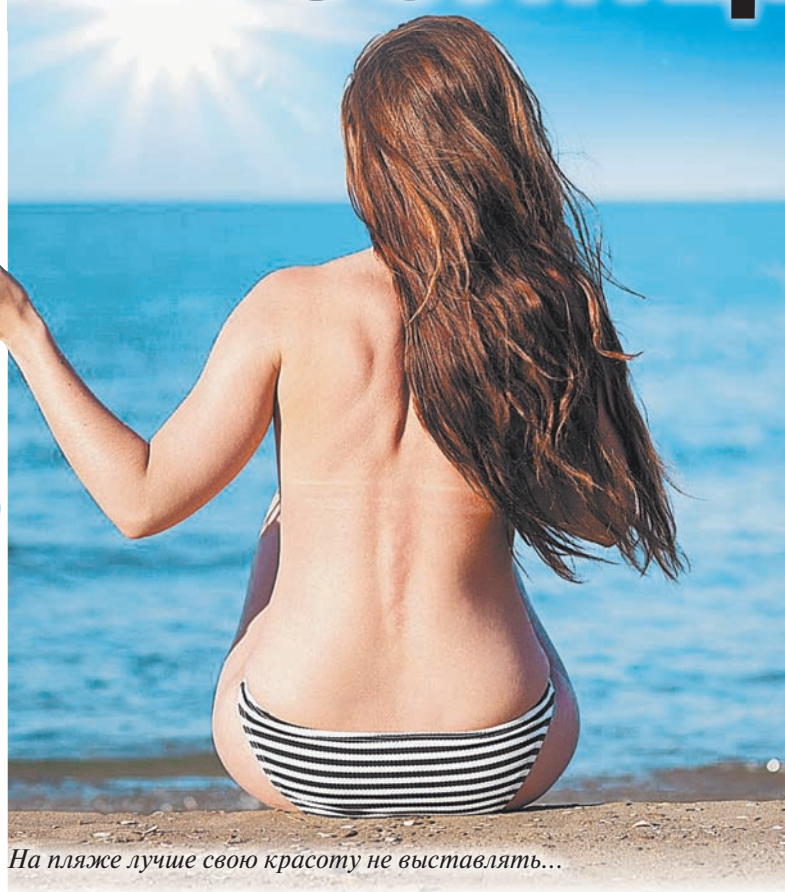
АКТИВНО НАВОДИТЬ КРАСОТУ В ОБЛАСТИ ДЕКОЛЬТЕ МОЖЕТ БЫТЬ ОПАСНО.

Чем чревата «обнажёнка» на пляже и как вовремя заметить проблемы, рассказывает **Ирина АЛЕКСЕЕВА, врач-маммолог Российского онкологического центра им. Блохина.**

ПРИКРОЙТЕ КРАСОТУ

- **Ирина Сергеевна, если женщины загорают топлес, это не вызывает рак?**

- Прямой связи нет. По крайней мере, она пока не доказана. Но лучше всё же не загорать без бюстгалтера. Категорически не рекомендуется принимать солнечные ванны без него женщинам, прооперированным по поводу опухоли. Не стоит обнажать на солнце грудь и тем, у кого более пяти невусов (родинок) на коже молочных желёз, а также если появляются новые пигментные пятна или в семье уже были случаи меланомы - злокачественной опухоли кожи. Наконец, интенсивный загар ухудшает и внешний вид. Кожа молочных желёз очень нежная и быстрее, чем лицо или руки, получает солнечный ожог. Плюс к этому нарушается увлажнение кожи, со временем у любительниц интенсивного загара теряется тонус кожи, она становится более дряблой,



На пляже лучше свою красоту не выставлять...

в итоге теряется форма молочных желёз и грудь провисает.

Кстати, резкие перепады температур (с жаркого пляжа в холодную воду) для молочной железы тоже неблагоприятны. Инфекционные заболевания, спровоцированные переохлаждением, могут помешать выполнить главную её функцию - кормление младенцев. Об этом нужно помнить, чтобы потом не возникло проблем во время беременности и родов.

лась на даче, в трамвае прищемили, вешала шторы - карниз упал на грудь... Молочная железа не любит травм вообще. Если был ушиб или травма, нужно обязательно сходить к маммологу, особенно если появилась гематома - синяк. А через некоторое время прийти к врачу повторно, чтобы сделать ультразвуковое исследование. Возможно, всё обойдётся. А если нет - заметите проблему вовремя.

«МОЛОЧНЫЕ» РЕКИ

- **Нужно ли обязательно носить бюстгалтер?**

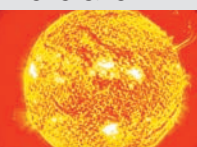
- Если красивая грудь, то можно обойтись и без него - никаких противопоказаний нет. Не получено убедительных данных о том, что заболевания молочных желёз чаще возникают у тех, кто не носит бюстгалтер или, наоборот, носит постоянно. Важнее чувство комфорта. Бельё надо подбирать так, чтобы косточки не врезались в кожу, а чашечки не слишком утягивали грудь. Иначе в этом месте возникает нарушение кровоснабжения тканей, что чревато проблемами.

Иногда пациенты и врачи ошибочно принимают за пигментные образования дополнительные сосочки молочных желёз на животе и в складке под грудью. Во время беременности или при травме они могут нагрудить и становиться болезненными. Женщины думают, что это прыщик или фурункул вскочил. Пытаются удалять или выдавливать. Этого делать ни в коем случае нельзя.

- **На что обратить внимание после отпуска?**

- Если появились дискомфортные ощущения после смены климата, обязательно нужно на 2-3-й день после менструации посетить маммолога и сделать ультразвук.

ЗА ПОСЛЕДНИЕ 10 ЛЕТ ИЗ-ЗА ИСТОЩЕНИЯ ОЗООНОВОГО СЛОЯ ИН-



ТЕНСИВНОСТЬ СОЛНЕЧНОГО ИЗЛУЧЕНИЯ ВОЗРОСЛА НА 10%.

с 40 лет

РАЗ В ГОД НУЖНА МАММОГРАФИЯ.

- **Стоит ли соблазняться на массажи, грязи, что нередко предлагается на курортах?**

- На область молочных желёз вообще никакие процедуры не рекомендуем - ни массаж, ни грязевые ванны, ни втирание кремов, что практикуется во многих косметических салонах якобы для увеличения груди. Вспомните, когда косметологи выполняют какие-то манипуляции на коже лица, то ниже надо беречь и кожу молочных желёз. Если и наносить крем, то только прописанный доктором с лечебной целью. И ограничиться очищающими водными процедурами.

- **Бывает - упала, ушибла грудь. Какие последствия?**

- Научно доказанного подтверждения, что именно вследствие травмы развивается рак молочной железы, нет. Хотя пациентки, как правило, связывают все проблемы с молочной железой с травмой. Начинают вспоминать: да, действительно, ушиб-

ВСЕ НА ВАКЦИНАЦИЮ?

ГЛАВА РОСПОТРЕБНАДЗОРА АННА ПОПОВА ПОДДЕРЖАЛА ПРЕДЛОЖЕНИЕ О ВВЕДЕНИИ ЮРИДИЧЕСКОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ РОДИТЕЛЕЙ ЗА ОТКАЗ ОТ ВАКЦИНАЦИИ РЕБЁНКА.

ПОЗИЦИЯ



КОЛЕСНИКОВА

Строго говоря, меры, которые предлагают ввести за отказ от вакцинации (таких детей предлагают не принимать в школы и детские сады. - Ред.), не являются юридическими. Это просто разумные ограничения, которые, кстати, приняты во многих странах. И большинству родителей они близки (никому не хочется, чтобы его ребёнок находился рядом с тем, кто может являться носителем опасных инфекций). Поэтому в ряде европейских стран дети принципиальных противников прививок обучаются на дому: чтобы не подвергать опасности сверстников. Другое дело, что всегда были, есть и будут дети, имеющие медицинские противопоказания к вакцинации. Возможно, таких детей не так много и эти противопоказания действуют не пожизненно, но их необходимо оградить от риска принудительной вакцинации, которую, к сожалению, в наших реалиях тоже исключить нельзя. Если ограничения заработают в полную силу, перегибы неизбежны. Обязательно найдутся врачи, которые побоятся давать медицинский отвод, или родители, пытающиеся игнорировать противопоказания, чтобы побыстрее пристроить ребёнка в детсад, и директора детских учреждений, которые будут отказывать детям с медотводом. Поэтому важно предусмотреть ограничительные меры не только для отказников, но и для чиновников.

Сергей Колесников, академик РАН, сопредседатель движения «За сбережение народа»



Юлия БОРТА

Фото Depositphotos/PhotoXPRESS.ru



WWW.AIF.RU

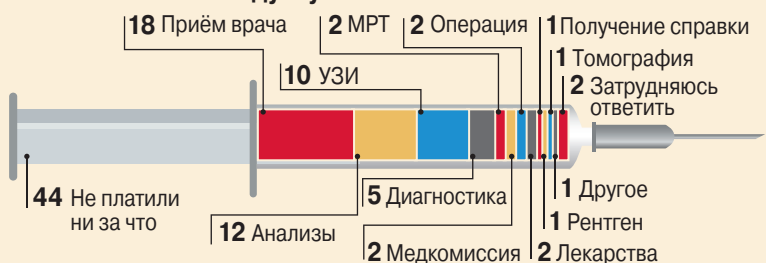
Как получить красивый загар? 10 простых правил - на нашем сайте www.aif.ru

МНЕНИЕ НАРОДА

К ВРАЧУ - ЗА ДЕНЬГИ

Почти 50% всех потребителей платных услуг часто получают за деньги медицинскую помощь, которую в принципе можно было бы получить и бесплатно. Платят они, чтобы сэкономить время, иметь доступ к более качественным услугам. Расходы на платные медуслуги для семейного бюджета большинства их получателей - ощутимая, значимая трата.

За какие именно медуслуги вы платили?

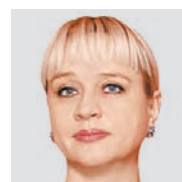


Опрос «ФОМНИбус». 53 субъекта РФ, 104 населённых пункта, 1500 респондентов. Ответы даны в процентах, могло быть несколько вариантов ответа.

У КОГО ВОЛОС БОЛЬШЕ?



Правда ли, что у брюнеток на голове волос меньше, чем у блондинок?
М. Вершинина, Лобня



Отвечает Лариса КРУГЛОВА, доктор медицинских наук, профессор, главный научный сотрудник Московского научно-практического центра дерматовенерологии и косметологии:

- Количество волос на голове определяется генетикой и не зависит от цвета. Так что густыми могут быть волосы любого цвета. Особенность блондинок в том, что у них волосы (из-за отсутствия пигмента меланина) тоньше и слабее, чем у брюнеток, и поэтому нуждаются в более тщательной защите.

ВИРУС ДЕФИЦИТА ПРАВДЫ

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

Как России навязывают эпидемию СПИДа.



СЕГОДНЯ МНОГО ГОВОРЯТ О ТОМ, ЧТО МЫ НА ГРАНИ ЭПИДЕМИИ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ. КАКОВА НА САМОМ ДЕЛЕ СИТУАЦИЯ В РОССИИ И КАК ЛЕЧАТСЯ БОЛЬНЫЕ, «АИФ» РАССКАЗАЛ РУКОВОДИТЕЛЬ МОСКОВСКОГО ГОРОДСКОГО ЦЕНТРА ПРОФИЛАКТИКИ И БОРЬБЫ СО СПИДОМ АЛЕКСЕЙ МАЗУС.

ПРЕДЕЛЫ ПОГРЕШНОСТИ

- Алексей Израилевич, эксперты программы ООН по СПИДу (ЮНЭЙДС) утверждают, что Россия стала эпицентром пандемии СПИДа.

- Если вчитаться в сообщения зарубежных и некоторых наших СМИ, создается впечатление, что Россию опять назначили ответственной за новый виток эпидемии СПИДа в мире.

Ещё в 2001 году некоторые международные эксперты оценивали число больных ВИЧ-инфекцией в России на уровне 700 тысяч человек, что более чем в 3 раза превышало данные официальной статистики, зато давало повод для утверждений о грядущей гуманитарной и экономической ВИЧ-катастрофе в государстве.

УЖЕ 10 ЛЕТ

В МОСКВЕ ПРИРОСТ БОЛЬНЫХ ВИЧ МИНИМАЛЬНЫЙ.

К 2005 году такие оценки достигли беспрецедентного показателя - 1,6 млн человек. Американский национальный комитет по разведке опубликовал для Конгресса США «чрезвычайный» доклад по результатам исследования Международного научного центра Вудро Вильсона «ВИЧ/СПИД в России, анализ статистических данных» о новых центрах эпидемии ВИЧ/СПИДа в мире. Россию указали среди ключевых регионов-угроз, предвещая 8 млн больных ВИЧ к 2010 году! Сравнительный анализ ситуации 10-летней давности показывает: в основе оценок и прогнозов развития СПИДа

ситуации в России заложены заведомо искажённые данные.

- То есть показатели заболеваемости не соответствуют действительности?

- Интуиция подсказывает мне, что декларируемые цифры нуждаются в перепроверке. Согласно опубликованному глобальному докладу ООН в 2015 году в мире 2,1 млн человек были заражены ВИЧ, при оценочном интервале 1,8-2,6 млн. Это оз-

но они ждут финансирования для продолжения испытаний. Учёные из Нижнего Новгорода разработали одну из лучших диагностических тест-систем, которая производится не только в нашей стране, но и в Германии. Группа исследователей из подмосковных Химок довела до завершающего этапа испытания новый противовирусный препарат, который может стать одним из основных средств для терапии ВИЧ-инфекции в мире.

Не так давно я читал лекцию для студентов МГУ. Будущие учёные в области фундаментальной медицины, биологии и здравоохранения задавали серьёзные, профессиональные вопросы, оказались интегрированы в лучшие мировые

начает, что сведения о новых случаях ВИЧ-инфекции в Российской Федерации (100 тысяч человек) в контексте глобального доклада находятся в пределах статистической погрешности.

Получается, что громкие заявления для прессы чиновников и экспертов ЮНЭЙДС о ВИЧ-катастрофе в России не имеют отношения ни к медицинской статистике, ни к здравоохранению в целом.

МОЛЧАНИЕ УЧЁНЫХ

- Почему молчат учёные?

- Учёные молчат, потому что заняты делом.

В нашей стране исторически сложилась блестящая научная вирусологическая школа, признанная во всём мире. У её истоков стояли выдающиеся советские учёные - вирусологи, эпидемиологи и клиницисты. Академик Виктор ЖДАНОВ стал заниматься изучением ВИЧ с момента первой публикации о нём в Америке, когда в СССР не видели ещё ни одного больного. Он во многом заложил основы работающих стратегий по борьбе с эпидемией, которые актуальны сегодня. А первые на территории Союза случаи ВИЧ-инфекции и СПИДа выявил профессор Николай ПОТЕКАЕВ: у иностранных студентов-африканцев - в 1984 году, у гражданина СССР - в 1986-м. Под руководством академиков Рэма ПЕТРОВА и Рахима ХАЙТОВА были созданы фундаментальные подходы к разработке вакцины, запущена в производство первая советская тест-система для выявления ВИЧ-инфекции.

- А что сегодня?

- Российские учёные в Москве, Новосибирске, Санкт-Петербурге уже создали вакцины против ВИЧ-инфекции,

но они ждут финансирования для продолжения испытаний.

Грядущая победа над СПИДом будет определяться не высокой риторикой с международных трибун, не количеством розданных презервативов и одноразовых шприцев для наркоманов - она станет результатом тяжёлого труда учёных, которые уже сегодня в шаге от создания эффективной вакцины и противовирусных препаратов.

КАК ЛЕЧАТ В МОСКВЕ

- Какова ситуация в Москве со СПИДом?

- Сегодня в Москве есть сведения о 43 тысячах жителей города, получивших положительный результат на ВИЧ-



Массовые тесты на ВИЧ-инфекцию помогают сдерживать её распространение.
Фото Ильи ПИТАЛЕВА/Коммерсантъ

инфекцию при лабораторном исследовании. Из них 28 тысяч обратились за медицинской помощью и были поставлены на диспансерный учёт. Последние 10 лет наблюдается минимальный прирост заболеваемости, а в этом году наметилась тенденция к снижению.

Чтобы сопоставить количество инфицированных в Москве с количеством больных в мегаполисах других стран, нужно использовать одинаковые

критерии оценки: число больных на диспансерном учёте.

В качестве примера: один из российских экспертов, на данные которого опирается ЮНЭЙДС, по одному ему ведомой формуле вычислил, что в столице сегодня проживает 100 тысяч ВИЧ-инфицированных. На самом деле такое количество боль-

ных проживает не в Москве, а в Нью-Йорке.

Категории дополненной реальности хороши для «покемон-ориентированных» проктов. В практическом здравоохранении завышение объективных показателей не только негативно влияет на общественное мнение, но и создаёт предпосылки для серьёзных экономических просчётов. В частности, в планировании денег на лекарственное обеспечение больных.

- Выходит, лечат далеко не всех пациентов Московского центра?

- Лечение получают все, кто в нём нуждается, - чуть больше половины состоящих на диспансерном учёте больных. Сегодня структура лекарственного обеспечения, качество оказания медицинской помощи в Москве соответствует уровню развитых стран.

