

АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ

№ 39 (1872) Газета издаётся с 1978 года
28 сентября - 4 октября 2016 г. В розницу цена свободная

МОСКВА WWW.AIF.RU



КЕМ И ЧЕМ ГОРДИТЬСЯ?

ЧТО ОСТАВИМ ПОДРАСТАЮЩЕМУ ПОКОЛЕНИЮ с. 8-9

Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА. Фото Stock Image/PhotoXPRESS.ru

ПЕРВО-НАПЕРВО »

НОВЫЕ ПОБОРЫ ОТМЕНЯЮТСЯ

Президент В. Путин не решил повышать налоги на граждан и на бизнес до 2019 г. Это значит, что разговоры об увеличении НДФЛ, НДС и взносов с фонда оплаты труда пока так и останутся разговорами.

Бюджет и так достаточно пополняется из карманов граждан. Взносы на капремонт, увеличение размеров всевозможных штрафов, растущие тарифы на услуги ЖКХ - в условиях экономического кризиса нагрузка на большинство российских семей становится непомерной. В этих условиях государство, наоборот, должно подумать, как её снизить.

Некоторые меры уже приняты. Не платят взносы на капремонт пожилые россияне 80 и старше лет, принято решение вместо индексации пенсий выплатить одновременно по 5000 руб. всем пенсионерам,

получающим пенсию по линии Пенсионного фонда РФ. А чтобы сбалансировать бюджет, не повышая налоги, президент велел сократить расходы.

Ресурсы есть, о чём «АиФ» писал неоднократно. Ну, например, по результатам прошлого года министерства и ведомства не освоили из закрытых статей расходов госказны 850 млрд руб. В этом году, утверждают эксперты, эта сумма будет ещё больше.

Таким образом, президент В. Путин чётко обозначил, что ресурсы по экономии бюджета есть и для этого необязательно повышать налоги для населения и бизнеса.

ЛИЧНОСТЬ

МИХАИЛ ВЕЛЛЕР:

«В реальности критерий ума только один - победа» с. 3

ПЕРСОНА

ЕВГЕНИЙ ГРИШКОВЕЦ:

«Деньги контролируют человека и лишают его свободы» с. 10

ВЛАСТЬ

ДУМАТЬ ЗАНОВО

Госдума: кто пришёл, а кто остался? с. 5

ДЕНЬГИ

ДНА НЕ ВИДНО?

Куда движется российская экономика с. 18

ЗДОРОВЬЕ

ЕСТЬ ИМЕЮ!

Как продлить жизнь с помощью диеты с. 42

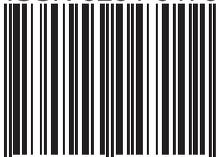
УДАЧА

На правах рекламы

«ГОСЛОТО «7 из 49»

распределит более 40 000 000 руб. с. 61

ISSN 0204-0476



9 770204 047002

16039



ПОДПИСКА БЕЗ ОЧЕРЕДИ!

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/PODPISKA

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

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

ЭТО УДОБНО!

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

реклама

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

КАК ПОНИМАТЬ НОВЫЕ НАЗНАЧЕНИЯ?

КАДРЫ

После выборов президент произвёл ряд перестановок. В чём их основной смысл?
И. Попов, Москва

Назначение **Сергея Нарышкина** главой Службы внешней разведки (СВР) источники «АиФ» считают ожидаемым: вроде бы прежний спикер Госдумы сам выражал желание перейти на менее публичную должность, а СВР - как раз одна из наиболее закрытых спецслужб. Его предшественник в СВР, экс-премьер **Михаил Фрадков**, руководил разведкой 9 лет, а теперь возглавил совет директоров РЖД вместо вице-премьера А. Дворковича. «Переход тяжеловеса Нарышкина



в СВР означает, что слухи о масштабном слиянии силовиков не имеют под собой почвы, - считает **Алексей МУХИН**, гендиректор Центра политической информации. - Анонсированный в прессе проект создания Министерства госбезопасности, куда якобы войдут ФСБ, СВР и часть ФСО, всплывает всякий раз, когда обостряется «антикоррупционная» конкуренция между силовыми ведомствами. Думаю, никто не будет проводить такую реформу в условиях гибридной войны против РФ, потому что любые перестройки дезорганизуют работу спецслужб на полгода-год. К тому же

разряду, кстати, я отношу и слухи о досрочных президентских выборах в 2017 году. Зачем Владимиру Путину сокращать срок своих полномочий на целый год? В сегодняшних реалиях он спокойно переизберётся на следующий срок как в 2017-м, так и в 2018 году».

Главное кресло в Госдуме займёт **Вячеслав Володин**, до этого 1-й замглавы президентской администрации и куратор внутренней политики. В отличие от Нарышкина он, напротив, возвращается из «политзакулисья» в публичную сферу, которая ему хорошо знакома - Володин был депутатом в 1999-2010 гг., много лет занимал пост вице-спикера. Заместителями **В. Володина** в руководстве ГД станут **Александр Жуков**, **Владимир Васильев**, **Сергей Неверов**, **Ирина Яровая**, а также телеведущий **Пётр Толстой** (подробнее о новых лицах Думы на с. 5). А вот в версиях о том, кто займёт место 1-го замглавы АП, недостатка не было. Назывались кандидатуры в диапазоне от главы «Росатома» С. Кириенко и шефа ВГТРК О. Добродеева до губернатора Подмосковья А. Воробьёва и секретаря Общественной палаты А. Бречалова.

Широко обсуждалась и судьба главы СКР **Александра Бастрыкина**. По данным ряда СМИ, прошение президенту об освобождении от должности он подал ещё 20 сентября. Но к моменту подписания этого номера официального подтверждения отставки не было.

Виталий ЦЕПЛЯЕВ

ВСЁ В МАЙОНЕЗЕ



А. СИЛУАНОВ, министр финансов: «Создание условий для достойной пенсии граждан - это дело граждан».

Как говорится, спасение утопающих - дело рук самих утопающих. Не очень понятно, правда, зачем тогда нужен Пенсионный фонд...

М. МЕНЬ, глава Минстроя: «Сегодня собираемость (взносов на капремонт. - Ред.) уже превысила 80%. Это главный показатель - люди голосуют рублём».



Люди голосуют рублём, потому что не хотят голосовать двумя рублями. Ведь за неуплату коммунальщики грозят судом и пенями!



Д. ВОРОНЕНКОВ, депутат Госдумы 6-го созыва: «В этом буфете (Госдумы. - Ред.) я вообще никогда не ел, у меня очень крепкий желудок, но там всё залито майонезом, поэтому я не перевариваю».

Тем, кто завидует благосостоянию депутатов, не надо думать, что всё у них в шоколаде. На самом деле у них всё в майонезе...

С. РОЛДУГИН, виолончелист: «Я вот такую деталь знаю. Охрана Обамы не решается оставить Обаму один на один с Путиным разговаривать!»



Правильно делает! А то ещё выйдет после встречи и призовет сторонников голосовать на выборах в США не за родную Демократическую партию, а за «Единую Россию»...



Н. ДЖИГУРДА, артист: «Я вступил в новую реальность, поэтому сбрил бороду... Ещё я подал документы о смене фамилии. Скоро у меня будет новая фамилия».

Чтобы Никиту Борисовича Погоржельского-Браташ-Джи (так он теперь собирается называться) точно никто не узнал, осталось только пол сменить!

С. РЕПОВ, **А. ФУФЫРИН**. Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО По материалам СМИ «Интерфакс», РИА Новости, «Коммерсантъ», МК, «Версия», телеканала «360»

МНЕНИЕ НАРОДА

ДАЧА ПОБЕДИЛА КУРОРТЫ

Социологи подвели итоги летнего сезона. 45% опрошенных заявили, что вообще не брали в это время отпуск. А вот где смогли отдохнуть другие*.



С. ХОРКИНА, двукратная олимпийская чемпионка: «Очевидно и понятно, что эта организация - WADA - ручная. Если она работает, как у нас говорят, в одни ворота, то зачем она нужна?»

Страшно даже подумать, что бы натворила эта организация, если бы была не ручная, а дикая...

КАТАРАКТА С ГЛАЗ ДОЛОЙ

НОВЕЙШИЙ МЕТОД ЛЕЧЕНИЯ ГЛАЗНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ!!!

Российские учёные 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 - «ДЮНА - ОКО»! Впервые научились воздействовать лечебным светом восходящего солнца 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 «ДЮНА - ОКО» В ДЕЙСТВИИ! Аппарат «ДЮНА - ОКО» подарит вам возможность восстановить и сберечь зрение до глубокой старости!

Подробности по телефонам: **8-800-500-74-03.**
8-495-646-84-03; 8-3822-522-847



СДЕЛАТЬ МИР ХОРОШИМ

ЛИЧНОСТЬ

Михаил Веллер - о власти, кризисе Европы и благе народа.

«ЕСЛИ ЗАВТРА ВДРУГ ОКАЖЕТСЯ, ЧТО ВЛАСТНЫЕ МУЖИ БЕСКОРЫСТНЫ, ТО ПРОЙДУТ СЧИТАЕМЫЕ МЕСЯЦАМИ, И МАССЫ МОЛОДЁЖИ СМЕНЯТ СВОЮ ЦЕННОСТНУЮ ОРИЕНТАЦИЮ», - УВЕРЕН ПИСАТЕЛЬ.

На прошедшей Московской международной книжной ярмарке писатель и философ Михаил Веллер представил свою новую книгу «Накануне неизвестно чего». Критики назвали её «смесью судебного приговора, крика души и политического трактата».

СЧАСТЬЕ - КАЖДОМУ?

- Михаил Иосифович, летом этого года социологи провели интернет-опрос: граждан России, Беларуси, Казахстана и Украины попросили назвать слово, с которым у них ассоциируется понятие «власть». На первом месте оказалось слово «деньги», на втором - «сила» и лишь на третьем - «ответственность». Что, на мой взгляд, странно. Ведь власть - это прежде всего ответственность перед теми, кто тебя этой властью наделил.

- Поскольку мы живём в эпоху упадка цивилизации, в эпоху распада великих государств со славной историей, смещение критериев симптоматично. Разумеется, власть - это не деньги, потому что ни Джордж Сорос, ни Билл Гейтс, ни султан Бруней не являются самыми могущественными людьми в мире. Более того, нет никакой информации о том, что у президента США Барака Обамы есть хотя бы пятая часть 1 млрд долл. То есть в клубе миллиардеров над этим загорелым парнем просто смеялись бы.

То, что участники опроса на первое место поставили деньги, говорит о моральной деградации сегодняшнего общества и прежде всего молодёжи, которой старшее поколение вручает искажённую ценностную шкалу. Ведь что такое власть? Это возможность сделать всё что угодно. И в молодости, когда люди более благородны, более романтичны, более мечтательны, когда они ещё набрали меньше шишек о злую и жёсткую жизнь, - вот в этом возрасте мечтают о всемогуществе. Чтобы сделать мир хорошим. Мечтают о том, чтобы, как гениально написали Стругацкие в финале «Пикника на обочине», «счастье для всех, даром, и пусть

никто не уйдёт обиженным!». И то, что опрос никак не показал этого стремления, говорит о том, что мораль в нашем обществе находится в скверном состоянии.



«Ум обладает главной способностью - строить план и выполнять его». Фото Анатолия СТРУНИНА/ТАСС

Но каждый раз почему-то страна выбирала не предлагаемые им реформы, а путь многотрудный, порой приводящий к краху. Почему?

Что люди, олицетворяющие власть, не являются моральными авторитетами, зато являются авторитетами финансовыми. Их квартиры, коттеджи и дворцы, их яхты и лимузины у сравнительно бесхитростной ещё молодёжи ассоциируются с властью, что есть позор для старшего поколения.

- И как теперь поменять вектор сознания? Ведь нынешние молодые завтра станут основной движущей силой страны.

- Когда в августе 1939 г. товарищ Сталин заключил договор с Гитлером, то назавтра же было сказано, что Третий рейх теперь наш союзник. Граждане, конечно, были немного ошарашены, но через несколько месяцев как-то попривыкли. А это был резчайший поворот - население СССР годами воспитывалось в духе будущей войны с грядущим фашизмом.

Так что если завтра окажется, что властные мужи бескорыстны, что все силы свои они кладут на алтарь Отечества, что презренным металлом не интересуются, а благо народа ставят превыше всего, то пройдут считанные месяцы, и массы молодёжи сменят свою ценностную ориентацию. Ибо так устроен социум: образ жизни вожака является образом жизни альфа-самцов, а под тех уже выстраивается всё общество. И если рыба с головы тухнет, то либо только с головы рыба может выздороветь, либо хвост устраивает революцию и объявляет головой себя.

ПРАВО СИЛЫ

- Небольшой экскурс в историю, который вы делаете в своей новой книге, показывает: в критические моменты в России находились люди,

готовые предложить выход малой кровью из плохой ситуации. Столыпин в начале XX в., Геращенко в постбрежневскую эпоху, Явлинский с программой «500 дней» в перестройку...

Умничанье характеризуется сложными словами, научной или псевдонаучной терминологией и рассуждениями о разных материях. А ум характеризуется способностью добиваться поставленной цели. Ум обладает главной функцией - строить план и выполнять этот план. И вот в этом аспекте умные люди России не были умными - они были краснобаи. Они умели разглагольствовать, строить планы вообще, но они не умели воплощать их в реальность, потому что в реальности критерий ума только один - победа.

ЧТО ВПЕРЕДИ?

- А умные люди в Европе, которые долго и умело объясняли, что сирых и убогих надо любить, жалеть и ставить выше себя, - насколько они добились своей цели? И не ударит ли эта цель теперь по ним?

- Сегодня мы имеем в Европе очень интересную подмену сущности демократии кратким набором её атрибутов. Первое - свобода миграции, которую правильнее назвать свободой незаконного переселения людей из любых стран в любую цивилизованную страну Запада. Пункт второй - неприемление европейцем насилия ни по какому поводу. То есть, когда тебя избивают, ради бога, не толкни убийцу так, чтобы он упал и убился. А если вор у тебя на глазах грабит твой дом, ты не имеешь права нанести ему физические повреждения, потому что этот грабёж не угрожает твоей жизни и здоровью.

Третий момент - права сексуальных меньшинств. Самое главное - чтобы гомосексуалисты, лесбиянки, трансгендеры и кто они там есть ещё пользовались не только всеми правами, но и уважением общества. Любое недовольство в их адрес рассматривается как преступление. И любая попытка сказать, что естественные человеческие отношения неравноценны отношениям неестественным (которые с удивительно наглым лицемерием именуют нетрадиционными), приравнивается к фашизму. Всё то, что существовало в течение тысяч лет; всё то, что было ещё в 50-е годы, когда Запад приходил в себя после страшной Второй мировой; всё то, что было в 60-е годы, когда человечество вышло в космос и люди стали жить в комфорте и безопасности, - всё это теперь,

оказывается, фашизм. Всё это, оказывается, пещерный век.

А непещерный век начался тогда, когда все убогие и все извращенцы были объявлены людьми высшего сорта, которым нужно дать всего и больше. Разумеется, всё это не демократия - всё это плесень на теле демократии. Разумеется, не благодаря этому евроатлантическая цивилизация достигла своих высот. Напротив, когда она достигла высот, когда на этих высотах политическая перспектива и экономическое развитие оказались исчерпаны, эта плесень и завелась. Сегодняшние мыслители Запада признают: перспективы нет. Они ничего не могут противопоставить идеям исламской молодёжи, которая носится с желанием устроить всемирный халифат и горит идеей справедливого переустройства мира под зелёным знаменем ислама. А что ей можно сказать?

Будьте как мы, живите сыто и спокойно, только впереди нет ничего?

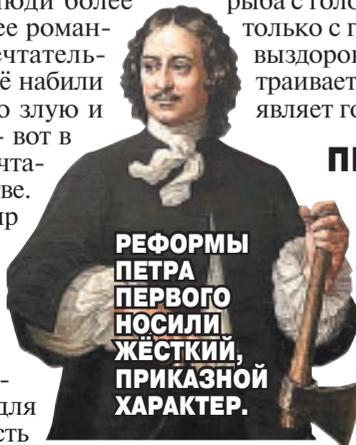
- И за кем будущее? За Китаем, который выглядит наиболее здоровым из всех?

- Я думаю, что будущее за Азией. Мне внушает надежду и огромную симпатию отношение нынешнего президента Филиппин Родриго Дутерте к проблеме наркомании в стране - установка, что наркоторговцы должны быть уничтожены. Я его поддерживаю на сто процентов. И когда Генеральный секретарь ООН говорит, что это недопустимо, а Дутерте называет его дураком, он абсолютно прав. И, когда президент США говорит, что подобные меры недопустимы, а Дутерте говорит: я прокляну этого сукиного сына, он абсолютно прав. Потому что не человек для закона, а закон для человека. Потому что наркоторговцы - это убийцы. Серийные, массовые, беспощадные убийцы. И, разумеется, жить они не должны, если они не отказываются от своего ремесла. Как только их начали отстреливать, они мгновенно отказались. Две тысячи убитых - и 640 тысяч побежали сдаваться в полицию. Правильно побежали, никому неохота получить пулю в голову.

Это относится и к Китаю, потому что если так называемый ИГИЛ (организация, запрещённая в России. - Ред.) попытается что-то сделать с Китаем, то ИГИЛу конец настанет мгновенно и неукоснительно. И, если где-то после этого скажут, что там, кажется, погибли невинные жертвы, китайцев это не будет волновать нисколько. Это последовательные, исполнительные люди. Это относится, кстати, и к корейцам, и к вьетнамцам. Нам есть у кого учиться. Сумеет ли?



«НЕ ЧЕЛОВЕК ДЛЯ ЗАКОНА, А ЗАКОН ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА».



РЕФОРМЫ ПЕТРА ПЕРВОГО НОСИЛИ ЖЁСТКИЙ, ПРИКАЗНОЙ ХАРАКТЕР.



Юлия ШИГАРЕВА

ДЛЯ КОГО НАЛОГИ НИЖЕ?

ПОДРОБНОСТИ

Жителям столицы начали приходить письма из ФНС.

ДО 1 ДЕКАБРЯ МЫ ДОЛЖНЫ ЗАПЛАТИТЬ НАЛОГИ НА ИМУЩЕСТВО ЗА ПРОШЛЫЙ, 2015 ГОД. ОСОБЕННОСТЬ НЫНЕШНИХ КВИТАНЦИЙ В ТОМ, ЧТО МЫ НАЧИНАЕМ ПЛАТИТЬ ЗА СВОИ КВАДРАТНЫЕ МЕТРЫ ПО КАДАСТРОВОЙ СТОИМОСТИ. ИЗМЕНЕНИЯ В НАЛОГООБЛОЖЕНИИ КОСНУТСЯ НЕ ТОЛЬКО ВЛАДЕЛЬЦЕВ ЖИЛОЙ НЕДВИЖИМОСТИ: СОБСТВЕННИКИ ГАРАЖЕЙ, ОФИСОВ И АПАРТАМЕНТОВ ТОЖЕ ПОЛУЧИЛИ СУЩЕСТВЕННЫЕ ЛЬГОТЫ.

СКОЛЬКО ЗА ПРОШЛЫЙ ГОД?

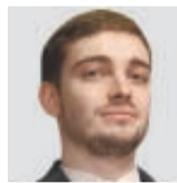
Самое главное: 95% жилых помещений в Москве попадает под минимальные ставки в 0,1% и 0,15% (см. инфографику). Кроме того, в течение нескольких ближайших лет предусмотрены понижающие коэффициенты, то есть суммы в квитанциях будут расти медленно. Напомним, что 15 категорий льготников и вовсе освобождены от этого бремени (к ним относятся 1,5 млн человек, владеющих 1,4 млн объектов недвижимо-



Приятно быть собственником жилья и льготником одновременно.

сти). Среди них пенсионеры, инвалиды, «чернобыльцы», хозяева маленьких дач.

«Налог на имущество взимается с москвичей уже несколько лет, но раньше горожане даже не замечали, что платят его, из-за небольшого размера, - отметил управляющий партнёр Alesia Legal Consulting Ltd.



Даниил РЕЙТМАН. - Теперь же изменился порядок начисления: отныне он рассчитыва-

ется не по инвентаризационной, а по кадастровой стоимости. Несколько повысится налоговая нагрузка на дома старой постройки, зато собственники квартир в новостройках на окраинах Москвы, напротив, в этом году заплатят даже меньше, чем в прошлом».

Рассмотрим конкретный пример. На ул. Малая Дмитровка (ЦАО) живёт пенсионерка (квартира - 115 м²). Как льготник она ничего не должна ФНС (а вот её сосед за такую же жилплощадь обязан перечислить в бюджет города 18 655 руб. за 2015 г.). Ещё бабушка владеет дачей и гаражом. И опять-таки благодаря своим льготам она освобождена от платежей.

На самом деле её сосед тоже пользуется «скидкой». Ведь каждый нелюбитель получает вычет, который компенсирует несовершенство кадастровой оценки. Мы не платим налог за 10 м² (если в собственности комната), за 20 м² (когда речь идёт о квартире), за 50 м² (от площади коттеджа или дома). Этот вычет распространяется на 1 объект недвижимости каждой названной категории. Такие ограниче-

ния ввели для того, чтобы пресечь мошеннические схемы. А то раньше состоятельные граждане переписывали люксовые квартиры и загородные дома на родню «с привилегиями», чтобы не платить налоги.

С 1 декабря Федеральная налоговая служба начнёт начислять пени тем, кто ленится или забывает оплатить присланную квитанцию. Если вам до декабря не придёт письмо из ФНС, это не значит, что от вас ничего не ждуг. Обязательно сходите в налоговую инспекцию или зайдите в любой офис «Моих документов»

до 1.12

СЛЕДУЕТ РАССЧИТАТЬСЯ ЗА КВ. МЕТРЫ.

с паспортом (вам распечатают квитанцию, в которой прописан налог на ваше имущество за 2015 г.). Если у вас заведён «личный кабинет» на сайте nalog.ru, получить эту информацию и тут же выполнить банковский перевод можно, не выходя из дома.

Даже если вы не согласны с суммой, указанной в квитанции, лучше сначала перевести деньги, а потом уже выяснять, как её рассчитывали. В таком случае не будет набегать пени и нет опасности оказаться в списке невыездных.

«Действующие в Москве налоговые ставки очень щадя-



щие, - уверен **Константин АПРЕЛЕВ, вице-президент Российской гильдии риелторов.** - Во многих зарубежных странах они сопоставимы с годовыми расходами на «коммуналку», а у нас эта сумма (за целый год) обычно не превышает месячного платежа за

жилищно-коммунальные расходы». Это действительно так: если в московском бюджете доля имущественных налогов составляет 7% (от всех поступлений такого рода), то в Европе и США это 15-20%.

Все собранные средства город расходует на развитие инфраструктуры и социалку, то есть на жителей.

«НЕЖИЛЫЕ» ЛЬГОТЫ

Москвичи должны знать ещё об одной важной новости: на прошлой неделе правительство Москвы одобрило поправки в закон № 51 «О налоге на имущество физических лиц». Благодаря им снижаются ставки по отдельным направлениям нежилых квадратных метров (см. инфографику). В частности, апартаменты в торгово-офисном секторе считаются нежилой недвижимостью, поэтому для них действовала ставка 2%. А после вносимых в столичное законодательство изменений речь будет идти о 0,5%. Надо отметить, что вышеописанными поправками город если не закрывает правовую дыру в отношении апартаментов, то, по крайней мере, помогает значительной доле москвичей не переплачивать за свою собственность. Ведь в федеральном законодательстве до сих пор нет такого понятия, как «апартаменты». А в нашем мегаполисе рынок жилья на 26,2% уже состоит из таких «квартир».

Фактически в российской столице уже действует свой налог на роскошь - хозяев просторных квартир заставят делиться с государством, при этом город гарантирует социально незащищённым гражданам льготы, когда речь идёт о единственном жилье.



Галина ШЕЙКИНА

Фото Интерпресс/PhotoXPRESS.ru

ОСВОБОЖДЕНЫ ОТ НАЛОГА НА ИМУЩЕСТВО*

- Пенсионеры.
- Инвалиды I и II групп, инвалиды с детства.
- Участники Гражданской войны и ВОВ, ветераны боевых действий, вольнонаёмные лица, входившие в состав действующей армии в период ВОВ.
- «Чернобыльцы», ликвидаторы аварий ядерных установок; лица, получившие или перенёсшие лучевую болезнь в результа-

те испытаний с любыми видами ядерных установок.

■ Герои Советского Союза и Герои РФ; лица, награждённые орденом Славы трёх степеней.

■ Военные пенсионеры (после 20 лет службы).

■ Члены семей военнослужащих, потерявших кормильца.

■ Творческие деятели (в отношении мастерских, студий).

Полный список - на nalog.ru

*На одну квартиру, дачу, гараж

НАЛОГ НА ИМУЩЕСТВО ЗА 2015 ГОД ДЛЯ МОСКВИЧЕЙ: СКОЛЬКО ЗА ЧТО?

Недвижимость, которой владеют физические лица
Кадастровая стоимость объекта*

ДО 10 МЛН РУБ.
(ВКЛЮЧИТЕЛЬНО) -

0,10%

СВЫШЕ 10 МЛН РУБ.
ДО 20 МЛН РУБ. -

0,15%

СВЫШЕ 20 МЛН РУБ.
ДО 50 МЛН РУБ. -

0,20%

ГАРАЖИ
И МАШИНО-МЕСТА -

0,10%

Сколько автовладелец отдаст за гараж (место для машины) в административно-деловых и торговых центрах?

БЫЛО 2%
СТАЛО 0,1%

(пониженная ставка распространяется только на 1 объект площадью не более 25 кв. м)

Московские льготники (пенсионеры, инвалиды, многодетные семьи) имеют право на освобождение от налога.

Сколько составит налог на апартаменты в офисных и торговых центрах?*

БЫЛО 2%
СТАЛО 0,5%

(за первые 150 кв. м одного апартамента)

Другие условия пониженной ставки: площадь не более 300 кв. м; по адресу не зарегистрированы юридические лица; не сдаётся в аренду; не используется как источник дохода; кадастровая стоимость 1 кв. м помещения не ниже 100 тыс. руб.

*Здание должно быть включено в Перечень торговых и офисных объектов, а апартаменты - в специальный реестр (он скоро будет создан).

Сколько индивидуальный предприниматель заплатит за офис и торговое помещение?

БЫЛО 2%
СТАЛО 1,2%

(это касается помещений стоимостью менее 300 млн руб.)

* Жилые дома; жилые помещения; единые недвижимые комплексы, в состав которых входит хотя бы одно жилое помещение (жилой дом), а также хозяйственные строения или сооружения, площадь каждого из которых не превышает 50 кв. м и которые расположены на земельных участках, предоставленных для ведения личного подсобного, дачного хозяйства, огородничества, садоводства или индивидуального жилищного строительства.

Инфографика Анны ХАРИТОНОВОЙ. Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

ВЛАСТЬ

Госдума-2016:
кто пришёл,
а кто остался?

НА ПРОШЛОЙ НЕДЕЛЕ ПОДВЕДЕНЫ ИТОГИ ВЫБОРОВ В ДУМУ. А ПРЕЗИДЕНТ ПОПРОСИЛ ДЕПУТАТОВ 7-ГО СОЗЫВА НАЧАТЬ РАБОТУ УЖЕ 5 ОКТЯБРЯ.

БЕЗ РАСКАЧКИ

По словам В. Путина, парламенту без раскочки нужно подключаться прежде всего к принятию бюджета РФ на 2017 г. До 28 сентября прошедшие в Думу ещё могли отказаться от полученных мандатов, их «корочки» в этом случае получают следующие за ними по списку кандидаты. К слову, уже отказались идти в Думу премьер Д. Медведев и несколько губернаторов, возглавлявших региональные списки, а также назначенный главой СВР прежний Председатель Госдумы С. Нарышкин. Однако в основном «облик» новой Думы уже ясен. Кого же мы увидим в зале заседаний 5 октября? Нашлось ли там место, например, «простым людям» - учителям, врачам, рабочим, труженикам села?

Почти половина депутатов - около 240 человек (см. инфографику) - лишь обновят свои корочки. Плюс в Думу избралось несколько бывших членов Совета Федерации. Особенно много «новых старых» депутатов окажется во фракциях КПРФ, «Справедливой России» и ЛДПР. А вот фракция «Единой России», по словам Сергея Неверова, секретаря генсовета «ЕР», обновилась на 60%.

**ОТ СОХИ,
ОТ СТАНКА**

Среди новых депутатов дюжина руководителей культурных и образовательных организаций, несколько главных врачей. У многих есть опыт общественной и политической работы, подтвердил «АиФ» **Константин КАЛАЧЁВ, руководитель Политической экспертной группы**, выходец из Волгограда: «Например, врач Татьяна Цыбизова, которая когда-то сама принимала роды, позже стала главврачом перинатального центра, депутатом Волгоградской облдумы, а сейчас депутатом Госдумы». От имени села в Думе будет выступать председа-

ДУМАТЬ ЗАНОВО

ИЗВЕСТНЫЕ ЛИЦА НОВОГО ПАРЛАМЕНТА

<input checked="" type="checkbox"/> Вячеслав Володин политик	<input checked="" type="checkbox"/> Валентина Терешкова космонавт	<input checked="" type="checkbox"/> Александр Карелин борец	<input checked="" type="checkbox"/> Николай Валуев боксёр	<input checked="" type="checkbox"/> Оксана Пушкина телеведущая	<input checked="" type="checkbox"/> Виталий Милонов депутат	<input checked="" type="checkbox"/> Юрий Кара режиссёр	<input checked="" type="checkbox"/> Наталья Поклонская прокурор	<input checked="" type="checkbox"/> Пётр Толстой телеведущий
<input checked="" type="checkbox"/> Владимир Шаманов генерал ВДВ	<input checked="" type="checkbox"/> Геннадий Онищенко бывший главный санитарный врач РФ	<input checked="" type="checkbox"/> Артур Чилингаров полярник	<input checked="" type="checkbox"/> Владимир Драчёв биатлонист	<input checked="" type="checkbox"/> Евгений Ревенко телеведущий	<input checked="" type="checkbox"/> Вячеслав Фетисов хоккеист	<input checked="" type="checkbox"/> Максим Сураев космонавт	<input checked="" type="checkbox"/> Елена Серова космонавт	<input checked="" type="checkbox"/> Александр Шолохов внук писателя
<input checked="" type="checkbox"/> Сергей Боярский сын актёра	<input checked="" type="checkbox"/> Жорес Алфёров нобелевский лауреат	<input checked="" type="checkbox"/> Светлана Савицкая космонавт	<input checked="" type="checkbox"/> Владимир Бортко режиссёр	<input checked="" type="checkbox"/> Сергей Шаргунов писатель	<input checked="" type="checkbox"/> Галина Хованская эксперт по жилищной политике	<input checked="" type="checkbox"/> Елена Драпеко актриса	<input checked="" type="checkbox"/> Валерий Газзаев футбольный тренер	

Остались
 Пришли

тель колхоза им. Апанасенко, он же доверенное лицо В. Путина, Алексей Лавриненко. А также

343 ЧЕЛОВЕКА

**ВОЙДУТ
ВО ФРАКЦИЮ
«ЕДИНАЯ РОССИЯ».**

руководители ещё нескольких агропромышленных хозяйств. А вот замолвить слово за рабочий класс с думской трибуны придётся кемеровчанину **Владимиру Мельнику - Герою Труда России, подземному машинисту горных выемочных машин шахты «Котинская», по совместительству депутату Кемеровского облсовета**. Впрочем, защитников бизнеса (представителей различных коммерческих организаций) в Думе будет всё-таки побольше. Хотя и не так много, как по итогам прошлых выборов. Получили заветные мандаты и некоторые совсем «большие кошельки».

Например, Айрат Хайруллин, Андрей Скоч, Григорий Аникеев, Николай Борцов и некоторые другие. В Думу прошли также несколько спортсменов, два космонавта, звёзды ТВ и др.

«Благодаря праймериз (предварительному отбору кандидатов в депутаты, который «Единая Россия» провела до выборов) количество «политиков Садового кольца», у которых не было связи с регионами, резко сократилось», - говорит **Александр ПОЖАЛОВ, директор по исследованиям Института социально-экономических и политических исследований**.

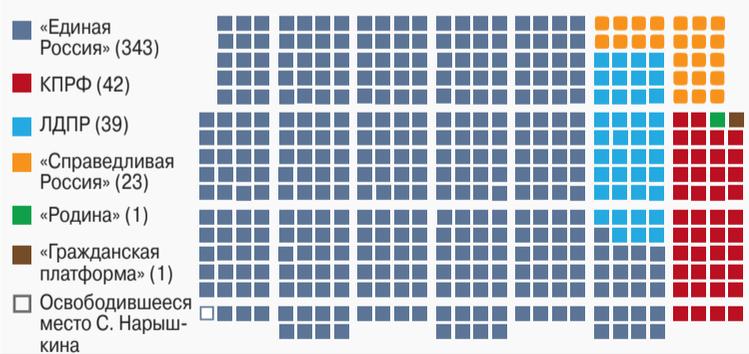
Попытаться разглядеть «своих» депутатов или давно известных всей стране людей (см. инфографику) можно будет в телепорталах с первого заседания Госдумы. А может, и не только с первого, если новому спикеру Вячеславу Володину удастся повысить уровень дисциплины и посещаемости депутатов.



ОТКУДА ПРИШЛИ НОВЫЕ ДЕПУТАТЫ



Распределение мест в Государственной думе VII созыва



МИР СТОЛКНУЛСЯ С НОВОЙ УГРОЗОЙ. ИНФЕКЦИИ, КОТОРЫЕ БЫЛИ ИЗЛЕЧИМЫ ДЕСЯТИЛЕТИЯМИ, МОГУТ ВНОВЬ СТАТЬ СМЕРТЕЛЬНЫМИ. ВИННОЙ ТОМУ БЕСКОНТРОЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АНТИБИОТИКОВ.

Проблема устойчивости микробов к антибактериальным препаратам стала одной из главных тем недавнего заседания Генассамблеи ООН в Нью-Йорке. Четвёртый раз в истории вопрос здравоохранения рассматривался в ООН. «Ситуация несёт биологические и экономические угрозы для всех стран, и Россия

стала одним из основных разработчиков международной стратегии по борьбе с устойчивостью к противомикробным препаратам, - подчёркивает **Вероника СКВОРЦОВА, министр здравоохранения РФ, врач-невролог, доктор медицинских наук, профессор, один из главных докладчиков в ООН**. - И внутри страны мы стали решать проблему впервые».

Люди начинают принимать антибиотики при первых признаках простуды. Хотя при вирусной инфекции, которая часто вызывает простудные симптомы, они бесполезны. Антибиотики широко используются в животноводстве и попадают в продукты. В результате частого контакта с «врагом» вредные микробы «учатся» быть нечувствительными к лекарствам. Могут появляться супербактерии, на которые не действует ни один известный антибиотик. «Сейчас

в некоторых регионах Африки наблюдается эпидемия тифа, устойчивого к антибактериальной терапии. В 105 странах обнаружен не поддающийся лечению туберкулёз», - отмечает министр. Как решить проблему? «Мы ограничили применение антибиотиков в сельском хозяйстве и ввели предельно допустимые концентрации их в продуктах животного происхождения - в 3-4 раза ниже, чем в других странах», - говорит Вероника Скворцова. - Кроме того, мы намерены ужес-

точить контроль по продаже антибиотиков без рецепта. Активно внедряются лабораторные тесты для определения чувствительности микробов перед назначением антибиотиков. Против ряда инфекций есть прививки. В РФ разрабатываются инновационные иммунобиологические препараты как альтернатива антибиотикам. Через универсальные молекулярные комплексы они блокируют инфекцию и не приводят к привыканию микробов».

Юлия БОРТА

РИСУЮЩИЕ СВЕТОМ

ФЕСТИВАЛЬ

Картины из света, воздуха и воды можно было видеть на 6 площадках Москвы.

ГЛАВНОЕ ЗДАНИЕ МГУ ИМ. М. В. ЛОМОНОСОВА СТАЛО СТАРТОВОЙ ПЛОЩАДКОЙ МЕЖДУНАРОДНОГО ФЕСТИВАЛЯ «КРУГ СВЕТА», КОТОРЫЙ С ОГРОМНЫМ УСПЕХОМ ПРОШЁЛ В РОССИЙСКОЙ СТОЛИЦЕ.

В минувшую пятницу прямо на фасаде высотки зрители увидели самый большой мультфильм в мире, разрешение его изображения - 50 мегапикселей. Видеопроекцию площадью порядка 40 тыс. м² создавали 200 мощнейших световых проекторов - рекордные масштабы по техническим параметрам.

Шоу на фасадах наиболее известных столичных зданий были подготовлены командами из 31 страны мира.

Высотка на Воробьёвых горах стала «экраном» для двух грандиозных представлений: «Безграничный МГУ» о Московском университете и «Хранитель» о заповедниках России.

«В этом году проходит уже шестой «Круг света», который полюбился не только москвичам и гостям столицы, но уважаем и любим во всём мире», - сказал Александр ГОРБЕНКО, заместитель мэра Москвы по вопросам региональной безопасности и информационной политики.

Кстати, организаторы побили свой собственный рекорд - шоу на фасаде МГУ вдвое превзошло проекцию на комплекс зданий Минобороны в 2015-м. Особенность нынешнего фестиваля была в том, что все представления заканчивались грандиозными фейерверками.



Большой театр показал публике... фильм! В этом году премьерой фестиваля стала видеозарисовка, посвящённая Году российского кино, в которой герои попадали в знаменитые картины - «Белое солнце пустыни», «Москва слезам не верит», «Ирония судьбы», «Весёлые ребята» и «Кин-дза-дза!».



ВДНХ преобразилась в настоящий «парк света», где бушевали пиротехнические водопады и торнадо, летели в небо громадные «Ангелы Свободы» и выступал «Хор Турецкого». А «Шоу холодного огня» стало преддверием Нового года уже в сентябре.

На берегу Гребного канала вырос целый город высотой более 50 м, в зависимости от сюжета преобразующийся то в мегаполис, то в курортный посёлок, то в деловой город-миллионник. Эту площадку посвятили российским городам и их жителям, поэтому видеопредставление было таким подчёркнуто урбанистичным.



Апофеозом шоу в этом месте стало создание из воды и света лазерного моста - точной копии будущего Крымского (или Керченского), - связавшего два берега Гребного канала. Эта видеопроекция уникальна как в техническом, так и в эстетическом отношении.

ВЫСТУПАЯ В ООН, БАРАК ОБАМА ЗАЯВИЛ: «ЭПОХА ИМПЕРИЙ ОСТАЛАСЬ В ПРОШЛОМ, НО РОССИЯ ПЫТАЕТСЯ ВОССТАНОВИТЬ БЫЛОЕ ВЕЛИЧИЕ С ПОМОЩЬЮ СИЛЫ». ЭТО, ДЕСКАТЬ, «СНИЖАЕТ УРОВЕНЬ БЕЗОПАСНОСТИ В МИРЕ». НЕ СТРАННО ЛИ СЛЫШАТЬ ТАКИЕ СЛОВА ОТ ЛИДЕРА СТРАНЫ, МНОГОКРАТНО И БЕЗ ЗАЗРЕНИЯ СОВЕСТИ ПРИМЕНЯВШЕЙ СИЛУ ДЛЯ СВЕРЖЕНИЯ НЕУГОДНЫХ РЕЖИМОВ?

ПОЗИЦИЯ



КОРОВИНА

Америка и есть самая настоящая империя. Только для проведения колониальной политики она использует современные сетевые технологии. Эта политика направлена как на страны третьего мира, так и на ближайших союзников - страны Европы. Другие государства интересуют США

КТО ЗДЕСЬ ИМПЕРИЯ?

прежде всего как рынок сбыта, источник эксплуатации людских ресурсов. Это квинтэссенция многовековой имперской истории Запада: некогда могущественная Британская империя, прежде чем умереть, родила себе наследницу, которая пошла ещё дальше. Ведь в отличие от британцев американцы в качестве колоний видят уже не только Индию или страны Африки, но и практически весь мир. Россия же в глазах Обамы провинилась лишь тем, что не захотела стать такой колонией, хотя в 90-е уже пошла по этому пути.

Ещё одна особенность американской империи в том, что она разрушила систему международного права, уста-

новленную после Второй мировой войны, и снова сделала мир опасным. Лишая суверенитета одно государство за другим, США утвердили тезис, что сила - это и есть право. Именно так они действовали в Югославии, Афганистане, Ираке, Ливии, Сирии, ввергли в хаос междуусобицы Украину. Все государства, ставшие объектами «демократизации», были разрушены - держится пока только Сирия. На фоне этой череды вероломных вмешательств обвинение России в том, что она где-то действует силой, смехотворно: это поиск соринки в чужом глазу при полном



игнорировании бревна в собственном.

Но в чём-то Обама, конечно, прав. Россия действительно восстанавливает свой величие и мощь. Вот только при этом она не угрожает миру, а, наоборот, делает его более стабильным. Нынешнему опасному американскому миру Россия хочет противопоставить мир многополярный, в котором будет несколько цивилизационных центров. Вспомним: когда в эпоху СССР мир был двуполярным, он оставался относительно безопасным. И таким он станет снова, когда станет многополярным. Это, кстати, понимают здравомыслящие люди в самой Америке. Тот же Трамп выступает за отказ от политики «мирового жандарма», считая, что американцы должны сосредоточиться на решении своих собственных проблем, которых у них полно.

Валерий Коровин, директор Центра геополитических экспертиз, член Общественной палаты РФ

А ВОТ И МЫ!

ДИАГНОЗ



КОКЛЮШКИНА

Если есть выставки собак, почему нет выставки людей? Было бы познавательно.

Покупаешь билет, заходишь и видишь - вот старой закалки руководитель производства: два инфаркта, три инсульта. Жена - одна всю жизнь. И такая, что из гроба поднимет, накормит, скажет: «Всё будет хорошо!»

Рядом - руководитель новой формации: четыре счёта в трёх банках, пять квартир. Жена - моложе дочери от первого брака. Случись, он захворает - немедля побежит к юристу делить имущество.

Чуть дальше - чиновник. Вежлив. Пообещает что угодно, но сделает лишь то, что выгодно ему. Мнение начальства угадывает безошибочно. Нос по ветру - точный навигатор. Жена раз в месяц хочет уйти к маме. И так до старости. Тут же и бизнес-леди. Декольте и яркий макияж подтверждают её принадлежность к слабому полу. Взгляд - будто примеривается: сейчас вам в лоб звездануть или малость повременить? Не замужем по этой же причине.

Пожилый крепыш, что напротив, - в прошлом офицер. Прошёл горячие точки, теперь на прохладной - охранником у дверей магазина. Насуплен - никак не может понять: почему за то, что топчется на одном месте, получает больше, чем когда с оружием по горам бегал и с парашютом прыгал, защищая родину? Жена наконец-то спокойна и считает, что им страшно повезло.

А это - сразу не заметишь! - муж примерный. В еде неприхотлив. Откликается на обращение «Ну где ты там?!». По телевизору смотрит только то, что нравится жене. Привычное состояние - молчание с осознанием своей вины. Самый страшный сон - что не вымыл посуду!

Поодаль - муж-гуляка. Жену называет ласково «моя птичка» или «мой цветочек». С единственной целью не перепутать и не назвать в суе чужим именем. Женщин квалифицирует не по внешности, а по доступности.

Экспонатов много и разных. За предостерегающей надписью «Близко не подходить!» переминается с ноги на ногу и зыркает буйным глазом футбольный фанат. В углу жмётся пенсионер. На нём почти новый костюм, модный 40 лет назад, и кроссовки внука. Он на выставке, потому что мечтает встретить девочку, в которую был влюблён в первом классе.

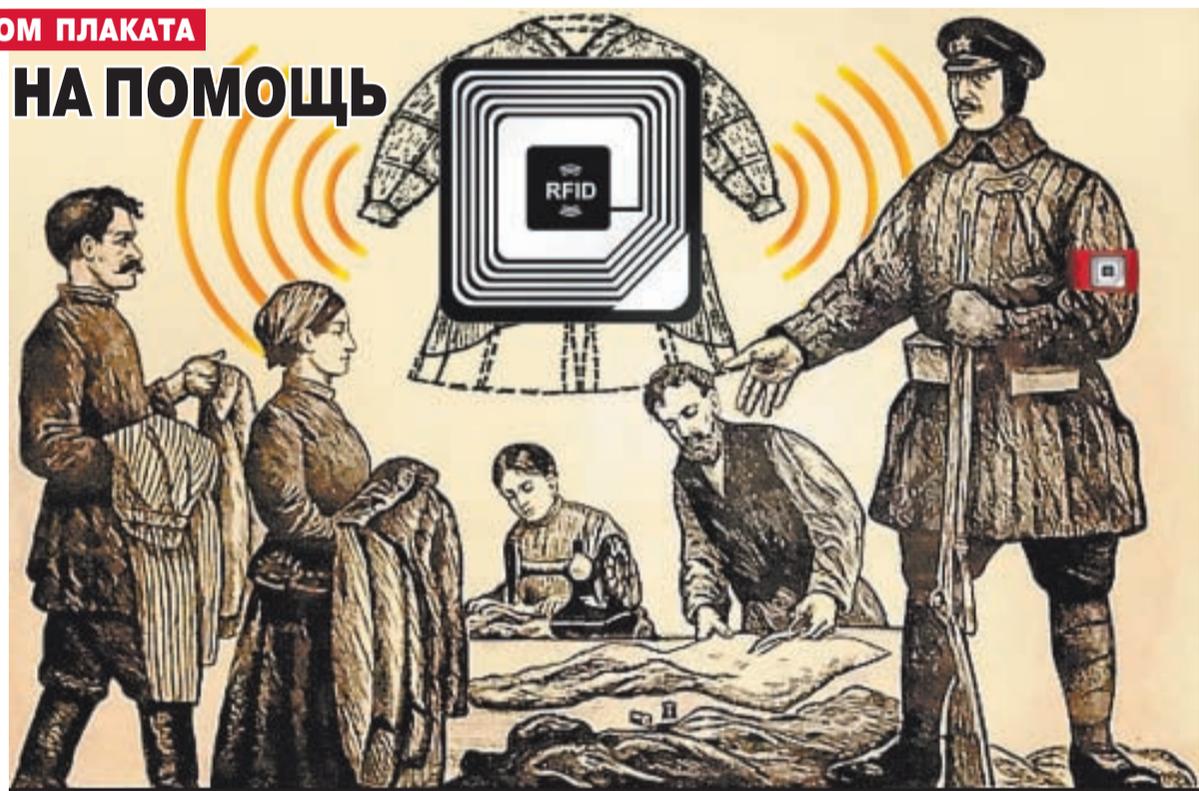
В центре зала на почётном месте под табличкой «Человек умный, честный, благородный» - тип с наглой харей. На вопрос: «Как?! Почему?!» экскурсовод, перебившись и понизив голос, сообщает: «Этот господин помог нам финансово. От нас не убудет, а ему - приятно».

А посему нет выставки людей - и не надо! Так спокойнее!

ИФ ШЕРШАВЫМ ЯЗЫКОМ ПЛАКАТА

ЧИП СПЕШИТ НА ПОМОЩЬ

Нет плохой погоды, есть плохая одежда. Особенно если она сделана неизвестно где и как. По заявлению Минпромторга, объём нелегальной одежды достигает у нас 30%, а шуб и дублёнок - 85%! Если расположатся швы, выпадет мех - кому предъявлять претензии? Честному производству конкурировать с «леваком» невозможно. Но времена меняются, особенно с развитием микроэлектроники. С этой осени начинает работать система чипирования, когда в одежду вшивают радиочастотную метку. Систему отработают на шубах, а в будущем используют и на других товарах. Чип, вшитый в товар, будет иметь уникальный номер. Нечипированную одежду станут изымать, продавцов наказывать - от 100 тыс. руб. до 6 лет лагерей. Отразится ли чипирование на ценах? Если чипировать носки - да, если шубы - не очень. Ведь цена чипа - около 20 руб.



ГРАЖДАНАМ НА ЗАМЕТКУ - БЕРЁМ ОДЕЖДУ ТОЛЬКО С РАДИОМЕТКОЙ!

Использован плакат Дмитрия Моора «Всё, что ты дашь, перешьётся для Красной армии» (1920)

ВВЕДЕНИЕ ПРОГРЕССИВНОЙ ШКАЛЫ НАЛОГА НА ДОХОДЫ ФИЗИЧЕСКИХ ЛИЦ (НДФЛ) ВДРУГ СТАЛО ВПОЛНЕ ВЕРОЯТНЫМ. ЕГО НАЗЫВАЮТ И «ТОРЖЕСТВОМ СОЦИАЛЬНОЙ СПРАВЕДЛИВОСТИ», И «ЭФФЕКТИВНЫМ СПОСОБОМ ПОПОЛНЕНИЯ БЮДЖЕТА». НО ТАК ЛИ ЭТО НА САМОМ ДЕЛЕ?

ПОЗИЦИЯ



КАПИТОНОВА

Начнём с «социального равенства». В действительности богатые начнут массово и, главное, весьма успешно прятать свои доходы. В пользу этого довода говорит опыт 2001 года - тогда предельную ставку НДФЛ снизили, и налоговые поступления в бюджет выросли почти на 1% от валового внутреннего продукта страны. Это произошло потому, что многие вышли из тени, перестав уклоняться от уплаты налога. И социальная

ЗАЩИТИТЬ ЧЕСТНЫХ

справедливость восторжествовала. Но, легализовавшись, и население, и бизнес (который стал меньше платить зарплат в конверте) надеялись, что правила игры не поменяются. Ведь даже само обсуждение налоговых изменений дополнительно подрывает доверие к власти и заставляет уже сейчас богатых разрабатывать схемы вывода капитала.

При этом законопослушные бизнесмены начинают исчезать как вид - и никакое усиление фискальных служб не поможет удержать утекающие из страны деньги. Другим последствием новой шкалы НДФЛ неизбежно станет рост коррупции. Бедным от всего этого точно не будет лучше.

НДФЛ поступает в региональные и местные бюджеты. Так, может быть, удастся залатать дыры там? Вряд ли. Прогрессивная шкала НДФЛ

приведёт к тому, что богатые регионы с высоким уровнем зарплат станут богаче, а бедные - беднее. При этом может произойти заметное увеличение безработицы, сокращение стимулов к труду и уменьшение инвестиций. В итоге последствия для бюджета региона от введения такого НДФЛ будут скорее отрицательными, что в первую очередь



плохо скажется на наименее защищённых слоях населения. Безусловно, есть множество позитивных примеров успешных стран, в которых введена прогрессивная шкала. Но во

всех них уход от налогообложения крайне затруднён; он не только карается законом, но и сурово осуждается обществом. Кроме того, эти страны не меняют правил игры - население и бизнес знают, чего ожидать и за что они платят налоги. Именно вынужденный ответ на вопрос «На что ушли налоги?» и является залогом их хорошей собираемости. А высокий уровень жизни в целом обеспечивается не столько налогами, сколько развитием бизнеса и должным местом страны в международной торговле.

В России же пока ответа на этот важный вопрос нет, общество и бизнес не доверяют институтам государственной власти. И поспешное внедрение прогрессивной шкалы НДФЛ лишь усилит существующие проблемы.

Иван Капитонов, кандидат экономических наук, доцент РАНХиГС

ТЕМА НОМЕРА

Что выдающееся оставим
потомкам мы?

ЧЕМ ГОРДИТЬСЯ

ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ОПРОСА ВЦИОМ, МЫ ГОРДИМСЯ СВОЕЙ ИСТОРИЕЙ, КУЛЬТУРОЙ, АРМИЕЙ. А ГРАЖДАНЕ ДРУГИХ ГОСУДАРСТВ - ЧАЩЕ ЭКОНОМИЧЕСКИМИ И СОЦИАЛЬНЫМИ ДОСТИЖЕНИЯМИ В СВОИХ СТРАНАХ. КАКИЕ У НАС ПОВОДЫ ДЛЯ ГОРДОСТИ И К ЧЕМУ НЕОБХОДИМО СТРЕМИТЬСЯ?

ПОВТОРИМ ЛИ ПОБЕДЫ?

Леонтий БЫЗОВ,
ведущий научный
сотрудник
Института
социологии
РАН



Чем именно в истории, культуре, армии гордятся россияне?

- Подобные вопросы, которые часто задают социологи, дают не много полезной информации. Зачастую людей спрашивают про заведомо очевидные и общеизвестные истины, к которым их приучили с детства: нужно ли гордиться нашей культурой, историей, наукой, армией, и т. д. Кто же ответит иначе?

Сегодня многие в силу обстоятельств воспринимают себя в России как в осажденной крепости, поэтому для них так важны военные успехи и мощь вооруженных сил. Люди гордятся и нашей историей, и, если спросить, чем именно, на первом месте окажется, конечно, победа в Великой Отечественной войне и другие исторические победы, вплоть до побед Александра Невского и Дмитрия Донского. То есть в народе есть ощущение, что наша страна всегда побеждала, и сегодня, как многие заявляют, если что, мы можем это повторить. Люди ориентированы на новые победы, новую мощь. При этом многие не очень понимают, реально эта мощь существует или нет и готовы ли мы на самом деле повторить вчерашние победы.

С культурой и наукой - та же ситуация. Когда спрашиваешь, какие тут поводы для гордости, выясняется, что речь идет о достижениях достаточно далеких прошлых лет. В науке вспоминают создание атомной бомбы, полет Гагарина, конструкторский гений Королева и другие

успехи в космонавтике и далее вплоть до Ломоносова. В культуре - Пушкина, Лермонтова, Толстого, Большой театр... А на вопрос, что сегодня, четкого ответа нет. И так во всем.

С другой стороны, россияне высоко оценивают наши внешние успехи и считают, что положение России в мире заметно улучшилось, с ней больше считаются, больше уважают. А вот что касается наших внутренних дел, в первую очередь экономических и социальных, то здесь, конечно, дело обстоит значительно хуже. Снижение уровня жизни из-за кризиса большинством воспринимается крайне болезненно. Люди уже не оглядываются на прошлое, а оценивают своё настоящее положение и трезво сознают, что к чему. Но всё это компенсируется уверенностью, что Россия продолжает своё существование как великая держава, что у русского народа есть своя миссия.

Из происходящего сегодня мы гордимся спортивными успехами и довольно остро переживаем неудачи в нашем футболе, хоккее, изгнание российских спортсменов с Олимпиады из-за скандала с допингом. И если вдруг к нам всё-таки приходят победы в спорте, они воспринимаются на ура.

А если не давать подсказок? Думаю, что в таком случае на первых местах, скорее всего, тоже оказались бы наши исторические и военные успехи, за которые проголосовали бы 40-50% опрошенных. Но никак не 90%. А что до современных культуры и науки, я уверен, об этом вспомнили бы единицы. И ещё было бы интересно узнать, гордятся ли наши люди успехами в борьбе с коррупцией, нынешней медициной, образованием, заботой власти о простых гражданах, нуждающихся в помощи, о стариках и инвалидах, детях-сиротах и т. д. Я уверен, что общественное мнение на этот счёт очень сильно бы разделилось.



Русская, российская музыка уже звучит по всему миру. Хотелось бы, чтобы и российская экономика была влияние не только на жизнь России, но и других стран.

Денис МАЦУЕВ,
пианист,
народный
артист
России



У России в прошлом было много побед, которыми мы до сих пор гордимся. А что мы, сегодняшние россияне, оставим нашим потомкам? Чем из наших достижений будут гордиться они?

- Я всегда говорил, что наше настоящее достоинство - это культура. Что она, может быть, даже важнее, чем недра. Нефть и газ - это прекрасно, они наполняют бюджет. Но сейчас именно культура - классическая музыка, театр, живопись, литература - осталась, по-моему, единственной сферой, которая создаёт позитивный имидж России в мире. Гастроли и вашего покорного слуги, и других музыкантов, и знаменитых оркестров, театров, и выставки живописи, если вы посмотрите отзывы критиков на эти события в западных газетах, они всегда будут исключительно положительными.

Посмотрите на афиши лучших концертных залов мира - каждый день где-нибудь звучит

ЧТО ДОРОЖЕ НЕФТИ?

музыка русских композиторов - Чайковского, Мусоргского, Прокофьева, Рахманинова, Шостаковича. Каждый день в каком-нибудь концертном зале Европы, Америки, Австралии, Японии непременно играет российский музыкант. Русский балет - в мире это уже воспринимается как знак качества. На мировых аукционах живописи за полотна российских авангардистов начала XX века платят миллионы долларов.

Эти успехи, наша история, безусловно, повод для гордости. Но расслабляться нельзя ни в коем случае. Прежде всего обращать как можно больше внимания на молодое поколение, помогать им. За свой цех - пианистов - я могу быть спокоен. Я вижу 12-13-летних ребят, которых поддерживает наш фонд «Новые имена», фестиваль «Крещендо». Там растёт такая смена (и прошедший летом конкурс Grand Piano Competition это подтвердил)!

Композиторский цех тоже пока кризис не переживает: среди современных мэтров - Леонид Десятников, Владимир Мартынов, Павел Карманов. Из молодых - Дмитрий Курляндский, Илья Демущий (автор музыки к балету «Герой нашего времени»). Другой вопрос, что музыку этих ярких личностей надо исполнять, чтобы она получила «путёвку в жизнь».

Не менее важный аспект - поддержка талантов. Финансовая поддержка. Вспомните историю: если в начале XIX века тон в мировой музыке задавали Австрия и Германия, то конец XIX и весь XX век - это расцвет российской культуры во всех жанрах: в музыке, литературе, живописи. И это заслуга не только творцов, но и меце-

натов - Морозова, Мамонтова, Дягилева. Эти люди понимали: без поддержки ни отдельный талант, ни культура в целом не проживут.

Культура не может быть самокупаемой! Именно поэтому сегодня нашему обществу как воздух нужен закон о меценатстве - его не могут принять уже который год. Да, времена в экономическом плане сейчас не самые лучшие. Но мы, культурный цех, мечтаем, чтобы на культуру выделяли достойные средства. Потому что финансирование по остаточному принципу - это путь в никуда. И в этой ситуации роль меценатов огромна. Если оставить сегодняшнее молодое поколение талантов без поддержки, оно либо уедет из страны, либо будет прозябать в безвестности, не имея возможности заявить о себе.

**БЕЗ
ПОДДЕРЖКИ
НАША
КУЛЬТУРА
НЕ ВЫЖИВЕТ.**

А ведь в культуре именно человек - это основной капитал!

Ещё один важнейший аспект - образование. В школах, обычных школах дети наравне с буквой и цифрой должны

впитать и ноту тоже. Мы несколько лет бились за образовательные стандарты для музыкальных спецшкол, и там теперь всё в порядке. Но в общеобразовательных школах уроки музыки сегодня оставляют на рассмотрение директора: хочет - добавит в расписание, нет - заменит чем-то другим. А ведь занятия музыкой развивают у ребёнка второе полушарие мозга, отвечающее за творчество. И если мы хотим и дальше быть нацией творцов, музыку в школы надо возвращать! Но уроки должны быть не скучными, отвлекающими у детей всякий интерес к музыке, а яркими, просветительскими.

ГРАЖДАНЕ ДРУГИХ СТРАН ГОРДЯТСЯ...

 Белоруссия - белорусы как нация, природные богатства страны, культура	 Израиль - наука и технологии, история страны, система соцзащиты	 США - демократия, экономические достижения страны, наука
 Великобритания - система здравоохранения, олимпийская сборная страны, Её Величество Королева	 ФРГ - качество производимых товаров, система здравоохранения, культура	 Япония - независимость, общественный порядок и безопасность, наука
 Франция - культура, свобода слова, система соцзащиты		

По данным исследования ВШЭ, Gallup, других источников

РОССИИ?



ВОЮЕМ ЗА ИДЕЮ

Фёдор ЯКИМЧУК,
полковник запаса, лётчик-снайпер,
участник боевых действий в Чечне
и Южной Осетии



операции в Южной Осетии. Да, мы выполнили боевую задачу, у нас хватало и лётчиков, и инженерно-технического состава, но совсем не было резерва в технике. Думаю, всё это было учтено.

Для многих наших «партинёров» во время операции в Сирии возможности наших ВКС (Военно-космических сил) стали неприятным сюрпризом. То, что мы пришли в Сирию, - правильно. Если не мы - там, то они (террористы) будут у нас.

Надо отдавать себе отчёт, что наши интересы могут быть затронуты далеко от наших границ. Это нормально. К слову, «партинёры» за океаном применяют вооружённые силы в любом уголке мира, где задействованы их интересы. Правда, и здесь есть разница. Есть шутка про американских лётчиков: «Сегодня бананы на десерт не дали - значит, не полетим». Русская армия всегда воюет за идею. А главная идея - патриотизм. В Чечне, когда зарплату военным месяцами не платили, они отдавали свои жизни, выполняя долг. Ни в коем случае деньгами нельзя заменить работу по воспитанию морального духа армии. При этом, конечно, важно, чтобы семьи защитников Родины не бедствовали.

Российская армия наряду с историей и культурой оказалась одной из главных сфер, которыми гордятся россияне.

- Даже в самые тяжёлые времена народ относился к армии с уважением. А те, кто там служил, этим гордились.

В 90-е годы армию пытались развалить извне наши так называемые друзья, но благодаря настоящим офицерам удалось выстоять. По родной мне авиации могу сказать - керосина не было, чтобы летать. Но мы смогли сохранить боеготовность, костяк профессионалов, благодаря которым в том числе мы имеем сегодняшние успехи. Были годы, когда в армию не вкладывались, не финансировали производство новых вооружений. Последствия этого мы почувствовали во время

ПОЧЕМУ ЗАБЫВАЕМ О ЧЕЛОВЕКЕ?

ГРАЖДАНЕ ДРУГИХ СТРАН ГОРДЯТСЯ СВОИМИ СИСТЕМАМИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И СОЦБЕСПЕЧЕНИЯ. И УРОВЕНЬ ЖИЗНИ У НИХ ВЫСОКИЙ. В РОССИИ ЭТИ ПОЗИЦИИ - В САМОМ КОНЦЕ СПИСКА.

а не встречать врага хлебом-солью. Если надо, мы всё вытерпим, затянем пояса, умрём, но не сдадимся.

Однако в этой постоянной готовности противостоять неприятелю мы забываем про повседневную жизнь, про мирные поводы для гордости. Вот сейчас фильм А. Кончаловского «Рай» выдвинули на «Оскара» - многие ли россияне про это знают и многие ли смогут увидеть этот фильм?

А ведь с таких мелочей всё и должно начинаться - с понимания, что великая культура у нас есть не только в прошлом, но и в настоящем. Что сила страны не только в количестве солдат и офицеров, а в том, как они живут. Что наши дороги - это не способ задержать неприятельские танки, а артерии, которые обеспечивают жизнь страны. Что хороший дом должен быть не только у бизнесмена или министра, но и у врача, и у учителя. И что по-настоящему великой Россия станет только тогда, когда соседи будут не бояться нашего оружия, а мечтать о нашем уровне жизни.

Максим Иванов, учитель истории Державинского лицея г. Петрозаводска, дважды лауреат звания «Учитель года Карелии»

ПОЗИЦИЯ

Результаты опроса говорят о том, что россияне здраво воспринимают ситуацию вокруг и понимают, в каком состоянии находится страна.



ИВАНОВА

С другой стороны, эта расстановка приоритетов очень характерна для нас. В семье может быть нечего носить, но стол на Новый год мы обязательно накроем. Мы будем 3% бюджета тратить на образование и здравоохранение, зато в десятки раз больше уйдёт на армию и военную мощь. Во многом благодаря этому мы выигрывали войны, в которых участвовали. Наполеон в 1812-м никак не мог понять русских крестьян - они были бедны, они были крепостными, но предпочитали жечь деревни и уходить в партизаны,

Материалы подготовили: Владимир КОЖЕМЯКИН, Татьяна КУЗНЕЦОВА, Полина МОЛОТКОВА, Мария ПОЗДНЯКОВА, Сергей ХОРОШАВИН («АиФ-Карелия»), Юлия ШИГАРЕВА

такой же успешной и оказывала
Фото Руслана ШАНУКОВА/ТАСС

АФОРИЗМ

Родину любят
и без надежды
на взаимность.

Прислал
Анатолий Брежнев,
Санкт-Петербург

HYUNDAI
ПРОГРАММА ЛОЯЛЬНОСТИ

ВАША ВЫГОДА — НАША ЗАБОТА

Мы дорожим каждым клиентом и рады предложить особо выгодные условия по программе лояльности и ТРЕЙД-ИН. Владельцы всех моделей HYUNDAI могут сдать свой автомобиль в счёт стоимости нового с дополнительной выгодой.

УДОБСТВО И ЭКОНОМИЯ ВРЕМЕНИ
Вам не нужно тратить время на продажу своего автомобиля

ЮРИДИЧЕСКАЯ ЧИСТОТА СДЕЛКИ
Безопасность совершаемой сделки гарантирована официальными дилерами

ПРОЗРАЧНОСТЬ ОЦЕНКИ
Эксперты оценят ваш автомобиль по единым стандартам диагностики

Подробности на HPROMISE.HYUNDAI.RU

HYUNDAI

При покупке нового автомобиля Hyundai владельцам Hyundai любой модели, кроме производства ТагАЗ, (далее — «Автомобиль») предоставляется дополнительная выгода при сдаче бывшего в употреблении Автомобиля в «трейд-ин» для зачёта его остаточной стоимости. Решение о принятии Автомобиля в «трейд-ин» остаётся за дилером. Предложение ограничено, действует с 01.09.2016 по 31.12.2016, не является публичной офертой (ст. 437 ГК РФ), может быть изменено или прекращено досрочно по решению ООО «Хендэ Мотор СНГ» в одностороннем порядке. Подробности акции, размер выгоды, требования к Автомобилю и перечень участвующих в акции дилеров — на <http://www.hyundai.ru> или у официальных дилеров. Реклама.

ПЕРСОНА

Евгений Гришковец - О ГНОМАХ-ПОЛИТИКАХ, Шнуре и цинизме.

«РЕАЛЬНОСТИ МИРА ТАКОВЫ, ЧТО СТРАНАМ НУЖНО ЖИТЬ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО НАЦИОНАЛЬНЫМИ ИНТЕРЕСАМИ».

- Вы как-то сказали, что, когда будет найден великий герой, появится великая литература. Судя по нынешним героям, великой литературы не ждать?

- Да, великой литературы в ближайшее время ждать не приходится. Недавно ушёл из жизни наш последний великий литератор Фазиль Искандер, слово которого пропитано гуманизмом и любовью к человеку. Россия простилась с ним по-тихому, вообще не понимая, кто ушёл. Это говорит о том, какое место гуманистическая литература занимает в жизни общества. Он мог бы быть всенародно любимым.

НИЧЕГО СВЯТОГО

- *Мог бы. Но не стал.*

- Само присутствие в мире Толстого влияло на жизнь целой планеты. Искандера задолго до смерти не стало видно, но знание, что этот человек живёт, давало больше силы. С его уходом из жизни многое исчезло. Так было и после ухода Лихачёва, Сахарова. Сейчас в нашем обществе нет людей, которые создавали бы для пошлости и цинизма некое сопротивление и плотность воздуха. Воздух разрежен, дышать нечем. В «разреженном обществе» легко процветают цинизм и перерождение, когда нет ничего святого. Отсутствие святости и авторитетов, безбашенность сегодня можно монетизировать.

ДОСЬЕ

Евгений ГРИШКОВЕЦ. Родился в 1967 г. в Кемерове. Драматург, театральный режиссёр, актёр, писатель. Автор книг «Рубашка», «Асфальт», «Реки» и др. Автор спектаклей «Как я съел собаку», «Дредноуты», «+1», «Прощание с бумагой» и др. Женат, трое детей.

НЕ ВРЕМЯ ВЕЛИКИХ

- Как это сделал Сергей Шнуров?

- Да, он зарабатывает на цинизме, с презрением относясь к людям, которые платят за удовольствие слушать его. В феномене Шнура есть невероятная наглость, которая часто является результатом циничного отношения. Я помню, как Шнуров приехал со сломанной рукой в грязном гипсе в Калининград. И во время концерта ломал гипс и играл на гитаре. В этом было столько

ко честного рок-н-ролла. Тогда он был

потрясающе обаятельным. И цинизма в нём не было вовсе. Что случилось с нашим обществом, что у него появился такой герой - перерожденец, который относится к своей публике, как к насекомым? Для него и героиня песни про лабутены - презренное существо. А презрение к человеку - вещь неправильная. Шнуров - талантливый музыкант, но он сам себя девальвировал как творческую единицу, но очень выгодно себя монетизировал. Такое часто случается в культуре.

- Вы же сами как-то сказали, что нынешнему обществу не нужны ни Толстой, ни Достоевский. Даже если бы «Битлз» появились сейчас, они бы не были популярны.

- Да, сейчас не время великих. У меня есть смешная и наивная теория. Я ещё не прожил и полвека, а человечество за это время удвоилось и уже перевалило за 7,5 млрд. Люди в Античности и даже в XIX веке успевали за свою жизнь сделать

событий. То есть 7,5 млрд человек производят столько же событий, сколько когда-то выпадало на долю 1 млрд. Потому сейчас нет величия во всех сферах человеческой деятельности. Посмотрите на клоунов, которые руководят некогда великими странами. Кто вспомнит, как зовут премьер-министра Канады или Италии? Нет великих учёных...

- *Может быть, мы о них не знаем. Сидят они тихо в лабораториях, творят будущее.*

- Все великие учёные выходили за рамки науки в силу масштаба их личностей: Энштейн, Ландау, Капица, Сахаров и т. д. Нет таких великих спортсменов, как Пеле. Нет ни одного хоккеиста, которого можно было бы сопоставить с обаянием личности Третьяка. Сейчас нет великих, и не надо пытаться их искусственно создавать. Человек, который претендует на величие, становится либо страшным, либо смешным, как абсолютно карикатурный персонаж Ким Чен Ын.

ТРАМП И ХИЛЛАРИ СМЕШНЫ

- *Кандидаты в президенты США Трамп и Клинтон тоже претендуют на величие.*

- И поэтому смешны. Они не соответствуют повестке дня. Так же как и все европейские политики, которые, в сущности, мелкотравчатые гномы, при этом ещё и с амбициями. Я слушал недавнее интервью Меркель, она сказала: «Ни одна страна сегодня не может жить сугубо национальными интересами. Страна и нация должны жить в некоем универсальном пространстве. И двигаться в направлении открытого мира». Я согласился бы с этим ещё 10

лет назад. А сегодня реальности мира таковы, что странам нужно жить исключительно национальными интересами.

- *Почему?*

- А просто чтобы не погибнуть. Та же Европа всё пропустила. Только ленивый сейчас не говорит о том, что прежнего Парижа не существует. Даже если бы туда не приехало такое количество мигрантов из Северной Африки, прежний Париж, который мы знаем по французским фильмам, не мог сохраниться. Многие из того, что является сутью Парижа, утрачено.

Время сильно изменилось. С появлением мобильного телефона у человека до невозможности сократилось пространство частной сокровенной жизни, стало меньше свобод. Человек обороняется. Потому что он всё время под контролем. До него можно в любую секунду дозвониться, а если невозможно, то это уже надо объяснять. Сокращение свободы и сокровенной жизни привело к тому, что люди стали много больше лгать ежедневно. И это тоже добавляет цинизма. К тому же количество денег многократно увеличилось.

- *Не у всех, наверное, увеличилось количество денег.*

- Понятно. Но в целом у человечества. Деньги же тоже контролируют человека и лишают его свободы. В сфере Интернета, социальных сетей сейчас вращается столько денег, что людям ещё долго не дадут оттуда уйти. Но рано или поздно человечество вырвется на свободу. И обязательно будет новый золотой век большого искусства. Мы с вами вряд ли до этого доживём. И надо к этому спокойно отнестись.



Владимир ПОЛУПАНОВ

Полный текст интервью читайте на сайте www.aif.ru

Человек обороняется, потому что он всё время под контролем. Фото Игоря ХАРИТОНОВА

существенно больше, хотя немногие из них доживали до 80. А сейчас и людей больше, и живут они долго. Но на их жизнь выпадает ничтожное количество

Портал электронных услуг на сайте Пенсионного фонда России – полезный инструмент контроля за формированием пенсии и получения госуслуг

Пенсионный фонд без выходных

Сервисы Портала электронных услуг

ДЛЯ РАБОТАЮЩИХ ГРАЖДАН		ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ	
Перевести пенсионные накопления в другой фонд	Узнать свои пенсионные баллы и стаж, получить выписку о них	Контролировать участие в программе софинансирования пенсии	Проверить, какие пенсии и социальные выплаты назначены
Прекратить отчисления на накопительную пенсию	Проверить отчисления работодателей на свою пенсию	Написать обращение или задать вопрос	Получить справку о назначенных пенсиях и социальных выплатах
Оформить сертификат на материнский капитал	Рассчитать пенсию с учетом сформированных пенсионных прав	Записаться на прием в Пенсионный фонд	Изменить способ доставки пенсии
Распорядиться материнским капиталом	Подать заявление о назначении и доставке пенсии	Назначить ежемесячную денежную выплату (ЕДВ)	

Электронные сервисы доступны по адресу es.pfrf.ru с использованием учетной записи Портала государственных услуг

www.pfrf.ru 8-800-775-5445 (по всей России) ПЕНСИОННЫЙ ФОНД РОССИИ

ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ ПЕНСИОННОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ГРАМОТНОСТИ

ГОРЯЧАЯ ТОЧКА

США и РФ снова ссорятся в Сирии.

ПОДПИСАННОЕ В СЕРЕДИНЕ СЕНТЯБРЯ СОГЛАШЕНИЕ НЕ ВЫПОЛНЯЕТСЯ, НАИБОЛЕЕ ОЖЕСТОЧЁННЫЕ БОИ - В АЛЕППО.

Обстановка в Сирии стала самой горячей темой на прошедшей в Нью-Йорке 71-й сессии Генассамблеи ООН. Оптимизм, с которым в мире восприняли договорённость России и США (о принуждении всех сторон конфликта к перемирию, начале гуманитарных акций и совместной борьбе с террористами), сменился тревогой, разочарованием и новыми обвинениями в адрес Москвы. «Это варварские действия, это не борьба с террористами», - настаивала на заседании Совбеза ООН 25 сентября представитель США Саманта Пауэр. Она имела в виду ожесточённые боевые действия, которые возобновились в Алеппо, где ещё остаются сотни тысяч мирных жителей.

Почему так отчаянно цепляются за город антиасадовские силы? «После уничтожения джихадистов в Алеппо не останется ни одного крупного населённого пункта (в этой части страны. - Ред.), где есть исламистский анклав, - объясняет Евгений САТАНОВ-

СКИЙ, президент Института Ближнего Востока. - Потеряв Алеппо, группировки исламистской направленности, просаудовские в первую очередь, проигрывают войну...»

Проблемы начались ещё 12 сентября, сразу после объявления о соглашении Россия - США: некоторые группировки, которые американцы убедили не называть террористическими, попросту отказались соблюдать перемирие. Так, «Ахрар аш-Шам» заявила, что продолжит боевые действия из солидарности с «Джебхат ан-Нусрой» (запрещена в РФ как террористическая, считается частью «Аль-Каиды»).

Испытанием на прочность для правительственных сил стала ситуация у дороги «Кастелло», ведущей в Алеппо. По ней в город должна была идти гумпомощь. Войска начали отходить, но попали под обстрел противника, который контролировал территории по другую сторону от дороги и вопреки поручительству США никуда уходить не собирался. Ещё трагичнее развивались события в районе Дейр-эз-Зор: в Штатах после скандала признали, что 16 сентября сами нанесли авиаудар по позициям сил Б. Асада - якобы по ошибке. Результат - более 60

ВОЙНА И ПОДОЗРЕНИЯ

СИРИЙСКАЯ ОПЕРАЦИЯ ВКС РФ: ГОД СПУСТЯ

ГРУППИРОВКА ВС РФ В СИРИИ*

Силы **4300** человек

Состав авиагруппы ВКС:

- Истребители **20**
- Фронтальные бомбардировщики **20**
- Самолёт-разведчик **1**
- Вертолёт **19**

РЕЗУЛЬТАТЫ ОПЕРАЦИИ

- Количество самолёто-вылетов **>10 тыс.**
- Сброшено бомб **>11 тыс. тонн**
- Освобождено территории **12 тыс. км²**
- Освобождено населённых пунктов **>580**

ПОТЕРИ

- Погибшие **20**
- Самолёты **1**
- Вертолёт **4**

НАГРАДЫ

- Герои России **8** человек (двое посмертно)

*Данные из открытых источников и подсчёты «АиФ»

Турция атакует город Джараблус. Через этот участок сирийско-турецкой границы шли снабжение боевиков в Алеппо и потоки нефти с подконтрольной исламистам территории Сирии к турецким портам.



погибших солдат сирийской армии. Оставшимся в живых пришлось ещё и отбиваться от пошедших в атаку бойцов ИГ (запрещена в РФ).

А если предположить, что налёт американцев не был ошибкой? Новый смысл появляется тогда и у кровавого удара по колонне с гуманитарным грузом. Из фактов: грузовики

- на подконтрольной оппозиции территории - сгорели, 28 гражданских погибли. В ударе по колонне Запад, хотя и без доказательств, обвинил Россию. Тут же начались разговоры о введении над Алеппо бесполётной зоны. «Смысл в том, чтобы дать террористическим группировкам преимущество перед сирийской армией», -

полагает востоковед Семён БАГДАСАРОВ, добавляя, что этого нельзя допустить ни в коем случае.



Александр КОЛЕСНИЧЕНКО

Тариф **БЕЗЛИМИТНАЯ РОССИЯ**

ОБЩАЙТЕСЬ ЧАСАМИ НАПРОЛЕТ СО ВСЕЙ СТРАНОЙ!

Выгодные звонки на домашние и мобильные

от **490** Руб/мес

Ростелеком

8 800 301 57 17 RT.RU

«Безлимитная Россия» (Тариф) — Тариф для абонентов-физических лиц, абонентов услуг местной телефонной связи ПАО «Ростелеком», при выборе ПАО «Ростелеком» в качестве оператора МГМН телефонной связи на постоянной основе (Услуга). Стоимость с НДС в месяц указана за максимальный совокупный объем местных, внутризоновых и МГ соединений в размере 1440 минут в сутки по РФ в рамках Тарифа на номера сети фиксированной связи. При подключении Тарифа с 01.09.2016 по 31.03.2017 200 минут в месяц соединений на сотовые номера по РФ предоставляются в рамках акции «Звони на мобильные» (Акция). В Тариф и в Акцию не включены звонки в Республику Крым и г. Севастополь. Тарификация соединений сверх указанного и иные звонки оплачиваются дополнительно по Базовым тарифам. Оказание Услуги, подключение Тарифа — при технической возможности. Выгода — разница между Тарифом и Базовыми тарифами на Услугу. Подробности на сайте www.rt.ru и по телефону 8 800 301 57 17.

Реклама. 18+

Я НЕ

ВОПРОС НЕДЕЛИ

США предупредили Украину: если не проведёт реформы, то Евросоюз отменит антироссийские санкции. Какая тут связь?

С. Чудинов, Воронеж

Отвечает Кирилл КОКТЫШ, доцент кафедры политической теории МГИМО МИД:

- Если Украина «замылит» политические и экономические реформы, то США будет трудно убедить ЕС действовать в её интересах.



...КИЕВ НАКАЖУТ, СНЯВ САНКЦИИ?



Европейские санкции против РФ - основа стабильности Порошенко. Фото Зураба ДЖАВАХАДЗЕ/ТАСС

Санкции, попытка изоляции РФ - это основа устойчивости режима Порошенко, они позволяют говорить, что Запад солидарен с ним. Не будет санкций - и Порошенко может нарваться на госпереворот, ему

будет трудно доказывать свою состоятельность как президента. А вероятность отмены санкций есть - США намекают, что как минимум 5 стран этого хотят. Видимо, это Венгрия, Чехия, Кипр, Франция и Италия.

...КАК БЕРЕЧЬ ДЕТСКУЮ ФИГУРУ?

ФОТООТВЕТ

Дочка ест всё подряд и обижается, когда я называю её толстой. Но как ей объяснить, что фигуру надо беречь с детства?

Г. Шубина, Алексин



Специалисты не советуют родителям критиковать фигуры детей - это приводит к развитию у них комплексов. По этой же причине не надо ставить в пример других (будь то принцесса из мультфильма или победительница конкурса детской красоты 1). Совместные занятия спортом, как, например, участие в красочном забеге (организатор Елена Исинбаева 2) или велопарате 3 - вот идеальный способ для сражения с лишним весом ребёнка.

Фото РИА Новости, Дмитрия РОГУЛИНА/ТАСС

ВЛАСТЬ

В Госдуме предложили, чтобы у депутатов было аж по 60 помощников. Зачем так много? И всем им, небось, жалованье придётся платить?

С. Калинин, Москва

Речь идёт о расширении числа помощников, работающих на общественных началах, то есть без оплаты. Сейчас по закону депутаты и сенаторы вправе иметь до 40 таких добровольцев - до

...ЗАЧЕМ СТОЛЬКО ПОМОЩНИКОВ?

полнительно к 5 штатным помощникам, получающим зарплату (в среднем около 40 тыс. руб.). Увеличение до 60 объясняют тем, что избранным в одномандатных округах думцам нужно «укреплять связь с регионами».



«Не уверен, что расширение числа помощников поспособствует этому, - сказал

нам Борис РЕЗНИК, депутат Госдумы 6-го созыва. - Даже из нынешних 40 по-настоящему работают и помогают депутату от силы 5-7 человек. А многие, получив удостоверение, потом носа не кажут до следующих выборов. Особых льгот «корочка» помощника, конечно, не даёт, но можно попробовать показать её гаишнику, если остановит на дороге, или использовать для прохождения в различные учреждения».

ПОДРОБНОСТИ

ЧЕМ ПОХОЖИ МЕГАПОЛИСЫ?

ПОЧЕМУ В КАЗАХСКОЙ ЮРТЕ ДВЕРЬ С ЮГА, А ДЕТАЛИ СКРЕПЛЯЮТСЯ БЕЗ ГВОЗДЕЙ? ПОЧЕМУ ЕЁ УСТАНОВЛИВАЛИ ЖЕНЩИНЫ, А МУЖЧИНЫ ПОДНИМАЛИ ШАНЫРАК - СВЯЩЕННЫЙ ОБОД-ОБЕРЕГ, СТАВШИЙ ВАЖНЫМ ЭЛЕМЕНТОМ ГОСУДАРСТВЕННОГО ГЕРБА КАЗАХСТАНА?

Те, кто успел побывать в этноауле на ВДНХ 19 или 20 сентября, во время Дней Астаны в Москве, узнали это.

«ЗАПАХ ПОЛЫНИ»

В год 25-летия независимости Казахстана деятели культуры республики рассказали москвичам об истории и традициях своего народа, а деловые люди воспользовались хорошим поводом, чтобы укрепить связи с нашим бизнес-сообществом.

Рядом с ВДНХ, в музейно-выставочном центре «Рабочий и колхозница», открылась экспозиция работ современных казахских художников «Запах полыни», которая до этого побывала уже в Нью-Йорке, Берлине и Пекине.

В киноконцертном зале «Космос» показали два фильма: «Отважные» - о временах казахско-дзунгарской войны XVIII в., когда единство и героизм позволили народу Великой степи освободить свою землю,

и «Заклинание» - о судьбе Ермахана Бекмаханова, первого историка, назвавшего восстание под предводительством Кенесары хана в середине XIX в.

\$0,5 млрд -

ВНЕШНЕТОРГОВЫЙ ОБОРОТ МОСКВЫ И КАЗАХСТАНА В 1-М КВАРТАЛЕ 2016 Г.

народно-освободительным движением. В Московском международном доме музыки артисты Государственного академического русского театра драмы им. М. Горького (Астана) дали спектакль «Томирис - царица сакская». А в Государственном Кремлёвском дворце состоялся гала-концерт с участием мэтров классической казахстанской сцены, а также популярных исполнителей и народных коллективов.

СТРАТЕГИЧЕСКИЙ ПАРТНЁР

«Астана - замечательный город, который динамично развивается и является примером для других крупных городов», -



Открытие Дней Астаны в Москве на ВДНХ стало праздником.

сказал мэр Москвы Сергей СОБЯНИН. А аким Астаны Асет ИСЕКЕШЕВ объяснил, что гостям интересен опыт российской столицы в организации дорожного движения, реформировании здравоохранения, развитии городских коммуникационных технологий, обустройстве энергетического хозяйства.

На форуме делового сотрудничества, состоявшемся в

Московской торгово-промышленной палате, им рассказали о том, как Москва стала «умным городом», как ведёт благоустройство, привлекает и управляет инвестиционными потоками.

Казахстан, по словам Сергея ЧЕРЁМИНА, руководителя Департамента внешнеэкономических и международных связей Москвы, удерживает прочные позиции в десятке главных тор-

говых партнёров российской столицы, занимая 8-е место. Только в 1-м квартале этого года наш внешнеторговый оборот составил более 0,5 млрд долл. В сложный политический период, когда Запад ввёл санкции, а мы - ответные контрсанкции, Казахстан поддержал нас. Он - реальный стратегический партнёр Москвы с точки зрения обеспечения продовольственной безопасности.

КОММЕНТАРИЙ

Асет ИСЕКЕШЕВ, аким Астаны:



- Астана - активно развивающийся мегаполис. В июле в городе родился миллионный житель, хотя ещё 10 лет назад его население едва превышало 500 тыс. человек. Валовой региональный продукт за 15 лет увеличился в 12 раз и достиг 23 млрд долл. В пересчёте на душу населения он превышает сейчас 28 тыс. долл. и продолжает расти. У всех мегаполисов есть нечто общее. Думаю, мы можем найти в течение года минимум 10-20 проектов, которые можно реализовать в Москве и Астане.

Марина НАБАТНИКОВА

ПОНИМАЮ...

МЫСЛЬ ВСЛУХ ?

Правда ли, что, если гороскоп на сегодня вам не нравится, нужно лишь найти другой, более подходящий?



...ПОЧЕМУ БЫ НЕ ТРЯХНУТЬ ВСЕХ?

КРИМИНАЛ ?

Если в детском лагере ЧП - проверяют и остальные, если пожар в доме престарелых - инспекторы приходят во все дома престарелых. А почему бы нам не проверить все квартиры майоров-полковников-генералов - может, не у одного Захарченко немислимое количество долларов дома лежит?

Е. Зубов, Иркутск

Отвечает Михаил ЗАХАРОВ, эксперт Центра политического анализа:

- Идея, конечно, богатая с точки зрения возможного



пополнения бюджета. Но в отличие от проверок домов престарелых на наличие огне-тушителей мы не можем перевернуть вверх дном квартиры всех силовиков только потому, что у одного нашли такую сумму. Мы, к счастью, живём не по правилам Всемирного антидопингового агентства (которое скопом не пустило наших паралимпийцев на Игры. - Ред.). Впрочем, история с Захарченко показывает, что эти люди находятся на особом счету и под особым контролем и потому их проверяют тщательнее остальных.

...БЕЗ СЛИЯНИЙ?

ОБРАЗОВАНИЕ ?

Министр образования О. Васильева заявила, что приостанавливает объединение вузов. Почему?

О. Самарина, Волгоград

Отвечает Павел КУДЮКИН, сопредседатель профсоюза «Университетская солидарность»:

- Объединение вузов вызвало серьёзные возражения, а иногда и открытые протесты. Слияние нередко проходило по непонятным критериям. Возникали подозрения, что это делается для получения кем-то земельных площадей, помещений и т. д. Совсем нелепое недавнее объединение - Московского университета леса с Бауманкой. Чуть не потеряли одно из немногих учебных заведений, которые готовят специалистов для лесного хозяйства. Не хочу сказать, что никогда и никакие вузы нельзя объединять. Но это должна быть штучная работа.

ОДНОЙ СТРОКОЙ

Почему мне холодно, а собаки и кошки не мёрзнут?
А. Петрова, Калуга

«Винной тому прогресс, лишивший человеческие тела плотной растительности, - говорит ветеринар Сергей ВАСИЛЬЕВ. - Но и животные, особенно домашние, мёрзнут. Много зависит от того, часто ли зверь бывает на улице, плотно и регулярно ли ест, а также от его возраста».

...НУЖЕН ЛИ НАМ ПЛАН?

ДА

Премьер Дмитрий Медведев считает, что нам нельзя возвращаться к советским принципам жёсткой плановой экономики. Но разве плохо иметь план развития?

С. Ромов, Дмитров

НЕТ



Сергей АНДРЕЕВ, д. э. н., директор Центра регионального развития РАНХиГС:

- Жёсткое планирование было необходимо для восстановления страны после войны. Позднее систему меняли. Государственное планирование сегодня - не распределение до последнего гвоздя, а определение точек отсчёта для базовых отраслей, поддерживающих всю экономику. Например, нужно знать, сколько электроэнергии произведём и покроет ли это наши потребности? Сколько стали выплавим и сколько из неё можно сделать рельсов? Отсутствие планирования и привело к катастрофическому падению производства и уровня жизни населения.

Владислав ИНОЗЕМЦЕВ, д. э. н., профессор НИУ ВШЭ:

- Государство не в состоянии оценить тенденции развития современной экономики. Например, развитие добычи сланцевых нефти и газа наши госкомпании долго игнорировали. В России возврат к планированию приведёт к усилению и так запредельного чиновничьего контроля за экономикой и к коррупции. Наконец, главный фактор нашего развития - нефтяные цены - вне контроля правительства. Никто не планировал появление айфонов и планшетных компьютеров. Экономическое развитие задаётся прежде всего потребительским спросом.



...У РОССИИ НОВЫЕ ВОЙСКА?

АРМИЯ ?

Слышал, что в ВС России появился новый род войск - Территориальная оборона. Нам что, армии, авиации и флота мало?

Г. Малкин, Евпатория

Территориальная оборона (Т. о.) - не новый род войск, а новый комплекс мер по защите тыла во время войны. Этот термин появился у нас примерно 2 года назад, но стал наполняться смыслом совсем недавно. «Т. о. заключается в охране важных военных и государственных объектов от терактов и дивер-



сий, - сообщил «АиФ» Дмитрий БУЛГАКОВ, замминистра обороны. - В

каждом субъекте Федерации для этой цели формируются дивизии, бригады, полки со штатной техникой и вооружением. Однако наполняться личным составом, призванным из запаса, они будут только в военное время. На учениях «Кавказ-2016» мы обкатали эту систему - призвали из запаса роту морской пехоты с Северного флота и перебросили её в Крым на охрану аэродрома. Она оставила очень хорошее впечатление».

...ЕГИПЕТ ОТКРОЮТ?

ТУРИЗМ ?

Говорят, авиакомпании подали заявки на полёты в Египет. Можно планировать поездку на местные курорты?

В. Сергеева, Тверь

Как пояснили «АиФ» в пресс-службе Министерства транспорта РФ, пока об открытии страны для туристов

говорить рано: «Возобновление авиасообщения между РФ и Египтом возможно только после выполнения египетской стороной всех требований по обеспечению безопасности в аэропортах, выдвинутых российскими специалистами». Но источники в министерстве гражданской авиации Египта не исключают, что авиасообщение между странами может быть возобновлено в октябре.

ГОЛЛИВУД ?

Брэд Питт и Анджелина Джоли разводятся. Что этим звёздам не живётся? Богатые, знаменитые, детей много...

М. Логинов, Ростов

Отвечает психотерапевт Александр ПОЛЕЕВ:

- Такого финала стоило ожидать. Брэд Питт - один из самых красивых мужчин земного шара. На него вешаются самые лучшие женщины. Так

что ожидать постоянства от такого мужчины наивно. К тому же люди творческие часто эмоционально неустойчивы по отношению к алкоголю, наркотикам. Надо быть к ним терпимее и не требовать нереального.

Кстати, Брэд Питт выдвинул свои обвинения к Джоли: его крайне возмутило, что Анджелина, будучи послом доброй воли ООН, брала во все горячие точки и опасные места детей.



От такого красавца ожидать постоянства наивно.

Фото PA Photos/TACC

ПОДРОБНОСТИ

Судимость - привычный риск чиновников.

НЕДАВНО БЫЛ ВЫНЕСЕН ПРИГОВОР ЭКС-МЭРУ ЯРОСЛАВЛЯ ЕВГЕНИЮ УРЛАШОВУ - 12,5 ГОДА КОЛОНИИ СТРОГОГО РЕЖИМА И ШТРАФ 60 МЛН РУБ. ЗА ВЗЯТКУ 14 МЛН РУБ. ОТ ФИРМЫ, ПОЛУЧИВШЕЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ КОНТРАКТ НА СОДЕРЖАНИЕ ДОРОГ.

Растрата, взяточничество, злоупотребление полномочиями, вымогательство - обвинения, которые всё чаще предъявляют в судах мэрам российских городов. Почему многие на этой должности не умеют работать честно?

Кто-то считает, что Урлашов пострадал за оппозиционные взгляды. «Это не первый обвинительный приговор в адрес мэров за последние два года, - возражает **Анатолий ВЫБОРНЫЙ**, член Комитета ГД 6-го созыва по безопасности и противодействию коррупции. - Всего осуждено 12 градоначальников». Так, **Юрий Ласточкин** из Рыбинска за передачу недвижимости своей компании и взятку получил 8,5 года тюрьмы и штраф 140 млн руб. А самый большой штраф присудили **Евгению Сасу**, мэру Покрова, - 290 млн руб. Правда, после апелляции его урезали до 17 млн. Кроме того, за взятки **Саса** лишили свободы на 11 лет. «За 2015 г. к уголовной ответственности привлечено 16 должностных лиц федерального уровня, 11 из них приговорены к лишению свободы сроком от 3 до 8 лет», - утверждает депутат.

«АИФ» насчитал почти 30 уголовных эпизодов с мэрами городов за 3 года. Это говорит о кампании властей по искоренению коррупции. Вот лишь некоторые дела, попавшие на ленты новостей в последнее время.

ИЗ СИЗО - В ДУМУ?

Экс-мэра Барнаула Игоря Савинцева судят за махинации с муниципальной землёй и превышение полномочий. По версии следствия, с 2009 по 2015 год он оформил в аренду себе и близким родственникам 5 участков под строительство. «На 2 из 5 участков Савинцев построил административные здания, в том числе гостиницу в парковой зоне, и планировал приватизировать их по цене в десятки раз ниже рыночной», - пояснила **Ольга ЧЕСНОКОВА**, старший помощник руководителя СУ СК по Алтайскому краю. Следствие оценило ущерб городу в 17 млн руб. Савинцеву грозит до 7 лет, вину он не признаёт.

Кстати, в СИЗО



КТО НА НАРАХ?



СРОК: 8,5 года ШТРАФ: 140 млн руб.

Юрий Ласточкин (Рыбинск)



СРОК: 12,5 года ШТРАФ: 60 млн руб.

Евгений Урлашов (Ярославль)



СРОК: 11 лет ШТРАФ: 17 млн руб.

Евгений Сас (Покров)

сейчас находится и сын экс-мэра Максим. Ему инкриминируют мошенничество в особо крупном размере в составе организованной группы. По версии следствия, наследник «развлекался» с акциями муниципальной компании и нанёс ущерб городу в 19 млн руб., плюс ещё и похитил 12 млн руб., поступивших от горожан для оплаты коммунальных услуг. Задержали Савинцева младшего аж в Таиланде.

Экс-мэр Благовещенска Александр Мигуля приговорён к девяти годам колонии: превышение полномочий, нецелевое расходование бюджета и пр. - всего в деле 30 томов. В 2008 г. Мигуля с нарушениями предоставил дружественному ООО земельный участок. В итоге бюджеты Благовещенска и Амурской области недополучили более 25 млн руб. А в 2006 г. он одобрил приобретение моста через реку Чигири в Благовещенске по завышенной цене без конкурса - ущерб 46 млн руб. В период с 2007 по 2010 год при застройке одного из микрорайонов экс-мэр ввёл незаконные преференции для подконтрольного ему предприятия - ущерб более 26 млн руб. После приговора Мигуля заявил о политическом характере дела и желании его

обжаловать. А незадолго до этого передал из СИЗО документы для регистрации кандидатом в депутаты Госдумы! Вот только не смог собрать в срок подписи в свою поддержку.

ВЗЯТКА В ХОЛОДИЛЬНИКЕ

В Коми вообще какая-то «мэрская эпидемия». Девять лет лишения свободы получил экс-мэр Сыктывкара **Роман Зенищев** за взятку в 10 млн руб.: эту сумму занесли за то, чтобы новую котельную от тепловой компании приняли с меньшей мощностью, чем было заявлено в контракте. Плюс мэр с подчинёнными любил за счёт бюджета отдохнуть в

30 ТОМОВ

НАСЧИТЫВАЛО ДЕЛО ЭКС-МЭРА БЛАГОВЕЩЕНСКА.

Европе. **Экс-мэр Воркуты Анатолий Пуро** получил 2 года поселения и обязан возместить 5,9 млн руб. за то, что задёшево сдал городское имущество в аренду. Ещё один мэр Сыктывкара, **Иван Поздеев**, летом получил 3 года условно и штраф 100 тыс., хотя статьи у него те же: превышение полномочий и растрата. Выделял землю по заниженной цене строительным компаниям, часть из которых принадлежит его семье. Но Поздеев возместил ущерб - 12,5 млн. Кстати, прокурор Коми **Сергей БАЖУТОВ** говорит, что это скорее исключение: «Даже привлечение к уголовной от-

ветственности далеко не всегда становится стимулом к возврату в бюджет похищенного».

Ещё один градоначальник из Коми мэр **Инты Павел Смирнов** ждёт суда: идёт следствие, арестованы его счета с 26 млн руб. Мэр никогда не брал взятки сразу в руки, дающих просил положить их... в холодильник. Судя по оперативному видео, после ухода визитёра мэр внимательно изучал содержимое холодильника и только затем перекладывал деньги в карман пальто. Сейчас он из СИЗО пишет, что брал взятки, чтобы «делать фейверки и дарить малышам и ветеранам бесплатные подарки»... А вот мэр сахалинского г. Оха **Александр Шкрабалок** даже после суда по делу о превышении полномочий (изначальный ущерб - 331 млн руб.) сохранил пост. Он был признан виновным, ему назначили штраф 80 тыс. руб., но он тут же был амнистирован и освобождён от наказания.

Этим летом с помощью Интерпола в Сербии наконец поймали экс-мэра **Сергиева Посада Виктора Букина**. Суд решит, сколько он отсидит за желание получить 50% «отката» с 48 млн руб. Можно вспомнить и нашумевший арест мэра Владивостока **Игоря Пушкарёва** - общий ущерб от его деятельности оценивают пока в 158 млн руб.

«Большинство мэров люди честные, - говорит **Николай МИРОНОВ**, глава Центра экономических и политических реформ. - Но устоять перед соблазнами могут не все. Градоначальники курируют такие «вкусные» сферы, как выделение земли, аренда собственности, муниципальные закупки и подряды и т. д. Порой складывается целая мафиозная система, когда мэр работает в связке с депутатами горсовета, которые оформляют нужные решения. В их руках - местный бюджет и принятие муниципальных программ, раздача налоговых льгот и пр.

Да, местные начальники обычно люди очень богатые. И их образ жизни на виду. Если спросить, многие скажут: это дом мэра, и к нему заасфальтирована единственная в городе дорога, а здесь живёт депутат такой-то, он же бизнесмен... По идее, мэра должны контролировать не столько силовики, сколько депутаты, которые видят, как распределяются бюджеты, раздаются земли и пр. Но на практике скорее мэр контролирует депутатов. А сверху, с регионального уровня, тоже не всегда пресекают безобразия - у губернатора таких мэров полно, за всеми не углядишь. Должны работать механизмы контроля на местах, чтобы граждане могли спокойно критиковать и переизбирать местное начальство».



Екатерина БАРОВА

Фото РИА Новости, Сергей БОБЫЛЁВ/ТАСС, www.youtube.com

ЗАКРЫТЬ ГРАНИЦЫ

ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫЕ ОРГАНЫ РАЗРАБОТАЮТ МЕРЫ, ЗАПРЕЩАЮЩИЕ ВЫЕЗД ЗА РУБЕЖ БАНКИРАМ, КОТОРЫЕ ВЫВОДЯТ ИЗ СТРАНЫ АКТИВЫ СВОИХ БАНКОВ.

ПОЗИЦИЯ



ШЕРШУКОВА

Предложение интересное. Но не вполне понятное. Мы боремся с выводом банковских активов за рубеж? Или не хотим допустить, чтобы за границу на воссоединение с активами уехали и пассивы в виде злонамеренных банкиров?

К сожалению, нужно понимать: любое предложение силовикам подключиться - это демонстрация невозможности справиться с проблемами иными механизмами. В данном случае это свидетельство неспособности ЦБ предотвратить отток капиталов и последующее бегство так называемой финансовой элиты.

Примерно 15 лет экономические власти РФ считали, что свободное перетекание капиталов (и банкиров) через границы - это нормально, это инвестиции. У нас лучше инвестиционный климат - текут к нам, лучше там - текут от нас. Теперь либо понимание изменилось, либо деньги кончились.

Да, в ситуации экономического кризиса ограничительные меры возможны. Другое дело, что, ограничив вывод денег и бегство банкиров, государство не создало полноценного применения этим деньгам внутри страны. Нет серьёзных инвестиционных программ у государства. Нет изменения налоговой политики с целью защиты финансово слабых и создания дополнительного гнёта для слишком сильных.

Можно, конечно, задерживать на границе банкира - тем более что такие прецеденты в истории были. Но напомню: в 30-е годы XX в. одновременно с закрытием границ внутри страны открывались заводы, которые сейчас закрываются ввиду отсутствия доступного для развития бизнеса кредита. Именно это главная сегодняшняя проблема.

А что касается расхитителей... Была такая мера - конфискация имущества преступников. Её отменили. А теперь, вместо того чтобы сажать и компенсировать потерянное за счёт конфискации, не пустим на выезд... Вот только бюджет от этого богаче не станет.

Александр Шершук, секретарь Федерации независимых профсоюзов России

БЕЗОПАСНАЯ ДОРОГА

На дороге опасно быть невидимкой.

ЗАСВЕТИСЬ!

СВЕТОВОЙ ДЕНЬ СОКРАЩАЕТСЯ. НА ТЁМНЫХ ДОРОГАХ, ДА ЕЩЁ И В ДОЖДЬ ПЕШЕХОДЫ, ОСОБЕННО ШКОЛЬНИКИ, СТАНОВЯТСЯ В БУКВАЛЬНОМ СМЫСЛЕ НЕВИДИМКАМИ. НО ЭТУ ПРОБЛЕМУ ЛЕГКО РЕШИТЬ.

ЧТОБЫ ЗАМЕТИЛИ

Безжалостная статистика свидетельствует о том, что каждое третье ДТП с участием пешехода происходит ночью, а последствия ночных аварий значительно тяжелее. Всего за 8 месяцев 2016 г. произошло 31 169 ДТП с участием пешеходов, в которых погибли 3340 человек и 29 262 пострадали.

«Примерно с октября по декабрь, когда начинают портиться погодные условия, пик аварий приходится на временной промежуток с 18.00 до 22.00. При этом более 70% всех пешеходов не предпринимают никаких дополнительных мер, чтобы быть заметными на дорогах, 60% просто не считают это необходимым, 16% думают, что это может испортить их внешний вид, а 9% просто не знают, где приобрести специальные световозвращатели», - рассказал **Вадим МЕЛЬНИКОВ, директор экспертного центра «Движение без опасности».**



Начался учебный год, и многие школьники идут в школу и возвращаются домой затемно. В отличие от взрослых, которых жизненный опыт в большинстве своём научил не выскакивать неожиданно на дорогу в темноте, дети более уязвимы. Зачастую ребёнок видит пешеходный переход и смело шагает на проезжую часть, даже не предполагая, что водитель авто в темноте может элементарно не заметить маленького пешехода и не успеет затормозить.



У каждого ребёнка должны быть световозвращающие элементы!

Главная задача взрослых - сделать детей на дороге видимыми. В этом помогут световозвращающие элементы. Практически во всём цивилизованном мире родители обязаны снабжать ими своих детей. Однако, по данным ВЦИОМ, лишь каждый третий опрошенный (36%) руководствуется наличием таких элементов при выборе одежды для ребёнка.

Ещё одна группа риска - люди преклонного возраста. Они не всегда могут быстро и адекватно отреагировать на экстремальную ситуацию, не слишком расторопны на дороге, поэтому водитель должен заметить такого пешехода издали. Взрослые дети могут помочь своим пожилым роди-

телям, прикрепив световозвращатели к верхней одежде, сумке или трости.

Кстати, и автомобилистам в машине необходимо иметь сигнальный жилет со световозвращающими элементами. Ведь в случае поломки на тёмной дороге любой водитель для тех, кто проезжает мимо, тут же превращается в пешехода и так же незаметен.

УВИДЕТЬ ЗА 400 М

Световозвращающие элементы часто называют светотражателями или катафотами. Они отражают свет автомобильных фар, благодаря чему пешеходы становятся видны в темноте.

Световозвращатель обеспечивает видимость пешехода на расстоянии до 400 метров от автомобиля. При скорости 90 км/ч элемент светится 8 секунд. При скорости 60 км/ч - 24 секунды. По статистике ГИБДД, использование светотражателей снижает риск ДТП в 6-8 раз!

С 1 июля 2015 г. пешеходам при переходе дороги и

движении по обочинам вне населённых пунктов в обязательном порядке надо использовать световозвращающие элементы. За отсутствие таковых - штраф 500 руб.

В 6-8 РАЗ

СВЕТОВОЗВРАЩАТЕЛИ СНИЖАЮТ РИСК ДТП.

«Широкая разъяснительная кампания об использовании световозвращателей длится не один год. По всей России прошли десятки тысяч социально значимых акций и мероприятий - в местах массового притяжения людей, школах и детских садах, в крупных городах и небольших населённых пунктах. Сейчас работа по популяризации и распространению световозвращающих элементов продолжается во всех регионах страны, особое внимание уделяется работе с детьми», - отметил **Владимир КУЗИН, заместитель начальника ГУОБДД МВД РФ.**



ПРАВИЛЬНО ВЫБИРАЕМ ОТРАЖАТЕЛЬ

Советы по использованию световозвращающих элементов читателям «АиФ» дали эксперты компании, которая не просто их производит, но и в собственной лаборатории изучает особенности отражателей.

ЧТО ПОКУПАТЬ?

✓ Помните, не все материалы обладают необходимым качеством. Многие из нашивок после непродолжительной эксплуатации и стирки резко теряют защитные свойства. Некоторые значки или подвески изначально имеют столь малый коэффициент световозвращения, что не служат просто украшением, но не обеспечивают безопасность.

✓ Поверхность материала должна быть ровной, гибкой и гладкой на ощупь; она не должна иметь трещин, царапин, потёртостей, заломов и загибов.

✓ Проверьте, как лента пришивается, если речь идёт об одежде/рюкзаке. Строчки должны располагаться на расстоянии 2-3 мм от края ленты. Это позволяет защитить нашивку от повреждения краёв при стирке или химчистке.

✓ Качественная световозвращающая лента имеет только тканевую основу. Проверить её можно, немного отогнув край пристроенной нашивки. Крупнейшие производители обычно маркируют основу,



Качественный отражатель - гарантия безопасности.

чтобы подтвердить стандарт качества ленты.

✓ Если на световозвращателе имеется рисунок, то он не должен размазываться и/или

стираться. Проверьте прямо в магазине, является ли рисунок также светотражателем: сфотографируйте мобильным телефоном со вспышкой катафот и увидите, все ли его элементы работают.

✓ Дома проверить качество уже купленного отражателя можно с помощью фонарика. Направьте луч на значок или нашивку - если у вас в руках качественный световозвращатель, то он будет ярко светиться. Важно, чтобы световозвращатель работал под любым углом: поверните его в разные стороны - в лучах свечения не должно ухудшаться или исчезать.

Один из регионов, где этому вопросу уделяют большое внимание, - Карелия. Сегодня уже 90% первоклассников в республике получили наклейки, которые позволяют водителям издали заметить малышей.

«К 2020 г. все первоклассники Карелии должны быть



обеспечены световозвращающими элементами», - рассказал «АиФ» глава республики **Александр ХУДИЛАЙНЕН.**

- Особо хочу подчеркнуть ответственность родителей и педагогов за обеспечение безопасности детей на дорогах. Родители должны постоянно разъяснять детям правила поведения на дорогах и во взаимодействии с педагогами каждое утро проверять, есть ли у ребёнка световозвращатель».

ЧТО И ГДЕ ПОКУПАТЬ?

Сегодня в России можно найти световозвращатели на любой вкус. Съёмные - брелоки, стикеры, значки, браслеты, наклейки на спицы колёс велосипеда, жилеты. Их следует крепить на одежду, сумки, рюкзаки, детские коляски, велосипеды, ролики и др. И несъёмные - их широко применяют при производстве спецодежды, детской, подростковой, спортивной и туристической одежды и обуви.

В ПДД не указано, сколько световозвращателей должно быть на пешеходе и где их разместить. ГИБДД рекомендует прикреплять по одному элементу на правую и левую руки, один сзади - на спину или рюкзак и спереди - на грудь или ремень. Таким образом пешеход будет замечен со всех сторон.

По итогам эксперимента, проведённого в экспертном центре «Движение без опасности», установлено, что располагать отражатели необходимо на руках (на запястьях и предплечьях) и на ногах (на уровне шиколоток). Ширина элементов должна быть не менее 9 см. Взрослому лучше размещать элементы на высоте от 80 см до 1 м от дороги. У ребёнка ростом до 140 см они размещаются на рюкзаке, верхней части рукава, головном уборе. В идеале съёмные и несъёмные световозвращатели надо сочетать. Кстати, наиболее заметны световозвращающие элементы жёлтого цвета.

Отражатели можно заказать в Интернете или же приобрести в специализированных магазинах для автомобилистов. Также сейчас их распространением занимается Почта России.

Стоимость одной наклейки - от 30-50 руб. Браслет на руку или значок можно купить за 100-300 руб.

«Конечно, России необходим качественный стандарт производства как самих световозвращателей, так и регламент пошива детской одежды, содержащей эти элементы, - уверен **Вадим Мельников.** - На популярность и использование световозвращающих элементов напрямую влияют их удобство, функциональность и дизайн. Отдельного решения требует развитие сети точек розничной продажи».

Екатерина МИРНАЯ

ТУРИЗМ

Где ждут туристов круглый год?

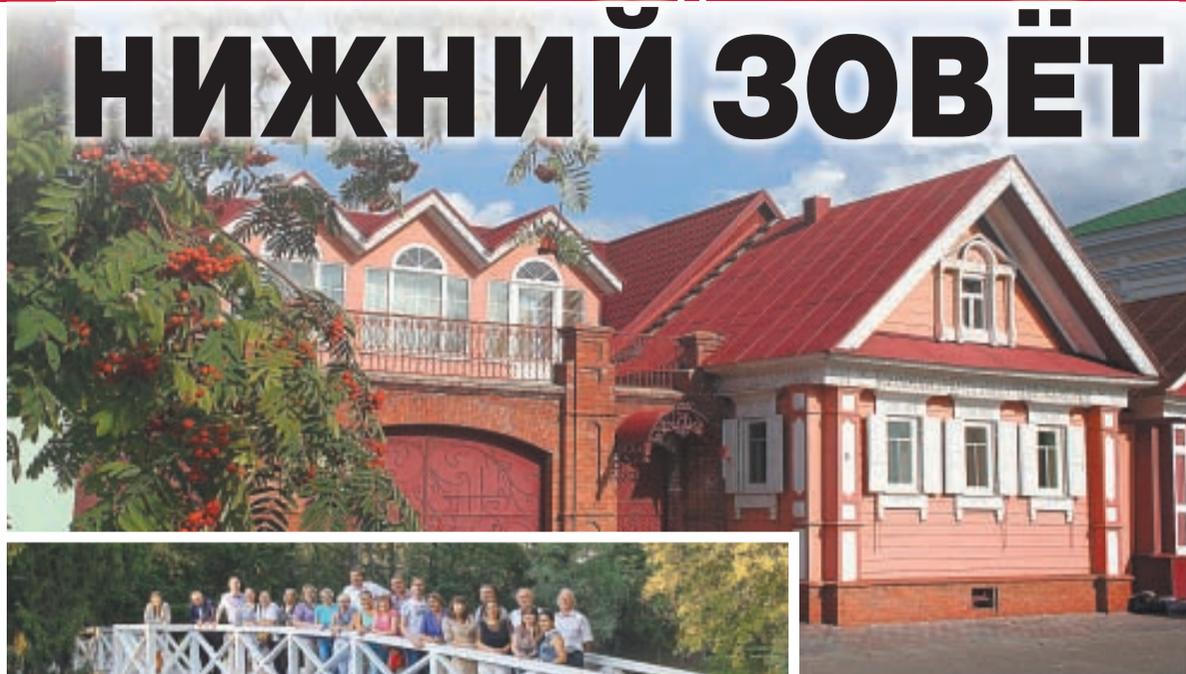
НИЖЕГОРОДСКАЯ ОБЛАСТЬ ИЗВЕСТНА САМОЙ ДЛИННОЙ В ЕВРОПЕ КАНАТНОЙ ДОРОГОЙ И САМЫМИ СОВРЕМЕННЫМИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМИ КОМПЛЕКСАМИ В РАЙЦЕНТРАХ. НО НЕ ТОЛЬКО ЭТИМ - РЕГИОН ПРОЧНО ОБОСНОВАЛСЯ ВО ВСЕВОЗМОЖНЫХ «ХИТ-ПАРАДАХ» СЕМЕЙНОГО ОТДЫХА.

Туристический сезон не уходит вслед за летом. Круглый год ждут гостей пушкинская усадьба в Большом Болдине, Дивеевский монастырь, прятничные домики древнего Городца, мастерские, где рождается золотая хохлома. И ещё десятки пока не открытых вами мест.

КОГДА ЕХАТЬ?

«Бархатный сезон» - понятие скорее для курортных мест. И всё равно осенний Нижний Новгород, по версии сервиса поиска отелей RoomGuru.ru, - в первой десятке городов, выбираемых туристами-россиянами (составляя рейтинг, опирались на данные поиска и броней отелей и апартаментов для проживания с 1 сентября по 31 октября 2016 г.). Выяснилось, что осенние поездки в Нижний бронируют в среднем на 2,5 дня, а проживание в столице Приволжья обходится примерно в 2,7 тыс. руб. на человека в сутки. Для сравнения: сутки в Санкт-Петербурге сервис оценил примерно в 3 тыс. руб.

Всю бронировать отели в Нижнем и для визитов на ноябрьские праздничные выходные. По информации того же поискового сервиса, родина нижегородского ополчения в День народного единства станет



Золотую осень можно встретить на старинной набережной в Городеце или в пушкинском Болдине.

самым недорогим для туристов городом в российском топ-10: в среднем - 2,5 тыс. руб. в сутки на человека. И никаких визовых центров, долгих перелётов, ни дня акклиматизации, ни малейшего языкового барьера.

ЧТО СМОТРЕТЬ?

Пушкин - гений. Круглый год и в любую погоду. Усадьба поэта в Большом Болдине Нижегородской области подарила миру почти полсотни литературных шедевров - и всё за каких-то три осени. И вот позади без малого два века, но Пушкин будто минуту назад вышел побродить по старому парку. Аромат эпохи здесь бережно хранят.

А кто не знает хохломы? Про-

мыслу в этом году пошёл второй век. На его родине, в Семёнове, по сей день трудятся над росписями мастерицы. Секретов у них нет - вас прямо на месте научат, как расписать «классическую» ложку. А чтобы дорога в столицу хохломы была комфортнее, туда в октябре отправятся специальные скоростные поезда - чтобы никаких перекладных.

В самом Нижнем Новгороде ровно 4 ноября можно оказаться на стыке времён - на площади перед храмом Иоанна Предтечи, откуда в 1612 году Кузьма Минин звал земляков выступить «купно заедино» и пойти освобождать Москву от захватчиков.

У Чкаловска, где родился и рос воздушный ас XX века Ва-

лери Чкалов, - своя история. В ангаре стоит тот самый самолёт, который без посадки махнул из Москвы через Северный полюс в Америку. Можно поглядеть металлический бок и подняться в кабину - разве это не мечта любого мальчишки, даже выросшего? В местном музее открылась новая экспозиция - к 80-летию другого легендарного перелёта чкаловского экипажа, из Москвы на дальневосточный остров Удд (ныне остров Чкалов).

100 ЛЕТ ИСПОЛНИЛОСЬ ЗОЛОТОЙ ХОХЛОМЕ.

Можно ещё долго перечислять места, где вам наверняка будет интересно. К тому же, приехав в Нижегородскую область, каждый гость устроится с комфортом: здесь есть всё - от хостелов до пятизвёздочных отелей.

Ольга МОРОЗОВА

ДОСЛОВНО

«МЫ РАДЫ ГОСТЯМ!»

Валерий ШАНЦЕВ, губернатор Нижегородской области:



- Дорогие друзья! Рад пригласить вас посетить нашу область! Вас ждут Нижегородский кремль и Нижегородская ярмарка, город мастеров Городец, Болдино, Дивеевский и Макарьевский монастыри, единственный в России удел Пресвятой Богородицы в Дивееве, где в Свято-Троицком соборе покоятся мощи великого русского святого - Серафима Саровского.

Один из самых популярных осенних туров - поездка в Большое Болдино, в родовое имение Пушкиных. До конца октября здесь традиционно проходит фестиваль «Болдинская осень» - идут балы пушкинской поры, работают особые экскурсионные программы.

В октябре запланировано несколько чартерных программ в город Семёнов - столицу золотой хохломы, которая в этом году празднует 100-летие основания производства. А в начале ноября гостей региона ждёт тур, посвящённый нижегородскому ополчению 1612 года под руководством Минина и Пожарского.

В декабре в Нижнем Новгороде можно будет посетить знаменитую фабрику ёлочных украшений «Ариель». Услышать увлекательные истории из прошлого горьковской ёлочной игрушки и расписать свой новогодний шар. Зимой работают горнолыжные комплексы, а также базы отдыха, загородные клубы, санатории и пансионаты.

Добро пожаловать в Нижегородскую область - край легенд и народных промыслов! Мы всегда рады гостям!

«СТЕНА» ОТ РОССИЙСКИХ КУР

ПРОЕКТ ЭКС-ПРЕМЬЕРА УКРАИНЫ АРСЕНИЯ ЯЦЕНЮКА ПО СТРОИТЕЛЬСТВУ СТЕНЫ НА ГРАНИЦЕ С РОССИЕЙ ПРОДОЛЖАЮТ ФИНАНСИРОВАТЬ, НЕСМОТЯ НА ТО ЧТО НИ ПОЛНОЦЕННОЙ СТЕНЫ, НИ ВЫДЕЛЕННЫХ НА НЕЁ МИЛЛИОНОВ ОТЫСКАТЬ НИКОТО НЕ МОЖЕТ.

«Мы завершаем работы в Харьковской области и начали в Луганской. Всего на сегодняшний день обустроено 12% границы с Россией. Это очень мало», - заявил на днях Василий Серватюк, 1-й замглавы Госпогранслужбы Украины. При этом только в 2016 г. в скудном бюджете Украины на проект выделено 200 млн грн (7,7 млн долл.).

Более того, оказалось, что параллельно существуют два плана по строительству стены на границе с Россией. Первый - «Европейский вал» стоимостью 74 млн долл. - презентовали на заседании кабинета 5 сентября 2014 г. Спустя два с лишним



Такой забор депутаты ВР увидели на границе. Фото www.facebook.com/lenasotnik

месяца на баланс Министерства инфраструктуры, ответственного за реализацию проекта, поступил аванс - 235 млн грн (около 9 млн долл.), и были начаты какие-то работы. Но уже через месяц проект передали на баланс Госпогранслужбы. За ещё 2,5 месяца мигом освоили почти 164 млн грн (6,3 млн долл.). Также на обустройство границы были выделены Евросоюзом «десятки миллионов евро», но, по словам председателя представительства ЕС в Украине Яна Томбинского, и они куда-то исчезли.

В 2015 г. появился ещё один проект стены, подороже, - 4,136 млрд грн (160 млн долл.). Средства на него должны были выдавать частями до конца 2018 г. В прошлом году было

выделено 400 млн грн, в этом - ещё 200 млн грн. «С мая 2015 г. на одних и тех же участках территории Украины реализовываются два проекта, которые по своей сути и содержанию являются идентичными и на которые одновременно выделяются госсредства», - возмутилась депутат Верховной рады Елена Сотник. И отправилась с группой коллег проверить, что же на эти деньги успели построить.

Вместо мощного фортификационного сооружения на границе обнаружили сетчатый забор высотой не более 2 метров и противотанковый ров, напоминающий небольшую канавку. «Даже дикого кролика эта сетка-стена не остановит. И что мы видим теперь? Стены нет, денег нет, и Яценюка тоже нет», - возмутился ещё один депутат ВР, Борислав Береза, после «экскурсии». Он заявил, что бывший премьер фактически закопал в землю 650 млн грн (25 млн долл.). Елена Сотник

оценила масштаб аферы ещё резче: «Яма стоимостью 4 млрд гривен». Расхождение в цифрах легко объяснить. До сих пор никто не может внятно отчитаться - какие деньги и на что были потрачены под прикрытием грандиозной стройки. Депутаты обратились в Национальное антикоррупционное бюро (НАБУ) с требованием разобраться, где деньги. Специализированная антикоррупционная прокуратура (САП) уже начала расследование в связи с возможными злоупотреблениями при строительстве проекта «Стена», сообщил недавно глава САП Назар Холодницкий.

Кто нажил на строительстве «стен от российских кур», как окрестили этот проект в Раде, не совсем ясно, но, по сообщениям бельгийских СМИ, Яценюк теперь живёт на огромной вилле возле Брюсселя и даже якобы открыл своё агентство недвижимости...

Екатерина МИРНАЯ

ДОМ С КАРТИНКАМИ

ЭНТУЗИАСТЫ

Нарисуем - будем жить!

ЧТО ИНТЕРЕСНОГО МОЖЕТ БЫТЬ В ПОДЪЕЗДЕ МНОГОЭТАЖКИ? ЭТО ЗАВИСИТ ОТ ЕЁ ЖИЛЬЦОВ.

Художнице из Липецка однажды надоело унылые облупившиеся стены её дома. «Душа требовала красоты, - улыбаясь **Галина ПРОКОФЬЕВА**. - Я взяла краски и начала рисовать. Чуть пройду кистью по стенам и жду - какой будет реакция соседей. Вижу - людям нравится, ну я и стала смелее раскрашивать. Проходит какое-то время, и мне соседка говорит: «Мы уезжаем на дачу, может, нарисуешь что-нибудь у нас на двери?» А мне



Иногда соседи заказывают Галине сюжеты картин.

Фото автора

только дай волю. Когда они вернулись, на их двери была целая картина».

Так, вечерами, а иногда и ночами, чтобы соседям не мешать, Галина Александровна меняла мир вокруг себя. Теперь на стенах дома среди берёз живут ёжик, сова, олени, поросята, герои мультфильмов. А жильцы, когда объясняют, как найти квартиру, называют не номер, а говорят: «Справа от гуся» или «Там, где кот Леопольд». Некоторые последовали примеру Галины и взялись за дело: покрасили забор у дома, посадили цветы, «поселили» во дворе игрушки. Заразное это дело - с помощью красоты спасать свой мир.

Екатерина ДЕРЕВЯШКИНА («АиФ-Липецк»)

НЕ БОЙТЕСЬ БОЯТЬСЯ

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ТРЕВОГ, СТРАХОВ И ФОБИЙ?

ПОЗИЦИЯ



КАРАЧЕВЦЕВОЙ

Наша и страхи и фобии - это защитные механизмы. Сначала надо разобраться в причине страха: когда он возник и для чего? Какая ситуация его породила? Зачастую бывает, что она осталась в прошлом, а страх с нами живёт. Например, оставшаяся от детских лет боязнь высоты, темноты, грозы, привидений. Когда человеку 40 лет, темнота или замкнутое пространство пугать его уже не должны. **Такому страху надо посмотреть в глаза и попрощаться с ним:** например, нарисовать или вылепить его, добавив ушки и лапки, сделать из него смешное существо, дать ему забавное имя.

Но есть страхи нужные. Они ограждают от более глубоких проблем. Допустим, человек боится выйти из дома. Приезжает специалист, снимает этот симптом, но на улице этот человек впадает в ступор из-за панической атаки. Оказывается, что на самом деле у него был другой страх, например толпы, автомобилей. Если страх существует как защитная, глубинная функция психики, избавляться от него полностью, может быть, и не надо. Допустим, если у вас что-то болит, то можно выпить обезболивающую таблетку. Но сам недуг таблетка не вылечит, а воспалительный процесс в организме всё равно будет идти, угроза здоровью никуда не денется. Под действием анестезии вы можете не заметить, как болезнь зайдёт далеко и ситуация усугубится. Боль в этом случае - сигнал опасности.

Страхи можно рассматривать как симптом: где-то затаились давние стрессы и психологические травмы, которые нами руководят. С этой зависимостью можно бороться, можно научиться себя контролировать. Например, если страх связан с реальной угрозой, надо наблюдать за собой. От страха и панических атак никто не умирал. Они пугают своей неясностью: «Откуда это взялось?», «Куда это приведёт?», «Что со мной происходит?» и т. д. В таких случаях надо вести «вахтенный журнал», в который записывать свои мысли, события и ощущения. Градус тревоги понизится, потому что мы окажемся уже как бы не внутри ситуации, а снаружи её, будем смотреть на себя со стороны.

Анастасия Карачевцева, психотерапевт, психолог

К НОВОЙ ЖИЗНИ ЗА 90 ДНЕЙ

Окончание. Начало в № 38

НОВЫЕ ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ ПРИЖИВАЮТСЯ, ЕСЛИ ИХ ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ В ТЕЧЕНИЕ 90 ДНЕЙ, СЧИТАЕТ МАЙК ЛИРИ, ПСИХОТЕРАПЕВТ ИЗ США.

Вот какие привычки он советует принять за правило

Питание и упражнения

Не наедайтесь до сытости, не ешьте вредное, принимайте пищу с благодарностью, не давайте мышцам деградировать - укрепите здоровье, а без него - никуда.



Чтение

Книги делают нас мудрее, дают нам новый опыт и могут менять нашу жизнь.

Сбережения

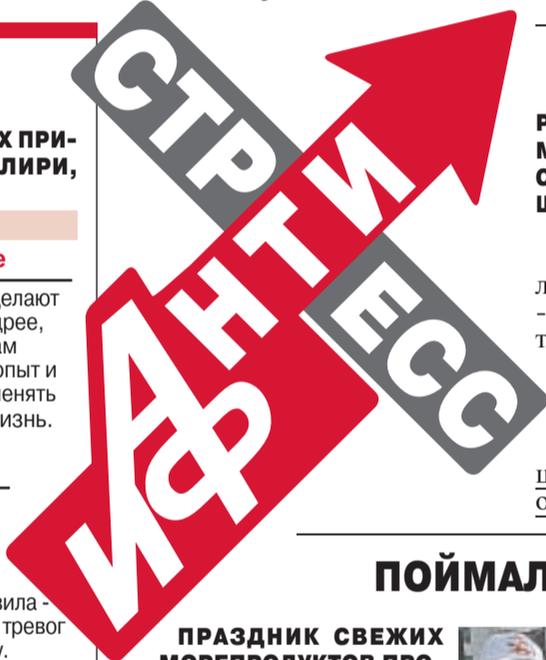
Откладывайте деньги, не делайте долгов, изучайте финансовые правила - это избавит от тревог и даст свободу.

Сон

Вовремя ложитесь, старайтесь не думать перед сном о проблемах - это поможет не поддаваться эмоциям в течение рабочего дня.

Отложенная награда

Умение отказаться от немедленной награды в пользу лучшей, но отложенной - одна из главных особенностей успешных людей.



ПО-РУССКИ

РУССКИЙ ЯЗЫК ЗНЯЛ ПЯТОЕ МЕСТО ПО ПОПУЛЯРНОСТИ СРЕДИ УЧЕНИКОВ НАЧАЛЬНЫХ ШКОЛ ЕВРОСОЮЗА.

Конечно, самый популярный язык для изучения - английский. На нём хотят говорить более 17 млн школьников, сообщает Евростат. Далее следуют французский, немецкий, испанский и русский. Нашему языку предпочтение отдали полмиллиона детей.

ПОЙМАЛИ И СЪЕЛИ!

ПРАЗДНИК СВЕЖИХ МОРЕПРОДУКТОВ ПРОШЁЛ НА САХАЛИНЕ.

Попробовать можно было и свежих устриц (объём сваренного из них супа исчислялся десятками литров), и креветок (за ними стояли самые длинные очереди), и лосося, и тунца, и другие деликатесы. На бутерброды уш-



Всё съели очень быстро!

Фото Виктора ТИТОВА

ло 200 батончиков хлеба и 28 кг красной икры.

Полина ЧЕРНИЧКИНА («АиФ-Сахалин-Курилы»)

ФОТОФАКТ



Самая большая кувшинка в мире - уникальная виктория амазонская - расцвела в ботаническом саду Нижегородского госуниверситета им. Лобачевского. Цветёт чудо природы два дня, меняя аромат: сначала источает тонкий абрикосовый запах, а на второй день начинает пахнуть сиренью.

Фото ННГУ им. Лобачевского

ЧТО ЕЩЁ ХОРОШЕГО?

- Россия в сентябре достигла исторического максимума суточной добычи нефти в 11,75 млн баррелей.
- Биолог Вячеслав Рябов из Карадагского природного заповедника доказал, что язык дельфинов похож на человеческий.
- В российских магазинах появились первые товары (масло и майонез), отмеченные российским Знаком качества.
- Установлена первая морская опора Керченского моста.
- Число иностранных туристов в России выросло на 10%.

ВЗЯЛИ НА КАРАНДАШ



Член Общественной палаты РФ протоиерей Всеволод Чаплин заявил, что куклы Барби противоречат человеческому облику и их необходимо переодеть, например, в «нормальную юбку, платочек».

Рисунок Павла КАЗАКОВА

Называйте вещи своими именами.

ТОЧНЫЙ ДИАГНОЗ

В НАШЕЙ ЭКОНОМИКЕ ВОЗНИК СВОЕОБРАЗНЫЙ ЖАРГОН С ПОДМЕННОЙ ПОНЯТИЙ.

ТОЧКА ЗРЕНИЯ

ГДЕ «ДНО»?



Абел АГАНБЕГЯН, академик РАН, завкафедрой РАНХиГС

СВОЯ РЕАЛЬНОСТЬ

Вместо того чтобы признать стагнацию и рецессию, нам всё чаще говорят о «новой реальности» и даже «новой нормальности». Какая же это нормальность, когда в 2015-2016 гг. ВВП снижается на 5%, инвестиции - на 15%, реальные доходы и зарплата - на 10%, а конечное потребление домашних хозяйств и объём розничного товарооборота - на 14-16%? Финансирование образования, здравоохранения и соцобеспечения падает на 10%. Никогда в России не было такого упадка социальной сферы и благосостояния народа.

Иногда нам говорят о стабилизации экономики. Какая стабилизация, если второй квартал в 2016 г. продолжается спад - и это после сильного падения в 2015 г.? Даже стагнацию нельзя назвать стабилизацией: ведь стагнация - это нулевой рост, а стабилизация - позитивный процесс. Тем более рецессия никак не может быть названа стабилизацией.

Давайте не будем обманываться - вещи надо называть

ВНИМАНИЕ

ПРЫЩИ, УГРИ, ЖИРНЫЙ БЛЕСК?

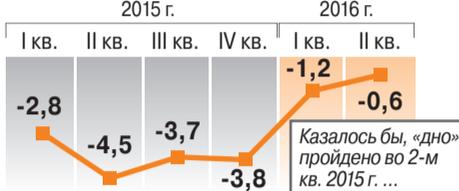
Для лечения акне и розacea рекомендуем «Лома Люкс Акнемол» - эффективное и безопасное гомеопатическое лекарство из США (не БАД), созданное на основе микродоз минералов, издревле применяемых для лечения кожи. Уже в течение курса лечения устраняются чрезмерная жирность, воспаление кожи, прыщи, в том числе гнойные, прекращаются новые высыпания, исчезает зуд, кожа приобретает здоровый вид. Отпускается в аптеках без рецепта. Тел. 003, 8-800-100-10-69. Справки: (495) 645-68-80. www.lomalux.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

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
www.termolife.com Реклама

СПАД ВВП В 2015-2016 ГГ.

(в % к соответствующему периоду предыдущего года)



Казалось бы, «дно» пройдено во 2-м кв. 2015 г. ...

(в % к соответствующему периоду 2014 г.)



На деле «дно» проваливается, рецессия продолжается, пока рост ВВП не выйдет в положительную зону.

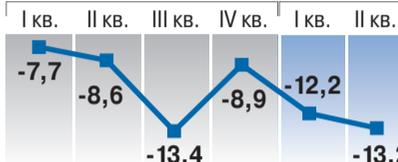
Инфографика Анны ХАРИТОНОВОЙ
Фото Legion-Media

СПАД ОСНОВНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ В 2015-2016 ГГ.

(в % к докризисному периоду)

Инвестиции

Снижаются 12 кварталов - с III квартала 2013 г.



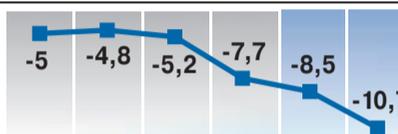
Строительство

Снижаются 10 кварталов - с I квартала 2014 г.



Реальные располагаемые денежные доходы населения

Снижаются 10 кварталов - с I квартала 2014 г.



Конечное потребление домохозяйств

Снижается 6 кварталов - с I квартала 2015 г.



*Оценка



своими именами. Мне понравились откровенные высказывания президента В. Путина на президиуме экономического совета в мае этого года: «Сам по себе экономический рост не возобновится. Если мы не найдём новых источников роста, то динамика ВВП будет находиться где-то около нулевой отметки». Президент не боится сказать правду, но некоторые чиновники пытаются её скрыть.

Так, финансовая система находится в глубоком кризисе, а мы читаем о «финансовой устойчивости». Хороша устойчивость, когда реальные объёмы госбюджета третий год сокращаются и Минфин предлагает на следующие 3 года продолжить это сокращение на 15-20%. Небывалый дефицит бюджета, превышающий 3% ВВП. Огромные долги регионов. Серьёзный банковский кризис с банкрот-

ством ежегодно более 100 банков при нулевом росте кредитования и значительном сокращении самых важных для экономики инвестиционных кредитов. Ко всему этому - острый валютный кризис с девальвацией рубля, сокращением притока валюты от экспорта также в 2 раза и с продолжающимся оттоком капитала. Золотовалютные резервы тают на глазах - в этом году будет исчерпан некогда огромный резервный фонд.

Особенно сильно падают инвестиции в основной капитал, а этот процесс часто называют инвестиционной паузой. «Пауза» продолжается десять кварталов подряд. При этом госинвестиции за 2014-2016 гг. сокращаются более чем на 30%. А ведь инвестиции - это вложение в будущее, и такое их сокращение потянет всю экономику вниз.

ШТОРМИТ

Сокращение экономики и социальной сферы продолжается, мы опускаемся всё ниже и ниже, а говорят, что дно кризиса уже пройдено - не то ещё в середине, не то в конце прошлого года. Если дно пройдено, значит, началось восстановление эконо-



МЫ С КАЖДЫМ МЕСЯЦЕМ ПРИБЛИЖАЕМСЯ КО ДНУ КРИЗИСА И, ВЕСЬМА ВЕРОЯТНО, ДОСТИГНЕМ ЕГО В 3-М ИЛИ 4-М КВАРТАЛЕ 2016 Г.

мического роста? Это вопиющая неправда. Посмотрите статистические данные: объём ВВП, инвестиции, строительство, производство машин и оборудования, все показатели доходов и потребления населения, розничный товарооборот и платные услуги - все эти показатели продолжают снижаться, углубляя кризис. И если ВВП снизился в 1-м полугодии 2016 г. в 3-4 раза меньше, чем в 2015 г., то инвестиции, строительство, розничный товарооборот, реальные доходы, конечное потребление домашних хозяйств, финансирование образования, здравоохранения и соцобеспечения, включая пенсии, сократились в первом полугодии на пять и более процентов.

Впрочем, мы с каждым месяцем приближаемся ко дну кризиса и, весьма вероятно, достигнем его в 3-м или 4-м квартале 2016 г. Доходы упали, а нам говорят:

«Население адаптировалось к текущим условиям». А как оно может не адаптироваться? Оно вынуждено меньше потреблять. Численность сверхбедных увеличилась на 5 млн человек, а бедными себя стали считать почти половина семей (вдвое больше, чем до кризиса).

Иногда слышишь: «Ситуация с бюджетом страны спокойная». Лучшее всего про это «спокойствие» недавно высказалась Татьяна Нестеренко, 1-й замминистра финансов: «Нынешнее состояние российской экономики можно охарактеризовать как «центр шторма». «Центр шторма» - это такое состояние, когда всё затихает, когда всё выглядит тихо и благополучно, но на самом деле мы уже находимся в этом центре. То, что мы попали и будет захвирение, это очевидно... Если ничего не менять, то к концу следующего года у нас не будет ни резервов, ни возможности выплатить зарплату».

ЛЕЧЕНИЕ

Россия - страна огромных возможностей. Нам надо перейти от снижения инвестиций в основную и человеческий капитал к их форсированному росту. Для этого у нас есть огромные резервы - активы банков, превысившие в 2015 г. объём ВВП. Колоссальные золотовалютные резервы, часть из которых на возобновляемых условиях можно использовать. Большие возможности есть у наших предприятий - нужно лишь освободить ту часть прибыли, которая идёт на инвестиционный срок.

Можно на взаимовыгодных условиях использовать средства населения. Наконец, наше государство может ежегодно занимать по 20-30 млрд долл., поскольку мы имеем самый низкий в мире госдолг.

Перейдя к форсированным инвестициям и вложениям в «экономику знаний» по 8-10% роста в год, мы сможем уже к 2020 г. обеспечить 3%-ный рост ВВП, а к 2025 г. - 5%-ный. Это даст прирост доходов страны до 3 трлн руб. ежегодно к 2020 г. и до 5 трлн руб. к 2025 г. (в ценах 2015 г.). Этот прирост доходов в значительной мере надо направить на увеличение зарплат, пенсий, доходов низко- и среднеоплачиваемых граждан. Рост спроса с их стороны будет стимулировать развитие экономики.

Главное - все эти средства надо подчинить задаче модернизации нашего социально-экономического развития: технологическому обновлению, подъёму высокотехнологичных отраслей, созданию современной транспортно-логистической инфраструктуры, приоритетному развитию «экономики знаний» и жилищного строительства. Всё в наших руках!

СОВМЕСТНО С «ПОЧТОЙ РОССИИ» с 1.10 по 30.11

КУПИ «АИФ»

И ДРУГИЕ ИЗДАНИЯ В ПОЧТОВОМ ОТДЕЛЕНИИ ► **ПОЛУЧИ СВЕТОВОЗВРАЩАТЕЛЬ** на 100 руб.

реклама

ПРИБЫЛЬ ОТ... ДОМА

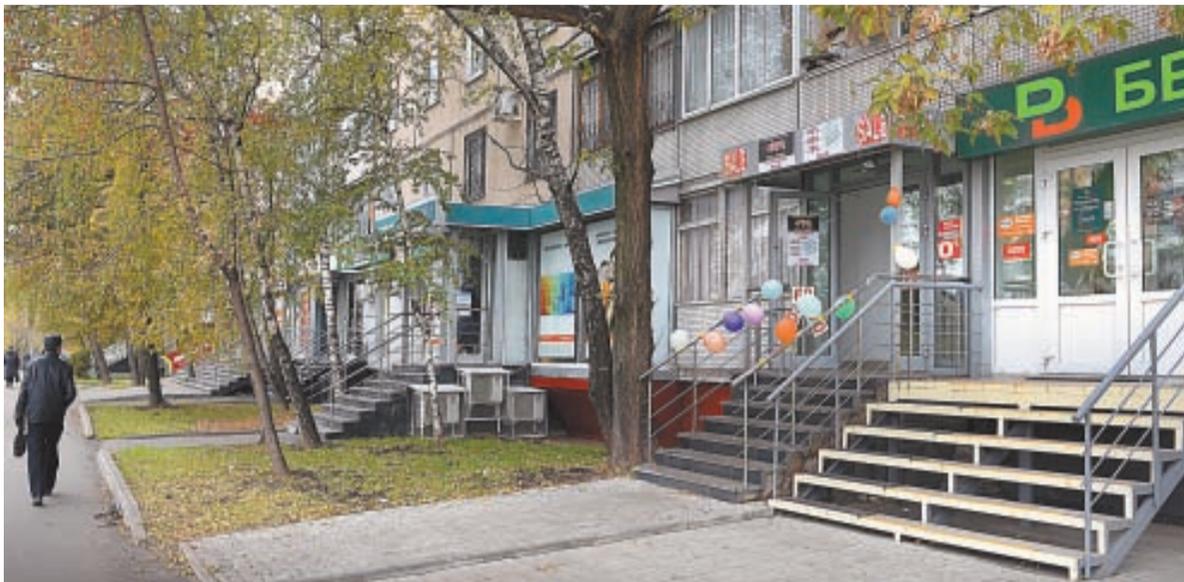
ОБЩЕСТВО

Как заработать на многоэтажке?

ЖИТЕЛЬНИЦА НОВОСИБИРСКА А. ГОЛОВИНА ПОСТРАДАЛА ОТ НЕДАВНЕЙ ПРЕДВЫБОРНОЙ КАМПАНИИ - РЕКЛАМНЫЙ БАННЕР ОДНОГО ИЗ КАНДИДАТОВ В ДЕПУТАТЫ ПОВРЕДИЛ СТЕНУ ЕЁ КВАРТИРЫ.

Как говорит женщина, она и так мучилась от вечно промерзающей стены в угловой комнате - обои постоянно отваливались, появлялась плесень, а тут её ещё и продырявили. Хозяйка волнуется - что будет с жильём зимой? «Если стена пострадала, ТСЖ должно её отремонтировать, и мы это проконтролируем. В конце концов, оно зарабатывает на использовании общего имущества именно для того, чтобы делать условия жизни жильцов более комфортными», - прокомментировала ситуацию **Светлана РАЗВОРОТНЕВА, исполнительный директор НП «ЖКХ Контроль»**. - Если грамотно подходить к делу, общее имущество может стать очень прибыльным для собственников.

Правда, не всё так просто. Во-первых, если в ТСЖ обычно видно, сколько заработал дом и на что были потрачены деньги, то в управляющих компаниях средства нередко размываются и жители не всегда замечают результат. Во-вторых, в Жилищном кодексе чёрным



Уточните, кому принадлежит придомовая территория. Если дому - на ней тоже можно зарабатывать.
Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО



по белому написано, что общедомовое имущество является неотъемлемой частью дома, но на деле им часто пользуются муниципалитеты, сдавая в аренду магазинам и ресторанам. Или вообще продают третьим лицам. Вернуть такие помещения крайне сложно. Год назад Минстрой и главный госжилиспектор страны отправили местным властям письмо о необходимости взять на контроль ситуацию с использованием общего имущества. И подвижки начались - например, московские власти передали собственникам квартир почти 25 тыс. кв. м. Положительные примеры есть в Санкт-Петербурге, Костроме. Но многие города живут по старинке, и это идёт во вред домам. Недавно в Калининграде случилась кошмарная история - жительница дома пыталась пройти к коммуникациям в подвале, который занимает ресторан, чтобы снять показания счётчиков, а её избили».

КАК ЗАБРАТЬ СВОЁ?

«Первое, что надо сделать собственникам, - провести учёт общего имущества (ст. 36 ЖК). Это может быть земельный участок, подвал, колясочные, вахтёрные, чердак. Исключение составляют только помещения, которые по проекту дома были построены под магазин, почту и др., - говорит **Александр КОЗЛОВ, исполнительный директор «Школы грамотного потребителя»**. - Если вы считаете, что в вашем доме незаконно используется общее имущество, обратитесь к своей обслуживающей компании - ТСЖ или УК. Если она не справляется с ситуацией, стоит идти в Госжилиспекцию. Следующий уровень - суд или прокуратура».

«Как заработать на до-

ме? Сдавать в аренду подвалы и чердаки, размещать рекламу на фасадах и в подъездах, брать плату с соговых операторов и интернет-провайдеров, - говорит **Александр ЕВСЕЕВ, председатель «Объединения советов домов Удмуртии»**. - Знаю, во многих регионах провайдеры конфликтуют с собственниками, отказываются платить. У нас в Удмуртии эта проблема решена. Конечно, суммы получаются небольшие. В нашем 9-этажном доме 4 провайдера платят по 300 руб. в месяц, плюс есть доход от рекламы в лифтах по 200-250 руб. в месяц. Дом обслуживает УК, но в договоре чётко прописано, что учёт этих средств она ведёт отдельно. Сейчас как раз хотим пустить средства на установку видеокamer. К сожалению, в доме нет помещений под аренду».

25 тыс. руб.

В МЕСЯЦ ПОЛУЧАЮТ ЖИЛЬЦЫ С АРЕНДАТОРОВ.

А вот у **Андрея ПИНЧУКОВА, председателя одного из ТСЖ Костромы**, такие помещения есть. Правда, ещё недавно ими пользовался город, но активные собственники сумели убедить администрацию и вернули подвалы в общедомовое имущество (всего в Костроме это удалось сделать в 97 домах). «Теперь одну часть нашего подвала занимает ТСЖ, а другую мы сдаём в аренду фотостудии и кафе. Предприниматели платят примерно по 25 тыс. руб. в месяц. За счёт заработанных денег мы поставили во дворе шлагбаум, сделали видеонаблюдение, содержим в идеальном состоянии фасад дома (он у нас является памятником архитектуры), не повышаем плату за содержание и ремонт».

ТАРИФ НИЖЕ!

ТСЖ дома № 8 по Смоленскому переулку в Твери пошло ещё дальше. Собственники

имеют доход не только от провайдеров, рекламы и коммерсантов, выкупивших квартиры на первых этажах. ТСЖ получило кадастровый паспорт на придомовую территорию. Большую часть - с детской площадкой и стоянкой - отгородили, а меньшую сдали в аренду под торговые павильоны. «Теперь общедомовая собственность приносит нам в 2 раза больше дохода, чем статья «содержание и текущий ремонт» - тариф по ней ниже среднего по городу, не менялся с 2008 г. и составляет всего 11,86 руб. за 1 кв. м», - рассказывает **председатель ТСЖ Виктор ЕЖОВ**. Жильцы не платят за ОДН, с них не берут никаких допвзносов. Далеко не новая 9-этажка с некогда дырявой крышей, разбитыми окнами в подъездах и свалкой во дворе превратилась в жильё, которое в Твери называют элитным. Стены в подъездах отделаны итальянской плиткой, во дворе - ландшафтный дизайн. Этим летом **Сергей СТЕПАШИН, председатель наблюдательного совета Фонда содействия реформированию ЖКХ**, даже вручил ТСЖ табличку «Дом образцового содержания». А таких идеальных домов по стране всего 45.

«У нас по соседству стоят дома с похожими условиями, но они не используют свои возможности, не зарабатывают на общем имуществе на благо жителей, - говорит управдом **Ежов**. - Потому что это требует хорошего знания законов и очень большой настойчивости. Знаете, сколько я в своё время наслушался угроз? Меня и убить хотели, и закопать... Зато теперь с коммерсантами живём мирно. Провайдеры в своё время тоже горячо спорили, да и муниципалитет судился с нами из-за ларьков и ограждения. Но мы выиграли все суды, потому что закон на стороне собственников».



Татьяна БОГДАНОВА

ВСЕ ЛЕКАРСТВА БУДУТ НАШИ?

ПРАВИТЕЛЬСТВО РАСШИРИЛО ПЕРЕЧЕНЬ НАПРАВЛЕНИЙ, ПО КОТОРЫМ РОССИЙСКИЕ РАЗРАБОТЧИКИ ЛЕКАРСТВ СМОГУТ ПОЛУЧАТЬ СУБСИДИИ. А СПОСОБНЫ ЛИ НАШИ ФАРМКОМПАНИИ ПРОИЗВЕСТИ НУЖНОЕ КОЛИЧЕСТВО МЕДИКАМЕНТОВ?

ПОЗИЦИЯ



КОЛЕСНИКОВА

Обеспеченность лекарствами в нашей стране в 3-4 раза ниже, чем в развитых странах. Однако слухи о том, что российское фармпроизводство дышит на ладан, не соответствуют действительности. Два года назад государство начало активно и целенаправленно субсидировать разработку и производство отечественных препаратов. Была принята госпрограмма «Фарма-2020», благодаря которой в стране было построено 25 новых заводов, а с 2013 г. открыто 19 новых производственных площадок. ФАС теперь строго контролирует, чтобы при закупках предпочтение отдавали отечественным лекарствам.

В результате частные компании (в том числе и зарубежные) резко увеличили свои инвестиции в российскую фармацевтику. Производство лекарств в России второй год растёт на 10-12% в год (в отличие от индустрии в целом, темпы роста которой оставляют желать лучшего).

Безусловно, проблемы есть. Практически нет производства отечественных исходных веществ, применяемых для создания препаратов. Сейчас принято решение о господдержке этого направления. А из-за неправильной политики ценового регулирования с рынка вымываются отечественные дешёвые лекарства, им на смену приходят дорогие зарубежные.

Однако нужно понимать, что ни одна страна в мире не обеспечивает себя лекарствами на 100%. Многие страны для наиболее ходовых препаратов закупают сырьё в Китае и Индии.

Другое дело - жизненно необходимые и важнейшие лекарства. В этом плане страна должна быть в максимальной безопасности. Поэтому поставлена задача к 2020 г. обеспечить себя ими на 90%. При условии переработки закупаемых фармсредств задача эта вполне посильная. Бизнес понимает, что рынок медикаментов будет расти - ведь его надо насыщать, чтобы покрыть дефицит.

Сергей Колесников, академик РАН, президент Ассоциации производителей фармпродукции и медицинских изделий



Если помещение на 1-м этаже принадлежит дому, доход от его сдачи в аренду под гостиницу делится между всеми жильцами.
Фото Игоря ХАРИТОНОВА

БУДЬ В ПЛЮСЕ

Как получить деньги в банке и не попасть в кабалу.

КРЕДИТ НЕ ПОВРЕДИТ?

10 УБЕДИТЬ БАНК

Убедить банк, что вы хороший заёмщик.
 Для этого вы должны быть:
1 дееспособным (старше 18 лет, не признанным недееспособным судом из-за наличия психического заболевания, не признанным частично дееспособным по причине наркотической зависимости); **2** платёжеспособным (подтвердить свой доход, который позволит погасить кредит и уплатить проценты, при этом оставшейся суммы должно хватить на проживание и содержание семьи, по закону платежи по кредиту не могут превышать 50% ежемесячного дохода).
Должны иметь:
3 белую зарплату;
4 имущество (квартира, машина, дача и т. д.);
5 хорошую кредитную историю (можно получить 1 раз бесплатно по запросу через Национальное бюро кредитных историй).
Плюсом станет:
6 наличие поручителя, который имеет хорошую зарплату и кредитную историю;
7 дополнительный доход (доказательства - документы, в том числе выписка со счёта дебетовой карты, на которую поступают перечисления).

5 ВЫБРАТЬ БАНК

Предпочтительны:
■ крупные со стажем работы с клиентами не менее 5 лет;
■ предоставляющие бесплатную возможность досрочного погашения;
■ дающие простой доступ к информации о состоянии кредита;
■ с удобной системой внесения платежей;
■ желательны - обещающие последующие кредиты по упрощённой процедуре.

4 ИМЕТЬ НАКОПЛЕНИЯ

Для долговременного и солидного кредита (ипотека) придётся... накопить денег: создать резервный фонд (3-6 ежемесячных бюджетов) и собрать первоначальный взнос (15-20%).

Потребность в деньгах при отсутствии конкретной цели кредита, для туристической поездки - **КРЕДИТНАЯ КАРТА**

Покупка других товаров - **ПОТРЕБИТЕЛЬСКИЙ КРЕДИТ НАЛИЧНЫМИ**

Покупка мебели, цифровой или бытовой техники при кратковременном отсутствии или недостатке средств - **ЭКСПРЕСС-КРЕДИТ**



9 ПАКЕТ ДОКУМЕНТОВ

Подготовить пакет документов:
■ паспорт,
■ водительские права (пен-сионное удостоверение или загранпаспорт),
■ копию трудовой книжки, заверенную работодателем (печать на каждой странице копии),
■ справку о доходах по форме № 2-НДФЛ,
■ копию трудового договора, документы, подтверждающие 1 образование, **2** хорошую кредитную историю, **3** наличие недвижимого или другого дорогостоящего имущества (автомобиль, яхта и пр.), **4** наличие банковских счетов, **5** наличие ценных бумаг.

ПОМНИТЕ

Банк обязан до заключения договора рассчитать условия займа - какую сумму денег на протяжении какого периода времени вы должны платить. Если вам не раскрывают полную стоимость кредита, сообщите в территориальное учреждение Банка России!
Банк не может требовать застраховать жизнь, но вправе предложить на выбор кредитный договор с таким условием и вариант кредита на сопоставимых по сроку и сумме условиях без заключения договора страхования!

8 СОВЕТ ЮРИСТА

До заключения договора необходимо посоветоваться с юристом!

7 УСЛОВИЯ КРЕДИТА

Изучить условия кредитования:
■ права и обязанности сторон;
■ процедуру погашения (когда вносить деньги, чтобы они вовремя дошли до банка и не образовалась задолженность);
■ срок действия соглашения;
■ порядок досрочного погашения;
■ каким образом можно получать ответы на вопросы, касающиеся обслуживания кредита.

ДЕЛАЙТЕ

копии всех документов на каждом этапе (договорных и платёжных) по кредиту и оставляйте их на **бессрочное хранение!**

ПРОВЕРЬТЕ
 Прежде чем брать солидный кредит, неплохо пройти **диспансеризацию!** Не подведёт ли здоровье, пока вы выплачиваете кредит?

6 СРАВНИТЬ ПРОЦЕНТЫ

Изучить предлагаемую процентную ставку. Низкой она может быть из-за дополнительных комиссий.

3 СРОК КРЕДИТОВАНИЯ

Определиться со сроком кредитования: если платить долго, то выплаты меньше, но переплата больше.

2 ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ ПЛАТЁЖ

Определить, сколько сможете платить. Максимум - 30% ежемесячного дохода.

Покупка квартиры или дома - **ИПОТЕКА** Покупка автомобиля - **АВТОКРЕДИТ**

1 ОПРЕДЕЛИТЬ ЦЕЛЬ

Определить цель займа и выбрать кредит (цельвые обходятся дешевле).

ЭКОНОМИКУ - В ПАРЛАМЕНТ!

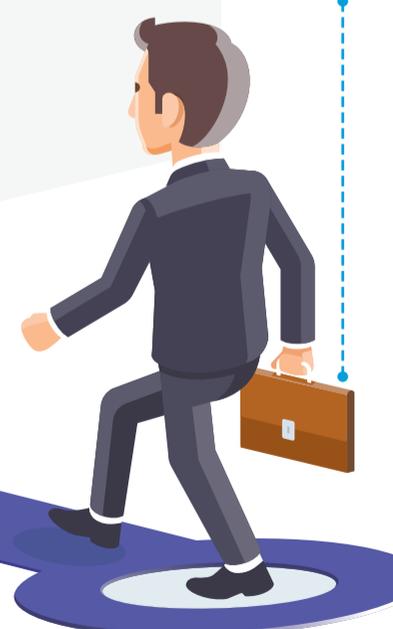
ЗАВЕРШИЛИСЬ ВЫБОРЫ. СМОЖЕТ ЛИ НОВАЯ ЗАКОНОДАТЕЛЬНАЯ ВЛАСТЬ РЕШИТЬ ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СТРАНЫ?



ПОЗИЦИЯ Российские регионы представлены в Совете Федерации, верхней палате парламента. Граждане отправили своих представителей в Госдуму, в нижнюю палату. А экономические субъекты - предприятия и отрасли народного хозяйства - не имеют доступа к законодательной деятельности. В результате парламент принимает решения исходя из самых разных соображений - политических и иных, которые недостаточно учитывают подспудные законы экономики. Можно возразить: разве наши депутаты и сенаторы не разбираются в экономике? Может, некоторые и разбираются, но они не представляют напрямую экономические силы. Считаю, что для производств и отраслей можно создать две соответствующие палаты парламента. Ведь множества предприятий и даже целых отраслей - электронной промышленности, станкостроения и др. - мы лишились потому, что они не были представлены в органах власти, а теперь уже почти не представлены и в экономике. Если бы такая система была создана, нам удалось бы решить самые большие вопросы - процентные ставки по кредитам, давление на бизнес и пр.

Сейчас об этих проблемах рассуждают люди, которые плохо представляют факторы, влияющие на экономику. В разговорах о кризисе постоянно употребляются слова «темпы роста», «кредитование» и т. д. Но всё это лишь пена над кружкой пива. Само пиво сосредоточено на предприятиях. Если нам не нравится наша экономика, давайте посмотрим на то место, откуда она растёт. А растёт она с предприятий. Да, ей нужны и хороший бизнес-климат, и правильное управление, и благоприятная внешняя политика. Но всё это, извините, гарнир. Основное блюдо - это то, что производят предприятия. Если они активно работают, выпускают инновационную, а не устаревшую продукцию, то и экономика находится на подъёме. Чтобы так было, нужно объединить усилия экономистов и политиков.

Георгий Клейнер, замдиректора Центрального экономико-математического института РАН, завкафедрой Финансового университета при Правительстве РФ



Алексей ЧЕБОТАРЁВ
 Инфографика Марии КЛЕМЕНТЬЕВОЙ

ДВОЙКИ ЛУЧШЕ ОТМЕНИТЬ?