Сложнейшие вопросы лечебной практики регулярно обсуждает московское медицинское сообщество, в том числе на клиничко-анатомических конференциях - уникальных профессиональных собраниях, которые ориентируют врачей города на приоритетность современного подхода к диагностике и терапии сложных заболеваний, в том числе ВИЧ-инфекции.

За последний год к ранее применяемым схемам лечения в Московском городском центре профилактики и борьбы со СПИДом добавились инновационные препараты, зарегистрированные в РФ, в том числе включённые в обновлённый перечень жизненно важных лекарственных препаратов.

Чтобы развивать достигнутые результаты, требуется бесперебойное адекватное финансирование. Это серьёзная нагрузка не только для нас, но и для других индустриально развитых стран. Например, совокупный бюджет Германии на лекарственное обеспечение ВИЧ-инфицированных в 2014 году превышал 1 млрд евро при ежегодном увеличении более чем на 10%.

В текущем году мы планируем назначить терапию ещё 2 тысячам пациентов, состоящих на диспансерном учёте, и таким образом достичь к концу 2016 года 60%-ного охвата. То есть приблизиться к плановому показателю для службы борьбы со СПИДом, предусмотренному в разрабатываемой Министерством здравоохранения Российской Федерации Государственной стратегии противодействия ВИЧ-инфекции.

Достижения здравоохранения позволяют ВИЧ-инфицированным прожить долгую жизнь, иметь здоровых детей, без страха планировать будущее. Обязанность любого цивилизованного государства - обеспечить больных не только жизненно важными лекарствами, но и всеми видами медицинской помощи полностью. Сегодня это требование в Москве, безусловно, соблюдают.

Светлана ЗАЙЦЕВА

КИТАЙСКАЯ МЕДИЦИНА В МОСКВЕ

ЭФФЕКТИВНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ПОЗВОНОЧНИКА И СУСТАВОВ БЕЗ ТАБЛЕТОК И ОПЕРАЦИЙ

«В одном движении должна претвориться одухотворенность всего тела...»

Канон Тайцзицюань



Ведущий врач Клиники «ТАО»
Чжан Цзыцян
«Я лечу не болезнь, а ее причину»

Великое счастье для каждого человека - возможность свободного движения. В полной мере реализовать данную функцию можно лишь тогда, когда вас не беспокоят боли в спине и ногах, то есть когда все элементы опорно-двигательного аппарата четко и слаженно работают.

Лечение позвоночника и суставов - актуальная задача для большого количества жителей России. Все большее число людей сталкивается с проблемами, так или иначе связанными с болезнями опорно-двигательного аппарата.

Среди таких заболеваний чаще всего встречаются остеохондроз, межпозвоночная грыжа, протрузия дисков, радикулит, артрит, артроз. Современная медицина в России не может вылечить эти заболевания. В большинстве случаев человек, например, с межпозвоночной грыжей обречен на операцию, поскольку эффективных методов лечения российской медицина не знает. Естественно, обезболивающие препараты и мази не являются лечением, и, когда они перестают снимать боль, предлагается операция. К сожалению, последствия хирургического вмешательства рано или поздно приводят к инвалидности.

ПОДХОД К ЛЕЧЕНИЮ

В традиционной китайской медицине особый подход к лечению заболеваний опорно-двигательного аппарата. Пациенты, у которых на момент обращения в клинику «ТАО» наблюдались сильные боли, уже после первых сеансов иглоукалывания чувствуют облегчение. В течение нескольких недель пациент проходит интенсивный курс лечения, включающий в себя сеансы иглоукалывания, точечного массажа, прогревания полынными сигарами и другие методы традиционной китайской медицины, после которого возвращается к нормальной жизни, не прибегая к операции. Врачи клиники получают хорошие результаты независимо от сложности заболевания. Восстановление позвоноч-

ника и гибкости суставов дает возможность вернуться к полноценной жизни сотням пациентов клиники.

Наши врачи уверены: каким бы сложным и запущенным ни был случай, это еще не приговор! При индивидуальном подходе и правильном плане лечения всегда можно добиться стойкого положительного эффекта. Важным фактором является невысокая стоимость лечения сложных заболеваний. В клинике «ТАО» лечение обойдется в разы дешевле, чем, например, операция по удалению межпозвоночной грыжи или по замене сустава.

ПОЧЕМУ ИМЕННО КИТАЙСКАЯ МЕДИЦИНА?

Во всем мире растет популярность лечения методами китайской медицины. Это обусловлено высоким уровнем качества и щадящими методами традиционной китайской медицины. О ее эффективности говорит тот факт, что китайская медицина официально признана на государственном уровне.

Иглоукалывание, лечение травами, точечный массаж, дыхательная гимнастика имеют высокий уровень доверия в Китае и сохраняют здоровье жителей этой огромной страны. Каждый житель Поднебесной в течение всей жизни обращается к методам традиционной медицины.

КАК ВЫБРАТЬ КЛИНИКУ И ВРАЧА?

Высокий уровень профессионализма врача - определяющее условие эффективного лечения. Врач должен быть воспитан в традициях китайской медицины и тесно связанной с ней философии. Знать все секреты китайской медицины и успеш-

но применять их на практике могут только те врачи, которые родились, выросли и проходили обучение в Китае. Только так возможно перенять все тонкости многовекового опыта, который передается из поколения в поколение. Пациент должен знать, что его лечит настоящий мастер.

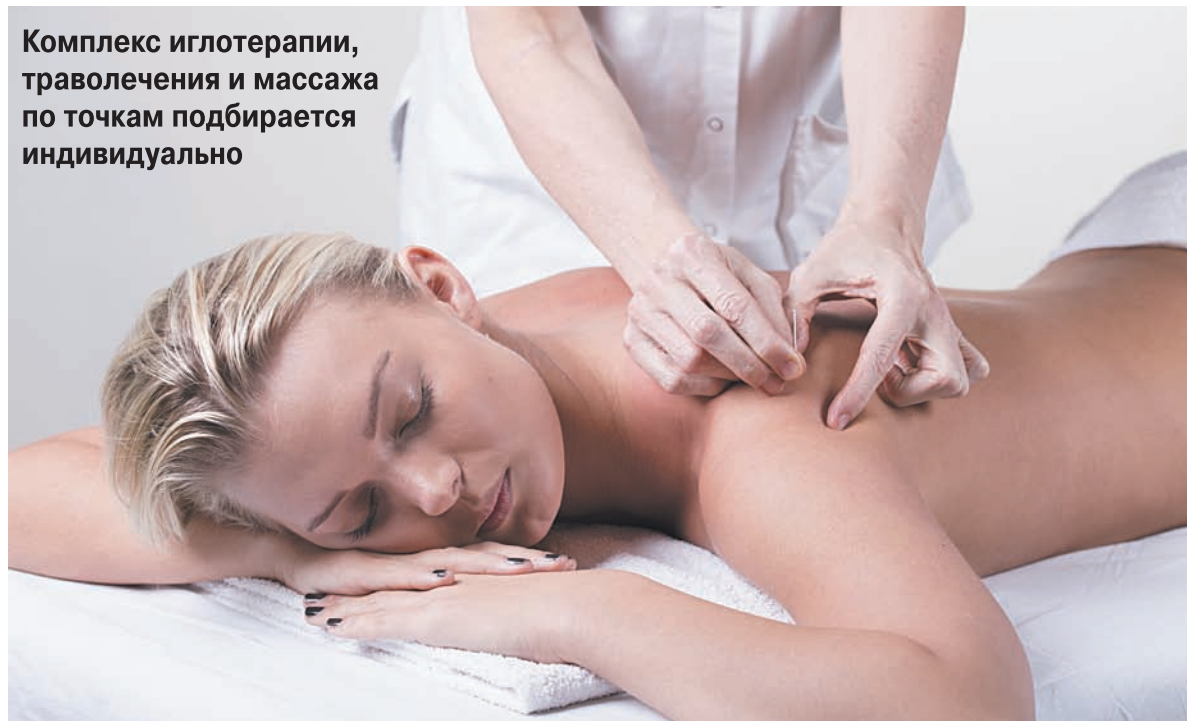
В клинике «ТАО» на основании двухстороннего контракта о сотрудничестве с Государственным университетом традиционной медицины г. Чжэнчжоу (Китай) работают врачи традиционной китайской медицины, пользующиеся высоким профессиональным авторитетом в Поднебесной. К примеру, ведущий врач клиники доктор Чжан Цзыцян совместно с известнейшими в Китае врачами Чжаном ЛаоФэн и Чжаном Лэй проводили серьезные медицинские исследования, на основе которых было опубликовано большое количество медицинских статей и разработаны учебные пособия для вузов традиционной китайской медицины.

КАКИЕ ЕЩЕ ПРОБЛЕМЫ СО ЗДОРОВЬЕМ МЫ РЕШАЕМ?

Клиника китайской медицины «ТАО» представляет собой полноценный лечебный комплекс. Здесь можно получить квалифицированную помощь при болезнях опорно-двигательного аппарата, сердца, сосудов, органов дыхания, желудочно-кишечного тракта, почек и мочевыводящих путей, кожи, а также органов половой сферы, нервной системы, при нарушении обмена веществ и сна, анемии, хронической усталости, зависимости от курения.

Врачи клиники практикуют индивидуальный подход к лечению, тщательно подбирают процедуры и программы лечения для каждого пациента. Высокоэффективное действие китайской медицины - результат тысячелетнего внимательнейшего изучения свойств организма человека.

Комплекс иглотерапии, траволечения и массажа по точкам подбирается индивидуально



ЛЕТНЯЯ АКЦИЯ!
С 10 по 17 августа
СКИДКА 20%
на все услуги клиники
при оплате курса
лечения*.

Терапия, проводимая в клинике «ТАО», позволяет вылечить заболевание и возвращает вам здоровье, молодость и активность.

В клинике «ТАО» вы обретете свой источник здоровья!

Запись на бесплатную консультацию врача по телефону
8 (495) 988-00-18

www.taomed.ru

ул. Остоженка, д. 8, стр. 3,
ст. м. «Кропоткинская»



ЗАБОЛЕВАНИЯ, КОТОРЫЕ МЫ ЛЕЧИМ:

- **Опорно-двигательный аппарат:** артрит, артроз, остеохондроз, межпозвоночная грыжа, протрузия межпозвоночного диска, сколиоз, радикулит и др.
- **Сердечно-сосудистая система:** постинфарктный кардиосклероз, ИБС, гипотония, гипертония, атеросклероз и др.
- **Желудочно-кишечный тракт:** гастрит, диарея, дисбактериоз, запоры, метеоризм, панкреатит, холецистит, язвенная болезнь и др.
- **Эндокринная система:** гипертиреоз, гипотиреоз, ожирение, сахарный диабет, тиреоидит и др.
- **Дыхательная система:** бронхиальная астма, ОРЗ, плеврит, пневмония, хронический бронхит, пневмосклероз и др.
- **Нервная система:** мигрени, неврозы, депрессии, бессонница, синдром хронической усталости, паралич лицевого нерва и др.
- **Гинекология:** бесплодие, киста яичника, климактерический синдром (климакс), мастопатия, миома матки, эндометриоз и др.
- **Урология:** аденома простаты, эректильная дисфункция, мочекаменная болезнь, мужское бесплодие, недержание мочи, пиелонефрит, простатит, цистит, энурез и др.



*Курс лечения состоит из 10 сеансов. Реклама

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ТЕХНОЛОГИЯ

ДОМА ДЛЯ ЖИЗНИ

8 800 250-250-5 technology-site.ru

ДОМ СЕРИИ «ВИКТОРИЯ» К 6х9 - **747.793 р.**

- СВАЙНО-ВИНТОВОЙ ФУНДАМЕНТ
- ДОМ УТЕПЛЕН МИНЕРАЛЬНОЙ ВАТОЙ 150ММ.
- КОМПЛЕКТ ОКОН И ДВЕРЕЙ
- (ПОДРОБНУЮ КОМПЛЕКТАЦИЮ СМОТРИТЕ НА САЙТЕ)

СКИДКА
НА ОТДЕЛКУ
ДОМА 10%!*
17 ЛЕТ
НА РЫНКЕ

- 65 ПРОЕКТОВ
- БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ
- ПОД КЛЮЧ
- ГАРАНТИЯ

17 ЛЕТ
НА РЫНКЕ

Реклама

ДОМ «АЛЕКСАНДРИЯ» К 6х6 - **496.195 р.**
ДОМ «АЛЕКСАНДРИЯ» Б 6х6 - **646.195 р.**

ДОМ «ГАРМОНИЯ» К 6х9 - **687.150 р.**
ДОМ «ГАРМОНИЯ» Б 6х9 - **830.150 р.**

ДОМ «БАВАРИЯ» К 6х9 - **712.793 р.**
ДОМ «БАВАРИЯ» Б 6х9 - **892.793 р.**

АКЦИЯ: ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА В ПОДАРОК!



АКЦИЯ: МЕТАЛОЧЕРЕПИЦА КОРИЧНЕВОГО ЦВЕТА В ПОДАРОК!



АКЦИЯ: ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА
НА СМЛ ПАНЕЛИ С ПОКРАСКОЙ 30%

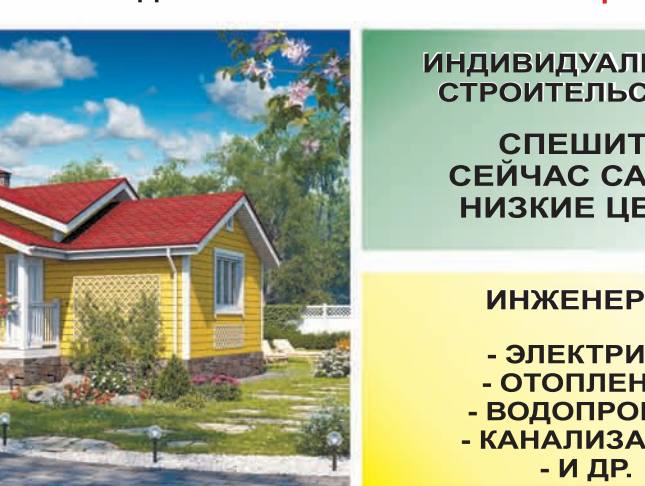


АКЦИЯ: ГАРАЖ В ПОДАРОК



КОТТЕДЖ «ОЛИМП» К 12,5х10 - **1.590.000 р.**
КОТТЕДЖ «ОЛИМП» Б 12,5х10 - **2.212.000 р.**

КОТТЕДЖ «ШАЛЕ» К 12х12 - **2.580.000 р.**
КОТТЕДЖ «ШАЛЕ» Б 12х12 - **3.190.000 р.**



АКЦИЯ: СКИДКА НА ЦОКОЛЬНЫЙ
САЙДИНГ 10%



КОТТЕДЖ «ВИТЯЗЬ» К 7х9 - **1.131.000 р.**
КОТТЕДЖ «ВИТЯЗЬ» Б 7х9 - **1.614.000 р.**

Бани

БАНЯ Б 5х4 - **253.831**
БАНЯ К 4х5,5 - **192.125**
БАНЯ К 6х6,5 - **315.976**
БАНЯ Б 6х5 - **325.900**

Бытовки

БЕРЕЗКА 3х2 - **60.787**
ИВУШКА 4х2 - **67.589**
БЕРЕЗКА 3х3 - **73.821**
ИВУШКА 4х3 - **80.268**
БЕРЕЗКА 3х4 - **81.563**
ИВУШКА 4х4 - **88.432**



ИНДИВИДУАЛЬНОЕ СТРОИТЕЛЬСТВО

СПЕШИТЕ!
СЕЙЧАС САМЫЕ
НИЗКИЕ ЦЕНЫ!

ИНЖЕНЕРИЯ

- ЭЛЕКТРИКА
- ОТОПЛЕНИЕ
- ВОДОПРОВОД
- КАНАЛИЗАЦИЯ
- И ДР.

ДОСТРОЙКА И РЕКОНСТРУКЦИЯ

- ПРИСТРОЙКА ТЕРРАС И ВЕРАНД
- ВНУТРЕННЯЯ И НАРУЖНАЯ
ОТДЕЛКА
- УТЕПЛЕНИЕ ДОМОВ
- И ДР.

ДИЗАЙНЕРСКАЯ ОТДЕЛКА ДОМОВ

- САЙДИНГ
- СМЛ ПАНЕЛИ
- ПОЛИУРЕТАНОВАЯ
- ДЕКОРАТИВНАЯ ОТДЕЛКА
- И ДР.

* - Акция действительна до 1.09.2016 г. Информацию об организаторе акции, правилах проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения можно получить на сайте www.technology-site.ru или на выставочных площадках и по телефону 8 (800) 250-250-5. Условия гарантии уточняйте на сайте www.technology-site.ru или по телефону 8 (800) 250-250-5. Цены указаны на базовые комплектации домов согласно технической документации, подробности на сайте www.technology-site.ru и по телефону 8 (800) 250-250-5. Изображения отражают архитектуру домов и не несут информации об используемых отделочных материалах и конструктивных особенностях.

8 800 250-250-5 technology-site.ru

Арина Шарапова -
о цензуре,
жестокости
и деньгах.

ВКЛЮЧИТЬ ЗВЕЗДУ!