ОБРАЗОВАНИЕ

Нужны ли школьникам отметки?

«ЗА»

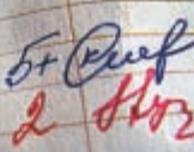


Константин ЗИСКИН, директор Института «Высшая школа образования» Московского педагогического государственного университета:

- Система оценок в школе убивает инициативу и желание учиться. Кажется, что если

ребёнок сделал плохо, то ему надо на это указать (поставить двойку, отругать), и он будет делать хорошо. Но так не происходит. Иначе бы все двоечники и хулиганы после первого наказания превращались в примерных отличников. Чтобы научить, ругать нельзя. Надо поощрять за успех и акцент делать только на нём. Есть такое правило «зелёной ручки»: учитель зелёным цве-

5-БАЛЛЬНАЯ ШКАЛА ОЦЕНОК УСТАНОВЛЕНА МИНИСТЕРСТВОМ



НАРОДНОГО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ В 1837 ГОДУ.

«САДИСЬ, ВАСЯ, ДВА!» - ЭТА КЛАССИЧЕСКАЯ УЧИТЕЛЬСКАЯ ФРАЗА НЕ ПО ДУШЕ КАЖДОМУ. НЕКОТОРЫЕ УЧЁНЫЕ ПОЛАГАЮТ: ЧТОБЫ ХОРОШО НАУЧИТЬ, ОЦЕНКИ СТАВИТЬ НЕЛЬЗЯ. К ТОМУ ЖЕ ОЦЕНКИ - ЧАСТАЯ ПРИЧИНА КОНФЛИКТОВ И ОБИД. А ЛУЧШЕ ЛИ БУДЕТ БЕЗ НИХ?

том подчёркивает, что ребёнок сделал правильно. Вместо того чтобы поправлять красным неправильное. Ребёнок видит, что получилось, и повторяет то же самое. И обучается в 10 раз быстрее! С пятёрками тоже не всё просто. Дети по природе любопытны и хотят узнавать новое. Но, когда им ставят за это оценки, они начинают учиться только ради них (срабатывает замена внутренней мотивации,

внешней и другие доказанные закономерности). Оценки - самая конфликтная сфера в школе. Их ставит тот, кто учит. А если учит не очень, почему тройка - только ученику? Как лучше оценивать? Возможно, лучше раз в два месяца проводить итоговую работу (или беседу) и по результатам давать содержательную оценку: чему научился, а чему нет.



Может быть, даже пятёрки мешают детям учиться?

Фото Владимира ВЕЛЕНГУРИНА/PhotoXPpress.ru

«ПРОТИВ»



Александр ШЕВКИН, учитель математики московской школы № 2007, заслуженный учитель

РФ, соавтор семи учебников математики:

- Ни научно, ни практически не доказано, что отмена оценок положительно скажется на образовательном процессе. В попыт-

ке отменить школьные отметки я вижу стремление забрать учебный процесс из-под управления профессионального наставника. Учитель превращается в консультанта и помощника для детей в их общении с «электронным учителем», который и будет ставить свои баллы. При этом уйдут личностное общение преподавателя и учащегося, возможность учитывать индивидуальные особенности. Мы уже получили катастрофические последствия внедрения ЕГЭ

без научного и практического обоснования. А может быть, истинная причина отмены оценок имеет иное и даже более простое объяснение: уровень школьного образования, по крайней мере в области математики, стремительно падает - многие вузы вынуждены доучивать поступивших в них выпускников школ. Увеличивается количество плохих и удовлетворительных оценок. Это чревато оргвыводами по отношению к «реформаторам» образования в России.

НА ЗАМЕТКУ

КОГДА МЫ В СПЕШКЕ СОБИРАЕМСЯ НА РАБОТУ, ЧТО БЕРЁМ С СОБОЙ К ОБЕДУ ЧАЩЕ ВСЕГО? ПРАВИЛЬНО, КОТЛЕТКУ, БУЛОЧКУ, ОГУРЧИК, ПОМИДОРКУ... А КТО НЕ УСПЕЛ, ТОТ ЗАБЕЖИТ В СЕТЬ БЫСТРОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ И... НЕ ПРОГАДАЕТ.

СТАНДАРТЫ РЕШАЮТ ВСЁ

По утрам в «Макдоналдс» котлеты свиные со специями, а потом - говяжьи разных размеров, но без специй и добавок. Солят и перчат их только после гриля, да и то если вы так пожелаете.

«В фарше 100%-ная говядина или свинина, - поясняет Вячеслав ЛУНИН, замдиректора по производству российской компании «МАРП РУССИЯ». - К тому же перед тем, как мясо загрузить в мясорубку, наши сотрудники его тщательно инспектируют. Затем измеряем жирность, чтобы потребитель в ресторане получил сочную и вкусную котлету».

Компания начала сотрудничать с «Макдоналдс» в своей стране 20 лет назад, в России - с 2009 года. Требования высокие, но оба партнёра признаются, что это только помогает лучше и эффективнее работать и не опускать высокую планку.

В цеху по производству замороженных котлет для бургеров применяются самые передовые технологии. Производственный процесс полностью автоматизирован, начиная с подготовки сырья и



Так измеряют температуру готовых котлет.

Фото Виктора МОЛОДЦОВА

приготовления фарша и заканчивая расфасовкой.

На производственной линии две контрольные критические точки - система отделения дефектов и металлодетектор. А ежедневная мойка линии занимает 8 часов - пожалуй, такой стерильности мы на домашней кухне вряд ли добьёмся.

На страже безопасности физико-химическая и микробиологическая лаборатории - они проводят все необходимые анализы в соответствии с российскими стандартами и техническим регламентом Таможенного союза.

ЭКСПЕРТЫ - ГУРМАНАМ

«Говядину для котлет мы используем охлаждённую и замороженную, - рассказывает Татьяна АНУРОВА, замдиректора отдела контроля качества «МАРП РУССИЯ». - Соотношение - 30% на 70%. Охлаждённая - российская, замороженная - из стран Латинской Америки».

На одинцовском предприятии и рады бы использовать только отечественное сырьё.

Но пока российский рынок не может в нужном объёме давать мясо необходимой жирности, чтобы потом в ресторане жарить котлеты в специальном двустороннем гриле без масла.

Охлаждённое мясо для гамбургеров привозят из Оренбургской и Воронежской областей.

Со свиной прощью - она вся от локальных поставщиков. Открывается большое ко-

личество откормочных комплексов, да и свинки быстрее бычков и коров достигают нужного веса.

Итак, в говяжьих котлетах 100%-ное мясо - и ничего кроме (в свиных присутствует порядка 3% специй). Любая жалоба от клиента, которых, как нас заверили на заводе, практически не бывает, разбирается в течение нескольких часов. История каждого животного расскажет, где и когда оно появилось на свет, в каких условиях жило, чем питалось, какие получало прививки. Такая же подробная, находящаяся на штрихкодах, информация существует и о производственном цикле.

«Никаких антибиотиков и гормонов - животных кормят натуральными кормами

- фураж, зерно, подсолнечный жмых, - говорит Татьяна Анурова. - Мало того что мы строго проверяем поставки, параллельно с проверками заказчика мы осуществляем на фермах и собственный аудит».

Итак, вот она - идеальная мясная котлета от настоящих экспертов. Можно смело дегустировать... и наслаждаться!

Илья РОСТОВЦЕВ

АИФ »
КОНВЕЙЕР МОЮТ ПО 8 ЧАСОВ ЕЖЕДНЕВНО!

КТО НАКОРМИТ

ДОСЛОВНО

Российская сеть питания шагнула за океан.

ХОТЯ НА РОССИЙСКОМ РЫНКЕ АМЕРИКАНСКИХ РЕСТОРАННЫХ СЕТЕЙ ХВАТАЕТ, ТО И ДЕЛО ПОЯВЛЯЮТСЯ НОВЫЕ. НО ЕСТЬ И ПРИМЕР НАОБОРОТ - РОССИЙСКАЯ КОМПАНИЯ ВЫХОДИТ НА РЫНОК США.

В июне отечественная сеть «Теремок» открыла первый ресторан на Манхэттене в Нью-Йорке, и вот-вот должен начать работать второй. Как российский предприниматель отважился осваивать дальние горизонты? Трудно ли продвинуть русскую кухню на американский рынок? Где работать проще, а где прибыльнее?

Михаил ГОНЧАРОВ, создатель, совладелец и генеральный директор сети, делится своими впечатлениями.

КАК ОПРЕДЕЛИЛИ «ПОРОДУ»?

- Михаил, английский термин «фастфуд» («быстрая еда») знают все, а «фаст кэжуал» («быстро и демократично») многие наши читатели никогда даже не слышали. В 1998 г., когда вы открывали первый «Теремок» в Москве, вы сознательно выбрали именно такой формат заведения, где нет заморозки, все продукты свежие, а блин начинают печь только после того, как его заказали?

- Тогда, несмотря на свои 28 лет, я был уже достаточно опытным бизнесменом, потому что активно занялся предпринимательством в 20 лет. Написал основательный бизнес-план. Это не было необдуманной инициативой: может, блинную открыть, а может, ресторан? Всё делалось осознанно. И концепция сразу подразумевала, что блин надо печь после заказа, потому что он хорош именно с пылу с жару.

Но о том, что есть такой формат - фаст кэжуал, мы узнали

только несколько лет назад. А до этого были собачкой, которая не знает, какой она породы. Хотя интуитивно понимали, что мы - не совсем фастфуд, а лучше. Мы хотим, чтобы у нас было вкусно по-домашнему, и всегда к этому стремились.

ДОМАШНИЕ РЕЦЕПТЫ

- Но по-домашнему - это на четыре человека, ну на шесть. Но не на сотни тысяч. Как совместить домашний вкус и производственные технологии?

- Наш шеф-повар - моя мама. Она не профессиональный повар, но очень хорошо готовит. И всё делает в какой-то мере по наитию, потому что обучения в кулинарных школах не проходила. Но, в общем-то, именно так и делается хорошая домашняя кухня. И, конечно, дома хозяйка не положит в еду всех этих консервантов, добавок и улучшителей. Так и у нас.

Рецепт разрабатывается в минимальном масштабе. Потом его дегустируем я и мой заместитель. Иногда немножко корректируем - например, нужно увеличить или уменьшить количество начинки в блине.

А когда мы утверждаем рецепт, он поступает к технологам, начальнику производства, и они думают, как сделать то же самое, но в большом объёме. К примеру, как засолить несколько сотен килограммов лосося или как запечь тонну буженины.

- А сколько теста вы делаете ежедневно?

- Ежедневно. 12 тонн теста изготавливается на нашем производстве каждую ночь. Хороший показатель, учитывая, что на один блинчик уходит 150-180 граммов. А в год продаём больше 30 млн блинов.

Естественно, в цехе у нас своя программа качества, сертифицированная по стандартам ISO, и технологи профессиональные. Но в основе всех рецептов лежит именно домашняя кухня.

НАБОР БЕЗ НАЦИОНАЛЬНОСТИ

- В вашем сегменте, если говорить простым языком, слишком много возни. И продукты каждый день развозить надо, и наполнители каждую ночь готовить. Да и сами блины, когда пекутся прямо на глазах, могут ведь получиться плохо. Это означает, что сотрудников нужно серьёзнее обучать?

- Конечно, у нас сложнее, чем когда транспортёр едет в печку, а на нём лежат бургеры, или когда эти бургеры уже готовые берут с полочки.

С блинами есть технологи-



Михаил Гончаров: «Над американскими названиями русских блюд мы работали несколько месяцев - выверяли буквально каждое слово. Многие назвали по русской транскрипции».

ческий секрет. У плиты не бывает единой температуры - на потоке у неё есть эффект остывания. Поэтому температура колеблется в диапазоне от 10 до 20 градусов в зависимости от скорости потока выпечки. Повар должен понимать, в какой момент блинчик можно и нужно переворачивать. Иногда это через 37 секунд, иногда

30 млн

БЛИНОВ В ГОД ПРОДАЁТ СЕТЬ.

через 39, иногда через 41. Мы называем это чувством вкусного блина. И, конечно, его нужно привить. Подготовка таких поваров, безусловно, требует серьёзных вложений.

- В США ваши повара уже обладают этим чувством? Как вы набирали работников там?

- Так же, как и здесь: через социальные сети, через рекламу. Но там ни у кого нет резюме с фотографией. Нам это поначалу показалось странным, но для американцев это вроде как ограничение по внешнему виду. Хотя во многом лицемерие, потому что, например, в бутиках у них работают красивые стройные девушки, а не тётеньки.

Обсуждался вопрос о русских сотрудниках. Но решили, что особого смысла в этом нет: они бы между собой говорили на русском, создавая атмосферу некой замкнутости. У нас много стандартов, в том числе по методике обучения,

которые не привязаны ни к какой национальности. Для нас главное, чтобы человек был опытным и хотел работать. И, естественно, мы смотрим, чтобы чувство вкусного блина у него сформировалось.

Все наши американские сотрудники едят наши же блюда (они входят в их обед), и они им очень нравятся. Они попробовали всё и могут покупателю что-то рекомендовать.

- Каков ваш средний чек в США?

- Средний чек - 11 долларов, то

есть где-то 700 рублей, практически в два раза больше, чем в России.

ВСЁ ЕСТЬ - И КВАС, И ГРЕЧКА

- Почему вы пошли так далеко? Почему не начали зарубежную экспансию с более близких стран? Или с российских регионов - там «Теремок» почти не представлен.

- Потому что с нашим подходом к ценам и качеству мы пока ещё не готовы активно развиваться в регионах. Кроме Москвы и С.-Петербурга есть Краснодар - он тестовый. Мы очень хотим в регионы, но понимаем, что цены наши для них пока достаточно высоки. Думаю, через два-три года мы активнее пойдём по стране.

Почему всё же Нью-Йорк? Очень просто - потому что мы все владеем английским. И потому что это место, где равноправно чувствуют себя все кухни мира. Открывшись там, мы только добавили небольшую нотку в это многообразие.

- И как вы оцениваете первые результаты?

- Около 200 покупателей в день на сегодня - это довольно хорошая цифра. Но у нас есть чёткое понимание, что развитие требует многих лет и усилий. Точно так же, как и в России.

Мы уже заметили, что русскоязычные в Нью-Йорке приводят в наш ресторан своих американских коллег и угощают. Причём делают это с гордостью! При мне директор строительной компании пришёл со здоровым афроамериканцем и говорит ему: «Сейчас ты у меня будешь есть борщ!» Накормил его борщом и блинов ещё набрал.

- А предпочтения американских едоков отличаются от российских?

- Самые большие различия - в отношении к гречневой каше. Когда мы запускались там, думали, что должны её представить, поскольку это часть нашей концепции, нашей еды. Но если уж совсем не будет продаваться - снимем. А выяснилось, что она продаётся на 2% лучше, чем в России. В России гречка - это где-то 20% от оборота.

Наша гречка содержит в себе масло и специи, кроме того, в неё идут те же добавки, что и в блины. Я, например, очень люблю гречку с двойным малосольным лососем. Но это не очень типичное сочетание. А спортсмены берут гречку с куриной грудкой. Идеальное сочетание. В любой книжке о правильном питании первая рекомендация - это крупы и куриная грудка.

- Как называются там русские блюда?

- Над названиями мы работали несколько месяцев - пытались выверить каждое слово,

чтобы и состав был понятен, и звучание было современным. Многие блюда назвали по русской транскрипции: bliny, sirniki, kasha...

Мы вот из чего исходили. Если вы приходите в японский ресторан, там будет мисо-суп, сашими или суши, а не суп из бобов или рыба на рисе. Вот и мы там расшифровку делаем, что уха - это суп с рыбой, а борщ - это всеволный суп. Но заказывать у нас надо именно по русским названиям.

ЭТО НЬЮ-ЙОРК...

- Теперь у вас есть американский опыт организации бизнеса. Что вы можете сказать: где проще открыть заведение?

- Проще, конечно, в России. Например, в Америке за аренду помещения с вас сразу возьмут за 6, 9 или даже 12 месяцев вперёд в виде депозита. Если аренда 40 тыс. долларов в месяц, то получается, что 250 тыс. долларов вы отдаёте арендодателю в качестве гарантии: если вы съедете, то он за полгода найдёт другого арендатора. В России столько ресторанов стоит.

Но сложнее там не только финансово, но и в вопросе рисков, усилий. В России много компаний, которые предлагают услуги под ключ. А там это не очень популярно. У нас на обустройстве ресторана было около 10 подрядчиков.

Причём все группируются по национальному признаку: вентиляцию ставят корейцы, водопровод делают поляки, строители - ирландцы, электрики - русские. Даже проект ресторана готовила одна компания, а утверждала другая. Вторая просто приходит, берёт проект

СПРАВКА

В США есть достаточно подробная аналитика развития сетей питания. Ведётся и их рейтинг - топ-100. Сегмент фаст кэжуал в нём активно представлен и показывает весьма впечатляющую динамику: плюс 2 новых заведения ежедневно.

И это притом, что цены в них на 70-100% выше, чем в фастфуде. Рынок фастфуда, наоборот, стагнирует.

Получается, что люди хотят поесть быстро, но качественной еды из свежих продуктов, без консервантов и прочих добавок. И даже готовы за это платить больше.

БЛИНАМИ АМЕРИКУ?



Двери открыты, и этот ресторан в Нью-Йорке уже пользуется популярностью у жителей города.

и несёт в органы местной власти, которые его заверяют. Если что не так, они снова приходят в первую компанию и объясняют, что надо изменить. В России это всё решается в одном месте.

Как-то раз вызвали мастера по вентиляции. Спрашиваем: «Когда придёт?» Отвечают: «В течение недели». - «Как так? Это же вентиляция!»

Там есть две универсальные фразы, которые они в таких случаях со вздохом произносят: «Это Америка...» или: «Это Нью-Йорк...». Дескать, этим объясняется всё. Так ответили и на наш недоумённый вопрос.

- Два ресторана с небольшим перерывом - так было задумано?

- Два ресторана - таков был изначальный план. Но место под первый мы арендуем у маленькой фирмы, а под второй - у огромной. С первой мы заключили договор за три недели, включая работу юристов. А со второй над договором работали с сентября до мая. Это Америка...

Или такой пример из нашей практики. Мы переписываемся с юристом, и вдруг раз - он перестаёт отвечать на письма. Звоним - телефон выключен.

Потом уже у руководства спрашиваем, что случилось. «Так он в отпуск уехал». - «А кто вместо него?» - «Да никто, наверное», - безучастно так отвечают нам.

У нас многие считают, что там всё эффективно. Да ничего подобного! И забывают, и не отвечают, и не перезванивают, и плохо работу могут сделать. Абсолютно нормальное общество, в котором есть всё.

БИЗНЕСУ НУЖНО УЧИТЬСЯ

- Михаил, а каких-то препятствий, связанных с нынешней политической напряжённостью между США и Россией, вы не почувствовали?

- Ни препятствий, ни предвзятого отношения не почувствовали. Люди там абсолютно открытые. Очень любят поболтать. Просто заходишь в магазин купить какие-нибудь перчатки или шарфик (в Нью-Йорке ветра страшные), и тебя спрашивают: «А откуда ты? А зачем приехал?» Рассказываешь, что мы открываем ресторан русской кухни. И все сразу оживляются: «А где? Какие вы молодцы! Мы обязательно придём!»

- Почему в России почти нет других примеров своих сильных сетей фастфуда или фаст кэжуал?

- Одна причина в том, что компании не владеют технологиями организации их работы. Мы это смогли сделать, но многие у нас, к сожалению, относятся к бизнесу как в анекдоте: «А вы играть на пианино умеете?» - «Не умею, но думаю, что смогу».

Всё-таки на Западе бизнес не прерывался, как в России, на 70 лет. В СССР, конечно, была предпринимательская инициатива, но она была скованной. А 90-е не очень способствовали тому, чтобы люди, которые создавали что-то новое раньше, пришли в бизнес. Поэтому всё начиналось с нуля.

Кстати, самое главное, чем



Мы любим русские блюда, но можем их приготовить и дома. А в Америке борщ, блины и каша - это не только вкусно, но и необычно.

государство могло бы помочь бизнесу, - это, наверное, научить его вести. Потому что очень много предпринимателей вести бизнес не умеют.

Не просто так всё хорошо у «Мерседеса», у «Макдоналдс» или у «Эппл». Выработана целая система воспитания инженеров, отработки технологий, корпоративной культуры. Да, в России есть программы МВА, но они для топ-менеджеров. А вот для малого бизнеса ничего подобного нет.

В Америке, например, есть три кулинарных института. И статус у них как у нашего Пехановского университета. Но что интересно? Там на территории три ресторана. С первого курса ребята работают в них - сначала посуду моют, потом уже еду готовят. За время обучения они узнают все процессы. Плюс им читают экономику, отдельно курс «Кухни

мира», ещё одна дисциплина - как нанимать персонал для ресторана, как его обучать. Где у нас такие курсы? В кулинарных школах тебя научат только рубить, резать и жарить.

Ну а вторая причина отсутствия российских сетей - это

мощная конкуренция со стороны ведущих американских компаний. Когда у нас говорят, что нет своих продуктов, достойных автомобилей, одежды, у меня сразу возникает вопрос: а как вы себе представляете конкуренцию с ведущими европейскими марками? Чтобы её выдержать, требуются десятилетия.

МЕНЬШЕ КОНТРОЛИРОВАТЬ!

- Получив прирост в виде двух американских ресторанов, компания существенно не выросла, но опыт приобретает ценный. Для вас как для управленца, думаю, это тоже значимый этап.

- Каждый раз, когда компания удваивается (по обороту, по количеству точек), - это новый бизнес. Казалось бы, те же блины, тот же «Теремок», но это уже абсолютно новая компания.

Управление одним рестораном - это один подход, двумя или пятью - совершенно другой. В чём новизна? В системе управления.

Это вопрос даже не делегирования полномочий, а методики контроля. Чем больше компания, тем больше нужно обучать и меньше контролировать. Кстати, один из принципов Деминга (американский учёный Э. Деминг разработал принципы управления качеством. - Ред.) - избавиться от массового контроля. Качество должно быть присуще системе. А это возможно, когда созданы условия труда, инструменты труда и когда люди очень-очень хорошо обучены.

Через две недели откроем второй ресторан в Америке. И с ними двумя будем работать, сколько потребуется - год, два. Только когда достигнем нужных показателей прибыльности, будем расширяться.

А вообще, конечно, планируем в Америке строить сеть: по-настоящему эффективным бизнес будет, если открыть там 10-15 заведений. Ограничений к этому, в общем-то, никаких не вижу. Если в Москве у нас сейчас 150 ресторанов, почему нельзя в одном Нью-Йорке столько же открыть? Ведь там весь центр - это огромный деловой квартал.

Марина НАБАТНИКОВА

КАСТАТИ

Существенное отличие американского «Теремка» от российских в том, что там не подают ножей и вилок.

В общем-то, мы все знаем, что американцы предпочитают трапезы попроще - без приборов. Картинка, когда мужчины в костюмах и галстуках, женщины в красивых нарядах сидят на высоких бордюрах или лавочках посреди шумной улицы и едят что-то прямо из бумажной упаковки, знакома даже тем, кто ни разу в США не был. Они называ-

ют это демократичностью. Соответственно, и русское заведение, работающее там, должно учитывать местные традиции. Поэтому для блинов нашли интересную упаковку: с одной стороны - плотная пергаментная бумага, с другой - фольга. В ней посетители получают свой блинчик и, держась руками за упаковку, едят его.

Вкусы тоже учитывались. Именно поэтому в русском меню появился совершенно американский напиток - холодный латте.



Какой тёплый пол подойдёт вам?

ПОВЫШАЕМ ГРАДУС

В ЭТОМ ГОДУ, КАК ВСЕГДА, МЫ НЕ МОГЛИ ДОЖДАТЬСЯ, ПОКА В МНОГОКВАРТИРНЫХ ДОМАХ ВКЛЮЧАТ ЦЕНТРАЛЬНОЕ ОТОПЛЕНИЕ. В ЭТОТ МОМЕНТ МНОГИЕ ИЗ НАС МЕЧТАЛИ О ТЁПЛЫХ ПОЛАХ.

Какой тёплый пол установить, зависит от того, где вы живёте, как отапливается ваш дом и как далеко вы готовы зайти для того, чтобы «ноги не мёрзли». Основные виды тёплых полов – водяные и электрические. В последнее время в лидеры уверенно вырывается инфракрасный тёплый пол. Так что же выбрать?



Установка тёплого пола стоит от 300 руб./м².

Фото Legion-Media

ЭЛЕКТРИЧЕСКИЙ ПОЛ

Пол с электрическим подогревом – для городских квартир.
ХОРОШО Пол с электроподогревом укладывать довольно легко: сама система – это нагреватель и терморегулятор с датчиком температуры пола (учтите, что на полу она должна быть на 5°C выше, чем желаемая температура воздуха). Он идеально ложится под плитку на кухне, в санузле и на балконе.

ПЛОХО Под нагревательный кабель стяжку делать всё же придётся. А нагревательные маты (кабель потоньше, пролётный в широкую ленту стекловолоконная) надо устанавливать в клеевой слой под плитку. В обычной комнате электропол «забирает» 120-130 Вт/м², на кухне, в квартире на 1-м этаже – до 150 Вт/м², а в ванной и на балконе – от 180 Вт/м² и выше.



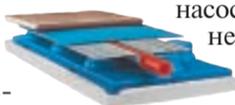
ВОДЯНОЙ ПОЛ

Этот вариант для тех, кто живёт в частном доме с газом.

ХОРОШО Тёплый водяной пол – самый, пожалуй, недорогой в эксплуатации. А летом его можно даже включать на охлаждение, запуская в трубы холодную воду. Отапливать дом полом с водяным подогревом на 20% дешевле, чем традиционными радиаторами. Он и воздух прогревает равномернее, нет эффекта «наверху тепло, внизу прохладно».

ПЛОХО Такой пол надо планировать ещё на этапе строительства и уж точно до того, как вы сделали капитальный ремонт. Водяной пол сложно и дорого устанавливать. Это делается прямо в стяжку чернового пола и требует много дополнительного оборудования: трубы из расчёта 5 м/м², теплоноситель, материалы для

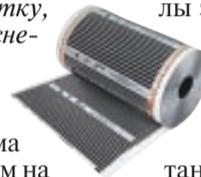
укладки, теплоизоляции, стяжки, котёл, смесительный узел, коллектор, циркуляционный насос. К тому же такой пол нельзя сделать быстро: один только раствор «вызревает» месяц, если не добавить в него пластификаторы. Если дом из дерева, стяжку вообще не используют, здесь на помощь приходит настильный водяной пол.



ИНФРАКРАСНЫЙ ПОЛ

Инфракрасный карбоновый пол включается в розетку, бывает в виде стержневых матов и плёнки.
ХОРОШО Он сделан из гибких графитовых стержней, система рассчитана больше чем на полвека. Если одни элементы сломаются, остальные участки мата будут работать.

Плёночные карбоновые полы застилаются под напольное покрытие. Ими можно покрывать и стены.
ПЛОХО Для стержневого пола нужна «мокрая» стяжка. Плёнку нельзя устанавливать под ковролин или кафель. Если сверху паркет или ламинат, температура пола не должна быть выше 28°C.



Материалы подготовила Ольга ОРЛОВА

КАКАЯ ПЕЧЬ БЕЗ ДРОВ ГРЕЕТ? Ответ прост: Энергосберегающий обогреватель «ТеплЭко»!

В стародавние времена добрая русская печь занимала половину избы, требовала внимания и заботы. Тепло, которое отдавала, заставляло человека поработать. Нынче печи-батареи горячо квартиры греют, мы иногда 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, её всего лишь нужно будет включить в розетку.

Речь идёт об экономичном обогревателе «ТеплЭко», который при использовании терморегулятора сочетает в себе лучшие теплоносительные характеристики кирпича русской печки 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... Падаёт давление в системе... Да мало ли отговорок мы слышали, почему в квартире вдруг становится холодно. Узнав о похолодании, мы достаём обогреватели. Одни сушат воздух, другие угрожают пожаром, к третьим нельзя подпускать детей. В общем, мороки с ними не меньше, чем с русской печью. И лучше не вспоминайте, каких они требуют расходов – счёта за электричество!

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 несколько часов.

«ТеплЭко» не сушит воздух, не сжигает кислород, пожаробезопасен (так как не нагревается более чем до 98 градусов), а 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 ни трещали за окнами. Обогреватель «ТеплЭко» идеально подходит для дачи, гаража или офиса. Он пригодится там, где нет центрального теплоснабжения или где цены на паровое отопление заставляют потребителя задуматься о целесообразности жизни в холодном климате.

Завод «ТеплЭко» является единственным производителем в России подобных энергосберегающих обогревателей с использованием 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 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, а срок эксплуатации не ограничен.

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)

Обогреватель ТеплЭко является победителем конкурса 100 лучших товаров России 2015

www.tepleko.ru

«Экономично
Безопасно
Выгодно
Надёжно»

А. Друзь

АКЦИЯ ДО 15 ОКТЯБРЯ!



РЕКЛАМА



ЭКОНОМИЧНО
2-3,5 кВт в сутки при использовании терморегулятора



БОЛЬШОЙ СРОК СЛУЖБЫ
срок эксплуатации не ограничен, гарантия 5 лет



БЕЗОПАСНОСТЬ
100% пожаробезопасность



КОМФОРТ
не сушит воздух, не сжигает кислород



ПРОСТОТА УСТАНОВКИ
справится любой хозяин дома



ЭКОЛОГИЧНОСТЬ
продукция соответствует самым высоким санитарным требованиям

ТЕПЛО

Невысокой цены
надо опасаться?

СЕГОДНЯ САМЫЕ ПОПУЛЯРНЫЕ ОКНА - ПЛАСТИКОВЫЕ. ДОСТУПНЫЕ, КРАСИВЫЕ, ИХ ЛЕГКО МЫТЬ, А УХОД НЕ ТРЕБУЕТ НИКАКИХ ОСОБЫХ ЗАБОТ.

Однако чем выше конкуренция на рынке, тем больше вопросов возникает у потребителя, ведь продают и качественные окна, и некачественные. На самые популярные вопросы читателей отвечает **Валерий КОЗИОНОВ**, технический директор компании «Декёниик Рус».

ПВХ СО ЗНАКОМ КАЧЕСТВА

- Правда ли, что в жаркую погоду окна ПВХ испаряют что-то вредное?

- Это миф, и родился он из истории производства, но не имеет абсолютно никакого отношения к их эксплуатации. Более 10 лет назад в Германии вышел закон о запрете применения свинца в чистом виде: он наносил вред здоровью рабочих, контактирующих со свинцовой смесью. В профиле же допускается использование стабилизатора, содержащего оксид свинца, но в изделии, в связанном виде, этот оксид абсолютно безвреден, и это уже доказано. Сейчас производи-

ПРАВДА И МИФЫ О ПЛАСТИКОВЫХ ОКНАХ



Без шума и пыли, но с деньгами живёт-поживает хозяин энергоэффективного окна.

тели стараются перейти на кальций и цинк только для того, чтобы косвенно не стимулировать производство самого свинца. Поэтому качественный пластиковый профиль не уступает в экологичности упаковкам для детского питания или электрическим чайникам.

- Как понять, что ПВХ в профиле действительно качественный?

- Недобросовестные производители пытаются сэкономить на материалах профиля, используя более дешёвое сырьё в составе ПВХ. Купив дешёвое окно, покупатель может столкнуться с тем, что профиль пожелтеет, деформируется или появится посторонний запах. Но сегодня потребителю практически невозможно самому разобраться в тонкостях производства. Именно поэтому Аналитический центр Националь-

ного рейтингового агентства (НРА), которое известно своими авторитетными оценками в финансовой, строительной и других сферах, присуждает рейтинг качества материалов для

6 КАМЕР

И 3 КОНТУРА УПЛОТНИТЕЛЯ - ОТ ХОЛОДА И ШУМА.

оконного ПВХ-профиля. Наша компания первой получила наивысший рейтинг качества материала (A+) для всех профильных систем.

ИННОВАЦИОННОЕ, НО НЕДОРОГОЕ

- Значит, дороже - лучше?

- Хочу предостеречь от неразумной экономии: окно - это продукт, который должен служить вам долгие десятилетия, требования к качеству и долговечности должны быть су-

щественно выше, чем к товарам повседневного спроса. Не стоит устанавливать дешёвые окна, если у вас частный дом, за отопление которого зимой придётся платить значительные суммы. Энергоэффективное окно - не просто покупка, а инвестиция в будущее. Оно не только тёплое, но и будет экономить ваши деньги.

- Каковы критерии выбора окна?

- Это увеличенная ширина оконного профиля - от 76 мм, что позволит вставить широкий стеклопакет, защищающий и от холода, и от шума. Важно, чтобы в профиле было не 3 воздушные камеры, как в стандартном окне, а 6, плюс дополнительный 3-й контур уплотнителя - он защитит от продувания в области петли. А глубокая посадка стеклопакета до 25 мм поможет окну не запотевать. Но инновационное окно не всегда дороже: так, бельгийский концерн Decauninck разработал доступный по цене вариант энергоэффективной оконной системы «Фаворит Спейс».

Олег СМЕРНОВ

РЕКЛАМА

КАК ВЫБРАТЬ РАДИАТОР?

НА СМЕНУ ЧУГУНЫМ БАТАРЕЯМ ПРИШЛИ СОВРЕМЕННЫЕ ЭНЕРГОЭФФЕКТИВНЫЕ РАДИАТОРЫ. ОНИ ГРЕЮТ ХОРОШО И ДЁШЕВО И ВЫГЛЯДЯТ ТАК, ЧТО НАЙДУТ МЕСТО В ЛЮБОМ ИНТЕРЬЕРЕ.

Сегодня радиаторы бывают двух основных видов - алюминиевые и биметаллические. Почему они так популярны? Советами по выбору отопительного прибора делятся специалисты промышленной группы Royal Thermo.

Вес и толщина секции, сплав алюминия и стали, технология производства, краска, сертификаты качества и гарантия производителя - на эти характеристики надо обращать внимание при покупке радиатора.

АЛЮМИНИЙ АЛЮМИНИЮ РОЗНЬ

Алюминиевые радиаторы производятся полностью из алюминия и обладают максимальной теплоотдачей. Около 50% тепла они отдают посредством лучистого обогрева, остальную часть - при помощи конвекции. Эти отопительные приборы подходят для установки в частных домах и коттеджах, где можно контролировать качество горячей воды (теплоноситель). В системах центрального отопления, где используется жёсткий теплоноситель и уровень кислотнос-

ти часто превышает 8,5 моль/л, алюминиевые радиаторы устанавливать не рекомендуется.

К конструктивным особенностям таких радиаторов относится технологическое отверстие в вертикальном коллекторе.

10-25 ЛЕТ -

ГАРАНТИЯ НА РАДИАТОРЫ ROYAL THERMO.

Большинство производителей приваривают заглушку к коллектору, что не очень хорошо сказывается на качестве прибора. Алюминий при сварке «выгорает» и становится хрупким. Промышленная группа Royal Thermo использует по-настоящему инновационные технологии. Стальная заглушка с защитной усиленной нанополлимерной мембраной закрывает отверстие коллектора методом вальцевания (по принципу закатывания банок), что обеспечивает абсолютную надёжность даже при работе в экстремальных условиях.

Есть два основных вида сечения коллекторов - овальное (всё, что стремится к этой форме) и



Надёжные, красивые, экономичные - такими должны быть радиаторы. У Royal Thermo именно такие!

округлое. При овальном сечении давление распределяется неравномерно, а значит, вероятен разрыв коллектора. Промышленная группа Royal Thermo выпускает алюминиевые радиаторы только с округлым сечением коллекторов.

ДВА МЕТАЛЛА - ДВОЙНАЯ ПОЛЬЗА

Биметаллические радиаторы - самое передовое поколение современных отопительных приборов. Их основные преимущества - повышенная стойкость

к коррозии и высокое рабочее давление. Внутри каждой секции находится полностью стальной коллектор (в отличие от других производителей, которые могут сделать из металла лишь часть трубы, а это, в свою очередь, быстро приводит к протечкам и авариям). В биметаллических радиаторах Royal Thermo сварка стального коллектора осуществляется на современном оборудовании методом сопротивления и проходит жёсткий контроль качества. Такая конструкция исключает соприкосновение теплоносителя с алюминием,

что надёжно защищает прибор от коррозии. В отличие от алюминиевых биметаллические радиаторы устанавливаются в любую систему отопления.

Одна из главных характеристик радиатора - его вес. Чем тяжелее секция радиатора, тем выше теплоотдача прибора. По исследованию, проведённому АПРО, вес и тепловая мощность, указанные на коробках и в паспортах многих секционных радиаторов из стран Восточной Азии, часто завышены на 30-50%. Секция качественного алюминиевого радиатора должна весить от 1 кг. Так, секция алюминиевого радиатора Royal Thermo весит от 1,25 кг, в то время как секции других производителей из стран Восточной Азии - всего 700 г.

Показатель качества приборов - это соответствие ГОСТу, гигиенический сертификат и гарантия от производителя. Алюминиевые радиаторы Royal Thermo имеют гарантию 10 лет, биметаллические радиаторы - 15 лет, биметаллические дизайн-радиаторы из итальянской коллекции PIANOFORTE, BILINER и PIANOFORTE TOWER - 25 лет.

Выбирайте лучшее, обращайте внимание на детали и остерегайтесь недобросовестных производителей. Подробности на <http://www.royal-thermo.ru/>

Иван АЛЕКСЕЕВ

ЕСТЬ ИДЕЯ

Как сделать
из осени весну?

ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ ПРЯМО СЕЙЧАС, ЧТОБЫ ПОДГОТОВИТЬ ДОМ, ДАЧУ, ГАРАЖ К ЗИМЕ?

Над проблемой сбережения тепла во всём мире бьются сотни институтов и тысячи строительных фирм. Но мы и сами не лыком шиты. Забудьте, что «на носу у вас очки, а в душе осень», и за работу!

ХОРОШАЯ КВАРТИРА

В многоквартирных домах 40-50% тепла от батарей центрального отопления теряется через окна. Значит, в первую очередь имеет смысл заняться ими. Тут есть два решения: дорогое и дешёвое.

Дорого. Можно вставить пластиковые окна, которые держат тепло в 3-4 раза лучше, чем деревянные. Или заменить «хорошие, советские, чугунные» батареи на современные алюминиевые или биметаллические. Они могут процентов на 15 увеличить теплоотдачу при том же объёме проходящей через них воды! Любопытно, что установка за любой батареей отопления теплоотражателя



Монтажная пена, герметик - всё подойдёт, чтобы утеплить дачу.

Фото Legion-Media

(подойдёт обычная пищевая фольга, наклеенная на картон) сразу поднимает температуру в помещении на целый градус.

Дёшево. По статистике, в 70% российских домов до сих пор стоят деревянные окна. Как их можно утеплить? Не будем о грустном - вате в щелях и заклейке швов. Лучше до наступления холодов отрестав-

рировать оконные переплёты. Для этого купите силиконовый герметик. С помощью отвёртки или ножа уберите планочки, держащие стёкла из оконной рамы. Очистите раму от пыли и старой краски. Нанесите герметик по периметру стекла, верните на место его и планочки.

ДЕРЕВНЯ УМНИКОВ

В сельской местности 35% утечек происходит через стены, по 25% - через крышу и окна, оставшиеся 15% - через пол. Как с этим бороться, лучше всего подскажет ваш кошелек.

35% ТЕПЛА

**ВЫЛЕТАЕТ ИЗ
ДАЧНОГО ДОМА
ЧЕРЕЗ КРЫШУ.**

Дорого. Утепление крыши. Это не так сложно, как кажется, тут можно справиться и своими силами. Как известно, любая крыша состоит из наружной и внутренней частей. Между ними и закладывается слой утеплителя, если его раньше не было. Если был, но тепло держал плохо - меняем на новый. Благо современные технологии предлагают широчайший выбор этого материала.

Дёшево. Тут от крыши придётся отказаться и заняться опять-таки окнами. Можно, например,

установить на окно теплоотражающую плёнку. Она имеет покрытие, помогающее сберечь тепло, и даёт эффект, схожий со стеклопакетом. Вместо неё можно использовать обычный полиэтилен, только толстый.

«АЛЛЁ, ГАРАЖ!»

Гараж, если он находится в частном домовладении, тоже можно утеплить. И тоже двумя способами.

Дорого. В гараже выгоднее утеплять стены. Причём делать это лучше снаружи, чтобы не съедать площадь «стойбища железного коня». Всё очень просто: всю поверхность стен нужно оклеить листами негорючего пенопласта, а сверху покрыть его влагозащитной штукатуркой.

Дёшево. Всё ещё проще: вообще не утеплять гараж! Между прочим, это как раз лучше для вашего автомобиля, для которого оптимальная температура зимой - примерно +5 °С. Ведь, попадая с мороза в тепло, автомобиль будет неизбежно покрываться конденсатом, а значит, и ржавчиной. А для человека в гараже можно и обогреватель поставить.

Сергей ЗАЛЕСКИЙ

МАСТЕРСТВО

Бетонщик Концерна «КРОСТ» вошёл в число победителей Всероссийского конкурса «Лучший по профессии»

22 сентября в Красноярске завершился федеральный этап Всероссийского конкурса профессионального мастерства «Лучший по профессии» в номинации «Лучший бетонщик». Московскую область на конкурсе представляла команда бетонщиков Концерна «КРОСТ», заняв почётное второе место и продемонстрировав блестящие показатели работы.

Согласно регламенту конкурса лучшего бетонщика предварительно выбирали на региональном уровне. Подведение итогов и определение победителя в Московской области состоялось 17 августа, где победу одержала команда монтажников концерна, которую представлял Василий Поминчук.

Стоит отметить, что сотрудники Концерна «КРОСТ» в повседневной работе постоянно проходят многочисленные теоретические и практические занятия по бетону, в то время как строительные лаборатории компании занимаются новинками, добавками, а также подготовкой и применением инновационных материалов при строительстве жилых комплексов. Компания в своей деятельности широко использует и мировой

опыт, а сотрудники концерна ездят в заграничные командировки с целью обмена опытом и получения передовых мировых технологий в монолитном домостроении.

Как отметил руководитель первого строительного-монтажного треста Концерна «КРОСТ» Алексей Слепнев, «при строительстве жилых комплексов и в целом в строительстве всё направлено на применение более высококачественных и экологически чистых материалов. Для выполнения качественной работы немаловажную роль играет квалификация кадров, которые принимают непосредственное участие при возведении зданий. Одной из наиболее важных профессий в монолитном домостроении, которое активно применяет Концерн «КРОСТ», является труд бетонщика, работа которого оценивается как покупателями, так и экспертами. Безусловно, победа наших сотрудников является ожидаемой, так как они обладают колоссальным опытом и знаниями в области монолитного домостроения».

Федеральный конкурс оценивался сформированным организационным комитетом, в который вошли представители Министерства труда и социальной защиты

РФ, Министерства образования и науки РФ, Министерства экономического развития РФ, Министерства промышленности и торговли РФ, Министерства связи и массовых коммуникаций РФ, Министерства регионального развития РФ и других заинтересованных федеральных органов исполнительной власти.

Конкурс профессионального мастерства «Лучший по профессии» проводится в целях повышения престижа рабочих профессий, совершенствования профессиональных знаний и методов работы, а также содействия росту квалификации кадров Правительства Российской Федерации.

Сотрудники концерна традиционно становятся победителями в различных номинациях: «Электрогазосварщик», «Электросварщик ручной сварки», «Машинист автомобильного крана», «Мастер ручной кладки», «Машинист экскаватора», «Каменщик и монтажник». Прошедший в Красноярске конкурс профессионального мастерства в очередной раз продемонстрировал качество квалификационной подготовки сотрудников, а также лидирующие позиции Концерна «КРОСТ» в строительной сфере.

Реклама

ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС

Слышал, что теперь можно получить кадастровый паспорт на квартиру в любом отделении Росреестра, независимо от того, где ты живёшь.

О. Львовский, Выкса

Ещё нет, но скоро можно будет. С 1 января 2017 года подать заявление и документы для постановки недвижимости на кадастровый учёт, на госрегистрацию в бумажном виде можно будет в любом городе России, независимо от того, где расположен объект. Это лишь одно из многих изменений, которые регламентирует новый Федеральный закон № 218-ФЗ «О государственной регистрации недвижимости».

Теперь тех, кто подал такие заявления, будут оповещать по SMS или электронной почте обо всех процедурах - о поступлении оплаты госпошлины, приёме документов, заявлениях, о приостановлении либо об отказе в постановке на кадастровый учёт или в государственной регистрации. Вы сможете при необходимости оперативно представить дополнительные документы, решить другие вопросы. Кроме того, документы можно получать не только лично, но и через курьера. Правда, эта услуга будет платной.

Количество экземпляров документов, необходимых для госрегистрации, сократили. Сегодня закон требует от заявителе-

ля не менее двух экземпляров актов органов местного самоуправления, государственной власти и суда. В следующем году достаточно будет предоставить эти документы в одном экземпляре.

Можно ли взять ипотеку без первоначального взноса?
Л. Михайлова, Москва

В случае если материнский капитал составляет размер минимального первоначального взноса по ипотечной программе, то ипотеку возможно оформить без дополнительных затрат. Во всех остальных случаях первоначальный взнос обязателен. Есть программы, по которым он минимален - 15% от стоимости квартиры.

Программа «Ипотека с господдержкой» действует до конца 2016 года. Что делать, если не успеешь взять кредит до этого времени?

М. Иванченко, Троицк

В последнее время ставки по жилищным кредитам снижаются и по стандартным программам. Действующие ставки по кредитам на новостройки без помощи государства сейчас сопоставимы с условиями, которые предлагали банки в 3-м квартале 2014 года. Альтернативой могут стать совместные акции банков и застройщиков, позволяющие снизить ставки по ипотеке.

ПРОПАВШИЕ В СТОЛИЦЕ...

Что может спасти жизнь исчезнувших и кто наживается на беде?

16-ЛЕТНИЙ АНТОН ВЫШЕЛ ИЗ КОЛЛЕДЖА В ПЯТНИЦУ И... ПРОПАЛ. СРЕДИ БЕЛА ДНЯ. ТЕЛЕФОН НЕ ОТВЕЧАЕТ, ПРЯТЕЛИ НЕ В КУРСЕ, ПАПА ОБЗВАНИВАЕТ МОРГИ, МАМА ВЕЗЁТ ЭКСТРАСЕНСУ 20 ТЫС. РУБ. И СВИТЕР СЫНА. РОДИТЕЛИ УВЕРЕНЫ, ЧТО В ПОЛИЦИЮ МОЖНО ИДТИ ТОЛЬКО ЧЕРЕЗ 3 ДНЯ. В ВОСКРЕСЕНЬЕ ПОДРОСТОК ОБЪЯВИЛСЯ: «ЧЁ ЗА ПАНИКА? МЫ С МАРИНКОЙ У НЕЁ НА ДАЧЕ БЫЛИ. А СМАРТФОН УМЕР, УПАВ В ПРУД». ЭТО ХОРОШИЙ ИСХОД. ЧАЩЕ БЫВАЕТ СОВСЕМ ПО-ДРУГОМУ. КАК ПРАВИЛЬНО ИСКАТЬ СВОИХ БЛИЗКИХ?

ЛИЦОМ К ПРОБЛЕМЕ

ПРАВИЛО «ТРЁХ ДНЕЙ» - МИФ

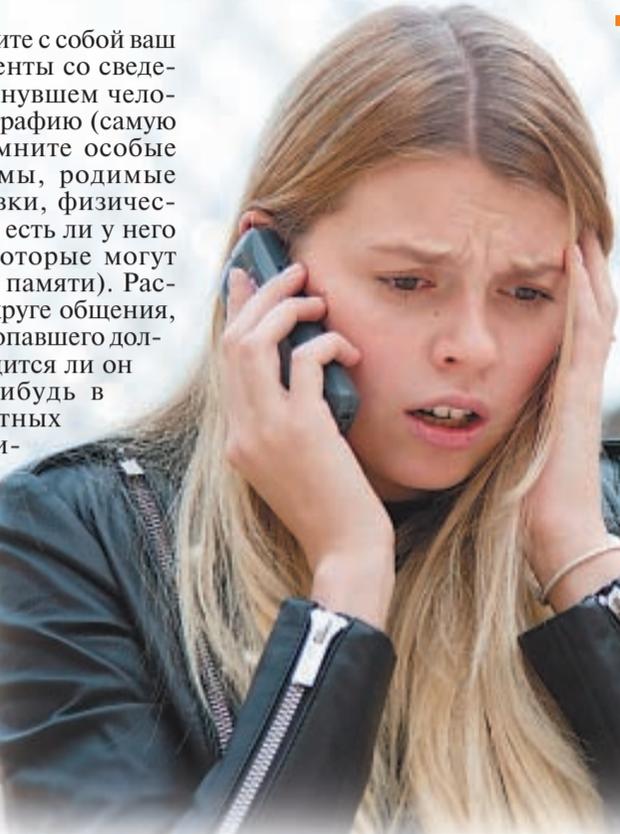
«Никакого «правила 3 дней» нет и никогда не было», - подтвердил «АиФ» **Дмитрий ПИЧУГИН**, начальник 7-го отдела 2-й оперативно-розыскной части Управления уголовного розыска ГУ МВД РФ по Москве. - У вас обязаны принять заявление об исчезновении тут же. Даже если вы не родственник, а друг. Когда речь идёт о пропавших детях, пенсионерах, людях с возможной потерей памяти, сразу на уши ставится весь регион. (Кстати, всего в столице подаются 6-10 тыс. заявлений каждый год.) Идите в ближайшее отделение полиции (или по месту жительства про-



павшего). Возьмите с собой ваш паспорт, документы со сведениями об исчезнувшем человеке и его фотографию (самую свежую). Вспомните особые приметы (шрамы, родимые пятна, татуировки, физические недостатки, есть ли у него заболевания, которые могут вызвать потерю памяти). Расскажите о круге общения, есть ли у пропавшего долги, находится ли он с кем-нибудь в конфликтных отношениях.

Я призываю мам и пап: честно расскажите, что произошло до пропажи сына или дочери. Обычно родители говорят: «Отношения в семье хорошие, убежать он не мог». А потом мы находим ребёнка, который боится идти домой. В прошлом году только одна мама «бегунка» сразу сказала, что порола 10-летнего сына за четвёрки (!). Его нашли в торговом центре, где он отводил душу за игровыми автоматами. И ещё одна просьба - не ходите к экстрасенсам (а так поступают 70% родственников пропавших). Это жулики. Если найдётся хоть один экстрасенс, способный отыскивать людей, я лично посажу его в своём кабинете и буду отдавать половину собственной зарплаты, пускай трудится.

При этом каждый второй



КАК ПОМОЧЬ НАЙТИСЬ РЕБЁНКУ И ВЗРОСЛОМУ (с различными заболеваниями)

- **Наденьте на него несъёмный браслет** (с ФИО, адресом и телефоном)
или
- **Сделайте на изнанке всей его одежды именные бирки** (как в детских садах)
или
- **Отпечатайте визитки** (ФИО, адрес, телефон) и разложите по всем карманам одежды дорогого вам человека

столичный «маг» уверяет, что к нему за помощью постоянно обращается полиция и что он способен «увидеть» пропавшего, даже если человек в последний раз вышел из дома год назад. Главное - простимулировать мага деньгами: и тут же откроется «третий глаз», и «появится стрелка поиска».

Почему мы так слепо верим в паранормальные силы, объясняет **криминальный психолог Сергей ЕНИКОЛОПОВ**: «Скажите спасибо телевидению с его бесконечными передачами про суперспособности экстрасенсов. Поэтому люди и несут последние деньги колдунам, ясновидящим и магам. В такой стрессовой ситуации многие москвичи просто неспособны рассуждать рационально. Они хотят чуда и верят, что достаточно заплатить энную сумму, чтобы пропавший родственник возник перед ними, как по мановению волшебной палочки».



К сожалению, на таких бедах наживаются не только товарищи с «паранормальными способностями». Есть целая категория жуликов, которые отслеживают экстренные сооб-

КУДА ЗВОНИТЬ

- В полицию - **102**
- На Единый экстренный канал помощи - **112** (для любых операторов мобильной связи)
- В Бюро регистрации несчастных случаев - **(495) 688-22-52**

ЭТИХ ДЕТЕЙ ИЩУТ СЕЙЧАС (по данным московской полиции)



Сумкин Сергей Дмитриевич



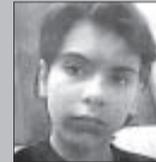
Евстигнеев Владислав Сергеевич



Сударев Сергей Александрович



Зюкина Анна Денисовна



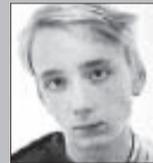
Лабо Аллан Дмитриевич



Антонов Данила Петрович



Филлипенко Николай Александрович



Младов Никифор Павлович

клею объявлений, рассылку в соцсетях. Это тот самый крайний случай, когда не время сомневаться - удобно ли звонить малознакомым людям, допустимо ли просить о помощи коллег. Свяжитесь с волонтерами. Например, с ассоциацией «Поиск пропавших детей» (poiskdetei.ru, 8 (499) 686-02-01) или с отрядом «Лиза Алерт» (lizaalert.org, 8 (800) 700-54-52). И обязательно сообщайте полиции о зацепках, которые удастся обнаружить.

«Если есть подозрение, что исчезновение произошло «на природе», действовать надо очень быстро», - рассказал «АиФ» **Григорий СЕРГЕЕВ**, руководитель спасательного отряда «Лиза Алерт». - Когда требуется прочесать большие пространства в Московской области и Новой Москве, мы обращаемся за поддержкой «с воздуха» в спасательно-поисковый отряд «Ангел».

Это частная малая авиация. Добровольцы тратят свои деньги и используют собственные вертолеты, чтобы быстро проверить места, где пешие цепочки людей будут работать часами. Кстати, уже начался холодный сезон, а это самое опасное время для людей с полной или частичной потерей памяти, болезнью Альцгеймера. Вышел пенсионер из дома и побрёл куда глаза глядят. Если сомневаетесь, всё ли хорошо у пожилого человека, которого видите в метро, на улице, в парке, подойдите к нему. Лучше всего спросить: «Как вас зовут? Который сейчас год?» Это может спасти человеку жизнь. А если все равнодушно отведут глаза, он замёрзнет на скамейке в километре от своей квартиры. Недавно наш доброволец нашёл такого дедушку у станции метро «Белорусская» (люди, занимающиеся поиском, автоматически вычлениют намётанным взглядом таких растерянных горожан). Старик не помнил ни имени, ни адреса, ни телефона родных. Именно поэтому так важно быть внимательным к своим родителям, постоянно созваниваться с ними (если пенсионеры живут отдельно).

Мы желаем вам никогда не попадать в такую страшную ситуацию. Но, если это случилось, действуйте правильно. Кстати, на сайте poiskdetei.ru есть очень полезные памятки. Они рассказывают, как не пропасть и в подмосковном лесу, и на оживлённой столичной улице.



Галина ШЕЙКИНА

Фото Игоря ХАРИТОНОВА

НА ЗАМЕТКУ

АБОНЕНТ НЕДОСТУПЕН. ЧТО ДЕЛАТЬ?

Может ли помочь поиску сотовый телефон пропавшего? Безусловно. Даже если он выключен. Если номер зарегистрирован на вас, запросите детализацию счёта. Если нет - это может сделать только полиция. Бесплезно кричать, что вы родственник, а ситуация чрезвычайная. Сотовые компании несут уголовную ответственность за разглашение тайны связи. «Детализация и информация о базовой станции (которая зарегистрировала абонентское устройство пропавшего при последнем соединении) может быть оперативно передана правоохранительным органам в течение нескольких часов», - рассказали

«АиФ» в «Билайне». А в «МегаФоне» подтвердили, что один человек может определить местонахождение телефона другого человека, если на номере последнего включена услуга «Радар» или «Навигатор» (с согласия абонента). Подобные продукты есть у всех операторов.

Но такие вопросы нужно обговаривать до того, как случилась беда. Объясните родным, что это не слезка и контроль, а любовь и забота. Кстати, если абонент предоставит вам пароль к личному кабинету (на сайте его сотового оператора), вы сможете в любой момент посмотреть, откуда и куда идут его звонки и SMS.

СОЦСТРАХ
 Как ФСС
 выполняет
 210-й
 Федеральный
 закон?

КАЖДЫЙ РАБОТОДАТЕЛЬ ПЛАТИТ ВЗНОСЫ В НЕГО - НО ДАЛЕКО НЕ ВСЕ ПОНИМАЮТ, КАК ОН РАБОТАЕТ, ДЛЯ КОГО И ЗАЧЕМ. ФОНД СОЦИАЛЬНОГО СТРАХОВАНИЯ РФ - ЭТО 18 ГОСУДАРСТВЕННЫХ УСЛУГ, ЧАСТЬ КОТОРЫХ МОЖЕТ ПРИГОДИТЬСЯ ЛЮБОМУ ИЗ НАС.

ДВА НАПРАВЛЕНИЯ
 Фонд обеспечивает выплаты по обязательному социальному страхованию в двух основных случаях. Первый - это временная нетрудоспособность, которая наступает либо из-за болезни, либо в связи с материнством (по беременности, родам, до 1,5 года ребёнка). Второй - несчастные случаи на производстве и профессиональные заболевания.
 Фонд финансирует и предупредительные меры по предотвращению несчастных случаев на производстве и профилактике профессиональных заболеваний, обеспечивает инвалидов техническими средствами реабилитации. Таким

ЗАЩИТА ДЛЯ ВСЕХ

ГОСУДАРСТВЕННЫЕ УСЛУГИ ФОНДА В ЭЛЕКТРОННОМ ВИДЕ

18 государственных услуг предоставляются Фондом

Механизм предоставления государственных услуг закреплён в административных регламентах

Все государственные услуги Фонда выведены на портал Госуслуг в 2012 г. и могут быть предоставлены в электронном виде

Возможность получения госуслуг Фонда в электронном виде воспользовались:

в 2015 г. -	во II кв. 2016 г. -
43%	50,3%
заявителей	заявителей

образом, услуги его предназначены для граждан, бизнеса и всех работодателей в целом. Всего «на счету» Фонда 18 государственных услуг: от выплаты пособий по беременности до направления на санаторно-курортное лечение.

В «ЭЛЕКТРОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ»

Все работы Фонда идут в рамках реализации Федерального закона «Об организации предоставления государственных и муниципальных услуг» от 27.07.2010 № 210-ФЗ. Чтобы качество услуг стало лучше, Фонд в том числе внедряет и новые формы обслуживания.

Одна из них - предоставление госуслуг в электронном виде. Что очень важно, таким образом получить можно абсолютно все услуги Фонда - и для людей, и для бизнеса. Необходимо лишь зарегистрироваться на Едином портале госуслуг. Если же электронный формат человека не устраивает, он может обратиться либо в отделение Фонда, либо в многофункциональный центр.

Повышение качества оказания госуслуг - задача государственной важности. Это не просто слова, а конкретные показатели, которые Президент РФ установил своим указом от 7.05.2012 № 601 «Об основных направлениях совершенство-

вания системы государственного управления».

Например, уровень удовлетворённости граждан Российской Федерации качеством

18 услуг ФСС

ДОСТУПНЫ ЭЛЕКТРОННО ЛЮДЯМ И БИЗНЕСУ.

предоставления государственных услуг к 2018 году должен составлять 90%. По результатам независимого мониторин-

га, проведённого ВЦИОМ, на 2015 год 92,3% граждан были довольны качеством услуг, которые оказывает Фонд.

Доля граждан, имеющих доступ к госуслугам по принципу «одного окна» по месту пребывания, в том числе через многофункциональные центры, по указу главы государства определена в 2015 году в 90%. Чтобы достичь этого показателя, Фонд заключил соглашения с МФЦ, обеспечивающими предоставление его услуг в 84 регионах Российской Федерации. В этих регионах граждане могут подать заявления на оказание услуг Фонда и в его офисах, и в МФЦ.

Процент тех, кто использует механизм получения государственных услуг в электронном виде, должен составлять к 2018 году не менее 70%. При этом на 2015 год эта цифра определена в 40%, а Фонд показал 43%. Во II квартале этого года он снова обогнал плановые 45%, показав результат в 50,3%.

Указ президента определяет даже время ожидания в очереди при обращении заявителя за получением государственной услуги: оно не должно превышать 15 минут. И тут Фонд не подводит: уже в прошлом году ждать приходилось не больше 11 минут.

Олег СМЕРНОВ

RUSSIA.TV

АКЦИЯ «Я РОССИЯ» ПРОДОЛЖАЕТСЯ!

ТЕЛЕКАНАЛ «РОССИЯ» ПРОДОЛЖАЕТ УНИКАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «Я РОССИЯ», ГЛАВНАЯ ЗАДАЧА КОТОРОГО – СОЗДАТЬ ГРАНДИОЗНЫЙ ПОРТРЕТ НАШИХ СОВРЕМЕННИКОВ. В ПОДДЕРЖКУ ПРОЕКТА ПАРАЛЛЕЛЬНО ПРОВОДИТСЯ ВЫЕЗДНАЯ АКЦИЯ ПО ВСЕЙ СТРАНЕ. В СЕМИ ГОРОДАХ ТЫСЯЧИ ЖИТЕЛЕЙ УЖЕ СТАЛИ УЧАСТНИКАМИ ЭТОГО ЯРКОГО СОБЫТИЯ: АКЦИЯ ПРОШЛА В АСТРАХАНИ, ИРКУТСКЕ, КАЗАНИ, КАЛИНИНГРАДЕ, МОСКВЕ, НОВОСИБИРСКЕ, СЕВАСТОПОЛЕ. ПОСЛЕДНИМ ИЗ ГОРОДОВ ЭСТАФЕТУ ПРИНИМАЛА АСТРАХАНЬ. НА НАБЕРЕЖНОЙ ВОЛГИ ПРОШЛА СЪЕМКА, ВО ВРЕМЯ КОТОРОЙ ЛИЦА УЧАСТНИКОВ СРАЗУ ЖЕ ПОЯВЛЯЛИСЬ НА БОЛЬШОМ ЭКРАНЕ ПО-НАСТОЯЩЕМУ КРУПНЫМ ПЛАНОМ. ЛИЦА ЖИТЕЛЕЙ АСТРАХАНИ БУДУТ ПРЕДСТАВЛЕНЫ НА СПЕЦИАЛЬНОЙ СТРАНИЦЕ YA.RUSSIA.TV, А САМЫЕ ВЫРАЗИТЕЛЬНЫЕ ПОРТРЕТЫ ПОЯВЯТСЯ В ВИДЕ ЗАСТАВОК В ЭФИРЕ ТЕЛЕКАНАЛА «РОССИЯ»! ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К ОФИЦИАЛЬНОЙ ГРУППЕ #ЯРОССИЯ В СЕТИ ВКОНТАКТЕ, ВОЗМОЖНО, ИМЕННО В ВАШ ГОРОД ПРИЕДЕТ АКЦИЯ В СЛЕДУЮЩИЙ РАЗ.

#ЯРОССИЯ

РОССИЯ 1

РЕКЛАМА 0+

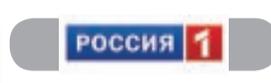


ПОНЕДЕЛЬНИК, 3 ОКТЯБРЯ

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).
- 12.20 «Про любовь». 16+
- 13.20 «Время покажет». 16+
- 14.00 Новости.
- 14.15 «Время покажет». 16+
- 15.00 Новости (с субтитрами).
- 15.15 «Время покажет». 16+
- 16.00 «Мужское/Женское». 16+
- 17.00 «Наедине со всеми». Программа Юлии Миньшовой. 16+
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
- 18.45 «Давай поженимся!». 16+
- 19.50 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. 16+
- 21.00 «Время». Информационно-аналитическая программа.
- 21.30 «ТОНКИЙ ЛЕД». Т/с. 16+
- 23.30 «Вечерний Ургант». 16+
- 0.00 «Познер». 16+
- 1.00 Ночные новости.
- 1.20 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». Т/с. 16+
- 3.00 Новости.
- 3.05 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». Продолжение. 16+
- 3.25 «Время покажет». 16+



- 5.00 Утро России.
- 9.00 Вести.
- 9.15 Утро России.
- 9.55 «О самом главном». Ток-шоу. Инфаркт, остановка дыхания. Сухость слизистых. Увеличение узлов щитовидной железы. 12+
- 11.00 Вести.
- 11.35 Местное время. Вести-Москва.
- 12.00 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+
- 14.00 Вести.
- 14.35 Местное время. Вести-Москва.
- 14.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+
- 17.00 Вести.
- 17.25 Местное время. Вести-Москва.
- 17.45 «Прямой эфир». 16+
- 18.50 «60 минут». Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым. 12+
- 20.00 Вести. Информационно-аналитическая программа. Вести-Москва.
- 21.00 «ЧЕЛНОЧНИЦЫ». Т/с. 12+
- 23.00 Специальный корреспондент. Премьера. «Донбасс. Дети войны». Фильм Александра Рогаткина. 16+
- 0.00 «Расследование Эдуарда Петрова». 16+
- 1.00 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+
- 3.00 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». Т/с. 12+



- 6.00 «Настроение».
 - 8.00 «ОСКОЛКИ СЧАСТЬЯ-2». Х/ф. 12+
 - 11.30 События.
 - 11.50 «ОСКОЛКИ СЧАСТЬЯ-2». Продолжение фильма. 12+
 - 12.25 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым. 16+
 - 13.25 «В центре событий» с Анной Прохоровой. 16+
 - 14.30 События.
 - 14.50 Город новостей.
 - 15.15 Городское собрание. 12+
 - 16.00 «Обложка. Война компроматов». 16+
 - 16.35 Премьера. «Естественный отбор». Ток-шоу. 12+
 - 17.30 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». Т/с. 12+
- 
- 19.30 События.
 - 20.00 «Право голоса». 16+
 - 21.45 Петровка. 38. 16+
 - 22.00 События.
 - 22.30 «Что немцу хорошо». Специальный репортаж. 16+
 - 23.05 Без обмана. «Синьор Помидор». 16+
 - 0.00 События. 25-й час.
 - 0.30 «ПЕРЧАТКА АВРОРЫ». Х/ф. 12+
 - 4.15 «Увидеть Париж или умереть». Д/ф. 12+
 - 5.10 «Александр Панкратов-Черный. Мужчина без комплексов». Д/ф. 12+



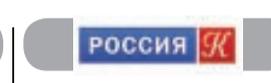
- 5.00 «ДОРОЖНЫЙ ПАРУЛЬ». Т/с. 16+
 - 6.00 «Новое утро».
 - 8.30 «Студия Юлии Высоцкой». 0+
 - 9.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+
 - 10.00 Сегодня.
 - 10.20 «ЛЕСНИК». Т/с. 16+
 - 12.00 Суд присяжных. 16+
 - 13.00 Сегодня.
 - 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
 - 14.00 «Место встречи». 16.00 Сегодня.
 - 16.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Т/с. 16+
 - 18.00 «Говорим и показываем». Ток-шоу с Леонидом Закошанским. 16+
 - 19.00 Сегодня.
 - 19.45 Премьера. Константин Крюков, Игорь Верник в остросюжетном сериале «ПЕНСИЛЬВАНИЯ». 16+
- 
- 23.30 «Итоги дня».
 - 0.00 «Поздняков». 16+
 - 0.10 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». Т/с. 16+
 - 1.10 «Место встречи». 16+
 - 3.05 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». Т/с. 18+
 - 4.00 «ВРАЧЕБНАЯ ТАЙНА». Т/с. 16+



- 6.00 «Сейчас».
- 6.10 Утро на «5». 6+
- 9.10 «Место происшествия».
- 10.00 «Сейчас».
- 10.30, 11.20, 2.30, 12.45, 13.40, 14.30, 15.25, 16.00, 16.45, 17.35 «ИНКАССАТОРЫ». Т/с. 16+
- 12.00, 15.30, 18.30 «Сейчас».
- 19.00 «ДЕТЕКТИВЫ. ХРУПКОЕ СЧАСТЬЕ». Т/с. 16+
- 19.40 «ДЕТЕКТИВЫ. ОБСТОЯТЕЛЬСТВА СМЕРТИ». Т/с. 16+
- 20.20 «СЛЕД. КРУГОМ ОБМАН». Т/с. 16+
- 21.10 «СЛЕД. СЕКАЧ ПОД ЛИПОВЫМ СОУСОМ». Т/с. 16+
- 22.00 «Сейчас».
- 22.25 «ТАКАЯ РАБОТА. ТРУП УШЕЛ ДО ПРИБЫТИЯ». Т/с. 16+
- 23.15 «Момент истины». 16+
- 0.10 «Место происшествия. О главном». 16+
- 1.10 «ДЕТЕКТИВЫ. ХРУПКОЕ СЧАСТЬЕ». Т/с. 16+
- 1.55 «ДЕТЕКТИВЫ. ОБСТОЯТЕЛЬСТВА СМЕРТИ». Т/с. 16+
- 2.35 «ДЕТЕКТИВЫ. НЕВЕСТА-МЫМРА». Т/с. 16+
- 3.10 «ДЕТЕКТИВЫ. ОПАСНЫЙ ПЕРЕКРЕСТОК». Т/с. 16+
- 3.40 «ДЕТЕКТИВЫ. ВОТ ТАКАЯ ЛЮБОВЬ». Т/с. 16+
- 4.15 «ДЕТЕКТИВЫ. ДВА БИЛЕТА НА ФУТБОЛ». Т/с. 16+
- 4.50 «ДЕТЕКТИВЫ. БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». Т/с. 16+
- 5.20 «ДЕТЕКТИВЫ. ЗАХОРОН». Т/с. 16+



- 6.00 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
 - 6.45 «Барбоскины». М/с. 0+
 - 7.05 «Приключения Джеки Чана». М/с. 6+
 - 7.30 «МАМОЧКИ». Т/с. 16+
 - 9.30 «ХЕЛЛБОЙ-2. ЗОЛОТАЯ АРМИЯ». Х/ф. 16+
 - 11.30 «МОЛОДЕЖКА». Т/с. 16+
 - 13.30 «КУХНЯ». Т/с. 12+
 - 16.00 «БОРОНИНЫ». Т/с. 16+
 - 20.00 «МАМОЧКИ». Т/с. 16+
 - 21.00 «ВОЙНА НЕВЕСТ». Х/ф. 16+
- 
- 22.45 Шоу «Уральских пельменей». 16+
 - 0.15 «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
 - 1.00 «Кино в деталях» с Ф. Бондарчуком. 18+
 - 2.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». Т/с. 16+
 - 3.30 «FUNТАСТИКА». Скetchком. 16+
 - 4.40 «КОСТИ». Т/с. 16+
 - 5.35 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+



- 7.00 «Евроныос».
- 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры.
- 10.15, 1.40 «Наблюдатель».
- 11.15 «Библиотека приключений». Ведущий Александр Казакевич.
- 11.30 «ОХОТНИКИ В ПЕРИЯХ МЕКСИКИ». Х/ф.
- 14.05 «Линия жизни». Дмитрий Крымов.
- 15.10 «ПОП». Х/ф.
- 17.20 Важные вещи. «Пушечки Павла I».
- 17.35 Госоркестру - 80! Дирижер Евгений Светланов. П. Чайковский. Симфония № 4 фа минор.
- 18.15 «Вартбург. Романтика средневековой Германии». Д/ф.
- 18.35 «Острова».
- 19.15 «Спокойной ночи, малыши!»
- 19.45 Главная роль.
- 20.05 «Сати. Нескучная классика...».
- 20.45 «Правила жизни».
- 21.15 «Ключ к разгадке древних сокровищ». Д/с.
- 22.10 «Тем временем».
- 23.00 Премьера. Программа Юрия Роста «Рэгтайм, или Разорванное время».
- 23.45 Худсовет.
- 23.50 «Лукино Висконти. Философия истории». Д/ф.
- 0.30 «Борис Заборов. В поисках утраченного времени». Д/ф.
- 1.10 С. Рахманинов. Концерт № 1 для фортепиано с оркестром. Солист А. Коробейников.
- 2.40 Играет Валерий Афанасьев.



- 7.00 «Черепашки-ниндзя». М/с. 12+
- 7.25 «Я - ЗОМБИ». Т/с. 16+
- 8.15 «Экстрасенсы ведут расследование». 16+
- 9.00 «Дом-2. Lite». 16+
- 10.30 «Дом-2. Судный день». 16+
- 12.00 «Танцы». 16+
- 14.00 «Comedy Woman». 16+
- 14.30 «ИНТЕРНЫ». Т/с. 16+
- 15.00 «ИНТЕРНЫ». Т/с. 16+
- 15.30 «ИНТЕРНЫ». Т/с. 16+
- 16.00 «ИНТЕРНЫ». Т/с. 16+
- 16.30 «ИНТЕРНЫ». Т/с. 16+
- 17.00 «ИНТЕРНЫ». Т/с. 16+
- 17.30 «ИНТЕРНЫ». Т/с. 16+
- 18.00 «ИНТЕРНЫ». Т/с. 16+
- 18.30 «ИНТЕРНЫ». Т/с. 16+
- 19.00 «ИНТЕРНЫ». Т/с. 16+
- 19.30 «ИНТЕРНЫ». Т/с. 16+
- 20.00 «ОЛЬГА». Т/с. 16+
- 20.30 «ОЛЬГА». Т/с. 16+
- 21.00 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». Т/с. 16+



- 5.00 «Секретные территории». 16+
- 6.00 «Документальный проект». 16+
- 7.00 «С бодрым утром!». 16+
- 8.30 «Новости». 16+
- 9.00 «Военная тайна». 16+
- 11.00 «Месть падишах». Д/ф. 16+
- 12.00 «Информационная программа 112». 16+
- 12.30 «Новости». 16+
- 13.00 Звонки ужин. 16+
- 14.00 «ТРОН: НАСЛЕДИЕ». Х/ф. 16+
- 16.05 «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 «УГНАТЬ ЗА 60 СЕКУНД». Х/ф. 16+



- 6.30 «Джейми: обед за 30 минут». Кулинарное шоу. 16+
 - 7.30 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
 - 7.45 «По делам несовершеннолетних». 16+
 - 9.45 Давай разведемся! 16+
 - 11.45 «ЖЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». Т/с. 16+
 - 12.45 «ИЗМЕНЫ». Т/с. 16+
 - 13.45 «Кризисный менеджер». 16+
 - 14.45 «БЫВШАЯ ЖЕНА». Х/ф. 16+
 - 18.00 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
 - 18.05 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». Т/с. 16+
 - 19.00 «СТАРШАЯ ДОЧЬ». Х/ф. 16+
- 



- 6.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
- 9.30 «Слепая». «Двое». Д/с. 12+
- 10.00 «Слепая». «Кукушка». Д/с. 12+
- 10.30 «Гадалка». «Берегиня». Д/ф. 16+
- 11.00 «Гадалка». «Связующая нить». Д/ф. 16+
- 11.30 «Места Силы. Краснодарский край». Д/ф. 12+
- 12.30 «Тайные знаки» с Олегом Девотченко. «Что видит третий глаз?». 12+
- 13.30 «Охотники за привидениями». «Порча на босса». Д/ф. 16+
- 14.00 «Охотники за привидениями». «Ревнующая сестра-близнец». Д/ф. 16+
- 14.30 «Охотники за привидениями». «Пляшущие человечки». Д/ф. 16+
- 15.00 «Мистические истории». 16+
- 16.00 «Гадалка». «Потерянный день». Д/ф. 16+
- 16.30 «Гадалка». «Мелодия судьбы». Д/ф. 16+
- 17.00 «Гадалка». «Кошка моей сестры». Д/ф. 16+
- 17.30 «Слепая». «Больше ни слова». Д/с. 12+
- 18.00 «Слепая». «Ботаник». Д/с. 12+
- 18.30 «Я ОТМЕНЯЮ СМЕРТЬ». Т/с. 12+
- 19.30 «НАПАРНИЦЫ». Т/с. 12+
- 20.15 «НАПАРНИЦЫ». Т/с. 12+
- 21.15 «ПЛЯЖНЫЙ КОП». Т/с. 16+
- 22.05 «ПЛЯЖНЫЙ КОП». Т/с. 16+
- 23.00 «СУДНЫЙ ДЕНЬ». Х/ф. 16+



- 6.00 Новости. Главное.
- 6.45 «Легендарные самолеты. Су-34. Универсальное оружие». Д/ф. 6+
- 7.30 «ОБЪЯВЛЕНЫ В РОЗЫСК». Т/с. 16+
- 9.00 Новости дня.
- 9.15 «ОБЪЯВЛЕНЫ В РОЗЫСК». Т/с. 16+
- 10.00 Военные новости.
- 10.05 «ОБЪЯВЛЕНЫ В РОЗЫСК». Т/с. 16+
- 11.50 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». Х/ф. 16+
- 13.00 Новости дня.
- 13.15 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». Х/ф. 16+
- 14.00 Военные новости.
- 14.05 «ЗВЕЗДОЧЕТ». Т/с. 12+
- 18.00 Новости дня.
- 18.30 «Защищая небо Родины. История отечественной ПВО». Д/с.
- 19.20 «Теория заговора» с Андреем Луговым. Темная сторона медицины. «Как Запад уничтожает лишние рты». 12+
- 20.05 «Специальный репортаж». 12+
- 21.10 «Теория заговора. Битва за космос». «Войны на орбите». 6+
- 21.35 «Специальный репортаж». 12+
- 22.25 «Загадки века» с Сергеем Медведевым. «Братание кровью». Д/с. 12+
- 23.15 «Звезда на «Звезде» с Леонидом Якубовичем. 6+



- 6.00 «Сенсация или провокация?». 16+
 - 7.00 «Хочу увидеть мир». 16+
 - 8.00 «Дорожные войны». 16+
 - 9.30 «АДМИРАЛЬ». Т/с. 16+
 - 14.30 Утилизатор. 12+
 - 15.00 Утилизатор. 12+
 - 15.40 «ПАДЕНИЕ ЧЕРНОГО ЯСТРЕБА». Х/ф. 16+
- 



- 6.30 «Спортивные прорывы». Д/ф. 12+
- 7.00 Новости.
- 7.05 «Зарядка ГТО». 0+
- 7.25 Новости.
- 7.30 Все на Матч!
- 9.25 Новости.
- 9.30 Футбол. Чемпионат Италии. «Рома» - «Интер». 0+
- 11.30 Новости.
- 11.35 Футбол. Чемпионат Англии. Начало. Д/ф. 12+
- 15.30 Новости.
- 15.35 Все на Матч!
- 16.05 «Закулисье КХЛ». 12+
- 16.25 Континентальный вечер. 16.55 Хоккей. КХЛ. «Автомобилист» (Екатеринбург) - «Ак Барс» (Казань).
- 19.25 Хоккей. КХЛ. «Динамо» (Рига) - «Динамо» (Москва).
- 22.00 ЕвроТур. Обзор матчей недели. 12+
- 23.00 Все на Матч!
- 23.45 «Большая вода». Д/ф. 12+
- 1.45 «Человек, которого не было». Д/ф. 16+
- 3.45 «Златан. Начало». Д/ф. 12+
- 5.45 «1+1». Д/ф. 16+



- 23.00 «Дом-2. Остров любви». 16+
- 0.00 «Дом-2. После заката». 16+
- 1.00 «УБИЙСТВО ПЕРВОЙ СТЕПЕНИ». Детектив. 16+
- 1.55 «ЭКСКАЛИБУР». Х/ф. 16+
- 4.40 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». Т/с. 16+
- 6.45 «Женская лига».