**«ЕСЛИ ВДРУГ МНЕ СТА-
НЕТ НЕЛОВКО ЗА ТО,
ЧТО ДЕЛАЮ, ИЛИ ЗА
МЕСТО, ГДЕ РАБОТАЮ,
- УЙДУ БЕЗ КОЛЕБА-
НИЙ!» - ГОВОРИТ ИЗВЕСТНАЯ ТЕ-
ЛЕВЕДУЩАЯ.**

СБЕЖАЛА ОТ ХАОСА

- Арина, включаешь порой у-
тренние шоу - ваше ли, любое дру-
гое, - и вместо заряда позитива,
которым вы пытаетесь зарядить
зрителя, испытываешь чувство
раздражения: «Ну что они та-
кие радостные, с горящими гла-
зами?! Выпивают, что ли, перед
эфиром?»

- (Смеется.) Нет, конечно, у
нас перед эфиром никто не вы-
пивает. Это вообще строжайше
запрещено. Просто профессия
накладывает отпечаток, воспи-
тывает тебя. Я помню, мы одно
время гримировались в одной
гримёрке с тётей Валей Леонть-
евой. Ей тогда лет под 80 уже бы-
ло - она последние свои програм-
мы вела. Да и в семейном плане
у неё был тогда тяжелейший пе-
риод. Сложно представить, но
на проходную в «Останкино»
приходила не звезда и легенда
отечественного телевидения, а

вали тебя дома - ты обязан быть
в форме, как только включается
камера.

- Вы уже 15 лет ведёте
«Доброе утро». Ну вам не
надоело этот позитив в
себе включать? С ума же
сойти можно!

- Конечно, были пери-
оды, когда хотелось всё это бро-
сать. Было - не отрицаю! Но это
нормальная ситуация. Человек
устаёт от однообразия, и тогда
ему хочется всё послать. Но за
что я люблю «Утро» - в нём нет
рутины. Постоянно что-то ме-
няется, поэтому желание
уйти, сбежать возникает
очень редко.

- Вам никогда не бы-
ло стыдно за то,
что вы работа-
ете на телеви-
дении, которым
оно является
сейчас?

- (Строго.)
Нет! Это даже
не обсуждается!
Если вдруг мне
станет стыдно,
неловко за то,
что я делаю, или
за место, где ра-
ботаю, - уйду без
колебаний.

- Серьёзно?!

- Я же уходила
в своё время с те-

леканала, где
сейчас работаю. Это
было в конце 90-х.
Был другой строй,
другой режим, дру-
гие люди... Мне
тогда было совсем
невыносимо.

- Невыносимо
что?

- Говорить в эфире
вещи, которые я го-
ворить не могла и не
хотела. Хаос творил-
ся страшнейший. Ну

а сейчас-то мне чего стыдиться?
Я абсолютно искренне считаю,
что работаю на лучшем канале на
сегодняшний день. Мы делаем
самое народное телевидение.

ИЗЪ »
**«ЕСЛИ
РОДИНА
ПРИЗОВЁТ -
Я СКАЖУ
«ДА!»**

НАШИ СТУДЕНТЫ - ЧЕМПИОНЫ!

**РОССИЙСКАЯ СБОРНАЯ ПО МИ-
НИ-ФУТБОЛУ - ЧЕМПИОН ЕВРО-
ПЕЙСКИХ СТУДЕНЧЕСКИХ ИГР!**

24 июля в хорватском Загре-
бе завершились Европейские
студенческие игры 2016 г., где
российские команды по мини-
футболу завоевали золотые и
серебряные медали. Абсолют-
ными чемпионками соревно-
ваний по мини-футболу в жен-
ском разряде стали студентки
Московского государственного
машиностроительного универ-
ситета (МАМИ). В полуфинале
россиянки в непростом поединке
сломили сопротивление хозя-
ев чемпионата из Универси-
тета Загреба, а в финале одолели
представительниц Германии из

Университета Мюнстера со счё-
том 3:1. Этот успех - второй по-
добный в истории столичного
вуза: свой первый титул чемпио-
нов Европы студентки МАМИ
завоевали в 2012 г.

В мужском разряде Россию
представлял коллектив Сибир-
ского федерального университета
из Красноярска, который уве-
ренно лидировал на всех этапах
турнира и лишь в финале уступил
хорватам, завоевав «серебро».

Оба университета являются
постоянными участниками
Общероссийского проекта
«Мини-футбол - в вузы», офи-
циальную поддержку которому
оказывает акционерное обще-
ство «Государственные спор-
тивные лотереи».



«Перед эфиром мы не выпиваем!» (Смеется.)
Фото Игоря ХАРИТОНОВА

- Вы уверены?

- А что вы кривитесь?! Мы не
для интеллигенции телевидение
делаем, а для народа. Интели-
генция ворчит, что про них за-
были. Ну пусть ворчит. Она же
в принципе капризная. В кон-
це концов, для них есть всякие
«дискавери», киноканалы, да
миллион других программ!

- Раз уж пошёл откровенный
разговор - расскажите: цензура у
вас на главном телеканале есть?

- (Задумывается.) Цензура
- это вопрос ответственности.
Никто не указывает: вот это
ставить в эфир, это не ставить,
это вообще стереть со всех но-
сителей...

- Я не понял: про ответствен-
ность кого вы говорите в рамках
телеканала?

- В данном случае я конкретно
про себя говорю. Я считаю себя
ответственным
членом граждан-
ского обще-
ства. Считаю,
что у меня есть
понимание того,
что хочет увидеть
и услышать в у-
треннем эфире
зритель. И
я стараюсь
э т о
дать.

Понимаете, челове-
ческая психика так ус-
троена, что способна
испытывать проявле-
ния радости, наблю-
дая самые разные ис-
тории. Это позволяет
ему почувствовать се-
бя живым. То же самое
касается скабрзностей
в эфире в определённых рамках,
любви, каких-то нежных чувств.
Но откровенной жестокости у
нас в программе нет совсем! А
печальные истории всегда завер-
шаются хорошо!

Вы можете спросить: «Как я
отношусь к жестокостям на ТВ?»
Отвечу: как человек стараюсь не
смотреть. Как профи понимаю,
что в психологии людей кроется
много всякого...

«СТОЛЬКО ВРАНЬЯ!»

- Читал, что вы стажирова-
лись на американском телека-
нале CNN и рассказывали, что
там есть цензура в том плане, в
котором её понимает большинст-
во постсоветских людей... Про
это я хотел от вас услышать.

- Действительно, всё, что вы
перечислили, там присутствует
в полной мере! Главных редак-
торов, которые не подчиняются
определённой идеологической
кампании, выгоняют на раз.
Стучать друг на друга начальст-
ву - в порядке вещей. «Стоп-
листы», то есть перечень людей,
которых запрещено приглашать
в эфир, - ни для кого не сек-
рет. Всё жёстко. Вы, конечно,
спросите, есть ли аналогичные
«стоп-листы» у нас, - а я, чест-
ное слово, не знаю! Я их не ви-
дела ни разу!

- Вы почти 10 лет вели всевоз-
можные политические дебаты.
Сегодня ситуация на политичес-
ком поле, мягко говоря, несколь-
ко изменилась. Вы согласились бы
вернуться в этот жанр журна-
листики?

- Если Родина призовёт - я
скажу «Да!» (Смеется.) Я человек
с активной гражданской позици-
ей, пусть и звучит это пафосно.
А сейчас извините, но мне пора
идти на укладку. График!

- Арина, я же про деньги не
успел вас спросить! Правда ли,
что вы самая высокооплачивае-
мая ведущая на отечественном
телевидении?

- (Удивлённо.) Зря, готовясь
к нашей беседе, вы прочитали
кучу интервью со мной. Там
столько вранья! А что касается
«самой высокооплачиваемой»
ведущей на российском ТВ»,
то это чушь!

- Так и написать, что ли?
- Так и напишите! А мне пора
- пойду готовиться к эфиру. В 9
утра выйду из студии и хотя бы
на дачу заеду, любимых собак
навещу да цветам порадоюсь...



Сергей
ГРАЧЁВ

Уважаемые господа! ОСТОРОЖНО!

Плохая экология, сидячий образ жизни, стрессы...
Опасны для мужского здоровья!
Поддержи свой организм натуральным средством.

ВНИМАНИЕ!
Акция!
1+1=3

При покупке двух упаковок Лаверона получи третью упаковку в подарок в офисе компании.

Подобная информация на сайтах: WWW.LOVERON.RU, WWW.LIDERON.RU
Заказ наложенным платежом: 121353, г. Москва, а/я 7, для Хабиевой З. И.
(не забудьте указать на конверте свой обратный адрес, индекс, Ф.И.О.).

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Лаверон
всегда поможет он!

ВСЕ ДЛЯ АКТИВНОСТИ МУЖЧИН.
Loveron for men 500 мг.

Справочная: 8 (495) 643-39-19
Спрашивайте в аптеках вашего города!



«МЫ - НЕ ЗАХОЛУСТЬЕ!»

РЕПОРТАЖ

В этой глубинке, как и везде, нет денег, но люди живут красиво.

ГРАЙВОРОНЦЫ - ЭТО ОКОЛО 30 ТЫС. СЕЛЯН, ЖИВУЩИХ В ПРОВИНЦИИ, КОТОРУЮ КТО-ТО НАЗЫВАЕТ РОССИЙСКИМ ЗАХОЛУСТЬЕМ.

Из областного центра сюда ведёт дорога европейского класса. В деревне - подстриженные газоны, аккуратные домики, ухоженные церквушки, белоснежные сады. И кругом ни соринки! Как же надо любить свою малую родину, чтобы жить красиво!

Говорят, что в провинции легче пережить кризис. Это как посмотреть. В глубинке никогда не шиковали, но и сейчас грайворонцы пояса потуже не затягивают, хотя считают каждую копейку. И при мизерных зарплатах не полагаются на границу, а трудятся от зари до зари.

СТОЛЕТНИЙ «БОЛЬШЕВИК»

Почти 350 лет назад сюда пришли переселенцы с Украины. И русская кровушка настолько перемешалась с украинской, что спорить бесполезно, кто современный грайворонец больше - русский или хохол. Они бережно относятся к своей истории, заботливо хранят памятник Ленину, не меняют пролетарских названий улиц.

Например, в селе Головичино есть совхоз «Большевик», которому скоро исполнится 100 лет. И сегодняшний кризис здесь не кость в горле. Крестьяне выращивают сахарную свёклу, другие культуры, что даёт хороший доход. Вот уже 18 лет «Большевик» возглавляет Валентина Горбач, женщина



Улица Ленина в Грайвороне.

яркая, деловая, эмоциональная.

- Говорите, что у меня украинский говор? - заразительно смеётся Валентина. - Так мы же русские хохлы. Где-то говорю по-русски, а в основном балакаю на украинском. И мне это нравится. Живём мы трудно, но не в бедности. Как мы росли? Коров пасли! А сейчас коров в личных хозяйствах почти нет. И своих детей мы не заставляем работать в поле, как заставляли нас трудиться родители. Но молодёжь из села не уезжает.

75

ОРГАНИЗАЦИЙ ЗАНИМАЮТСЯ БЛАГОУСТРОЙСТВОМ.

И школа у нас, как в городе, - на 700 учащихся. Мы сохранили свой сельский клуб. Есть своя молодёжная футбольная команда. И когда мальчишки играют, такие страсти кипят среди болельщиков!

Почему в сельской глубинке одни живут хорошо, а другие еле концы с концами сводят? Просто лениться не надо. А по труду и заслуги. Ежемесячно



Гармонисты с Дунайки, с которыми корреспондент «АиФ» пел задушевные частушки.

каждому труженику хозяйства, хорошо отработавшему полный трудовой месяц, выдаются бесплатные продуктовые наборы. Каждому селянину и пенсионерам совхоза оформляется бесплатная подписка на местные СМИ. А захочет крестьянин жить покруче - получи беспроцентную ссуду на строительство жилья или покупку автомобиля. В каждом сельском доме - газ, который мы провели 15 лет назад.

«ЗЕМЛЮ ЦЕЛОВАТЬ ХОЧЕТСЯ!»

Сижу на лавочке в селе Дунайка и вместе с гармонистами напеваю задорные частушки. Спевка прошла хорошо. Попели, по чарке хлопнули и зацепились языками, про деревенскую жизнь поговорили.

- Без нас ни один праздник не обходится. Не ради денег, людям веселье справляем, - перебирая кнопки на баяне, рассказывает Александр Прокопенко. - Я вот на свадьбе сыграю, но денег с соседа не возьму. А тот потом мне огорода вспашет, сенца для коровки привезёт. Какие деньги? У нас тут одни закаты чего стоят.

- Что правда, то правда, -

деревень и сёл наводят сами крестьяне. В основном грайворонцы живут в личных усадьбах, и многоэтажек здесь почти нет. Так что каждый домовладелец сам себе хозяин, но в ответе за всё село. Благоустройством занимаются 75 территориальных общественных организаций самоуправления (ТОС).

- В чём секрет сельской красоты? Мы так веками воспитаны, - объясняет Раиса КОВАЛЁВА, председатель ТОСа села Дунайка. - Вот собрались всем селом и на улице, где живут молодые семьи, построили детскую площадку, поставили беседку. А на другой улице, рядом с прудом, создали свою зону отдыха, навес соорудили, плетень, в пруд караса запустили. Праздники там в складчину отмечаем. И молодёжь у нас не потерянная. Как-то побывала на старом кладбище - сердце защемило: могилки с пирамидками по самые звёздочки бурьяном заросли. Пошла по дворам молодёжь собирать. Никто не отказался. Могилы своих земляков мы привели в порядок, затем посидели у костра, попели песни. Так что на память людям денег не надо, когда есть руки. У нас же стиль жизни - общинный. Так жили наши предки, так живём и мы.

В народе говорят - где родился, там и сошёлся. Многих крестьян, да и горожан, кормит старинное народное ремесло. Малый бизнес грайворонцы как-то не выпячивают, но своим ремеслом гордятся. Мастеровых в белгородской глубинке считать не пересчитать. Один из них - бондарь Роман Скляр. Этаким сельским мажором: стильная причёска, мушкетёрская борода и задубелые от работы руки с пальцами музыканта. Хотел стать врачом на подводном флоте, но жизнь распорядилась по-своему. Загнул по родине и вернулся из Санкт-Петербурга домой.

- Я же потомственный бондарь, - рассказывает Роман. - Но профессия у нас умерла, а в соседней Украине мастерские в каждом селе. В старину грайворонцы своими бочками заваливали Европу. Горжусь, что многие земляки считают за



Фонтан в Грайвороне.



Детский конкурс рисунка на асфальте в с. Головичино.



Тот самый 300-летний дуб.

честь иметь в своём хозяйстве мою - «скляровскую» - бочку. Пол-России объездил, общался со старыми мастерами, опыта и мудрости набирался. Хорошая дубовая бочка служит человеку 40-60 лет, пока обручи не сгниют. А дереву хоть бы что. На то он и дуб! Так что в бочку я ушёл с головой, заказов - выше крыши. Работай, не ленись.

ГОРОДСКИЕ ЗЕМЛЕДЕЛЬЦЫ

У грайворонцев есть своя столица - город Грайворон. Название означает «крик ворон», хотя ни одной вороны я не видел. Говорят, что это самый чистый город в России. Туристы, зачистившие в последнее время, удивляются этой чистоте, низким ценам и гостеприимству. Чудеса, но именно так должна выглядеть матушка-Русь. Старинные купеческие дома XVIII-XIX веков содержатся в идеальном порядке, и сами здания настолько хороши собой, словно их бывшие владельцы - купцы и помещики - из глубины веков следят за их состоянием строгим хозяйским взглядом.

- Зарплаты у нас, конечно, маленькие: у меня, например, 10 тыс. руб., - рассказывает потомственная грайворончанка Александра Горбатовская, работник духовно-просветительского центра во имя святителя Иоасафа Белгородского. - Но наше главное богатство - огород. Каждый горожанин гордится тем, что он городской земледелец. У моего папы было 79 соток, почти стадион. Так он на огороде отдыхал, хотя и вкалывал на нём круглые сутки. У нас нет мос-

ковских развлечений, мелькнут иногда проезжие артисты. И, конечно, цены здесь не колются - жить дешевле и комфортнее. Некоторые горожане уезжают на чужбину в поисках лучшей доли, помыкаются и... возвращаются домой, особенно в старости: говорят, что после смерти хотят лежать в родной земле. Вроде как с земляками на кладбище веселее.

Сегодня в особой моде сельский туризм. А денег на развитие агротуризма в бюджете района просто нет. Но бойцовский характер грайворонцев этим не сломить. Десятки сельских предпринимателей вкладывают в малый бизнес кровную копейку и всегда рады гостям. За небольшие деньги вам предложат пожить в крестьянской усадьбе, отведают нехитрую пищу, дети могут погладить козу и посетить бесплатно частный зоопарк.

Перед отъездом в Москву я побывал в крестьянской усадьбе «Лесная», где хозяйка Нина Джир показала мне дуб-великан высотой 40 метров, которому, по скромным подсчётам, более 300 лет. Его ствол с трудом обхватывают три человека. Есть народное поверье: если дуб обнять и загадать желание, то, как мудрый ворон, проживёшь 300 лет. Я обнял дуб и загадал желание. Как говорится, мудрости много не бывает. Поживём - увидим.