- 22.15 «Водить по-русски». 16+
- 23.00 «Новости». 16+
- 23.25 «СФЕРА». Х/ф. 16+
- 2.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
- 3.00 «Тайны Чапман». 16+
- 4.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+



- 21.05 «ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». Х/ф. 16+
 - 23.10 «ДОКТОР ХАУС». Т/с. 16+
 - 0.00 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
 - 0.30 «СВОБОДНАЯ ЖЕНЩИНА». Х/ф. 16+
 - 2.30 Давай разведемся! 16+
 - 3.30 «ИЗМЕНЫ». Т/с. 16+
 - 4.30 «Кризисный менеджер». 16+
 - 5.30 «Джейми: обед за 30 минут». Кулинарное шоу. 16+
- Внимание!**
Для Москвы и Московской области с 1.45 только кабельное вещание.



- 1.00 «Секс-мистика». 18+
- 2.00 «Секс-мистика». 18+
- 3.00 «Секс-мистика». 18+
- 4.00 «Секс-мистика». 18+
- 5.00 «Городские легенды. Кронштадт. Отсюда начинается Земля». 12+



- 1.45 «АРМИЯ ТРЯСОГУЗКИ». Х/ф. 6+
- 3.25 «АРМИЯ ТРЯСОГУЗКИ С НОВА В БЮ». Х/ф. 6+
- 5.10 «Легендарные полководцы. Петр Румянцев». Д/ф. 12+



- 1.50 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». Х/ф. 16+
- 4.20 «100 великих». 16+
- 5.00 «Сенсация или провокация?». 16+



- АНЕКДОТ**
- Мой голос ничего не решает.
 - Вы избиратель?
 - Нет, певец.

В конце передач обозначена возрастная категория для данной программы

- 1**
- 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).
 - 12.20 «Про любовь». 16+
 - 13.20 «Время покажет». 16+
 - 14.00 Новости.
 - 14.15 «Время покажет». 16+
 - 15.00 Новости (с субтитрами).
 - 15.15 «Время покажет». 16+
 - 16.00 «Мужское / Женское». 16+
 - 17.00 «Наедине со всеми». Программа Юлии Миньшовой. 16+
 - 18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
 - 18.45 «Давай поженимся!» 16+
 - 19.50 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. 16+
 - 21.00 «Время». 16+
 - 21.35 «ТОНКИЙ ЛЕД». Т/с. 16+
 - 23.40 «Вечерний Ургант». 16+
 - 0.15 Ночные новости.
 - 0.30 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». Т/с. 16+
 - 2.25 «Время покажет». 16+
 - 3.00 Новости.
 - 3.05 «Время покажет». 16+
 - 4.00 «Мужское / Женское».

- РОССИЯ 1**
- 5.00 Утро России.
 - 9.00 Вести.
 - 9.15 Утро России.
 - 9.55 «О самом главном». Ток-шоу. Как справиться с панической атакой? Клюква - заменяет ли антибиотик? Кошка в доме: лечит или калечит? Алкоголизм: «смертельные» капли. Секрет моей молодости: Марина Куделинская. 12+
 - 11.00 Вести.
 - 11.35 Местное время. Вести-Москва.
 - 12.00 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+
 - 14.00 Вести.
 - 14.35 Местное время. Вести-Москва.
 - 14.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+
 - 17.00 Вести.
 - 17.25 Местное время. Вести-Москва.
 - 17.45 «Прямой эфир». 16+
 - 18.50 «60 минут». Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым. 12+
 - 20.00 Вести.
 - 20.45 Местное время. Вести-Москва.
 - 21.00 «ЧЕЛНОЧНИЦЫ». Т/с. 12+
 - 23.00 «Вечер с Владимиром Соловьевым». 12+
 - 1.05 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+
 - 3.00 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». Т/с. 12+

- ТВЦ**
- 6.00 «Настроение».
 - 8.15 «Доктор И...» 16+
 - 8.45 «ВЫСТРЕЛ В СПИНУ». Х/ф. 12+
 - 10.35 «Татьяна Васильева. У меня ангельский характер». 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 Город новостей.
 - 15.15 Без обмана. «Синьор Помидор». 16+
 - 16.00 «Обложка. Голая правда «Плейбоя» 16+
 - 16.35 Премьера. «Естественный отбор». Ток-шоу. 12+
 - 17.30 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». Т/с. 12+
 - 19.30 События.
 - 20.00 «Право голоса». 16+
 - 21.45 Петровка, 38. 16+
 - 22.00 События.
 - 22.30 «Осторожно, мошенники!» 16+
 - 23.05 «Дикие деньги. Отари Квантришвили». 16+
 - 0.00 События. 25-й час.
 - 0.30 «Право знать!» Ток-шоу. 16+
 - 1.55 «ДРУГОЕ ЛИЦО». Х/ф. 16+
 - 4.05 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». Т/с. 12+

- НТВ**
- 5.00 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». Т/с. 16+
 - 6.00 «Новое утро».
 - 8.30 «Студия Юлии Высоцкой». 0+
 - 9.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+
 - 10.00 Сегодня.
 - 10.20 «ЛЕСНИК». Т/с. 16+
 - 12.00 Суд присяжных. 16+
 - 13.00 Сегодня.
 - 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
 - 14.00 «Место встречи».
 - 16.00 Сегодня.
 - 16.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Т/с. 16+
- 
- 18.00 «Говорим и показываем». Ток-шоу с Леонидом Закошанским. 16+
 - 19.00 Сегодня.
 - 19.45 «ПЕНСИЛЬВАНИЯ». Т/с. 16+
 - 23.30 «Итоги дня».
 - 0.00 «Герои нашего времени». 16+
 - 0.50 «Место встречи». 16+
 - 2.50 Квартирный вопрос. 0+
 - 3.50 Их нравы. 0+
 - 4.00 «ВРАЧЕБНАЯ ТАЙНА». Т/с. 16+

- 5**
- 6.00 «Сейчас».
 - 6.10 Информационно-развлекательный канал Утро на «5». 6+
 - 9.10 «Место происшествия».
 - 10.00 «Сейчас».
 - 10.30, 11.20 «ЛЮТЫЙ». Т/с. 16+
 - 12.00 «Сейчас».
 - 12.30, 12.45, 13.40, 14.30, 15.25 «ЛЮТЫЙ». Т/с. 16+
 - 15.30 «Сейчас».
 - 16.00, 16.45, 17.35 «ЛЮТЫЙ». Т/с. 16+
 - 18.30 «Сейчас».
 - 19.00 «ДЕТЕКТИВЫ. ЧЕРНАЯ КОШКА И БЕЛЫЙ КОТ». Т/с. 16+
 - 19.40 «ДЕТЕКТИВЫ. ПОТЕРЯШКА». Т/с. 16+
 - 20.20 «СЛЕД. НЕЩАДЯ ЖИВОТА». Т/с. 16+
 - 21.10 «СЛЕД. ИСЧЕЗНУВШИЙ СВИДЕТЕЛЬ». Т/с. 16+
 - 22.00 «Сейчас».
 - 22.25 «ТАКАЯ РАБОТА. НЕСЛАДКАЯ ЖИЗНЬ». Х/ф. 16+
 - 23.10 «СЛЕД. СКУПОЙ РЫЦАРЬ». Т/с. 16+
 - 0.00 «БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН». Х/ф. 12+
 - 2.40 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА». Х/ф. 12+
 - 4.30 «ОСА. КУДА УХОДИТ ДЕТСТВО». Т/с. 16+

- СТС**
- 6.00 «Ералаш». 0+
 - 6.45 «Барбоскины». М/с. 0+
 - 7.10 «Приключения Джеки Чана». М/с. 6+
 - 8.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». Т/с. 16+
 - 9.30 «Уральские пельмени». «Любимое» 16+
 - 9.45 «ВОЙНА НЕВЕСТ». Х/ф. 16+
 - 11.30 «МОЛОДЕЖКА». Т/с. 16+
 - 13.30 «КУХНЯ». Т/с. 12+
 - 16.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
 - 20.00 «МАМОЧКИ». Т/с. 16+
 - 21.00 «БЕЗ ЧУВСТВ». Х/ф. 16+
- 
- 22.45 Шоу «Уральских пельменей». 16+
 - 0.15 «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
 - 1.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». Т/с. 16+
 - 2.30 «FUNТАСТИКА». Скetchком. 16+
 - 4.05 «КОСТИ». Т/с. 16+
 - 5.00 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+
 - 5.30 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
 - 5.50 Музыка на СТС. 16+

- РОССИЯ К**
- 6.30 «Евроныюз».
 - 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры.
 - 10.15, 1.55 «Наблюдатель».
 - 11.15, 23.50 «КОЛОМБО». Т/с.
 - 12.55 «Охрид. Мир цвета и иконопочитания». Д/ф.
 - 13.10 «Эрмитаж».
 - 13.35 «ДЕНЬ ЗА ДНЕМ». Т/с.
 - 15.10 «Сати. Нескучная классика...».
 - 15.50 «Ключ к разгадке древних сокровищ». Д/с.
 - 16.45 «Борис Заборов. В поисках утраченного времени». Д/ф.
 - 17.25 «Фидий». Д/ф.
 - 17.35 Госоркестру - 80! Р. Штраус. Симфоническая поэма «Жизнь героя».
 - 18.35 «Тринадцать плюс...». Д/ф.
 - 19.15 «Спокойной ночи, малыши!»
 - 19.45 Главная роль.
 - 20.05 Искусственный отбор.
 - 20.45 «Правила жизни».
 - 21.15 «Мир, затерянный в океане». Д/ф.
 - 22.10 «Кто мы?»
 - 22.45 «Квебек». Д/ф.
 - 23.00 Премьера. «Рэ-тайм, или Разорванное время».
 - 23.45 Худсовет.
 - 1.25 Нино Рота. Сюита из музыки к кинофильму «Дорога».

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

- ТНТ**
- 7.00 «Черепашки-ниндзя». М/с. 12+
 - 7.25 «Я - ЗОМБИ». Т/с. 16+
 - 8.15 «Экстрасенсы ведут расследование». 16+
 - 9.00 «Дом-2. Lite». 16+
 - 10.30 «Дом-2. Остров любви». 16+
 - 11.30 «Битва экстрасенсов». 16+
 - 12.30, 13.30, 14.00 «Comedy Woman». 16+
 - 14.30, 15.00, 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 «ОЛЬГА». Т/с. 16+
 - 21.00 «НАЧАЛО ВРЕМЕН». Х/ф. 16+
 - 23.00 «Дом-2. Город любви». 16+
 - 0.00 «Дом-2. После заката». 16+
 - 1.00 «УБИЙСТВО ПЕРВОЙ СТЕПЕНИ». Детектив. 16+
 - 1.55 «ОСТАНОВКА». Х/ф. 18+
 - 3.35 «НАЧАЛО ВРЕМЕН». Х/ф. 16+
 - 5.35 «Я - ЗОМБИ». Т/с. 16+
 - 6.25 «ЖЕНСКАЯ ЛИГА: ПАРНИ, ДЕНЬГИ И ЛЮБОВЬ». Т/с. 16+

- РЕН**
- 5.00 «Территория заблуждений». 16+
 - 6.00 «Документальный проект». 16+
 - 7.00 «С бодрым утром!». 16+
 - 8.30 «Новости». 16+
 - 9.00 «Военная тайна». 16+
 - 11.00 «Душа в наследство». Д/ф. 16+
 - 12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». 16+
 - 12.30 «Новости». 16+
 - 13.00 Званый ужин. 16+
 - 14.00 «УГНАТЬ ЗА 60 СЕКУНД». Х/ф. 16+
 - 16.30 «Новости». 16+
 - 17.00 «Тайны Чапман». 16+
 - 18.00, 1.30 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
 - 19.30 «Новости». 16+
 - 20.00 «МЕХАНИК». Х/ф. 16+
 - 21.45 «Водить по-русски». 16+
 - 23.00 «Новости». 16+
 - 23.25 «НЕУЯЗВИМЫЙ». Х/ф. 16+
 - 2.30 «Странное дело». 16+
 - 3.30 «Тайны Чапман». 16+
 - 4.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+

- ДОМАШНИЙ**
- 6.30 «Джейми: обед за 30 минут». Кулинарное шоу. 16+
 - 7.30 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
 - 7.45 «По делам несовершеннолетних». 16+
 - 9.45 «Давай разведемся!» 16+
 - 11.45 «ЖЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». Т/с. 16+
 - 12.45 «ИЗМЕНЫ». Т/с. 16+
 - 13.45 «Кризисный менеджер». 16+
 - 14.45 «БЫВШАЯ ЖЕНА». Х/ф. 16+
 - 18.00 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
 - 18.05 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». Т/с. 16+
 - 19.00 «СТАРШАЯ ДОЧЬ». Х/ф. 16+
 - 21.05 «ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». Х/ф. 16+
 - 23.05 «ДОКТОР ХАУС». Х/ф. 16+
 - 0.00 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
 - 0.30 «СВОБОДНАЯ ЖЕНЩИНА». Х/ф. 16+
 - 2.30 «Давай разведемся!» 16+
 - 3.30 «ИЗМЕНЫ». Т/с. 16+
 - 4.30 «Кризисный менеджер». 16+
 - 5.30 «Джейми: обед за 30 минут». 16+

- ТВ 3**
- 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». 12+
 - 12.30 «Тайные знаки». «Гении. Космическая тайна». 12+
 - 13.30 «Охотники за привидениями». «Любовник из прошлого». Д/ф. 16+
 - 14.00 «Охотники за привидениями». «Приворот от жены». Д/ф. 16+
 - 14.30 «Охотники за привидениями». «Любовник с того света». Д/ф. 16+
 - 15.00 «Мистические истории». 16+
 - 17.30, 18.00 «Слепая». Д/с. 12+
 - 18.30 «Я ОТМЕНЯЮ СМЕРТЬ». Т/с. 12+
 - 19.30, 20.15 «НАПАРНИЦЫ». Т/с. 12+
 - 21.15 «ПЛЯЖНЫЙ КОП». Т/с. 16+
 - 22.05 «ПЛЯЖНЫЙ КОП». Т/с. 16+
 - 23.00 «МАЛЧИШКИ В ВЕГАСЕ». Х/ф. 16+
 - 1.00, 2.00, 2.45, 3.45, 4.30 «ПОСЛЕДОВАТЕЛИ». Т/с. 16+
 - 5.30 «Городские легенды». 12+

- ЗВЕЗДА**
- 6.00 «ГОНЧИКИ». Х/ф. 6+
 - 7.45, 9.15, 10.05 «ГОНЧИЕ-3». «БРАТСТВО НАРОДОВ». Т/с. 16+
 - 9.00, 13.00, 18.00, 22.00 «Новости дня».
 - 10.00 Военные новости.
 - 12.00 «Фетисов». Ток-шоу. 12+
 - 13.15 «Крылья для флота». Д/ф. 12+
 - 13.35 «Специальный репортаж». 12+
 - 14.00 Военные новости.
 - 14.05 «ЗВЕЗДОЧЕТ». Т/с. 12+
 - 18.30 «Защищая небо Родины. История отечественной ПВО». Д/с.
 - 19.20 «Легенды армии с Александром Маршалом». Иван Кожедуб. 12+
 - 20.05 «Теория заговора». 12+
 - 20.30 «Особая статья». Ток-шоу. Премьера! 12+
 - 22.25 «Улика из прошлого». «Сталин». 16+
 - 23.15 «Звезда на «Звезде». 6+
 - 0.00 «ЖАВОРОНОК». Х/ф.
 - 1.45 «ПРИ ИСПОЛНЕНИИ СЛУЖЕБНЫХ ОБЯЗАННОСТЕЙ». Х/ф. 12+
 - 3.45 «ПРОРЫВ». Х/ф. 6+

- СТС**
- 6.00 «Сенсация или провокация?». 16+
 - 7.00 «Хочу увидеть мир». 16+
 - 8.00 «Дорожные войны». 16+
 - 9.30 «АДМИРАЛЬ». Т/с. 16+
 - 14.45 Утилизатор. 12+
 - 15.15 Утилизатор. 12+
 - 16.00 «СЕЗОН УБИЙЦ». Х/ф. 16+
 - 17.30 КВН. Высший балл. 16+
 - 19.30 КВН на бис. 16+
 - 20.00 КВН. Высший балл. 16+
 - 21.00 Угадай кино. 12+
 - 21.30 Бегущий косарь. 12+
 - 22.00 «+100500». 16+
 - 23.00 Утилизатор. 12+
 - 23.30 Утилизатор. 12+
 - 0.00 «ЗЛОВЕЩИЕ МЕРТВЕЦЫ». Х/ф. 18+
 - 1.50 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». Х/ф. 16+
 - 4.05 «100 великих». 16+
 - 5.00 «Сенсация или провокация?». 16+

- МАТЧ!**
- 6.30 «Спортивные прорывы». Д/ф. 12+
 - 7.00, 7.25, 9.30, 11.05, 13.10, 15.05 «Новости».
 - 7.05 «Зарядка ГТО». 0+
 - 7.30, 15.15, 0.00 «Все на Матч!»
 - 9.35 «Инспектор ЗОЖ». 12+
 - 10.05 ЕвроТур. Обзор матчей недели. 12+
 - 11.10 Футбол. Чемпионат Англии. 0+
 - 13.15, 4.30 «Александр Карелин. Поединок с самим собой». Д/ф. 12+
 - 14.15 «Рио идет». 16+
 - 14.35 «Высшая лига». 12+
 - 15.55 «Куль тура». 12+
 - 16.25 «Континентальный вечер».
 - 16.55 Хоккей. КХЛ.
 - 19.30 Спортивный интерес.
 - 20.30 Реальный спорт. Смешанные единоборства. 16+
 - 21.00 Смешанные единоборства. Гран-при WFCMA. Финалы.
 - 0.45 «Большая вода». Д/ф. 12+
 - 1.45 «БОББИ ДЖОНС: ГЕНИЙ УДАРА». Х/ф. 16+
 - 5.30 ЕвроТур. Обзор матчей недели. 12+

УТРЕННИЙ РАЗВОРОТ **РАДИО ЭХО МОСКВЫ**

ВСЮ НЕДЕЛЮ В ЭФИРЕ РАДИО ЭХО МОСКВЫ АЛЕКСАНДР ПЛЮЩЕВ ТАТЬЯНА ФЕЛЬГЕНГАУЭР

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

Свободное радио - для свободных людей! **FM91.2**

www.echo.msk.ru Редакция (495) 695-92-29

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).
12.20 «Про любовь». 16+
13.20 «Время покажет». 16+
14.00 Новости.
14.15 «Время покажет». 16+
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15 «Время покажет». 16+
16.00 «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 «ЗАБУДЬ И ВСПОМНИ». Т/с. 16+
23.25 «Вечерний Ургант». 16+
0.00 Ночные новости.
0.15 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». Т/с. 16+
2.15 «Время покажет». 16+
3.00 Новости.
3.05 «Время покажет». 16+
3.45 «Мужское / Женское».



5.00 Утро России.
9.00 Вести.
9.15 Утро России.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу. Почему нельзя терпеть, если хочешь в туалет? Жвачка: средство от стресса или вред желудку? Зуд в ухе? Возможно, грибковый отит! Секрет моей молодости: Роксана Бабаян. 12+
11.00 Вести.
11.35 Местное время. Вести-Москва.
12.00 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+
14.00 Вести.
14.35 Местное время. Вести-Москва.
14.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+
17.00 Вести.
17.25 Местное время. Вести-Москва.
17.45 «Прямой эфир». 16+
18.50 «60 минут». Ток-шоу. 12+
20.00 Вести.
20.45 Местное время. Вести-Москва.
21.00 «ЧЕЛНОЧНИЦЫ». Т/с. 12+
23.00 «Вечер с Владимиром Соловьевым». 12+
23.50 Премьера. «Команда» с Рамзаном Кадыровым. 12+
1.00 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+
2.55 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». Т/с. 12+



6.00 «Настроение».
8.10 «Доктор И...» 16+
8.45 «БЕЗОТЦОВЩИНА». Х/ф. 12+
10.35 «Тамара Семина. Всегда наоборот». Д/ф. 12+
11.30 События.
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Т/с. 12+
13.40 «Мой герой». Ток-шоу с Татьяной Устиновой. 12+
14.30 События.
14.50 Город новостей.
15.15 «Дикие деньги. Отари Квантришвили». 16+
16.00 «Обложка. Скандалы с прослушкой». 16+
16.35 Премьера. «Естественный отбор». Ток-шоу. 12+
17.35 «СЕРЕЖКА КАЗАНОВЫ». Х/ф. 12+
19.30 События.
20.00 «Право голоса». 16+
21.45 Петровка, 38. 16+
22.00 События.
22.30 «Линия защиты. Судьба гуманоида». 16+
23.05 «Хроники московского быта. Одинокая старость звезд». 12+
0.00 События. 25-й час.
0.30 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф. 12+
2.25 «Кто за нами следит?». Д/ф. 12+
4.00 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». Т/с. 12+



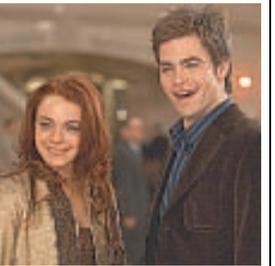
5.00 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». Т/с. 16+
6.00 «Новое утро».
8.30 «Студия Юлии Высоцкой». 0+
9.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+
10.00 Сегодня.
10.20 «ЛЕСНИК». Т/с. 16+

12.00 Суд присяжных. 16+
13.00 Сегодня.
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 «Место встречи». 16+
16.00 Сегодня.
16.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Т/с. 16+
18.00 «Говорим и показываем». Ток-шоу с Леонидом Закошанским. 16+
19.00 Сегодня.
19.45 «ПЕНСИЛЬВАНИЯ». Т/с. 16+
23.30 «Итоги дня».
0.00 Премьера. «Большие родители». Ульянов. 12+
0.45 «Место встречи». 16+
2.45 «Дачный ответ». 0+
3.50 Их нравы. 0+
4.00 «ВРАЧЕБНАЯ ТАЙНА». Т/с. 16+



6.00 «Сейчас».
6.10 Информационно-развлекательный канал «Утро на «5». 6+
9.10 «Место происшествия».
10.00 «Сейчас».
10.40 «МАРШ-БРОСОК». Т/с. 16+
12.00 «Сейчас».
12.40 «МАРШ-БРОСОК». Т/с. 16+
13.35 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». Х/ф. 16+
15.30 «Сейчас».
16.00 «Открытая студия».
17.30 «Актуально».
18.30 «Сейчас».
19.00 «ДЕТЕКТИВЫ. ТАНЦЫ НА ШПИЛЬКАХ». Т/с. 16+
19.40 «ДЕТЕКТИВЫ. БОРЕЦ ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». Т/с. 16+
20.20 «СЛЕД. ФИЗИКИ И ЛИРИКИ». Т/с. 16+
21.10 «СЛЕД. СТАЯ ТОВАРИЩЕЙ». Т/с. 16+
22.00 «Сейчас».
22.25 «ТАКАЯ РАБОТА. СЫН ЗА ОТЦА». Х/ф. 16+
23.15 «СЛЕД. И НАШИМ, И ВАШИМ». Т/с. 16+
0.00 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ». Х/ф. 12+
1.55 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». Х/ф. 16+
3.40 «МАРШ-БРОСОК». Т/с. 16+



6.00 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
6.45 «Барбоскины». М/с. 0+
7.10 «Приключения Джеки Чана». М/с. 6+
8.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». Т/с. 16+
9.30 «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
9.50 «БЕЗ ЧУВСТВ». Х/ф. 16+
11.30 «МОЛОДЕЖКА». Т/с. 16+
13.30 «КУХНЯ». Т/с. 12+
16.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
20.00 «МАМОЧКИ». Т/с. 16+
21.00 «ПОЦЕЛУЙ НА УДАЧУ». Х/ф. 16+

23.00 Шоу «Уральских пельменей». 16+
0.30 «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
1.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». Т/с. 16+
2.30 «FUNТАСТИКА». Скetchком. 16+
4.05 «КОСТИ». Т/с. 16+
5.00 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+
5.30 «Ералаш». 0+
5.50 Музыка на СТС. 16+



6.30 «Евроныос».
10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры.
10.15, 1.55 «Наблюдатель».
11.15, 23.50 «ДНЕВНИК ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ». Х/ф.
12.30 «Луанг-Прабанг». Д/ф.
12.50, 20.45 «Правила жизни».
13.15 «Пешком...».
13.45 «ДЕНЬ ЗА ДНЕМ». Т/с.
14.45 «Древо жизни». Д/ф.
15.10 Искусственный отбор.
15.50 «Мир, затерянный в океане». Д/ф.
16.45 «Лукино Висконти. Философия истории». Д/ф.
17.30 Госоркестру - 80! Солист Денис Кожухин.
18.35 «Антон Макаренко. Воспитание - легкое дело». Д/ф.
19.15 «Спокойной ночи, малыши!».
19.45 Главная роль.
20.05 «Абсолютный слух».
21.15 «Покорение Семи морей». Д/ф.
22.15 Власть факта.
23.00 Премьера. «Рэгтайм, или Разорванное время».
23.45 Худсовет.
1.05 «Тринадцать плюсов...». Д/ф.
1.45 «Pro memoria». «Восток и восток».

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



7.00 «Черепашки-ниндзя». М/с. 12+
7.25 «Я - ЗОМБИ». Т/с. 16+
8.15 «Экстрасенсы ведут расследование». 16+
9.00 «Дом-2. Lite». 16+
10.30 «Дом-2. Остров любви». 16+
11.30 «Битва экстрасенсов». 16+
12.30, 13.30, 14.00 «Comedy Woman». 16+
14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 «ФИЗРУК». Т/с. 16+
20.00, 20.30 «ОЛЬГА». Т/с. 16+
21.00 «СОЛДАТЫ НЕУДАЧИ». Х/ф. 16+
23.05 «Дом-2. Город любви». 16+
0.05 «Дом-2. После заката». 16+
1.05 «УБИЙСТВО ПЕРВОЙ СТЕПЕНИ». Детектив. 16+
2.00 «ОСТАНОВКА-2: НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ НАЗАД». Х/ф. 18+
3.40 «СОЛДАТЫ НЕУДАЧИ». Х/ф. 16+
5.50 «Я - ЗОМБИ». Т/с. 16+
6.40 «Женская лига». 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 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+
11.00 «Охота на экстрасенсов». Д/ф. 16+
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». 16+
12.30 «Новости». 16+
13.00 Званый ужин. 16+
14.00 «НЕУЯЗВИМЫЙ». Х/ф. 16+
16.30 «Новости». 16+
17.00, 3.20 «Тайны Чапман». 16+
18.00, 1.20 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
19.30, 23.00 «Новости». 16+
20.00 «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». Х/ф. 16+
21.50 «Смотреть всем!». 16+
23.25 «ПОСЛЕ ЗАКАТА». Х/ф. 16+
2.20 «Странное дело». 16+
4.20 «Территория заблуждений». 16+



6.30 «Джейми: обед за 30 минут». Кулинарное шоу. 16+
7.30 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
7.45 «По делам несовершеннолетних». 16+
9.45 Давай разведемся! 16+
11.45 «ЖЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». Т/с. 16+
12.45 «ИЗМЕНЫ». Т/с. 16+
13.45 «Кризисный менеджер». 16+
14.45 «БЫВШАЯ ЖЕНА». Х/ф. 16+
18.00 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
18.05 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». Т/с. 16+
19.00 «СТАРШАЯ ДОЧЬ». Х/ф. 16+
21.05 «ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». Х/ф. 16+
23.05 «ДОКТОР ХАУС». Х/ф. 16+
0.00 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
0.30 «СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА». Мюз/ф.
3.05 Давай разведемся! 16+
4.05 «ИЗМЕНЫ». Т/с. 16+
5.05 «Кризисный менеджер». 16+
5.30 «Джейми: обед за 30 минут». 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». «Собака». 12+
12.30 «Тайные знаки». «Отрываясь от Земли». 12+
13.30 «Охотники за привидениями». «Собаке сердце». Д/ф. 16+
14.00 «Охотники за привидениями». «Призрак за окном». Д/ф. 16+
14.30 «Охотники за привидениями». «Заботливый призрак». Д/ф. 16+
15.00 «Мистические истории». 16+
17.30, 18.00 «Слепая». Д/с. 12+
18.30 «Я ОТМЕНЯЮ СМЕРТЬ». Т/с. 12+
19.30, 20.15 «НАПАРНИЦЫ». Т/с. 12+
21.15 «ПЛЯЖНЫЙ КОП». Т/с. 16+
22.05 «ПЛЯЖНЫЙ КОП». Т/с. 16+
23.00 «МАЛЬЧИШНИК 2: ИЗ ВЕГАСА В БАНГКОК». Х/ф. 16+
1.00, 2.00, 2.45, 3.45, 4.30 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА». Т/с. 12+
5.30 «Городские легенды». 12+



6.00 «СЕМЬДЕСЯТ ДВА ГРАДУСА НИЖЕ НУЛЯ». Х/ф. 6+
7.45, 9.15, 10.05 «ГОНЧИЕ-3». «БОЛЬШИЕ СТАВКИ». Т/с. 16+
9.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости дня.
10.00 Военные новости.
12.00 «Особая статья». Ток-шоу. 12+
13.25 «Война машин. С-65. Боевой «Сталинец». Д/ф. 12+
14.00 Военные новости.
14.05 «ЗВЕЗДОЧЕТ». Т/с. 12+
18.30 «Защищая небо Родины». Д/с. Сергей Королев. 12+
20.05 «Специальный репортаж». 12+
20.30 «Процесс». Премьера! 12+
22.25 «Секретная папка». «Владимир Комаров. Неизвестные кадры хроники». Д/с. 12+
23.15 «Звезда на «Звезде» с Леонидом Якубовичем. 6+
0.00 «ДЕНЬ СВАДЬБЫ ПРИДЕТСЯ УТОЧНИТЬ». Х/ф. 12+
1.55 «ГОВОРИТ МОСКВА». Х/ф. 16+
3.50 «ПОСЛЕДНИЙ ДЮИМ». Х/ф.



6.00 «Сенсация или провокация?». 16+
7.00 «Хочу увидеть мир». 16+
8.00 «Дорожные войны». 16+
10.05 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Т/с. 0+
14.30 Утилизатор. 12+
15.30 Утилизатор. 12+
16.00 «СЛОМАННАЯ СТРЕЛА». Т/с. 16+
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 Угадай кино. 12+
21.30 Бегущий козась. 12+
22.00 «+100500». 16+
23.00 Утилизатор. 12+
23.30 Утилизатор. 12+
0.00 «МУХА». Х/ф. 16+
2.05 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». Х/ф. 16+
5.30 «100 великих». 16+



6.30 «Спортивные прорывы». Д/ф. 12+
7.00, 7.25, 9.30, 11.35, 15.00, 16.15, 21.50 Новости.
7.05 «Зарядка ГТО». 0+
7.30, 15.05, 19.30, 23.00 Все на Матч!
9.35 «Спорт за гранью». 12+
10.05 «Сердца чемпионов». Д/ф. 16+
10.35 Спортивный интерес. 16+
11.40 «Справила боя». 16+
12.00 Смешанные единоборства. UFC. 16+
14.00 «Култ тура». 16+
14.30 «Высшая лига». Д/ф. 12+
15.45 «Спорт за гранью». 12+
16.25 Континентальный вечер. 16+
16.55 Хоккей. КХЛ.
19.55 Баскетбол. ВТБ. «Зенит» (Россия) - «Калев» (Эстония).
22.00 «Эра Буре». Д/ф. 12+
23.45 «Большая вода». Д/ф. 12+
0.45 «Сердца чемпионов». Д/ф. 16+
1.15 «ТУР ДЕ ШАНС». Х/ф. 12+
3.00 «Дух марафона 2». Д/ф. 16+
5.30 «Рожденные побеждать». Д/ф. 12+

БРОДВЕЙ В МОСКВЕ! С 1 ОКТЯБРЯ В ТЕАТРЕ "РОССИЯ"!

MUSICAL-CINDERELLA.RU (495) 739 3737

ЗОЛУШКА ЛЮБОВЬ С ПЕРВОГО ВЗГЛЯДА! RODGERS + HAMMERSTEIN'S МЮЗИКЛ

Реклама: Romantika РАДИО 98.8 FM 0+ parter.ru

В конце передач обозначена возрастная категория для данной программы

1

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).

12.20 «Про любовь». 16+

13.20 «Время покажет». 16+

14.00 Новости.

14.15 «Время покажет». 16+

15.00 Новости (с субтитрами).

15.15 «Время покажет». 16+

16.00 «Мужское / Женское». 16+

17.00 «Наедине со всеми». Программа Юлии Миньшовой. 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 «ЗАБУДЬ И ВСПОМНИ». Т/с. 16+

23.25 «Вечерний Ургант». 16+

0.00 Ночные новости.

0.15 «На ночь глядя». 16+

1.10, 3.05 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». Т/с. 16+

3.00 Новости.

3.15 «Время покажет». 16+

РОССИЯ 1

5.00 Утро России.

9.00 Вести.

9.15 Утро России.

9.55 «О самом главном». Ток-шоу. *Скандал: избивание врача и сколько ждать «скорую помощь»? Семечки - от чего возможен летальный исход? Болезнь усталой крови - как поднять гемоглобин? Секрет моей молодости: Вика Цыганова.* 12+

11.00 Вести.

11.35 Местное время. Вести-Москва.

12.00 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+

14.00 Вести.

14.35 Местное время. Вести-Москва.

14.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+

17.00 Вести.

17.25 Местное время. Вести-Москва.

17.45 «Прямой эфир». 16+

18.50 «60 минут». Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым. 12+

20.00 Вести.

20.45 Местное время. Вести-Москва.

21.00 «ЧЕЛНОЧНИЦЫ». Т/с. 12+

23.00 «Поединок». Программа Владимира Соловьева. 12+

1.00 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+

3.00 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». Т/с. 12+

ТВЦ

6.00 «Настроение».

8.15 «Доктор И...». 16+

8.45 «БЕССОННАЯ НОЧЬ». Х/ф. 12+

10.35 «Игорь Тальков. Я точно знаю, что вернусь». 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 Город новостей.

15.15 «Хроники московского быта. Одинокая старость звезд». 12+

16.00 «Обложка. В тени принцессы Дианы». 16+

16.35 Премьера. «Естественный отбор». Ток-шоу. 12+

17.35 «СЕРЕЖКА КАЗАНОВЫ». Х/ф. 12+

19.30 События.

20.00 «Право голоса». 16+

21.45 Петровка, 38. 16+

22.00 События.

22.30 «10 самых... Забытые звезды 90-х». 16+

23.05 «С понтом по жизни». Д/ф. 12+

0.00 События. 25-й час.

0.30 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф. 12+

2.25 «Мужчина и женщина. Почувствуйте разницу». Д/ф. 16+

4.00 «ИНСПЕКТОР ЛЬЮИС». Х/ф. 12+

РТБ

5.00 «ДОРОЖНЫЙ ПАРУЛЬ». Т/с. 16+

6.00 «Новое утро».

8.30 «Студия Юлии Высоцкой». 0+

9.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+



10.00 Сегодня.

10.20 «ЛЕСНИК». Т/с. 16+

12.00 Суд присяжных. 16+

13.00 Сегодня.

13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.

14.00 «Место встречи».

16.00 Сегодня.

16.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Т/с. 16+

18.00 «Говорим и показываем». Ток-шоу с Леонидом Закашанским. 16+

19.00 Сегодня.

19.45 «ПЕНСИЛЬВАНИЯ». Т/с. 16+

23.30 «Итоги дня».

0.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». Т/с. 16+

1.00 «Место встречи». 16+

3.00 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». Т/с. 18+

4.00 «ВРАЧЕБНАЯ ТАЙНА». Т/с. 16+

5

6.00 «Сейчас».

6.10 Информационно-развлекательный канал Утро на «5». 6+

9.10 «Место происшествия».

10.00 «Сейчас».

10.40 «ЗЕЛЕННЫЕ ЦЕПОЧКИ». Х/ф. 12+

12.00 «Сейчас».

12.40 «ЗЕЛЕННЫЕ ЦЕПОЧКИ». Х/ф. 12+

13.25 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЦУКИ»». Т/с. 12+

15.30 «Сейчас».

16.00 «Открытая студия».

17.30 «Актуально».

18.30 «Сейчас».

19.00 «ДЕТЕКТИВЫ. ВЕЛИКИЙ КОМБИНАТОР». Т/с. 16+

19.40 «ДЕТЕКТИВЫ. ОВОЩ». Т/с. 16+

20.20 «СЛЕД. ИГРА НА ОПЕРЕЖЕНИЕ». Т/с. 16+

21.10 «СЛЕД. ВЫГОДНАЯ ПАРТИЯ». Т/с. 16+

22.00 «Сейчас».

22.25 «ТАКАЯ РАБОТА. РАЗЛУЧНИЦА». Т/с. 16+

23.15 «СЛЕД. МОКОШЬ». Т/с. 16+

0.00 «РЕАЛЬНЫЙ ПАПА». Х/ф. 12+

1.55 «ЗЕЛЕННЫЕ ЦЕПОЧКИ». Х/ф. 12+

3.50 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЦУКИ»». Т/с. 12+

СТС

6.00 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+

6.45 «Барбоскины». М/с. 0+

7.10 «Приключения Джеки Чана». М/с. 6+

8.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». Т/с. 16+

9.30 «ПОЦЕЛУЙ НА УДАЧУ». Т/с. 16+

11.30 «МОЛОДЕЖКА». Т/с. 16+

13.30 «КУХНЯ». Т/с. 12+

16.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+

20.00 «МАМОЧКИ». Т/с. 16+

21.00 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ». Х/ф. 16+



23.10 Шоу «Уральских пельменей». 16+

0.30 «Уральские пельмени». «Любимое». 16+

1.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». Т/с. 16+

2.30 «FUNТАСТИКА». Скетчком. 16+

4.00 «КОСТИ». Т/с. 16+

4.55 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+

5.20 «Ералаш». 0+

5.50 Музыка на СТС. 16+

РОССИЯ К

6.30 «Евроныюз».

10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры.

10.15, 1.55 «Наблюдатель».

11.15, 23.50 «КОЛОМБО». Т/с.

12.30 «Цехе Цольфеграйн. Искусство и уголь». Д/ф.

12.50, 20.45 «Правила жизни».

13.15 «Россия, любовь моя!».

13.45 «ДЕНЬ ЗА ДНЕМ». Т/с.

15.10 «Абсолютный слух».

15.50, 21.15 «Покорение Семи морей». Д/ф.

16.45 «Алексей Ляпунов. Лицо дворянского происхождения». Д/ф.

17.30 Горскестру - 80! Дирижер Владимир Юровский. Д. Шостакович. «Гамлет».

18.35 «Николай Парфенов. Его знали только в лицо...». Д/ф.

19.15 «Спокойной ночи, малыши!».

19.45 Главная роль.

20.05 Черные дыры. Белые пятна.

22.10 «Культурная революция».

23.00 Премьера. Программа Юрия Ростова «Рэгайтм, или Разорванное время».

23.45 Худсовет.

1.00 «Звездный мечтатель. П. Клушанцев». Д/ф.

АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ **РЕКЛАМА**

ВЫ ПОДПИСЫВАЕТЕСЬ. «АиФ» подписывается под каждым словом!

Ждём Вас во всех почтовых отделениях России!

ТНТ

7.00 «Черепашки-ниндзя». М/с. 12+

7.25, 5.50 «Я - ЗОМБИ». Т/с. 16+

8.15 «Экстрасенсы ведут расследование». 16+

9.00 «Дом-2. Lite». 16+

10.30 «Дом-2. Остров любви». 16+

11.30 «Битва экстрасенсов». 16+

12.30, 13.30, 14.00 «Comedy Woman». 16+

14.30 «ОСТРОВ». «ШТОРМ». Т/с. 16+

15.00 «ОСТРОВ». «КАСТИНГ». Т/с. 16+

15.30 «ОСТРОВ». «ПЛОТ». Т/с. 16+

16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00 «ОСТРОВ». Т/с. 16+

18.30 «ОСТРОВ». «БРАСЛЕТ». Т/с. 16+

19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, «ОЛЫГА». Т/с. 16+

21.30, 4.10 «ВСЕ МОГУ». Х/ф. 16+

23.00 «Дом-2. Город любви». 16+

0.00 «Дом-2. После заката». 16+

1.00 «УБИЙСТВО ПЕРВОЙ СТЕПЕНИ». Детектив. 16+

1.55 «ЗАКЛЯТИЕ». Х/ф. 16+

5.45 «ТНТ-Club». Коммерческая программа 16+

РЕН

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 «Документальный проект». 16+

12.00 «Информационная программа 112». 16+

12.30 «Новости». 16+

13.00 Звонный ужин. 16+

14.00 «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». Х/ф. 16+

16.00, 19.00 «Информационная программа 112». 16+

16.30, 19.30, 23.00 «Новости». 16+

17.00 «Тайны Чапман». 16+

18.00, 1.20 «Самые шокирующие гипотезы». 16+

20.00 «ТАКСИ-4». Х/ф. 16+

21.40 «Смотреть всем!». 16+

23.25 «СКВОЗНЫЕ РАНЕНИЯ». Х/ф. 16+

2.20 «Минтранс». 16+

3.00 «Ремонт по-честному». 16+

3.50 «Тайны Чапман». 16+

ДОМАШНИЙ

6.30 «Джейми: обед за 30 минут». Кулинарное шоу. 16+

7.30 «Документальный проект». 16+

7.45 «По делам несовершеннолетних». 16+

9.45 Давай разведемся! 16+

11.45 «ЖЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». Т/с. 16+

12.45 «ИЗМЕНЫ». Т/с. 16+

13.45 «Кризисный менеджер». 16+

14.45 «БЫВШАЯ ЖЕНА». Х/ф. 16+

18.00 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+

18.05 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». Т/с. 16+

19.00 «СТАРШАЯ ДОЧЬ». Х/ф. 16+

21.05 «ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». Т/с. 16+

23.10 «ДОКТОР ХАУС». Х/ф. 16+

0.00 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+

0.30 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». Х/ф. 16+

2.25 Давай разведемся! 16+

3.25 «ИЗМЕНЫ». Т/с. 16+

4.25 «Кризисный менеджер». 16+

5.25 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+

5.30 «Джейми: обед за 30 минут». 16+

ТВ 3

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. 12+

11.30 «Не ври мне». 12+

12.30 «Тайные знаки». «Миллион лет до нашей эры». 12+

13.30 «Охотники за привидениями». «Чужая цепочка». Д/ф. 16+

14.00 «Охотники за привидениями». «Чужие деньги». Д/ф. 16+

14.30 «Охотники за привидениями». «Домовой». Д/ф. 16+

15.00 «Мистические истории». 16+

17.30, 18.00 «Слепая». Д/с. 12+

18.30 «Я ОТМЕНЮ СМЕРТЬ». Т/с. 12+

19.30 «НАПАРНИЦЫ». Т/с. 12+

20.15, 21.15, 22.05 «ПЛЯЖНЫЙ КОП». Т/с. 16+

23.00 «МАЛЬЧИШНИК: ЧАСТЬ 3». Х/ф. 16+

1.00, 2.00, 2.45, 3.45, 4.30 «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ». Т/с. 16+

5.30 «Городские легенды». 12+

ЗВЕЗДА

6.00 «В ЧЕРНЫХ ПЕСКАХ». Х/ф. 12+

7.45, 9.15, 10.05 «ГОНЧИМ-3». «ПОЛЕТ БУМРАНГА». Т/с. 16+

9.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости дня.

10.00 Военные новости.

12.00 «Специальный репортаж». 12+

12.25 «Теория заговора». 12+

13.30 «КОМАНДА В». Х/ф. 16+

14.00 Военные новости.

14.05 «КОМАНДА В». Х/ф. 16+

18.30 «Защитая небо Родины. История отечественной ПВО». Д/с.

19.20 «Легенды кино». Зинoviev Гердт. 6+

20.05 «Теория заговора». 12+

20.30 «Прогнозы». Ток-шоу. Премьера! 12+

22.25 «Поступок». Д/с. 12+

23.15 «Звезда на «Звезде» с Леонидом Якубовичем. 6+

0.00 «МИХАИЛО ЛОМОНОСОВ». Х/ф.

2.05 «КОМАНДИРОВКА». Х/ф.

3.55 «ДЕВИЧЬЯ ВЕСНА». Х/ф.

СТС

6.00 «Сенсация или провокация?». 16+

7.00 «Хочу увидеть мир». 16+

8.00 «Дорожные войны». 16+

10.15 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Т/с. 0+

14.30 Утилизатор. 12+

15.30 Утилизатор. 12+

16.00 «РЫЦАРИ НЕБА». Т/с. 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 Угадай кино. 12+

21.30 Бегущий косарь. 12+

22.00 «+100500». 16+

22.30 «+100500». Новый выпуск. 16+

23.00 Утилизатор. 12+

23.30 Утилизатор. 12+

0.10 «СЕРДЦЕ АНГЕЛА». Х/ф. 18+

2.25 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». Х/ф. 16+

МАТЧ!

6.30 «Спортивные прорывы». Д/ф. 12+

7.00, 7.25, 9.30, 10.40, 14.55, 17.00, 18.00 Новости.

7.05 «Зарядка ГТО». 0+

7.30, 15.00, 18.05, 23.40 Все на Матч!

9.35, 2.00 «Мохаммед и Ларри. История одного боя». Д/ф. 16+

10.45 «Непобежденный. Хабиб Нурмагомедов». Д/ф. 16+

11.15, 12.50, 17.25 Смешанные единоборства.

12.30 «Правила боя». 16+

15.30 «Спорт за гранью». 12+

16.00 «Точка». 16+

16.30 «Звезды футбола». Д/ф. 12+

17.05 «Анастасия Янькова». Д/ф. 12+

18.30 «Десятка!». 16+

18.50 Континентальный вечер. 19.20 Хоккей. КХЛ.

22.00, 3.40 Футбол. Чемпионат мира-2018. Отборочный турнир.

0.30 «Большая вода». Д/ф. 12+

1.30 Обзор отборочных матчей чемпионата мира по футболу 2018. 12+

3.05 «Звезды футбола». Д/ф. 12+

ПЕРЕСЕЛЯЕМ В ПАНСИОНАТ

ПОЙ, МОСКВА-СТАНИЦА!

КАЗАЧЕСТВО И ЕГО ТРАДИЦИИ - ИМЕННО ЭТОМУ ПОСВЯЩЕН VI МЕЖДУНАРОДНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ «КАЗАЧЬЯ СТАНИЦА МОСКВА», КОТОРЫЙ ПРОЙДЕТ 1 ОКТЯБРЯ В МУЗЕЕ-ЗАПОВЕДНИКЕ «ЦАРИЦЫНО».

атмосферу казачьей станицы. Всех, кто придет в эту субботу в музей-заповедник, казаки и казачки встретят песнями да плясками. Ну а главным музыкальным гостем станет Русский народный хор имени М. Е. Пятницкого. Зрителей ждут конные выступления, показательные бои по владению оружием, спортивные состязания и яства традиционной кухни - иными словами, будут и хлеб, и зрелища.

Фестиваль проводит Департамент национальной политики, межрегиональных связей и туризма Москвы вместе с Советом при Президенте РФ по делам казачества и войсковым казачьим обществом «Центральное казачье войско». Больше 30 регионов страны покажут в «Царицыно» «своих» казаков, «свою» культуру, «свои» песни. Фестиваль погрузит гостей в

онным ремёслам. Маленьких посетителей ждут казачьи игры. Казаки и «сочувствующие москвичи» смогут проверить, кто сильнее в перетягивании каната, стрельбе из лука и других традиционных видах спорта.

Фестиваль «Казачья станица Москва» в «Царицыно» обещает стать одним из самых ярких событий московской осени. Все тематические площадки не могут не увеличить армию поклонников самобытных традиций казачества, помогут лучше понять их культуру и нравственные ценности, истоки их патриотизма.

Иван АЛЕКСЕЕВ

Поможем в переезде в пансионат для пожилых людей на постоянное проживание!

✓ Полное обеспечение;
✓ Внимание персонала;
✓ Постоянное общение;
✓ Забота 24 часа

(495) 120-10-03

ООО «Полное доверие» ОГРН 1157746545483

Не откладывайте на завтра, живите сейчас!



Здоровая Москва

МОСКВИЧИ СТАЛИ УДЕЛЯТЬ СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ И ПРОФИЛАКТИКЕ БОЛЕЗНЕЙ БОЛЬШЕ ВНИМАНИЯ

Как жить долго и счастливо

ЕЛЕНА ВОРОНОВА

29 и 30 сентября в столице пройдёт акция «Узнай уровень своего артериального давления», посвящённая Всемирному дню сердца.



Чтобы не попасть в клиники в экстренном порядке, надо следить за своим здоровьем.

Фото пресс-службы Департамента здравоохранения г. Москвы

Исмаилом Османовым. Они расскажут о профилактике и лечении сердечно-сосудистых заболеваний у детей. Записать-

москвичей. Кстати, те, кто хоть раз принял участие в подобном проекте, начинают относиться к своему здоровью гораздо внимательнее. Последнее масштабное мероприятие «Люди могут жить долго. Как убедить их?» проходило в столице с 23 июля по 10 сентября в 11 московских парках - «Кузьминки», Парк Победы, 850-летия Москвы, «Печатники», «Сокольники», «Коломенское», «Северное Тушино», «Лианозовский», «Измайловский», «Фили», «Перовский». В нём, длившемся несколько недель, приняли участие около 10 тыс. горожан. Более 7 тыс. человек прошли анкетирование, а у 38% участников было обнаружено повышенное артериальное давление. Нередко люди даже не догадываются об этом, а значит, не следят за своим давлением. Результат может быть печальным - инфаркт или инсульт.

Прямо под открытым небом проводились лекции, всем желающим измеряли давление. Специалисты центров здоровья, окружные терапевты, врачи районных поликлиник отвечали на любые интересующие горожан вопросы. Более 3 тыс. человек получили подробные консультации о своём здоровье. Главный терапевт Москвы Георгий Арутюнов и заместитель главного кардиолога Анастасия Лебедева рассказали москвичам о профилактике гипертонии и о том, как нужно следить за собс-

Проверь своё сердце

В ЭТИ дни в столичных кинотеатрах и торговых центрах, в учреждениях и парках, на многих предприятиях специалисты Центров здоровья измерят давление всем желающим, ответят на интересующие горожан вопросы, расскажут об опасности повышения артериального давления, о возможности ранней

30 сентября, с 9.00 до 16.00 пациенты, имеющие направление из городских поликлиник, смогут пройти углублённое обследование и получить консультацию врачей-кардиологов. Для этого им необходимо иметь направление из поликлиники по форме 057/у, паспорт и полис ОМС (телефон для справок 8 (915) 298-34-48).

Необходимо следить за своим здоровьем, чтобы потом не было мучительно больно, а главное - досадно. Ведь большинство заболеваний можно заранее предупредить, если выполнять некоторые простые правила.

диагностики сердечно-сосудистых заболеваний и методов их профилактики. А в отделениях и кабинетах медицинской профилактики городских поликлиник в эти дни будут работать школы по профилактике артериальной гипертонии.

В Центре атеротромбоза московской клинической больницы им. И. В. Давыдовского (ул. Яузская, д. 11, к. 4, эт. 5) в четверг, 29 сентября, и в пятницу,

Маленьким пациентам

В акции, посвящённой Всемирному дню сердца, примут участие и юные москвичи, имеющие заболевания сердечно-сосудистой системы. В четверг, 29 сентября, в детской городской клинической больнице им. З. А. Башляевой (ул. Героев-Панфиловцев, д. 28) с 10.00 до 14.00 заведующая отделением

кардиологии Инна Трунина проведёт бесплатный консультативный приём маленьких пациентов. Никаких специальных направлений на консультацию не требуется. Доктор познакомит слушателей с новыми достижениями медицины в диагностике и лечении детской гипертонии, мерах профилактики и методах контроля за состоянием ребёнка в домашних условиях. Родители узнают, как укрепить здоровье своих детей, и смогут задать любые вопросы.

В пятницу, 30 сентября, в 15.00 в той же больнице для мам и пап маленьких пациентов пройдёт встреча с главными внештатными детскими специалистами - кардиологом Департамента здравоохранения Марией Школьниковой и главврачом клиники им. З. А. Башляевой

ся на мероприятия и узнать дополнительную информацию можно по телефону дежурного администратора 8 (903) 720-47-51 или по электронной почте shkoltdgb@yandex.ru

Консультации под открытым небом

Подобные акции пользуются большой популярностью у

твенным здоровьем, чтобы потом не было мучительно больно, а главное - досадно. Ведь большинство болезней можно предупредить и вовсе не «знакомиться» с ними, если выполнять некоторые несложные правила.

Теперь дело за малым - прожить долгую и счастливую жизнь. Будьте здоровы, дорогие москвичи!

В МОСКВЕ СОЗДАЁТСЯ СИСТЕМА ОПЕРАТИВНОЙ ПОМОЩИ

Как лечить по-новому

Есть такая печальная статистика: каждые 40 секунд у кого-то в России случается инсульт, а каждые 3 минуты - инфаркт. Ещё десять лет назад эти страшные диагнозы были для человека почти однозначным приговором. Инсульт в 80% случаев означал смерть или тяжёлый паралич. Сегодня всё по-другому.

МАРИЯ ДМИТРИЕВА

Для максимально быстрой и эффективной помощи пациентам с сердечно-сосудистыми заболеваниями в Москве создаётся так называемая «инсультная сеть». Это система медицинских клиник, оснащённых современнейшими томографами и прочим необходимым оборудованием для диагностики и лечения инсультов по мировым стандартам, которые используются в США, Германии и других развитых странах.

Чьи успехи?



Леонид ПЕЧАТНИКОВ, заместитель мэра

«Для нас проблема инсульта на протяжении многих лет оставалась почти нерешённой, - признался Леонид ПЕЧАТНИКОВ, заместитель мэра

Москвы по вопросам социального развития. - Те достижения, которыми мы пытаемся гордиться, связаны с успехами скорее реанимационной службы, с тем, что нам удаётся иногда спасти больных и проводить реабилитацию. Но в этом случае мы имеем дело уже с произошедшим некрозом мозга. Наша задача - не допустить самого инсульта, поэтому особый упор необходимо сделать на создании «инсультной сети», сосредоточиться на профилактике инсульта».

Прежде всего эту задачу будут решать сосудистые центры, созданные в столице в рамках «инфарктной сети». «Сегодня у нас работают 28 сосудистых центров, половина из которых осуществляет полный цикл медицинской помощи, в том числе больным с инсультом, начиная с тромбозиса и заканчивая нейрохирургией геморрагического инсульта (разрыв сосуда в головном мозге. - Ред.)», - отметил Алексей



По данным ВОЗ, ежегодно инсульт переносят около 15 миллионов человек.

ХРИПУН, руководитель Департамента здравоохранения Москвы.

Быстро и удобно

В инсультную сеть планируется включить не только стационары, но и поликлиники, где будут работать кабинеты вторичной профилактики инфарктов и инсультов. В тестовом режиме некоторые из них уже принимают пациентов. «К февралю 2017 г. такой кабинет будет работать в центральной поликлинике каждого округа столицы, - уверена Елена ВАСИЛЬЕВА, главный кардиолог Департамента здравоохранения Москвы. - Приём будут вести врачи-кардиологи. Кабинеты оснастят современным оборудованием для диагностики. В них пациенты смогут прой-

ти специальные нагрузочные тесты (то, как человек выдерживает физическую нагрузку на велосипеде или беговой дорожке, позволяет врачу судить о наличии заболеваний сердца и сосудов. - Ред.), ультразвуковое исследование, определить

надо сказать, что такой риск довольно велик и составляет, как правило, 30%. Чтобы попасть на приём к врачу в кабинет профилактики, нужно получить направление у терапевта или невролога в своей районной поликлинике.

Мы научились спасать больных с инсультами и проводить реабилитацию. Теперь наша задача - не допустить само заболевание.

параметры свёртываемости крови и т. д. Что важно: ждать результатов анализов долго не придётся. Планируется, что с момента забора крови до получения результатов должно пройти не более 30-40 минут. В кабинетах также будут принимать пациентов с опасностью повторного инсульта». А

А сосудистые центры - это уже второй, более высокий уровень помощи. В эти больницы будут максимально оперативно отвозить пациентов, пострадавших от инсульта, и проводить операции по удалению тромба из сосуда, закупорка которого и стала причиной сосудистой катастрофы.



Спасение при инсульте возможно, если попали в больницу в первые 3 часа.

Важно знать каждому

Не пропустить беду

ЮЛИЯ БОРТА

Чтобы пациент, у которого случился инсульт, выжил, у врачей есть всего 4,5 часа («терапевтическое окно») с момента появления первых симптомов. Поэтому знать их важно каждому.

Три главных признака инсульта:

■ Внезапная слабость или онемение в руке и (или) ноге. Вы просите человека поднять руку

и удержать её некоторое время, а он не может.

■ Асимметрия лица, опущение уголка рта. Вы просите человека улыбнуться, а у него не получается.

■ Нарушения речи и глотания. Вы просите человека поговорить с вами, но он не в состоянии правильно произнести слова, говорит очень невнятно, как будто каша во рту.

Все эти симптомы возникают внезапно и могут дополняться сильным головокружением «в одну сторону», выпадением полей зрения, спутанностью сознания, нарушением координации движений при ходьбе.

В этом случае нужно немедленно вызывать «скорую». По

нормативам в течение 40 минут от поступления в клинику проводится компьютерная томография, в течение 20 минут - лабораторные анализы. И, если инсульт подтвердился, определён его вид, сразу начинается лечение.

Кто больше рискует получить инсульт?

В принципе этот печальный шанс есть у каждого человека старше 50 лет. Но особенно часто инсульт выбирает тех, у кого есть:

- повышенное артериальное давление (более 140/90 мм рт. ст.);
- нарушения сердечного ритма;
- атеросклероз сосудов;

- сахарный диабет;
- избыточный вес;
- низкая физическая активность;
- хронический стресс;
- вредные привычки типа курения и злоупотребления алкоголем.

Какие обследования необходимо пройти, чтобы выявить факторы риска инсульта?

- Определение артериального давления;
- исследование состояния сердца (ЭКГ, при необходимости эхокардиография);
- ультразвуковое исследование сосудов, питающих мозг;
- исследование крови - свёртывающей системы, липидного спектра и др.

Если нарушения будут выявлены, врач порекомендует лекарства. Как правило, это статины, понижающие уровень холестерина, а также препараты, уменьшающие вероятность образования сгустков крови (тромбов), типа аспирина. Нужно также посоветоваться со своим врачом, как лучше скорректировать диету (слишком жирная и солёная пища способствует повышению давления и, как следствие, увеличивает риск инсульта), какими физическими упражнениями заняться.

Индивидуально подобранная профилактика позволяет многие годы поддерживать сердце и сосуды в порядке и предотвращать сосудистые катастрофы.

ПРИ ИНСУЛЬТЕ И ПРОФИЛАКТИКИ ОПАСНОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ

проще не допустить

Как защититься от инсульта

ЮЛИЯ БОРТА

ВРАЧИ отмечают: осенью заболеваемость инсультами растёт. Как не допустить катастрофу? Тем более что в последнее время это заболевание, по словам медиков, сильно помолодело. Помимо создания «инсультной сети» отдельная программа разработана Департаментом здравоохранения Москвы для профилактики инсульта у молодых людей.

Почему она необходима и что каждый может сделать, чтобы предупредить инсульт, объяснил **Николай ШАМАЛОВ**, главный невролог Департамента здравоохранения Москвы, ответственный секретарь Национальной ассоциации по борьбе с инсультом.

Николай ШАМАЛОВ, главный невролог Департамента здравоохранения Москвы, ответственный секретарь Национальной ассоциации по борьбе с инсультом.

Физкультура и диета

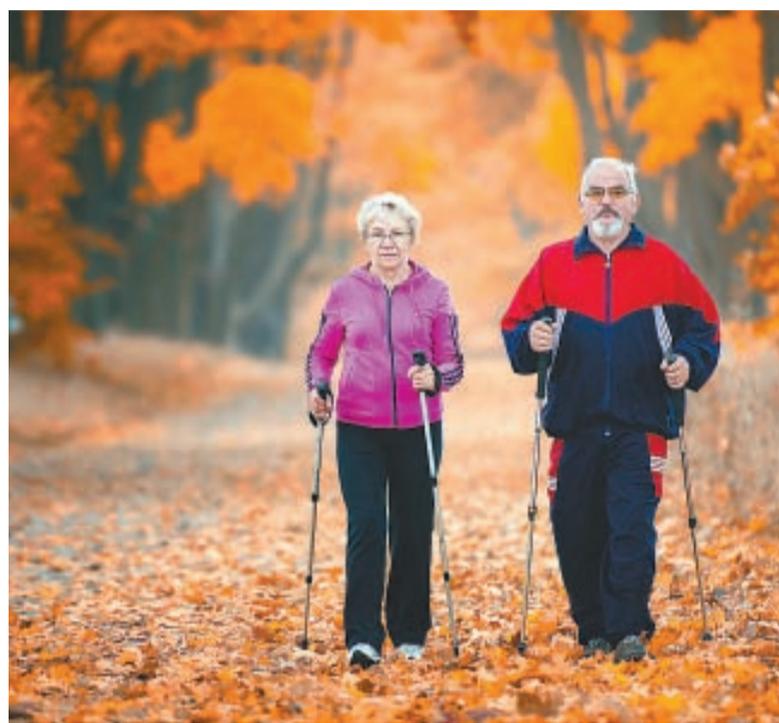
- Николай Анатольевич, почему понадобилась отдельная программа профилактики инсульта у молодых? Вроде бы всегда считалось, что это болезнь пожилых.

- Инсульт является чрезвычайно значимой медицинской и социальной проблемой. Число заболевших в целом по стране довольно большое. Лечение сложное и дорогостоящее, поэтому профилактике отводится одна из ведущих ролей. Действительно, наибольшее число заболевших - это люди старше 65-70 лет. К сожалению, нужно отметить, что сейчас и среди молодых людей до 45 лет инсульт стано-

вится не редкостью. Инсульт бывает даже у детей. Это связано с тем, что улучшается диагностика (раньше это заболевание могло проходить под маской других диагнозов). Плюс увеличилась частота различных врождённых патологий сердечно-сосудистой системы, в частности нарушения свёртываемости крови. Среди лиц 18-45 лет в первую очередь к инсультам приводят сосудистые аномалии, аневризмы, различные заболевания сердца, последствия перенесённых операций, особенно когда пациент не придерживается рекомендаций врачей. Мигрень, курение, приём гормональных оральных контрацептивов тоже являются факторами риска. А если они сочетаются, то риск заболеть увеличивается.

- Что ещё мы делаем неправильно и тем самым приближаем болезнь?

- Огромное значение имеют такие факторы риска, как повышенное артериальное давление, атеросклероз сосудов (холестериновые бляшки), которые питают головной мозг, высокий уровень сахара и холестерина в крови. К последнему predisполагают ожирение, низкая



Сегодня инсульт - вовсе не фатальное заболевание.

диета с низким содержанием животных жиров, сахара и соли, увеличение в рационе продуктов, содержащих клетчатку (овощи и фрукты). Очень полез-

Среди людей 18-45 лет к инсультам приводят в первую очередь заболевания сердца и сосудов. Факторами риска являются также мигрень, курение, приём оральных контрацептивов.

физическая активность. По данным многочисленных исследований, постоянная аэробная нагрузка необходима не менее 3-4 раз в неделю. Это бег, плавание, ходьба на лыжах. Плюс к этому

но - и это отмечено во многих зарубежных и российских рекомендациях - соблюдение так называемой средиземноморской диеты, богатой рыбой, свежими овощами. Отказ от курения тоже является важной составляющей профилактики инсультов. Правила простые, всем давно известные, но не все стремятся претворить их в жизнь... Хотя следование им во многом способно предотвратить заболевание и снизить риск смерти от него.

Помимо корректировки образа жизни есть ещё одно направление профилактики инсультов - это выявление людей с высоким риском, скрининг на артериальную гипертензию, недиагностированный сахарный диабет и коррекция каких-то осложнений сахарного диабета, выявление атеросклероза. В этом отношении нужно отметить, что самым значимым мероприятием является диспансеризация, которая у нас сейчас активно проводится.

Излечение реально

- Раньше бытовало мнение, что после инсульта жизнь кончилась.

- Теперь это вовсе не фатальное заболевание. Много изменилось с появлением магнитно-резонансной томографии (МРТ), которая позволяет как бы заглянуть внутрь и понять, каков механизм инсульта, а потому более точно его лечить. Плюс различные новые методы лечения в виде того же тромболизиса. Инсульты бывают ишемический (закупорка сосуда) или геморрагический (разрыв сосуда головного мозга). При ишемическом инсульте лечение направлено на растворение тромба, вызвавшего его причину. При геморрагическом требуется экстренное хирургическое вмешательство нейрохирургов.

До приезда «скорой» человека надо уложить на бок, чтобы в случае рвоты он не захлебнулся. Ни в коем случае не давать ни есть, ни пить, в том числе таблетки. Дело в том, что при инсульте у подавляющего большинства больных бывает расстройство глотания. Если дать даже глоточек воды, он может попасть не в желудок, а в лёгкие, что станет причиной пневмонии.

Есть ещё одна форма мозгового кровоизлияния, когда разрывается аневризма артерии головного мозга. Это внезапная сильнейшая, по типу удара по голове, боль, которой раньше не было и от которой человек может потерять сознание. Это тоже повод немедленно вызвать «скорую помощь». Даже если вы сомневаетесь, инсульт это или нет, лучше перестраховаться и позвонить по «03».

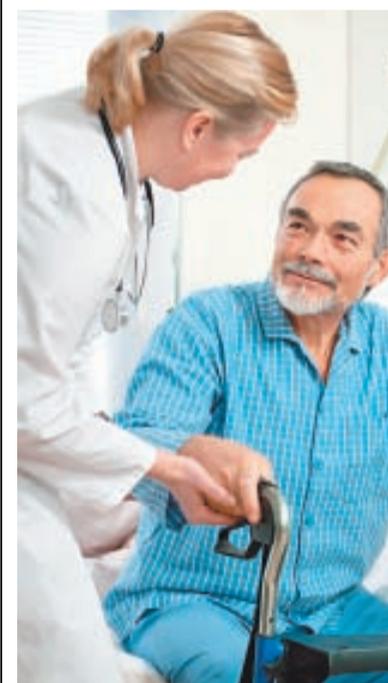
Реабилитация

Вернуться в жизнь

ЮЛИЯ РЕППО

ВАЖНО не только выжить после инсульта, но и вернуться к полноценному существованию. И вот здесь уже никакая чудодейственная таблетка или операция не поможет. Необходима длительная реабилитация больного, которая требует немало терпения как самого человека, так и его близких. К счастью, нейрореабилитация сейчас развивается очень бурно и в иных случаях позволяет буквально творить чудеса.

Представьте, что лет 40-50 у врачей имелись официальные рекомендации такого рода: если случился инсульт, три недели человек должен лежать дома, его не госпитализировали. И если выжил в этом лежачем состоянии, то начинали обсуждать вопрос восстановления. Сейчас подход совершенно другой. Реабилитацию начинают уже в реанимации



Правильный уход не менее важен, чем лекарства.

и продолжают после выписки пациента из стационара в специальных центрах, санаториях и дома. Полное восстановление зависит от локализации и объёма поражения головного мозга, возраста, наличия хронических заболеваний. Но чем дольше пациент тренируется, тем выше шансы вернуться к прежней жизни.

Один из основных методов реабилитации - лечебная физкультура. Пациентам после ишемического инсульта, у которых сохранились двигательные функции, рекомендованы физические упражнения средней интенсивности (быстрая ходьба, велотренажёр) хотя бы в течение 30 минут 1-3 раза в неделю для снижения риска повторного инсульта. Правильно организованный уход за больным улучшает исход заболевания не хуже, чем любое лекарство.

Фото Интерпресс/PhotoXPRESS.ru, Legion-Media, Depositphotos/PhotoXPRESS.ru



Больше движений, меньше фастфуда - и инсульт вам не страшен.

ЕСЛИ СЕЙЧАС СДЕЛАТЬ ПРИВИВКУ ОТ ГРИППА, ТО ЧЕРЕЗ

Не надо играть в

Профилактика

ЮЛИЯ БОРТА

В прошлом году эпидемия гриппа многих в стране повергла в панику. Однако в Москве эпидпорог не был даже достигнут благодаря своевременной массовой вакцинации жителей. И сейчас подготовка к подъёму заболеваемости в столице - в самом разгаре. Если сделать прививку в ближайшие дни, то к началу холодов сформируется устойчивый иммунитет.

ПОЧЕМУ эту «банальную» сезонную инфекцию нельзя недооценивать и кто рискует в первую очередь, читателям «АиФ» разъяснил Олег ФИЛИППОВ, главный врач Центра медицинской профилактики Департамента здравоохранения Москвы.



Тотальная защита

- Олег Валерьевич, грозит ли нам эпидемия гриппа в этом году? В прошлый раз сообщали даже о десятках смертельных исходов в разных регионах страны.

- Да, и эпидемии, и летальные случаи были. Например, в Санкт-Петербурге заболеваемость оказалась высокой, пото-

му что охват жителей прививками против гриппа был меньше. В прошлом году в столице вакцинацию от гриппа прошли около 3 млн человек. В этом мы рассчитываем, что прививку сделают уже более 4 млн москвичей - то есть 40% населения города. Кстати, люди проходят вакцинацию более активно - на данный момент таких уже более миллиона. Многие из тех, кто делал прививку в прошлом году, убедились в её безопасности и необходимости и пришли снова.

Так что паники никакой не должно быть.

- Учёные говорят, что вирусы гриппа каждый год меняются. Какие прилетят к нам в этом году?

- В этом году ожидается циркуляция трёх штаммов вируса (А/Калифорния H1N1, А/Гонконг H3N2 и В/Брисбен), которые уже учтены в составе вакцин. Страшен не сам грипп, а его осложнения на дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Не секрет, что большое число нежелательных исходов заболеваний сердца и сосудов, а также лёгких случается именно



Около 200 человек в день делают прививки от гриппа в мобильных прививочных пунктах возле метро.

в зимнее время, в период подъёма заболеваемости гриппом. На фоне гриппа вероятность инфаркта резко возрастает. У детей тоже очень выраженная

реакция на инфекцию со всеми её «радостями». Кстати, в этом году мы планируем привить от гриппа 90% детей (в прошлом году было 75%). Родители те-

кий отёк в месте укола, покраснение, небольшой зуд или болезненность не являются осложнением и быстро проходят. Иногда некоторым, чересчур

Грипп: симптомы и профилактика

СИМПТОМЫ

Повышение температуры до 38-39 °С, жар, озноб, рвота



Заложенный нос, насморк



Головная боль, усталость и боль в мышцах и суставах



Боль в горле, кашель



Самолечение при гриппе НЕДОПУСТИМО. При обнаружении симптомов необходимо обратиться к врачу.

КАК СЕБЯ ЗАЩИТИТЬ?

Эффективное средство - прививка.

Потреблять продукты с содержанием белка, витамина С (клюква, лимон, брусника и т. д.), а также лук и чеснок.



Регулярно проветривать помещение и делать влажную уборку.

Избегать контактов с заболевшими, пользоваться медицинской маской.

Мыть руки чаще.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ЧЛЕН ВАШЕЙ СЕМЬИ ЗАБОЛЕЛ?

Изолировать больного в отдельную комнату и обеспечить постельный режим.

При уходе использовать медицинскую маску.



По назначению врача принимать профилактические противовирусные препараты.

Инфографика Анны ХАРИТОНОВОЙ

Вместе с вакциной от гриппа можно бесплатно сделать также прививку от пневмококковой инфекции в поликлинике по месту жительства. И не опасаться воспаления лёгких в холодный сезон.

перь намного реже отказываются от вакцинации.

- Некоторые люди считают, что импортные вакцины лучше, якобы меньше дают осложнений, чем отечественный гриппол.

- Это предубеждение. В целом по стране гриппом привились уже более 100 млн человек - и ни одного осложнения не было зафиксировано. Равно как и в Москве в прошлом году. Нужно отличать серьёзные поствакцинальные осложнения от местных реакций. Лёг-

мнительным, людям может показаться, что они чувствуют недомогание или головную боль, но это скорее психологическая реакция. Отечественная вакцина «Гриппол плюс» - инактивированная, то есть включает обработанные специальным образом убитые и очищенные части вирусов гриппа, а потому имеет высочайший уровень безопасности. Иммунитет после введения формируется через 14 дней и сохраняется в течение одного года.

Мифы и правда

ЮЛИЯ МИШИНА

ВОКРУГ гриппа существует множество мифов. Вот лишь некоторые из них, с которыми стоит срочно расстаться.

Лёгкий грипп можно перенести на ногах, приняв лекарства. Категорически не рекомендуется так поступать! При подозрении на грипп надо остаться дома и вызвать врача. Осложнения могут возникнуть как через несколько дней после начала болезни, так и через месяц. Наиболее частое - пневмония, с которой связано большинство смертей.

При гриппе необходимо принять аспирин. Аспирин противопоказан детям и подросткам из-за возможного развития тяжёлого

Чего боится вирус?

поражения нервной системы и печени. При подъёме температуры выше 38,5 °С лучше принять парацетамол.

Чтобы победить вирус гриппа, нужно употреблять ударные дозы витамина С. В натуральном виде витамин С из лимона или

В натуральном виде витамин С из лимона или апельсина стимулирует аппетит, повышает настроение, может несколько облегчать течение простуды, но не является средством лечения и профилактики.

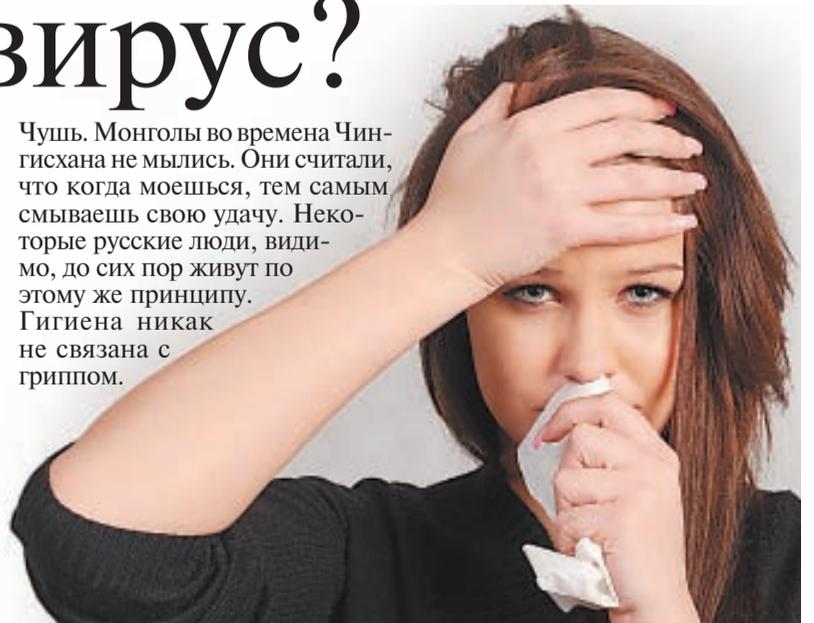
апельсина стимулирует аппетит, повышает настроение, может несколько облегчать течение простуды, но не является средством лечения и профилактики.

А передозировка аскорбиновой кислоты и вовсе может приводить к развитию мочекаменной болезни. Свежие фрукты и овощи - лишь необходимый компонент здорового питания, которое способствует укреплению иммунитета. В случае же заболевания

гриппом нужно в течение 48 часов принять противовирусные препараты, назначенные врачом.

Если заболели, то ванну или душ принимать нельзя, будет хуже.

Чушь. Монголы во времена Чингисхана не мылись. Они считали, что когда моешься, тем самым смываешь свою удачу. Некоторые русские люди, видимо, до сих пор живут по этому же принципу. Гигиена никак не связана с гриппом.



Перенесённый на ногах грипп может перерасти в пневмонию.

НЕ БОЛЕЙ!

ДВЕ НЕДЕЛИ СФОРМИРУЕТСЯ УСТОЙЧИВЫЙ ИММУНИТЕТ

рулетку с гриппом!

Угнаться за мутантом

- Говорят, что прививка от гриппа даёт иммунитет на два года. Так что если в прошлом году делал, то в этом можно попустить.

- Это не так. Прошлогодний иммунитет не спасёт от заболевания, как и прошлогодняя вакцина. Вирус гриппа очень изменчив, поэтому Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) каждый год даёт рекомендации всем странам - какие именно штаммы по прогнозам будут циркулировать. Соответственно их производители и включают в вакцину. Поэтому прививаться надо каждый год. Причём вакциной именно данного года производства.

Зима без пневмонии

- Есть устойчивый миф. Кто-то считает, что от страшных болезней типа полиомиелита, чумы и подобных надо делать прививку, а с гриппом иммунитет сам должен работать, и нечего его прививкой нагружать ещё.

- Грипп - такая же опасная инфекция, как и остальные. По данным ВОЗ, в мире от осложнений, связанных с гриппом, умирают до полумиллиона человек ежегодно. Большая часть из них - это беременные, младенцы и пожилые люди с хроническими заболеваниями. Причём из тех, кто как раз не сделал прививку. Не надо играть в рулетку с гриппом: справится иммунитет сам - не справится... Никто в цивилизованном мире не отказывается от вакцинации. Наоборот, в развитых странах - самые обширные национальные календари прививок. Микробиология - это наука, которая развивается не 1-2 года, а столетия! А вакцины от гриппа существуют уже более 60 лет и постоянно совершенствуются.

- Стоит ли сейчас купить противовирусные препараты? В прошлом году в разгар эпидемии они исчезли из аптек.

- Я всё же призываю сделать бесплатную прививку себе и своим детям. И тогда тратить на противовирусные препараты не придётся. К тому же сидеть на больничном - тоже терять доход. Не думаю, что в этом году будут перебои с препаратами. Наверняка аптечные сети сделают выводы.

- Какие ещё бесплатные прививки стоит сделать перед простудным сезоном?

- Я бы посоветовал вместе с гриппом привиться от пневмококковой инфекции, которая вызывает пневмонии, отиты, гнойные менингиты. Она распространяется воздушно-капельным путём, например при кашле. Источником инфицирования может быть человек даже с виду здоровый. Для детей эта вакцина входит в Национальный календарь прививок. Но и взрослые могут получить её бесплатно. Для этого нужно обратиться к своему участковому терапевту в поликлинике. И, безусловно, этот вопрос будет решён, если у человека нет противопоказаний. В первую очередь прививка рекомендуется хроническим больным, ослабленным и пожилым людям старше 60 лет.



Болезнь или не болезнь? Каждый решает сам!

Укололся и пошёл

Акция

ЮЛИЯ РЕППО

ЕСЛИ человек не идёт в поликлинику, то поликлиника идёт к человеку. А точнее - прививочный пункт. С 5 сентября в Москве начали работу мобильные пункты вакцинации, где все желающие могут бесплатно привиться от гриппа. За 5 минут!

Про новую медицинскую услугу для москвичей рассказал Андрей БЕЛОСТОЦКИЙ, руководитель Дирекции по координации деятельности медицинских организаций Департамента здравоохранения Москвы.



Мобильные врачи

- Андрей Викторович, почему столичные власти решились на такой шаг - выпустить врачей из поликлиник на улицы?

- Это было сделано для удобства москвичей и для того, чтобы как можно больше людей прошли вакцинацию. Ведь чем больше населения охвачено привив-



За 2 недели прививки в мобильных пунктах сделали более 36 тыс. человек.

в своей поликлинике, и данные о вакцинации занесут в медицинскую карту пациента.

Помощь стала ещё ближе

- Очередей ещё не было?

- Кое-где были. Что нас, признаться, приятно удивило. Когда начинали, то сильно переживали - откликнутся ли люди на такое

мероприятие заняло буквально 5-6 минут. Вакцина - та же самая, что и в поликлиниках, в одноразовых шприц-тюбиках.

- Но... безопасно ли делать прививку на улице, в палатке?

- Вакцинация проводится в специальных санитарных машинах. В них есть все необходимые условия для оказания медицинской помощи - бактерицидные лампы, обогреватели, оборудование. Всё предусмотрено даже на тот случай, если кому-то из прохожих станет плохо на улице. И такие истории у нас уже были. А палатки установлены для привлечения внимания жителей и для того, чтобы подождать свою очередь на случай непогоды.

Хотел бы подчеркнуть: специальной лицензии для вакцинации в мобильных пунктах не требуется. В поликлиниках есть общая лицензия на оказание выездной медицинской помощи и врачебных манипуляций вне учреждения, куда входят и неотложная помощь, и работа выездных центров здоровья в парках, и выездная вакцинация.

Вакцинация от гриппа в Москве вышла на новый уровень - привиться можно в буквальном смысле на ходу.

ками, тем меньше вероятность массовых вспышек заболевания. Некоторые ленятся пойти в поликлинику, даже если она находится в пятистах метрах от дома. Другие думают, что им придётся сидеть в очередях, хотя это давно не так. Поэтому Департамент здравоохранения Москвы совместно с Московским метрополитеном провели статистическое мини-исследование и определили станции метро с наибольшим пассажиропотоком. Таких оказалось 24. Одну неделю врачи дежурят возле 12 станций, на следующей неделе переходят на другие 12 станций. Акция продлится до 1 ноября. Так что тех, кто ещё не успел привиться от гриппа, мы приглашаем в эти мобильные прививочные пункты. С собой достаточно иметь страховой медицинский полис и паспорт. Перед прививкой каждый обратившийся проходит врачебный осмотр: врачи определяют, нет ли противопоказаний для вакцинации, измеряют температуру и давление. После прививки пациент получает специальный сертификат, который можно предъявить

предложение. Но оно оказалось сверхвостребованно! За 20 дней (с 5 по 25 сентября) вакцинацию в столице прошли более миллиона человек (и взрослые, и дети). В том числе в мобильных прививочных пунктах у станций метро прививку сделали около 43,5 тыс. человек. Мы получили много положительных отзывов. Ведь и на самом деле это очень удобно и комфортно. Я сам в первый же день утром прошёл вакцинацию в таком мобильном пункте. Всё

Особое мнение

Владимир ТАТОЧЕНКО, главный научный сотрудник НИИ педиатрии Научного центра здоровья детей МЗ РФ, член панели экспертов Всемирной организации здравоохранения по охране материнства и детства, заслуженный врач России, профессор:

- Беременным женщинам надо обязательно сделать прививку от гриппа, как и всем остальным. Особенно опасен для них грипп H1N1, от которого они нередко умирают. Инфицирование матери виру-

сом гриппа может приводить также к осложнению течения беременности, развитию патологий у плода. Если сейчас женщина находится на последних месяцах беременности (3-й триместр), то она родит ребёнка прямо к разгару гриппозного сезона. А детей до 6 месяцев прививать от гриппа нельзя (нет таких вакцин пока). Значит, если будущую маму сейчас привить, то не будет болеть ни она, ни ребёнок.

Вакцины от гриппа содержат неживой вирус, а потому совершенно безопасны для мамы и младенца. В США и Европе вакцинация беременных проводится уже более 20 лет.

Когда и где сделать прививку от гриппа

Мобильные прививочные пункты будут работать около станций метро:

С 26.09.16 по 2.10.16;
с 10.10.16 по 16.10.16;
с 24.10.16 по 30.10.16



С 3.10.16 по 9.10.16;
с 17.10.16 по 23.10.16;
31.10.16

- | | | | |
|-----------------|-----------------|----------------------------|---------------------------|
| ● «Павелецкая» | ● «Семёновская» | ● «Тульская» | ● «Петровско-Разумовская» |
| ● «Дмитровская» | ● «Люблино» | ● «Царицыно» | ● «Речной вокзал» |
| ● «Киевская» | ● «Белорусская» | ● «Домодедовская» | ● «Бауманская» |
| ● «Алтуфьево» | ● «Ясенево» | ● «Перово» | ● «Тушинская» |
| ● «Новокосино» | ● «Новогиреево» | ● «Преображенская площадь» | ● «Молодёжная» |
| ● «Планерная» | ● «Пражская» | ● «ВДНХ» | ● «Тёплый Стан» |

В ожидании чуда

ЕЛЕНА СЕМЁНОВА

Осень - время, когда родильные дома и гинекологические отделения больниц столицы распахивают свои двери перед будущими мамами и теми, у кого материнство ещё только в планах.

ВСЕ родовспомогающие учреждения Москвы абсолютно открыты для пациентов, - рассказывает Александр КОНОПЛЯНИКОВ, доктор медицинских наук, профессор кафедры акушерства и гинекологии педиатрического факультета РГМУ, главный внештатный специалист, акушер-гинеколог Департамента здравоохранения Москвы. - Любая пациентка имеет право на проведение родов в любом медучреждении, вне зависимости от территориальной привязанности - это гарантирует федеральный закон № 322. И родильные дома готовы показать те условия, которые им обеспечил столичный Департамент здравоохранения, для того чтобы маленькие москвички появлялись на свет в комфортных условиях.

Информацию о том, когда каждый из роддомов столицы готов принять будущих родителей, можно найти на сайтах Департамента здравоохранения г. Москвы и НИИ организации здравоохранения и медицинского менеджмента. В дни открытых дверей будущие мамы могут задать любые вопросы и тем специалистам, которые ведут беременность, и тем, которые принимают роды и наблюдают мам и детей в послеродовом периоде. Эти просветительские акции мы проводим в Москве каждый год.

Выбор без терзаний

- Александр Георгиевич, как будущим и совсем неопытным мамам и папам выбрать роддом, где должно произойти самое важное для семьи событие?

- Сегодня все родильные дома соединены с многопрофильными больницами. Я считаю, это абсолютно правильно.

- Для чего это было сделано?

- В интересах пациентов, прежде всего. Чтобы всегда на помощь акушерам могли прийти и хирурги, и урологи, и проктологи, и реаниматологи.



Безопасные роды - здоровые малыши!

Фото пресс-службы Департамента здравоохранения г. Москвы

У МОСКВИЧЕК ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫБРАТЬ, КАК И ГДЕ РОЖАТЬ

Роддом распахивает двери



УЗИ-аппаратов, поставленных по программе модернизации в больницы и поликлиники Москвы, очень высокая разрешающая способность. Фото Валерия ШАРИФУЛИНА/ТАСС

Ещё до модернизации и во время неё был решён вопрос об оснащении всех родильных домов реанимационными отделениями. У нас в Москве просто нет медучреждений без

первый раз. Те, кто ожидает второго, третьего, четвёртого ребёнка, обычно возвращаются в то медицинское учреждение, где проходили первые роды, - конечно, если пациентке там

Часть медучреждений, которые подведомственны Департаменту здравоохранения Москвы, проводит роды, приближенные к домашним условиям. Там боксы оборудованы так, что они не похожи на больничную палату.

реанимации новорождённых! Поэтому если выбирать место появления на свет своего ребёнка по этому критерию, то подойдёт любой родильный дом.

Сегодня мы можем изучать сайты любых медучреждений, читать форумы, где молодые мамы делятся своими впечатлениями от родов в том или ином роддоме. И конечно, будущие родители опираются на мнения друзей и знакомых. Так делают выбор. Но это больше всего волнует тех, кому роды предстоят

всё понравилось. А тем, кому провели кесарево сечение, мы рекомендуем обращаться и наблюдаться в том учреждении, где им была проведена операция в первый раз.

В воду - да, дома - нет

- А какие-то современные и, как принято говорить, модные методы родоразрешения в столице предлагают?

- Есть родильные дома, которые уже традиционно специализируются и на вертикальных родах, и на «родах в воду», когда родильные залы оборудованы большими ваннами и пациентки первый период родов, при целом плодном пузыре, могут находиться в воде.

- Какими должны быть роды?

- Я твёрдо стою на позиции абсолютно безопасных родов. В интернет-сообществах и среди пациентов сейчас активно обсуждают домашние роды, но я лично и всё наше акушерское сообщество относимся к ним крайне негативно. Потому что сегодня обеспечить в домашних родах безопасность для женщины и её новорождённого ребёнка, учитывая эпидемиологическую ситуацию, которая сложилась в таком ме-

настраивают москвичек, и не только их. Ведь в родильных домах примут любую женщину, которая обратилась к нам с началом регулярной родовой деятельности, вне зависимости от её регистрации. Она может получить и экстренную медицинскую помощь, причём в полном объёме.

- То есть «сопровождение родов» - это плохо?

- Если оно происходит в стационарах, под присмотром врачей, то пожалуйста. Но, если кто-то настраивает наших пациентов на домашние роды, повторюсь, небезопасные для матери и её будущего ребёнка, я категорически против!

Всему своё время

- С какой недели беременности имеет смысл выбирать роддом?

- Это индивидуально. Обычно сначала женщина убеждается, что она действительно беременна, что плодное яйцо имплантировано в матку, что есть сердцебиение, а в 12 недель - сформировавшийся эмбрион - с ручками, с ножками. Как он двигается, будущие родители видят на ультразвуковом экране - к счастью, те УЗИ-аппараты, которые благодаря программе модернизации здравоохранения были поставлены во все наши медицинские учреждения как амбулаторного, так и стационарного звена, - с высокой разрешающей способностью. И мы в очень ранние сроки можем видеть, есть ли изменения в структурных закладках будущего плода. Да и сама картинка очень яркая и понятная не только специалистам, но и людям, далёким от медицины, - конечно, это даёт дополнительный положительный эффект для наших пациентов. И вот когда с 20 недель женщина начинает ощущать шевеления ребёнка, она и задумывается о том, где пройдут роды. Кто-то делает это в 20 недель, кто-то - в 25, кто-то - к концу III триместра.

ДНИ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ

Для участия в акции необходимо иметь при себе паспорт и полис ОМС.		
28 сентября (среда)	ГКБ № 17 (ул. Волынская, 7), конференц-зал	С 16.00 до 17.00, без предварительной записи
29 сентября (четверг)	ГКБ № 51 (ул. Алябьева, 7/33), конференц-зал	С 13.00 до 16.00, без предварительной записи
30 сентября (пятница)	ГКБ № 1 им. Н. И. Пирогова, филиал «Родильный дом № 25» (ул. Фотиевой, 6), конференц-зал	Начало в 12.00, без предварительной записи
	ГКБ № 23 им. Давыдовского (ул. Яузская, 11), конференц-зал	Начало в 12.00, без предварительной записи
6 октября (четверг)	ГКБ № 68 (ул. Шкулёва, 4), конференц-зал	С 13.00 до 15.00, без предварительной записи
7 октября (пятница)	ГКБ № 12 им. Буянова (ул. Бакинская, 26), конференц-зал	С 16.00 до 18.00, без предварительной записи
20 октября (четверг)	ГКБ им. С. И. Спасокукоцкого (ул. Вучетича, 21), конференц-зал	С 12.00 до 13.00, без предварительной записи
21 октября (пятница)	ГКБ им. С. С. Юдина (Коломенский пр., 4), конференц-зал	С 11.00 до 15.15, без предварительной записи
Каждая пятница	ГКБ № 13, Гинекологические отделения 1, 2 (ул. Велозаводская, 1/1), конференц-зал	С 13.00 до 15.00, без предварительной записи
Каждый последний понедельник месяца	ГКБ № 71 им. М. Е. Жадкевича (Можайское ш., 14), конференц-зал	Начало в 13.00, без предварительной записи

ДЕРМАТОЛОГА СТОИТ ПОСЕЩАТЬ ОБЯЗАТЕЛЬНО 1-2 РАЗА В ГОД

Осеннее обострение

Сезонные заболевания

ОЛЬГА АРХИПОВА

Наиболее распространённым заболеванием, которое обостряется в осенне-зимний период, является... псориаз. По статистике, на планете почти 2% жителей страдают этим тяжёлым, снижающим качество жизни дерматозом. Какие кожные заболевания ещё могут вдруг появиться осенью? Об этом и не только «АиФ» рассказывает доктор медицинских наук Николай ПОТЕКАЕВ, главный внештатный специалист-дерматовенеролог и косметолог Департамента здравоохранения Москвы, директор ГБУЗ «Московский научно-практический центр дерматовенерологии и косметологии ДЗМ» (МНПЦДК).



специалист-дерматовенеролог и косметолог Департамента здравоохранения Москвы, директор ГБУЗ «Московский научно-практический центр дерматовенерологии и косметологии ДЗМ» (МНПЦДК).

Съездил в отпуск? Приходи лечиться!

ПСОРИАЗ течёт длительно, хронически, может поражать не только кожу, но и другие органы и системы, но, к счастью, его сейчас можно успешно контролировать и лечить. В течении болезни чётко отмечается сезонность. Псориаз хорошо реагирует на солнце, летом его проявления уменьшаются (однако при «слишком интенсивном» отдыхе на курорте обострение случается из-за элементарного ожога кожи), а осенью - сразу после сезона отпусков - число обратившихся к нам больных существенно возрастает.

Московский научно-практический центр дерматовенерологии и косметологии - самое крупное не только у нас, но и в Европе и во всём мире учреждение дерматовенерологического профиля.

Другим чрезвычайно частым заболеванием, особенно актуальным для детей и также имеющим чёткую сезонность, является атопический дерматит. Это зудящие высыпания, располагающиеся на коже сгибательных поверхностей рук или ног, туловище, шею, лицо. Обострения отмечаются и весной, и осенью. Многие годы это состояние рассматривали как аллергическое заболевание, однако открытия последних лет показали, что ключевое значение для развития заболевания имеет генетически обусловленное нарушение барьерных структур кожи, которые начинают пропускать в кожу аллергенные вещества, и в ответ на них вторично развивается аллергическое воспаление. И поэтому основу лечения должен составлять правильный уход за кожей, который по мере необходимости дополняется лечебными средствами. Важное значение имеет и стресс - а для детей он может быть связан с началом учебного года. Узнать всё о правильном уходе и мерах, помогающих предотвра-

тить или смягчить обострения атопического дерматита, в том числе сезонные, можно как на приёме у дерматолога, так и в рамках специально проводимых школ для больных атопическим дерматитом, например, на базе Коломенского филиала МНПЦДК (Коломенский пр-д, д. 4, стр. 12).

- Николай Николаевич, традиционно осенью обострение и других хронических дерматозов, например экземы. С чем это связано?

- После пребы-



Центральный корпус МНПЦДК ДЗМ на Селезневской улице.

вания на солнце, после посещения солярия часто дерматологи наблюдают клиническую картину разноцветного лишая в виде депигментированных пятен на коже плеч и туловище. Тут надо сразу обращаться к врачу, поскольку это грибковое заболевание.

Обострение акне может также быть спровоцировано активной инсоляцией. Существует

Департамента здравоохранения столицы была проведена масштабная реструктуризация и централизация дерматовенерологической службы города Москвы путём объединения всех кожно-венерологических диспансеров в ГБУЗ «Московский научно-практический центр дерматовенерологии и косметологии». В результате такого слияния сформировалось самое крупное не только в Москве и в нашей стране, но и в Европе и во всём мире учреждение дерматовенерологического профиля, которое оказывает помощь и москвичам, и россиянам, а также иностранным гражданам и лицам без гражданства.

В этом году мы отмечаем первый юбилей - 5 лет успешной работы - и подходим к нему со значительными достижениями в лечебной, научной и образовательной деятельности. Так, совсем недавно наш центр получил высокую награду: «Лучшее научное учреждение года».

В каждом административном округе есть филиалы (адреса и телефоны можно найти на сайте учреждения www.mosderm.ru) в разделе «Контакты»). Там консультируют трихологи, онкологи, урологи, эндокринологи, гинекологи, психотерапевты и другие смежные специалисты, производится аппаратная обработка ногтевых пластин. Значительный раздел занимает косметология. Создано подразделение по работе с мигрантами, где в течение 30 минут обратившийся имеет возможность пройти полное обследование, а при необходимости - получить консультации смежных специалистов.

- Насколько часто отдохнувшие привозят тропические инфекции?

- Учитывая доступность отдыха в жарких странах для наших туристов, тропические инфекции действительно иногда встречаются на приёме, но, к счастью, не систематически. Поэтому

Часто пациенты обращаются с различными микозами кожи, чесоткой. В нашей лаборатории работают опытные специалисты, которые помогают диагностировать такие заболевания. Реже встречаются специфические заболевания кожи (лейшманиозы, мигрирующая личинка) и другие, но за последние годы число таких обращений увеличилось.

- Как часто надо наблюдаться у врачей-дерматологов? Существует ли практика регулярных осмотров пациентов, находящихся в группе риска (онкология или тропические кожные заболевания)?

- У дерматолога нужно наблюдаться 1-2 раза в год, в особенности при наличии хронических заболеваний кожи (например, атопический дерматит), новообразований кожи или факторов риска развития опухолей кожи (множественные родинки; светлые кожа, глаза и волосы; меланома у родственников; посещения солярия и пр.).

Пациентов с факторами риска развития опухолей кожи следует наблюдать с использованием дерматоскопа (инструмент для диагностики новообразований кожи) и желателно фотодокументирование с формированием так называемого паспорта кожи. Этот подход позволяет надёжно отслеживать ранние изменения в новообра-

врачи МНПЦДК знакомы со спектром тропических дерматозов, и в Центре доступны все необходимые лабораторные исследования для установления правильного диагноза. Для того чтобы сохранить осторожность в отношении этих редких заболеваний, наши врачи пос-



Обследование пациентов в фотолaborатории с целью создания паспорта кожи.

тоянно повышают свой образовательный уровень на семинарах, конференциях, конгрессах, в том числе и зарубежных.

При появлении высыпаний на коже после посещения тропических стран необходимо обратиться к дерматовенерологу, в случае присоединения системных проявлений (лихорадка, воспаление лимфатических узлов, расстройство стула) - к инфекционисту.

зованиях и своевременно профилактически удалять наиболее подозрительные из них.

Раннему выявлению новообразований кожи служат такие социальные акции, как «День диагностики меланомы», в организации и проведении которых руководство, врачи и научные сотрудники МНПЦДК принимают непосредственное участие.

Фото автора

Диагностика

ЛИДИЯ ЮДИНА

ОСНОВНЫЕ задачи, которые поставлены перед теми, кто отвечает за лучевую диагностику в столице, - доступность, качество и удобство.

Уникальные возможности

Печальная статистика: за сутки в РФ диагноз «рак» ставят почти полутора тысячам человек. Недаром онкозаболевания называют главными «убийцами» людей. Между тем ранние формы болезни на современном этапе развития медицины успешно

лечатся. Смертельно опасным этот недуг становится лишь на поздней стадии заболевания. Проблема в том, что большинство онкопациентов как раз и доходят до врачей с уже запущенной формой болезни. Поэтому онкологи всего мира своей главной задачей считают раннюю диагностику.

Москва - первый регион России, в котором будет применяться скрининг рака лёгкого с помощью низкодозовой спиральной компьютерной томографии.

лечатся. Смертельно опасным этот недуг становится лишь на поздней стадии заболевания.

Ещё недавно, чтобы попасть на плановое обследование, москвичам приходилось подолгу

системы, головы и шеи, мягких тканей и др. Чтобы получить эту современную помощь, достаточно будет направления из районной поликлиники.

Расскажут молекулы

В марте 2016 года у жителей Москвы появилась возможность в рамках программы обязательного медицинского страхования бесплатно пройти



Современное оборудование видит человека насквозь.

ждать своей очереди. Сегодня ситуация в корне изменилась.



«За последние 5 лет возможности московской медицины перешли на совершенно новый уровень, - рассказывает профессор Сергей МОРОЗОВ, главный специалист по лучевой диагностике Департамента здравоохранения Москвы. - Технологии, которые раньше были доступны только в специализированных клиниках, сегодня появились в каждой столичной поликлинике и больнице. Собранный в Москве комплекс оборудования предоставляет жителям столицы уникальные медицинские возможности».

В сентябре 2016 года открылось новое отделение радиоло-

исследование всего тела, позволяющее выявить опухолевый процесс на молекулярном уровне. В столице появились сразу 3 новых ПЭТ/КТ-центра.

«Позитронно-эмиссионная томография, совмещённая с компьютерной томографией (ПЭТ/КТ), помогает выявить патологические изменения в органах и тканях пациента даже на самой ранней стадии заболевания, - поясняет профессор С. Морозов. - В ходе исследования врач получает полную информацию о состоянии организма пациента. Благодаря этому онкологи и гематологи могут, не дожидаясь окончания курса химиотерапии или приёма лекарств, достоверно определить, помогает ли назначенное лечение пациенту, и найти более эффективные для каждого случая методы борьбы с заболеванием».

Раннее выявление -

АНАЛОГОВ ДИАГНОСТИЧЕСКОЙ БАЗЫ,



Врач-рентгенолог анализирует данные различных исследований.

Иногда анализ даёт понимание, что хирургического вмешательства не требуется, а показана химио- или радиотерапия. Или, напротив, показания ПЭТ/КТ говорят о том, что необходима операция. А порой медики, оценив результаты анализа, выявляют, что этому конкретному пациенту требуется замена препаратов.

Бывает и так, что новое исследование и вовсе дарит больному надежду на возвращение к здоровой, полноценной жизни.



«Более чем 100 пациентам больницы в связи с полной ремиссией отменили уже назначенную химиотерапию, - уточняет Ирина НАЗАРОВА, главный врач ГКБ № 57 им. Д. Д. Плетнёва. - Показательный пример - пациент 64 лет.

Диагноз «рак прямой кишки с метастазами в печень». Ему была сделана операция, после которой он прошёл курс химиотерапии. Обследование ПЭТ/КТ показало отсутствие метастазов в печени. Это позволило обойтись без специфического (и тяжело переносимого пациентами) лечения. В течение 6 месяцев признаки прогрессирования болезни отсутствуют».

С марта 2016 года позитронно-эмиссионную томографию в рамках ОМС прошли более 4 тысяч москвичей. Всего тест помог уточнить диагноз и скорректировать лечение для 42% онкологических пациентов и почти для 100% пациентов с гематологическими заболеваниями, которые прошли обследование. Планируется, что до конца года всего будут обследованы 8 тысяч больных. Будем надеяться, многие из них обретут уверенность в победе над заболеванием.

В октябре в Москве стартует проект по скринингу рака лёгкого (второго по распространённости онкозаболевания) с помощью низкодозовой спиральной компьютерной томографии. Столица - первый регион России, в котором будет применяться этот метод. Мировой опыт показывает, что подобный скрининг даёт возможность на ранних стадиях диагностировать этот вид рака в группах повышенного риска и

Кстати

Низкодозовая спиральная компьютерная томография - одно из самых быстрых (10-15 минут) и абсолютно безопасных с точки зрения лучевой нагрузки видов обследования. Она показана всем курильщикам старше 50 лет.

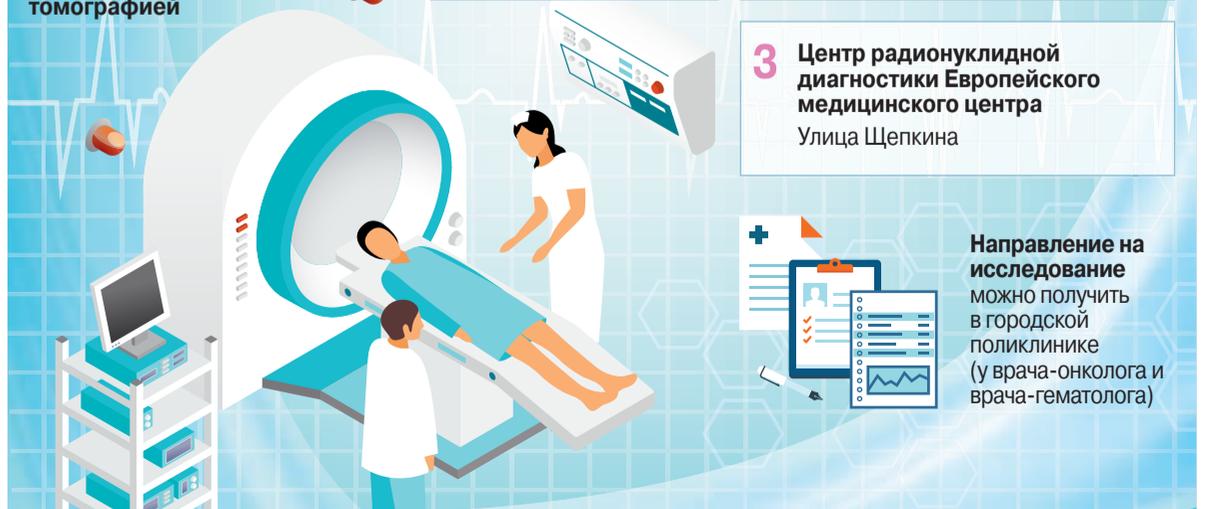
Справка

В Москве бесплатное исследование можно пройти в трёх комплексах позитронно-эмиссионной томографии, совмещённых с компьютерной томографией

1 Городская клиническая больница имени Д. Плетнёва № 57
Улица 11-я Парковая

2 Городская онкологическая больница № 62
Поликлиника больницы находится в Старопетровском проезде, а стационар - в пос. Истра

3 Центр радионуклидной диагностики Европейского медицинского центра
Улица Щепкина



Направление на исследование можно получить в городской поликлинике (у врача-онколога и врача-гематолога)



**ЦЕНТР
АМУРСКИЙ
ТИГР**

Хозяин тайги

**АРГУМЕНТЫ
И ФАКТЫ**

№ 2 (5), сентябрь 2016 г.

ФЁДОР УСТЮГОВ

17-й День тигра в столице Приморья начался за шесть дней до положенной даты - последнего воскресенья сентября.

Ещё во вторник, 20-го числа, воспитанники нескольких художественных кружков Владивостока под присмотром студии «33+1» изобразили на подпорной стене Детского дома творчества энергичного полосатого хищника. Дальше пошла презентация третьей детской книги об Амурчике и его новых приключениях в городе, написанной Сергеем Георгиевым. А там - премьера балетов Приморской сцены Мариинского театра «Бемби» и «В джунглях», концерт с участием звезд эстрады, «тигриный поезд»...

С набережной - на площадь

С утра субботы родители с детьми собирались на набережной Спортивной гавани, у знаменитых бронзовых тигрят. Здесь их ждали раскраски, мастерские по аквагриму, викторина, посвящённая празднику. Забеги и прочие упражнения делали прямо на Тигровой аллее, заложенной здесь несколько лет назад и ставшей очень популярной у жителей и гостей Владивостока.

Цифра

До **550** амурских тигров составляет мировая популяция самого крупного и самого северного представителя подвида.

95% из них обитают на территории России.

В воскресенье с утра и до позднего вечера праздник продолжался. День тигра празднуют в Приморье с сентября 2000 года. Изначально его целью стало стремление объединить всех, кого беспокоит состояние природы, создание здоровой среды для себя и будущих поколений. И за минувшие годы желание участвовать в этом дне только растёт. Только в карнавальном красочном шествии 2016 года приняли участие около 20 тысяч человек!

Но ещё до начала, назначенного на полдень, площадь Борцов Революции, центральная для Владивостока, была заполнена гуляющей публикой. И сама площадь становилась всё краше от рисунков детей. Их авторы здесь же могли узнать много нового о природе Дальнего Востока.

Шестые началось уже, пожалуй, традиционно - с техни-

ПОЛОСАТЫЙ ПРАЗДНИК ОТМЕТИЛИ ВО ВЛАДИВОСТОКЕ И ВО ВСЕЙ СТРАНЕ



На марш, кажется, вышел весь город!

ки, переданной центром «Амурский тигр» природоохранной организацией. За квадратики и пикапами следовало до сотни колонн из школьников, студентов, представителей предприятий, организаций и спортивных федераций. Это, пожалуй, одна из важнейших черт, присущих Дню тигра: привлечение к экологическому мероприятию людей самого разного возраста.

- Прodelывается масштабная работа по экологическому просвещению. Праздник помогает изменить экологическое сознание людей в лучшую сторону, - считает **Сергей АРАМИЛЕВ**, директор Дальневосточного филиала АНО «Центр «Амурский тигр». - У многих из присутствующих здесь есть друзья и родственники, живущие в сельской местности, по соседству с тиграми и леопардами. Именно от этих людей во многом зависит будущее краснокнижных животных, и я надеюсь, что таким праздником мы донесём до них информацию: природу не нужно покорять - нужно идти с ней на компромисс.

Танцы, рок-н-ролл

Примерно час длилось шествие. А за ним - ещё одна важная часть праздника: во время церемонии приветствия Центр «Амурский тигр» вручил охотнадзору Приморья и природоохранной организации Лазовского и Анучинского районов края новую технику. Это семь высокопроходимых автомобилей Mitsubishi L200 и КамАЗ. Автомобили предназначены для

подкормки животных и патрулирования ареала обитания хозяина уссурийской тайги.

Весь «полосатый» день шли соревнования по спортивным бальным танцам «Амурский тигр-2016». Это уже второе пришествие фестиваля во Владивосток, год назад здесь состоялась его премьера. Вечером, хоть разорвись, финальная его часть: на площади - рок-н-ролл, а тут, на радость зрителям, танцевальные сюрпризы. Идея тоже объединённая - Центра «Амурский тигр» и дэнс-клубов «Торнадо-Дэнс» из Владивостока и «Авангард» из Москвы. Начинание поддержал Константин Чуйченко, председатель Наблюдательного совета Центра «Амурский тигр», помощник Президента РФ. Всего в этом году участвовало более 200 пар с Дальнего Востока России.

День тигра празднуют в Приморье с сентября 2000 года. Изначально его целью стало стремление объединить всех, кого беспокоит состояние природы, создание здоровой среды для себя и будущих поколений.

На площади тоже не скучали. Сначала зрителей развлекала владивостокская группа «Листья травы», а затем на сцену вышел сам Кен Хенсли - певец, гитарист, пианист, игравший ранее в «золотом» составе Uriah Heep, автор множества хитов этой группы.

- Тигры для меня важны, потому что я люблю животных. Дома у меня живёт много собак и кошек, которых я подобрал на улице, - рассказал накануне



Участник Uriah Heep написал к празднику песню.

артист. - Очень хорошо, что меня пригласили на праздник во Владивосток. Я написал песню о тигре, о природе, её исполню здесь впервые.

от Москвы до крайней точки Транссибирской магистрали. Внутри вагонов установлены информационные стенды, и пассажиры могут больше узнать о жизни редких хищников. По словам Николая Маклыгина, начальника Дальневосточной железной дороги, это вовсе не разовая акция, из Москвы идёт к Тихому океану второй такой поезд. Это часть мероприятий ОАО «РЖД», АНО «Центр «Амурский тигр» и АНО «Дальневосточные леопарды», направленных на привлечение внимания пассажиров к проблемам сохранения редких кошек.

Кстати

День тигра сегодня отмечают в большинстве муниципалитетов Приморья и ряде других областей Дальнего Востока.

Во время исполнения этой песни на больших экранах транслировали её текст. Она вышла совсем не парадной, в ней говорится, что люди только дают шанс выйти на свободу, жить в согласии с дикой природой.

А ещё вечером Дня тигра на железнодорожном вокзале столицы Приморья встречали состав с изображёнными на нём амурскими тиграми и дальневосточными леопардами. Поезд проехал через всю Россию,



Праздник

ЕКАТЕРИНА ЦОЙ

В СТОЛИЦЕ Приморья торжественно открыли скульптурную композицию в память об основателе российской школы самбо Василии ОЩЕПКОВЕ.

Инициатором создания мемориала стал АНО «Центр «Амурский тигр», решивший таким образом отблагодарить великого спортсмена за первый шаг к соединению спорта и борьбы за сохранение популяции амурского тигра. Памятник символизирует плодотворность культурного, спортивного и духовного взаимодействия России и Японии.

Сила и уверенность

Владивосток неспроста считается родиной самбо. Именно здесь, на Корабельной набережной, 21, в 1914 году Василий Ощепков открыл первую любительскую школу дзюдо. А уже через три года под его чутким руководством состоялся первый в России международный турнир по дзю-дзютеу. Позже, анализируя различные виды единоборств, Василий Сергеевич создал на базе дзюдо более совершенный вид борьбы, именуемый «самбо». О тесной связи редкой дальневосточной кошки и нового вида боевого искусства на открытии памятника говорилось много.

Разрабатывая нашу, российскую борьбу самбо, Василий Ощепков опирался на динамику и моторику амурского тигра. Василий Сергеевич изучал поведение большой кошки, наблюдал за играми тигрят, и в результате у него родилась целая школа, состоящая из таких знаменитых приёмов, как «тигриный удар», «тигриный коготь», «тигриный поцелуй», и других, - рассказал Константин

одну из своих кинокартин генеру российского дзюдо и самбо, решившему соединить возможности человеческого тела с грацией и силой амурского тигра и обычной кошки в одном боевом искусстве. Мы считаем, что о большом деле Василия Сергеевича должно узнать как можно больше людей. Ведь этот человек не только соединил воедино экологию и борьбу за сохранение тигра со спортом, но и подал хороший пример всем последующим поколениям. Благодаря вкладу великого дзюдоиста многие молодые люди вынесли для себя жизненное правило - сильный и уверенный в себе человек никогда не позволит себе стрелять в амурского тигра и сделает всё от него зависящее, чтобы этот вид животных процветал на нашей планете. Я хочу поздравить всех с Днём



Тигрёнок - «основатель» самбо.



Учитель и ученики - в бронзе.

ЧУЙЧЕНКО, помощник Президента России, председатель наблюдательного совета Центра «Амурский тигр». - Впоследствии великий японский режиссёр Куросава посвятил

тигра и поблагодарить тех, кто не остался равнодушен к проблеме сохранения амурского тигра, спорта и экологии.

Боевое искусство Василия Ощепкова в рекордные сроки

завоевало мировую популярность. Сейчас самбо занимаются миллионы людей по всему свету, только в Приморье насчитывается более трёх тысяч самбистов.

КАК ПОДГОТОВИЛИСЬ К ДНЮ ТИГРА ВЛАДИВОСТОК И ЕГО ГОСТИ

Спорт с повадкой хищника



Церемония открытия памятника.

- Мы присутствуем на знаменательном событии, приуроченном к 17-му Дню тигра, - открытию мемориала человеку, хорошо известному любителям восточных единоборств, - заявил губернатор Владимир МИКЛУШЕВСКИЙ. - Благодаря Центр «Амурский тигр», скульптора Петра ЧЕГОДАЕВА и архитектора Анатолия МЕЛЬНИКА за этот добрый подарок нашему городу. Амурский тигр и самбо являются неотъемлемой частью всего Приморского края. Надеюсь, что для каждого из нас этот мемориал станет символом силы духа и характера, которые присущи тигру, и каждый день будет напоминать нам о важности бережного отношения к окружающему миру.

Учитесь у котят

Одним из высоких гостей мероприятия стал Тацухико КАСАИ, генеральный консул Японии во Владивостоке. По его словам, жители Страны восходящего солнца знают Ощепкова как легендарного дзюдоиста и человека, открывшего новую страницу спортивных русско-японских отношений.

- Возможность почитать память Василия Сергеевича на его родной земле является для меня большой честью. Этот человек стал связующим звеном, соединившим российских и японских дзюдоистов, - заявил дипломат. - 100 лет тому назад господин Ощепков начал постигать это боевое искусство в Японии в институте Кодокан. Он перенял знания от основателей дзюдо Кано Дзигоро и Хидетеси Томабечи, получил второй дан чёрного пояса, а вернувшись на родину, передал все умения своим ученикам и создал новое боевое течение самбо. Мне приятно видеть, что те семена, который он сел в России более века назад, раскрылись сейчас красивыми цветами, что знания великих

основателей дзюдо по сей день используются дзюдоистами и самбистами всего мира. От лица жителей Японии я хочу дать клятву продолжить дело господина Ощепкова и укрепить сотрудничество между нашими странами.

ЦСКА представила Светлана ХОРКИНА, двукратная олимпийская чемпионка. Спортсменка считает, что достижения российского дзюдоиста должны вдохновлять молодых борцов на новые свершения на спортивном поприще и поэтому в здании первой любительской школы дзюдо стоит открыть комнату-музей, посвящённую Ощепкову.

- Василий Сергеевич является главным учителем и вдохновителем многих выдающихся дзюдоистов и самбистов не только России, но многих других стран. Я думаю, что жителям и гостям Приморья придётся по душе эта памятная композиция, - считает Хоркина. - Спортсмены, которые приедут во Владивосток на соревнования, воодушевятся примером легендарного борца.

Прямая речь

«Как хорошо известно господину Путину, Василий Ощепков, родоначальник Кодокан дзюдо в России, здесь, на Корабельной набережной, в доме 21, открыл первый в России тренировочный зал додзё. Я с удовольствием пройду по этим местам, когда приеду сюда в следующий раз. Мне бы очень хотелось, чтобы это случилось в самом ближайшем будущем» - так в ходе пленарного заседания на Восточном экономическом форуме-2016 премьер-министр Японии Синдзо Абэ оценил роль Василия Ощепкова в развитии двусторонних отношений России и Японии.



Награда

ЕКАТЕРИНА ЦОЙ

ЗАЩИТНИКОВ природы, сотрудников заповедников, егерей - всех неравнодушных к судьбе дикой природы наградили во Владивостоке.

В центре внимания Дня тигра оказалась не только самая редкая кошка Дальнего Востока, но и люди, которые внесли существенный вклад в реализацию программ по сохранению крупных хищников. Торжественная церемония прошла в концертном зале Приморской сцены Мариинского театра.

- Отрадно видеть, что экологический фестиваль за 17 лет вырос в масштабный праздник, привлекающий внимание общества к проблемам защиты тигров и окружающей среды в целом, - открыл мероприятие Константин ЧУЙЧЕНКО, помощник Президента РФ и председатель наблюдательного совета Центра «Амурский тигр». Сегодня в нашей стране увеличивается число заповедников, совершенствуется природоохранное законодательство, реализуются значимые образовательные, благотворительные, гуманитарные акции. Следующий год объявлен в России Годом экологии. На Дальнем Востоке активно претворяется в жизнь программа по восстановлению популяции амурского тигра и дальневосточного леопарда, сбережение уникальной морской фауны и редких растений. И я рад приветствовать всех людей, которые внесли свой вклад в сохранение природного достояния.

Затем он вручил награды, благодарности и почётные грамоты жителям Приморья за существенный вклад в де-

СТРАЖЕЙ ЭКОЛОГИИ НАГРАДИЛИ ЗА ВКЛАД В СОХРАНЕНИЕ ПОПУЛЯЦИИ ТИГРА

Друзья зверя



Участники воскресного парада вечером получили заслуженные награды.

ло сохранения природы. В частности, в этом году ордена Почёта удостоен Сергей Сидоренко, вице-губернатор по вопросам сельского и рыбного хозяйства.

Почётной грамотой Президента России награждены: Юрий Дарман, директор амурского филиала Всемирного фонда дикой природы, Амерхан Амерханов, замруководителя Росприроднадзора, Ирина Фоминных, замдиректора департамента международных отношений Минприроды России, и Сергей Вобль, экс-директор ГООХ «Орлиное», бла-

годаря которому значительно выросла численность амурского тигра на территории хозяйства.

А Геннадий Любицкий, специалист-эксперт департамента охотничьего надзора Приморского края, получил личную благодарностью Президента РФ.

Далее для вручения наград Русского географического общества на сцену был приглашён Пётр Бакланов, вице-президент Русского географического общества. Он заявил, что от имени этой уважаемой организации поздравляет тех,

кто любит нашу природу и помогает другим узнать о её уникальных богатствах.

ние экологической грамотности населения. Благодаря сотрудникам центра проводятся раз-

Следующий год объявлен в России Годом экологии. На Дальнем Востоке активно претворяется в жизнь программа по восстановлению популяции амурского тигра и дальневосточного леопарда.

Летом 2012 года по инициативе Русского географического общества и Президента России был создан Центр «Амурский тигр». Одним из направлений деятельности центра стала работа, направленная на повыше-

личные конкурсы детских рисунков, конкурсы фотографий, снимаются документальные и анимационные фильмы. Целая группа специалистов, занятых такой работой, получила памятные подарки центра.

Книга

ЮНЫЕ приморцы снова встретились с Амурчиком.

На 17-й Дня тигра маленьких борцов за сохранение окружающей среды пригласили прогуляться по Спортивной набережной Владивостока.

Взрослые и дети заранее готовились к торжеству - шили костюмы, учили поздравительные номера, участвовали в предпраздничных творческих конкурсах. Традиционной изюминкой праздника стала презентация книги о приключениях амурского тигрénка Амурчика.

Третий год подряд жители и гости Владивостока семьями приходят на День рождения тигрят Амурчика и Тайги - в день установки скульптуры на Спортивной набережной в 2013 году. Дети участвовали в различных конкурсах, мастер-классах по лепке и оригами, а гостей развлекали маленькие циркачи в костюмах тигрят яркими танцевальными номерами.

- Это ярко и интересно. Детишки и даже взрослые ходили

Сказка для тигрят

по набережной с разукрашенными лицами под тигрят, пели и танцевали под зажигательную музыку, - улыбается Наталья ИГНАТОВА, жительница Владивостока. - Очень рада, что такой экологически направленный и в то же время детский праздник проводят для наших малышей. Думаю, что благодаря этому мероприятию многие люди изменят своё отношение к природе в лучшую сторону.

На Дне рождения тигрят Дмитрий НЕСТЕРЕНКО, начальник управления по делам молодёжи мэрии Владивостока, награбил победителей конкурсов рисунков среди учащихся начальных классов школ и чтецов среди воспитанников городских детских садов. Юные призёры получили ценные подарки и грамоты от Центра «Амурский тигр», а лучшие стихи о важности бережного отношения к природе, об амурском тигре и других обитателях уссурийской



Дети обожают рисовать - хоть на бумаге, хоть на стене!

тайги детишки зачитали гостям праздника.

Ещё одним подарком юным борцам за природу стала пре-

зентация третьей книги писателя Сергея ГЕОРГИЕВА о приключениях тигрénка Амурчика, живущего вместе с мамой и папой в тайге. В первых сериях тигрénку удалось найти верных друзей - медведя Ермолая Тимофеевича, лису Генриетту и ежа Дорофея.

Новая сказка называется «Амурчик в городе, или Новые приключения тигрénка». В этот раз он отправится в гости к знаменитому взрослому тигру, который дружит с козлом.

- С помощью этой доброй детской сказки мы хотим донести до младшего поколения идею бережного отношения к самой природе и её обитателям. В книге в лёгкой форме рассказывается о том, что амурские тигры являются одними из самых редких дальневосточных кошек, а значит, их нужно особенно бережно охранять, - отметили волонтеры АНО «Центр «Амурский тигр».

Идея сохранения популяции амурского тигра красной нитью пронизывала абсолютно все мероприятия праздника. На каждой викторине, конкурсе или мастер-классе волонтеры и кураторы Дня рождения тигрят рассказывали детям о том, насколько хрупкими оказываются природа и животные, оказавшиеся в руках человека. И объясняли, почему каждый житель планеты Земля должен заботиться о сохранении своих четвероногих братьев - амурских тигров.



МОСКОВСКИЙ МЕТРОПОЛИТЕН СОВМЕСТНО С ЦЕНТРОМ «АМУРСКИЙ ТИГР»,

Что делают тигры и

Событие

ЮЛИЯ ИЛЬИНА

Этим летом на Серпуховско-Тимирязевскую линию Московского метрополитена вышел обновлённый тематический состав «Полосатый экспресс», созданный Центром «Амурский тигр» совместно с АНО «Дальневосточные леопарды», Русским географическим обществом и Московским метрополитеном.

ВОСЕМЬ вагонов нового состава - восемь глав увлекательной истории о каждодневном быте редких больших кошек и их общении с человеком. Каждая глава содержит факты, инфографики и интерактивные материалы, рассказывающие и показывающие удивительную историю становления от крохотных беззащитных тигрят и леопардят до самых совершенных охотников планеты.

За достоверность изложенных в составе фактов отвечали эксперты Центра «Амурский тигр» и АНО «Дальневосточные леопарды», а визуальное наполнение разработали ведущие молодые иллюстраторы из разных городов России и... нейронная сеть - один из вагонов проиллюстрирован при участии компании Prisma Labs, разработчика суперпопулярного приложения Prisma. Основатели компании предоставили проекту ресурсы собственной обученной нейронной сети. Взяв за отправную точку изображения амурского тигра, дальневосточного леопарда и живописных видов территории их обитания, она создала



Вот такую красоту можно увидеть в метро.

свой вариант художественных иллюстраций. Результатом необычного сотрудничества стал первый научно-популярный поезд московского метро, каждый вагон которого выполнен в уникальном художественном стиле.

Благодаря творческому сотрудничеству каждый вагон оформлен в уникальном ху-

дожественном стиле. Тысячи километров тайги, помещённые в один подземный состав, постоянно меняются от вагона к вагону, не оставляя места монотонности. Поезд будет курсировать на Серпуховско-Тимирязевской линии московского метро до 2017 г. - Года экологии в России.



ВАГОНЫ НОВОГО СОСТАВА

СЕМЬ ЯРКИХ ГЛАВ единой истории о буднях невероятных зверей и их общении с человеком. Каждая глава содержит факты, инфографики и интерактивные материалы, рассказывающие и показывающие удивительную историю становления от крохотных беззащитных тигрят и леопардят до самых совершенных охотников планеты.

«ЗАТЕРЯННОЕ ЦАРСТВО»

ВВОДНАЯ ГЛАВА, «Затерянное царство», содержит всю базовую информацию, позволяющую получить общее представление о том, кто такие амурский тигр и дальневосточный леопард. Их численность, карта ареала, биологические характеристики и другие факты наглядно преподнесены в форме легко запоминающейся инфографики.



«РОДИТЕЛЬСКИЙ ДОМ»

ГЛАВА ВТОРАЯ посвящена появлению котят на свет - от правил брачных игр родителей до первого выхода неуклюжих малюток из логова.

2-3 котёнка появляются на свет от одной тигрицы раз в 2,5-3 года.

25 кг весит полугодовалый котёнок, представляющий собой миниатюрную копию взрослого тигра.





АНО «ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЕ ЛЕОПАРДЫ» И РГО ЗАПУСТИЛИ НЕОБЫЧНЫЙ СОСТАВ

леопарды в метро



«ВЫХОД В СВЕТ»

ГЛАВА «ВЫХОД В СВЕТ» рассказывает о повзрослевших братьях, готовых к самостоятельной жизни и охоте. По сути, это описание исключительных «технических» характеристик дальневосточных котов, делающих их уникальными в своём роде.

«ЦАРСКИЕ УГОДЬЯ»

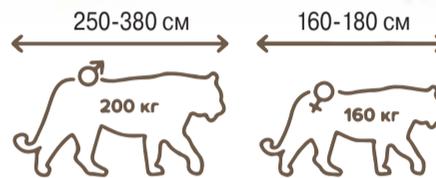
ГЛАВА «ЦАРСКИЕ УГОДЬЯ» подробно описывает дальневосточный ареал. Тигры и леопарды занимают доминирующую позицию на вершине экосистемы края, находясь в прямой зависимости от соседей по территории и влияя на их численность. Кроме того, как и люди, каждый из редких котов обладает персональными предпочтениями в выборе индивидуальных участков.

9-10 кг

мяса - суточная норма пищи амурского тигра

50-70

копытных в год необходимо амурскому тигру для полноценного питания.



ТИГРИНЫЕ ОТЛИЧИЯ

1. **Вибриссы («усы»):** длина 14-15 см, толщина 1-1,5 мм.
2. **Втяжные когти.**
3. **Уникальный окрас** каждой особи.
4. **Мощная шея** позволяет нести с отрывом от земли добычу весом более **100 кг**.
5. **Клыки** длиной до 7,5 см.
6. **Глаза** - тигры различают цвета.
7. **Хвост** - индикатор настроения.

«ИСКУССТВО ОХОТЫ»

Вагон посвящён всем тонкостям непростого мастерства добычи пропитания в суровых условиях дальневосточного леса - выслеживанию и скрадыванию добычи, описанию «арсенала» и любимых деликатесов хищников-гурманов.



Уссурийский, сибирский и амурский - это разные названия одного и того же подвида тигра, живущего на юге Дальнего Востока России. Официальное название нашего тигра - **амурский**.

Амурский тигр интересуется человеком исключительно **из любопытства**. В качестве добычи люди не представляют для него никакого интереса.



«ВРАГ ИЗВНЕ»

Основной угрозой, безжалостно сокращающей численность дальневосточного леопарда и амурского тигра, остаётся варварское браконьерство. Предрасудки, невежественные поверья и, конечно, очевидная жажда наживы до сих пор ежедневно убивают одних из самых прекрасных представителей живой стихии. Кроме того, важным фактором сокращения территорий, пригодных для обитания, является человеческая деятельность и её последствия.



«СОЮЗ СИЛЬНЫХ»

Человек, от которого исходит непосредственная опасность, одновременно является самым надёжным другом и защитником амурских тигров и дальневосточных леопардов. Глава показывает и объясняет самые современные методы бесконтактного исследования жизни повелителей тайги, их подсчёта, отслеживания и решения конфликтных ситуаций с местными жителями.

95%

популяции амурского тигра в мире сосредоточено на территории Приморского и Хабаровского краёв, Еврейской автономной и Амурской областей.

150 000

км² затронул сплошной единовременный учёт амурского тигра в 2015 г.

2000

специалистов

приняли участие в сплошном единовременном учёте амурского тигра в 2015 г.





ВЭФ

В САМОМ ЗАСОРЁННОМ РЕГИОНЕ ДАЛЬНЕГО ВОСТОКА ГОВОРИЛИ О ПРИБОРКЕ

Страна должна быть чистой

ЛЮБОВЬ ХМЕЛЕВСКАЯ

БУДУЩИЙ год объявлен Годом экологии в России по указу президента. В ходе II Восточного экономического форума, который прошёл во Владивостоке 2-3 сентября, ведущие эксперты в сфере экологии обсудили основные направления и план работы на 2017 г. План работы, количество мероприятий на 2017 г. правительством уже утверждены. В рамках Года экологии в России пройдёт 234 мероприятия, на которые предусмотрено 194 млрд руб.

«В России очень много экологических проблем, которые за год не решить. Поэтому некоторые мероприятия носят краткосрочный характер и завершатся в 2017 г., а другие - долгосрочный, - пояснил **Сергей ИВАНОВ, специальный представитель Президента России по вопросам природоохранной деятельности, экологии и транспорта.** - Важно, что львиная часть финансирования этой программы - 84% - частные средства металлургических, нефтяных, горнодобывающих и других компаний, которые осознают свою ответственность в формировании «зелёной экономики».

В рамках программы «Чистая страна», подразумевающей переработку отходов и утилизацию накопленного экоушерба, в России планируют «разобраться» с 3/4 существующих свалок за десять лет. «К 26 сентября все регионы страны должны предоставить и утвердить схемы по формированию у себя инфраструктуры по мусоропереработке, программы, связанные с этой деятельностью, - добавил к этому **Сергей ДОНСКОЙ, министр природных ресурсов и экологии РФ.** - Осенью этого года в России примут запрет на захоронение ряда отходов, которые обязательно необходимо возвращать в оборот, то есть перерабатывать и снова пускать в производство. Дело касается пластика, стекла и других видов. Если их производитель не сможет самостоятельно пере-

рабатывать, ему придётся вносить серьёзные экологические платежи, чтобы это за него сделало государство. Такие условия станут мотивировать бизнес в России строить собственные заводы по переработке мусора».

Ружьё - под закон

Приоритетным направлением деятельности в Год экологии станет и работа по сохранению редких видов животных и растений. В этом плане уникальная природа Дальнего Востока занимает по важности одно из первых мест.

«На Дальнем Востоке мы имеем уникальный животный мир, реликтовые растения. Пятая часть территорий Приморского края, который сам по себе велик, уже объявлена либо заповедной, либо особо охраняемой, - рассказал Сергей



Панельная дискуссия в рамках Восточного экономического форума. Сергей Донской, Константин Чуйченко и Сергей Иванов - о грядущем Гode экологии.



Защитим и тигра, и леопарда!

Иванов. - В Якутии - третья часть, на Камчатке - 11%. За последние пять лет только на Дальнем Востоке появились такие национальные парки, как «Земля леопарда», парк «Бикин», «Шантарские острова», «Берингия». Заверша-

ется также работа по созданию федерального заказника на Новосибирских островах (принадлежащий России архипелаг в Северном Ледовитом океане между морем Лаптевых и Восточно-Сибирским морем. - Ред.), которые вместе с

У нас также есть конкретные планы по созданию кордонной инфраструктуры: это позволит обеспечить присутствие правоохранительных органов и экологических организаций в ареале обитания амурского тигра и дальневосточного леопарда».

Не жгите сушняк!

По словам экспертов, в России сейчас практически не ведётся работа по восстановлению лесных массивов, зато бизнес в сфере лесной промышленности развит очень хорошо. Между тем леса нашей страны поддерживают экологическую обстановку всего мира, являясь природной «губкой», оберегающей атмосферу от засорений, а территории - от наводнений.

«У нас в стране уничтожаются тысячи гектаров хорошего леса, особенно на Дальнем Востоке. Причины две - вырубка лесов и пожары, - говорит Сергей Иванов. - Причём чаще всего пожары случаются по вине человека. По незаконным вырубкам законодательство уже ужесточено, надо просто эти законы соблюдать. А что касается пожаров,

островом Врангеля являются «родильным домом» всех белых медведей мира».

По словам экспертов, работа на этих территориях состоит из трёх частей: защита лесных угодий, борьба с браконьерством

Следует обеспечить присутствие правоохранительных органов и экологических организаций в ареале обитания амурского тигра и дальневосточного леопарда.

и проведение биотехнических мероприятий. Правильным направлением в борьбе с браконьерством эксперты считают и усиление ответственности.

«На сегодняшний день у нас порядка десяти приговоров, содержащих наказания в виде лишения свободы, - сообщил **Константин ЧУЙЧЕНКО, председатель наблюдательного совета АНО «Центр «Амурский тигр».** - Но этого недостаточно, надо поднимать тяжесть таких преступлений до средней, чтобы в нашем распоряжении были все инструменты по пресечению браконьерской деятельности.

то здесь необходима большая разъяснительная работа с населением. Весной наши люди привыкли поджигать траву, так как считают, что это способствует росту урожая. Но это миф! И все учёные в один голос твердят об этом. Так что нам предстоит проделать большой пласт работы по восстановлению лесных зон. Такие работы в России почти не ведутся, но необходимо наладить баланс и вернуть природе то, что взято. Понятно, что за один год эту проблему не решить. Необходимо сотрудничество государства, частных компаний и жителей нашей страны».

Благотворительность

Экономика на пользу тигру

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫМ забегом в пользу амурского тигра и дальневосточного леопарда начали II Восточный экономический форум его участники. Всего около 700 человек бегали на 1 и 5 км по собственному желанию. Более 3 млн руб., собранных участниками пробега и от специального аукциона, пошли на сохранение популяции животных. Победители забега: на дистанции 1 км это Алина Куйдина и Роман Корнеев, на 5 км - Алексей Лопатин и Наталья Власова. «Такие забеги - хорошая инициатива, потому что она объединяет людей и привлекает внимание к экологическим проблемам», - заявил,

одолев 5 км, **Дмитрий ПЕСКОВ, пресс-секретарь президента.**

А на аукционе лотами стали скульптуры редчайших в мире кошек - дальневосточных леопардов и амурских тигров». Забег и аукцион стали, по сути, массовым участием жителей Приморья и участников форума в мероприятиях в пользу природы. Позже на саммите прозвучали цифры, что в сфере браконьерства законодательство сильно ужесточено: за счёт этого в крае браконьерство, ранее являвшееся образом жизни для многих местных жителей, пошло на спад. «Положение меняется к лучшему. Статистика показывает, что мы движемся в правильном направ-

лении: раньше Россия теряла от 70 до 100 особей амурского тигра в год, а сейчас эта цифра

составляет 20-30 особей, - сказал **Константин ЧУЙЧЕНКО, председатель наблюдательного**



В забеге приняло участие около 700 человек.

совета АНО «Центр «Амурский тигр». - Поменялся и характер браконьерства: если бытовое, или «трофейное», браконьерство мы побороли и сегодня считается дурным тоном иметь в доме шкуру амурского тигра или дальневосточного леопарда, то коммерческое браконьерство приобрело более изощрённую форму. Победить такое браконьерство невозможно без работы по противодействию спросу. Мы ставим под сомнение полезность настроек, порошков из костей краснокнижных животных. Но если учёные всё-таки подтвердят полезность такого кощунственного метода лечения, то мы всё равно будем вести разъяснительную работу о том, что невозможно поправлять здоровье человека за счёт уничтожения других видов».



ОНИ СТАЛИ ОБЪЕКТАМИ КОЛЛЕКЦИОНИРОВАНИЯ

Тигры в марках

Это интересно

КОГДА-ТО в начале своего существования почтовые марки не отличались особой красотой, поскольку использовались исключительно как знаки почтовой оплаты, служившие для облегчения сборов за пересылку почтовых отправлений. Самыми расхожими изображениями на них были либо лица царствующих особ, либо гербы соответствующих государств. Так на первой марке Великобритании «Чёрной пенни» (1840 г.) была изображена королева Виктория, а на первой российской - герб России. Но постепенно почтовые ведомства пришли к мысли о более разнообразном оформлении почтовых знаков. С 1891 г. в Малайском султанате Негри-Сембилан, бывшем в то время английской колонией, начали выпускать первые марки с изображением тигра, на одной из которых он выпрыгивал из зарослей, а на другой - просто рычал.



В наши дни почтовые марки всё меньше связаны с почтовыми услугами, тем более что сообщение проще переслать по Интернету, чем в конверте. Зато они стали полноправными объектами коллекционирования, порой стоящими целого состояния, а с развитием полиграфического производства - настоящими произведениями искусства. Как писал известный знаток филателии профессор М. Теплинский: «Благодаря маркам можно лучше узнать ту или иную страну, её флору и фауну...»



Первая марка с изображением уссурийского (амурского) тигра в СССР была выпущена в 1959 г. Она вошла в серию «Охраняйте животных» и была посвящена редким животным на территории нашей страны. В то время численность амурского тигра не превышала 100 особей. Нарисовал тигра известный советский художник-анималист Алексей Комаров.



Когда в 1964 г. Московскому зоопарку исполнилось 100 лет, почта СССР посвятила этому событию целую серию марок, в которую вошли марки со слонем, большой пандой, белым медведем, лосем, пеликаном, орлом-бородачом и амурским тигром. Причём своей ценой в 12 копеек марка с тигром уступала только марке с орлом ценою в 16 копеек. Удивительно, что самая мелкая цена в 1 копейку была выставлена у марки с самым крупным животным - слонем.



К 25-летию Союза филателистов СССР была выпущена целая серия почтовых блоков с общим названием «Охрана природы - актуальная тема филателии». Самое интересное, что начали печатать серию ещё в СССР, а закончили в России. Поэтому блок с тигром, датированный 1992 г. выпуска, можно считать первым изображением полосатого хищника на марках в истории современной России.



«Товарищи, тигр в основном состоит из трёх частей: передняя, задняя и хвост» - фраза дрессировщика Шулейкина в исполнении Евгения Леонова в фильме «Полосатый рейс» стала крылатой. Сцена из этого фильма украсила марку, посвящённую памяти знаменитого актёра, которая была выпущена в 2001 г. в серии «Популярные актёры российского кино».



Вот такие забавные изображения тигров появились на марках Китая и Южной Кореи. Китайская марка (слева) посвящена году Огненного Тигра (1986), корейская - году Тигра Земляного (1998).



Живописный тигринный блок напечатало почтовое ведомство Эритреи. У этого африканского государства богатая фауна: львы, слоны, леопарды, дикобразы, бегемоты, носороги, крокодилы. Вот только тигры, к сожалению, в Африке не водятся.

Материал подготовил Андрей ДОРОФЕЕВ



На досуге

Мы продолжаем печатать отрывок из новой книги СЕРГЕЯ ГЕОРГИЕВА «Амурчик в городе, или Новые приключения тигрёнка». Это уже третья часть истории о приключениях тигрёнка.

Глава 2

ДЯДЮШКА ИЗ ТЕЛЕВИЗОРА

В посёлок двое лучших друзей, Данилка и Коля, вместе с верным псом Грозным вернулись не сразу. - Так что они там пели, эти твои лягушки? - ещё возле болота спросил Коля Даньку. - «Подружился тигр с козлом»?



НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТИГРЁНКА

Амурчик в городе



Идея была гениальной, Данилка это понял сразу. - В тайге нет электричества... - на всякий случай возразил он. - Как же телевизор на пенёчке станет работать? - Всё предусмотрено! - Коля второй раз торжествующе шлёпнул себя ладошкой по

лбу. Телевизор был маленький, нетяжёлый, работал на батарейках. Вдвоём с Данилкой они перенесли телевизор из сторожки на поляну и установили на пенёчке. Данилка включил телевизор и настроил нужный канал. - Смотрите на здоровье, друзья дорожие! Первым на поляну с некоторой опаской выбрался ёж Дорофей. - Телевизор! - Колючий сначала даже не поверил своим глазам. - Ура! Футбольчик смотреть станем! Все в тайге знали: несколько месяцев своей жизни геройский ёжик провёл в плену у людей, жил в тёплом доме под лавкой. Однако показывали совсем не спортивную передачу, а переключать каналы в телевизоре ёж не умел. - Ну и ладно, ну и пожалуйста,

- Точно! - подтвердил Данилка. - И ведь никто в тайге не поверил! Никто из зверей! Даже Вихрастик, мой знакомый тигрёнок! Слышал рычание? Это был он! - Не поверили, значит? - переспросил Коля. - Решили: дурачатся лягушки? Но ведь это чистойшей правды! Как можно об этом не знать?! У нас в городе про это все знают. Про козла и тигра каждый день по телевизору показывают! Как же их убедить? Данилка только пожал плечами. Не станешь же в самом деле хватать медведя за ухо и доказывать тому, что какой-то там тигр подружился с неведомым козлом! - Мы им принесём телевизор... - затараторил Николка. - Поставим на пенёк, настроим нужный канал и уйдём! Пусть смотрят! А на следующее утро вернёмся и заберём телевизор! Вот и всё!

лбу. Телевизор был маленький, нетяжёлый, работал на батарейках. Вдвоём с Данилкой они перенесли телевизор из сторожки на поляну и установили на пенёчке. Данилка включил телевизор и настроил нужный канал. - Смотрите на здоровье, друзья дорожие! Первым на поляну с некоторой опаской выбрался ёж Дорофей. - Телевизор! - Колючий сначала даже не поверил своим глазам. - Ура! Футбольчик смотреть станем! Все в тайге знали: несколько месяцев своей жизни геройский ёжик провёл в плену у людей, жил в тёплом доме под лавкой. Однако показывали совсем не спортивную передачу, а переключать каналы в телевизоре ёж не умел. - Ну и ладно, ну и пожалуйста,

решил тогда Дорофей. - Стану, как и прежде, муравьёв разглядывать! В сущности, разница между футболом и муравьями небольшая! Только муравьи всё тащат в одном направлении, к муравейнику, а футболисты совершенно бесположно пихают свой мяч по полю туда-сюда, туда-сюда!.. А потом на поляну пришли и собрались возле пня и все остальные: тигрёнок Амурчик, медведь Ермолай Тимофеевич, лисица Генриетта... Даже шустрый бурундучок Парамошка и тот прискакал! - Это Данилка принёс... - потянул носом Амурчик. - Значит, неспроста! По телевизору как раз показывали очень необычный сюжет из городского сафари-парка. Про то, как у тигра в вольере оказался козёл... - Какой симпатичный козлик! - всплеснула лапами лисица Генриетта. - Интеллигентный такой, с бородой! А бурундучок Парамошка в ужасе закрыл лапами глаза: - Не могу смотреть! Что сейчас будет!



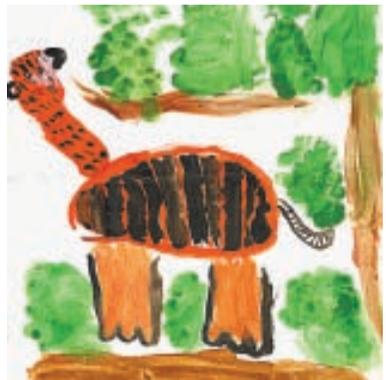
Амур! Я узнаю его! Точно! Посмотрите, он же вихрастый, этот тигр! После этих медвежьих слов сразу наступила тишина. Даже телевизор, кажется, на минуту умолк. Тигрёнок Амурчик весь похолодел. Он знал эту горькую историю, родители не стали от него ничего скрывать. Однажды на свет появились сразу два тигрёнка. У могучего Амбы, отца Амурчика, был брат. Вихрастеный такой... А потом тот, второй тигрёнок, попал в сеть к браконьерам. И больше про него никто никогда и ничего не слышал. - Так это мой дядя? - после долгой, напряжённой паузы наконец едва слышно спросил Амурчик. - Выходит, там, в городе, живёт мой родной дядя?.. Тигрёнку никто не ответил. - Он живёт и даже не знает, что в тайге у него есть племянник... - продолжал Амурчик. И тут же поправился: - Он не знает, что сегодня ранним утром ещё дважды сделался дядей! У него теперь есть двое маленьких племянников, мальчик и девочка!.. - Да откуда ж ему знать?! - один за всех остальных вздохнул медведь Ермолай Тимофеевич. - Хора лягушек, поди ж ты, в городе нет...

Но ничего страшного не произошло. Оказалось, козёл не дал себя в обиду, и они с тигром даже подружались... Как и пели лягушки на болоте! Медведь Ермолай Тимофеевич долго и напряжённо всматривался в экран, а затем вдруг в крайнем возбуждении поднялся на задние лапы и прорычал громовым голосом: - Да это же Амур! Это он,

Наш конкурс

В каждом рисунке - тигр!

Мы начинаем конкурс детского рисунка или поделок. Присылайте их по адресу: 101000, Москва, Мясницкая, 42, или letters@auf.ru с пометкой «Тигр».



КОТОРАЯ СУЩЕСТВУЕТ В МОСКОВСКИХ ПОЛИКЛИНИКАХ, НЕ НАЙДЁТСЯ НИГДЕ В МИРЕ

Залог успешного излечения

служит единственным методом, доказанно снижающим смертность от него.

Звенья одной цепи

С 2015 года в Москве действует Единая радиологическая информационная система (ЕРИС), которая объединяет рабочие места рентгенолаборантов, врачей-рентгенологов и диагностическую аппаратуру в единую сеть. Это позволило создать современную систему

переход на «цифру» эффективен и с финансовой точки зрения.

До конца 2017 года все компьютерные, магнитно-резонансные томографы и рентгеновские аппараты в поликлиниках и больницах Москвы будут подключены к единой радиологической информационной системе.

Благодаря этому москвичам не придётся проходить платные обследования в частных медицинских центрах. Ещё один существенный плюс:

Единая радиологическая информационная система Москвы объединяет 137 магнитно-резонансных и компьютерных томографов, работающих в 64 столичных поликлиниках.

хранения изображений и протоколов исследования.

«Московская медицина первой в России применила единую информационную систему, объединившую более 100 томографов из разных столичных поликлиник, - продолжает С. Морозов. - Основная цель ЕРИС - обеспечение доступности рентгенолога-эксперта для всех пациентов».

Сегодня к системе подключены 137 магнитно-резонансных и компьютерных томографов, которые работают в 64 столичных поликлиниках. Благодаря этому данные о загруженности томографов в масштабе Москвы доступны врачам столичных учреждений в режиме реального времени. Это позволяет регулировать потоки пациентов и направлять их в наименее загруженные клиники.

Внедрение системы ЕРИС позволило оптимизировать работу всей радиологической службы Москвы. Уже есть ощутимые (как для врачей, так и для пациентов) результаты: время подготовки описания КТ и МРТ в амбулаторных медицинских организациях снизилось на 80% (с 53 часов раньше до 8 часов сейчас) по сравнению с прошлым годом. Пациенты могут получить заключение уже на следующий день после исследования, а не ждать его по несколько дней.

Ещё одно важное направление работы - переход с аналоговых (привычных чёрно-белых) рентгеновских изображений на цифровые. Их достоинства очевидны - цифровые изображения легко копируются, их невозможно потерять или испортить, отпадает необходимость повторного облучения пациента, если снимок пропал. Немаловажно, что благодаря высокой скорости обработки снимков повышается пропускная способность рентген-кабинетов. К тому же каждый цифровой снимок почти в 14 раз дешевле аналогового, поэтому

возрастёт достоверность диагностики (благодаря контролю за интерпретацией результатов со стороны удалённых экспертов), сократятся очереди и время ожидания результата исследования.

Дальнейшее развитие системы ЕРИС (в том числе и за счёт подключения к системе ЕМИАС) даст возможность врачам в режиме онлайн видеть данные о пациенте: результаты проведённых исследований, назначения врача-клинициста и т. д.



«Продвинутые» исследования доступны всем москвичам.

Врач-рентгенолог - это престижно

Сейчас во всём мире активно развивается онкопсихология. Убедительно доказано, что онкопациенты с правильным настроем живут дольше и выздоравливают чаще. Однако

не стоит забывать, что положительный настрой зависит не только от психологов, прошедших специальную подготовку, но и от тех врачей, которые взаимодействуют с больным постоянно.

В онкологии самая приближенная к пациенту специальность - это рентгенология. Ведь почти каждый пациент проходит через тот или иной метод лучевой диагностики - рентгенографию, маммографию, ультразвуковую диагностику. И поэтому от уровня подготовки медика и от степени доброжелательности зависит не только правильный диагноз, но и настрой пациента.

Неудивительно, что сегодня к врачам-рентгенологам предъявляются особые требования. Они должны знать не только свою, но и смежные

специальности, владеть всеми диагностическими методами, уметь синтезировать данные различных обследований и быть консультантами для направляющих врачей. И если раньше окончательное решение о характере заболевания выносил лечащий врач, то сегодня эту задачу берут на себя специалисты, владеющие методиками КТ, МРТ и ПЭТ. А для этого им приходится взаимодействовать с коллегами - представителями других медицинских областей.

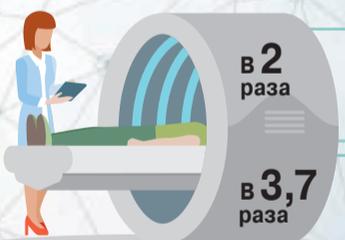
Престиж профессии врача-рентгенолога возрос многократно. Если ещё 20-30 лет назад врачи и медсёстры порой шли в специальность радиолучения надбавок за вредность, льготного отпуска и пенсии, то сегодня идут в основном ради престижной работы.

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

Только цифры

118 компьютерных томографов и **85** магнитно-резонансных томографов

было поставлено в медицинские организации Департамента здравоохранения города Москвы в рамках программы модернизации томографов. Аналогов такой диагностической базы в учреждениях первичного звена не существует нигде в мире.



увеличилось количество москвичей, прошедших углублённое исследование по компьютерной томографии.

возросло число пациентов, прошедших исследование по магнитно-резонансной томографии (МРТ).

164 КТ-аппарата и **101** МР-томограф

сегодня работают в медицинских учреждениях Москвы.

641 168 КТ-исследований было выполнено в 2015 году.

Это на **11,5%** больше показателя 2014 года.

222 357 МРТ-исследований прошли москвичи в 2015 году. Это отражает повышение доступности высокотехнологических диагностических исследований для пациентов.

7,1% рост показателя по отношению к 2014 году.

На **2/3** (в расчёте на равное количество рабочих дней) выросло число исследований с контрастным усилением.



Престиж профессии врача-рентгенолога многократно вырос.

ВСЕГО ЗА ПЯТЬ ЛЕТ РОССИЙСКАЯ СТОЛИЦА СТАЛА ОДНИМ

Лучшая медицина

Квоты на настоящее чудо

ЕЛЕНА КОЛОБОВА

Для обычного человека словосочетание «высокие технологии» также малопонятно, как и аббревиатура ВМП (высокотехнологичная медицинская помощь). На ум приходят ассоциации с чем-то фантастическим, безумно дорогим и очень-очень сложным. Если бы вы увидели технику, которая используется в московских клиниках, то поняли бы - эти ассоциации верны. Например, хирургический комплекс «Да Винчи» (в каких больницах он есть - см. «Кстати») стоит немалых денег. И при этом он стоит на страже здоровья всех москвичей.

Все исследования - за один визит

Н А самом деле встретить «гостя из будущего» можно не только в операционной. Ведь высокотехнологичной бывает и диагностика. Современная медицинская техника, которой



Онкологическое заболевание - это не приговор. На вашей стороне врачи и новейшая медтехника.

За последние 5 лет существенно увеличилось число столичных больниц, где оказывается ВМП: если в 2010 году речь шла о 17 больницах, то сейчас таких уже 39. Расширяется и перечень помощи: в 2010-м в списке значилось всего 143 вида, сейчас - более 1,5 тыс.

оснащены столичные поликлиники и больницы, позволяет проводить высокоточные и комплексные обследования за одно посещение, а какому пациенту не хочется свести визиты к врачам к минимуму?

Возьмём, к примеру, позитронно-эмиссионную компьютерную томографию (ПЭТ/КТ). Каждое исследование стоит от

50 до 70 тыс. руб. (в Европе расценки начинаются от 1 тыс. евро). До конца этого года 8 тыс. московских пациентов пройдут эту процедуру бесплатно. И долго ждать своей очереди людям не приходится, ведь за последние 5 лет существенно увеличилось число больниц, где оказывается ВМП: если в 2010-м речь шла о 17 больницах, то сейчас таких

уже 39. Расширяется и перечень помощи: в 2010-м в списке значилось всего 143 вида, сейчас - более 1,5 тыс. Это значит, что практически по любому заболеванию есть «волшебная палочка».

Как можно выпарить опухоль?

И лазер применяется повсеместно: луч, который раньше считался исключительно смертоносным, теперь используется в качестве скальпеля. (Например, в НИИ скорой помощи им. Н. В. Склифосовского уже стала привычной операция «Гамма-нож», она также бесплатна для москвичей).

С помощью лазера врачи дробят камни в почках и даже «выпаривают» опухоли, которые затем превращаются в газообразное состояние и выводятся из организма. Есть даже способы дистанционного удаления камней (то есть и вовсе без проникновения в организм пациента). Замена суставов - тоже прерогатива ВМП.

За пять лет число операций по бесплатному протезированию в Москве выросло в два раза. В 2015 г. их было проведено 9,5 тыс., при этом 37% из них - эндопротезирование коленного и тазобедренного суставов. Надо особо отметить,

что больничная смертность от острого инфаркта миокарда в Москве в последние годы уменьшилась в 3 раза. Этого удалось достичь в том числе благодаря выстроенной системе экстренного реагирования на вызов и быстрой доставке пациентов в клинику. Больных принимают 29 центров экстренной помощи в борьбе с инфарктами и инсультами.



«Сегодня таких центров в столице достаточно, даже больше, чем в большинстве европейских столиц», - комментирует главный внештатный кардиолог Департамента здравоохранения города Москвы Елена ВАСИЛЬЕВА. - Они работают круглосуточно. Там больным восстанавливают коронарный кровоток, ставят стент. Уменьшилась не только больничная летальность от инфаркта миокарда, но и стала снижаться сама заболеваемость инфарктом».

Вот так незаметно высокие технологии становятся неотъемлемой частью нашей жизни и помогают сохранять здоровье.

Кстати

Где в Москве работают хирургические комплексы «Да Винчи»:

- Московский клинический научный центр Департамента здравоохранения г. Москвы
- Городская клиническая больница № 31
- Городская клиническая больница им. С. П. Боткина
- Городская клиническая больница им. С. И. Спасокукоцкого.

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

КАК ПОЛУЧИТЬ ВЫСОКОТЕХНОЛОГИЧНУЮ МЕДПОМОЩЬ

1

Пациент обращается к лечащему врачу, проходит обследование и получает направление на консультацию в медицинскую организацию, оказывающую ВМП.

или

Пациент обращается в клинику, в которой хочет лечиться, и проходит в ней обследование.

или

Пациент поступает по «скорой помощи» в клинику, оказывающую ВМП.

2

Отделение клиники или лечащий врач определяет наличие медицинских показаний для оказания высокотехнологичной помощи и при их наличии выдаёт направление на госпитализацию.

3

Талон на ВМП оформляется с применением специализированной информационной системы.

4

Основание для госпитализации - решение врачебной комиссии медицинской организации, оказывающей ВМП.

5

По результатам лечения медицинские организации дают рекомендации по дальнейшему наблюдению или лечению.

ИЗ САМЫХ ПРОДВИНУТЫХ МЕГАПОЛИСОВ МИРА В СФЕРЕ МЕДИЦИНЫ.

для лучшего города!

Золотой стандарт врача и пациента

ИГОРЬ ЕФИМОВ

О ПРЕИМУЩЕСТВАХ малоинвазивной хирургии «АиФ» рассказал **Игорь ХАТЬКОВ, главный внештатный онколог московского Департамента здравоохранения, директор Московского научного клинического центра.**

Меньше осложнений - это и есть прогресс

Малоинвазивная хирургия (лапароскопические операции) используется по всему миру. Почему? Ответ очевиден. Она малотравматична, обеспечивает минимальную

ный восстановительный курс, тоже намного короче. Создана технология быстрой реабилитации - fast track. Это когда пациента не мучают сложной и длительной подготовкой к операции, не заставляют придерживаться специальной диеты. Больной получает максимально комфортные условия на всех этапах медицинской помощи - подготовительном, операционном и восстановительном.