Владимир СВАРЧЕВИЧ
Грайворон - Белгород - Москва

Фото автора

КРЕСТЬЯНЕ НА «ДОНУ»

80% - ПРИМЕРНЫЙ ИЗНОС СЕЛЬХОЗТЕХНИКИ ПО ДАННЫМ ПРОШЛОЙ СЕЛЬСКОЙ ПЕРЕПИСИ.

А без неё землю не обрабатываешь, не посеешь и не соберёшь урожай. Да и тот на 30% зависит от этой самой техники. Об этом говорили и на недавнем совещании по развитию сельского хозяйства, которое В. Путин провёл в Тверской обл. Глава Минсельхоза А. Ткачёв поблагодарил президента за господдержку в этом вопросе. Речь о постановлении Правительства РФ № 1432, согласно которому только в этом году выделено 9,6 млрд руб. субсидий на покупку сельхозтехники. Для крестьян и фермеров это означает, что машины отечественного производства они могут купить с 25%-ной скидкой (для Крыма, Сибири и Дальнего Востока скидка - 30%).

ИНОМАРКИ ПРОДАЁМ

«С введением субсидий на покупку техники мы почти поменяли свой парк машин: распродаём американские и канадские, потому что ремонт из-за курса доллара неподъёмный, и закупаем российские, - подтверждает Виктор БОЛДЫРЕВ, владелец небольшого агрохолдинга из Ставрополя. - Смотрим, сравниваем, ездим на заводы. Потому что будет у тебя два комбайна на 1000 га, один сломается - и до свидания, урожай. Рисковать не хочется».

За последние три года импорт комбайнов сократился в 5 раз, а объёмы продаж только завода «Ростсельмаш», к примеру, выросли на 40%. Сегодня это отдельный город в городе - 100 га территории, на которой 11 тыс. человек производят комбайны, тракторы, сеялки, косилки, опрыскиватели и много чего ещё. Заказы на технику здесь расписаны на месяцы вперёд.

«Основные наши клиенты - фермерские хозяйства и средние сельхозпроизводители, - говорит Прохор ДАРМОВ, директор по маркетингу «Ростсельмаша». - Но нашу технику имеют и 90% федеральных агрохолдингов».



Один день год кормит. Главное, чтобы именно в этот день не подвела техника!

МАШИНЫ ИЗ КООПЕРАТИВА

«Современная российская техника и правда хорошая, но многим фермерам даже со скидкой, даже в лизинг она не по карману, - говорит Александр РОДИН, глава Ассоциации крестьянских (фермерских) хозяйств (АККОР) Ростовской обл. - Поэтому берут белорусские комбайны, их собирают в России, но они на миллион дешевле. А техника ох как нужна, новая, современная. Ну, например, безотвальная обработка почвы даёт серьёзную экономию топлива. Но для этого нужна соответствующая машина. А наши фермеры чинят-перечинивают комбайны, которым по 20 лет! Техника стоит под открытым небом, снег, дождь, ветры её портят. Конечно, программа субсидирования многим позволила купить новые машины, но далеко не всем. Вот простой пример: в 90-е, когда правительство сделало ставку на развитие фермерства, фермеру давали кредит 50 тыс. руб. под 0,75%! На эти деньги можно было купить комбайн «Нива» (25 тыс. руб.), трактор ДТ-75 (6 тыс. руб.), самосвал (6 тыс. руб.), всю прицепную технику, семена, удобрения, горючее. А сейчас нередко те, у

кого своей техники не хватает, на поклон к соседу идут». «Да, мы такое практикуем, - говорит Сергей Стахов, фермер из Брянской обл. - В прошлом году соседнее хозяйство одолжило у нас свеклоуборочный комбайн - потом свёклой расплатилось».

По словам А. Родина, в такой ситуации самый лучший выход - машинные кооперативы. Например, в Германии машинной кооперацией охвачено 43% всех земель, занятых в сельском хозяйстве. Разрабатываются правила пользования соседской техникой и расценки на неё. Список свободных машин меняется каждый день, как и заявки от фермеров. Да, есть риск в нужный момент остаться без комбайна, но он в разы меньше, чем когда единственная старая машина встанет в поле в разгар жатвы. Что нужно, чтобы такая система заработала у нас? Как всегда, политическая воля и деньги. Последние - есть. На создание и работу консультационной службы в 2008-2012 гг., которая взяла бы на себя оргвопросы, связанные с крестьянством и фермерством, выделили 5 млрд руб. Проверка Счётной палаты установила: потрачены были всего 1,39 млрд, и то не по назначению. После чего выделяемую сумму сократили.

А ведь нужно-то - отладить механизмы! При понятной политике субсидирования производителей отечественной сельхозтехники результаты очевидны: в 2015 г. в программе принял участие 41 производитель. Это не только новые машины для села, но и десятки тысяч рабочих мест для города. Если условия финансирования, работы, жизни на селе так же постоянно улучшать, как и конструкции сеялок и жаток, что делают на наших заводах, мы легко можем себя продуктами обеспечить. А может, ещё и на продажу останется...



Татьяна КУЗНЕЦОВА
Москва - Ростов-на-Дону

Фото Валерия МАТЫЦИНА/ТАСС

СЕЛЬСКИЙ АВТОПАРК В ЦИФРАХ

80 000 комбайнов	общий дефицит техники	460 000 тракторов	ежегодно задействовано в сельхозработках	60% требуют замены
180 000 тракторов		12 000 единиц техники	ежегодно закупает аграрии	

НА СЕЛЕ РАБОТАЛО СЕЛЬХОЗТЕХНИКИ

До введения санкций	После введения санкций
40% отечественной	55% отечественной
60% импортной	45% импортной

5,2 млрд руб. было перечислено в качестве субсидий в 2015 г.
в 4 раза выросли продажи отечественной техники

КРУПНЕЙШИЕ ПРОИЗВОДИТЕЛИ И ЦЕНЫ

Комбайн TORUM	Посевной комплекс «Волгарь-РОГРО»	Цена	Субсидии
«Ростсельмаш», Ростов-на-Дону	«Сельмаш», Самарская обл.		
13,938 млн руб.	9,783 млн руб.		
3,937 млн руб.	2,764 млн руб.		
Зерновая сеялка «Любава»	Комбайн «Енисей»	Кормоуборочный комбайн	
«Белгородспецмаш», Белгородская обл.	Волжский комбайновый завод, г. Чебоксары	«Брянсксельмаш», Брянск	
3,166 млн руб.	3,055 млн руб.	3,263 млн руб.	
894 тыс. руб.	863 тыс. руб.	922 тыс. руб.	

НЕ МЕШАЙТЕ ФЕРМЕРУ!

МНЕНИЕ

Владимир Жириновский -
о том, кто
накормит страну.

ИСПОЛНИЛОСЬ 2 ГОДА С МОМЕНТА ВВЕДЕНИЯ РОССИЕЙ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫХ КОНТРСАНКЦИЙ В ОТНОШЕНИИ ЗАПАДНЫХ СТРАН.

Минсельхоз заявил в связи с этим, что эмбарго помогло российским производителям стать более конкурентоспособными и создало условия для привлечения инвестиций в отрасль. Производство многих видов сельхозпродукции значительно выросло. Ситуацию комментирует лидер ЛДПР



Владимир ЖИРИНОВСКИЙ, который незадолго до этого события на личном примере объяснил журналистам, что любой из нас может заместить импорт, самостоятельно обеспечив себя здоровой и натуральной пищей.

ЗЕМЛЮ - КРЕСТЬЯНАМ

В начале прошлого века наша страна была ведущей сельскохозяйственной державой. Мы экспортировали зерно, лён, мясо... Что изменилось? Климат поменялся? Эпидемии одолели? Почему до введения санкций мы импортировали треть продовольствия?

Санкции действительно помогли - теперь импортируем меньше. Но должны-то вообще не импортировать, а экспортировать! Пора вспомнить словосочетание «продовольственная безопасность страны» - чтобы наши нынешние оппоненты не смогли удешевить нас голодом.

Развитие сельского хозяйства должно стать главным при-



Сельское хозяйство - это всё: питание, здоровье, крепкая, сплочённая семья.

Фото РИА Новости

оритетом. А значит, государству нужно поддерживать крестьян. Вот, к примеру, Япония. Там рис - главный продукт. Так она постоянно повышает ввозные пошлины на иностранный рис. Свой стоит дороже. Но власти заботятся о производителях. Если японские крестьяне выращивают рис - они хорошо живут, и страна развивается, а если завезти вьетнамский рис, то своё хозяйство рухнет. Разорившиеся крестьяне придут в города - и начнётся какая-нибудь «японская весна».

А как мы можем поддержать своих крестьян? Нужно предоставлять им землю бесплатно, бесплатно подводить коммуникации. Сейчас начали раздавать землю на Дальнем Востоке - хорошо, если там будут наши фермеры, а не китайские. Но раздают-то землю голую - без инфраструктуры. А нужны программы по строительству дорог, линий электропередачи, жилья, школ, больниц. В США, стране вроде бы не сельской, такие программы есть. Разве мы не можем запустить аналогичные для своих крестьян?

Надо вернуть людей на землю, чтобы молодое поколение понимало, как пшеница растёт и откуда что берётся. Сельское хозяйство - это всё: питание, здоровье, демографическое развитие, крепкая, сплочённая семья, в которой все трудятся на общее благо. Если у тебя есть собственная ферма, ты отвечаешь за неё. И среди таких людей нет асоциальных элементов - у них попросту не остаётся времени на вредные привычки.

В ОЧЕРЕДЬ ДО ЛА-МАНША

Практически все продукты, которые мы покупаем за рубежом, содержат вредные химикаты и выращены, как правило, в неестественных условиях. Европейская земля уже выжата, она не даёт урожая без химии. А у нас самая большая пашня в мире - десятки миллионов гектаров. Мы можем производить такое продовольствие, за которым очередь выстроится аж до Ла-Манша. Заметьте, не за нашим газом, а за нашими продуктами!

Надеяться в этом на крупные агрохолдинги опасно. Они работают на массовое производство, а значит, дают усреднённое качество. Лучшие продукты производят в индивидуальных хозяйствах. Развитие фермерства решило бы заодно и проблему безработицы. Но люди не идут, потому что знают, что жизнь фермера в России - не сахар. И отравляют её не погодные условия или производственные трудности - отравляют чиновники, монополисты, торговые сети.

С последними понятно что делать: им нужно поставить жёсткие условия: 70% товаров на прилавках должны быть отечественными. Не выполняешь - сеть национализируется. А вот с агрохолдингами сложнее. Сперва крестьян согнали в колхозы, потом колхозы разогнали. Люди стали заниматься фермерством - появились агрохолдинги, те же колхозы, которые стремятся отобрать у них землю, когда завершается срок аренды. Они менее эффективно её используют, зато успешнее «решают вопросы», прибегая в том числе к коррупции.

Сейчас добросовестный фермер имеет лишь одно преимущество: если на торгах он предложит ту же сумму, что и «большой конкурент», земля

остаётся за ним. Однако крупному бизнесу несложно дать и больше. Поэтому, если земля обрабатывалась эффективно, давала хорошие урожаи, срок аренды надо продлевать на прежних условиях - безо всяких торгов. Чтобы никто не мог согнать фермера с земли! Все земли, прилегающие к городам, должны быть у граждан - только нужно жёстко следить, чтобы они использовались именно как земли сельскохозяйственного назначения.

ПЕРЕКУПЩИКИ ЧТО БАНКИРЫ

Нужны дешёвые целевые кредиты, чтобы их погашение не превращалось в пытку, как сейчас, чтобы банки, стремясь получить прибыль, не загоняли крестьян в кабалу. Бюрократия на крестьянина тоже давит - огромное количество справок, постоянные проверки. Начинающих фермеров нужно освободить от этого. Потом, когда встанут на ноги, они будут честно платить налоги.

У банкиров - свой произвол, у перекупщиков - свой. Доехал фермер до рынка - у него отобрали товар и сразу продали в 4 раза дороже. Это из-за перекупщиков везти помидоры из Китая в Москву оказывается дешевле, чем из Ставропольского края. Обойти их могут только крупные агрохолдинги, а мелкие хозяйства из-за них не в состоянии себя прокормить. Значит, надо помочь - оградить фермеров от произвола перекупщиков. Можно, конечно, ввести и дотации. Но не они главное. Это крупные хозяйства постоянно выпрашивают деньги у государства. А фермерам нужно просто не мешать работать - и они накормят Россию.

Если поддержать таким образом своих крестьян, то в России появится множество развитых частных ферм, которые станут противовесом доказавшим неэффективность коллективным хозяйствам - нынешним агрохолдингам.

Записала
Марина НАБАТНИКОВА

ВСЕ ДОКУМЕНТЫ - В ОДНОМ ОКНЕ?

С 1 ФЕВРАЛЯ 2017 Г. РОССИЙСКИЕ И ЗАГРАНПАСПОРТА, А ТАКЖЕ ВОДИТЕЛЬСКИЕ ПРАВА МОЖНО БУДЕТ ПОЛУЧИТЬ В МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ЦЕНТРАХ (МФЦ) В РЕЖИМЕ «ОДНОГО ОКНА». СООТВЕТСТВУЮЩЕЕ ПОСТАНОВЛЕНИЕ, КОТОРОЕ ОБЛЕГЧИТ ОБЩЕНИЕ РОССИЯН С ЧИНОВНИКАМИ, НА ДНЯХ ПОДПИСАЛ ГЛАВА КАБМИНА Д. МЕДВЕДЕВ.

«Время ожидания в очереди на выдачу водительских удостоверений - одно из самых больших: около 47 минут (эта услуга на 2-м месте по времени ожидания, на 1-м - регистрация или

снятие с учёта автосредств). Это выяснилось в ходе всероссийского социологического исследования уровня удовлетворённости граждан качеством государственных и муниципальных услуг. Возможность замены прав в МФЦ, а не только в отделениях ГИБДД



позволит победить очереди. Причём размер пошлины не увеличится», - сообщила «АиФ» **Елена ЛАШКИНА**, помощник министра Минэкономразвития РФ.

По данным министерства, сегодня в стране действует уже

больше 13 тыс. МФЦ и 96% населения страны имеют доступ к «одному окну». Есть региональные лидеры, в которых сеть МФЦ очень плотная (Москва и Московская обл., Краснодарский край, Ростовская обл., Воронежская обл.), а есть регионы, в которых «окон» пока единицы. Но сеть МФЦ расширяется, и с каждым годом их будет становиться всё больше.

«МФЦ удобны как для простых россиян, которым проще прийти в одно место за документами, так и бизнесу. Скажем, нашим фермерам из глубинки не надо ехать в областной центр за субсидией, а можно подать



заявку прямо у себя в районе», - рассказывает **Борис НОСКО**, начальник управления инноваций в органах власти правительства Ростовской обл. - В МФЦ чаще всего люди обращаются, чтобы зарегистрировать права на недвижимость, получить соцпомощь (самые популярные - получение субсидии на оплату ЖКХ, пособий) и услуги Пенсионного фонда (оформить маткапитал, пенсию и др.). Кстати, создание МФЦ - это административная реформа в действии. Переключи-

тив регистрацию прав на «одно окно», мы в области закрыли все отделения Росреестра, а начал оказывать соцслужбы, сократили количество соцслужб в регионе».

По данным Минэкономразвития РФ, с 2017 г. в МФЦ также можно будет оформить загранпаспорт с электронным носителем информации. Если с 1 февраля 2017 г. услуга будет доступна в городах свыше 100 тыс. человек, то с 1 января 2018 г. загранпаспорт нового образца можно будет оформить и в более мелких населённых пунктах.

Татьяна БОГДАНОВА

ЗОЛОТАЯ КОСА РОССИИ

МАСТЕРА

Уметь надо!

«СКОСИМ ВМЕСТЕ МЫ ТРАВУ И НАКОРМИМ ВСЮ СТРАНУ!» - ПОД ТАКИЕ ЧАСТУШКИ В ПОСЁЛКЕ АРТИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ ПРОШЁЛ VI МЕЖДУНАРОДНЫЙ ТУРНИР КОСАРЕЙ.

В Арти находится единственное в России производство кос. Больше половины продукции они продают за рубеж. «Умелые косари сейчас на вес золота, - говорит директор завода Виктор Михайлов. - Надо это искусство поддерживать, не должно оно умереть!»

Хорошая коса - настоящее богатство. Так что многие участники турнира приезжают со своим инструментом, подогнанным под руку хозяина. «Я,



Елена Сметанина на покос берёт с собой сына.

Фото автора

видите, две ручки приладил, - показывает Валерий Блаженков из села Крылово. - Это позволяет значительно увеличивать ширину покоса».

В нешуточной борьбе за призовые места участвовали и женщины. 71-летняя Елизавета Ретнёва из Невьянска решила вспомнить молодость, несмотря на инсульт и два микроинфаркта: «Нас у мамы пятеро было, я - самая старшая - сизмальства для скотины траву косила. Руки-то помнят...» А Елена Сметанина из села Тюльгаши за пару минут до старта ещё кормила грудью своего двухлетнего сынишку. И когда у неё во время соревнований сломался черенок косы, ни на секунду не притормозила - так и неслась стремительно к финишу с коротеньким обломком, оставляя за собой скошенную траву.