Надо сказать, что впервые в мире этот способ применили в 1987 году (так удалили желчный пузырь), но в России операция данного вида была выполнена только в 1991 г. Дело в том, что до этого момента в нашей стране не имелось необходимого оборудования.

Сегодня подобных проблем просто не существует - благодаря программе модернизации московского здравоохранения



Игорь Хатьков во время «обычной» операции в Московском научном клиническом центре.

Врачи сомневались, насколько качественно и безопасно можно выполнить лапароскопическую операцию при онкологических заболеваниях. Сегодня всеми мировыми практиками доказано - да, можно.

кровотерю, снижает количество осложнений. И самое главное - пациент практически сразу возвращается к привычному образу жизни. Ведь болевой синдром у него намного менее выраженный, чем при традиционной полостной операции. Срок, за который человек проходит полноцен-

в столичных клиниках есть высококлассное оборудование мирового уровня. Я уверен, что наши операционные ничем не отличаются от американских, европейских, азиатских.

Надо сказать, что врачи всегда стремились развивать лапароскопию, искать и осваивать новые

области её применения - гинекологию, торакальную хирургию.

Технологиям покорилась и онкология

Теперь, когда существовавшие ранее недостатки выполнения лапароскопических операций преодолены, такой способ хирургического вмешательства является золотым

стандартом. Он максимально рекомендован, применяется в самых разных областях хирургии. Надо сказать, что в области онкологии малоинвазивная хирургия развивалась достаточно медленно. Это объяснимо. Врачи сомневались, насколько качественно и безопасно можно выполнить лапароскопическую операцию при онкологических заболеваниях. Сегодня всеми мировыми практиками доказано

- да, можно. Такие операции делают при 1-2-й стадиях рака и даже в некоторых случаях - при 3-4-й стадиях. Например, в нашем Московском клиническом научном центре до 70% онкологических операций выполняется лапароскопически. На желудке - 90%, ну а бесспорным лидером малоинвазивных технологий является поджелудочная железа.

Фото пресс-службы Департамента здравоохранения г. Москвы

ВЫСОКОТЕХНОЛОГИЧНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ (ВМП) - СОВРЕМЕННАЯ, ПЕРВОКЛАССНАЯ, ЭФФЕКТИВНАЯ

Какие бывают виды ВМП



Самые востребованные операции в рамках ВМП (по итогам 2015 г.)



Как выросли объёмы высокотехнологичной медпомощи в Москве за последние 5 лет.



ПАЦИЕНТЫ ВЫБРАЛИ ТЕХ ВРАЧЕЙ И МЕДСЕСТЁР ГОРОДСКИХ

«Активный гражданин»

Чем измерить народную любовь? Голосованием на портале «Активный гражданин»! С 26 апреля по 5 июня москвичи отдавали голоса за своих любимых докторов и медсестёр из районных поликлиник. Тех, которые по-настоящему влюблены в профессию.

ПОБЕДИЛИ 30 врачей, по десять в каждой «номинации» - лучший терапевт поликлиники, лучший педиатр поликлиники и лучшая медицинская сестра детской поликлиники. «Золото» народного признания досталось Тезаде ОЗОВОЙ, врачу-терапевту филиала № 3 поликлиники № 5, Александру АТАПИНУ, педиатру детской поликлиники № 12, и Нине БЕЛОВОЙ, медсестре детской поликлиники № 86. Они набрали больше всех баллов.

Руководитель столичного Департамента здравоохранения Алексей ХРИПУН подчеркнул: наградили не главных врачей, а тех, кто ведёт приём, кто действительно лечит - и словом, и таблеткой, и вовремя назначенной процедурой, и искренним душевным участием. В конкурсе, который был проведён по инициативе Департамента здравоохранения и столичного Комитета государственных услуг, участвовали больше трёх тысяч терапевтов, двух тысяч педиатров и почти две тысячи детских медсестёр. Больше 232 тысяч активных москвичей отдавали должное не только профессионализму специалистов, но и внимательному отношению к пациентам. Они оценили медиков по 10-балльной шкале.

Награда победителей - стажировка в зарубежной клинике. Такая возможность у амбулаторных врачей появилась впервые. А фотографии лучших украсили билборды на городских улицах.



30 первоклассных специалистов, из кабинетов которых пациенты уходят не хотят!

ЛУЧШИЕ ВРАЧИ-ТЕРАПЕВТЫ	
Тезада Озова	врач-терапевт филиала № 3 поликлиники № 5 (ЦАО).
Ольга Барашук	врач-терапевт филиала № 3 поликлиники № 3 (ЦАО).
Елена Ушакова	врач-терапевт филиала № 4 диагностического центра № 3 (ЮВАО).
Светлана Ахманова	врач-терапевт поликлиники № 195 (ЗАО).
Татьяна Афанасьева	врач-терапевт поликлиники № 66 (ВАО).
Наида Гусейнова	врач-терапевт городской больницы «Кузнецки» (ТИАО).
Оксана Андропова	врач-терапевт диагностического центра № 3 (ЮВАО).
Анна Карих	врач-терапевт филиала № 4 поликлиники № 23.
Елена Поливцева	врач-терапевт диагностического центра № 3 (ЮВАО).
Владимир Смоляк	врач-терапевт филиала № 2 поликлиники № 209 (ЗАО).

ЛУЧШИЕ ПЕДИАТРЫ	
Александр Атапин	педиатр детской поликлиники № 12 (ЮАО).
Юлия Андреева	педиатр филиала № 1 детской поликлиники № 38 (ЦАО).
Ирина Богданова	педиатр филиала № 1 детской поликлиники № 10 (ЮЗАО).
Игорь Бурьгин	педиатр филиала № 3 детской поликлиники № 32 (ВАО).
Виктория Мороз	педиатр филиала № 3 детской поликлиники № 131 (ЗАО).
Любовь Клешина	педиатр детской поликлиники № 150 (ЮВАО).
Татьяна Петрова	педиатр филиала № 3 детской поликлиники № 131 (ЗАО).
Галина Истомина	педиатр филиала № 1 детской поликлиники № 120 (ВАО).
Михаил Леонтьев	педиатр детской поликлиники № 12 (ЮАО).
Дарья Степанова	педиатр филиала № 2 детской поликлиники № 11 (СВАО).

ЛУЧШИЕ ДЕТСКИЕ МЕДСЕСТРЫ	
Нина Белова	медсестра детской поликлиники № 86 (САО).
Раиса Филиппова	медсестра детской поликлиники № 129 (ЮАО).
Татьяна Афанасьева	медсестра детской поликлиники № 81 (ЮЗАО).
Марина Караева	медсестра филиала № 2 детской поликлиники № 120 (ВАО).
Светлана Кузнецова	медсестра филиала № 1 детской поликлиники № 12 (ЮАО).
Надежда Овсянникова	медсестра филиала № 1 детской поликлиники № 120 (ВАО).
Валентина Смирнова	медсестра детской поликлиники № 110 (СВАО).
Галина Ковалёва	медсестра детской поликлиники № 11 (СВАО).
Ирина Панова	медсестра детской поликлиники № 12 (ЮАО).
Татьяна Меркулова	медсестра филиала № 144 детской поликлиники № 132 (ЗАО).

Лучшая детская медсестра

ЛУЧШЕЙ детской медицинской сестре столицы Раисе ФИЛИППОВОЙ - 65, из них в медицине - почти 40. «Зиму буду работать, - обещает она, - а потом, наверное, пора уже дать дорогу молодым...» С одной стороны, желание понятное и уважаемое, а с другой - кто же откажется от такого работ-

поступила в медицинское училище им. Клары Цеткин. Здесь, в Москве, недалеко от станции метро «Павелецкая». Окончила его да так и осталась. Могла бы, наверное, пойти учиться на доктора, но не сложилось».

Пока мы разговариваем с Раисой Васильевной, ей то и

ти в компьютере. «Владеем, владеем, - улыбается лучшая детская медсестра, - мы учились на курсах, у нас и сертификат есть». И признаётся, что часто выходит на работу по субботам, чтобы успеть до приёма разобраться со всеми «бумажными» делами. «Ну что, ты сегодня с ночёвкой?» - шутит сын.

«Мне не стыдно за себя. Не было дня, чтобы я подумала: «Не хочу идти на работу», - рассказывает она. - Я очень люблю то, что я делаю, - да и людей не обманешь. Иначе разве выбрало бы меня население?»

За всю жизнь пациентам она не сказала ни одного грубого слова. Ей, бывало, говорили. «А я ничего, попереживаю и отойду, - делится Раиса Васильевна, - потому что терпение в моей профессии значит очень много. И это важно. Дети ведь



«На приёме я стараюсь «бумажными» делами не заниматься».

«Знаете, как дети медицинских работников оценивают? Любовью!» - уверена Раиса Васильевна.

ника, как Раиса Васильевна? Она - настоящий трудоголик, всю свою жизнь посвятивший труду медицинской сестры. И сестры непростой - детской. «Да и население моё как оставить?» - рассуждает она вслух. Понятное дело - никак.

«Моя знакомая работала медсестрой, - вспоминает Р. Филиппова, - и я по её стопам

дело приходится отвлекаться - здороваться. «Когда спешу на вызов, постоянно встречаю знакомых, - говорит она. - Как-то шла, а навстречу две девочки-школьницы. Одна показывает на меня и говорит: «Смотри, это МОЯ медсестра».

Сегодня документы - больничные, рецепты - в детской поликлинике по большей час-

как медицинских работников оценивают? Любовью! А я подход к каждому нахожу. Вот как-то, помню, был у нас мальчик 4 лет, сидел на кушеточке, боялся... Я ему объясняю: мол, доктор только посмотрит, а я тебе сушечки дам. И с каким победным видом он покидал

наш кабинет, прижимая к груди мешочек: «Бабушка, смотри! Здесь за укол сушки дают!»

Но обычно дети у неё не плачут, совсем не плачут. Ни младенцы, ни те, что повзрослее. А вот подбежать и обнять - это пожалуйста. Ну как, скажите, отпустить такую медсестру?

ПОЛИКЛИНИК, КОТОРЫМ ОНИ ДОВЕРЯЮТ СВОЁ ЗДОРОВЬЕ

В профессию

Лучший педиатр

О ТАКОМ педиатре, как Юлия АНДРЕЕВА, мечтает, наверное, каждая мама. Юлия Константиновна вошла в тройку лучших детских специалистов столицы. Эту новость участковый врач-педиатр филиала № 1 детской городской поликлиники № 38 Центрального округа встретила, как всегда, с юмором. Неудивительно, что дети у неё выздоравливают быстрее. Для маленьких пациентов у врача - смехотерапия, для взрослых - смехоразоружение.

Врачи без дипломов

- С кем тяжелее работать - со взрослыми или с детьми?

- Конечно, со взрослыми! Детишки всегда радостные, добрые. И не капризничают, борются за жизнь: чуть полегче стало - сразу вскочили и побежали. А взрослые долго болеют, много жалуются, как им плохо, что у них болит. А с годами ещё и агрессивными становятся... Нет, нет, дети - намного лучше! Я хочу лечить только их. (Смеётся.)

- С какими родителями проще общаться - с теми, у кого повышенная тревожность и они вызывают вас при первом чихе, или с теми, которые до последнего не признают, что ребёнок болен?

- Нет, родители не так делятся. Есть папы и мамы, которые верят врачу, - и тогда возникает контакт. А есть такие, которые сами «всё знают» и к тебе относятся как к какому-то врагу. Они

«Порой, чтобы найти контакт, с родителями надо объединиться. Когда я говорю: «Вот мы, бабушки, все такие», - те сразу добреют. У меня ведь тоже двое внуков».

почему-то считают, что хороший врач в поликлинике работать не может, а лечиться надо ходить только в платные медцентры. Как правило, они ждут подтверждения того диагноза, который поставили сами.

- Как общаетесь с теми, кто не доверяет, кто «врач без диплома»?

- Спокойно общаюсь. Я же много лет в профессии. Иногда лучше промолчать или посмеяться как над шуткой. Или объединиться. Если ко мне на приём приходит бабушка, я говорю: «Вот мы, бабушки, все такие», - и они сразу добреют. У меня ведь тоже двое маленьких внуков...

- Вы сразу хотели стать педиатром?

- Нет. Но дети были маленькие, я искала работу недалеко от дома, так в 2000 году я попала в поликлинику. А теперь уверена - лучше просто ничего нет!

«Пусть лучше сопли»

- А чем московские дети болеют чаще всего?

- Соплями. У нас же сезонная

Смехотерапия и смехоразоружение



«Интересные случаи? Нет уж, не хочу, чтобы дети серьёзно болели».

заболеваемость: до весны у всех кашель и сопли, респираторные инфекции. А летом - укусы и поносы.

- Не надоедает такая рутина? А как же интересные случаи?

- Конечно, надоедает... Зато ты знаешь, как это лечить! (Смеётся.) Нет, интересные случаи бываю, но, как правило, это что-то серьёзное, а ведь мне совсем не хочется, чтобы

я написала маме, что делать: «Нос промывать, «Називин» капать, растирать». А потом эта мамочка пришла ко мне с претензией: «Я «Називин» растираю ребёнка третьи сутки, а ему лучше не становится!» То есть то, что это капли в нос, её никак не смутило. (Смеётся.)

Чем не растирать ребёнка

- Кстати, о растирании. Недавно слышала историю, как наши туристы в Италии вызвали к ребёнку с температурой «скорую» и медики втёрли в того половину мини-бара...

- Да, я тоже слышала рассказ о «скорой», которая растёрла моего маленького пациента дорогой водкой - ушла вся бутылка 0,75 л. После чего про его высокую температуру все забыли, потому что с алкогольным опьянением он уехал в токсикологический центр. Нет, кроме шуток, нельзя этого делать. Это очень опасно!

- А ещё сегодня родители обо всём читают в Интернете...

- Иногда придёшь, послушаешь их и подумаешь: «Зачем я столько лет училась в университете, когда можно было просто посмотреть все сезоны «Доктора Хауса»?» А ведь все эти сериалы так далеки от жизни!

- Что, в жизни вы не ставите диагноз, едва взглянув на пациента?

- Порой родители ещё не открыли рот, а ты уже знаешь, что они скажут! Ошибаешься очень редко. Ведь если любишь профессию, учишься мгновенно считывать информацию. Иной раз одного выражения лица достаточно. Причём не ребёнка выражения, а родителя!

Лучший терапевт

«Переживаю за всех»

Т ЕЗАДА ОЗОВА получила самый высокий балл среди всех столичных врачей-терапевтов - 9,69. Когда она узнала о своей победе, не может толком и вспомнить. «С 19 апреля я была в 1-м меде, на курсах повышения квалификации. Даже понятия не имела, что начался такой конкурс! А когда снова вышла на работу, увидела, что в поликлинике висят такие афиши - «Голосуйте за лучшего доктора». Пациенты спрашивали об этом, но я не знала, что они голосуют за меня. Потом позвонили из Департамента здравоохранения: «Сейчас приедем вас фотографировать...» - «Ой, да я же не одета, не причёсана!» - «Это по поручению министра», - рассказывает врач. - Но я думала, это всех фотографируют: дело было накануне Дня медицинского работника. И когда пригласили приехать в департамент 23 июля, тоже ещё не поняла, что я - первая. И позже в этот день муж и дети позвонили мне и стали поздравлять с победой...

- Вы всегда хотели стать врачом?

- Да, с детства. Когда я родилась, мама тяжело заболела, у неё был ревматоидный полиартрит. Она всегда мечтала видеть меня врачом, чтобы я несла людям добро, могла облегчить их состояние. Я сама хотела того же.

жизни. Я считаю, если нет такого отношения, если не готов всего себя отдавать, то нельзя выбирать эту профессию. Наверное, это видят и пациенты. Я очень благодарна им за такую оценку своего скромного труда. Если честно, я до сих пор в шоке. Буду и дальше стараться оправдать их доверие... Такой успех - это ещё во многом благодаря поддержке моей семьи, детей. У меня их двое: Умару - 14, а Марьям - 12. Они прекрасно учатся, участвуют в олимпиадах, радуют меня. Семья очень меня понимает - и если приходится задерживаться допоздна, и что труд мой - важный и непростой.

- Пожилые, одинокие люди зачастую приходят в поликлинику за общением...

- Всегда стараюсь их выслушать, уделить им внимание, которого не хватает. Они же доверяют мне, делятся... Я, по сути, семейный доктор. Ну, представьте: ходили ко мне бабушка с дедушкой, и вот дедушки не стало. Как тут не стараться поддержать? Иногда пациенты признаются: «Не хотим уходить». Я прошу их все вопросы записывать, чтобы потом мы всё с ними подробно разобрали, по порядку. Всегда стараюсь облегчить их состояние, рассказать, как именно принимать лекарство, как соблюдать режим - отдыха,



«Диагноз начинаю ставить уже по походке пациента».

Так поступила в медучилище и работала санитаркой, чтобы потом пойти в вуз. Трудилась медсестрой в поликлинике в родном Черкесске, терапевтом и медсестрой в районной больнице...

- Официально вы не врач общей практики, но по сути - да. Ведь, пока вы не переехали в столицу, работали главным врачом участковой больницы...

- Я всегда очень стараюсь. Чтобы видеть результат, чтобы пациенты уходили от меня довольные. Если они довольны, то и мне хорошо. «После вас я первая счастливая», - говорю им. Работа во многом смысл моей

питания, водный, психоэмоциональный. За всех переживаю. Если сложный пациент, всегда перезваниваю, надо же наблюдать его в динамике. К тому же и словом можно вылечить...

- Чего вам не хватает?

- Времени. Всё-таки 12 минут для приёма маловато, даже несмотря на то, что сейчас почти всё в компьютере: удобно историю болезни посмотреть, анализы... И всё же определять состояние, ставить диагноз я начинаю, уже когда пациент входит в кабинет, - как двигается, как смотрит. И всегда стараюсь экономить время!

Мы помним!

ЛЮДИ, ИМЕНАМИ КОТОРЫХ НАЗВАНЫ КРУПНЕЙШИЕ МОСКОВСКИЕ КЛИНИКИ, -

Прославившие русскую

ЕЛЕНА ВОРОНОВА

В лексиконе столичных жителей есть слова, чьё значение совершенно однозначно. Например, «Филатовская», «Морозовская», «Склифосовского», «Боткинская» - всем ясно, что речь идёт о знаменитых московских медицинских учреждениях.

НО много ли мы знаем о людях, именами которых названы эти клиники? Часто ли задумываемся о том, чем мы с вами обязаны им? Для того чтобы поближе познакомиться с жителями Москвы с этими великими людьми, на Чистопрудном бульваре до 10 декабря работает выставка, рассказывающая о знаменитых медиках и учёных.

«Это, наверное, одна из самых важных и грандиозных московских выставок, - считает Алексей СВЕТ, главный врач ГКБ № 1 имени Н. И. Пирогова. - У нас есть герои, которых знает вся страна, - космонавты, артисты. Но почему-то знаменитые врачи были в стороне, а ведь слава московской медицины достаточно давняя. Все люди, чьими именами сегодня названы столичные стационары, были по-настоящему блестящими медиками».

Благих дел мастер

СРЕДИ людей, в честь которых названы знаменитые клиники, есть как известные медики, так и те, кто к этой науке не имеет вообще никакого отношения. Однако в своё время они прославились добрыми и благими делами. Одним из таких москвичей был Викула Елисеевич Морозов, чьим именем названа детская городская клиническая больница. Морозов владел огромным состоянием, которое заработал, будучи предпринимателем-фабрикантом. При этом значительная часть денег его семьи шла на добрые дела. Викула Елисеевич завещал своим детям потратить 600 тыс. рублей - громадная по тем временам сумма! - на благотворительные цели, в том числе на устройство медицинских учреждений. Сыновья исполнили его волю, и в 1900 г., уже после смерти предпринимателя, началось строительство детской боль-



Викула Морозов создал финансовый «фундамент» Морозовской детской больницы.

ницы имени Викулы Морозова. Надо сказать, что на развитие этой клиники жертвовали деньги и другие крупные московские предприниматели.

Сегодня Морозовская больница - многопрофильный клиничко-диагностический комплекс, который оказывает высокотехнологичную медицинскую помощь детям. Боль-

ница обновляется: на месте старых зданий построен современный корпус с уникальными отделениями трансплантации костного мозга и детской кардиохирургией. Благодаря Викуле Морозову и его сыновьям в нашем городе появились школы, театры, больницы, детские приюты, библиотеки. На их средства в столице построено более 70 зданий.



Золотые руки хирурга

В НАЧАЛЕ XX в. коренные москвичи утверждали, что в столице три достопримечательности: Третьяковская галерея, Красная площадь и доктор Юдин. Такая странная поговорка. Что же это за человек, чьё имя можно было сопоставить с центральной площадью столицы?

Сергей Сергеевич Юдин был гениальным хирургом, внёсшим серьёзный вклад в развитие военно-полевой хирургии и травматологии. Ещё во время Первой мировой войны он возглавлял санитарный отряд и оперировал солдат прямо на передовой, в окопах и землянках. Позднее работал главным хирургом



Сергей Юдин был гордостью и лучшим хирургом столицы, он оперировал иногда сутки напролёт.

НИИ имени Склифосовского, оперировал ежедневно, а иногда и ночью. Трудно было найти в мире хирурга лучше Юдина. Он был непревзойдённым мастером желудочной хирургии, за свою жизнь сделал более 17 тыс. операций на желудке.

Сегодня его именем названа городская клиническая больница - огромный современный стационар.

Врач-легенда

ЕЩЁ один врач, которым может гордиться не только наш город, но и вся страна, - это Сергей Петрович Боткин, также живший в позапрошлом веке. Его называли врачом-легендой - настолько блестящим он был терапевтом и диагностом. Боткин считается основоположником научной клинической медицины. Этот врач первым доказал, что организм - единое целое, управляемое нервной системой и находящееся при этом в неразрывной связи с окружающей его средой. Сергей Боткин создал первую в России экспериментальную лабораторию, где изучали воздействие лекарств на человеческий организм. Мало того - при клинике он создал бесплатную амбулаторию, где могли лечиться бедняки. Доктор Пирогов стал попечителем инфекционных больниц в России, внедрил первую санитарную карету - прообраз современной «скорой помощи». А знаменитая «болезнь Боткина» - гепатит А - носит это имя потому, что Сергей Петрович установил инфекционную природу заболевания.

В 1920 г. его имя было присвоено Солдатенковской больнице. Сегодня это многопро-



Гениальный диагност, блестящий терапевт «подарил» своё имя Боткинской больнице.

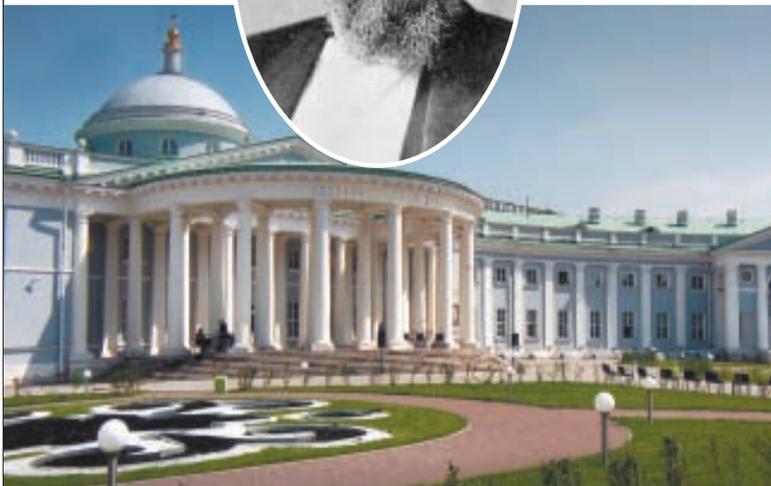
фильный стационар, где оказывают помощь по хирургическому, гинекологическому, терапевтическому, кардиохирургическому, травматологическому и другим профилям. При Боткинской больнице функционируют региональный сосудистый центр, центр эндопротезирования суставов, гематологический центр. Почти все отделения клиники являются клиническими базами ведущих учебных и научно-исследовательских учреждений России.

Замок Склифосовского

СКОЛЬКО спасённых человеческих жизней на счету Николая Васильевича Склифосовского, сосчитать невозможно. О нём как о прекрасном полевом хирурге с восхищением отзывался сам Николай Пирогов. Именно Склифосовский занимался внедрением принципов асептики и антисептики (проще говоря - обеззараживания ран), и это резко снижало смертность среди пациентов хирургов. Он впервые ввёл правила дезинфекции инструментов и

операционного стола, положил начало полостной хирургии. Во время Русско-турецкой войны через его руки прошло более 10 тыс. раненых, иногда доктор оперировал сутками напролёт.

В числе достижений Склифосовского - создание аппарата для поддержания наркоза в течение всей операции, метод местного обезболивания. Именно он придумал оригинальный способ соединения раздробленных костей, который называют «русский замок», или «замок Склифосовского».



Под именем Николая Склифосовского, учёного и хирурга, сегодня работает крупнейший НИИ скорой помощи.

ЭТО ГОРДОСТЬ НАШЕЙ СТРАНЫ

МЕДИЦИНУ

Доктор № 1

ИМЕНЕМ Николая Ивановича Пирогова, известнейшего во всём мире хирурга, названа городская клиническая больница № 1. Личность Пирогова уникальна. Участник четырёх войн, Николай Пирогов заложил основы военно-полевой хирургии, разработав ряд медицинских приёмов, которые позволяли избегать ампутации конечностей солдат. Впервые в истории мировой медицины Пирогов начал использовать гипсовые повязки, внедрил общую анестезию и выполнил первую операцию



под наркозом в полевых условиях. В нашей стране доктор Пирогов первым предложил идею пластических операций и впервые в мире выступил с идеей костной пластики.

Кстати, именно по инициативе Пирогова в русской армии появились сёстры милосердия. И вполне естественно, что именем этого человека названа одна из старейших и крупнейшая сегодня столичная больница № 1, многопрофильный стационар, где лечатся более 40 тыс. стационарных больных и более 400 тыс. получают помощь амбулаторно.



Больница № 1 носит имя Николая Пирогова, знаменитого русского хирурга и учёного.

Ошибки -
К минимуму

МНОГОПРОФИЛЬНАЯ клиника имени Ипполита Давыдовского, расположенная в старинном особняке в центре Москвы, оказывает помощь людям с острым инфарктом миокарда и ишемической болезнью сердца. Но много ли мы знаем о самом Ипполите Васильевиче? Это был известнейший в своё время учёный-патолог и патологоанатом. Он считал патологическую анатомию прежде всего методом научного контроля работы врача и улучшения диагностики. В войну Давыдовский занимался проблемами сепсиса и раневых процессов. По его инициативе во всех больницах СССР стало обязательным сливать клинический и посмертный патологоанатомический диагноз - это даёт возможность минимизировать медицинские ошибки. Ипполит Давыдовский понимал значение демографической проблемы в стране и первым занялся биологией старения, организовав лабораторию патологии старости. Кстати, сам доктор, к счастью, дожил до преклонных лет.



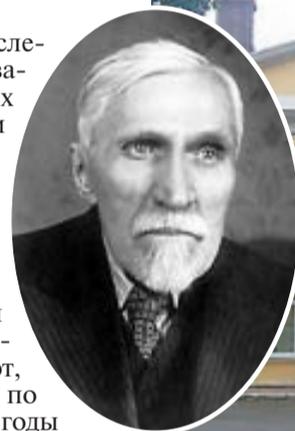
Ипполит Давыдовский, чьё имя носит эта клиника, работал в том числе над проблемами старения.

Здоровье души

ФАМИЛИЯ Гиляровского знакома любому москвичу, но в данном случае мы говорим не о знатке старой Москвы, а о великом психиатре и учёном Василии Алексеевиче Гиляровском, ставшем основоположником детской психиатрии.

Ещё в годы Первой мировой войны он создал в Москве приют для нервных больных детей-беженцев - растерянных, испуганных, потрясённых. Гиляровский уделял внимание не только выраженным заболеваниям, но и их профи-

лактике, а также отслеживанию так называемых пограничных состояний. Он одним из первых в нашей стране ввёл методы лечения душевнобольных - электрошока, инсулиновый шок, коллективную психотерапию и трудотерапию. Он автор 250 научных работ, а его «Руководство по психиатрии» долгие годы использовалось как учебник для студентов. Сегодня его именем названа психиатрическая клиническая больница № 3.



Василий Гиляровский - основоположник детской психиатрии.

Самая скорая помощь

ЕСТЬ среди великих русских врачей имена, малоизвестные широкой публике. Немногие знают, почему столичная станция скорой неотложной помощи, крупнейшая в Европе, включающая в себя 58 подстанций и 87 постов по всему городу, носит имя Александра Сергеевича Пучкова.

Всё очень просто: именно этот врач основал в Москве службу экстренной помощи. В 1921 г., когда в Москве бушевала страшная эпидемия тифа, Пучков возглавил эвакуацию больных. Но пациентов сажали в обычные автомобили, которые и стали первыми каретами «скорой помощи», перевозящими людей в больницы и инфекционные бараки. Таким об-

разом было перевезено 70 тыс. больных, и этот факт сыграл огромную роль в борьбе с распространением тифа.

Пучков создал основные принципы организации быстрой медпомощи населению, сам принимал участие в разработке нового типа автомобиля «скорой помощи». Позднее опыт организации московской службы со знаменитым телефоном «03» был внедрён во всех городах России. Сегодня столичная станция неотложной скорой помощи имени Пучкова ежедневно выполняет до 12 тыс. выездов, а время доезда в Москву составляет 10-12 минут.



Александр Пучков в 1920-е гг. организовал в Москве перевозку больных, заложив основу столичной скорой помощи.

Мы ещё не упомянули об Александре Ерамишанцеве, который первым успешно провёл в нашей стране операцию по пересадке печени; о Михаиле Жадкевиче, впервые удалившем тромб из лёгочной артерии в условиях обычной медсанчасти; о Леониде Ворохобове, блестящем хирурге, более 20 лет возглавлявшем столичную медицину (при нём в Москве было открыто более 80 новых корпусов больниц и 137 поликлиник); о Валентине Буянове, чей учебник по хирургии до сих пор является настольной книгой для специалистов среднего медицинского звена; о Валентине Войно-Ясенецком, хирурге, учёном и богослове, принявшем иноческий сан.

Но вы можете сами узнать всё о великих русских врачах - стоит только прийти на Чистопрудный бульвар, посмотреть выставку и низко поклониться этим поистине великим людям.

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

Советы профессионала

АНТОН КОРЖАВИН

О Центре спинальной хирургии ГКБ 67 им. Л. А. Ворохобова знают, наверное, все, у кого серьёзные проблемы со спиной. Врачи-суперпрофессионалы, уникальное оснащение, каждый год несколько сот сложнейших операций по квотам (в рамках оказания высокотехнологической медпомощи). О том, как москвичи берегут, а зачастую совсем не берегут свой позвоночник, «АиФ» беседует с руководителем центра Дмитрием ДЗУКАЕВЫМ.

Сам себе инструктор

НА спину жалуются не только горожане, вообще не признающие физкультуру, но и постоянные клиенты фитнес-клубов. Неужели даже регулярные занятия спортом не помогают сохранить свою «опору»?

«Когда мы рассказываем пациентам, что предстоит сделать, они с тревогой спрашивают: «Сколько же это будет стоить?» И, услышав, что никто не собирается брать с них ни копейки, долго приходят в себя».

- Давайте рассмотрим картину в целом. В подавляющем большинстве случаев москвичи сидят с утра до вечера за компьютером в позе буквы зю, а дома и в транспорте не отрываются от телефонов и планшетов (прижав подбородок к груди). И при этом все уверены в том, что достаточно один-два раза в неделю усиленно тренироваться - и со здоровьем всё будет отлично. Очень опасное заблуждение. Потому что к концу рабочего дня мы так сжимаем позвоночник, что его опорные и амортизирующие структуры деформируются. Представьте себе, что вы просидели на вашей любимой подушке целый день - и она превратилась в блинчик. И вот, вместо того чтобы аккуратно расправить её складочки, вы начинаете колотить по ней со всей силы, ещё больше сплющивая. Ваша спина - это та самая несчастная подушка.

- Выходит, самостоятельно заниматься физкультурой вредно?

- Опасно заниматься самодеятельностью. Многие понятия не имеют, как надо правильно плавать, работать со штангой, заниматься в тренажёрном зале, делать фитнес-упражнения. Прибежали после работы в зал, быстренько «поставили рекорд» - и домой. В результате спина болит всё сильнее, и люди делают парадоксальный вывод: спорт вреден для здоровья. Кстати, даже профессиональные спортсмены далеко не всегда умеют правильно выполнять комплексы упражнений, чтобы они оздоравливали тело, а не создавали ещё больше проблем. Это хорошо заметно на стадии реабилита-

ции, которую многие спортсмены проходят в нашем центре.

- Наверное, профи к вам попадают не с жалобой «поясница побаливает», а с целым букетом заболеваний?

- Так и есть. Причём мы ставим задачу не просто сделать им операцию или подобрать восстановительную программу, чтобы они жили как обычные люди, - делается всё для их полноценного возвращения в мир больших достижений (в больнице созданы для этого отличные условия). Среди наших пациентов есть и такие, кто смог завоевать олимпийские медали буквально через несколько месяцев после курса серьёзной реабилитации. Мы работаем со многими членами взрослых и молодёжных российских сборных (в

частности, по вольной борьбе, акробатическому рок-н-роллу, художественной гимнастике). Помогаем даже представителям такого «гладиаторского» вида спорта, как регби. Например, когда к нам привезли Улдиса Саулите (двухметрового гиганта, выступающего за сборную Литвы по регби и красноярский «Енисей»), у него были две огромные грыжи разорвавшегося диска позвоночника.

И... мечта продолжить карьеру. Стало яс-



«Самая передовая (по мнению зарубежных специалистов) операция рассчитана на всех пациентов без исключения», - считает руководитель Центра спинальной хирургии ГКБ 67 им. Л. А. Ворохобова Дмитрий Дзукоев.

но, что нельзя проводить классическую операцию и ставить жёсткую конструкцию, которая сломается при сверхнагрузках во время матча. Были подобраны специальные динамические фиксаторы с амортизацией, индивидуальная восстановительная программа. Через пять месяцев Улдис вышел на поле - я сам присутствовал на его «первом» товарищеском матче (Красноярск играл с Москвой). Прошло уже 5 (!) лет, а он до сих пор в строю и является лидером команды.

Операция - это не конец войны

- Для пациентов, ведущих обычный образ жизни, реабилитация после операции на позвоночнике так же важна, как для членов сборной России?

- Безусловно. В нашем центре создана и обучена целая реабилитационная группа. Мы - хирурги - прекрасно понимаем, что сама по себе удачная операция - это лишь выигранное сражение, а не окончательная победа. И здорово, что это осознают и руководители нашей больницы, и руководство всей системы здравоохранения Москвы. Если раньше после операции на позвоночнике пациента быстро выписывали и он дома выполнял по картинкам упражнения, то теперь на второй-третий день наши подопечные занимаются в реабили-

тационных залах и в специализированном бассейне. Причём работа методистов начинается ещё раньше - они присутствуют на операциях, видят, что за имплант устанавливается, какая исходная ситуация, к чему пришли в итоге.

- Такая работа «под ключ» - только для спортсменов и тех, кто готов заплатить за восстановление здоровья большие деньги?

- Во все нет. Высочайшие стандарты и самая передовая в мире операционная (так считаем не мы, а наши зарубежные коллеги) рассчитаны на всех пациентов без исключения. За текущий год у нас будут прооперированы 450 москвичей совершенно бесплатно. Они получают лучшие импланты, какие только сейчас есть. Кстати, когда мы подробно рассказываем пациентам, что предстоит сделать, с помощью каких компьютеризированных и роботизированных технологий, они сначала приходят в изумление, а потом с тревогой спрашивают: «А сколько же это будет стоить? Квота же покрывает только часть расходов?» И, услышав, что никто не собирается брать с них ни копейки, люди долго приходят в себя. А потом ещё несколько раз переспрашивают: «Точно ничего доплачивать не придётся?»

Отдыхать ещё рано

- Вы сказали, что операционная Центра хирургии считается сегодня эталоном (в области заболева-

ний и патологий позвоночника). Значит, все хлопоты по организации, оснащению, подбору кадров - всё это уже позади? И теперь коллектив может сосредоточить все силы на работе с пациентами? Или вы готовы не только лечить москвичей, но и передавать опыт коллегам?

- С нас действительно берут пример, к нам едут перенимать опыт. Кстати, центр делится своими наработками даже с теми врачами, кто не может приехать в Москву. Например, совсем скоро у нас состоится международная конференция, которая будет транслироваться во многие точки мира. Более того, европейцы внесли данную конференцию в официальный лист обучающих программ (это сделано впервые).

Но то, что нашу работу оценивают так высоко, вовсе не означает, что мы расслабились и почиваем на лаврах. Как раз сейчас готовим свои предложения израильским коллегам. О чём? О том, чего мы ждём от нового поколения роботизированных медицинских систем. Разработчики и производители хотят учесть наш опыт, идеи и задумки, для того чтобы создавать ещё более совершенную технику. Следующая вершина, к которой стремится наш центр, - создание операционного комплекса, где можно исправить любую патологию позвоночника, будь то перелом, грыжа диска, деформация позвоночника или любая нестандартная патология. Я надеюсь, всё получится, учитывая, какую мощную поддержку получает 67-я больница от столичного Департамента здравоохранения.

- Что можно посоветовать москвичам, которые всё чаще выбирают активные развлечения? Например, прыжки на батуте (в городе немало подобных центров). Когда выпадет снег, народ будет кататься с гор. Для спины это безопасное времяпрепровождение?

- Нельзя огульно заявить: ни в коем случае не скачите на батутах. Это весело, интересно, необычно. Я порой с завистью смотрю, как народ прыгает. Даже самому хочется попробовать. Правда, есть одно важное «но»: идти нужно в центр, где продуманы меры безопасности посетителей. И самое главное - инструктор должен подробно объяснить, как следует правильно и безопасно прыгать, плюс страховать вас. Тогда вы получите удовольствие, не подвергая себя риску. Что касается катания с гор на «ватрушках», то с этим зимним «видом спорта» я бы посоветовал всем быть очень внимательными. Управлять этим снарядами практически невозможно, а скорость развивается серьёзная. И такая неконтролируемая ситуация может плохо закончиться. Не надейтесь на авось...

Фото Depositphotos/PhotoXPress.ru

Прежде чем хвататься за снаряды, научитесь ими пользоваться. Иначе вместо рельефной спины и торса получите... больной позвоночник.

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).
12.20 «Про любовь». 16+
13.20 «Время покажет». 16+
14.00 Новости.
14.15 «Время покажет». 16+
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15 «Время покажет». 16+
16.00 «Мужское / Женское». 16+
17.00 «Жди меня».
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. 16+
19.50 «Поле чудес» с Леонидом Якубовичем. 16+
21.00 «Время».
21.30 «Голос». Новый сезон. 12+
23.30 «Вечерний Ургант». 16+
0.15 Премьера. «Дэвид Гилмор: Широкие горизонты». 16+
1.40 «БОЛЬШОЙ ЛЕБОВСКИ». Х/ф. 18+
3.50 «ПОХИЩЕННЫЙ СЫН: ИСТОРИЯ ТИФАНИ РУБИН». Х/ф. 12+



5.00 Утро России.
9.00 Вести.
9.15 Утро России.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу. Гигиена полости рта. Вся правда о мясе. Феохромацитома. 12+
11.00 Вести.
11.35 Местное время. Вести-Москва.
12.00 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+
14.00 Вести.
14.35 Местное время. Вести-Москва.
14.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+
17.00 Вести.
17.25 Местное время. Вести-Москва.
17.45 «Прямой эфир». 16+
18.50 «60 минут». Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым. 12+
20.00 Вести. Информационно-аналитическая программа.
20.45 Местное время. Вести-Москва.
21.00 Премьера. «Юморина». 12+
23.15 «НЕКРАСИВАЯ ЛЮБОВЬ». Х/ф. 12+
1.10 «КАМЕНСКАЯ». Т/с. 16+
3.00 «ЖИЗНЬ ВЗАИМЫ». Х/ф. 16+



6.00 «Настроение».
8.00 «Вячеслав Тихонов. До последнего мгновения». Д/ф. 12+
8.55, 11.50 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАРВАРА-3». Х/ф. 12+
11.30, 14.30 События.
14.50 Город новостей.
15.15 «ЛЮБОПЫТНАЯ ВАРВАРА-3». Продолжение фильма. 12+
17.20 «ДЕДУШКА». Х/ф. 12+

19.30 «В центре событий» с Анной Прохоровой.
20.40 «Право голоса». 16+
22.00 События.
22.30 Приют комедиантов. 12+
0.25 «Евгений Евстигнеев. Мужчины не плачут». Д/ф. 12+
1.20 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф. 12+
3.05 Петровка, 38. 16+
3.25 «ИНСПЕКТОР ЛЬЮИС». Х/ф. 12+
5.10 «10 самых... Забытые звезды 90-х». 16+



5.00 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». Т/с. 16+
6.00 «Новое утро».
8.30 «Студия Юлии Высоцкой». 0+
9.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+
10.00 Сегодня.
10.20 «ЛЕСНИК». Т/с. 16+
12.00 Суд присяжных. 16+
13.00 Сегодня.
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 «Место встречи».
15.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Т/с. 16+
16.00 Сегодня.
16.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Т/с. 16+
18.00 «Говорим и показываем». Ток-шоу с Леонидом Закошанским. 16+
19.00 Сегодня.
19.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Т/с. 16+
21.30 «Большинство». Общественно-политическое ток-шоу.
22.45 «Экстрасенсы против детективов». 16+
0.25 Премьера. «Иппон - чистая победа». 16+
1.25 «Место встречи». 16+
2.30 Их нравы. 0+
3.00 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». Т/с. 18+
4.00 «ВРАЧЕБНАЯ ТАЙНА». Т/с. 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 «ПРИЙСК». Х/ф. 16+
12.00, 15.30, 18.30 «Сейчас».
19.00 «СЛЕД. СКУПОЙ РЫЦАРЬ». Т/с. 16+
19.45 «СЛЕД. ЭХО». Т/с. 16+
20.40 «СЛЕД. И НАШИМ, И ВАШИМ». Т/с. 16+
21.25 «СЛЕД. ЧЕСТЬ СЕМЬИ». Т/с. 16+
22.15 «СЛЕД. СКАЖИ ПАПЕ». Т/с. 16+
23.05, 23.55, 0.40 «СЛЕД». Т/с. 16+
1.30 «ДЕТЕКТИВЫ. ПОТЕРЯШКА». Т/с. 16+
2.10 «ДЕТЕКТИВЫ. ЧЕРНАЯ КОШКА И БЕЛЫЙ КОТ». Т/с. 16+
2.50 «ДЕТЕКТИВЫ. ТАНЦЫ НА ШПИЛЬКАХ». Т/с. 16+
3.30 «ДЕТЕКТИВЫ. БОРЕЦ ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». Т/с. 16+
4.10 «ДЕТЕКТИВЫ. ОВОЩ». Т/с. 16+
4.50 «ДЕТЕКТИВЫ. ВЕЛИКИЙ КОМБИНАТОР». Т/с. 16+
5.30 «ДЕТЕКТИВЫ. ПОЧТАЛЬОНША». Т/с. 16+



6.00 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
6.45 «Барбоскины». М/с. 0+
7.10 «Приключения Джеки Чана». М/с. 6+
8.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». Т/с. 16+
9.30 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ». Х/ф. 16+
11.30 «МОЛОДЕЖКА». Т/с. 16+
13.30 «КУХНЯ». Т/с. 12+
16.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
19.00 «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
19.30 Шоу «Уральских пельменей». 16+
21.00 «МАЛЕФИСЕНТА». Х/ф. 12+

22.45 «ИЗГОЙ». Х/ф. 12+
1.30 «МАЙОР ПЕЙН». Х/ф. 0+
3.20 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+
5.50 Музыка на STS. 16+



6.30 «Евроныос».
10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры.
10.20 «Звездный мечтатель. П. Клушанцев». Д/ф.
11.15 «КОЛОМБО». Т/с.
12.35 «Бордо. Да здравствует буржуазия!». Д/ф.
12.50 «Правила жизни».
13.15 «Письма из провинции». Сольвычегодск.
13.45 «ДЕНЬ ЗА ДНЕМ». Т/с.
15.10 Черные дыры. Белые пятна.
15.50 «Покорение Семи морей». Д/ф.
16.50 «Царская ложа».
17.35 Госоркестру - 80! Легендарный концерт в Московской консерватории.
18.20 «80 лет ГАСО. «Один и сто. История госоркестра». Д/ф.
19.00 «Константин Циолковский. Гражданин Вселенной». Д/ф.
19.45, 1.55 «Искатели». «Тайна строгановских миллионов». Д/ф.
20.30 «Информация к размышлению». Д/ф.
21.15 «СЕРЕЖА». Х/ф.
22.35 «Линия жизни». Наталья Бестемьянова.
23.45 Худсовет.
23.50 «ПИОНЕРЫ-ГЕРОИ». Х/ф.
1.50 М/ф. для взрослых.
2.40 «Спишский град». Д/ф.

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



7.00 «Черепашки-ниндзя». М/с. 12+
7.25, 7.55 «Экстрасенсы ведут расследование». 16+
9.00 «Дом-2. Live». 16+
10.30 «Дом-2. Остров любви». 16+
11.30 «Школа ремонта». 12+
12.30, 13.30, 14.00, 14.30 «Comedy Woman». 16+
15.00, 16.00, 17.00, 18.00 «КРИЗИС НЕЖНОГО ВОЗРАСТА». Т/с. 16+
19.00, 19.30 «Comedy Woman». 16+
20.00 «Comedy Woman». 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 «ГАЗГОЛЬДЕР: ФИЛЬМ». Х/ф. 16+
3.30 «ДОКАЗАТЕЛЬСТВА». Т/с. 16+
4.20 «СТРЕЛА-3», «ЭТО ТВОЙ МЕЧ». Т/с. 16+
6.00 «ДНЕВНИКИ ВАМПИРА-5», «500 ЛЕТ ОДИНОЧЕСТВА». Т/с. 16+



5.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+
6.00 «Документальный проект». 16+
7.00 «С бодрим утром!». 16+
8.30 «Новости». 16+
9.00 «Документальный проект». 16+
12.00 «Информационная программа 112». 16+
12.30 «Новости». 16+
13.00 Званный ужин. 16+
14.00 «ТАКСИ-4». Х/ф. 16+
15.55, 19.00 «Информационная программа 112». 16+
16.30 «Новости». 16+
17.00 «Тайны Чапмана». 16+
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
19.30 «Новости». 16+
20.00 «Будущие войны: 5 самых мощных армий мира». Документальный спецпроект. 16+
22.00 «Смотреть всем!». 16+
23.00 «КОРАБЛЬ-ПРИЗРАК». Х/ф. 18+
0.40 «ТАИНСТВЕННЫЙ ЛЕС». Х/ф. 16+
2.40 «ГОРОД АНГЕЛОВ». Х/ф. 16+



6.30 «Джейми: обед за 30 минут». 16+
7.30 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
7.50 «По делам несовершеннолетних». 16+
9.50 Давай разведемся! 16+
10.50 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». Х/ф. 16+

18.00, 0.00 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
18.05 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». Т/с. 16+
19.00 «СТАРШАЯ ДОЧЬ». Х/ф. 16+
23.10 «ДОКТОР ХАУС». Х/ф. 16+
0.30 «НОВОГОДНИЙ БРАК». Х/ф. 16+
2.25 «Звездные истории». Д/ф. 16+
5.30 «Джейми: обед за 30 минут». 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». 12+
12.30 «Тайные знаки» с Олегом Девоченко. «Новая жизнь». 12+
13.30 «Охотники за привидениями». «Бабушка next door». Д/ф. 16+
14.00 «Охотники за привидениями». «Неудавшаяся невеста». Д/ф. 16+
14.30 «Охотники за привидениями». «Была ли бабушка». Д/ф. 16+
15.00 «Мистические истории». 16+
17.30 «Слепая». Д/с. 12+
18.00 «Дневник экстрасенса с Фатимой Хадзуевой». 12+
19.00 «Человек-невидимка». 12+
20.00 «МАТРИЦА». Х/ф. 16+
22.45 «ПОСВЯЩЕННЫЙ». Х/ф. 12+
0.30 «ПРОРОЧЕСТВО О СУДНОМ ДНЕ». Х/ф. 16+
2.15 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ». Х/ф. 0+
5.00 «Городские легенды». 12+



6.00 «Невидимый фронт». Д/с. 12+
6.20 «Фронтонные истории любимых актеров. Алексей Смирнов и Владимир Басов». Д/ф. 6+
7.05 «ДВОЙНОЙ КАПКАН». Х/ф. 12+
9.00 Новости дня.
9.15 «ДВОЙНОЙ КАПКАН». Х/ф. 12+
10.00 Военные новости.
10.05 «ДВОЙНОЙ КАПКАН». Х/ф. 12+
10.15 «ПОКУШЕНИЕ». Т/с. 12+
13.00 Новости дня.
13.15 «ПОКУШЕНИЕ». Т/с. 12+
14.00 Военные новости.
14.05 «ПОКУШЕНИЕ». Т/с. 12+
18.00 Новости дня.
18.30 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». Х/ф.
20.35 «ЗАПАСНОЙ ИГРОК». Х/ф.
22.00 Новости дня.
22.25 «ЗАПАСНОЙ ИГРОК». Х/ф.
22.45 «ЛЕГКАЯ ЖИЗНЬ». Х/ф.
0.40 «СВЕТ В КОНЦЕ ТОННЕЛЯ». Х/ф. 6+
2.40 «КЛЮЧИ ОТ РАЯ». Х/ф. 6+
4.35 «СЕМЬ ЧАСОВ ДО ГИБЕЛИ». Х/ф. 6+



6.00 «Сенсация или провокация?». 16+
7.00 «Хочу увидеть мир». 16+
8.00 «Дорожные войны». 16+
10.30 «4 МУШКЕТЕРА ШАРЛО». Х/ф. 0+
12.45 «ВТОРОЙ РАУНД. ЧЕТВЕРО ПРОТИВ КАРДИНАЛА». Х/ф. 12+
14.45 «КИН-ДЗА-ДЗА!». Х/ф. 0+
17.30 Угадай кино. 12+
19.30 «ГЛОРИЯ». Х/ф. 16+
21.45 «СОЛДАТ ДЖЕЙН». Т/с. 16+
0.10 «АФЕРА ТОМАСА КРАУНА». Х/ф. 16+
2.25 Деньги. Sex. Радикулит 16+
3.30 Концерт Евгения Маргулиса. 16+
4.35 «100 великих». 16+
5.00 «Сенсация или провокация?». 16+



6.30 «Спортивные прорывы». Д/ф. 12+
7.00, 7.25, 9.30, 11.35, 13.40, 15.45, 19.30, 20.35 Новости.
7.05 «Зарядка ГТО». 0+
7.30, 16.20, 19.35, 23.40 Все на Матч!
9.35 Футбол. ЧМ-2018. Отборочный турнир. 0+
11.40 Футбол. ЧМ-2018. Отборочный турнир. 0+
13.45, 21.40 Футбол. ЧМ-2018. Отборочный турнир. 0+
15.50 «Звезды футбола». Д/ф. 12+
16.55 Хоккей. КХЛ. «Автомобилист» (Екатеринбург) - «Нефтехимик» (Нижнекамск).
20.05 «Точка». 16+
20.40 Все на футбол! Афиша. 12+
0.30 «Большая вода». Д/ф. 12+
1.30 Обзор отборочных матчей ЧМ-2018. 12+
2.00 «Важная персона». Д/ф. 16+
3.35 «Братья навек». Д/ф. 16+
5.15 «Джунитор». Д/ф. 16+
6.20 «Этот день в истории спорта». 12+

ЛУЧШИЙ ГОРОД ЗЕМЛИ
ПРАЗДНИЧНЫЙ КОНЦЕРТ «ДОРОЖНОГО РАДИО»
НА ПОКЛОННОЙ ГОРЕ СОБРАЛ БОЛЬШЕ 100 ТЫСЯЧ ЗРИТЕЛЕЙ

10 сентября Москва отметила свой 869-й день рождения. В этот вечер на Поклонной горе при поддержке Департамента культуры города Москвы состоялся большой праздничный концерт «Дорожного радио» - «С днём рождения, Москва!»

Участники и ведущие концерта Ольга Окс и Дмитрий Хабаров сделали всё, чтобы гостям - а их было более 100 тысяч - запомнился праздник. Со своими песнями выступили известные артисты, которых можно услышать на «Дорожном радио». Открыл концерт народный артист России Александр Буйнов, сразу после него столицу поздравил Родион Газманов, своими хитами москвичей и гостей столицы порадовали также группа «Фабрика», Марина Девятова, Ян Марти, Наталья Власова, группа «Лови», фольклор-шоу «Ярмарка» и Таня Герман. А ровно в 22:00 на Поклонной горе прогремел красочный салют.

После этого праздник продолжился дискотечной программой «Танцы по-русски». Зажигательные танцы продолжались более часа, и всё это время москвичи и гости столицы не расходились.

Для тех, кто не смог посетить концерт, была организована прямая онлайн-трансляция на сайте www.dorognoe.ru и в социальных сетях ВКонтакте и Одноклассники. Видео на официальных страницах «Дорожного радио» посмотрели более 50 тысяч человек. Сейчас у каждого есть возможность увидеть, как это было, или вспомнить лучшие моменты праздника!



МОСКВА ДОРОЖНОЕ РАДИО 96.0

В конце передач обозначена возрастная категория для данной программы



5.50, 6.10 «ЖИВЕТ ТАКОЙ ПАРЕНЬ». Х/ф.
6.00 Новости.
8.00 «Играй, гармонь любимая!».
8.40 «Смешарики. Новые приключения».
9.00 «Умницы и умники». 12+
9.45 «Слово пастыря».
10.00 Новости (с субтитрами).
10.15 80 лет Леониду Курравлеву. Премьера. «Это я удачно зашел!». 12+
11.20 «Смак». 12+
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 «Идеальный ремонт».
13.15 «На 10 лет моложе». 16+
14.00 «Голос». Специальный выпуск. 12+
16.50 «Кто хочет стать миллионером?».
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.20 «Ледниковый период». Новый сезон.
21.00 «Время».
21.20 «Сегодня вечером» с Андреем Малаховым. 16+
22.40 «МаксимМаксим». 16+
23.45 «Подмосковные вечера». 16+
0.45 Премьера. Комедия «НА ПАУЗЕ». 16+
2.15 «ПРИВЕТ СЕМЬЕ!». Х/ф. 12+
4.10 «Модный приговор».
5.10 Контрольная закупка.



4.55 «АФОНЯ». Х/ф.
6.45 Диалоги о животных.
7.40 Местное время. Вести-Москва.
8.00 Вести.
8.10 Россия. Местное время. 12+
9.15 «Сто к одному».
10.05 К 80-летию со дня рождения. Премьера. «Эдмонд Кеосаян. Не только «Неуловимые». 12+
11.00 Вести.
11.20 Местное время. Вести-Москва.
11.30 Премьера. «Это смешно». 12+
14.00 Вести.
14.20 Местное время. Вести-Москва.
14.30 «ПОДМЕНА В ОДИН МИГ». Х/ф. 12+
18.05 Премьера. Субботний вечер.
20.00 Вести в субботу.
21.00 «ЗЛАЯ СУДЬБА». Х/ф. 12+

0.50 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». Х/ф. 12+
3.00 «МАРШ ТУРЕЦКО-ГО-3». Т/с. 12+



5.45 Марш-бросок. 12+
6.15 АБВГДейка.
6.40 «БЕЗОТЦОВЩИНА». Х/ф. 12+
8.40 Православная энциклопедия. 6+
9.05 «Леонид Курравлев. На мне узор нету». Д/ф. 12+
9.55 «ВИИ». Х/ф. 12+
11.30 События.
11.45 Премьера. «Легко ли быть смешным?». Юмористический концерт. 12+
12.50, 14.50 «ГДЕ ЖИВЕТ НАДЕЖДА?». Х/ф. 12+
14.30 События.
17.00 «ЖЕНЩИНА ЕГО МЧТЫ». Х/ф. 12+

21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым.
22.10 «Право знать!». Ток-шоу. 16+
23.25 События.
23.40 «Право голоса». 16+
2.50 «Что немцу хорошо». Специальный репортаж. 16+
3.20 «ВЕРА». Х/ф. 16+
5.15 «Линия защиты. Судьба гуманоида». 16+



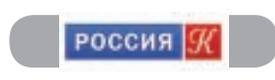
5.00 Их нравы. 0+
5.35 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». Т/с. 16+
7.25 Смотр. 0+
8.00 Сегодня.
8.15 «Жилищная лотерея Плюс». 0+
8.45 «Готовим с Алексеем Зиминим». 0+
9.10 «Устами младенца». 0+
10.00 Сегодня.
10.20 Главная дорога. 16+
11.00 «Еда живая и мертвая». Научно-популярный цикл Сергея Малоземова. 12+
12.00 Квартирный вопрос. 0+
13.05 «Двойные стандарты». 16+
14.05 «Однажды...» с Сергеем Майоровым. 16+
15.05 Своя игра. 0+
16.00 Сегодня.
16.20 «РОКОВАЯ ГОРЯНКА». Х/ф. 16+
17.15 Следствие вели... 16+
19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым.
20.00 «Новые русские сенсации». 16+
21.00 Ты не поверишь! 16+
22.00 «Салтыков-Щедрин шоу». 16+
22.50 «Охота». 16+
0.25 «РОЗЫСК». Т/с. 16+
2.15 Их нравы. 0+
2.55 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». Т/с. 18+
3.55 «ВРАЧЕБНАЯ ТАЙНА». Т/с. 16+



6.05 «Валидуб», «Верлиока», «Кладкота Леопольда», «Верное средство», «Высокая горка», «Высокая горка», «Впервые на арене», «Ровно в 3.15», «Волшебная птица», «Гадкий утенок», «Волк и семеро козлят», «Цветик-семицветик», «Бобик в гостях у Барбоса», «Василиса Прекрасная». М/ф. 0+
9.35 «День ангела».
10.00 «Сейчас».
10.10 «СЛЕД. КРУГОМ ОБМАН». Т/с. 16+
11.00 «СЛЕД. СТАЯ ТОВАРИЩЕЙ». Т/с. 16+
11.55 «СЛЕД. НЕ ЩАДЯ ЖИВОТА». Т/с. 16+
12.40 «СЛЕД. ВЫГОДНАЯ ПАРТИЯ». Т/с. 16+
13.35 «СЛЕД. СЕСТРЫ». Т/с. 16+
14.20 «СЛЕД. СЕКАЧ ПОД ЛИПОВЫМ СОУСОМ». Т/с. 16+
15.05, 16.00, 16.50, 17.40 «СЛЕД». Т/с. 16+
18.30 «Сейчас».
19.00, 20.00, 21.00, 22.00 «НАРКОМОВСКИЙ ОБОЗ». Т/с. 16+
23.00, 23.55, 0.50, 1.50 «НЕ ПОКИДАЙ МЕНЯ». Т/с. 12+
2.45, 3.40, 4.30, 5.25, 6.15 «ПРИИСК». Т/с. 16+



6.00 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
6.40 «Барбоскины». М/с. 0+
7.10 «Фиксики». М/с. 0+
7.55 «Робокар Поли и его друзья». М/с. 0+
8.30 «Смешарики». М/с. 0+
9.00 «Фиксики». М/с. 0+
9.15 «Три кота». М/с. 0+
9.30 Премьера! «Руссо туристо». Тревел-шоу. 16+
10.30 Премьера! «Успеть за 24 часа». Реалити-шоу. 16+
11.30 «АРТУР И МИНИПУТЫ». Х/ф. 0+
13.30 «МОДНАЯ ШТУЧКА». Т/с. 12+
15.30 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
16.30 «ИЗГОЙ». Х/ф. 12+
19.10 Премьера! «Как приручить дракона-2». Полнометражный анимационный фильм. 0+
21.00 «АНГЕЛЫ И ДЕМОНЫ». Х/ф. 16+
23.35 «КОД ДА ВИНЧИ». Х/ф. 18+
2.25 «АРТУР И МИНИПУТЫ». Х/ф. 0+
4.25 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+
5.25 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
5.45 Музыка на CTC. 16+



6.30 «Евроныус».
10.00 Библейский сюжет.
10.35 «СЕРЕЖА». Х/ф.
11.50 «Больше, чем любовь». Марк Бернес и Лилия Бодрова.
12.30 «На этой неделе... 100 лет назад. Нефронтовые заметки».
13.00 Пряничный домик. Телеспектакль.
13.30 «ПЛОДЫ ПРОСВЕЩЕНИЯ». Телеспектакль.
16.15 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным. «Поэзия Саши Чернова».
17.00 Новости культуры.
17.30 «Романтика романа».
18.30 «Амальфитанское побережье». Д/ф.
18.50 «Острова».
19.25 «ВАШ СЫН И БРАТ». Х/ф.
21.00 Премьера. Большая опера - 2016.
23.00 «Белая студия».
23.40 «ТАКОЙ КРАСИВЫЙ МАЛЕНЬКИЙ ПЛЯЖ». Х/ф.
1.20 «Слондаик». «Слондаик 2». Мультфильмы для взрослых.
1.55 «Искатели». «Железный король России».
2.40 «Горный парк Вильгельмскеэ в Касселе, Германия. Между иллюзией и реальностью». 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 «Дом-2. Остров любви». 16+
11.30 «Школа ремонта». 12+
12.30, 1.30 «Такое кино!». 16+
13.00, 20.00 «Битва экстрасенсов». 16+
14.30, 15.30 «Comedy Woman». 16+
16.35 «КОНСТАНТИН». Х/ф. 16+
19.00, 19.30 «Экстрасенсы ведут расследование». 16+
21.30 «Танцы». 16+
23.30 «Дом-2. Город любви». 16+
0.30 «Дом-2. После заката». 16+
2.00 «ДЖЕК - ПОКОРИТЕЛЬ ВЕЛИКАНОВ». Х/ф. 12+
4.15 «ДОКАЗАТЕЛЬСТВА». Т/с. 16+
5.10 «ЖЕНСКАЯ ЛИГА: ПАРНИ, ДЕНЬГИ И ЛЮБОВЬ». Т/с. 16+
6.00 «ДНЕВНИКИ ВАМПИРА-5». «ОДЕРЖИМАЯ». Т/с. 16+



5.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+
6.30 «Кино»: Колин Фаррелл, Нуми Рапас, Доминик Купер в боевике «ОДНИМ МЕНЬШЕ». Х/ф. 16+
8.40 «Три богатыря на дальних берегах». М/ф. 6+
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 «Кино»: Бен Аффлек, Джоз Хартнетт, Кейт Бекинсейл в фильме «ПЕРЛ-ХАРБОР». Х/ф. 16+
22.20 «АРМАГЕДДОН». Х/ф. 16+
1.20 «ГОРОД ВОРОВ». Х/ф. 16+
3.40 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+



6.30 «Джейми: обед за 30 минут». Кулинарное шоу. 16+
7.30 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
8.25 «СТРАННЫЕ ВЗРОСЛЫЕ». Х/ф.
9.55 «Домашняя кухня». Кулинарное шоу. 16+
10.25 «ПЕРВАЯ ПОПЫТКА». Х/ф. 16+
14.15 «ДОМ СЮРПРИЗОМ». Х/ф. 16+
18.00 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
18.05 «Великолепный век». Д/ф. 16+
19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». Т/с. 16+
22.50 «Замуж за рубеж». Д/ф. 16+
23.50 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
0.30 «ПРИЛЕТИТ ВДРУГ ВОЛШЕБНИК!». Х/ф. 16+
2.25 «Звездные истории». Д/ф. 16+
5.00 «Домашняя кухня». Кулинарное шоу. 16+
5.30 «Джейми: обед за 30 минут». Кулинарное шоу. 16+



6.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
9.30 «Школа доктора Комаровского». 12+
10.00 «Азбука здоровья с Геннадием Малаховым». 12+
11.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
11.45 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ». Х/ф. 0+
14.30 «ПРОРОЧЕСТВО О СУДНОМ ДНЕ». Х/ф. 16+
16.15 «МАТРИЦА». Х/ф. 16+
19.00 «МАТРИЦА: ПЕРЕЗАГРУЗКА». Х/ф. 16+
21.30 «МАТРИЦА: РЕВОЛЮЦИЯ». Х/ф. 16+
0.00 «ПОСВЯЩЕННЫЙ». Х/ф. 12+
1.45, 2.45 «СПИСОК КЛИЕНТОВ». Т/с. 16+
3.30 «СПИСОК КЛИЕНТОВ». Т/с. 16+
4.30 «СПИСОК КЛИЕНТОВ». Т/с. 16+
5.15 «Городские легенды. Сенная площадь-покровительница темных сил». 12+



6.00 Мультфильмы.
6.55 «ТАМ, НА НЕВЕДОМЫХ ДОРОЖКАХ...». Х/ф.
8.15 «Папа сможет?». 6+
9.00, 13.00, 18.00, 22.00 Новости дня.
9.15 «Легенды спорта». Мария Филатова. 6+
9.40 «Легенды кино». Зиновий Гердт. 6+
10.15 «Последний день». Сергей Королёв. 12+
11.00 «Не факт!». 6+
11.30 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». Х/ф.
13.15 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». Х/ф.
13.35 «СЕРДЦА ТРЕХ». Т/с. 12+
18.20 «СЕРДЦА ТРЕХ». Х/ф. 12+
19.25 «ВНИМАНИЕ! ВСЕМ ПОСТАМ...». Х/ф. 12+
21.00 «СЫЩИК». Х/ф. 12+
22.20 «СЫЩИК». Х/ф. 12+
0.05 «ВНИМАНИЕ! ВСЕМ ПОСТАМ...». Х/ф. 12+
2.50 «ПРИЗВАНИЕ». Х/ф. 12+
4.30 «ДОЛГАЯ СЧАСТЛИВАЯ ЖИЗНЬ». Х/ф.



6.00 «100 великих». 16+
7.30 «Мультфильмы». 0+
9.35 «ВТОРОЙ РАУНД. ЧЕТВЕРО ПРОТИВ КАРДИНАЛА». Х/ф. 12+
11.30 «Человечество: история всех нас». 16+
12.30 «Еда, которая притворяется». 12+
13.00 «Еда, которая притворяется». 12+
13.30 «Еда, которая притворяется». 12+
14.00 «Еда, которая притворяется». 12+
14.30 «ГЛОРИЯ». Х/ф. 16+
16.45 «АФЕРА ТОМАСА КРАУНА». Х/ф. 16+
18.55 «СОЛДАТ ДЖЕЙН». Т/с. 16+
21.25 Деньги. Сек. Радикулит. 16+
23.30 «+100500». 16+
0.30 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ СПИСОК». Т/с. 18+
2.15 «УБИЙСТВО ПО РАСПИСАНИЮ». Х/ф. 16+
4.20 «100 великих». 16+



6.30 «Спортивные прорывы». Д/ф. 12+
7.00, 8.05, 8.50, 10.05, 11.10, 13.15, 15.50, 17.20, 18.15 Новости.
7.05 «Эра Буре». Д/ф. 12+
8.20 Все на Матч! 12+
8.55 Формула-1. Гран-при Японии. Квалификация.
10.10 Все на футбол! Афиша. 12+
11.15, 13.50, 18.55, 21.40 Футбол. Чемпионат мира-2018.
13.20 «Инспектор ЗОЖ». 12+
15.55, 18.25, 23.45 Все на Матч!
17.00 «Правила боя». 16+
17.25 «Десятка!». 16+
17.45 «Спорт за гранью». 12+
20.55 Все на футбол!
0.15 Смешанные единоборства. Fight Nights. Владимир Минеев против Ясубея Эномото. 16+
2.15 Обзор отборочных матчей чемпионата мира по футболу - 2018. 12+
2.45 «ВОЛНА СТРАСТИ». Х/ф. 16+
5.00 Смешанные единоборства. UFC.

СОБЫТИЕ

МЕЧТАТЬ, ИГРАТЬ, ДРУЖИТЬ

ЭТИ ДЕТИ НЕ МОГУТ ЗАЙТИ В ЛЮБОЙ ДВОР, ГДЕ ЕСТЬ КАЧЕЛИ ИЛИ ГОРКА, НЕ МОГУТ ПОСТРОИТЬ ЗАМОК ИЗ КУЛИЧЕЙ В ЛЮБОЙ ПЕСОЧНИЦЕ, НЕ МОГУТ ЗАЛЕЗТЬ НА ЛЮБОЙ ТУРНИК. КТО-ТО НЕ МОЖЕТ ВСТАТЬ С ИНВАЛИДНОЙ КОЛЯСКИ, КОГО-ТО НЕ СЛУШАЮТСЯ РУКИ, КТО-ТО ПРОСТО НЕ ВИДИТ, ЗА ЧТО ДЕРЖАТЬСЯ.

Но именно для таких ребят 28 сентября в Москве на территории ВДНХ, рядом с рестораном «Макдоналдс», откроют вторую детскую игровую площадку, адаптированную для детей с ограниченными возмож-

ностями здоровья. И тогда они смогут хоть на некоторое время забыть о непослушных руках и ногах, о слабых глазах и спине, окупаться в мир игр, беспричинной радости и звонких криков. Для них, для их родителей такие минуты бесценны.

Для того чтобы построить эту уникальную инклюзивную площадку, средства собирал Благотворительный фонд «Дом Роналда Макдоналда». Осознанно или нет, но помогали ему в этом тысячи простых посетителей сети ресторанов, участвуя в акциях или просто покупая любимые блюда и напитки для себя и детей.

Лестницы, горки, мосты, интерактивные панели и многие другие игровые элементы площадки сделаны таким образом, чтобы у детей с ограничениями по здоровью развивались вестибулярный и слуховой аппараты, улучшались координация движений и тактильные чувства. Они предназначены для того, чтобы ребята с любыми возможностями могли активно проводить время вместе, учиться и расти, совершенствовать свои силы, ловкость, другие умения и навыки.

Проект призван помочь исполнить детскую мечту играть

вместе вне зависимости от того, насколько крепки здоровьем малыши, и пропагандировать активный образ жизни.

2-ю
ИНКЛЮЗИВНУЮ ПЛОЩАДКУ ОТКРОЮТ НА ВДНХ.

Инклюзивная детская игровая площадка на ВДНХ, позволяющая детям с ограниченными

возможностями здоровья играть, обучаться и развиваться вместе со своими здоровыми ровесниками, станет элементом комфортной безбарьерной среды в столице. А возможно, и эталоном того, каким в принципе должно быть место, где дети отдыхают и развлекаются.

Это второй подобный проект фонда. Первая безбарьерная игровая детская площадка, адаптированная для детей с ограниченными возможностями здоровья, была открыта в Адлерском районе Сочи 10 февраля 2014 года, во время проведения зимних Олимпийских игр. **Олег СМЕРНОВ**

В конце передач обозначена возрастная категория для данной программы



- 6.00 Новости.
- 6.10 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». Х/ф.
- 8.05 «Смешарики. ПИН-код».
- 8.20 «Часовой». 12+
- 8.55 «Здоровье». 16+
- 10.00 Новости (с субтитрами).
- 10.15 «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым. 12+
- 10.35 «Пока все дома».
- 11.25 «Фазенда».
- 12.00 Новости (с субтитрами).
- 12.15 К 90-летию актера. Премьера. «Евгений Евстигнеев. «Я понял, что я вам еще нужен». 12+
- 13.20 «Теория заговора». 16+
- 14.10 Праздничный концерт к Дню работника сельского хозяйства.
- 16.00 Футбол. Товарищеский матч. Сборная России - сборная Коста-Рики. Прямой эфир.
- 18.00 «Точь-в-точь». Новый сезон. 16+
- 21.00 Воскресное «Время».
- 22.30 «Что? Где? Когда?» Осенняя серия игр.
- 23.40 «ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ». Х/ф. 16+
- 1.45 Малколм Макдауэлл в комедии «КОРОЛЕВСКИЙ БЛЕСК». 16+
- 3.40 «Модный приговор».



- 5.00 «КОРОЛЕВА ЛЬДА». Х/ф. 12+
- 7.00 Мульт-утро. «Маша и Медведь».
- 7.30 «Сам себе режиссёр».
- 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.
- 11.20 Премьера. «Смеяться разрешается». Юмористическая программа.
- 14.00 Вести.
- 14.20 «ИСЦЕЛЕНИЕ». Х/ф. 12+



- 18.00 Премьера. «Удивительные люди». 12+
- 20.00 Вести недели.
- 22.00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым». 12+
- 0.30 Премьера. «Станция «Восток». На пороге жизни». 12+
- 2.30 «БЕЗ СЛЕДА». Т/с. 12+
- 3.35 «Смехопанорама».
- 4.05 «Комната смеха».



- 6.00 «ЗАЙЧИК». Х/ф.
- 7.45 «Фактор жизни». 12+
- 8.15 «Барышня и кулинару». 12+
- 8.50 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». Х/ф. 6+
- 10.30 «Евгений Евстигнеев. Мужчины не плачут». Д/ф. 12+
- 11.30 События.
- 11.45 «ДЕДУШКА». Х/ф. 12+
- 13.55 Тайны нашего кино. «Полосатый рейс». 12+
- 14.30 Московская неделя.
- 15.00 «СЧАСТЬЕ ПО КОНТРАКТУ». Х/ф. 16+
- 16.55 «ПОРТРЕТ ЛЮБИМОГО». Х/ф. 12+



- 20.30 Детективы Татьяны Устиновой. «РАЗВОД И ДЕВИЧЬЯ ФАМИЛИЯ». 12+
- 0.45 Петров, 38. 16+
- 0.55 «ТРИ ДНЯ В ОДЕССЕ». Х/ф. 16+
- 3.05 «Адреналин». Д/ф. 12+
- 4.40 «Осторожно, мошенники!». 16+
- 5.10 «Игорь Тальков. Я точно знаю, что вернусь». Д/ф. 12+



- 5.00 Их нравы. 0+
- 5.25 «Охота». 16+
- 7.00 «Центральное телевидение». 16+
- 8.00 Сегодня.
- 8.15 Лотерея «Русское лото плюс». 0+
- 8.50 «Стрингеры НТВ». 12+
- 9.25 Едим дома. 0+
- 10.00 Сегодня.
- 10.20 «Первая передача». 16+
- 11.05 «Чудо техники». 12+
- 12.00 «Дачный ответ». 0+
- 13.05 «НашПотребНадзор». 16+
- 14.10 «Поедем, поедим!». 0+
- 15.05 Своя игра. 0+
- 16.00 Сегодня.
- 16.20 «Секрет на миллион». Анна Седокова. 16+
- 18.00 Следствие вели... 16+
- 19.00 «Акценты недели». Информационная программа.
- 19.55 «Киношоу». 16+
- 22.40 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном. 16+
- 23.30 Евгений Евстигнеев, Валентин Гафт, Ирина Алферова в фильме «НОЧНЫЕ ЗАБАВЫ». 0+
- 1.40 Их нравы. 0+
- 2.05 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». Т/с. 18+
- 4.00 «ВРАЧЕБНАЯ ТАЙНА». Т/с. 16+



- 7.10 «Беги, ручеек», «Без этого нельзя», «Братья Лю», «Рикки-Тикки-Тави», «Винни-Пух», «Винни-Пух и день забот», «Винни-Пух идёт в гости», «Аленький цветочек». М/ф. 0+
- 10.00 «Сейчас».
- 10.10 «Истории из будущего» с Михаилом Ковальчуком. 0+
- 11.00 «НОЧНЫЕ ЗАБАВЫ». Х/ф. 16+
- 13.40 «РЕАЛЬНЫЙ ПАП». Х/ф. 12+
- 15.30 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». Х/ф. 16+
- 17.00 «Место происшествия. О главном».
- 18.00 «Главное».
- 19.30 «БАТАЛЬОН». Х/ф. 12+
- 20.30 «БАТАЛЬОН». Х/ф. 12+
- 21.35 «БАТАЛЬОН». Х/ф. 12+
- 22.40 «БАТАЛЬОН». Х/ф. 12+
- 23.40 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». Т/с. 16+
- 0.40 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». Т/с. 16+
- 1.40 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». Т/с. 16+
- 2.35 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». Т/с. 16+
- 3.30 «ПРИИСК». Х/ф. 16+
- 4.20 «ПРИИСК». Х/ф. 16+
- 5.10 «ПРИИСК». Х/ф. 16+



- 6.00 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
- 6.40 «Барбоскины». М/с. 0+
- 7.10 «Фиксики». М/с. 0+
- 7.55 «Робокар Поли и его друзья». М/с. 0+
- 8.30 «Смешарики». М/с. 0+
- 9.00 «Фиксики». М/с. 0+
- 9.15 «Три кота». М/с. 0+
- 9.30 «МАМОЧКИ». Т/с. 16+
- 11.30 «Как приручить дракона-2». Полнометражный анимационный фильм. 0+
- 13.25 «АНГЕЛЫ И ДЕМОНЫ». Х/ф. 16+
- 16.00 «Уральские пельмени». «Любимое». 16+
- 16.30 «МАЛЕФИСЕНТА». Х/ф. 12+
- 18.15 Премьера! «Мастершеф. Дети». 6+
- 19.15 «МАЙОР ПЕЙН». Х/ф. 0+
- 21.00 «СМОКИНГ». Х/ф. 12+
- 22.55 «МОДНАЯ ШТУЧКА». Т/с. 12+
- 0.55 «КОД ДА ВИНЧИ». Х/ф. 18+
- 3.45 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+
- 5.25 «Ералаш». Детский юмористический киножурнал. 0+
- 5.45 Музыка на СТС. 16+



- 6.30 «Евроньюс».
- 10.00 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым».
- 10.35 «90 лет со дня рождения Евгения Евстигнеева. «СКВЕРНЫЙ АНЕКДОТ». Х/ф.
- 12.15 «Россия, любовь моя!» «Богиня полярных гор».
- 12.45 «Кто там...».
- 13.15, 1.05 «Живая природа Индокитая». Д/с.
- 14.10 «Что делать?».
- 15.00 Гении и злодеи.
- 15.30 «90 лет со дня рождения Евгения Евстигнеева. «ИГРА В ДЕТЕКТИВ». Телеспектакль.
- 17.50 «Пешком...». Москва золотого века.
- 18.25 «Библиотека приключений». Ведущий Александр Казакевич.
- 18.40 «ЗЕМЛЯ САНИКОВА». Х/ф.
- 20.10 «90 лет со дня рождения Евгения Евстигнеева. «Мой серебряный шар». Программа Виталия Вульфа.
- 20.55 «ДЕМИДОВЫ». Х/ф.
- 23.25 «Драгоценности». Балет.
- 1.55 «Искатели». «Неизвестный реформатор России».
- 2.40 «Орки. Граффити викингов». 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 «Дом-2. Остров любви». 16+
- 11.00 «Перезагрузка». 16+
- 12.00 «Импровизация». 16+
- 13.00 «Где логика?». 16+
- 14.00 «Однажды в России». 16+
- 14.40 «КОНСТАНТИН». Х/ф. 16+
- 17.00 «НЕУПРАВЛЯЕМЫЙ». Х/ф. 16+
- 19.00, 19.30 «Комеди Клуб». 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 «ПЕРЕЛОМ». Х/ф. 18+
- 4.15 «ДОКАЗАТЕЛЬСТВА». Т/с. 16+
- 5.05 «ЛЮДИ БУДУЩЕГО». Т/с. 12+
- 5.55 «ЛЮДИ БУДУЩЕГО». Т/с. 12+
- «В ПРОШЛОЕ». Т/с. 12+
- 6.50 «Женская лига». 16+



- 5.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+
- 5.40 «БЕЛАЯ МГЛА». Х/ф. 16+
- 7.40 «АРМАГЕДДОН». Х/ф. 16+
- 10.20 «ПЕРЛ-ХАРБОР». Х/ф. 16+
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». Т/с. 16+
- 23.00 «Добров в эфире». 16+
- 0.00 «Соль». Музыкальное шоу Захара Прилепина. 16+
- 1.30 «Военная тайна». 16+



- 6.30 «Джейми: обед за 30 минут». Кулинарное шоу. 16+
- 7.30 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
- 8.30 «НОВОГОДНИЙ БРАК». Х/ф. 16+
- 10.25 «ДОМ С СЮРПРИЗОМ». Х/ф. 16+
- 14.10 «УРАВНЕНИЕ СО ВСЕМИ ИЗВЕСТНЫМИ». Х/ф. 16+
- 18.00 «Великолепный век». Д/ф. 16+
- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». Х/ф. 16+
- 22.50 «Замуж за рубеж». Д/ф. 16+
- 23.50 «6 кадров». Скetch-шоу. 16+
- 0.30 «ПЕРВАЯ ПОПЫТКА». Х/ф. 16+
- 4.15 «Звездные истории». Д/ф. 16+
- 5.15 «Тайны еды». Кулинарное шоу. 16+
- 5.30 «Джейми: обед за 30 минут». Кулинарное шоу. 16+



- 6.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
- 6.30 «Азбука здоровья с Геннадием Малаховым». 12+
- 7.30 «Школа доктора Комаровского». 12+
- 8.00 «Места Силы. Краснодарский край». Д/ф. 12+
- 9.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
- 10.30, 11.30, 12.15, 13.15 «ДЕТЕКТИВ МОНК». Т/с. 12+
- 14.00 «МАТРИЦА: ПЕРЕЗАГРУЗКА». Х/ф. 16+
- 16.30 «МАТРИЦА: РЕВОЛЮЦИЯ». Х/ф. 16+
- 19.00 «ПОБЕГ ИЗ ШОУШЕНКА». Х/ф. 16+
- 21.45 «СМЕРТЕЛЬНАЯ ГОНКА: ФРАНКЕНШТЕЙН ЖИВ». Х/ф. 16+
- 23.45 «СМЕРТЕЛЬНАЯ ГОНКА: ИНФЕРНО». Х/ф. 16+
- 1.45, 2.45, 3.30 «СПИСОК КЛИЕНТОВ». Т/с. 16+
- 4.15 «Городские легенды. Мост-фантом на Литейном». 12+
- 5.15 «Городские легенды». 12+



- 6.00 Мультфильмы.
- 6.55 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». Х/ф.
- 9.00 «Новости недели» с Юрием Подкопаевым.
- 9.25 Служу России!
- 9.55 «Военная приемка». 6+
- 10.45 «Научный детектив». 12+
- 11.05 «Агент Листопад. Чужой среди чужих». Д/ф. 16+
- 11.40 «ПУТЬ ДОМОЙ». Х/ф. 16+
- 13.15 «ПУТЬ ДОМОЙ». Х/ф. 16+
- 13.50 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ МАЙОРА ПУГАЧЕВА». Т/с. 16+
- 18.00 Новости. Главное.
- 18.35 «Особая статья». Ток-шоу. 12+
- 19.30 «Легенды советского сыска». Д/с. 16+
- 22.00 Новости дня.
- 22.20 «Фетисов». Ток-шоу. 12+
- 23.05 «СЕРДЦА ТРЕХ». Т/с. 12+
- 4.30 «ЩИКЛОНО» НАЧНЕТСЯ НОЧЬЮ». Х/ф. 6+



- 6.00 «100 великих». 16+
- 7.30 «Человечество: история всех нас». 16+
- 8.30 Мультфильмы. 0+
- 10.40 «КИН-ДЗА-ДЗА!». Х/ф. 0+
- 13.30 Угадай кино. 12+
- 14.30 «СЛЕПОЙ». Т/с. 12+
- 22.45 «СЕТЬ». Т/с. 16+
- 1.00 «S.W.A.T.: ОГНЕННАЯ БУРЯ». Т/с. 18+
- 2.45 «МОЯ МАЧЕХА ИНОПЛАНЕТЯНКА». Х/ф. 12+
- 4.50 «100 великих». 16+



- 6.30 Смешанные единоборства. UFC. Майкл Бислинг против Дана Хендерсона; Альберт Туменов против Леона Эдвардса. Прямая трансляция из Великобритании.
- 7.45 Формула-1. Гран-при Японии.
- 10.10 Все на Матч! 12+
- 10.40, 12.50, 18.45, 21.40 Футбол. Чемпионат мира-2018. Отборочный турнир. 0+
- 12.00, 14.50, 18.00, 21.00 Новости.
- 14.55, 18.05, 23.45 Все на Матч!
- 15.40 «Правила боя». 16+
- 16.00 Смешанные единоборства. UFC. 21.05 Все на футбол!
- 0.30 Обзор отборочных матчей чемпионата мира по футболу 2018. 12+
- 1.00 «Джунитор». Д/ф. 16+
- 2.05 «Рожденные побеждать». Д/ф. 12+
- 3.05 «Несерьезно о футболе». Д/ф. 12+
- 4.05 «1+1». Д/ф. 16+
- 4.55 «Братья навек». Д/ф. 16+

ЗДОРОВЬЕ

Perfect Smile

Стоматологическая клиника «Perfect Smile» (Венгрия) ждёт вас на стенде № 35 выставки МЕДШОУ, которая пройдёт с 30.09. по 01.10. 2016 г. по адресу: г. Москва, Тишинская пл. 1. Наши сотрудники предложат вам спецпредложения по лечению зубов. **Запись на бесплатную консультацию по тел. 8 (499) 918-43-02, E-mail: info@ps-implantat.ru, www.ps-implantat.ru** Реклама ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

МЫ СНИЗИЛИ ЦЕНЫ НА СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ!

■ Все вокруг дорожает. Подскажите, где купить слуховой аппарат высокого качества по доступной цене?

МИР СЛУХА МИР СЛУХА предлагает слуховые аппараты **СО СКИДКОЙ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ до 50%!** Выезд специалиста на дом, пробное ношение, бесплатная консультация.

Тел.: (495) 664-47-98, (495) 229-85-62

ООО «МИР СЛУХА Пятигорск». Юр. адрес: 119017, Москва, ул. Пятигорская, д.28. ОГРН 1157746542953 Реклама. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

МОСКОВСКИЙ КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. Клип за вычетом хита. 6. Итальянская строганина. 7. «Самая мобильная» кровать. 8. «Если тебе непременно нужно чьё-то разрешение на твоё удовольствие, то ты действительно...». 10. «Получи, фашист, гранату» в переложении на язык морских баталей. 12. «Впечатлительный» живописец. 17. «Бог - юморист! Если не верите, посмотрите на себя в...». 18. Школьный «отметочник». 19. Что «с гарантией от пуза избавляет»? 20. Царевна «без чувства юмора». 21. «Поэтическое ассорти».

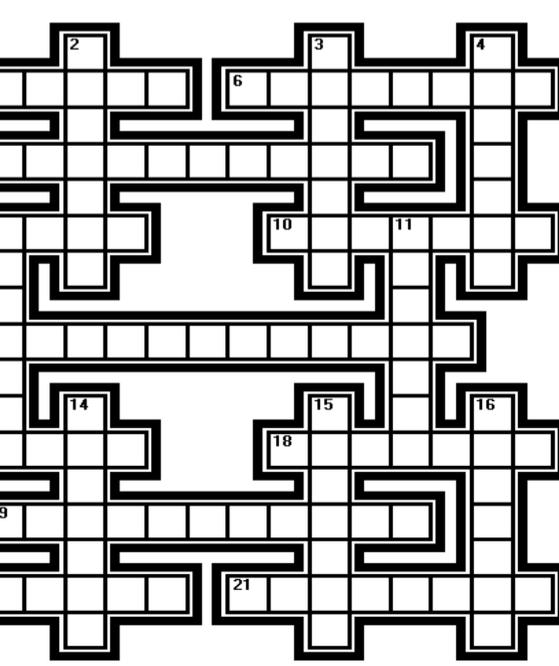
ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Этнический скоморох. 2. Воинский обет. 3. «В былые времена всё было лучше, даже...». 4. Дефицитное стойбище. 9. «Злей-

ший враг» аромата. 11. «Аудит» цыплят по осени. 13. Кузнец своего счастья и плотник своего гроба. 14. «Чумная вечеринка, переходящая в Санта-Барбару». 15. Оно не в деньгах, а в их количестве. 16. «Землянка наша в три наката».

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 38

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. Будущее. 6. Человек. 7. Иммуитет. 11. Билет. 12. Пруст. 13. Возрождение. 16. Ардов. 17. Гомер. 20. Возмездие. 21. Бабушка. 22. Тапочки.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Чудовище. 2. Ферма. 3. Ветер. 4. Верность. 8. Наслаждение. 9. Телевизор. 10. Прозектор. 14. Бюрократ. 15. Спецовка. 18. Водка. 19. Диван.



КИНО

Два приза прошедшего в августе «Кинотавра» - «За лучшую мужскую роль» и «За лучшую операторскую работу» - достались драматическому триллеру **«Коллектор»** (с 6 октября) с Константином Хабенским в главной роли.



6 ОКТЯБРЯ
Константин Хабенский

фильм **«Коллектор»** снимали по ночам и сняли всего за **84 часа**

Это история о коллекторе Артуре, хитреце, мастерски использующем психологические приёмы для выбивания долгов у клиентов банка. Но в один прекрасный момент его самого припрут к стенке, и останется только ночь, чтобы спасти собственную жизнь.



«Дом странных детей Мисс Перегрин» (с 6 октября) - снятая Тимом Бертоном («Чарли и шоколадная фабрика») экранизация фэнтези-бестселлера Ренсома Риггза о приюте детей, в который можно попасть через дыру во времени и в котором каждый из сирот обладает каким-то странным даром - от парения под потолком до зажигания огня руками.



Через неделю после стартует **«Инферно»** (с 13 октября) - ещё одна экранизация бестселлера, на этот раз писателя Дэна Брауна. Теперь профессор, специалист по кодам, во Флоренции пытается разгадать загадку произведения Данте, чтобы спасти человечество от гибели. В главной роли, как и в двух предыдущих фильмах по Брауну, - Том Хэнкс.

Отечественная драма, основанная на реальных событиях, - в картине **«Ледокол»** (с 20 октября) Николая Хомерики показано, как ледокол «Михаил Громов» встретился с огромным айсбергом.



Реальные события происходили в 1985 году.

ВЫСТАВКА

Гримальди и Романовы. Три века истории (XVII-XX) (Третьяковка в Лаврушинском переулке, с 7 октября) - выставка об отношениях двух династий покажет архивные документы из России и Монако, видовые гравюры, живописные и скульптурные портреты.

Искусство жить. Интерьер бюргерского дома в Голландии эпохи расцвета (ГМИИ).



Фестиваль «Здравствуй, Италия!» (с 2 по 8 октября в Манеже) - все краски Италии, от кулинарных мастер-классов до уникальных историй выставочных залов.

«Элегантность и роскошь ар-деко» - помпезные (стиль ар-деко!) образцы из Института костюма Киото, а также произведения искусства от ювелирных домов Cartier и Van Cleef & Arpels в Московском Кремле (билеты - 300 руб.).

ОПЕРА



МАНОН ЛЕСКО

ПЕРВАЯ РОЛЬ АННЫ НЕТРЕБКО В БОЛЬШОМ ТЕАТРЕ

16, 18-20, 22, 23 октября, 19.00. Большой театр, Театральная пл., д. 1.

Опера **«Манон Леско»** уже два года с успехом идёт в Санкт-Петербурге (Михайловский театр, верхнее фото). Теперь своя **«МАНОН ЛЕСКО»** есть и в Москве.

ПЕРВАЯ ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА В БОЛЬШОМ

ЦЕНА БИЛЕТА: от 1000 руб.

Одна из самых ожидаемых опер театра - произведение Пуччини по роману **«История кавалера де Грие и Манон Леско»** аббата Антуана-Франсуа Прево. В трёх первых спектаклях ведущую партию будет исполнять мировая звезда **Анна Нетребко**, а кавалером де Грие, влюбившимся в отправляющуюся в монастырь девушку, станет супруг Нетребко, азербайджанский тенор **Юсиф Эйвазов**.

Постановщик оперы Адольф Шапиро, латвийский и российский режиссёр («Мефисто» в МХТ - его рук дело), в своих интервью рассказывал, что работа в Большом ему понравилась. «В контракте написано, что мне предоставят два места в зале на каждом представлении», - улыбается он.

КЛАССИКА

Музыкальный театр Станиславского и Немировича-Данченко презентует проект **«Концертный зал имени Моцарта»** - раньше (в 1920-1930-е годы) в этом зале в театре давали классические концерты. Сохранилось более 40 его афиш. Теперь зал возрождён и открывается концертом из произведения для фортепиано, камерного ансамбля, концертных и оперных арий (1 октября, билеты от 300 руб.).

В этот же день одно из главных событий классической музыки случится на Рублёвке - **Анна Нетребко и её супруг Юсиф Эйвазов** дадут концерт в Барвихе Luxury Village (билеты от 6000 руб.) в сопровождении оркестра им. Светланова.

«К 100-летию со дня рождения Эмиля Гилельса» (выдающегося пианиста) 19 октября в Консерватории пианисты Басиния Шулман, Александр Гиндин и Борис Блох будут играть Грига, Моцарта, Сен-Санса и Бетховена (билеты от 200 руб.).

И наконец, концерт на стыке классики и поп-культуры: **«Пираты Карибского моря: Проклятие Чёрной Жемчужины»** - киноленту покажут в Доме музыки (21, 22 октября, билеты от 600 руб.) в сопровождении симфонического оркестра.



ТЕАТР

Фестиваль **«Территория»** (с 10 по 22 октября, Театр наций, Геликон-опера и др. площадки) привезёт в Москву авангардные театральные постановки.



«Ивонна, принцесса Бургундская»



«Pixel/Пиксель»

Самые громкие из них - **«Ивонна, принцесса Бургундская»** (Театр наций), **«Pixel/Пиксель»** (Национальный хореографический центр Кретей и Валь-де-Марн (Франция) на сцене Геликон-оперы) и **«Процесс»** (Театр «Красный факел» (Новосибирск) на сцене Театра наций).

В конце месяца откроется ещё один театральный фестиваль - **«Сезон Станиславского»**: стоит посмотреть **«Мастер голода»** 27-28 октября на сцене РАМТ.



«Мастер голода»

ДЕТИ

Одно из самых громких событий этой осени в мире детей - научное шоу **«Мечты, меняющие мир»** (1-2 октября, 13.30, 17.30, билеты от 700 руб, от 3 лет, Цирк чудес на ул. Ивана Франко) - это и набор химических экспериментов (от опытов с жидким азотом до экспериментов с лазером и мыльными пузырями), и цирк, и спектакль о великих изобретателях.



«Мечты, меняющие мир»

А театриум на Серпуховке под руководством Терезы Дуровой презентует в октябре музыкальный спектакль **«Спящая красавица»** - красочную сказку о том, как добро и любовь побеждают любое зло, даже троллей и чары колдуны (1 октября, 14.00).



В первой половине октября здесь также проходит театральный фестиваль **«Гаврош»**, на который приехали лучшие детские спектакли из Израиля: смотреть можно любой из афиши - не прогадаете.

Фото www.kinopoisk.ru, пресс-службы Мариинского театра

ШОУ

Октябрь - однозначно месяц **МЮЗИК-ЛОВ**. Самая ожидаемая музыкальная премьера осени - мюзикл **«Золушка»** (с 1 октября, Театр Россия, билеты от 1000 руб.) - новая оригинальная постановка совместного производства России, Англии и США.



В роли Золушки - **Юлия Ива**, исполнительница главной роли в мюзикле «Поющие под дождём»,

а Принц - Павел Левкин, сыгравший Чудовище в «Красавице и чудовище».

12 октября пройдёт премьера шоу **«Принцесса цирка»** (Театр мюзикла, билеты от 1500 руб.) - оперетта, мюзикл, танец и современное цирковое искусство «в одном флаконе». Над трёхчасовым шоу работали канадские цирковые постановщики.

Накануне Хэллоуина, с 29 октября, стартует ещё один мюзикл - готический **«Бал вампиров»** (МДМ, билеты от 1000 руб.) Романа Полански, иронизирующий над популярными ужастиками о вампирах.



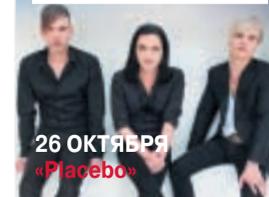
75 раз

меняются декорации во время мюзикла «Бал вампиров».

КОНЦЕРТ

10 ОКТЯБРЯ
Гару

Гару (10 октября, «Крокус Сити Холл», билеты от 1500 руб.)
«Placebo» (26 октября, спорткомплекс «Олимпийский», билеты от 1000 руб.)
Дельфин (29 октября, «Известия Hall», билеты от 500 руб.).



26 ОКТЯБРЯ
«Placebo»

ТАНЕЦ БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЖИЗНЬ

ПРЕЗЕНТАЦИЯ

Акробатический рок-н-ролл отмечает юбилей.

ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПОДАРОЧНОГО ИЗДАНИЯ КНИГИ «КОГДА ТАНЕЦ БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЖИЗНЬ», ПОСВЯЩЁННОЙ 30-ЛЕТИЮ РАЗВИТИЯ АКРОБАТИЧЕСКОГО РОК-Н-РОЛЛА В РОССИИ, СОСТОЯЛАСЬ НЕДАВНО В МОСКВЕ.

Это издание - настоящий подарок тем, кто способствовал становлению этого вида спорта в нашей стране, и тем, кто танцует в настоящее время.

У ИСТОКОВ

«Выпуск книги стал для нас знаковым моментом, - говорит Надежда ЕРАСТОВА, исполнительный директор Всероссийской федерации рок-н-ролла.



- Это дань уважения всем, кто стоял у истоков не только российского, но и мирового акробатического рок-н-ролла. Здесь подробно рассказывается о пионерах этого вида

спорта, которые создавали его в нашей стране практически с нуля, смогли догнать и перегнать соперников и привели страну к победам на соревнованиях международного уровня».

Рок-н-ролл берёт своё начало в далёкой Африке, он родился из завораживающих безупречных ритмов африканских племён, из их своеобразной музыки. Вместе с рабами эта культура перебралась через океан в Северную Америку, постепенно преобразилась в свинг, буги-вуги и линди-хоп, который, собственно, считается прадедушкой рок-н-ролла.

200 тыс.

**СПОРТСМЕНОВ
ЗАНИМАЮТСЯ
РОК-Н-РОЛЛОМ.**

В Россию акробатический рок-н-ролл «приехал» в виде... видеоплёнки не самого лучшего качества, которая попала в руки к Алексею Голеву, и он воссоздал этот вид спорта буквально «по картинкам».

«Плёнка была без звука, - вспоминает Алексей ГОЛЕВ, основатель акробатического



Этот вид спорта - один из самых зрелищных. Фото из архива Росс ФАРР

рок-н-ролла в России, почётный президент Всероссийской федерации акробатического рок-н-ролла, - и я по кадрам раскладывал на составные части все фазы движения. Я понимал, что по динамике акробатический рок-н-ролл сравним с акробатикой, со спортивной гимнастикой, с парным фигурным катанием. Начал учиться - и у танцоров, и у спортивных тренеров. Мне удалось выяснить

ключевые методические и технические моменты акробатического рок-н-ролла и создать методику танца».

ОТ НУЛЯ - К ПОБЕДАМ

За три десятка лет акробатический рок-н-ролл в нашей стране достиг значительных успехов. В 1986 году была открыта первая секция, а сегодня российские спортсмены - в том числе юни-

орские команды - неизменно занимают лидирующие позиции на соревнованиях международного уровня. Этот вид спорта активно развивается более чем в 30 регионах страны, в общей сложности им занимаются около 200 тысяч человек. А Иван Юдин и Ольга Сбитнева в настоящее время являются единственными действующими пятикратными чемпионами мира.

«Российский спорт - это большой труд, - объясняет Татьяна БЫСТРОВА, главный тренер сборной России по акробатическому рок-н-роллу. - Мы приходим в зал, чтобы победить. Наши зарубежные коллеги уже знают: если в состязаниях принимают участие русские, то у соперников шансы на победу резко снижаются. Российские спортсмены выходят на площадку и бьются, сражаются за результат. Поэтому российский рок-н-ролл сейчас находится на лидирующих позициях».

Следующий «скачок», к которому готовится акробатический рок-н-ролл в мире, - попадание в список олимпийских видов спорта.

«Для этого есть все предпосылки, - считает Н. Ерастова. - Это очень зрелищный и интересный вид спорта, он с каждым годом завоёвывает всё больше поклонников».

Елена ВОРОНОВА

АФИША: С 29 СЕНТЯБРЯ ПО 5 ОКТЯБРЯ



Хосе Каррерас
30 сентября, пт., 20.00.
«Крокус Сити Холл», 65-66-й км МКАД.
Цена билета: от 2000 руб.

КОНЦЕРТ

Легендарный испанский певец заявляет, что выступает в России в последний раз. Предполагается, что в канун своего 70-летия Хосе Каррерас попрощается со зрителями, исполнив лучшие произведения из своего репертуара.

6+



«Будущее джаза»
4 октября, вт., 19.00.
КЗ им. П. И. Чайковского, Триумфальная пл., д. 4.
Цена билета: от 1000 руб.

КОНЦЕРТ

Вместе с Оркестром Игоря Бутмана на сцену выйдет молодёжная сборная мира по джазу, в состав которой вошли Энтони Хэрви (труба, США), СС Ли (саксофон, Китай), Дарья Чернакова (контрабас), Иван Акатов (труба), Даниил Никитин (саксофон), Антон Чекуров (саксофон), Анатолий Корчагин (фортепиано), Ярослава Симонова (вокал) и др.

12+



«Искусство, рождённое огнём: художественное литьё Урала XVIII-XXI вв.»
С 30 сентября до 22 января, с 10.00 до 18.00.
Музей-заповедник «Коломенское», пр-т Андропова, д. 39, стр. 6. Цена билета: 150 руб.

ВЫСТАВКА

В экспозиции - предметы, преподнесённые царям и политикам разных эпох. Например, столики, отлитые уральцами для Л. И. Брежнева, жанровые скульптуры, изготовленные к визиту президента США Рональда Рейгана в 1988 г., и др.

6+



«Москва пешком»
До 31 октября, вт., ср., пт. - вс. с 10.00 до 20.00, чт. с 11.00 до 21.00.
Музей Москвы, Зубовский б-р, д. 2.
Цена билета: до 200 руб.

ВЫСТАВКА

Изучить жизнь и традиции города и даже пройтись по улицам позапрошлого и прошлого веков можно будет прямо на выставке. Здесь вы увидите эскизы к постановке Станиславского «Евгений Онегин», узнаете, что продавали на Кузнецком Мосту, и многое другое.

0+



«Избранное. Дживан Гаспарян»
1 и 2 октября, сб. и вс., 19.00.
Московский Дом музыки, Светлановский зал,
Космодамианская наб., д. 52, стр. 8.
Цена билета: от 1200 руб.

КЛАССИКА

Каждый год мастер дудука Гаспарян знакомит московских зрителей со звуками традиционного армянского инструмента. Дживан считает: чтобы прочувствовать, как поют горы, разговаривают деревья, смеются дети и даже играют свадьбы, достаточно услышать, как льётся музыка дудука.

6+



«Казачья станица. Москва»
1 октября, сб., 11.00.
Музей-заповедник «Царицыно»,
Дольская ул., д. 1.
Бесплатно

ФЕСТИВАЛЬ

VI Международный фестиваль посвящён уникальной культуре казачества и его традициям. Если вы давно мечтали пострелять из лука или поучаствовать в состязаниях по перетягиванию каната, то вам однозначно сюда.

0+



«Карамазовы»
5 октября, ср., 19.00.
МХТ им. Чехова, Камергерский пр., д. 3.
Цена билета: от 250 до 3000 руб.

ТЕАТР

В подзаголовке спектакля значится «Фантазии режиссёра К. Богомолова на тему романа Ф. Достоевского». Но это скорее достаточно жёсткий разговор о том, какие мы. И почему такими стали.
Режиссёр Константин Богомолов.
В ролях: И. Миркурбанов, М. Зудина, А. Кравченко, М. Матвеев и др.

18+

МОСКОВСКИЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ ТЕАТР САТИРЫ. www.satire.ru, тел. (495) 699-63-05

Реклама

29.09, чт., 19.00 - Ю. Поляков. «Чемоданчик». Онлайн! 16+
30.09, пт., 19.00 - Э. Лабиш. «Кошмар на улице Лурсин». 16+
1.10, сб., 12.00 - А. Н. Островский. «Таланты и поклонники». Онлайн! 12+
1.10, сб., 19.00 - Ж. Ануй. «Орнифель». 16+
2.10, вс., 12.00 - А. Житинкин. «Роковое влечение». 16+
2.10, вс., 19.00 - Ю. Ряшенцев, Г. Полиди. «Средства от наследства». 16+
3.10, пн., 19.00 - А. Н. Островский. «Таланты и поклонники». Онлайн! 12+
4.10, вт., 19.00 - У. Шекспир. «Укрощение строптивой». Онлайн! 16+
5.10, ср., 19.00 - Р. Куни. «Слишком женатый таксист». 18+

Фото в «Афише»: Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО, Елены ЦВЕТКОВОЙ

СООБЩАЮ: ПЕРЕЕХАЛ!

ИНФОРМБЮРО

Почему о вашем новоселье следует знать государству?

7 ДНЕЙ ОТВОДИТСЯ МОСКВИЧУ НА ТО, ЧТОБЫ ПРИЙТИ В ПАСПОРТНЫЙ СТОЛ ПОСЛЕ НОВОСЕЛья (ЕСЛИ ВЫ МЕНЯЕТЕ МЕСТО ПОСТОЯННОГО ПРОЖИВАНИЯ). НО МНОГИЕ ЗАБЫВАЮТ, ЧТО ЭТО НЕ ЕДИНСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ, КУДА СЛЕДУЕТ СООБЩАТЬ О ВАЖНЫХ ПЕРЕМЕНАХ В ЖИЗНИ.

Безусловно, главное – это получить в паспорт новый штамп о постоянной регистрации (многие по старинке называют это пропиской). Напомним,

1 МЕСЯЦ

ДАЁТСЯ НА ЗВОНОК В СТРАХОВУЮ КОМПАНИЮ.

что не нужно «выписываться» по старому адресу – сразу идите в центр «Мои документы» вашего нового района. Возьмите с собой паспорт, документы на жильё, а заявление напишете на месте.

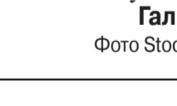
Но на этом ваши хлопоты не заканчиваются. Чтобы узнать, кого следует информировать о новоселье, изучите инфографику. А мы расскажем о двух жизненных ситуациях, которые часто возникают при смене фактического места жительства.

Ситуация первая: вы хотите оставить за собой номер стационарного телефона. Это желание выказывают многие москвичи. «Позвоните в наш контакт-центр или обратитесь в любой Центр продаж и обслуживания МГТС, чтобы проверить техническую возмож-



ность переноса номера именно в вашем конкретном случае, – советует **Антон ПШЕНИЧНЫЙ**, директор департамента обслуживания клиентов МГТС. – В подавляющем большинстве случаев вы получите положительный ответ, и вся процедура будет стоить 1 рубль. Очень важный момент: если в договоре купли-продажи недвижимости указано, что квартира передаётся покупателю вместе с телефонным номером, то вы не вправе его перенести. Если новые собственники готовы пойти вам навстречу, они должны подписать письменный отказ от данной «последовательности цифр». Другой вариант: вы получаете новый номер, и одновременно за вами (на 2-3 месяца) остаётся старый. После этого подключается услуга «Переадресация вызова» (23 руб. в мес. за каждый номер).

Вторая ситуация связана с врачами. «Если меняется адрес постоянной регистрации, сообщите об этом в свою страховую компанию (нужный вам телефон указан на полисе ОМС), – объяснил **«АиФ» Владимир ЗЕЛЕНСКИЙ**, директор Московского городского фонда обязательного медицинского страхования. – Согласно приказу Минздрава РФ № 158н (от 28.02.11 г.) это требуется сделать в течение месяца. Кроме того, желательно сразу после переезда определиться – менять ли районную поликлинику. Хотите, оставайтесь в прежней. Но учтите: в этом случае «старый» участковый к вам не придёт, а помощью остальных врачей можно будет пользоваться. Кстати, прикрепиться к новой амбулаторной организации (при смене места регистрации) можно даже в том случае, если вы в этом году уже меняли поликлинику».



Галина ТАРАКАНОВА
Фото Stock Image/PhotoXPRESS.ru

КОМУ НАДО РАССКАЗАТЬ О ПЕРЕЕЗДЕ

Пенсионному фонду РФ

Вам нужно обратиться в территориальный орган Пенсионного фонда России по новому месту жительства (адреса и тел. см. на pfrf.ru). Это касается и тех, кто уже отдыхает от работы, и тех, кто ещё трудится.

Банку (если у вас взят потребительский кредит)

Бежать со всех ног туда не надо, но при возможности зайдите в отделение, в котором был оформлен кредит, и попросите внести изменения в ваши данные.

Федеральной налоговой службе

Информация о том, что вы теперь зарегистрированы по новому адресу, автоматически должна передаваться в ФНС из паспортного стола. Но на практике нередко бывает, что «письма счастья» продолжают приходить на старый адрес гражданина. Даже если вы предпочитаете проверять «свой положительный налоговый баланс» через сайт nalog.ru/rn77 или через центр «Мои документы», вряд ли вам нужно, чтобы в чужой почтовый ящик опускали корреспонденцию с информацией о вашем имуществе. Поэтому надёжнее будет связаться с инспекцией и проверить, знают ли там о переезде.

Если вы индивидуальный предприниматель, вы обязаны сообщить в ФНС о смене регистрации по месту жительства.

В школу или в детский сад

Если ребёнок и дальше будет ходить туда, в его личном деле просто изменится адрес проживания. (Кстати, если поменялся домашний или мобильный телефон, в ваших же интересах дать об этом знать классному руководителю или воспитателю.)

Не бойтесь, что, узнав о новом адресе, чадо «попросят на выход» (если он попал в данное образовательное учреждение благодаря тому, что именно к нему «приписан» старый дом). Если ученик или воспитанник принят, отчислить его из-за переезда внутри Москвы никто не имеет права.



В «Московское парковочное пространство» (если оформлено резидентное разрешение)

Ненужное «удостоверение резидента» аннулируется через столичный портал госуслуг pgu.mos.ru или в центре «Мои документы» (md.mos.ru). Там же можно подать заявку на новое (если вы переехали в район, где есть платные зоны парковки).

ВНИМАНИЕ: вернуть деньги за неиспользо-

ванные месяцы нельзя, как и «перебросить» их на новое разрешение. Поэтому невыгодно оплачивать «льготный пропуск» сразу на 3 года, если в планах переезд. Если перебрались в район, где обочины бесплатные, можете ничего не предпринимать.

СВЯЗИ

БЫТЬ С ДРУГОМ В ССОРЕ - ПЛОХО

Слышала, что в Турции скоро можно будет расплачиваться рублями. Это правда? И вообще, каковы перспективы наших отношений?

А. Рябова, Воронеж

Эту идею турецкие власти хотят обсудить с Правительством России в начале октября, когда состоится первое заседание двусторонней комиссии по торгово-экономическому сотрудничеству. Об этом участникам турецко-российского медиафорума, организованного Global Connection, сообщил **Нихат ЗЕЙБЕКЧИ**, министр экономики Турции. «Мы планируем внед-

рить взаиморасчёты в торговле между нашими странами в рублях и турецких лирах. Да-да, скоро вы сможете не менять деньги и оплачивать покупки и услуги в нашей стране рублями, как у себя дома. То же самое касается и турок в России», – сказал он.

О своей заинтересованности в расширении сотрудничества с Россией турецкие власти говорят весьма эмоционально. «Наш народ воспринимает россиян как очень близких по духу, – рассказал **Наби АДЖИ**, министр культуры и туризма Турции, в интервью нашей газете. – Когда вы перестали приезжать, мы почувствовали эту великую по-

терю. И я не про экономическую потерю говорю. Мы с вами сроднились. Это как с другом –

\$100 млрд

МОЖЕТ ДОСТИГНУТЬ ТОВАРООБОРОТ РОССИИ И ТУРЦИИ.

когда вы в ссоре, вам плохо, вы переживаете... Поверьте, мы это почувствовали всем народом».

До того, как наши отношения

испортились, торговый оборот между Турцией и Россией составлял 34 млрд долл. в год. Теперь он упал до 20 млрд долл., но в Турции считают, что его можно поднять значительно выше прежних показателей – до 100 млрд. И представителей медиа-сообщества власти пригласили в Анталию потому, что они могут донести жителям России заинтересованность Турции восстановить и расширить былые связи.

Впрочем, не только власти, но и бизнес тоже в этом заинтересован. В медиафоруме приняли участие ведущие его представители из разных отраслей – машиностроения, лёгкой промыш-

ленности, сельского хозяйства, строительства, авиаперевозок, банковского сектора и, конечно, туризма. На 80% снизилось количество российских туристов, и там очень хотят вернуть их.

«Мы делаем всё, чтобы мышь не проскочила мимо наших служб безопасности», – мэр **Антальи Мендерес ТЮРЕЛЬ** гарантирует, что отдых совершенно безопасен. Это подтверждает и министр туризма: «Недавно у нас побывала большая делегация независимых специалистов по безопасности. Они тщательно проверяли всё, в том числе аэропорты, и остались довольны».

Мария БЕЛЯЕВА

РОССИЯ

1

ПРЕМЬЕРА 21:00

С 3 ОКТЯБРЯ

это случилось со всей страной

ЧЕЛНОЧНИЦЫ



РЕКЛАМА 12+

RUSSIA.TV

МАРИЯ ПОРОШИНА ИРИНА РОЗАНОВА СВЕТЛАНА ИВАНОВА ЕЛЕНА ПАНОВА
ЗОРЯНА МАРЧЕНКО ЕКАТЕРИНА ТРАВОВА

«МИНЫ» НА ПОЛКЕ

ПОЛЕЗНЫЙ ВЫБОР

Хлеб, молоко и колбаса, которые нельзя есть. Кто за них накажет?



О ТОМ, КАКИЕ ПРОДУКТЫ СЕГОДНЯ САМЫЕ ОПАСНЫЕ И ЧТО ЧАЩЕ ВСЕГО ФАЛЬСИФИЦИРУЮТ, «АИФ» ПОГОВОРИЛ С АЛЕКСАНДРОМ БОРИСОВЫМ, СОПРЕДСЕДЕТЕЛЕМ СОЮЗА ПОТРЕБИТЕЛЕЙ «РОСКОНТРОЛЬ».

ПИКША ВМЕСТО ТРЕСКИ

- Вы регулярно проводите экспертизы продуктов питания. С чем у наших производителей наибольшие проблемы?

- С предоставлением потребителю информации о продукте. Она часто недостоверна, а порой на этикетке - грубый обман, а под этикеткой - фальсификат. Производители, стремясь сэкономить, заменяют более дорогое сырьё дешёвым, а зачастую и менее качественным. Отсюда в молочной продукции вместо натурального молока - заменители молочного жира, в составе колбасы - соя, крахмал, хрящи и шкуры животных, в рыбной продукции - под видом трески более дешёвые минтай или пикша. Это приводит к понижению пищевой ценности продуктов. Кроме того, не заявленные в составе ингредиенты могут быть (даже в малых количествах) опасны для определённых категорий граждан - аллергиков, диабетиков, сердечников. Потребители имеют право знать, что именно едят, за что платят деньги.

- Какая отрасль обманывает больше всего?

- Проблемы есть во всех отраслях. Особенно характерны они для продуктов со сложным составом и дорогостоящих. Основная беда: фальсификат на полках ни внешним видом, ни маркировкой не отличается от качественных товаров. Пока продолжится такое соседство и не внедрён контроль качества, производители ведут не борьбу за качество, а борьбу цен.

ОПАСНОЕ ДЕТСТВО?

- Говорят, больше всего обман в детских товарах...

- Не больше. Но результаты исследований детского стирального порошка и питьевой воды, предназначенной для детского питания, действительно стали неприятным открытием.

- Какие детские товары вы ещё проверяли?

- Мы проверили детские фруктовые и овощные пюре, соки, йогурты, влажные салфетки, памперсы. Во всех этих

ЭКСПЕРТИЗЫ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ, КОТОРЫЕ ВСЕХ УДИВИЛИ*

Детская вода	Варёная колбаса	Цикорий	Пломбир	Хлеб
				
Проверено: 5 образцов. В чёрном списке: 5 образцов. Нарушения: превышение содержания фтора, массовой концентрации ртути, содержания хлороформа и по общей минерализации, микробиологическим показателям.	Проверено: 27 образцов. С нарушениями: 16 образцов. Нарушения: в составе - кожа птицы, кукурузная мука, недопустимое содержание консервантов. В чёрном списке: 7 образцов. Нарушения: несоответствие ГОСТу, указанному на маркировке; сорбиновая кислота и крахмал в составе; уменьшенное содержание белка.	Проверено: 9 образцов. С нарушениями: 6 образцов. Нарушения: недостаток инулина в составе, обнаружен кофеин. В чёрном списке: 1 образец. Нарушения: недостаток инулина в составе, кислый вкус.	Проверено: 6 образцов. С нарушениями: 4 образца. Нарушения: посторонний вкус, в составе - мелкие кристаллы льда, деформированная форма стаканчика. В чёрном списке: 1 образец. Нарушения: содержание жира меньше, чем заявлено; недостаточное содержание белка, рыхлая и неплотная структура.	Проверено: 12 образцов. В чёрном списке: 6 образцов. Нарушения: нарушена рецептура, неравномерный цвет; хлеб в мелких пятнах, горько-кисловатый привкус; консерванты, соевая мука, пищевой спирт и улучшители вкуса в составе; недопустимое значение влажности и кислотности; на упаковке нет информации с юридическими данными производителя и составом продукта.

* По данным протоколов экспертиз, выполненных по заказу Общества защиты прав потребителей «Росконтроль», за 2016 год.

категориях есть как качественные товары, так и те, к которым у экспертов есть вопросы. Кстати, экспертиза школьной формы показала, что и в одежде для детей есть фальсификат. Для удешевления используются синтетические ткани вместо натуральных - для здоровья детей это опасно.

ЧЕГО БЫ НЕ СЪЕСТЬ

- В начале года вы заявили, что 70% проверенной вами колбасы - фальсификат. А ваша последняя экспертиза («АиФ» № 37, «Батон химии?») показала, что ситуация с этим продуктом лучше не становится. Почему?

лишь 30%
РЖАНОЙ МУКИ В «РЖАНОМ» ХЛЕБЕ.

- Мы регулярно сталкиваемся с циничным обманом: продукт промаркирован ГОСТом, а по факту в нём - соя, целлюлоза, шкуры неведомых животных. Производители, которые привыкли вести бизнес недобросовестно, будучи пойманными за руку, добровольно не реагируют на запросы и требования отозвать товар из продажи, изменить маркировку.

- А недобровольно? По следам ваших проверок их пытаются наказать?

- По следам наших проверок проводят свои Роспотребнадзор, иногда - прокуратура. Но громких «посадок», как вы видите, нет, как и глобальных перемен на рынке.

- Сегодня много говорят о том, что в России качество хлеба падает на глазах. Вы проводили экспертизу хлеба?

- Да, согласно её результатам у некоторых батонов данные

о пищевой ценности сильно отличаются от указанных на этикетке. Значительные отклонения по содержанию белка и жира обнаружены как в белом, так и в чёрном хлебе. Эксперты пояснили, что это может быть связано с низким качеством используемого сырья или несоблюдением рецепта.

Важный показатель качества и пищевой ценности чёрного хлеба - процентное соотношение ржаной и пшеничной муки. Производители обычно не утруждают себя указанием этих данных на маркировке, и покупатель остаётся в неведении. Большинство из нас называют чёрный хлеб ржаным, не задумываясь, что многие изготовители выпускают хлеб, в котором ржаной муки лишь 20-30%, а остальное - пшеничная мука. А с точки зрения полезности чёрного хлеба очень важно содержание именно ржаной муки - с ней мы получаем белки, пищевые волокна, витамины, фолиевые и органические кислоты.

Также в хлебной продукции слишком много соли. По регламенту содержание этого ингредиента в хлебе для питания дошкольников и школьников не должно превышать 0,5%. А это почти в три раза меньше тех цифр, которые показала экспертиза. Формально нарушения нормативов нет, но потребитель должен понимать, что избыточное потребление соли ведёт к болезням органов кровообращения.

- Ваши коллеги признают, что чаще всего фальсифицируется молочная продукция. Чего не хватает производителям молока? Или просто дело в том, что поток «пальмы» развязал им руки?

- Это вопрос чисто экономический. С одной стороны, чёрная конкуренция: когда «коллега» пишет «масло» на продукте из «пальмы» и продаёт дешёво, соседнее нормальное масло никто не берёт. С дру-

гой - низкая покупательская способность. С третьей - недостаточный надзор и контроль качества. В совокупности эти факторы порождают ситуацию с обилием фальсификата. Производителю невыгодно продавать качественный продукт по конкурентной цене. Проще, добавив заменитель молочного жира в сыр или творог и не упомянув об этом на этикетке, продать товары по более высокой цене сыра, масла, творога, а не по низкой цене спреда, сырного и творожного продуктов.

- Молочный жир сегодня заменяют не только «пальмой», но и другими растительными жирами. Они все опасны?

- Заменитель молочного жира - это смесь фракций разных растительных жиров. Но узнать, из каких именно масел изготовлены различные заменители, почти невозможно. Вообще-то растительные масла безопасны для здоровья, они не содержат холестерина, как животные жиры. Вопрос только в качестве этих масел. Минус заменителя в том, что в отличие от сливочного масла он не содержит витаминов А и D (правда, в нём есть витамин Е).

- Может ли потребитель сослаться на результат вашей экспертизы и вернуть товар, оказавшийся фальсификатом?

- К сожалению, нет. Потребитель может передать на экспертизу товар, который купил он сам. И с результатами этой экспертизы, если будут обнаружены нарушения, он может обратиться в Общество по защите прав потребителей, Роспотребнадзор или суд.



Елена ПЛОТНИКОВА

Фото Stock Image/PhotoXPRESS.ru

КТО КОГО ОБМАНЫВАЕТ?

СТРАХОВЩИКИ СЫПЛЮТ ПРЕДЛОЖЕНИЯМИ: ЗАПРЕТИТЬ АВТОЮРИСТАМ РАЗБИРАТЬ СТРАХОВЫЕ СЛУЧАИ, СТРАХОВАТЬ БАГАЖ ПАССАЖИРОВ ДЕТАЛЬНО, А НЕ ОПТОМ. МОЛ, ЧАСТО ГРАЖДАНЕ ОБМАНОМ ПОЛУЧАЮТ БОЛЬШИЕ ВЫПЛАТЫ. ЭТО ТАК?

ПОЗИЦИЯ



КОСТИКОВА

Статистика говорит об обратном: доходы страховых компаний по итогам того года и за полгода текущего выросли. А случаи, когда гражданам удаётся отсудить крупные суммы, редки и не сказываются на всём страховом рынке.

При этом мы знаем об огромном количестве проблем с оценкой ущерба. Страховщики ставят условия оценочным компаниям: или они оценивают так, как это нужно страховым компаниям, или они с ними не работают. Поэтому часто люди обращаются к общественным организациям, чтобы добиться справедливых выплат. Некоторые страховые, получив претензию от нас, сразу платят клиенту. Другие же готовы судиться месяцами, чтобы не расставаться с деньгами. И наглеют дальше! Имея возможность лоббировать изменения в законах, страховщики пытаются убедить государство, что нарушаются права бизнеса и ему нужно срочно помочь - за счёт простых граждан.

Попытки страховщиков ужесточить права могут аукнуться им же. Вспомните: после резкого повышения тарифов в том году на рынок выплеснулась масса поддельных страховок. Люди понимают, бумага нужна лишь гаишникам, а при аварии от страховой компании они всё равно ничего не получают, придётся разбираться самим. Мы снова хотим повальных подделок?

Игорь Костиков, руководитель Союза защиты прав потребителей финансовых услуг «ФинПотребСоюз»

ИНТЕРНЕТ-ОПРОС

КАКИЕ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ ВЫ СЧИТАЕТЕ КАЧЕСТВЕННЫМИ?

- Сейчас таких нет - **41%** (3876 голосов)
 - Без искусственных добавок - **32%** (3117 голосов)
 - С небольшим сроком хранения - **17%** (1647 голосов)
 - Российские - **8%** (726 голосов)
 - От известного производителя - **2%** (201 голос)
- Всего голосов: **9567**

Опрос проводился на сайте WWW.AIF.RU

ДОРОГАМИ ПРЕИСПОДНЕЙ

1900-е гг.



2016 г.



Хитровская площадь 100 лет назад была местом сомнительным и мрачным, а сегодня это один из красивейших уголков Москвы, где так приятно прогуляться. Однако тёмные подземелья под площадью остались прежними.

ПРОГУЛКИ

В подземельях Хитровки время остановилось.

ЭТОТ МОСКОВСКИЙ РАЙОН - МЕСТО ПОИСТИНЕ ХИТРОЕ В ПОЛНОМ СООТВЕТСТВИИ СО СВОИМ НАЗВАНИЕМ. КАЖЕТСЯ, ЧТО ПРОГУЛКИ ПО СТАРИННЫМ ПЕРЕУЛКАМ, СРЕДИ УСАДЕБ, ХРАМОВ И ДОХОДНЫХ ДОМОВ И ЕСТЬ ГЛАВНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ ЗДЕШНИХ МЕСТ. ОДНАКО САМОЕ ИНТЕРЕСНОЕ НА ХИТРОВКЕ - ЕЁ ИЗНАНКА, ИСПОД, КАК ГОВОРИЛИ В СТАРИНУ. МОЖНО ДАЖЕ СКАЗАТЬ - ПРЕИСПОДНЯЯ.

ИСТОРИЯ ПОД НОГАМИ

И вовсе это не преувеличение, если учесть, насколько страшной была Хитровка во второй половине XIX и в начале XX века - рассадник преступности и криминала, в который даже полицейские соваться опасались. Настоящая Хитровка прежних веков отлично сохранилась, но только не у нас на глазах, а глу-

боку под землёй, где по сей день стоит могильная тишина, где по подземным лабиринтам бегают непуганные мыши, где до сих пор лежат старинные клады, спрятанные нашими предками 100 или 200 лет назад. Забегая вперёд, скажу, что клады и мыши мне не попадались, но тихо там на самом деле до такой степени, что от полного отсутствия звуков болят уши...

Подземная жизнь всегда кипела в здешних местах. Столичные диггеры рассказывают, что Хитровка - один из немногих районов, который можно пройти под землёй насквозь, ни разу не выходя на поверхность. Подземелья тянутся на много километров, имеют довольно сложную систему тоннелей, разветвлений и подземных залов. Поэтому спускаться туда человеку неопытному - да и вообще любому - мы категорически не советуем: в подземельях очень легко заблудиться, а поскольку наши предки строили на совесть, то никто воплей не услышит, не придёт и не спасёт...

«В российских городах древних подземелий очень много, - рассказывает диггер **Вадим МИХАЙЛОВ**. - Это «кротовство» можно объяснить тем, что в старину набеги были частыми, смутное время жестоким, разбойников хватало...

Поэтому необходимость прятаться самим и спасать своё добро была весьма актуальной. В некоторых местах под Хитровкой мы наталкивались на мощные культурные слои, в которых скопилось 300-летняя грязь. Но среди мусора отыскивали и газовые фонари, и любопытные предметы утвари. Многие из этого сейчас хранятся в Музее Москвы».

В древности в здешних подвалах располагались соляные склады (название улицы Солянка - тому свидетельство). В смутные времена горожане прятались в



Здесь располагались кабаки «Пересыльный» и «Сибирь».

подземельях от разбойников и пожаров. А последующей недоброй славой Хитровка обязана человеку, чьим именем она, собственно, и названа. Генерал Николай Хитрово, построивший здесь в 1820-х гг. рынок и впоследствии подаривший его городу (благое, в общем-то, дело), хотел как лучше, а получилось... Сперва на лотках чинно торговали, а с середины 1860-х гг. Хитров рынок превратился в своеобразную «биржу труда» для сезонных рабочих. Не нашедшие работу (или не захотевшие её найти) постепенно опускались, превращаясь в бродяг и бандитов. И жили они тут же - в ночлежных домах.

СТРАННЫЕ ЛЮДИ ПОДЗЕМЕЛЬЯ

Самые известные ночлежки работали как «гостиницы»



Знаменитый «дом-утюг» на стрелке двух переулков.

при одноимённых трактирах. Например, в доме Румянцева (Подколокольный пер., д. 12) существовали два кабака - «Пересыльный» и «Сибирь». Помещица Елизавета Ярошенко, которая благополучно проживала в своём калужском имении и в Москву носила не казала, владела трактиром с жутким названием «Каторга» (Подколокольный пер., д. 11) 3. А так называемый «дом-утюг» 4 на стрелке Певческого и Петропавловского переулков прославилась ночлежка «Кулаковка» - её ещё называли «Свиной дом» (в честь хозяина П. П. Свинына) или «Сухой овраг». Под каждым домом располагались подземелья (сейчас бы сказали «минус первый этаж»), в которых за самую дешёвую плату жили... москвичи? гости столицы? Кто были эти люди, теперь уже трудно сказать.

«Помню, как-то я иду подземным коридором «Сухого оврага», - пишет **Владимир ГИЛЯРОВСКИЙ** в своём бестселлере «Москва и москвичи», - чиркаю спичку и вижу - ужас! - из каменной стены, из гладкой каменной стены вылезает голова живого человека. Я остановился, а голова орёт: «Гаси, дьявол, спичку-то! Ишь шляются!» Мой спутник задул в моей руке спичку и потащил меня дальше, а голова ещё что-то бурчала вслед. Это замаскированный вход в тайник под землёй, куда не то что полиция - сам чёрт не ползёт».

Жили в подземельях и так называемые «раки» - окончательно опустившиеся портные, которые зарабатывали на жизнь тем, что перешивали краденую одежду - платья, шубы да кафтаны. «Раками» их называли потому, что они никогда и никуда не выходили из своих нор, пропив последние штаны.

Были в подвалах ещё и так называемые «кроты» (о них упоминают В. Гиляровский и Б. Акунин), за гроши составлявшие «бумаги» для неграмотных соседей и почти не переносившие дневного света. А встречались и лихие люди, умеющие из-за поворота подземного хода нанести ловкий удар и потом обогнуть бесчувственное тело.

НА ДНЕ

Но как попасть в эти таинственные места, если ты не «чёрный копатель», не работник коммунальных служб и не привидение, а обыкновенный человек? Оказывается, это вполне возможно, если пойти... в театр, работающий в районе Хитровки. Его зрительный зал располагается в тех самых старинных подвалах, где когда-то хранили соль, где торговали «сламом» (краденым добром) и на ножах выясняли отношения. Разумеется, сейчас театральные подвалы вычищены и приведены в полный порядок, а в репертуаре (сюрприз!) есть спектакль «На дне». Сотрудники театра рассказывают, что до сих пор на потолках иногда выступают соляные разводы, а по древним сводчатым стенам можно изучать историю архитектуры.

...А когда заканчивается спектакль и зрители выходят по жутковатой металлической лестнице на поверхность, в подземном зале наступает страшная тишина! И тогда кажется, что само время, напластованное веками, здесь остановилось навсегда.



К. С. Станиславский ходил на Хитровку, чтобы создать декорации для пьесы «На дне».



Елена ВОРОНОВА

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО, РИА Новости, с сайта www.pastvu.com

Продолжительность жизни зависит от того, что мы едим и пьём.

ТАРЕЛКА С

ДИЕТ МНОГО. НО КАК САМОМУ ПРАВИЛЬНО СОСТАВИТЬ СВОЙ ДНЕВНОЙ РАЦИОН? И ЧЕМ ЗАПИВАТЬ ЕДУ?

ВАЖНО ЗНАТЬ

СКОЛЬКО РАЗ В ДЕНЬ МОЖНО ЕСТЬ?

Каким продуктам на столе любого человека диетологи дают зелёный свет, а каким - жёлтый и красный?

Об этом читателям «ИФ» рассказала Алла ПОГОЖЕВА, д. м. н., профессор, ведущий научный сотрудник Федерального исследовательского центра питания и биотехнологии, профессор кафедры гигиены питания и токсикологии Первого МГМУ им. И. М. Сеченова, автор книги «Ешь, пей, молодежь».

- Алла Владимировна, вроде бы полезных диет немало. На какую равняются?

- Есть универсальные законы здорового питания. Следует ориентироваться при выборе продуктов на пирамиду продуктов (см. инфографику). Если вы будете съедать в день рекомендуемое число условных порций, то полностью обеспечите организм всем необходимым. Увеличивать число порций можно только за счёт продуктов, окрашенных в зелёные цвета.

- Часто говорят, что мясо после 45 лет лучше не есть, а молоко не пить...

- Мясо и молоко входят в жёлтую группу продуктов. Они необходимы в ежедневном рационе, но их нужно ограничивать. Молочный жир - источник лишних калорий и холестерина. Жирное мясо и мясные продукты лучше заменять фасолью, бобами, чечевицей, рыбой, птицей и нежирным мясом.

- А почему в пирамиде вообще нет сахара и сладостей?

- Мы и так едим очень много

лёгких углеводов, то есть сахара. И лишний вес чаще связан именно с этим, а не с тем, что пища жирная.

- У многих людей есть вредная привычка сильно досаливать блюда.

- От неё лучше избавляться. В день рекомендуется употреблять не более одной чайной ложки соли (5-6 г), включая соль в хлебе, консервах, вяленых и копчёных продуктах. Постарайтесь не держать солонку на столе. Чтобы блюдо не казалось пресным, можно добавлять в него ароматные травы, специи и пряности. Но в меру.

3-4 часа ДОЛЖНО ПРОЙТИ ОТ ЕДЫ ДО ЕДЫ.

- Как часто нужно есть?

- Для здоровых людей рекомендуется 4-5-разовое питание с 3-4-часовыми промежутками. Завтрак должен составлять 25-30% дневного рациона, обед - 30-35%, ужин - 20-25%. В промежутке между основными приёмами пищи можно устраивать перекусы (5-15% от общей калорийности): употреблять фрукты, сухофрукты, низкожирные молочные продукты.



Юлия БОРТА

Инфографика Анны ХАРИТОНОВОЙ, фото Legion-Media

МЕНЮ НА ОДИН ДЕНЬ ДЛЯ ТЕХ, КТО ХОЧЕТ ПРОЖИТЬ ДОЛЬШЕ

1-й завтрак <ul style="list-style-type: none"> омлет белковый паровой 100 г салат из квашеной капусты 120 г каша пшённая с тыквой 250 г кофе с молоком 180 г 	Полдник <ul style="list-style-type: none"> чай зелёный 200 г апельсин 100 г 	Ужин <ul style="list-style-type: none"> судак отварной 80 г морковные котлеты 150 г кефир 200 г
2-й завтрак <ul style="list-style-type: none"> дыня 100 г 	На весь день хлеб ржаной (отрубной, зерновой) 100 г (3-4 куска) хлеб пшеничный 50 г (2 куска) сахар 20 г (1 столовая ложка) лимон 60 г (примерно половина среднего фрукта)	
Обед <ul style="list-style-type: none"> суп овсяный на мясном бульоне 500 г гуляш из отварного мяса 50 г свёкла, тушённая с яблоками 200 г компот из сухофруктов 200 г 	Что нужно съесть за сутки? * Чем полезен * Количество порций в день * Вес или объём одной порции	

Зелёные - «ЕШЬ, НЕ ОПАСАЙСЯ!»

ХЛЕБ, КАША И КАРТОФЕЛЬ
 * источник углеводов, пищевых волокон, белка, железа, витаминов группы В
 * 1 кусок хлеба, либо 1/2 стакана (чашки, 1/2 порционной тарелки) готовой каши; 1 стакан (чашка, 1/2 порционной тарелки) картофеля в готовом виде; 1 чашка (1/2 порционной тарелки) супа.
 * 6-11

ОВОЩИ
 * витамины, пищевые волокна и минеральные вещества
 * 3-6
 * 1 овощ (кусок) среднего размера либо 1/2-1 стакан (чашка, 1/2 порционной тарелки) варёных или сырых овощей; 1 чашка (1/2 порционной тарелки) овощного супа

ФРУКТЫ
 * витамины, пищевые волокна и минеральные вещества
 * 2-4
 * 1 фрукт (кусок) среднего размера либо 1/2 стакана (чашки) фруктового сока

Жёлтые - «БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН!»

МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ
 * белок, кальций, никотиновая кислота, витамины A, B₂, D
 * 2 (от 2 до 10 лет и старше 24); 3-4 (11-24 года, беременные и кормящие женщины)
 * 1 стакан (чашка или 250 мл) снятого молока или молока жирностью 1%, йогурта с низким содержанием жира либо 1 кусок (30 г) сыра жирностью менее 20%

МЯСО, ПТИЦА, РЫБА, ЯЙЦА, БОБОВЫЕ, СЕМЕЧКИ, ОРЕХИ
 * белки, витамины группы B, железо и др. минеральные вещества
 * 2-3
 * 85-90 г мяса или рыбы в готовом виде (110-120 г в сыром виде) - по объёму сходно с картошкой колодой - либо 1/2 ножки курицы или грудной части курицы, 1 яйцо; 3/4 стакана (чашки, 1/2 порционной тарелки) нарезанной рыбы либо 1/2-1 стакан (чашка, 1/2 порционной тарелки) бобовых, орехов, семечек

ЖИРЫ И МАСЛА
 * насыщенные и ненасыщенные жирные кислоты, витамины A и E
 * 2-3
 * 1 ст. л. растительного масла, маргарина либо 1 ст. л. майонеза; 2 ст. л. орехов

Красные - «ОСТОРОЖНО, ОПАСНОСТЬ!»

АЛКОГОЛЬНЫЕ НАПИТКИ
 * не более 2 * 10 г 100%-ного спирта либо 30 г водки; 110-120 г красного вина.



Для суставов принимайте лучшие¹ средства серии «Хонда»

Достоинства натуральных² средств «Хонда»

- Содержат максимальные дозировки самых важных для здоровья суставов компонентов от лучших мировых производителей: коллаген - 8000 мг, хондроитин - 800 мг, глюкозамин - 1350 мг, гиалуроновая кислота - 50 мг, MSM - 600 мг («Хонда Drink»)
- Большой выбор форм выпуска: капсулы, таблетки, кремы, напиток - для любых предпочтений
- Совместное применение снаружи (крем) и изнутри (таблетки и др.) усиливает их эффективность

Произведено Evalar: выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP³



«Хонда drink» хондропротекторный напиток с коллагеном, гиалуроновой кислотой и MSM

С высокой степенью биодоступности ингредиентов для усиленного питания суставов



«Хонда» капсулы

С хондроитином и глюкозамин - самый доступный по цене хондропротектор¹



«Хонда Форте» таблетки

500 мг хондроитина и 500 мг глюкозамина в 1 таблетке, как в зарубежных аналогах, но по выгодной цене



Крем «Хонда»

С максимумом³ хондроитина и глюкозамина для их глубокого проникновения через кожу, что способствует усиленному питанию и восстановлению хрящевой ткани



Спрашивайте в аптеках! www.evalar.ru «Линия здоровья «Evalar»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).

¹ «Линия здоровья «Evalar»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный). Заказывайте на сайте apteka.ru с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку. ² В серии «Хонда». ³ По действующим концентрациям. ⁴ По содержанию хондроитина и глюкозамина среди кремов категории «Хонда». ⁵ Сертификат GMP MCC17809-01, NSF International (США), 69932 г. Бейкер, шт. Солиситтерсвилл, США. ЗАО «Эвалар», ОГРН 102220053380. Россия



ДОЛГОЙ ЖИЗНЬЮ

ТАЙНА ПРОЗРАЧНОЙ БУТЫЛКИ

Вода в бутылках на полках магазинов кажется одинаковой - прозрачной. Но на деле она серьёзно различается. Более того, бывает даже опасной, особенно для некоторых групп людей. Мы расскажем, как выбрать правильную воду.

ПИТЬ ИЛИ ЛЕЧИТЬ?

Часто бывает, что люди пьют воду, которая им противопоказана. Например, гипертоники покупают такие популярные марки, как «Боржоми» или «Ессентуки».

«Два года назад отдыхал в Ессентуках, - рассказывает Виктор КОНЫШЕВ, д. м. н., известный специалист по питанию. - Обратил внимание, что в минеральных водах этого курорта очень много

Неблагоприятные дни и часы с 29 сентября по 5 октября 2016 г.

29 сентября, четверг (пик с 12.00 до 15.00)*

Возможны проблемы с пищеварением, простуда. Исключите стрессы.

30 сентября, пятница (пик с 19.00 до 22.00)*

Возможны болезни кожи. Остерегайтесь холода.

1 октября, суббота (пик с 3.00 до 6.00)*

Возможны болезни почек и поджелудочной железы. Откажитесь от острого.

3 октября, понедельник (пик с 21.00 до 0.00)*

Возможны болезни всех органов выделения. Не ешьте острого.

Татьяна Дубкова, Центр инструментальных наблюдений за окружающей средой и геофизических прогнозов

* **Время московское**

КАК ВЫБРАТЬ ВОДУ

31 Покупайте для ежедневного применения в качестве питьевой воды

≤1 г/л Минеральная столовая вода

≤0,5 г/л Питьевая артезианская или родниковая вода

? ≤0,5 г/л Питьевая очищенная* или кондиционированная

Не покупайте для ежедневного применения

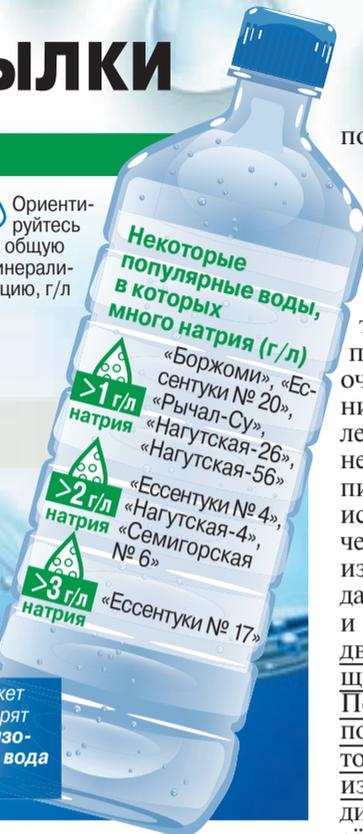
1-10 г/л Минеральная лечебно-столовая вода

10-15 г/л Минеральная лечебная вода

* Подумайте, покупать ли такую воду, иногда она может быть не природной, а водопроводной. Об этом говорят надписи на этикетке: «исходная вода из централизованной системы водоснабжения» или «исходная вода водопроводная».

Инфографика Марии КЛЕМЕНТЬЕВОЙ

Ориентируйтесь на общую минерализацию, г/л



ГДЕ ИСТОЧНИК?

Все воды для ежедневного потребления можно разделить на природные и «искусственные». Хотя последний термин официально не используется, он кажется нам правомерным (см. инфографику). Первые имеют точно такой же состав, как и в природном источнике, - их не очищают, не фильтруют, к ним ничего не добавляют (кроме углекислого газа). Так делают минеральные столовые воды и часть питьевой воды - из артезианских источников и родниковую (ключевую). По сути, они близки: обе из натуральных источников, вода в которых неплохая по составу и качеству. Кроме них есть ещё два типа питьевой воды - очищенная и кондиционированная. Первую можно делать из любых подземных и поверхностных источников водоснабжения, даже из водопроводных. Она проходит такую подготовку, что состав её меняется. Кондиционированную воду сначала делают чуть ли не дистиллированной, а потом насыщают минеральными солями. По сути, она не натуральна, а сконструирована, так как естественный процесс создания воды в природе существенно отличается от простого растворения солей. И природные минералы, участвующие в её создании, тоже часто иные по составу.



Александр МЕЛЬНИКОВ

Фото Stock Image/PhotoXPRESS.ru

WWW.AIF.RU

Об уникальных курортах России, на которых можно подлечить практически любую болезнь, читайте на нашем сайте www.aif.ru

натрия, порой выше 2 г/л, а в некоторых источниках и больше 3 г/л. А ведь больным с гипертонией, с сердечной недостаточностью и отёками нужно сильно ограничивать потребление натрия, он задерживает в организме воду и способствует повышению давления. По этой же причине им рекомендуют сократить использование и обычной пищевой соли - хлористого натрия. В составе такой минеральной воды его можно получить

очень много, и это закончится обострением гипертонической болезни, гипертоническим кризом или усилением отёков при недостаточности кровообращения. Нужно обязательно обращать внимание на содержание натрия в минеральной воде. И пить лучше обычную столовую минеральную воду. А лечебно-столовые и лечебные воды принимать можно только по назначению врача и с учётом сопутствующих заболеваний.

АИФ РЕКОМЕНДУЕТ

В России, в отличие от заграничных, на этикетках не указывают количество натрия. А ведь это крайне важно для гипертоников. У нас указано лишь суммарное содержание вредного натрия и полезного калия. Но поскольку калия бывает всегда меньше, чем натрия, советуем считать их общее содержание за

один натрий. И если оно больше 300 мг/л, то такую воду при склонности к гипертонии не покупайте и не пейте.

Указания на ГОСТы и ТУ - важные знаки на этикетке:

- для минералки это ГОСТ Р 54316-2011 или ТУ 9185;

- для питьевой воды ГОСТ 32220-2013 или ТУ 0130.

ЗА ВЫПЛАТОЙ - К СТРАХОВЩИКУ

СИТУАЦИЯ В ОСАГО ПОСТЕПЕННО СТАБИЛИЗИРУЕТСЯ: ВВЕДЁН «ПЕРИОД ОХЛАЖДЕНИЯ», ПОЗВОЛЯЮЩИЙ ПОБЕДИТЬ НАВЯЗЫВАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ УСЛУГ. В 9 РЕГИОНАХ ЗАРАБОТАЛ «ЕДИНЫЙ АГЕНТ» - ПРОЕКТ, ОБЪЕДИНЯЮЩИЙ УСИЛИЯ РЕГУЛЯТОРА И РОССИЙСКОГО СОЮЗА АВТОСТРАХОВЩИКОВ. НО ПРОБЛЕМА ТАК НАЗЫВАЕМЫХ «КРИМИНАЛЬНЫХ АВТОЮРИСТОВ» ВСЁ ЕЩЁ ОСТАЁТСЯ, И АВТОВЛАДЕЛЬЦАМ НАДО БЫТЬ НАЧЕКУ.

Во многих регионах они чрезмерно активны. Собственно, их активность и вызва-

ла дефицит полисов ОСАГО. Отличие их от специалистов, действующих в рамках закона, в том, что мошенники не помогают добиться справедливости в отношениях со страховщиками, а озабочены только своей выгодой. Интересы автовладельца - на заднем плане. Они занимаются подлогами документов, всевозможными махинациями, используют дыры в законодательстве и отсуживают у страховщиков значительные суммы.

»
СТРАХОВЫЕ СТАЛИ ПЛАТИТЬ ЛУЧШЕ.

Но беда в том, что деньги эти потом почти никогда не достаются самим пострадавшим.

Помочь может только тот юрист, который сразу предупреждает: по закону за возмещением нужно сначала обратиться в свою страховую компанию. А также напоминает, что предъявление страховщику машины для осмотра является обязательным. И ещё важно, чтобы оплата услуг

юриста была фиксированной и заранее оговорённой.

Если же «автоюрист» обещает «выбить со страховой» определённую сумму, а всё, что сверху, хочет забрать себе, то знайте: он планирует на вас неплохо заработать.

Отказаться стоит и от сотрудничества с теми дельцами, которые прямо на месте ДТП предлагают выкупить у вас право требования (заключить договор цессии) в обмен на наличные. Таких в народе уже прозвали «похоронными агентами».

В принципе с подачей досудебной претензии может спра-

виться любой желающий и без посредников - информации о том, как это грамотно сделать, в Интернете достаточно. К тому же самым страховым компаниям сейчас, после введения прямого возмещения убытков, невыгодно занижать размер компенсаций - с ними теперь проще договориться и без помощи третьих лиц.

А вообще имейте в виду: если есть возможность, лучше выбрать натуральное возмещение - это самый быстрый и удобный способ отремонтировать свой автомобиль по ОСАГО.

Фёдор ЕСАУЛОВ

СПРОСИТЕ ДОКТОРА АГАПКИНА



ДОКТОР СЕРГЕЙ АГАПКИН, ВЕДУЩИЙ ПРОГРАММЫ «О САМОМ ГЛАВНОМ», ОТВЕЧАЕТ НА ВОПРОСЫ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ О ЗДОРОВЬЕ.

Дочь часто делала гель-лак. Ногти стали ломкие. Как их восстановить?

М. Чудинова, Тверь

- Гель-лак - лак с добавлением гелевого компонента, который делает покрытие стойким. Длительное использование приводит к деформации и истончению ногтевой пластины. Восстановить ногти помогут специализированные или народные средства: оливковое масло (питает и увлажняет ногти и кутикулу), лимонный сок (эфирные масла и витамин С укрепляют и делают ногти блестящими). Нужно ежедневно протирать ногти и кутикулу долькой лимона. Лечат ослабленные ногти также 10-15-минутные солевые ванночки.

Как влияют на состояние волос резинки, заколки и тугие косички?

М. Соколова, Саранск

- Передавливание волос приводит к нарушению структуры волоса, создаёт очаг напряжения на коже, ухудшает кровоснабжение, вызывает приостановку доставки питательных веществ и повреждение луковицы. Чтобы определить степень повреждения волоса и выбрать тактику восстановления, необходимо обратиться к трихологу.

РОССИЯ 1

На телеканале «Россия 1» в 9.55 с понедельника по пятницу выходит программа «О самом главном». Ведущий доктор Сергей Агапкин.

Реклама 0+

ТЕХНОЛОГИЯ

ДОМА ДЛЯ ЖИЗНИ

8 800 250-250-5

technology-site.ru

ДОМ СЕРИИ «АЛЕКСАНДРИЯ» К 6x6 - 496.195 р.

- СВАЙНО-ВИНТОВОЙ ФУНДАМЕНТ
- ДОМ УТЕПЛЕН МИНЕРАЛЬНОЙ ВАТОЙ 150ММ.
- КОМПЛЕКТ ОКОН И ДВЕРЕЙ
(ПОДРОБНУЮ КОМПЛЕКТАЦИЮ СМОТРИТЕ НА САЙТЕ)

ПЛАСТИКОВЫЕ
ОКНА
В ПОДАРОК!*

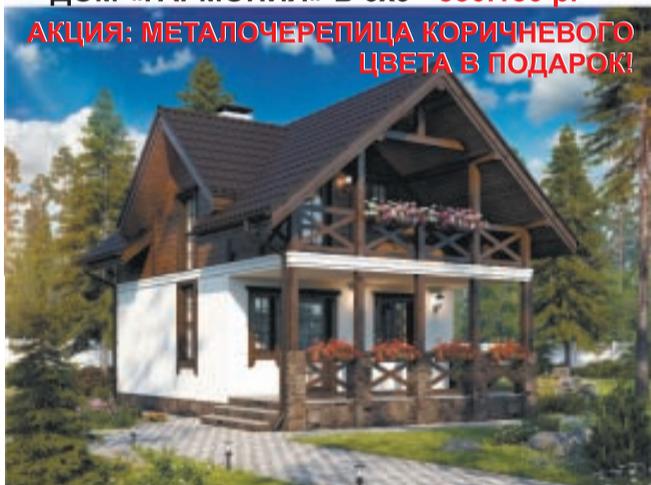
- 65 ПРОЕКТОВ
- БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ
- ПОД КЛЮЧ
- ГАРАНТИЯ

17 ЛЕТ
НА РЫНКЕ

Реклама

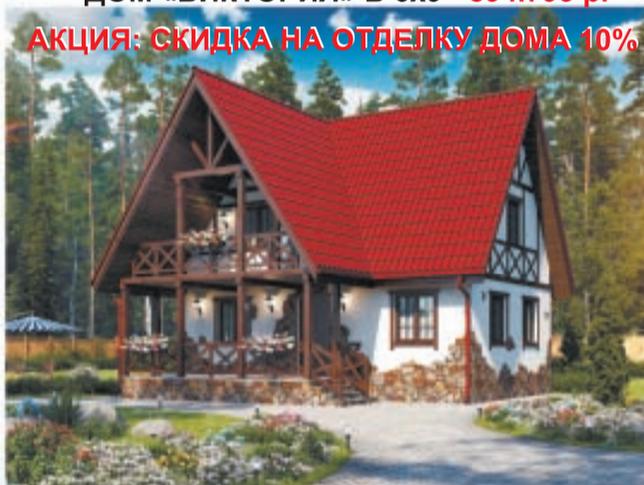
ДОМ «ГАРМОНИЯ» К 6x9 - 687.150 р.
ДОМ «ГАРМОНИЯ» Б 6x9 - 830.150 р.

АКЦИЯ: МЕТАЛОЧЕРЕПИЦА КОРИЧНЕВОГО
ЦВЕТА В ПОДАРОК!



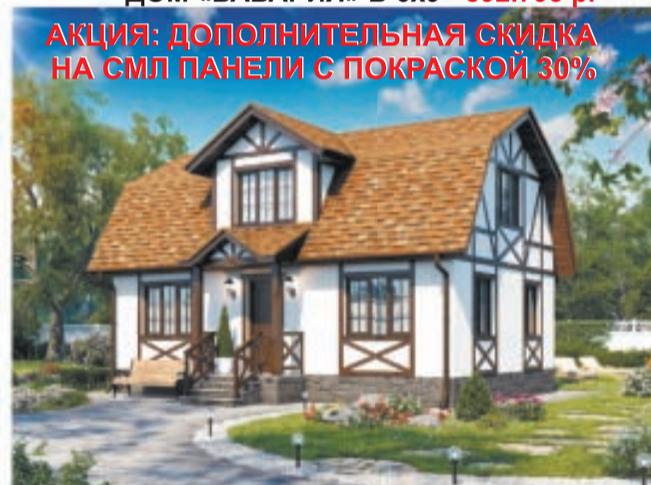
ДОМ «ВИКТОРИЯ» К 6x9 - 747.793 р.
ДОМ «ВИКТОРИЯ» Б 6x9 - 894.793 р.

АКЦИЯ: СКИДКА НА ОТДЕЛКУ ДОМА 10%



ДОМ «БАВАРИЯ» К 6x9 - 712.793 р.
ДОМ «БАВАРИЯ» Б 6x9 - 892.793 р.

АКЦИЯ: ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА
НА СМЛ ПАНЕЛИ С ПОКРАСКОЙ 30%



АКЦИЯ: ГАРАЖ В ПОДАРОК



КОТТЕДЖ «ОЛИМП» К 12,5x10 - 1.590.000 р.
КОТТЕДЖ «ОЛИМП» Б 12,5x10 - 2.212.000 р.

КОТТЕДЖ «ШАЛЕ» К 12x12 - 2.580.000 р.
КОТТЕДЖ «ШАЛЕ» Б 12x12 - 3.190.000 р.



АКЦИЯ: СКИДКА НА ЦОКОЛЬНЫЙ
САЙДИНГ 10%



КОТТЕДЖ «ВИТЯЗЬ» К 7x9 - 1.131.000 р.
КОТТЕДЖ «ВИТЯЗЬ» Б 7x9 - 1.614.000 р.

АКЦИЯ: ПЕЧЬ В БАНЮ В ПОДАРОК!*



- Стены - профилированный брус 150мм.
- Утепление пола и потолка - мин вата 150мм.

**ЗИМНЯЯ
КОМПЛЕКТАЦИЯ!**
СПЕЦ. ПРЕДЛОЖЕНИЕ!

- Баня Б 4x4 363 746 р.
- Баня К 5x4 413 731 р.
- Баня Б 4x5,5 386 474 р.
- Баня К 6x6,5 549 323 р.
- Баня Б 6x5 571 277 р.

- Окна ПВХ «Rehau».
- Отделка парной и полостей
осиновой вагонкой.

**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 1.11.2016 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

ЗАРУБЕЖЬЕ

Финны справились с сигаретами, но не могут победить водку.

ЕСЛИ КОЛИЧЕСТВО КУРИЛЬЩИКОВ У НАШИХ СОСЕДЕЙ СНИЗИЛОСЬ ПОЧТИ В 4 РАЗА, ТО В БОРЬБЕ С АЛКОГОЛЕМ НЕ ПОМОГАЮТ ДАЖЕ СУХОЙ ЗАКОН, КРАЙНЕ ВЫСОКИЕ ЦЕНЫ И СУРОВЫЕ ОГРАНИЧЕНИЯ. С ПОДРОБНОСТЯМИ ИЗ ХЕЛЬСИНКИ - ОБЗРЕВАТЕЛЬ «АИФ».

ТОЛЬКО В «АИФ»

На холодильнике с пивом в торговом центре амбарный замок и надпись: «Продажа заканчивается в 9 вечера». Рядом стоит пара небритых мужиков, один из них задумчиво чешет затылок, глядя на часы. «Опоздали?» - «Да, всего на минутку. Но теперь всё». Кстати, в обычных финских торговых точках не продают даже вина - исключительно пиво, да и то крепостью не выше 4,8 процента. Чего пожестьче - только в государственных маркетах «Алко», которые работают шесть дней в неделю. Цены бешеные даже для Финляндии - бутылка пива стоит 3 евро (в три раза дороже, чем в Германии), водка - 25 евро (то есть около 1800 рублей). С сигаретами ещё хуже - их запрещено выставлять в поле зрения, в том числе и в магазинах duty-free в аэропорту Хельсинки: если покупатель хочет приобрести «табачку», он должен спросить у продавца, и пачку сигарет (примерно 7 евро за штуку) достанут из-под прилавка. Уже почти сотню лет Финляндия борется с зависимостью населения от крепкого алкоголя, а в 1970-х начался «крестовый поход» против табака. О результатах этих сражений рассказывает обозреватель «АиФ».

ПОДКУП ДЫМЯЩИХ

- В 1972 году в Финляндии курили примерно 60-65 процентов жителей, - объясняет Эрки Вартгайнен, директор департамента Института общественного здоровья и сощобеспечения.