Рада БОЖЕНКО
(«АиФ-Урал»)

ПОЕХАЛИ В УСАДЬБУ!

САМЫЕ ПОПУЛЯРНЫЕ СТАРИННЫЕ РУССКИЕ УСАДЬБЫ НАЗВАЛ ИНТЕРНЕТ-ПОРТАЛ ROOMGU.RU.

1. АРХАНГЕЛЬСКОЕ

Московская область,
Красногорский р-н



Прекрасно сохранившийся архитектурно-парковый ансамбль, ранее принадлежавший князьям Одо-евским, Голицыным, Юсуповым.

2. ЯСНАЯ ПОЛЯНА

Тульская обл.,
Щёкинский р-н



Здесь родился, жил и творил Лев Толстой.

3. СПАСКОЕ-ЛУТОВИНОВО

Орловская обл.,
Мценский р-н



Родовое гнездо и мемориальный музей Ивана Тургенева.

4. МЕЛИХОВО

Московская обл.,
Чеховский р-н



Здесь 7 лет прожил Антон Чехов. В музее-заповеднике даже ставят спектакли.

Инфографика Анны ХАРИТОНОВОЙ

5. ПОЛЕНОВО

Тульская обл.,
Заокский р-н



Дом художника Василия Поленова, построенный по его проекту.

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

ЧТО ЕЩЁ ХОРОШЕГО?

- Сборная России выиграла чемпионат мира по футболу среди команд, состоящих из воспитанников детских домов и детей из неблагополучных семей.
- Экспорт фанеры из РФ за 1-й квартал 2016 г. вырос на 22% по сравнению с аналогичным периодом прошлого года.
- В России создают скафандры для Луны и Марса.
- В Дубне открылось предприятие по выпуску инновационной медицинской продукции.

С ПОПОЛНЕНИЕМ!

В РОССИИ СТАЛИ БОЛЬШЕ РОЖАТЬСЯ.

По данным Росстата, в июне 2016 г. естественный прирост населения составил 9,4 тыс. человек, тогда как в том же месяце 2015 г. этот показатель был в два раза ниже - 4,5 тыс. Число умерших снизилось на 4,8 тыс. человек. А младенцев за этот месяц, наоборот, появилось на свет больше, чем годом ранее.

БАБУШКА С ОТЛИЧИЕМ

ПЕНСИОНЕРКА ИЗ НОВОЧЕРКАССКА БЛЕСТЯЩЕ ВЫПОЛНИЛА НОРМАТИВЫ ГТО И СТАЛА ПЕРВОЙ БАБУШКОЙ В РОССИИ СО ЗНАКОМ СПОРТИВНОГО «ОТЛИЧИЯ».

89-летняя Вера Таушева (на фото) 10 раз отжалась от стула вместо положенных её возрастной группе 5 отжиманий и смогла 10 раз сделать упражнение на пресс. Наклонившись вперёд с прямыми ногами, она 10 раз дотронулась ладонями до пола, хотя пожи-

лым людям нужно лишь один раз достать пальцами до голени.

Также она прошла вместе со всеми 2 километра. «В молодости мы с мужем занимались лёгкой атлетикой, выступали на соревнованиях за воинскую часть, где служил супруг, и мне стало интересно, есть ли ещё порох в пороховницах», - призналась Вера Александровна.

Юлия ПАНФИЛОВСКАЯ
(«АиФ на Дону»)



ВЗЯЛИ НА КАРАНДАШ »



Некоторые врачи считают, что поклонникам игры с покемонами нужно лечение в реабилитационных центрах. Рисунок Павла КАЗАКОВА

ЗНАЙ СВОИ КОРНИ

МНОГИЕ ИЗ НАС ПЛОХО ЗНАЮТ СВОИХ ПРЕДКОВ, НЕ ИЗУЧАЮТ РОДОСЛОВНУЮ. ХОТЯ ЭТО ДАЁТ В ЖИЗНИ БОЛЬШИЕ ПРЕИМУЩЕСТВА.

ПОЗИЦИЯ



САЛТЫКОВОЙ

Лучшее, что может оставить человек после себя для будущих поколений, - капитал своего жизненного опыта. Чтобы понять это, достаточно закрыть глаза и представить, как за вашей спиной стоят ваши родители, за ними - их родители и так далее. Уже через 21 поколение, то есть всего лишь за 500 лет, у человека насчитывается 1 млн 48 тыс. 576 прямых родственников.

Когда осознаёшь это число, меняется отношение к себе. Я заметила, что даже осанка улучшается - мы непроизвольно поднимаем голову и расправляем плечи. Ты понимаешь, что за тобой стоит большая история твоих кровных родственников. Вообразите, сколько всего передаётся нам на генном уровне, и необязательно исключительно плохого, но и очень хорошего! И ещё важная вещь: подумайте, сколько людей умерло, так и не оставив на Земле потомства, а ваши предки жили. Множество родов прервалось, а ваш род оказался сильным, раз смог преодолеть все опасности, для того чтобы вы сейчас жили. Значит, все мы очень счастливые люди.

Сейчас очень популярны мотивирующие книги и публикации, разнообразные «заповеди успешных людей». Мы ищем героев, но ищем их где-то далеко. Считаем, что особенные люди находятся за пределами нашей собственной генеалогии. Но в действительности они есть в роду любого человека. Их таланты, способности и сила - в нашей крови.

В 1917 г. генеалогия была запрещена как буржуазная наука и начала возвращаться к людям только в послевоенное время, когда многие стали искать своих предков, погибших на полях сражений. А ведь в царской России знать свои корни считалось очень важным. Это было обязательно не только в дворянской среде. Крестьяне тоже изучали своё родовое древо, и не только для того, чтобы правильно передавать наделы. В 1990-е генеалогией стали интересоваться всё чаще, и вот сейчас знания о предках снова возвращаются к нам, чтобы помочь жить.

Виктория Салтыкова,
руководитель проекта по изучению родовой истории

СКАЗОЧНЫЙ МАСТЕР

ЗВЁЗДНЫЙ СЛЕД

Иван Билибин жил, работал и умер за Россию.

140 ЛЕТ НАЗАД, 16 АВГУСТА 1876 Г., В НЫНЕШНЕМ КУРОРТНОМ РАЙОНЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, А В ПРОШЛОМ - В СЕЛЕ ТАРХОВКА, РОДИЛСЯ МАЛЬЧИК. ЕМУ СУЖДЕНО БЫЛО СТАТЬ ХУДОЖНИКОМ, С ПРОИЗВЕДЕНИЯМИ КОТОРОГО МЫ НЕ РАССТАЁМСЯ НИКОГДА. НАЗВАЛИ ЕГО ИВАН. ФАМИЛИЯ - БИЛИБИН.

Чтобы понять, насколько творчество Билибина близко каждому, проведем эксперимент: достаньте купюру любого достоинства. Найдите слова «Банк России». Над ними - двуглавый орёл. Это работа Билибина от 1917 г. Птица предназначалась для Государственной печати Временного правительства.

Но не всё измеряется деньгами. Попробуйте представить себе Василису Прекрасную, Бабу-ягу или сказочный город. С большой вероятностью это будут образы, созданные Билибиным. Именно он создал канон иллюстраций к русской сказке и русский декоративный стиль как таковой.

ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ПРАВО

А ведь этого могло не быть. Отец, помощник главного доктора С.-Петербургского морского госпиталя, надеялся, что сын повторит карьеру деда - успешного юриста (зататки того были - учился мальчик хорошо, гимназию окончил с серебряной медалью). И настоял, чтобы Ваня поступил на юридический факультет Санкт-Петербургского университета. В семье со старинными купеческими корнями - род калужских промышленников Билибиных восходит к началу XVII в. - перечить родителям было не принято. В 1896 г. Иван Яковлевич уже студент-правовед.

На питерском юрфаке в те времена подобралась уникальная компания. Вот лишь несколько имён - Александр Бенуа, Мстислав Добужинский, Сергей Дягилев, Николай Рерих - люди, которые определили тот культурный взрыв, который мы называем Серебряным веком. К ним добавился и Иван Билибин. Можно представить себе отчаяние профессора Василия Ефимова: он преподаёт римское право, а выпускники - сплошь художники. В 1898 г. - Рерих, в 1900-м - Билибин. Утешение одно - вряд ли бы они составили славу отечественного правоведения.

Впрочем, в случае с Билибиным не факт. Об этом свидетельствует одна из его работ - «Суд во времена Русской Правды». Она поразительно достоверна в деталях. Тому есть объяснение. В архивах университета сохранилось заявление студента Билибина на посещение лекций Николая Дювернуа, автора монографии «Источники права и суд в Древней России». Специалисту по римскому праву, кем должен был стать Билибин, этот курс не нужен. А вот художнику Билибину,

«Из осаждённой крепости не бегут, её защищают».

увлечённому Древней Русью, он весьма пригодился. Равно как и дотошность, и скрупулёзность, и стремление к точности - свойства истинного правоведа.

Очень скоро эти «бухгалтерские» качества найдут прямое применение. По заданию этнографического отдела Русского музея Билибин в 1902-1904 гг. совершает ряд экспедиций. Архангельская, Вологодская, Тверская, Олонецкая губернии, чуть позже Карелия и Кижы. От художника в таких случаях ожидают этюдов, набросков, новых идей. Билибин же ведёт себя как настоящий учёный - не только создаёт фотоархив деревянной архитектуры, но и везёт в Петербург набойки, кружева, прятки, посуду, ларцы, вышивки и даже огромные пряничные доски. Вот его впечатления: «Только недавно открыли, точно Америку, старую художественную Русь, вандальски искалеченную, покрытую пылью и плесенью. Но и под пылью она была прекрасна, так прекрасна, что вполне понятен порыв открывших её - вернуть! Вернуть!»

«Я - НАЦИОНАЛИСТ!»

В этих путешествиях Билибину явно открылось что-то особенное, что позволило ему стать не просто художником-иллюстратором, но и постигнуть сокровенный смысл сказки, мифа и былин. Джон Толкиен, признанный специалист по северному эпосу, автор самого значительного фэнтези-произведения «Властелин Колец», в середине XX в. писал: «Рисунки, изображающие

волшебную страну, обязательно должны иметь рамку, чтобы нарисованное воспринималось как мир, увиденный через окно. И они ни в коем случае не должны быть похожи на фотографии. Скорее уж на витражи». Эти принципы были сформулированы Иваном Билибиным лет на 40 раньше. Все его иллюстрации сделаны именно так - рамка и витраж. Последней технике присуща точно выверенная линия, создающая форму. Билибин, практикуясь по 6-8 часов в день, достигает в ней такого совершенства, что получает от коллег прозвище Железная рука.

В очень похожей манере Билибин выступал впоследствии, когда был штатным художником ОСВАГ - Осведомительного Агентства вооружённых сил Деникина и Врангеля. Так, известен его злой и обидный для советской власти плакат 1919 г.: «О том, как немцы большевика на Россию выпускали». Но современными поклонниками белогвардейцев рано записывать художника в «свои». В 1906 г. Билибин был арестован и целые

сутки просидел в «Крестах» за другое произведение - карикатуру из журнала «Жупел». На ней в окружении императорских регалий и грифонов с герба Дома Романовых красовался осёл - символ глупости и идиотизма. Что же выходит? Билибин - «борец с царизмом»? Вряд ли. Ослиный сюжет не помешал ему пару лет спустя приступить к работе над серией почтовых марок, посвящённых царскому юбилею - 300-летию Дома Романовых. Может быть, он, как и многие художники, беспринципный и легкомысленный?

Снова мимо. Потому что принципы Билибина просты и понятны. Он не стеснялся демонстрировать их при каждом удобном случае. «Я стал более ярым националистом, чем когда-либо, насмотревшись на всех этих «носителей культуры» - англичан, французов, итальянцев и пр.», - пишет он из Каира, первого эмигрантского пристанища, в 1921 г. «Я - русский националист», - пишет он чешскому издателю из Парижа 5 лет спустя.

Но торопиться навешивать на уникального художника политический ярлык не стоит. Вот как он объяснял свою позицию: «Так как я большой люблю Россию, то я люблю также и всех тех, кто любит Россию, русскую культуру. Национальное есть мощь народа, если оно основано на любви к лучшему духовным проявлениям нации, а не на приверженности её случайной внешней политической обстановке».

То, что эти слова не пустой звук, Билибин доказал, когда вернулся из эмиграции на Родину. И, когда Родина попала в беду, в сентябре 1941 г. нарком просвещения РСФСР Владимир Потёмкин предложил Билибину покинуть Ленинград (65-летний художник жил и работал в подвале Ленинградской академии художеств, так как его квартиру разрушило во время бомбёжки), вокруг которого почти сомкнулось кольцо блокады. Художник ответил: «Из осаждённой крепости не бегут. Её защищают». И защищал - одной из последних работ Билибина стал рисунок «Русские витязи гонят рыцарей». Он умер от голода и холода 7 февраля 1942 г. На посту.



Константин Кудряшов



КУРАМ НА СМЕХ

ИЗЫДИ, ПОКЕМОН!



Венскую епархию РПЦ возмутило наличие покемонов в соборе святителя Николая Чудотворца в столице Австрии.

Отмечается, что в храме был обнаружен карманный монстр с «дьявольским названием Raabbb». Из-за этого представители епархии подали жалобу в компанию Niantic Labs Inc. (разработчик игры Pokémon Go), сообщает Radio Wien. Авторы жалобы потребовали немедленно и безвозвратно убрать всех покемонов из собора. «Церковь - это священное здание, которое должно использоваться только для богослужений», - говорится в тексте письма к Niantic. Зачем выгонять? Нужно просто обратить покемона в христианство!

СТУДЕНДУШКА



В Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет зачислили необычного студента - Кирилла Патрахина 1927

года рождения. Ближайшие пять лет дедушка, ныне 89-летний, будет изучать географию в педуниверситете, сообщает kpr.ru. Согласно информации на сайте вуза, Патрахин зачислен на заочное отделение естественно-научного факультета. «Это абсолютный рекорд в истории края, и мы очень гордимся, что Кирилл Петрович выбрал именно наш университет. У него всё в порядке со здоровьем, он отлично себя чувствует, поэтому разрабатывать какую-то особую программу для обучения не придётся», - рассказал сайту «В-курсе.ru» ректор университета Андрей Колесников. О чём говорит эта история? Пока заработаешь на наше платное образование, посидеешь.

Владимир ПОЛУПАНОВ



ИНТЕРНЕТ-ОПРОС

ГДЕ ВЫ ПРОВЕЛИ ИЛИ ПРОВЕДЁТЕ СВОЙ ЛЕТНИЙ ОТПУСК?

- Дома (или на даче) - **51%** (1752 голоса)
- У меня не будет отпуска - **21%** (717 голосов)
- На российских курортах - **15%** (507 голосов)
- За рубежом - **13%** (438 голосов)

Всего голосов: **3414**

Опрос проводился на сайте WWW.AIF.RU

МЕНЬШИЕ И СИЛЬНЕЙШИЕ

ЛЮДИ И ЗВЕРИ

Кого любят
сильные мира
сего.

ПЕРЕД РЕЗИДЕНЦИЕЙ ПРЕМЬЕР-МИНИСТРА ВЕЛИКОБРИТАНИИ ПРОИЗОШЛА КРОВАВАЯ БОЙНЯ: ДРАЛИСЬ... КОТ ПРЕМЬЕР-МИНИСТРА ЛАРРИ И КОТ МИНИСТРА ИНОСТРАННЫХ ДЕЛ КОРОЛЕВСТВА ПАЛМЕРСТОН.

А кто они - лучшие друзья
сильных мира сего?

ПЁС БО И ОБАМА

7-летний кобель породы португальская водяная собака - **домашний питомец семьи Обамы**. Был подарен сенатором Кеннеди - выбор породы (а это очень редкие животные, в США их всего 48 штук) был обусловлен наличием аллергии у одной из дочерей Обамы. Эти собаки, хоть и длинношёрстные, не вызывают аллергии. По официальной информации, **Бо обожает помидоры**.



ВЕРБЛЮД МАЛИ И ОЛЛАНД



Правительство Мали в благодарность за военную помощь подарило президенту Франции Франсуа Олланду верблюда. Тот не ожидал такого сюрприза и, пока его резиденция готовилась принять нового жильца, оставил животное на попечение одной малийской семье. Те же, продав инструкций, **в конце концов приготовили из верблюда... рагу**. Пришлось обескураженным властям Мали срочно добывать ещё один экземпляр животного.

СОБАКИ И КИМ ЧЕН ЫН

По примеру своего отца молодой правитель Северной Кореи каждый год покупает до десяти самых породистых и дорогих щенков со всего мира. Как поговаривают, **псы живут в гораздо лучших условиях, чем верные подданные диктатора**: вкусно и сытно едят, имеют постоянный медицинский контроль.



«Я люблю
птичек, кошечек,
зверушек»

БАФФИ, ЮМЭ И ПУТИН

Всем известно, что российский президент обожал лабрадоршу Конни (на фото слева). Но у него есть и другие собаки: болгарская (каракачанская) овчарка Баффи (справа сверху) и японская собака породы акита-ину по кличке Юмэ. Первая - подарок тогдашнего премьер-министра Болгарии Бойко Борисова. Эта порода настолько редкая, что в России подобных собак больше просто нет. А вторая была презентована Владимиру Владимировичу японскими властями. «Я люблю птичек, кошечек, зверушек», - рассказывал как-то Путин. Это утверждение он подтверждает на практике.



КОТ ЛАРРИ И ПРЕМЬЕР

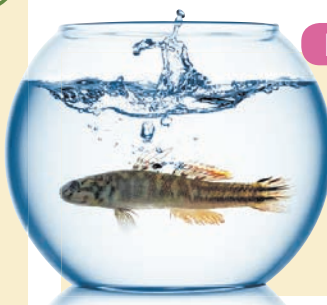
Самец, которому сейчас уже исполнилось 9 лет, **является официальным мышеловом резиденции британского премьер-министра**. Он был взят семьёй Кэмерона из приюта. За всю свою деятельность он сумел поймать... только одну мышку. Правда, кошка Фрея, которая на время сместила кота с его должности, и одной не сумела добыть. Может быть, просто потому, что на Даунинг-стрит нет мышей?

Пока неясно, останется ли Ларри с преемницей Кэмерона Терезой Мэй или переедет с семьёй своего прежнего владельца.



БЫЧОК И ИМПЕРАТОР ЯПОНИИ

Крошечная аквариумная рыбка породы **Euxyrus Akihito** получила своё название в честь императора Японии Акихито. Он по профессии ихтиолог, причём очень известный, имеющий ряд научных работ. Император коллекционирует рыб в своей лаборатории при дворце. И, в частности, рыбка этой названной в его честь породы - его любимца.



ЭММА, ЛИННЕТ, СВИФТ И ФАРОС И КОРОЛЕВА

Известная своей консервативностью английская королева Елизавета уже многие годы верна собакам породы **вельш-корги пемброк**. За жизнь у неё было около 30 таких пёсиков, и большинство из них - потомки одной, самой первой, которая имела кличку Сьюзен. Однако в 2009 г. она вынуждена была проститься с этой ветвью - сразу у двух собак был обнаружен рак, который, как выяснилось, может передаваться по наследству. Сейчас у королевы 4 собаки любимой породы: Эмма, Линнет, Свифт и Фарос.

В замке Елизаветы собакам выделены целые апартаменты, с отдельной гардеробной, кухней со специальным поваром и ванной комнатой.



Фото Legion-Media, East News, РИА Новости, Владимира РОДИОНОВА, Zuma, PA Photos/TACC



Юлия
ТУТИНА

Инфографика Марии КЛЕМЕНТЬЕВОЙ



Квартиры
в Новой
Москве от

1.99
млн руб.

- ипотека от ведущих банков
- военная ипотека
- собственная инфраструктура (детские сады, школа, зоны отдыха, торговый центр, храм, пожарная часть и т.д.)
- автономное отопление
- удобная транспортная развязка
- район окружен лесом
- московская прописка

(495) 151-28-10

borisoglebskoe-new.ru

* Не является публичной офертой. Количество квартир ограничено. Ипотечный кредит через ГАО ВТБ24, ПАО Сбербанк России, ПАО АКБ Связь-Банк, ЗАО Сургутнефтегазбанк, Банк Возрождение, АО КБ ДельтаКредит. Военная ипотека через ПАО Сбербанк России. Проектная декларация на сайте apreleyka-s2.ru

РЕКЛАМА 18+

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА

Профессор МГУ им. М. В. Ломоносова, бессменный ведущий ТВ-программы «В мире животных» **Николай ДРОЗДОВ**:

- Любовь к животным - важное качество для понимания конкретного человека. Как показывает практика, тот, кто хорошо

относится к братьям нашим меньшим, - человек более цивилизованный, добрый, имеет широкую натуру. Но это не аксиома. Увы, порой обладание бессловесной тварью, особенно экзотической и дорогой, - это скорее демонстрация крутости. Поэтому чем дороже животное, тем больше сомнений в том, для какой конкретно цели оно приобретаетается и демонстрируется.



ШПИОНЫ ПРОСЫПАЮТСЯ

ТЕЛЕЭФИР

Начался знаменитый сериал об агентах КГБ в Америке.

РЕН ТВ ПРОДОЛЖАЕТ СВОИ НОЧНЫЕ ПОКАЗЫ. ОТОРВАТЬСЯ НЕВОЗМОЖНО, ТАК ЧТО СРАЗУ ПРЕДУПРЕЖДАЕМ: НА РАБОТЕ БУДЕТЕ ЗЕВАТЬ И МОЛИТЬ КОЛЛЕГ О ЧАШКЕ КОФЕ.

С этого понедельника - наверняка. Ведь начался один из лучших сериалов Fox Entertainment Group - «Американцы». 9 наград из 33 номинаций на телепремии - достойная статистика.

Как можно догадаться, главные герои гражданами США как раз и не являются. Они - агенты КГБ под прикрытием. Действие остросюжетной шпионской драмы по сценарию бывшего агента ЦРУ Джо ВАЙСБЕРГА разворачивается в Америке в разгар «холодной войны», когда военные обеих сверхдержав держат пальцы на красных кнопках...



Вот она, нормальная американская семья образца 1980 года... с паспортами СССР. Фото предоставлено телеканалом РЕН ТВ

АГЕНТЫ ПО СОСЕДСТВУ

Надежда и Михаил живут двойной жизнью, они «спящие» агенты КГБ в пригороде Вашингтона. «Элизабет» и «Филип» изображают американскую супружескую пару. Но на самом деле - поддерживают шпионскую и информаторскую сеть наших спецслужб.

Прямо по поговорке «стерпится - слюбится» подставной брак агентов постепенно становится всё реальнее. Но от этого всё становится не проще, а сложнее, потому что у пары начинаются настоящие проблемы. Важная правительственная миссия оказывается под угрозой, а рядом поселяется любопытный сосед. Естественно, он не обычный американец из

пригорода, а агент контрразведки ФБР. Собственно, вокруг этого и строится действие: шпионам надо выполнить задание, соблюдая тонкий баланс между семейной жизнью и работой, а главное, не попасться агентам американских спецслужб.

НЕ МЕНЯЯ ИСТОРИИ

Критики называют «Американцев» одним из лучших сериалов на современном телевидении. Сериал удивителен и тем, что русские шпионы здесь не злодеи из Империи зла, а обычные люди с обычными проблемами. Эта история гораздо больше о семье, чем о шпионах. Хотя и шпионства, настоящего, а не выдуманного, основанного на опыте самого Джо Вайсберга и его коллег, здесь предостаточно. Отойти от стереотипов руководство убедил автор сценария.

«Изначально я хотел поместить героев в период «холодной войны» 70-х, потому что мне всегда нравились музыка и причёски того времени, - признаётся Вайсберг. - Но поскольку разгар «холодной войны» пришёлся на правление Рональда Рейгана, то конечное решение пришло само собой».

Как говорит автор, в какой-то момент герои стали жить своей жизнью, и запланированные повороты сюжета пришлось пере-

делывать буквально на съёмочной площадке. Но труднее всего было вплести героев в канву реальной истории: события остались теми же, а вот их подоплёка - иной. «В некоторых сюжетах нам приходилось создавать ветку истории, которая развивалась бы параллельно с той, что была на самом деле, но никак на неё не влияла. Как, например, в эпизоде про покушение на Рональда Рейгана, - говорит сценарист. -

с 23.30 и

**ДО РАССВЕТА
НА РЕН ТВ -
ШПИОНСКИЕ СТРАСТИ.**

Иногда бывшие сослуживцы из ЦРУ ругают меня, иногда хвалят. Как-то мне позвонил мой друг, агент спецслужбы, которого я не слышал несколько лет, и сказал, что «Американцы» - единственное шпионское шоу, которое он смотрит».



Елена СЕМЁНОВА

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ



Больная шея - беда для головы

Через шею, как через «бутылочное горлышко» человеческого тела, проходит масса важнейших нервных каналов и артерий, питающих мозжечок, вестибулярный аппарат и значимые центры, лежащие в основании мозга. Вот почему проблемы в шее мгновенно откликаются во всем организме, особенно страдает мозг. Остеохондроз шеи может вызывать вертебро-базилярную недостаточность, корешковые синдромы и даже являться причиной инсульта и инфаркта.

Если не забить тревогу как можно раньше, человек может стать постоянным клиентом невролога. Не проще ли вовремя попытаться исправить ситуацию?

Чем лечить?

В основе шейного остеохондроза лежат нарушения в кровообращении, влекущие за собой деградацию дисков. Устранить эти причины дает возможность магнитотерапия. Недаром она является обязательной составляющей терапевтического комплекса при шейном остеохондрозе. Чтобы пациент мог получать качественные процедуры, не

ШЕЙНЫЙ ОСТЕОХОНДРОЗ - ПРИЧИНА КИСЛОРОДНОГО ГОЛОДАНИЯ МОЗГА

Что делать, чтобы избежать последствий?

При шейном остеохондрозе досаждают дискомфорт и боль, которую провоцируют дегенеративные и дистрофические изменения межпозвоночных дисков. Но жгучие пульсирующие боли, головокружения, мигрени и «мушки» перед глазами - еще не самое страшное.

выходя из дома, в компании «Еламед» разработали магнитотерапевтический аппарат ДИАМАГ специально для лечения шейного остеохондроза и его осложнений.

Как действует ДИАМАГ?

Аппарат прежде всего способен ускорить капиллярный кровоток, расширить шейные кровеносные сосуды и снизить отек нервного корешка. Благодаря восстановлению артериального кровотока мозг получает кровь в достаточном объеме, обогащаются кровью и мышцы, что позволяет им расслабиться. ДИАМАГ дает возможность устранить воспаление в мелких суставах позвоночника - тогда они уменьшаются и прекратят давить на сосуды и нервы. Стимулирование обменных процессов может помочь улучшить питание тканей и затормозить развитие недуга.

Что это дает пациенту?

- 1. ДИАМАГ может помочь избавиться от «сверлящей» головной боли и головокружений, возникающих из-за раздражения нервов, напряжения мышц и воспаления суставов.**
- 2. ДИАМАГ дает возможность устранить скованность и восстановить свободу движений в шейном отделе, перестать**

испытывать тягостное онемение и покалывание в руках, на которые жалуются больные, особенно по утрам, когда так важно быть отдохнувшим и бодрым.

- 3. ДИАМАГ способствует ликвидации шаткости походки, зрительных и слуховых нарушений:** «мушек» перед глазами, шума и звона в ушах, свойственных вертебро-базилярному синдрому, когда из-за сдавленной артерии мозг и органы слуха недополучают кислорода, из-за чего люди даже падают в обморок.

- 4. Лечение ДИАМАГОМ содействует выработке гормона мелатонина, который улучшает сон,** нарушенный почти у всех больных шейным остеохондрозом.

- 5. ДИАМАГ дает возможность остановить дальнейшее разрушение межпозвоночных дисков и восстановить кровообращение головного мозга.**

Почему именно ДИАМАГ?

- Он ведет атаку на недуг сразу по всем его проявлениям.
- Не вызывает привыкания и гармонично сочетается с ЛФК, массажем и лекарствами, усиливая их действие.
- Прост в использовании, снабжен встроенными программами для лечения шейного остеохондроза, мигрени, инсульта, транзиторной ишемической атаки и ишемии головного мозга.

ДИАМАГ - современное средство для тех, кто ОТВЕТСТВЕННО относится к своему здоровью.

Приобретайте ДИАМАГ (АЛМАГ-03) в аптеках и магазинах медтехники по всей России или заказывайте у производителя (в т.ч. наложенным платежом).

Бесплатно получите консультацию по использованию по круглосуточному телефону компании Еламед

8-800-350-01-13

и узнайте точки продаж в своем регионе.

www.elamed.com

391351, Рязанская область, Елахма, ул. Янина, 25,
АО «Елатомский приборный завод»

ОГРН 1026200861620



Реклама 16+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

УДАЧА

Встречайте
олимпийскую серию
моментальных
лотерей.

ВОТ И СОСТОЯЛОСЬ ОТКРЫТИЕ САМОЙ СТРАННОЙ ОЛИМПИАДЫ В ИСТОРИИ. НИ РАЗУ ЕЩЁ СБОРНАЯ РОССИИ НЕ ВЫСТУПАЛА СТОЛЬ УСЕЧЁННЫМ СОСТАВОМ.

Остаётся только восхищаться силой духа и выдержкой наших спортсменов, которые после столь изматывающих сборов и

ожиданий всё-таки нашли в себе силы отправиться в Рио и побороться за честь нашей страны. Борьбась за удвоенной силой - за себя и за всех, кто не по своей воле так и не смог поехать на Игры.

Все последние месяцы россияне с замиранием сердца следили за сводками МОК и в глубине души надеялись, что здравый смысл всё-таки восторжествует. Специально для поддержки наших спортсменов всероссийские государственные лотереи «Спортлото» выпустили



вящены олимпийским столицам и разнообразным видам спорта.

И даже если ваши любимые спортсмены оказались за бортом Олимпиады в Рио, не отчаивайтесь, поспешите приобрести лотерейный билет, посвящённый этому виду спорта, и, возможно, удача восполнит несправедливость и вознаградит вас сполна!

Стоимость билетов «Праздник спорта» - 25 рублей, билетов «Русские игры» - 30 рублей, а выиграть можно до 500 000 и 300 000 рублей соответственно.

Билет «Быстрее, выше, сильнее!» обойдётся вам в 100 рублей, а выигрыш может составить до 5 000 000 рублей!

Все эти лотереи содержат по две игры, что делает участие в них ещё более увлекательным.

Моментальная лотерея - это отличный шанс испытать свою удачу, проверить интуицию и занимательно провести время. А ещё каждый лотерейный билет - это ваш вклад в развитие спорта и физической культуры России.

Приобрести билеты моментальных лотерей «Спортлото» вы можете в лотерейных киосках по всей России, магазинах «Связной», офисах продаж «МегаФон» и в отделениях Почты России.

Моментальных вам побед и ярких эмоций!

КОНКУРС «МОЯ СЧАСТЛИВАЯ ПРИМЕТА»



Эту историю прислал Юрий Николаевич КОЗЫРЕВ из Санкт-Петербурга.

«Хочу написать вам о примете, после которой я дважды обрел счастье в личной жизни. Первый раз это произошло зимой 1981 г. на исследовательском судне «Академик Крылов». Поход продолжался полгода в Атлантическом океане, я работал в должности аэролога. Мы находились недалеко от острова Ньюфаундленд и очередной вечер любовались закатом солнца на вертолётной палубе. Вдруг диск солнца коснулся к горизонту и изменил цвет с оранжевого на зелёный в течение 30 секунд. Это красивое оптическое явление природы привело меня в восторг.

После окончания похода я был в отпуске в Алма-Ате и познакомился там с девушкой Ларисой. Мы поженились, у нас родилась дочка Ксюша. Мы счастливо жили до 2007 г., но жена умерла...

Второй раз, в 2010 г., я уехал на зимовку в составе 55-й антарктической экспедиции на станцию Мирный. В летний период времени (в Северном полушарии - зимний) я проводил наблюдения за айсбергами, и при заходе солнца диск изменил свой цвет с оранжевого на зелёный секунд на 20, а затем и на

синий - на 10 секунд. Это явление произошло вторично в моей жизни. Восторгу не было предела.

Свои впечатления я отразил в дневнике и в письмах друзьям и родственникам. Когда вернулся из экспедиции, в отпуске познакомился с Олей, своей будущей женой. Мы счастливы.

Эту примету - зелёный луч света - я связываю со встречей двух любимых мною и дорогих моему сердцу женщин.

А какие приметы живут в вашей семье?

Расскажите нам и пришлите письмо в редакцию до 28 августа. Самые интересные истории каждую неделю будут публиковаться в «АиФ», на сайте «Столото» и на страничках «Столото» в социальных сетях, а их авторы получат в подарок золотые подвески в виде подковы. Свои письма присылайте по адресу: **109316, Москва, Волгоградский пр-т, д. 43, корп. 3, или на e-mail aif@stoloto.ru с пометкой: «Столото». Конкурс «Моя счастливая примета».** Не забудьте указать ваши имя, фамилию и контакты, чтобы мы могли вручить вам подарок. Более подробно с условиями конкурса вы можете ознакомиться на сайте stoloto.ru.

ПОДАРКИ ОТ «ЗОЛОТОЙ ПОДКОВЫ»

10 призов по 700 000 рублей и розыгрыш суперприза в праздничном тираже «Золотой подковы»



Каждый набор - это 10 билетов со всеми числами от 1 до 90 и забавными советами на удачу от Домового.

Трансляции розыгрыша - 4 сентября на канале НТВ.

Спрашивайте подарочные наборы «Золотой подковы» в лотерейных киосках, отделениях Почты России и киосках свежей прессы «Первая полоса».

Адреса продаж лотерейных билетов:

ул. Вешняковская, д. 39а
ул. Генерала Белова, вл. 33

ул. Марксистская, д. 10
Ореховый бульвар, д. 15
ул. Щербаковская, д. 7а
Шмитовский проезд, д. 11



Выигрыши будут больше в 50-м тираже
Смотрите розыгрыш 13 августа в 8:15 на НТВ

Материалы подготовила Алёна ЕЛАГИНА

Лотереи «Гослото «6 из 45», «Гослото «5 из 36», «Гослото «7 из 49», «Русское лото», «Золотая подкова», «6 из 36», «Жилищная лотерея», «Репидо», «Дуэль», «Прикуп», «12/24», «Топ-3» проводятся с 02.05.2012 по 31.12.2029. «Спортлото «6 из 49», «Кено-Спортлото» и моментальные лотереи «Спортлото» проводятся с 14.09.2009 по 31.12.2029. С информацией об организаторе 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 телефонам 8-499-270-27-27 и *777.

На правах рекламы. 18+

НАЙДИ СЕБЯ СРЕДИ ПОБЕДИТЕЛЕЙ!



Тираж № 193
Дата тиража **06.08.16**
Участвовало билетов **286 742**
Выиграло билетов **84 998**
Призовой фонд **14 337 100**
Суперприз **3 000 000**

Тур	Порядок выпадения чисел	Количество билетов	Выигрыш билета (руб.)
1	84, 16, 40, 63, 60, 90, 57, 29	3	70 000
2	78, 31, 48, 69, 34, 17, 27, 24, 53, 76, 45, 22, 89, 39, 68, 20, 11, 46, 56, 44, 15, 88, 04, 06, 32, 64, 82, 55, 12, 14, 74, 28, 21	1	Загородный дом №00360529 Красноярский край
3	72, 58, 47, 37, 86, 26, 07, 19, 49, 77, 13, 02, 79, 81, 83, 85, 03, 43, 80, 08, 50, 38, 10, 87, 25, 54	2	Загородный дом №00201992 Забайкальский край №00367791 Ставропольский край
4	51	1	Загородный дом №00664291 Астраханская обл.
5	75	10	240 000
6	67	7	10 000
7	30	23	2 000
8	42	24	1 500
9	59	38	1 000
10	36	74	700
11	05	147	500
12	62	253	400
13	70	415	300
14	73	586	245
15	01	930	205
16	61	1 814	174
17	41	2 268	152
18	65	3 719	135
19	09	5 364	123
20	52	7 948	114
21	35	13 784	109
22	18	18 997	105
23	23	28 590	104

Невыпавшие числа: 33, 66, 71.



Тираж № 1139
Дата тиража **07.08.16**
Участвовало билетов **670 876**
Выиграло билетов **131 551**
Призовой фонд **33 543 800**
Джекпот **100 000 000**

Тур	Порядок выпадения чисел	Количество билетов	Выигрыш билета (руб.)
1	58, 88, 72, 89, 10, 44, 85, 04	8	52 500
2	07, 09, 51, 37, 24, 60, 36, 77, 45, 49, 86, 56, 08, 01, 55, 25, 69, 82, 61, 34, 47, 52, 50, 33, 17, 30, 05, 38, 27, 84, 54, 73, 41	1	Автомобиль №00938080 Омская обл.
3	75, 28, 76, 26, 40, 90, 59, 74, 18, 16, 57, 43, 21, 42, 87, 46, 32, 71, 23, 03, 35, 12, 15	1	Автомобиль №00399085 Ставропольский край
4	80	2	Автомобиль №00467994 Ростовская обл. №91061267 www.stoloto.ru
5	20	3	360 000
6	66	5	30 000
7	67	10	15 000
8	78	13	5 001
9	48	24	2 000
10	22	26	1 500
11	79	51	1 000
12	39	63	701
13	64	202	501
14	19	327	300
15	62	657	256
16	63	999	221
17	68	1 369	194
18	53	1 957	174
19	29	2 846	160
20	81	5 155	148
21	70	6 943	140
22	83	10 636	133
23	02	18 489	130
24	14	33 595	129
25	11	48 169	

Невыпавшие числа: 06, 13, 31, 65.



Тираж № 49
Дата тиража **07.08.16**
Участвовало билетов **200 179**
Выиграло билетов **59 136**
Призовой фонд **10 008 950**
Суперприз **3 000 000**

Тур	Порядок выпадения чисел	Количество билетов	Выигрыш билета (руб.)
1	79, 51, 33, 47, 15, 90, 35	3	33 500 №00395483 Вологодская обл. №00520501 Волгоградская обл. №36474213 www.stoloto.ru
2	76, 82, 06, 37, 87, 48, 69, 55, 60, 44, 30, 03, 49, 12, 83, 10, 01, 29, 56, 46, 72, 54, 40, 81, 05, 24, 66, 36, 25, 18, 45, 07, 63, 21	1	500 000 №36463807 www.stoloto.ru
3	19, 43, 32, 78, 50, 39, 89, 80, 52, 13, 75, 17, 04, 16, 27, 85, 77, 23, 62, 42, 64, 22, 31, 70	1	1 500 000 №00371198 Рязанская обл.
4	74	1	15 000
5	14, 61	3	5 000
6	28	6	2 000
7	71	11	1 500
8	08	11	1 000
9	02	20	700
10	86	23	500
11	65	74	400
12	68	86	300
13	09	118	256
14	59	335	223
15	26	389	196
16	84	693	174
17	11	931	157
18	53	1 882	144
19	38	2 698	134
20	58	4 246	126
21	73	5 858	120
22	88	8 800	115
23	20	13 273	113
24	34	19 673	112

Невыпавшие числа: 41, 57, 67.



Тираж № 49

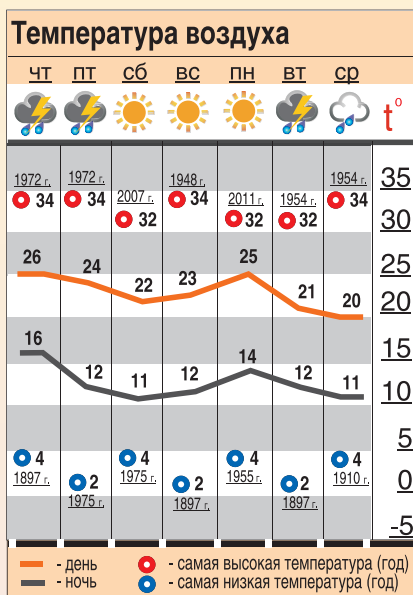
Дата тиража **06.08.16**
Участвовало билетов **127 381**
Выиграло билетов **32 746**

Суперприз 6 926 450

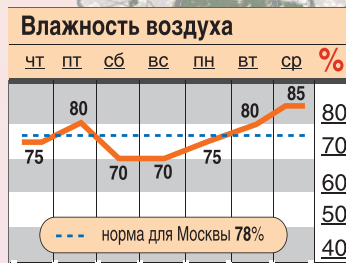
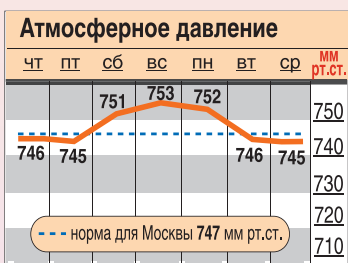
Выигрышная комбинация
09 25 01 34 22 04



ПРОГНОЗ ПОГОДЫ В МОСКВЕ на 11 - 17 августа



Прогноз погоды
составлен на 18.00 8 августа 2016 г.
центром «Фобос»



Туристам

	t° возд.	t° воды
Дубровник (Хорватия)	+26 +28	+26
Золотые Пески (Болгария)	+25 +27	+26
Коста-Брава (Испания)	+27 +29	+25
Лимасол (Кипр)	+29 +31	+29
Монастир (Тунис)	+31 +33	+27
Римини (Италия)	+26 +28	+25
Севастополь (Россия)	+27 +29	+27
Сочи (Россия)	+28 +30	+26



КАЛЕНДАРЬ САДОВОДА

НА 11-17 АВГУСТА

«АИФ» ПРОДОЛЖАЕТ ПУБЛИКАЦИЮ АКТУАЛЬНЫХ СОВЕТОВ ДЛЯ ДАЧНИКОВ.



11-13 АВГУСТА ЛУНА РАСТУЩАЯ

Весь день 11-го можно сеять (скороспелые зеленные, газонные травы, сидераты - на зелёное удобрение) и сажать растения, травянистые и древесные, но только с закрытой корневой системой, т. е. с комом земли на корнях. А затем в течение двух дней Стрелец, под который переходит Луна, «рекомендует» только уход за почвой и растениями, а также активную уборку урожая: чеснока и лука, огурцов и кабачков, цветной капусты и спаржевой фасоли, ранних яблок и груш. И уже пора приступать к уборке раннего картофеля - под Стрельцом и на растущей Луне он будет лучше храниться. Много споров у огородников вызывает вопрос скашивания картофельной ботвы перед уборкой. Специалисты отвечают на него так. Если ботва уже засохла, полностью или частично, если она поражена фитофторой или другими болезнями, скашивание или срезка и немедленное сжигание просто необходимы. Иначе инфекция может перейти на клубни, и тогда о долгом их хранении говорить не придётся. Да и выкапывать картофель без ботвы гораздо удобнее. Срезать её нужно на высоте 10-15 см от поверхности почвы, чтобы можно было видеть, где располагался куст. Совсем хорошо, если одновременно со срезкой ботвы участок ещё и прополоть. Обычно скашивание проводят за 2-3 недели до уборки. За это время на клубнях образуется прочная опробковевшая кожура, а значит, на них будет меньше механических повреждений.

ся куст. Совсем хорошо, если одновременно со срезкой ботвы участок ещё и прополоть. Обычно скашивание проводят за 2-3 недели до уборки. За это время на клубнях образуется прочная опробковевшая кожура, а значит, на них будет меньше механических повреждений.



14-16 (ДО 14.52) АВГУСТА ЛУНА РАСТУЩАЯ

В это время Луна будет находиться под знаком Козерога, когда удачными будут практически все сезонные работы на участке, включая посевы и посадки, поливы и подкормки растений минеральными удобрениями, но последнее - только при необходимости.



16 (С 14.52) - 17 АВГУСТА ЛУНА РАСТУЩАЯ

А сейчас, в дни полнолуния, которое состоится 18-го, лучше не тревожить почву и растения активными действиями.

Подробнее о работах в саду читайте в газете «АиФ. На даче».



АНЕКДОТ

Была такая жара, что я поставил в доме кондиционер. Помогло - на следующий день пошёл дождь и стало прохладнее.

КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Заведение из рассказа «Не пушу» Михаила Зощенко, где с научной целью внутренности промывают. 3. «Пропускной пункт» военного времени. 9. К чему обращены мысли учёного? 10. На каком корабле служит Алекс Хоппер из фантастического боевика «Морской бой»? 14. «Вынужденная ... не стоит благодарности». 18. Кому посвящены слова

Пабло Пикассо: «Матисс сохранил её красоту для вечности»? 19. Кто дал первые уроки английского языка Анне Ахматовой? 20. Страна вокруг Пекина. 21. Полнейшая безвкусица. 23. «Неспящий в Сиэтле» секс-символ Голливуда. 29. Фигурант завещания. 30. Сказочный герой, попавший в страну лжецов. 32. Какой нарком «воздвиг себе» памятник за строительство Беломорканала? 35. «Окаменевший силач». 37. Богохульные речи. 38. «Орёл Сугера»

из Лувра. 39. Чем можно заправить автомобиль? 40. Какой город освободил Александр Невский в битве на Чудском озере? 41. «... души для тех, кто носит маски». 43. Что Стивен Кинг «соткал из неисчислимого количества Если»? 44. «Отрезать ... к отступлению». 46. Самый сильный антиоксидант в крови человека. 48. После какой роли актёра Сергея Селина стали узнавать на улице? 49. Переводчик при Иване Грозном. 50. Моллюск с коллекционной раковиной. 51. Есть от чего прийти в уныние! 52. «Разгул стихии» с полотен Ивана Айвазовского. 53. Кто исполняет колыбельную в фильме «Голодные игры»? 54. Оставление позиций.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Травоядная. 2. Рыбина с герба Глазго. 4. Потребитель «homo sapiens».

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 31

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Терминал. 6. Рурк. 9. Амнистия. 10. Лифт. 11. Спортсмен. 14. Трап. 16. Ришар. 17. Питон. 18. Узел. 19. Дог. 20. Гагарин. 21. Кляп. 23. Кава. 25. Алиса. 29. Скрепа. 31. Пиала. 32. Президент. 34. Мирт. 37. Стейниц. 38. Пиллер. 40. Шопен. 42. Центр. 44. Корабль. 45. Дума. 46. Метро. 47. Кларнет. 48. Диктант. 49. Мать. 50. Иврит. 51. Эмпатия. 52. Монах. 53. Ясон. 54. Ворон.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Танцплощадка. 2. Рай. 3. Инопланетянин. 4. Астра. 5. Чипсы. 7. Ужин. 8. Катя. 10. Левин. 12. Стружка. 13. Закон. 15. Диван. 16. Ромашка. 19. Дидерик. 22. Вахта. 24. Вероломство. 26. Люди. 27. Сенсор. 28. Плата. 30. Язбец. 33. Айболит. 34. Мизантроп. 35. Эпидемия. 36. Лепет. 39. Реклама. 40. Штурвал. 41. Блинная. 43. Бревно. 46. Мерин. 48. Диво.

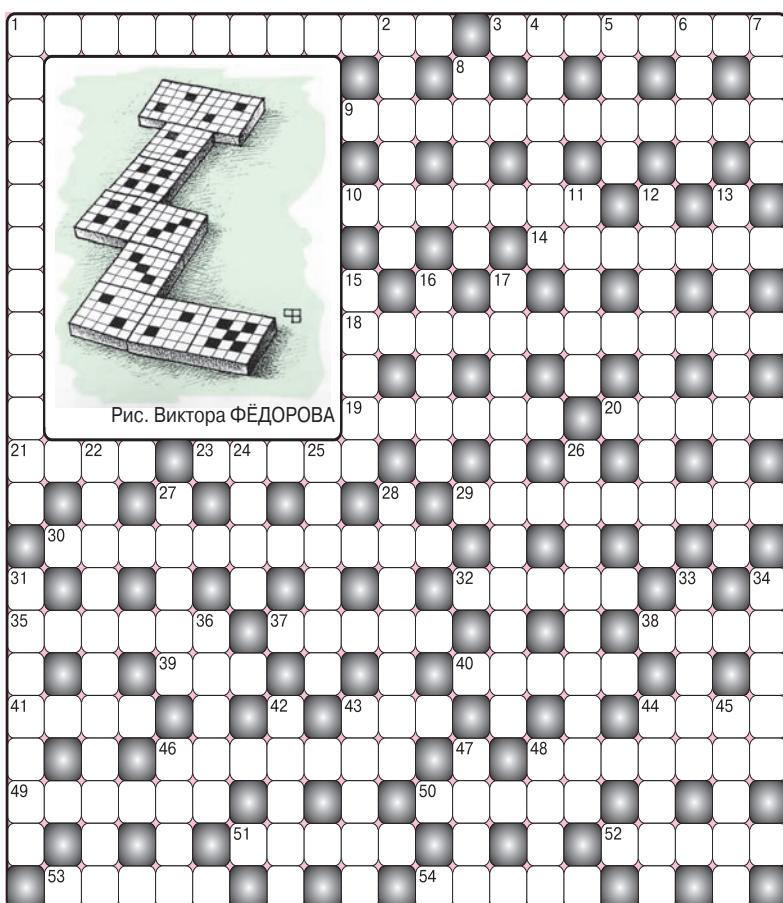


Рис. Виктора ФЁДОРОВА

АИФ ДОСРОЧНАЯ ПОДПИСКА!

Во всех почтовых отделениях

**Льготные
цены!**

Торопитесь оформить подписку на первое полугодие 2017 года

реклама

ПОДПИСКА НА «АиФ» — любимая газета с доставкой на дом!



«ТЫ БУДЕШЬ НАШЕЙ МАМОЙ?»

ИСТОРИЯ ЛЮБВИ

Как дочка лётчика-аса нашла папе жену, а себе маму.

«Я ПОНЯЛ, ЧТО ЛЮБЛЮ ФЕДЮ, КОГДА УВИДЕЛА, КАК ОН ЛЕТАЕТ. А В ДОМ К НИМ МЕНЯ ПРИВЕЛА ЕГО ДОЧКА», - РАССКАЗЫВАЕТ ЕЛЕНА, СУПРУГА ФЁДОРА ЯКИМЧУКА, КОТОРЫЙ НЕ ОДИН ГОД КОМАНДОВАЛ ОДНИМ ИЗ ЛУЧШИХ В СТРАНЕ ИСТРЕБИТЕЛЬНЫХ АВИАЦИОННЫХ ПОЛКОВ.

ОСОБОЕ ЛЕТО

...Отпуск летом 2003 г. стал для Елены судьбоносным. В городок Зерноград Ростовской обл. она приехала навестить родителей. И не подозревала, что в её жизни появится не только муж, но и любимая дочурка. «Когда Ира привела меня к себе в гости, я уже знала, что недавно у неё умерла мама Светлана. Молодая красивая женщина сгорела от рака. С момента трагедии прошёл почти год. Папа с дочкой жили вдвоём. Фёдор сам готовил еду, сам стирал и свой камуфляж, и детские вещи».



Фёдор с дочкой незадолго до встречи с Еленой.

С девочкой Елена познакомилась на соревнованиях по художественной гимнастике. В Зернограде есть школа олимпийского резерва. И на соревнованиях трибуны всегда полны зрителей. Елена сразу обратила внимание на миниатюрную девочку с большими грустными глазами. Она выступала прекрасно, но других детей поддерживали родители, а рядом с этой гимнасткой никого из взрослых не было. И костюм на всех выходах у неё был один и тот же, а её соперницы каждый раз меняли спортивные наряды. Елена спросила о ней кого-то и, узнав о горе девочки, захотела чем-то её порадовать. Предложила сшить Ирине новый костюм для выступлений



Фёдор и Елена венчались в 2013 г. в храме Архангела Михаила в Крымске.

- шитьё было её любимым хобби. «Помню, когда Ира впервые взяла меня за руку и посмотрела в глаза, у меня сердце бешено заколотилось», - рассказывает Елена. - Мне было 29 лет, и, глядя на эту 10-летнюю девочку, я подумала: вот о такой дочке я всегда мечтала. В тот же день она привела меня к ним домой в гости. Мы познакомились с Фёдором. События развивались стремительно. Предложение они сделали вдвоём, спросив: «Ты будешь нашей мамой?» Я ответила: «Да!»

В Москву Елена вернулась, чтобы закрыть свои дела. На тот момент в столице у неё была хорошая работа и зарплата в несколько раз больше, чем у командира авиационного полка - такую должность занимал в тот момент Фёдор. За его плечами была служба в Забайкалье, вторая чеченская война. Среди сослуживцев Фёдор слылся асом, да и официально он имел высшую квалификацию - «лётчик-снайпер». Елена признаётся, что влюблена в Фёдора, после того как увидела в небе фигуры высшего пилотажа в его исполнении.

«Я попросила Иру, чтобы, после того как мы с Фёдором поженимся, она называла меня мамой», - рассказывает Елена. - Дочка согласилась, но поставила условие: «Тогда не надо свадьбы, гостей. Будто вы давно женаты». Когда мы пришли подавать заявление в местный загс, нас встретили очень радушно. Спросили: «Вам два часа хватит подготовиться?» Я

СПАСЛО ЧУДО

Подходило к концу лето, перевернувшее жизнь Елены. 1 сентября дочку в школу повела она. «Папа был на службе, - вспоминает Ирина. - А ближе к концу линейки над школой на малой высоте пролетел истребитель и выполнил комплекс фигур высшего пилотажа. Ребята загалдели, учителя не поняли, что происходит. А мне сразу стало понятно: это папа поздравляет нас с началом учебного года».

Из Зернограда семья уехала спустя два года. Фёдора перевели в Крымск (Краснодарский край), где он возглавил истребительный авиационный полк, который через полтора года стал лучшим на юге России. Полк принял участие в операции по принуждению Грузии к миру, когда 8 августа 2008 г. грузинская армия напала на Южную Осетию. «Мы первыми зашли и последние вышли из Южной Осетии», - рассказывает Фёдор Иванович. - Прикрывали боевые действия ударной авиации, высадку нашего десанта и всю наземную операцию. В нашем полку мы не допустили потерь. В других, к великому сожалению, потери были». «Фёду мы за это время почти не видели. Молились с Ирой и ждали папу с войны», - говорит Елена. В запас Фёдор Якимчук вышел

включая Москву и Санкт-Петербург. Но он решил взять квартиру в Крымске. «Мне здесь не стыдно людям в глаза смотреть», - объяснил своё решение Фёдор.

Хлопоты о приватизации квартиры спасли их семью во время печально известного наводнения в Крымске, когда в 2012 г. там погибли 153 человека. «Мы уехали в Ростов-на-Дону оформлять документы и заночевали там, - рассказывает Елена. - И в эту ночь спящий Крымск накрыла гигантская волна. Масштаб катастрофы мы поняли, лишь когда вернулись в затопленный город».

«2 ЧАСА

ВАМ ХВАТИТ?» - СПРОСИЛИ РАБОТНИКИ ЗАГСА.

Трагедия в Крымске помогла принять решение - чему посвятить свои силы на «гражданке». Последние три года Фёдор Якимчук работает заместителем руководителя поисково-спасательного отряда МЧС России. И уже прибавил к своим боевым орденам награду за тушение пожаров в Геленджике. Дочка Ирина, будучи золотой медальницей, поступила на бюджетное отделение в Кубанский государственный технологический университет. А Елена продолжает работать в метеослужбе на военном аэродроме.

Лишь однажды в их семейных отношениях случился кризис. «Это был третий год нашей совместной жизни, - рассказывает Елена. - Я подумала: вот, не развиваюсь как личность. Превратилась в домохозяйку. Устроила дома скандал. Отрезвляющим душем стали слёзы Иришки. Я очнулась: «Что я творю? Это же моя дочь! Как я могу её предать?» Сейчас я столько получаю от дочурки, Ира - самый дорогой для меня человек. И я всегда буду ей благодарна, что когда-то она взяла меня за руку и повела прямой дорогой к счастью».



Летние каникулы Ирина обязательно проводит с родителями.

Фото автора

удивилась: «Как два часа? Положено же месяц ждать!» А Федя так спокойно говорит: «А что тянуть-то?»

в звании полковника. Ему, военному лётчику, полагалось жильё от государства. Выбрать его Фёдор мог в любом уголке России,



Мария ПОЗДНЯКОВА, Крымск - Москва



■ **Добра не помнящие!** Как поляки сносят памятники на могилах наших воинов и куда они их девают - в репортаже спецкора «АиФ».

■ **Квартира - за младенца.** Можно ли купить жильё на маткапитал, на сколько квадратных метров его хватает, можно ли потратить деньги на капремонт уже имеющейся квартиры?

■ **Отпуск после... отпуска.** Отдохнули и полны сил? Не бросайтесь с головой в работу. Чем это опасно для здоровья, объясняют специалисты.

■ **Вы совсем ошнурели?** Почему в списке самых высокооплачиваемых артистов звёзды эстрады, сколько можно заработать чёсом и почему это никогда не получится у звёзд мировой классики?

АИФ - анонс Читайте в следующем номере и на сайте WWW.AIF.RU

ИЗ СТОЛИЦ - НА ВЫСЕЛКИ?

ЖИЛЬЁ

Слышал, что депутаты предлагают разрешить переселять людей из аварийных домов в другие населённые пункты и даже регионы. Выходит, из центра могут отправить на выселки?

О. Жданов, Санкт-Петербург



Законопроект о переселении из аварийного жилья был внесён в Госдуму 1 августа, а уже через 5 дней под давлением коллег и общественности был отозван его авторами на доработку.

«В законопроекте скрываются серьёзные риски, которые надо устранить», - говорит Виталий СУББОТИН, руководитель кафедры ЖКХ и городского хозяйства Русской школы управления. - Депутаты заявляли, что ими движет забота о жителях ликвидируемых деревень и посёлков. Мол, зачем строить новые дома там, где жизни нет? С одной стороны, это так, но с другой - возможен и обратный процесс. По нему людей из аварийных домов, расположенных в центре крупных городов, можно законно отправить на выселки. Горожан начнут насильно превращать в сельских жителей. Зависит это от воли местных чиновников, а значит, злоупотреблений не избежать».

ДЛЯ ВСЕХ
ЦЕНА РАЗНАЯ?

ПРАВО

Кто устанавливает нотариусам размеры пошлин? Почему стандартная доверенность стоит тысячи рублей?

Р. Салихов, Уфа

«Государственные пошлины (тариф) утверждаются Налоговым кодексом РФ для каждого нотариального действия, - по-яснил «АиФ»



Станислав СМЕРНОВ, вице-президент Федеральной нотариальной палаты. - Нотариус имеет право дополнительно взимать стоимость проектной и технической работы. Их максимальный размер утверждается на местах, региональной нотариальной палатой. С января 2017 г. цена этих услуг будет ежегодно определяться по специальной формуле с учётом доходов населения конкретного субъекта Федерации в минувшем году. Выводы специалистов содержат и расчёт вложенного нотариусом труда».

Когда нотариус берёт 0,2% от стоимости квартиры, отвечая материально за чистоту сделки, мы согласны. Но как заверение расписки может стоить 8 тыс. рублей?! Совет: одевайтесь к нотариусу скромно, тогда «максимальный тариф» будет не ваш. И торгуйтесь!



Российские спортсмены (танковые биатлонисты) заявляют, что готовы подбегать в WADA для устранения возникшего недопонимания. Заодно и WADA сдаст анализы!

* * *

Нужно запретить рекламу дезодорантов «72 часа защиты», потому что есть люди, которые ей верят, и они потом ездят в общественном транспорте...

Ведущий полосы
Екатерина БАРОВА

Материалы полосы подготовили: Татьяна БОГДАНОВА, Наталья БОЯРКИНА, Валентина ОБЕРЕМКО, Елена ПЛОТНИКОВА. Фото РИА Новости

НИКОЛАЕВА ПОЖАЛЕЛИ?

ЛИЦА

Скандално известный актёр Валерий Николаев отделался штрафом в 150 тыс. руб. за то, что, будучи в неадекватном состоянии, едва не задавил полицейского. Перед законом все равны, но звёздам - штраф, а остальным - срок?

Д. Львова, Иваново

«Раньше должностные лица чаще всего либо не наказывали знаменитостей вообще, либо наказывали очень мягко, - говорит адвокат Сергей ЖОРИН. - Но лет 5 назад всё изменилось. Теперь, если публичные люди попадают в какие-то скандальные ситуации, их стараются наказать как можно строже».



Артист отделался лёгким испугом.

Применение насилия к представителю власти - тяжёлая статья, она предусматривает длительное заключение, но, насколько я помню, Валерий примирился с тем полицейским. А суд всегда учитывает такие вещи. Думаю, что достаточно мягкое наказание связано именно с этим. Но Николаев был на грани реального срока заключения».

КАК МЫТЬ ОВОЩИ И ФРУКТЫ?

ПОТРЕБИТЕЛЬ

Слышала, что овощи и фрукты нужно обязательно мыть с мылом, потому что их сильно обрабатывают химикатами. Это правда?

В. Глазкова, Рязань



Отвечает Владимир МУРАШОВ, заместитель завкафедрой высших растений МГУ: - Во-первых, чтобы получить хороший урожай, фрукты и овощи удобряют азотистыми удобрениями, так называемыми нитратами. Во-вторых, если плоды везут к нам

ещё зелёными (бананы, например), их, довозя до места продажи, обрабатывают газами, содержащими этилен. Делается это для того, чтобы ускорить процесс созревания. Кроме того, чтобы довести фрукты и ягоды (скажем, виноград) в Россию, в коробки с ними пускают сернистый газ, который не позволяет распространиться плесени, грибку и не даёт продукту испортиться.

Поэтому нужно тщательно мыть фрукты и овощи, детям - обязательно с мылом. А если вы чувствуете след воска (парафина) на яблоках, срежьте с них кожуру, а после чистки хорошо мойте руки. Ягоды же надо несколько минут промывать под проточной водой.

ИНСУЛЬТ НЕ ПРИГОВОР!

ЗДОРОВЬЕ

Прошлый Новый год в нашей семье не стал праздником. За два дня до него у моей жены случился инсульт, её парализовало на правую сторону. И до сих пор мы боремся с этой бедой, но результаты, к сожалению, минимальны. Много хорошего слышал о препарате «Энцеферол». Можно ли узнать что-либо о том, где и как достать, получить или купить этот препарат?

П.Я. Зорин, Белгород

«Энцеферол» - это комплексный препарат, парафармацевтик. В его составе только натуральные компоненты. Его используют для восстановления нарушенного кровообращения сосудов головного мозга, в том числе при атеросклерозе, инсультах и постинсультных состояниях. Более подробную информацию о препарате «Энцеферол» можно получить по телефону 8-800-555-70-10 с 9.00 до 20.00.

Применение «Энцеферол» не является основанием для самовольной отмены назначений лечащего врача. ООО «РуссБИО», ОГРН 1167746211434, 115191, г. Москва, пер. Духовской, д. 17, стр. 15.

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ
На правах рекламы

СКОЛЬКО БУДЕМ ПРАЗДНОВАТЬ?

ОТДЫХ

Правда ли, что в следующем году на 8 Марта будет лишь один выходной день, а на 23 февраля - четыре?

Е. Исаева, Химки

ПРАЗДНИКИ В 2017 Г.

ДЕКАБРЬ 2016 - ЯНВАРЬ							МАРТ							ИЮНЬ						
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
26	27	28	29	30	31	1			1	2	3	4	5				1	2	3	4
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	5	6	7	8	9	10	11
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	12	13	14	15	16	17	18
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	19	20	21	22	23	24	25
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30	31			26	27	28	29	30		
30	31																			

ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА ЯДА

МНЕНИЕ

Эффективен ли змеиный яд при лечении артритов?

В. Ю. Фомичев, Одинцово

Яды змей, безусловно, целебны. Их традиционно используют при лечении артритов. Особенно ценится в медицине яд кобры (Naja tripudialis) - препараты на его основе нашли своё основное применение в лечении болезней опорно-двигательного аппарата. Одной из главных задач терапии артритов является облегчение боли, особенно в коленных суставах, для этого и применяют

разогревающие мази на основе змеиного яда. Яд кобры помимо ослабления болевых ощущений, расширения сосудов и улучшения трофики тканей способствует укреплению стенок сосудов. В России продаётся всего один препарат на основе яда кобры - мазь «Наятокс». Он помогает в комплексной терапии артритов, радикулита, невралгии и других заболеваний опорно-двигательного аппарата.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ
На правах рекламы

ISSN 0204-0476

Аргументы
И Факты № 32 (1865)

Учредитель, издатель -
ЗАО «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.

В розницу цена свободная

Н. И. ЗЯТЬКОВ - главный редактор, президент

Е. ФАКТОРОВИЧ - 1-й зам. главного редактора, ответственный секретарь
А. ДОРОФЕЕВ - главный художник
В. ЦЕПЛЯЕВ - редактор отдела политики
В. КОСТИКОВ - руководитель центра стратегического планирования
Т. КУЗНЕЦОВА - редактор отдела спецпроектов
Ю. ШИГАРЕВА - редактор отдела культуры
П. МОЛОТКОВА - редактор отдела бизнеса и информации

Ведущий редактор номера Ю. ШИГАРЕВА

Служба рекламы «АиФ»: (495) 646-57-55; e-mail: advert@aif.ru. Публикации, обозначенные рубриками «Мнение», «Цена успеха», «Будьте здоровы», «Событие», «Дословно», «Разговор с профессионалом», печатаются на правах

Ю. ТУТИНА - редактор отдела общества
Г. ЗОТОВ - руководитель департамента зарубежных интервью и расследований
Е. БЫЧКОВА - руководитель центра анализа развития Москвы
В. ПОЛУПАНОВ - музыкальный обозреватель
И. КОДЗАСОВА - редактор департамента региональных редакций
В. СВАРЦЕВИЧ - обозреватель
В. ХЕСИНА - редактор отдела спорта

рекламы. Редакция не несёт ответственности за содержание рекламных объявлений.
Пресс-центр: (495) 252-02-90. Дирекция регионального развития - (495) 646-57-89, доб. 4273, доб. 4714 (факс),

Р. Ю. НОВИКОВ - генеральный директор

О. ГАЙДУК - директор по рекламе
К. ДЕЙНЕКИН - директор по производству
С. ДУБОВИЦКИЙ - директор по маркетингу и развитию
М. МИШУНКИНА - 1-й заместитель генерального директора
В. НЕПОМНЮЩИЙ - директор по работе с регионами
О. КОРОБКО - директор по распространению и подписке
Я. ЯМОЛЬДИНОВА - директор по связям с общественностью

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 (8512) 48-16-13 Барнаул (3852) 271-371 Белгород (4722) 20-18-48 Благовещенск (4162) 20-19-72 Брянск (4832) 62-18-38 Волгоград (8442) 78-16-67 Вологда (8172) 54-92-93	Воронеж (4732) 60-65-57 Владивосток (4232) 20-06-51 Владимир (4922) 32-64-96 Екатеринбург (343) 372-15-07 Иваново (4932) 37-41-87 Ижевск (3412) 51-13-50 Йошкар-Ола (8362) 38-06-00	Иркутск (3952) 50-05-26 Казань (843) 526-94-20 Калининград (4012) 66-80-90 Калуга (4842) 79-04-54 Кемерово (4842) 54-08-73 Кострома (4942) 37-31-55 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	Новосибирск (831) 233-05-41 Новгород (383) 314-35-37 Омск (3812) 24-05-80 Оренбург (3532) 37-51-61 Орел (4862) 54-08-73 Пенза (8412) 56-27-61 Пермь (342) 200-100	Петрозаводск (8142) 59-55-19 Псков (4152) 22-05-32 Рязань (812) 56-80-06 Ростов-на-Дону (8632) 40-94-18 Самара (842) 327-38-50 Санкт-Петербург (812) 327-33-51 Саранск (8342) 24-28-14	Саратов (8452) 53-37-25 Симферополь (3652) 70-90-71 Смоленск (4812) 35-76-64 Ставрополь (8652) 35-72-41 Сургут (3462) 37-67-30 Тамбов (4752) 71-02-35 Тверь (4822) 58-36-03	Томск (3822) 25-74-62 Тумень (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) 79-44-16	Ханты-Мансийск (3467) 33-81-56 Чебоксары (8352) 57-11-17 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
--	---	---	--	---	--	---	--	---	--