После 9 вечера даже пиво под замком.

Фото автора

- Ситуация катастрофическая, поэтому решили применять не только кнут, но и пряник. В рамках оздоровительной программы «Северная Карелия» были запущены реалити-шоу на ТВ: туда приглашали курильщиков и ставили им задачу - продержаться без сигарет шесть месяцев под круглосуточным прицелом телекамер и получить денежный приз. Желающие могли выйти из конкурса в любой момент и снова задымить. Шоу собрало огромную аудиторию: и зрители, и сами участники с удивлением обнаружили - бросить курить не так уж и трудно.

Очень важная вещь - не забывать постоянно, насколько вредны сигареты, а объяснить, как от этой привычки можно избавиться. Сейчас, по статистике, число курильщиков в Финляндии снизилось почти в 4 раза - до 17 процентов, и в парламенте ведутся дискуссии о полном запрете продажи сигарет: чтобы сделать наше государство первой в Европе свободной от табака страной. Удалось добиться изменения мысли молодёжи. Теперь в школе, если куришь, ты больше не крутой парень, а попросту лузер, неудачник.

«ПЬЯНЫЕ» КОРАБЛИ

ПЛЫТЬ ЗА ВЫПИВКОЙ

Вечер в Хельсинки. По улице рядом с Центральным вокзалом идёт девушка лет двадцати. Она еле держится на ногах, бедняжку бросает из стороны в сторону - она пьяна в стельку. Бары переполнены финнами, хором поющими песни и размахивающими бокалами с пивом по 10 евро за порцию - цена никого не останавливает. Из недр кораблей,

1800 РУБ.

СТОИТ БУТЫЛКА ВОДКИ.

причаливших на пристань финской столицы с берегов Эстонии, навстречу сумеркам вываливаются целые толпы народа. Многие даже идти сами не в состоянии, их поддерживают под руки чуть более трезвые друзья - запах перегара стоит такой, что автоматически тянет закусить. Каждый пассажир тащит за собой сумку на колёсиках, откуда доносится бутылочный звон: эстонская водка в 3-4 раза дешевле финской, поэтому финны активно везут домой «сувениры». Никакой таможни не существует: ведь и Эстония, и Финляндия являются членами Евросоюза. Эти паромы называют пьющими. И тут окончательно понимаешь: сражение властей с зелёным змием проиграно вдребезги.

КРАХ СУХОГО ЗАКОНА

- Я с вами не соглашусь, - утверждает Кари Паасо, директор подразделения Министерства социальных дел и здравоохранения Финляндии, исследующего злоупотребление алкоголем. - Хотя пить в нашей стране меньше не стали, снизилась крепость употребляемых напитков. Если раньше главным украшением стола была водка, то сейчас это бутылка вина. Я считаю такой перелом в сознании достижением: ведь пара бокалов красного или белого в день не повредит. В остальном «водочный вопрос» до сих пор го-

рячо обсуждается в Финляндии - политические партии на выборах постоянно обещают отменить запреты. Однажды это действительно было сделано - и в республике сразу резко возросло количество смертей от алкоголя. Пришлось всё вернуть обратно. Хотя цены на спиртное высоки и купить его можно сугубо в специализированных государственных магазинах, финны пьют по-прежнему. Правда, никто не задаёт себе вопрос: как обстояли бы дела при отсутствии ограничений?

С 1919 по 1932 год в Финляндии действовал сухой закон. Разумеется, в деревнях активно гнали самогон и продавали его городским по тройной цене. Правительство, поняв, что провоцирует войну с водкой, вновь разрешило народу пить, введя государственную монополию на продажу алкоголя. В 2015 году налоги с выпивки добавили в бюджет Финляндии полтора миллиарда (!) евро. По неофициальной статистике, средний финн выпивает сейчас 18 литров спирта в год (имеется в виду общая цифра, собранная из водки, пива и вина), в то время как средний россиянин - 15 литров. Финский успех борьбы с курением доказал: проще не лепить бесконечные запреты, превращая курильщиков в угнетённое сословие, а заинтересовать людей денежными призами, рекламируя преимущества образа жизни без табака.

То же самое и со спиртным: финны уже почти сотню лет сражаются с зелёным змием с помощью строгих законов и бешеных цен, а граждане как пили, так и пьют. Пожалуй, единственное, что в данном случае можно извлечь из финского опыта, - это стимулировать употребление хорошего вина (в Финляндии на его продажу очень низкий налог) и, вероятно, задуматься о госмонополии на продажу спиртных напитков. Проблем точно будет меньше, а денег в бюджете намного больше.



Георгий ЗОТОВ, Хельсинки (Финляндия)

ЮЛЯ КОРОЛЬ, ШКОЛЬНИЦА-ГЕРОИНЯ, СПАСАВШАЯ ДЕТЕЙ НА СЯМОЗЕРЕ, ПРОДОЛЖАЕТ ПОЛУЧАТЬ ЗАСЛУЖЕННЫЕ НАГРАДЫ.

18 июня трагедия на Сямозере в Карелии унесла жизни 14 детей. Во время шторма перевернулись лодки со школьниками. Руководство лагеря бездействовало, спасателей не оповестили. В это время 14-летняя Юлия Король сама вытаскивала детей из воды - некоторых уже мёртвыми. Но многим девочке подарила вторую жизнь. Именно она сообщила о случившемся жителям ближайшей деревни и вызвала МЧС.

И вот спустя несколько месяцев смелая школьница дождалась государственной награды. Указ о награждении Юлии



Подвиг Юли не остался незамеченным.

Король медалью «За спасение погибавших», подписанный Президентом РФ Владимиром Путиным, был опубликован 20 сентября. Уточняется, что Юлия получает эту награду «за смелые и решительные действия при спасении людей в экстремальных условиях».

«Это уже не первая награда моей внучки. Конечно, Юлия в восторге! Плохо это, что ли? - делится с «АиФ» бабушка девочки Галина Петровна. - Вот в июле ей министр МЧС медаль вручил (см. «АиФ» № 29), а 7 сентября мы в Кремль ездили на премию «Щит и роза». Там, кстати, ей один из спонсоров

подарил снимающий под водой фотоаппарат. Я бы, конечно, не смогла её так побаловать. Летом нам дали возможность съездить на море в Анапу. Всё таки-лето очень тяжёлое было: сначала эта трагедия, потом Юлия попала в больницу...» Галина Петровна признаётся, что из-за пережитого потрясения Юлия пока трудно вливается в учебный процесс. Отчасти и потому, что сверстники напоминают девочке о трагедии: «Бывает, после резких вопросов детей в школе приходится обращаться к психологу, что её травмирует. Но это происходит нечасто. Вот я с вами говорю, а она с братом резвит-

ся, смеётся. Я очень рада, что нам помогают и материально, и психологически. Юле стало намного легче».

Многие остались неравнодушны к подвигу этой девочки. Осенью Юлю ждут ещё две награды - Гран-при ежегодной премии журнала «Сноб» и памятная медаль с изображением героя-подводника Рябинина от Костромского отделения Московского союза новоземельцев.

Впервые о подвиге Юли в «АиФ» рассказал Александр Браун, один из спасшихся детей (см. «АиФ» № 26). И теперь мы радуемся её очередной награде!

Елена ПЛОТНИКОВА

ТРУДНОЕ ЛЕТО ДЕВОЧКИ ЮЛИ

ОЧИЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

Анри Шено - ученый, который на протяжении сорока лет исследует вопросы здоровья. По мнению Анри Шено, очищение организма должно быть неотъемлемой процедурой в жизни каждого человека, чтобы сохранить здоровье и продлить годы активной жизни.

Анри Шено в своей книге называет 6 стадий накопления токсинов в организме, которые определяют его физическое состояние.

Первая стадия - выделение, она затрагивает главным образом функции желудка и толстой кишки и может проявляться нарушениями работы кишечника, в основном запорами.

Вторая стадия - окисление, она связана с мочевым пузырем, последнем отделом толстого кишечника, нижними дыхательными путями и суставами. На этой стадии может увеличиваться потоотделение и возникать неприятный запах пота.

Третья стадия - отложение, она развивается в тканях печени и желчного пузыря, функциональные изменения которых могут иметь различные последствия, такие как: плохое пищеварение, скопление газов в кишечнике, изжога, малокровие, снижение плотности костной ткани, избыточный вес или, наоборот, чрезмерная худоба.

Четвертая стадия - насыщение токсинами легких, селезенки и поджелудочной железы. Тут могут наблюдаться нарушения соединительной ткани, снижение иммунитета, нарушения циркуляции лимфатической жидкости. Эта стадия требует продолжительного курса очищения - около одного года - и перехода на здоровый характер питания.

Пятая стадия - дегенерация жизненно важных органов: сердца и почек. Но еще возможно ограничить ущерб, перейдя на ограниченный режим питания и регулярные процедуры для выведения токсинов.

Когда наступает шестая стадия - **новообразования**, поражены печень и вся гормональная система.

Какую бы вы для себя степень ни определили - еще не

поздно заняться собой!

Сорокалетний опыт Анри Шено, подкрепленный многочисленными исследованиями, позволяет ему утверждать: накопление токсинов является

причиной многих нарушений в организме, которых можно было бы избежать, если регулярно очищать организм.

По материалам книги Анри Шено «Детокс. Здоровье, молодость, стройность» 2011 Sperling & Kupfer Editori S.p.A.

БЕРЕЖНОЕ ОЧИЩЕНИЕ ПЕЧЕНИ »

ОВЕСОЛ - №1¹ ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ ПЕЧЕНИ И ОРГАНИЗМА ОТ ТОКСИНОВ!

Чтобы не происходило накопления токсинов, воспользуйтесь натуральным² средством «Овесол», специально разработанным для глубокого и бережного очищения печени. «Овесол» буквально «промывает» печень, способствуя уменьшению застоя желчи, что снижает риск образования камней и помогает очистить организм в целом.

Только в нем³ овес молочной спелости в сочетании с желчегонными травами:

- куркумой
- володушкой
- бессмертником
- шиповником
- мятой

синергично воздействует на процесс желчеобразования и желчевыведения, что особен-



но важно в процессе очищения печени и всего организма.

Для миллионов россиян «Овесол» уже стал номером один для очищения печени¹. Пусть и для вас он станет надежным помощником!

Реклама

ТРИПТОФАН⁴: СПОКОЙНЫЕ НОЧИ, СЧАСТЛИВЫЕ ДНИ!

Стрессы, подавленное настроение днем, недосыпание ночью... Пытаясь вырваться из этого замкнутого круга, знакомого большинству жителей мегаполисов, мы принимаем различные успокаивающие средства, но они могут не дать ожидаемого результата. Возможная причина - снижение в организме уровня гормонов серотонина и мелатонина. Восполнить их недостаток помогает незаменимая аминокислота триптофан.



500 мг триптофана в день - 2 капсулы

«Формула спокойствия Триптофан» способствует:

- **днем - выработке серотонина** - «гормона счастья», повышению работоспособности, снижению раздражительности, устранению подавленного настроения, чувства тревоги;
- **ночью - выработке мелатонина** - «гормона сна», который помогает быстро заснуть, полноценно выспаться и отдохнуть за более короткое время.

Курс приема - не менее 1 месяца до исчезновения симптомов

Реклама

ПОЧЕМУ ФИТОЛАКС ПОКУПАЮТ ЧАЩЕ⁵ ДРУГИХ ПОСЛАБЛЯЮЩИХ СРЕДСТВ?

- Достоинства послабляющего средства Фитолак:
- 1. Эффективность:** действует с 1 приема.
 - 2. Предсказуемость действия:** вечером Фитолак - 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



Шоколад при склонности к запорам



Чай в фильтр-пакетах



Напиток с приятным вкусом и ароматом фруктов



Батончик с ценными пищевыми волокнами и черносливом



Произведено Эвалар. Выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP⁶.

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

¹ По данным «ДСМ Групп», БАД «Овесол» производства «Эвалар» является самым продаваемым брендом в группе средств для печени и желчного пузыря в 2015 г. ² По действующим компонентам. ³ Среди препаратов «Эвалар». ⁴ Аминокислота триптофан. ⁵ По данным DSM Group за 2015 год - первое место в стоимостном и натуральном объеме среди слабительных препаратов. ⁶ Сертификат GMP №C0170889 - 03, NSF International (США). Состав БАД «Овесол усиленная формула». Информация подтверждена добровольной сертификацией. БАД. Реклама. 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760



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

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

ЛЕЧЕБНИК

Рак не тронет живущих по законам природы.

ПОЧЕМУ УНИВЕРСАЛЬНАЯ МАШИНА ИММУНИТЕТА ДАЁТ СБОЙ ПРИ ВСТРЕЧЕ СО ЗЛОКАЧЕСТВЕННОЙ ОПУХОЛЬЮ?

Рассуждает Евгений ЧЕРЁМУШКИН, врач-онколог, старший научный сотрудник РОНЦ им. Блохина, кандидат медицинских наук.

ВСЕМИРНАЯ УГРОЗА

- Евгений Александрович, в прошлом году в половине федеральных округов нашей страны рак опередил по количеству смертей сердечные болезни. А в Европе, США, Австралии онкология давно уже на 1-м месте. Почему так?

- Кардиология - в какой-то мере математика. Нужно правильно выбрать алгоритм лечения - подобрать эффективные лекарства или сделать операцию. Успехи значительны. Потому население от сердечно-сосудистых болезней умирает меньше. В онкологии формально ничего не меняется. Да, мы точно выигрываем в случае ранней диагностики, а в остальных случаях - затишье. Лечение либо слишком дорогое, либо очень токсичное. Хотя кое-где мы добились успеха, и отдельные виды рака теперь излечиваются практически на 100%. Например, детская онкологическая патология (ресурсы восстановления молодого организма очень высоки при химиотерапии), некоторые виды лимфом (опухоли из клеток иммунной системы), опухоли яичка определённого вида. Та же страшная меланнома, которая быстро даёт метастазы, прооперированная в раннем периоде, излечима. Проблема - вовремя выявить.

- Всемирная организация здравоохранения пугает, что через 20 лет раком заболеют вдвое больше людей.

- Мы настолько быстро преобразуем мир вокруг себя и так негативно, неразумно, что организм не успевает приспособиться к изменениям. Мы относимся к млекопитающим, но потеряли присущую им остроту зрения, слуха, плотность костной ткани, много чего в желудочно-кишечном тракте не перевариваем... Только мозг всё это время продолжал совершенствоваться. Теперь отдельным ин-

САМИ ВИНОВАТЫ?

дивидуумам надо объединиться в коллективный разум, и тогда возможен прорыв. Но до этого далеко. Мы никак не помиримся на одной лестничной площадке, да ещё

сигнал: «Вот опухоль, враг, его надо уничтожить!»), то в ряде случаев добиваемся успеха. Но... всё не так просто. Блокируя одни сигнальные пути для бесконтрольного роста рако-

Как их отследить? Думаю, будущее за расшифровкой системных сигналов в организме, посылаемых молекулами. Есть такие информационные молекулы РНК, которые переносят все данные по типу флешки. Но, возможно, даже разгадав эту тайну, мы не захотим вмешаться. Мы поймём, как всё великолепно придумано природой, и решим, что лучше жить в согласии с ней. Она настолько умна, разумна, естественна, что мы своими идиотскими идеями часто только вред наносим.

ЛЕЧИТЬСЯ В РОССИИ?

- Вы сказали, что мы страдаем от плохой экологии. А американцы изучили домашнюю пыль и ужаснулись, сколько в ней всего вредного.

- Это правда. Если бы мы тоже проанализировали, что витает на наших бедных квадратных метрах, то волосы - если они ещё остались на голове - точно бы встали дыбом. Мельчайшая пыль от синтетических чистящих средств, освежителей воздуха, витающие в воздухе канцерогены от пережаренной пищи, не говоря уже о бактериях и вирусах...

И всё это электризуется за счёт электромагнитного поля, создаваемого ТВ и прочими приборами, и приобретает способность негативно воздействовать на организм.

- Что нужно сделать, чтобы люди не стремились в Германию, Израиль, США, а могли лечиться дома?

- Нужно не только строить медицинские центры и наполнять их современным оборудованием - это как раз проще всего. А привлекать специалистов и создавать им условия для работы: чтобы быстро приходили деньги и не растворялись где-то по пути. Необходимо анализировать, что работает эффективнее всего, и развивать эти технологии по всей стране. А у нас, когда что-то нужно затеют, сначала двадцать человек, которые ничего не понимают, с ложкой прибегают. Когда профессионал приходит, на той тарелке уже и следа от каши нет. Нужно, чтобы система создавалась не для распила бюджета, а на пользу людям. Тогда и российская медицина будет не хуже японской или европейской.



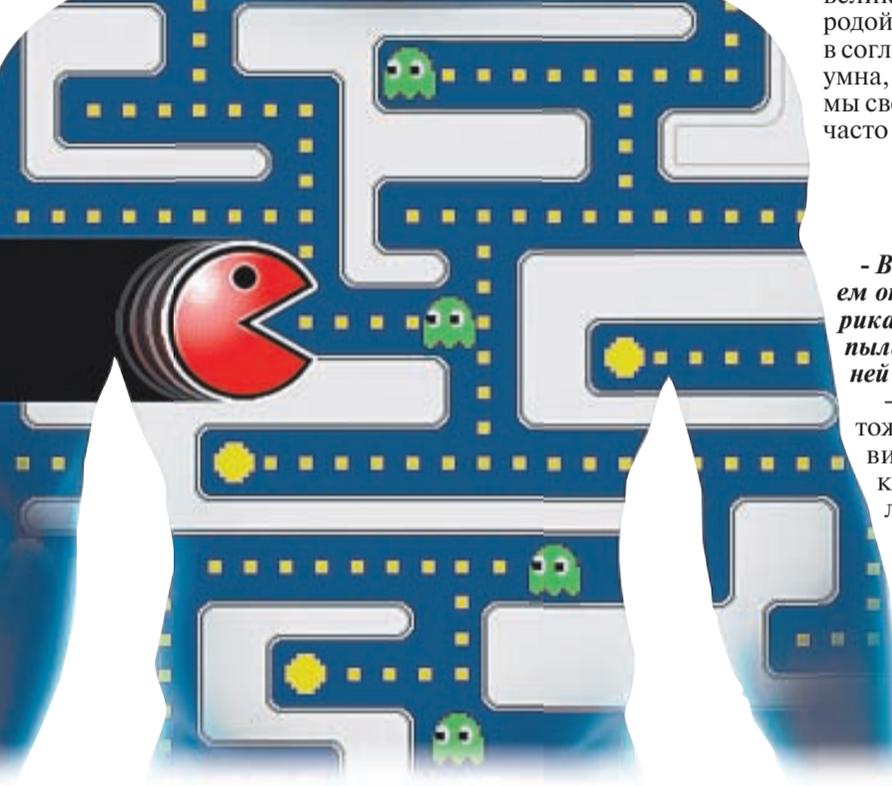
Юлия БОРТА

Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА



WWW.AIF.RU

О том, какие безобидные симптомы указывают на раннюю онкологию, читайте на нашем сайте www.aif.ru



воюем с другими странами, беспощадно уничтожая себе подобных. Вместо того чтобы решать реальные проблемы.

4 ПРИЗНАКА РАКА

- Тем не менее некоторые ваши коллеги утверждают, что прорыв всё-таки есть - в области иммунологических лекарств.

- Организм - это 80-100 трлн клеток, прекрасно собранных в саморегулируемую систему и отлаженно работающих. Универсальная машина иммунитета направлена на её сохранение. Она защищает нас от внешних врагов - вирусов, бактерий и даже иногда проявляет чрезмерную активность и ополчается на собственные белки и структуры организма (так возникают аутоиммунные заболевания). А опухолевый процесс она не видит. Иммунная система блокируется очень сложными механизмами, и через рост опухоли запускается процесс самоуничтожения. Субъект набрал критическую

массу мутаций генов, и всё - природе он уже неинтересен с биологической точки зрения. Пусть он заменил себе суставы и сосуды, поставил кардиостимулятор, но природу не обманешь. Она всё равно найдёт способ от этого субъекта избавиться. Когда мы вмешиваемся в работу организма на генетическом, молекулярном уровне передачи сигналов иммунной и другим системам (даём

вых клеток, мы можем открывать другие. И тогда болезнь ещё быстрее прогрессирует. К примеру, за 20 лет использования новых препаратов в лечении рака лёгкого никакого прорыва так и не произошло.

- Как же заинтересовать собой высшие силы природы?

- Вести здоровый образ жизни. Если человек выполняет предназначенные ему природой функции, он будет жить долго. Посмотрите на долгожителей. Они все живут по законам природы, активно трудятся до самой смерти, доброжелательны, стремятся не делать зла.

100%-НОЕ

ИЗЛЕЧЕНИЕ ВОЗМОЖНО ПРИ МЕЛАНОМЕ.

- Прочитала, что есть 4 признака рака на ранней стадии: постоянная температура 37 без симптомов простуды, резкая потеря веса, усталость без причин, а также боль в горле, хрипота, незаживающие ранки на губах...

- Это уже поздняя стадия! Опухолевая ткань начинает подавлять здоровые клетки, идёт падение иммунитета. Ранние стадии рака вообще не распознаются. Учёные пытаются найти повреждённые гены и клетки, которые вроде как запускают болезнь. Но клеток 100 трлн! И они сменяются, например в желудочно-кишечном тракте, с бешеной скоростью.

И ЧТОБЫ НЕ ДУМАТЬ?..

КОРПОРАЦИЯ «ГУГЛ» РАЗРАБОТАЛА ПРОГРАММУ ДЛЯ ОБЩЕНИЯ С ОПЦИЕЙ «УМНЫЕ ОТВЕТЫ»: В ХОДЕ ПЕРЕПИСКИ ОНА САМА ВЫБИРАЕТ ОТВЕТЫ, НАИБОЛЕЕ ТИПИЧНЫЕ ДЛЯ СВОЕГО ХОЗЯИНА.

ПОЗИЦИЯ



МЕДВЕДЕВА

Мы и так стремительно теряем культуру общения. А подобные системы фактически станут концом этой культуры.

В эпоху гаджетов человеческие отношения уже во многом обеднели. Раньше людей специально учили, как и с кем надо общаться. До революции, например, выпускали огромное количество книг, где подробно рассказывалось, в каких выражениях следует писать письмо с отказом, деловое, любовное.

У каждого из нас есть заготовки для переписки. Но если вы станете пользоваться ими всё время, то ваши ответы окажутся изначально плохими. Ведь, отвечая самостоятельно, вы учитываете личность своего собеседника. Например, когда я пишу поздравительные открытки, то к одному обращаюсь «Дорогой Иван Иванович!», а к другому - «Уважаемый доктор Смит!». Если не замечать подобных нюансов, качество переписки резко изменится к худшему. Письма обесценятся. В таких тонкостях ни один самый «умный» гаджет не разбирается. Он не учитывает личных отношений и не знает, какого именно эффекта вы хотите добиться. Поэтому мы не должны полностью передавать функции человека компьютеру.

Сегодня мы испытываем огромное влияние всякого рода американизмов. В США, например, у людей нет отчества - это не принято. Поэтому в переписке кажется, что вы очень быстро переходите с собеседником на «ты», сокращая дистанцию, которую в некоторых случаях выдерживать необходимо. Кроме того, в Америке и Англии существует две системы образования: одна для всех, другая для избранных, по системе закрытой дорогой частной школы. В них человека учат думать. Но человеком мыслящим сложнее управлять. Он перестаёт быть простым исполнителем. Поэтому власть заинтересована в том, чтобы отучить рядового человека думать. И гаджеты ей в этом помогают. Оглуляет человека и Интернет. Конечно, в нём есть много полезного. Например, поисковые системы дают возможность мгновенно получить любую информацию. Но всё человеческое общение он переводит на свой жаргон. А это уже плохо.

Святослав Медведев, директор Института мозга человека РАН

НУЖНО БЫТЬ ДОБРЕЕ

ПСИХОЛОГИЯ

Как развеселить хмурую нацию?

ГОВОРЯТ, ЧТО РОССИЯНЕ ХМУРЫ И НЕПРИВЕТЛИВЫ - И ЭТО ЗАЛОЖЕНО В НАС ГЕНЕТИЧЕСКИ. ТАК ЛИ ЭТО?



Рассказывает известный врач-психотерапевт, автор бестселлеров «Счастливы по собственному желанию», «Страхи большого города», «27 верных способов получить то, что хочется» **Андрей КУРПАТОВ**.

- Большинство тяжёлых психических заболеваний обусловлено наследственностью. Но шизофренией россияне страдают в той же мере, что американцы, японцы и китайцы. А вот то, что мы недостаточно добры друг к другу, - это факт. Нужно понимать, что создание гармоничных отношений - это работа. Психологическая культура начинается с настоящей заинтересованности - в себе, в других людях.

БОЛЕЗНЬ ИЛИ ХАРАКТЕР?

- По статистике, каждый третий в России живёт в состоянии стресса, у каждого пятого невроз, у каждого десятого депрессия. Могут ли эти состояния пройти после отдыха?

- Статистика - вещь лукавая. Стресс может быть острым, а может - хроническим. Депрессия - ситуативной (как реакция на несчастье) или генетической, которая требует лечения антидепрессантами. Даже под видом простого переутомления может

ПРИЗНАКИ, С КОТОРЫМИ

ТРЕВОГА

Навязчивые страхи, чувство внезапно возникающей тревоги.

СНИЖЕННОЕ НАСТРОЕНИЕ

Вегетативные расстройства (как в случае вегетососудистой дистонии, например), сниженное настроение (на протяжении двух и более недель) или просто **депрессивные мысли** («всё плохо», «жить не хочется»).

Инфографика
Анны
ХАРИТОНОВОЙ

ПОРА К ВРАЧУ

ПЛОХОЙ СОН

Нарушения сна (особенно **опасны ночные пробуждения с чувством напряжения и тревоги** или подъём до звонка будильника, если накануне хотелось спать).

ВСПЫШКИ АГРЕССИИ

Хронический стресс, быстрая **утомляемость**, раздражительность, внезапные вспышки агрессии, а также психосоматические заболевания (гипертония, хронические гастриты, нейродермиты и т. д.) и **сексуальные расстройства**.

скрываться специфический невроз - неврастения, при которой требуется не просто отдых, а полноценное психотерапевтическое лечение с медикаментозной терапией.

- **В любом коллективе есть люди, которые всю жизнь пребывают в мрачном расположении духа. Это болезнь или характер?**

2 НЕДЕЛИ, И НЕ БОЛЬШЕ, МОЖНО ГРУСТИТЬ.

- Большинство людей хотя бы раз в жизни переживают так называемый депрессивный эпизод (настроение подавленное, нет аппетита, не хочется двигаться). Если такое продолжается более двух недель, это уже болезненное состояние, которое требует обращения к врачу. Человек часто привыкает к своим симптомам и

даже не подозревает, что может быть иначе и что ему необходима помощь. Когда же психотерапия и лекарства дают эффект, возвращается хорошее настроение, повышается активность, такие люди с удивлением говорят: «Неужели это была депрессия, а я думал - такой характер!»

ПРИНЦЫ ЗАКОНЧИЛИСЬ

- **Говорят, что вера в себя - это половина успеха. Насколько эффективны установки «Я самая обаятельная и привлекательная», «У меня всё получится»?**

- Это как с халвой - можно про неё говорить, а можно заработать, купить и съесть. Если вы научились быть обаятельной и привлекательной - прекрасно, потому что вы будете видеть подтверждение этому со стороны других людей. А если нет - ваши установки будут каждый день разбиваться о действительность. Чтобы установка заработала, нужен отклик, социальная

поддержка. А это результат усилий, которые мы предпринимаем, работая над собой. На халву стать обаятельной или успешным не получится.

- **Главная российская женская проблема - как выйти замуж. Почему именно российские женщины по-прежнему одиноки?**

- Проблема в том, что наши женщины пытаются усидеть на двух стульях: патриархальный брак их больше не устраивает, а полноценным партнёром быть не получается - не те сказки в детстве читали. Поэтому для начала нужно понять, чего вы на самом деле хотите. При этом хотеть можно только то, что возможно. Мечтать о принце на белом коне смешно. Таких нет и никогда не было. Возлагать все надежды на свою внешность - глупо (слишком велика конкуренция). Также нельзя ставить перед собой задачу выйти замуж или сохранить семью любой ценой - они по сути ущербны. Цели должны быть другие - сделать себя и свою семью счастливыми.

- **В России разводятся почти 50% пар. Почему так?**

- Вступая в брак, люди думают, что всё получится само собой. Хотя у каждого из них своё представление о жизни, о счастье, о семье и разные ожидания друг от друга. Пока они эти вопросы не решат, в брак лучше не вступать. Образно говоря, пока холст не загрунтован, картину на нём рисовать нельзя. И труд пропадёт, и холст будет испорчен.



Лидия
ЮДИНА

Фото Legion-Media

МЕНЬШЕ ЕДЕШЬ - ЗДОРОВЕЕ БУДЕШЬ?

ЕВРОПЕЙСКИЙ СУД ПРИЗНАЛ ВРЕМЯ В ДОРОГЕ ЧАСТЬЮ РАБОЧЕГО ДНЯ.

ПОЗИЦИЯ



ЦАЛЛАГОВОЙ

Исследования показали: чтобы погрузиться в дела, человеку требуется 30-40 минут. Этот процесс начинается по дороге на работу - человек проверяет рабочую почту, отвечает на деловые письма, совершает звонки. **Поэтому логично считать это время в пути частью рабочего дня.** К тому же дорога - серьёзная нагрузка (и моральная, и физическая). У физиологов есть термин «транспортная усталость». Специалисты считают, что она наступает через 45 минут в общественном транспорте - человек начинает уставать от тряски, шума и толчеи. От этого появляется дискомфорт, ухудшается настроение, возникают неврозы, а впоследствии сердечно-сосудистые заболевания.

Однако добиться дорожных вычетов от наших работодателей вряд ли удастся. Решение Европейского суда относится только к тем, кто трудится вне офиса. В России «на удалёнке» работают только 10% штатных сотрудников. **А добираться до офиса 1,5-2 часа в наших мегаполисах вариант нормы.**

Поэтому думать о том, как нейтрализовать последствия транспортной усталости, россиянам придётся самим. Для этого рекомендуется выбирать оптимальные маршруты, наименее вредный транспорт (наземный лучше подземного), проводить время в пути с максимальной эффективностью и стараться меньше нервничать.

Роза Цаллагова, профессор кафедры профилактической медицины и основ здоровья НГУ им. Лесгафта

АНЕКДОТ

Психолог на приёме советует блондинке:

- **Выкиньте из жизни всё тёмное, и депрессия пройдёт.**

Придя домой, она выкинула два чёрных бюстгалтера и шесть комплектов тёмного постельного белья.



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

«АиФ. На даче» - полезная газета для каждого дачника

Индекс 34187

«АиФ. Здоровье» Ваша газета о самом главном

Индекс 32127



ЖУРНАЛЫ ПРАКТИЧНЫХ СОВЕТОВ

ЛЁГКИЕ КРЫЛЬЯ НАДЕЖДЫ

АКЦИЯ «АиФ»



БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД

Тяжело
не от болезни -
тяжело от борьбы
в одиночку.

ПЛОМБУ ПОСТАВЯТ - И ЗУБ ЗДОРОВ. НАСМОРК ЛЕЧИТСЯ ЗА 7 ДНЕЙ. ГРИПП: МАЛИНА, ГОРЯЧИЙ ЧАЙ - ВСЁ ПРОХОДИТ, И ЭТО ПРОЙДЁТ. А С АРИНОЙ НЕ ТАК. НЕ ПРОЙДЁТ. НИКОГДА. ВСЮ ЖИЗНЬ ТАК ЖИТЬ. ОДНОЙ АРИНЕ СВОЮ ЕДВА ПОСИЛЬНУЮ ПОЧТИ ТРЁХЛЕТНЮЮ ЖИЗНЬ НЕ СДЮЖИТЬ.

Доктора на четвёртые сутки после родов объявили: вся девочка целая, а ножки как будто в кровавых носочках, без кожи. И планку подняли от медицины сразу в область межчеловеческого: «Если хотите семью и ещё детей, ищите себе других жену и мужа. Ну или суррогатную мать».

Про уже рождённую Арину с буллёзным эпидермолизом, наследственным заболеванием, так толком ничего и не сказали. Кроме того, что дай бог до 5 месяцев дожить... Савчицы так и ехали обратно из краевой больницы, стоящей «на горе», к себе в посёлок Уташ, «полчасика до моря», не понимая, как спасти дочь и кто они, Даша и Миша, теперь друг другу... «Ты от меня не уйдёшь?» - «А ты?...» И плачут.

ТОСКА

Не ушли. И Арине уже два с половиной. В дождь пропадают в посёлке свет, связь, и кажется, что я звоню не на анапскую окраину, а в какой-то таёжный угол... Но так, конечно, не из-за туч и телефонных помех кажет-



Даше помогают импортные лекарства, но денег в семье на них нет.

ся. Из-за безнадёги этой, безденежья, из-за того, что импортные лекарства дочери Савчицев

помогают, но денег на них нет. А если надо ещё машину дров перед зимой осилить, то не бу-

дет хватать и на отечественные. И вместо полов у них в съёмной квартире - голые доски, под которыми гуляет ветер, и вот тут уже совсем тоска... Но обо всём по порядку.

«СОВСЕМ БЕЗ КОЖИ!»

Бабочке своей (так называют детей с этой болезнью) нежнокожей Даша перевязывала крылышки, как научили, намазав всю дешёвой левомеколью, засовывала в розовый конверт и выходила с коляской на улицу. «Мне так плохо первое время было, что я даже подружкам ничего не сказала. Они свои кульки подбрасывают, жмякают, а я к своему наклоняюсь с осторожностью и со слезами... Но посёлок маленький - бабки, сплетни: «Родилась совсем без кожи!» А она не совсем, кожа просто всё время лопается и сходит местами... Подросли, в очередях нас сторониться стали: «Заразные!» Ну, я тогда молодая была, глупая, расстраивалась, теперь постарела почти на три года». Даше уже 21...

Волдыри у дочери по всему телу. Надо проткнуть специальной стерильной иголочкой, обработать, перевязать. На камушек наступит - на пятке расплзается пятно. Ходить начала в 2 года, с опаской, уже понимает. Перевязки - руки, ноги - сначала занимали по три часа. Утром и вечером. Арина плакала. Теперь укладываются в 40 минут. Дочь соглашается отвлечься на мультик. Мазь на каждую ранку своя: Даша по незнанию сначала фотографировала каждую и слала другим мамам бабочек: «А здесь чем мазать?!» Бинты, губки, которые подкладывают под пяточки и

на локти, как защиту у вратаря, силиконовые сеточки, антисептики и парад чудодейственных названий кремов и мазей, заживляющих раны... Чтобы не было больно, чтобы можно было гулять за ручку, чтобы не плакать, глядя, как с девочки сходит кожа... На 70 000 рублей в месяц. Каждый месяц. Папа-военнослужащий приносит 25 тысяч. «Мы миримся с тем,

70 ТЫС. РУБ.

В МЕСЯЦ НУЖНО,
ЧТОБЫ НЕ БЫЛО
БОЛЬНО...

что он всё время то на полевых учениях, то на «школе выживания» - зато зарплата!» А у них, Арины с Дашей, школа выживания своя: дров наколоть, лампачку по кругу, где-то лапшу, обеззараживающую рану, найти (стоит как три папины зарплаты), не сойти с ума, когда посёлок «в яме» заливают дождь и нет никакой связи с миром... И набраться сил, чтобы дождаться: однажды кончится дождь.

«АиФ. Доброе сердце» начинает сбор 420 тыс. рублей на перевозочные материалы на ближайшие месяцы и обеззараживающую лампу для Арины Савчиц, Краснодарский край, 2,5 года.



Полина
ИВАНУШКИНА

ТЕМ, КТО ХОЧЕТ ПОМОЧЬ »

С ПОМОЩЬЮ СОТОВОГО ТЕЛЕФОНА

- 1 Напишите SMS на номер 2580.
- 2 В SMS укажите, какую сумму в рублях вы хотите перечислить (например: 300).
- 3 Дождитесь ответного SMS с просьбой подтвердить платёж.
- 4 Напишите любой ответ для подтверждения платежа.

ЧЕРЕЗ ИНТЕРНЕТ

- 1 Зайдите на сайт фонда www.dobroe.aif.ru
- 2 В меню выберите раздел «Как помочь», затем зайдите в окно «С помощью банковской карты».
- 3 Следуйте инструкциям.

ЧЕРЕЗ БАНКОВСКИЙ ПЕРЕВОД

Счёт фонда в Сбербанке:
БФ «АиФ. Доброе сердце»,
№ сч. 40703810838090000738
в ПАО «Сбербанк» (Москва),
ИНН 7701619391,
БИК 044525225,
корр/сч 30101810400000000225.
В графе «Назначение платежа» напишите: **пожертвование.**

КАК УЗНАТЬ, ПОСТУПИЛИ ЛИ ВАШИ СРЕДСТВА?

- 1 Зайдите на сайт фонда www.dobroe.aif.ru в раздел «Наши отчёты».
- 2 Позвоните по указанным номерам тел.: (916) 941-41-12; (495) 646-57-89 (доб. 4554).
- 3 Спросите нас по e-mail dobroe@aif.ru.

СЕГОДНЯ С ФОТОГРАФИИ НА НАС СМОТРИТ ГОДОВАЛАЯ ЖЕНА САДЫКОВА ИЗ ПЕТЕРБУРГА. ОНА ЕЩЁ НЕ ЗНАЕТ СЛОВ БЛАГОДАРНОСТИ, НО ЕЁ ВЗГЛЯД ОЧЕНЬ КРАСНОРЕЧИВ. ТРУДНО ПРЕДСТАВИТЬ, ЧТО ЕЩЁ НЕДАВНО МАЛЫШКЕ ГРОЗИЛА СЛЕПОТА - К СЧАСТЬЮ, ВОВРЕМЯ ПОДОСПЕЛА ПОМОЩЬ ЧИТАТЕЛЕЙ «АИФ».

Когда Жене Садыковой исполнилось 2 месяца, мама-врач заметила, что на фотографиях зрачок левого глазика дочки бликует. Вскоре страшные подозрения подтвердились: у Жени ретинобластома - злокачественная опухоль сетчатки глаза. Одним из вариантов спасения малышки в России было предложение удалить глазик... К слову сказать, в



Главное для Жени - не прерывать лечение.

мире уже давно существует «химия» (интраартериальная), которая отравляет не весь ор-

ганизм, а только поражённый болезнью очаг. Так вот швейцарская клиника в подобных случаях применяет «химию» местного значения. Лекарство поступает непосредственно в глаз через глазную артерию.

На первый курс лечения родителям удалось насобирать деньги, а дальше за спасение малышки взялись читатели «АиФ». И вот весточка от мамы: «За это время Жене провели три сложные операции, и результат хороший: основная опухоль уменьшилась в размере и кальцинировалась. Из-за больших размеров опухоли левым глазиком Женечка видит плохо. Центрального зрения

нет, только периферическое, поэтому, чтобы этот глаз тоже видел хотя бы сбоку, мы ежедневно его тренируем, заклеивая правый глаз. И результат есть: с заклеенным глазиком Женечка играет, любит гулять, перебирать всякие мелочи: песок, камешки, крошки; видимо, неосознанно тренирует зрение, а значит, видит. 30 июня нашей малышке исполнился один годик. За последние полгода ей многое пришлось перенести, но тем не менее она живёт и радуется жизни, как обычный ребёнок. Если бы не болезнь, то всё было бы замечательно! Но мы верим, что у нас всё получится,

мы преодолеем все преграды и вылечим доченьку! Ведь столько добрых, отзывчивых людей нам помогает! Сейчас для нас главное - не прерывать лечение, так как это грозит неконтролируемым ростом опухоли, которая может затронуть зрительный нерв, и тогда уже сохранить глазик и избежать метастазов не получится. Ещё раз огромное спасибо каждому, кто помогает и поддерживает нас! Низкий поклон от нашей семьи!»

Председатель попечительского совета
Благотворительного фонда
«АиФ. Доброе сердце»
Николай ЗЯТЬКОВ,
руководитель редакционной
программы и фонда
Маргарита ШИРОКОВА

ЯСНОГЛАЗОЕ СОЛНЫШКО

С АРТРОЗОМ МОЖНО И НУЖНО БОРОТЬСЯ! КАК ЗАБЫТЬ О ПРОБЛЕМЕ В СУСТАВАХ?

Артроз развивается по нарастающей

Развитие артроза начинается с изменений во внутрисуставном хряще. Пока мы молоды, его ткань быстро обновляется. С возрастом кровообращение замедляется, меняется обмен веществ и обновление тормозится. Хрящ изнашивается.

При разрушении хряща часть нагрузки перераспределяется на костные поверхности. Природой они для этого не предназначены, поэтому тоже начинают истираться. Организм старается предотвратить потерю костной ткани, запуская рост остеофибов - костных шипов, которые блокируют движение в суставе. Становится тяжело встать с кресла, удержать в руках чашку, порой просто наступить на ногу. Появляется боль...

Часы назад не ходят

К сожалению, надежды на то, что суставы поболеют да и пройдут, никогда не оправдываются. Без лечения эта болезнь - словно часы, которые неумолимо идут вперед. При грамотной терапии их стрелки замирают на той отметке, до которой добрались. Первый признак артроза - утренняя скованность в суставе, которая быстро проходит, стоит начать двигаться. На этом этапе изменения в хряще, как правило, невелики. Поэтому лечение наиболее эффективно.

Операция - не выход!

Ещё одна проблема артроза в том, что его нельзя излечить полностью. Сегодня не существует средств, которые могли бы сделать хрящ «как новенький».

Многим кажется, что выходом может стать эндопротезирование - замена сустава на искусственный. Но, к сожалению, и оно не всегда позволяет «открутить» стрелки часов назад. После такого вмешательства возможны осложнения, а реабилитационный период весьма долгий. Но главное - операция имеет ряд противопоказаний, так что берут на неё не всех.

Правила лечения

Терапия артроза сегодня хорошо проработана. Лечиться нужно комплексно, используя только правильные средства. Обычно специалист назначает:

- 1 магнитотерапию, направленную на нормализацию кровообращения и ускорение обменных процессов в суставе;**
- 2 нестероидные противовоспалительные средства, которые могут унять боль при обострениях, но артроз не лечат и не исключают побочных эффектов;**
- 3 лечебную гимнастику для укрепления мышц, окружающих сустав, и его стабилизации.**

Важным звеном в комплексном лечении суставных недугов является магнитотерапия АЛМАГом-01, необходимая в первую очередь. Лечение АЛМАГом способно не только ликвидировать мучительные симптомы артрита и артроза, но и значительно замедлить разрушение хрящевой ткани.



АЛМАГ-01 - это:

■ **НАДЁЖНОСТЬ.** Аппарат сертифицирован немецкими экспертами, славящимися своей педантичностью, по европейским стандартам качества. А 16 лет в медицинской практике с достойными результатами - это показатель опытности и высокой потребительской оценки.

■ **УВЕРЕННОСТЬ.** С АЛМАГом-01 человек не рискует, ведь он платит деньги за испытанное средство, к тому же с длительным гарантийным сроком - 3 года!

■ **ПРОФЕССИОНАЛИЗМ.** АЛМАГ-01 - компетентный специалист по заболеваниям, связанным с нарушением кровообращения: артритам, артрозам, остеохондрозу и варикозу, потому что способствует значительному улучшению циркуляции крови, доставке кислорода и питания в органы и выводу продуктов распада.

■ **ЭКОНОМИЯ.** Пациенты экономят деньги, потому что благодаря своим свойствам АЛМАГ-01 может значительно ускорить лечение и уменьшить количество медикаментов.

■ **ОБРАЗЦОВЫСТЬ.** АЛМАГ-01 - чуть ли не первый магнитно-импульсный аппарат в России для клинического и домашнего применения. Его можно по праву назвать «классикой магнитотерапии».

Чтобы был эффект, лечиться надо курсом с периодическими повторениями. Это позволяет исключить обострения. Для этого хорошо, чтобы АЛМАГ всегда был под рукой.

Не стоит бояться артроза - его нужно лечить АЛМАГом-01 и продолжать жить своей жизнью!



Приобретайте АЛМАГ-01 в аптеках и магазинах медтехники или заказывайте у производителя, в том числе наложенным платежом.

Бесплатно получите консультацию по использованию по круглосуточному телефону

8-800-350-01-13

и узнайте точки продаж в своем регионе.



www.elamed.com

391351, Рязанская область,
Елатьма, ул. Янина, 25,
АО «Елатомский приборный завод».

Реклама

ОГРН 1026200861620

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

**БОЛЬШАЯ
ОДНА**

С 8 ОКТЯБРЯ
ПО СУББОТАМ

РОССИЯ **К**

WWW.TVKULTURA.RU

40 РЕКЛАМА

«БЕЖАТЬ НЕ ХОЧУ!»

Пётр Фёдоров -
о том, как и зачем
рисковал жизнью.

«МИРОПОЗНАНИЕ И МИРОЩУЩЕНИЕ РУССКОГО ЧЕЛОВЕКА ПОЧТИ ВСЕГДА ПРОХОДИТ ЧЕРЕЗ БОЛЬ. У НАС ДАЖЕ СМЕХ СКВОЗЬ СЛЁЗЫ», - СЧИТАЕТ АКТЁР.

Нынешнюю осень для актёра Петра Фёдорова можно считать бенефисом: на экраны выходит блокбастер «Дуэлянт», где он сыграл главную роль - загадочного и неубиваемого дуэлянта капитана Яковлева. На подходе - фильм-катастрофа «Ледокол».

РОМАНТИКА СТРАХА

- Пётр, и в советском кинематографе, и в приключенческой литературе, на которой мы росли, понятие «дуэль» романтизировано. А по-моему, ничего в этом действе хорошего нет. Согласны?

- Согласен! Мы, постсоветское поколение, заложники очень многих стереотипов. Хотя для меня романтизм дуэлей - это романтизм первобытного страха. Но и эта романтика первобытного страха - она всё из того же постсоветского прошлого, из дворовых подворотен...

- Я-то к тому веду, что дуэли XIX века с их ореолом романтики мало чем отличаются от бан-

детских разборок 90-х годов. Сериал «Бригада» и ваш «Дуэлянт» - по сути, про одно и то же. И там, и там вопросы чести решаются одним способом - оружием.

- В чём-то да - они похожи, эти герои! И в каждое время случаются свои дуэли.

Вообще злодей - это очень искренний персонаж. Отрицательных героев играть интереснее, потому что они замотивированные.

Я с вами согласен, что все эти драки, в каком бы веке они ни происходили, особо ничем не отличаются.

Это скорее вопрос эстетики, жанра. Сейчас мы видим дуэли, замешанные на национализме, ксенофобии, на каких-то идеологических вещах.

Сам как-то попал в неприятную ситуацию: ехал в метро, и один человек безобразно спровоцировал меня. Я не выдержал - предложил ему устроить дуэль прямо сейчас. Ни в коем случае не в метро, конечно, - я всё-таки стараюсь уважать и соблюдать законы общества, в котором живу. Мы вышли с ним на ближайшей станции. Пока шли, он долго говорил с кем-то по телефону. И, когда мы оказались на улице, у этого

провокатора образовалась вдруг серьёзная группа поддержки. Я обернулся и увидел, что рядом со мной стоит мальчонка в кепке, который был свидетелем всей ситуации в метро. Говорю ему: «Чувак, ты чего?» - «Да я же понял, что вы не один на один будете...» И вдруг, к моему изумлению, через несколько минут, словно из воздуха, начинают материализовываться такие же мальчонки в кепочках.

- И чем это закончилось?

- Закончилось тем, что я разговаривал с братом того человека, которого, по сути, вызвал на дуэль. Я говорю ему: «Видишь, как получается: мы с человеком где-то закусались в метро, а сейчас подтягива-



«Я против оружия!»

Фото
РА Photos/
ТАСС

ются люди, которые и знать не знают, в чём конфликт. Подвываются уже другие смыслы. Ну, устроим мы сейчас замес. Ты уверен, что это правильно?» Он задумался, и в итоге мы мирно разошлись.

- Вы как-то обмолвились, что дважды сами оказывались под дулом реальных пистолетов.

- Это не то, что хочется часто обсуждать... Те истории были абсолютно нормальными для 90-х годов. Один раз под дулом пистолета меня пытались ограбить около ресторана «Прага», где - помните? - готовили прекрасные тортики. Я как раз шёл за одним из этих тортиков. А меня просто выдернули из толпы в центре Москвы и приставили дуло к виску.

- А второй раз?

- Под Ярославлем, где мы снимали кино. Съёмки на улицах привлекают не только положительных людей, некоторым хочется ещё и самоутвердиться как-то. В общем, мне пришлось защитить человека. А потом ко мне подошли в подворотне... Но я к этому отношусь как к преимуществу полученного опыта. Хотя - да, было страшно. И могу сказать: всегда в подобной экстремальной ситуации что-то другое про себя узнаёшь. Потому что когда ты вступаешь в зону первобытного страха, то не всегда радуешься своему поведению...

- А как вы относитесь к идее разрешить более-менее свободно приобретать оружие, как в Америке?

- Я против этого. Мы живём в очень сложном обществе. Нас слишком часто сталкивают друг с другом - даже в горы Кавказа не надо ехать, достаточно просто в пробке постоять. И если представить, что всем этим людям, которые в этих пробках закипают, выдадут оружие, - они перестреляют друг друга. Мне было бы страшно за мою семью, если бы я знал, что оружие носят люди, во многом этически и нравственно необразованные. И надо бороться с этими конфликтами, провокациями прежде всего внутри себя.

БЫТЬ ЧЕСТНЫМ

- В цивилизованном обществе честь и достоинство люди отстаивают в суде. А если это не получается - как быть?

- Единственный выход - это честно делать свою работу, быть полезным обществу. Грубо говоря, биться за ту искру, которой тебя Господь наградил. Я очень благодарен своей профессии, потому что она позволяет мне много ездить по стране. Но, даже видя самые

нелицеприятные проявления российской действительности, бежать я отсюда не хочу. К сожалению, убить, исправить всё плохое я тоже не могу. Я могу только культивировать добро через своё дело. И я понимаю, что не имею права принимать участие в программе оделивания населения ради того, чтобы заработать побольше денег.

- В традициях американского классического кинематографа и литературы заложена идея: жизнь человека важнее чести. В традициях русской культуры - честь превыше, чем жизнь. Не уверен, прав ли я в этом наблюдении, но, грубо говоря, я не могу представить, чтобы у нас сняли такой типичный для Америки фильм, как «Спаси рядового Райана». Что вы думаете по этому поводу?

- Думаю, это очень точное наблюдение. Да, это часть американской идеологии.

«РОССИЯ - СТРАНА С БРУТАЛЬНОЙ ЭСТЕТИКОЙ».

Они её воспитывают и культивируют на всех уровнях. Но в этом тоже есть своего рода «зомбирование». Хотя, что уж тут говорить, нет ничего важнее, чем жизнь...

Если опираться на русскую литературу, безусловно, мы видим, что

жизнь, миропознание и мироощущение русского человека почти всегда проходит через боль. У нас даже смех сквозь слёзы. И это опять-таки вопрос ментального кода. Мы прошли гораздо больше, чем американцы... Больше тяжёлых исторических этапов, каких-то тотальных социальных экспериментов... Много раз нас пытались убить, уничтожить, и во многом ещё поэтому мы намного сложнее, чем американцы. Нам сложнее меняться, но это нормально.

- Мироощущение через боль - это ментальное, неосознанное или это сознательный какой-то такой русский душевный махизм?

- Думаю, в этом есть и то, и другое. Но, на мой взгляд, это всё-таки больше следствие, проявление нашего культурно-исторического наследия. Больше даже исторического, чем культурного, у нас «сидельская» страна с мощной лагерной эстетикой, которая проявляется во многих вещах. Мы пронизаны эстетикой брутальности, но при этом тема сексуальных меньшинств тоже напрямую связана с тюремной штукой. У нас внутри одно порой отрицает другое. Ну что с этим поделаешь... Такой вот у нас многофункциональный, парадоксальный ментальный код...



Сергей ГРАЧЁВ

Эвалар 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.
- Произведено Эвалар: выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP¹.

Глицин Форте Эвалар — почувствуйте разницу!

Сараивайте в аптеках! www.evalar.ru
«Линия здоровья» Эвалар: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).

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

¹ Сертификат GMP №C0170689 - 03, NSF International (США), 659332, г. Бэйкер, ул. Социалистическая, 23/8, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760 БАД, Рязань

УБОЙНАЯ ЖИВОПИСЬ

ЗВЁЗДНЫЙ СЛЕД

Похождения Караваджо оразились в его картинах.

445 ЛЕТ НАЗАД, 29 СЕНТЯБРЯ 1571 Г., РОДИЛСЯ ЗНАМИТЫЙ ХУДОЖНИК МИКЕЛАНДЖЕЛО. ТЕ, КТО СКАЖЕТ, ЧТО МИКЕЛАНДЖЕЛО К ТОМУ МОМЕНТУ УЖЕ ЛЕТ СЕМЬ КАК УМЕР, БУДУТ ПРАВЫ. ПРОСТО НОВОРОЖДЁННЫЙ ПРЕДПОЧИТАЛ СВОЕМУ ЗВУЧНОМУ ИМЕНИ ПРОЗВИЩЕ, ДАННОЕ ПО РОДНОМУ ГОРОДУ - КАРАВАДЖО.

В России находится лишь одно его полотно - «Лютнист», купленное во времена Екатерины Великой. А ведь мы могли бы обладать значительной частью его наследия. Было время, когда картины Караваджо продавали по дешёвке - они казались современникам слишком грубыми и вульгарными: «Эти картины переполняют толпы мужчин и женщин с порочными и опухшими от беспробудного пьянства лицами». Иные «тонкие ценители» искусства презрительно цедили: «Кажется, что он жил в трущобах и кабаках».

ПРАВДА ЖИЗНИ

Известно утверждение: «Биография художника - его картины». Мол, ворошить грязное бельё личной жизни великих - занятие гадкое, наслаждайтесь лучше полотнами. Однако картины Караваджо



Портрет Караваджо, 1608 г.

«Цена картины - мой нож!»

Матфею. И - скандал. Сюжет призвания апостола почему-то развивается... в кабаке. Ни разверстых небес, ни ангелочков - только продажный сборщик налогов Матфей, грязь и убожество. А ведь в этом и была правда. Правда Евангелия: «Более радости будет об одном грешнике кающемся, нежели о 99 праведниках».

Изучать искусство живописи и искусство фехтования он начал практически одновременно - ещё подростком. А поскольку всякий художник ещё и неплохой анатом, Караваджо знал, куда и как ударить наилучшим способом. Перерезанная глотка на картине «Юдифь и Олоферн», виртуозно пронзённая плоть Христа с картины «Уверование апостола Фомы» - всё это созвучно с протоколами допросов свидетелей типа: «Я видел человека с обнажённым оружием в руке - это был кинжал или охотничий нож... Раненый сказал, что это не может быть никто иной, кроме Микеланджело да Караваджо».

ОТВЕТИТЬ ГОЛОВОЙ

Знание анатомии сыграет с ним злую шутку. 29 мая 1606 г. он смертельно ранил Рануччо Томассони, с которым играл в мяч. Пустяковая ссора из-за ставки в 10 монет переросла в поединок, в ходе которого Караваджо тяжко оскорбили. Томассони съязвил: «Эй, ты, я тебе сейчас посилю рога, которые наставила



«Давид с головой Голиафа», 1609 г.

Лена!» Лена - прозвище Маддалены Антоньетти, куртизанки, в которую был влюблён Караваджо. Художник отреагировал молниеносно и жестоко - Караваджо в ответ нанёс удар шпагой в самый пах, поразив мужское достоинство обидчика.

Бегство. Сначала в имение давней покровительницы - маркизы Констанцы Колонна, потом в Неаполь, потом на Мальту, искать убежища у сильного в те годы рыцарского ордена иоаннитов. Римский папа Павел V объявил Караваджо вне закона. Но сделал ремарку, которая подарила нам целый ряд шедевров. «Присуждается к смертной казни через отсечение головы». Это и стало главной темой его картин в период четырёхлетнего изгнания. «Давид с головой Голиафа» - целая серия. И везде в чертах отсечённой обезображенной головы Голиафа можно узнать лицо самого художника.

Сюжет шедевра, которым Караваджо должен был расплатиться с мальтийскими рыцарями за своё убежище, «Усекновение главы Иоанна Крестителя». Единственная подписанная им картина. Подпись поставлена в крови, вытекающей из разрубленной шеи святого.

Отмечая окончание своего «Крестителя», художник, ставший ещё и членом ордена, устроил пирушку. Шумную. Один из рыцарей призвал компанию к тишине. Когда его не послушали, обдал гуляк содержимым ночного горшка. И попал в Караваджо. Тот не стерпел. Итог - избитие и несколько ножевых ранений. Тюрьма ордена - глухой каменный мешок, откуда никто не убежал. Но Караваджо это удаётся. Как - не могут понять до сих пор.

Теперь его смерти хотели влишком многие - наёмные убийцы несколько раз нападали на художника. Но он снова и снова выкручивался. Подкосило его известие о том, что корабль, на котором он перевозил свои картины, ушёл без него. Расстаться с делом всей жизни он не мог. Повреждение в уме. Малярия. Смерть в одиночестве. Клеймо злодея. Забвение. Оттом, что Караваджо - гений, вспомнили только через 300 лет после его гибели - в 1910 г.



Константин Кудряшов

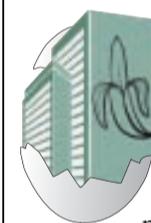


АЛКОБОРЕЦ



34-летний житель Владивостока регулярно посещает магазины и супермаркеты, берёт с полки бутылку, выпивает и уходит, не заплатив, сообщает VL.ru. Источник в правоохранительных органах рассказал, что гражданин неоднократно посещал торговые точки в различных районах Владивостока, где залпом выпивал бутылку водки объёмом 0,5 или 0,7 л. На выходе его останавливали охранники и просили заплатить за выпитое спиртное. Мужчина в ответ врал, что на полке уже стояла пустая бутылка и он из неё ничего не пил. Отмечается, что несколько раз любителя халаявы ловили и выписывали штраф. При этом в одном случае ему даже вызвали «скорую помощь», так как после выпитого алкоголя ему было плохо. За подобные поступки алкоголику не грозит уголовная ответственность, так как ущерб составляет всего несколько сотен рублей. Мужчина продолжает посещать торговые точки Владивостока. Он так люто ненавидел водку, что уничтожал её везде, где находил...

ХРЕН ВАМ



Полицейский, разрисовавший стены подъезда жилого дома в Сургуте пошлыми рисунками, будет уволен, сообщили РИА Новости в региональном управлении МВД. Инцидент произошёл в доме на Университетской улице Сургута. По информации URA.ru, полицейские приехали по вызову на бытовую ссору. После разбирательств один из стражей порядка нарисовал на белой стене подъезда мужской половой орган. Может, полицейский художественными средствами хотел всего лишь сказать о том, какая охранительная у него работа?

ПОМОЖИТЕ!



Правительство Украины попросило США помочь истребить в стране коррупцию, сообщает Life.ru. Проект, подготовленный Агентством США по международному развитию, предусматривает, в частности, проведение серии семинаров по антикоррупционным вопросам. Авторы программы утверждают, что высокопоставленные лица из правительства Украины сами попросили Штаты о помощи. На это заокеанские партнёры выделили сумму в 3,3 миллиона долларов. Ох и наивные эти американцы! Чтобы победить украинскую коррупцию, нужны миллиарды, если не триллионы долларов.

Владимир ПОЛУПАНОВ

СУДЕБНЫЕ ХУДОЖЕСТВА

СЧИТАЕТСЯ, ЧТО ОБЩЕСТВО ИНОЙ РАЗ ТРАВИТ ГЕНИЕВ, ТАК НЕПОХОЖИХ НА ПРОСТЫХ ОБЫВАТЕЛЕЙ. НО НЕКОТОРЫЕ ПОДВЕРГАЛИСЬ НАСТОЯЩИМ СУДЕБНЫМ ПРЕСЛЕДОВАНИЯМ.

ЛЕОНАРДО ДА ВИНЧИ (1452-1519)



В 1476 г. художник, живший тогда во Флоренции, по тайному доносу вместе с рядом других лиц обвинялся в содомии. После расследования его освободили, обвинения были сняты.

БЕНВЕНУТО ЧЕЛЛИНИ (1500-1571)



Неоднократно подвергался аресту. Повод - драки, три убийства. Постоянно в бегах. Самое крупное обвинение - кража драгоценностей у самого папы римского, которая позже не подтвердилась.

РЕМБРАНДТ ВАН РЕЙН (1606-1669)



В 1649 г. специальный суд Амстердама «Камера семейных ссор» вынес художнику приговор: «За отказ жениться на обманутой им госпоже Гертье Диркс обязать выплачивать ей по 200 гульденов ежегодно».

МИКЕЛАНДЖЕЛО ДА КАРАВАДЖО (1571-1610)

Постоянно подвергался преследованиям. Повод - сочинение оскорбительных стихов, драки, поножовщина. Самое тяжёлое обвинение - убийство. Объявлен папой Павлом V вне закона.



НЕПОЗНАННОЕ

Что скрывают
Джунгли
Камбоджи?

ЖЕНЩИНЫ-ЖИРАФЫ, ЗАГАДОЧНЫЕ КУВШИНЫ И ГОРОДА ВЕЛИКАНОВ - ЭТО МИСТИЧЕСКАЯ РЕАЛЬНОСТЬ ИНДОКИТАЯ.

Минувшим летом были опубликованы результаты исследований австралийского археолога Дэмиана Эванса. С помощью технологии воздушного лазерного сканирования он обнаружил в джунглях Камбоджи несколько полностью закрытых зарослями городов. В надежде разгадать их загадку на полуостров Индокитая отправился Виктор Мельников, российский путешественник и учёный.



Виктор Мельников, российский путешественник и учёный.

СТУПЫ БАБЫ-ЯГИ

Об открытии Эванса написал авторитетное научное издание Journal of Archaeological Science («Журнал археологической науки»). Возраст найденных им в джунглях Камбоджи городов не менее 1400 лет. Это подтверждает гипотезы о том, что на плато Кулен в северной части этой страны находятся многочисленные, скрытые от глаз древние постройки. Подробные карты позволили рассмотреть множество геометрически ровных областей, которые предположительно когда-то были садами. Обнаружились следы сложных систем водоснабжения. Их построили за много столетий до того, как эта технология, по мнению учёных, вообще появилась...

По дороге в Камбоджу я остановился в Лаосе. В этой стране Индокитая тоже масса удивительного. Там обитает племя падаунг, у женщин которого длинные шеи. Начиная примерно с 5 лет девочкам надевают на шею медные кольца, а точнее - спирали толщиной около 1 см. С каждым годом число колец увеличивается, шея вытягивается. Так продолжается, пока

девушка не выйдет замуж. У взрослой женщины-жирафа (так называют их туристы) число колец может достигать двух десятков, а их вес 4-5 кг. Кольца можно снимать и надевать вновь - вреда здоровью это не причинит. Существует миф, что женщины-жирафы без них жить уже не могут, что их шея просто сломается. Но это не так. Женщины, снявшие кольца, не страдают от их отсутствия. А если полностью отказаться от этого атрибута, через



4-5 кг весят кольца на шее женщины-жирафа.

Фото Alamy/TACC

год-другой шея примет обычный вид. Учёные исследовали представительниц племени с помощью рентгена. Оказалось, что у них не шея вытягивается, а под тяжестью колец постепенно опускается плечевая зона.

Ещё в Лаосе есть удивительная Долина Кувшинов, где по вершинам холмов стоят сотни огромных кувшинов неизвестного происхождения, похожих на каменные ступы Бабы-яги. Их высота от 1 до 3,5 м, диаметр около 1 м. Самый крупный весит 6 т. Кувшины сделаны из каменных пород, которые в данной местности не встречаются. О предназначении этих артефактов известно мало. Одни считают, что в них хранили рис или вино. Другие - что это печи, в которых древние люди сжигали тела умерших. У многих кувшинов есть окантовка у отверстия, что наводит на мысль, что когда-то у них были и крышки. Внутри и возле этих сосудов археологи находили зубы, останки костей, а также стеклянные бусины, обломки каменных и бронзовых изделий.

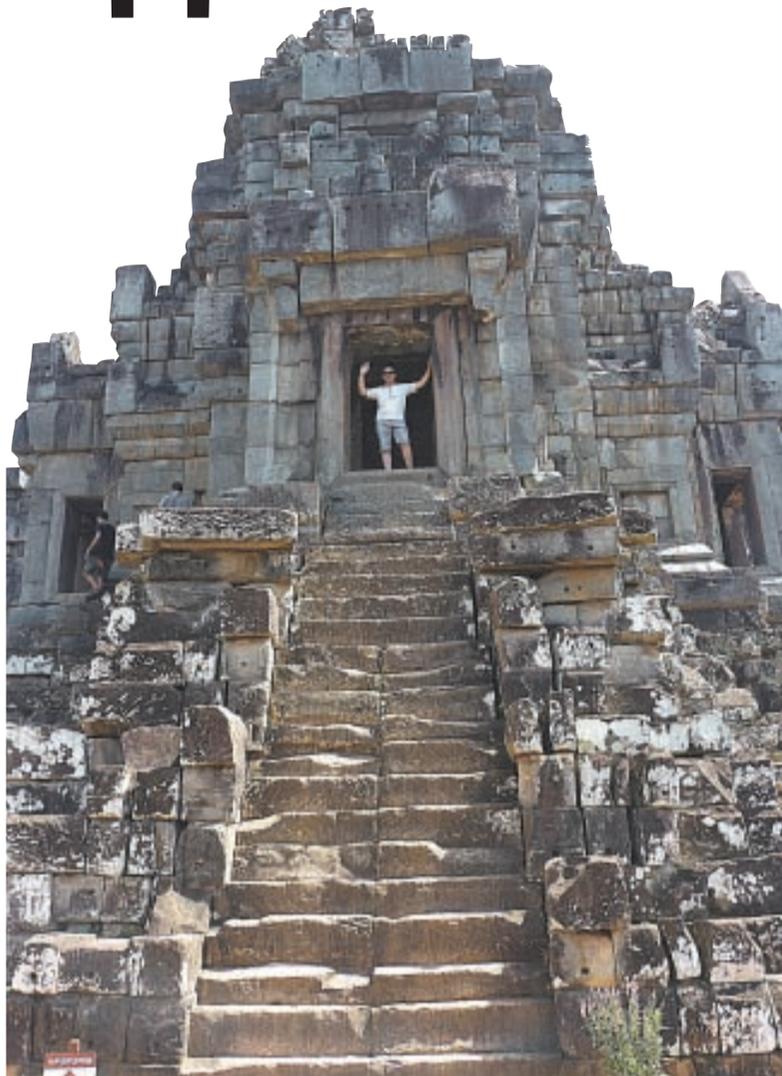
Несомненно одно: возраст гигантских кувшинов несколько тысяч лет. А жители Лаоса верят, что когда-то на этих землях жили великаны, они-то и оставили после себя загадочные предметы. Ведь сами местные жители подобные изваяния (да ещё в таком количестве!) создать просто не могли.



Возраст таинственных гигантских кувшинов - несколько тысяч лет. Фото Stock Image/PhotoXPRESS.ru

СЛЕД ДРАКОНА

Вот и Камбоджа. Неподалёку от того места, где экспедиция Дэмиана Эванса обнаружила в лесах ранее неизвестные города, расположен огромный храмовый комплекс Ангкор-Ват. Он поражает своими масштабами. Размеры строения - 1,5 км на 1,3 км. По периметру оно окружено рвом, ширина которого 190 м. Это одно из крупнейших в мире культовых



Храмовый комплекс Ангкор-Ват поражает своими масштабами.

Фото из архива В. Мельникова

сооружений. Официально считается, что комплекс, посвящённый богу Вишну, был построен в первой половине XII в. во время правления кхмерского короля Сурьявармана II. Но ряд исследователей выдвигают версию, что Ангкор-Ват гораздо старше. Британский историк и археолог Джон Григсби обратил внимание, что храмовый комплекс представляет собой земную проекцию созвездия Дракона, а точнее - целого участка звёздного неба вокруг него. Но есть нюанс: в положении, соответствующем главным храмам Ангкор-Ват, эти звёзды находились... в 10500 г. до н. э. Такой результат дало компьютерное моделирование. Вряд ли кхмеры в XII в. знали, как располагались звёзды над этим местом более 11 тысячелетий назад! Поэтому учёные сле-

двали вывод: постройки возводились на каких-то более древних сооружениях. Но кто создал их? Трудно поверить, что эти здания построены обычным человеком. Ступени, проёмы дверей явно рассчитаны на существа гораздо выше нас. Каменные блоки весом до 250 т не имеют соединений. Кладку делали без раствора, при этом блоки настолько плотно при-



гнаны друг к другу, что швы между ними иногда невозможно отыскать. Предположительно камни устанавливали на места с использованием слонов, но повторить такое в современных условиях не удалось. Сами камни чрезвычайно гладкие - почти как полированный мрамор. Все поверхности, колонны, перемычки, крыши покрыты резьбой. Она выполнена с удивительной точностью. А тексты писаний на камне выглядят так, будто их делали лазером.

Как поясняют местные исследователи, ни кхмерские правители, ни простые смертные в этих зданиях не жили, а только молились в них своим богам. Для жилья они сооружали деревянные постройки вокруг. Сложных строительных технологий они не знали и считали, что грандиозные строения возвели великаны задолго до появления империи кхмеров. Сами же кхмеры пришли к этим храмам и стали жить рядом.

Согласно другой версии, город Ангкор основали потомки жителей Атлантиды. Было бы чрезвычайно интересно добраться до городов, скрытых в джунглях Камбоджи (пока это сделать невозможно), и своими глазами увидеть наследие атлантов.

Записал
Дмитрий ВЛАДИМИРОВ

ГДЕ В МОСКВЕ ЛЕЧАТ ГЛАЗА



Проблемы со зрением возникают по разным причинам. Близорукость, дальнозоркость, астигматизм, катаракта, глаукома, дистрофия сетчатки - это самые распространенные глазные заболевания, которые омрачают жизнь. «Глазная клиника доктора Беликовой» - это специализированный офтальмологический центр, оснащенный уникальным диагностическим и хирургическим оборудованием. Главный врач и основатель клиники Елена Ивановна Беликова - профессор, доктор медицинских наук, офтальмохирург с 25-летним стажем. Собственная клиника организована в лучших стандартах офтальмологии: предварительная запись, мобильная диагностическая линия, которая позволяет пациенту не вставать с кресла во время обследования, квалифицированный и вежливый персонал, комфортная обстановка. Елена Ивановна

владеет в совершенстве всеми современными методами хирургии катаракты, глаукомы, является ведущим консультантом в России и за рубежом по имплантации искусственных хрусталиков и лечению возрастной дальнозоркости. Кроме того, она 25 лет занимается коррекцией близорукости, дальнозоркости, астигматизма и знает все об этих проблемах. Операции проходят без уколов и общего наркоза под наблюдением анестезиолога и контролем кардиомонитора. Цены на диагностику и операции устроят любого пациента, существует система скидок для пенсионеров и инвалидов. Золотые руки и доброе сердце Беликовой помогли тысячам пациентов разного возраста!

8 (495) 366-43-83

Москва, пр-т Буденного, д. 26, корп. 2
Горячая линия: 8 (499) 499-45-49
www.belikova.ru

ГЛАЗНАЯ КЛИНИКА



ДОКТОРА БЕЛИКОВОЙ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Лицензия № 77-01-007003. Реклама

КЛАССИКА - ЭТО КЛАССНО

МИР ИСКУССТВА

Как перестать бояться серьёзной музыки?

В НАЧАЛЕ НОВОГО КОНЦЕРТНОГО СЕЗОНА МОСКОВСКАЯ ФИЛАРМОНИЯ ОТЧИТАЛАСЬ О РЕКОРДНОЙ - БОЛЕЕ 100 ТЫСЯЧ - ПРОДАЖЕ АБОНЕМЕНТОВ. РАСТУТ ПРОДАЖИ БИЛЕТОВ И В ДРУГИХ КОНЦЕРТНЫХ ЗАЛАХ.

ПУТЬ К СЕРДЦУ

А ведь в массовом сознании давно укоренилось мнение: классическая музыка - это скучно, потому как сложно для восприятия. Понять её могут только «особо избранные»...

«Многих классическая музыка пугает: им кажется, что это что-то тяжёлое, долгое, скучное и однообразное. На самом деле это попла ограничена жанром недлинной песни в 3-4 минуты с бесконечными повторами припевов, - считает известная пианистка **Екатерина МЕЧЕТИНА**. - В классике же бесконечно многообразие! Симфонии, сюиты, сонаты, этюды, фуги, оперы, балеты, духовая музыка...»



Такая музыка не надоедает даже тем, кто играет её каждый день.
Фото Валентина БАРАНОВСКОГО/ТАСС

«Само слово «классика» происходит от латинского classicus - «образцовый», «первоклассный», - рассказывает **Ирина НОВИЧКОВА**, научный сотрудник **Всероссийского музейного объединения музыкальной культуры им. М. И. Глинки**. - А ещё был такой известный музыкальный цикл «Классика - это классно». Или замечательные слова Сергея Рахманинова: «Что такое музыка?! Это тихая лунная ночь... Это то, что родится от сердца и идёт к сердцу;

это любовь! Сестра музыки - это поэзия, а мать её - грусть!»

С ЧЕГО НАЧАТЬ?

Сегодня на каждом шагу реклама спортивных центров, курсов. Нас учат, как качать мышцы, как готовить, как повысить знание английского и т. д. и т. п. Но почему никто не говорит о том, что душу тоже нужно развивать, что она тоже требует «тренировки»?!

«В древнеиндийских трактатах музыка обозначается как сила, способная творить мир, создавать и поддерживать в нём гармонию, - говорит Ирина Новичкова. - Чтобы человек развивался духовно, находился в гармонии с природой, с окружающим миром, ему необходима музыка. Можно верить в это или нет, но удивительно видеть, как меняются люди после концертов... Приходят в одном настроении, а уходят другими - вдохновлёнными, счастливыми, они открывают для себя что-то новое. Сейчас уже доказано, что классическая музыка имеет и терапевтический эффект, помогает бороться с болезнями».

«Как научиться слушать классическую музыку? С каких произведений начать? Главное - не бояться и ходить на концерты! - уверена Екатерина Мечетина. - И постепенно отсеивать: «Вот это мне нравится, а это нет». Но испытать это «нравится - не нравится» можно лишь на собственном опыте - ориентироваться на чужой вкус бессмысленно. Конечно, есть признанные шедевры, без которых нельзя обойтись. Трудно найти человека, который скажет, к примеру,

что симфонии Бетховена - это совсем плохо. Или «Болеро» Раavelя - знакомство с миром классики можно начать с него. Эта музыка понятна любому слушателю. Как и симфонии Чайковского, фортепианные концерты Рахманинова. Для меня это непревзойдённая вершина! Есть мнение, что профессионалам всё уже давно надоело. Ничего подобного! Я каждый раз с огромным трепетом играю Рахманинова и слушаю в других исполнениях. А можно начать с баллад и ноктюрнов Шопена. Главное - слушать, интересоваться».

А Ирина Новичкова предлагает такой ход: если хотите приобрести к балету, идите на «Лебединое озеро» или «Щелкунчика» Чайковского. Если хотите полюбить оперу - пойдите на «Евгения Онегина» Чайковского или «Травиату». А в классике можно начать с органной музыки или концерта для струнно-смычковых инструментов.



Ольга ШАБЛИНСКАЯ

bonprix
it's me!

Примерьте хорошее настроение.

Самые актуальные тренды на bonprix.ru

ПЛАТЬЕ
1890 руб.
966 056 95



ПЛАТЬЕ
1890 руб.
911 456 95

*bonprix - это я. Реклама. Не является публичной офертой.
Товар сертифицирован. Продавец ООО «ДИРЕКТ КАТАЛОГ СЕРВИС»
ОГРН 5067746543200 Адрес: Россия, г. Москва,
Дмитровское шоссе, д. 100, корп. 2, 127591
Цены действительны до 12.10.2016.
Количество товаров ограничено.
Условия приобретения товаров размещены на сайте www.bonprix.ru

18+

ПОБЕДА ПО ИМЕНИ ВЕСНА...

СПОРТ

По следам побед и допинговых скандалов.

ТЕННИСИСТКА ЕЛЕНА ВЕСНИНА В ПАРЕ С ЕКАТЕРИНОЙ МАКАРОВОЙ СТАЛА ЧЕМПИОНКОЙ ОЛИМПИАДЫ. В НАШЕЙ СБОРНОЙ ЛЕНУ ВЕЛИЧАЮТ ВЕСНОЙ...

В эксклюзивном интервью «АиФ» спортсменка откровенно рассказала о сложностях, которые её подстерегали по дороге в Рио, о допинге и о том, кому она отдала подарок президента...

«ВСЁ ПРОТИВ НАС»

- Мы с Катей вообще могли не попасть на Игры. За неделю до Олимпиады мы выиграли турнир в Монреале. Лететь в Рио должны были с пересадкой в Майами. Но сломался самолёт, мы просидели 8 часов в Канаде и не успели на свою стыковку. А на ближайшие дни из Майами на рейс в Рио билетов вообще не было. Казалось, всё против нас - и техника, и погода, и обстоятельства. Но до Рио мы всё-таки добрались.

- Лена, но ведь вас так же, как и всех российских спортсменов, попросту могли и не допустить до Игр.

- Всех российских спортсменов держали в страшном напряжении до последнего момента. Зелёный свет нам дали буквально за неделю до открытия Олимпиады.

- Ты рассказывала, что допинг-офицеры устроили за тобой настоящую охоту.

- Теннисистов проверяют гораздо чаще, чем остальных спортсменов. Во время турнира за одну неделю могут проверить раза три... Приходят к тебе домой в любое время - и в 11 вечера, и в 6 утра. Весной я только-только приехала домой из аэропорта, а через пять минут ко мне пожаловали допинг-офицеры. Пришлось с ни-



«В жизни я не такая, как на корте». Фото East News

ми пить чай, а потом сдать анализ. За месяц до Игр меня проверяли 5 раз, и в Рио я прошла ещё две проверки...

- Серена Уильямс ещё до всех скандалов признавалась, что употребляет препарат, подобный мельдонию. Так почему нашим спортсменам этого делать нельзя?

- Насколько я знаю, западная компания предлагала нам купить дорогой аналог мельдония, но наша сторона отказалась. Возможно, в этом причина.

- Когда наших спортсменов начали «выбивать» с Игр, ты в свой адрес никаких упреков не слышала?

- Все теннисисты прекрасно знают, как часто нас всех проверяют. Поэтому никаких упреков в свой адрес я не слышала. А относительно наших легкоатлетов... Мне за них было обидно и безумно их жалко! Так же, как и всех отстранённых паралимпийцев. Разве непонятно, что спорт для них - жизнь?

- А существует ли идеальный стимулирующий препарат для теннисистов?

- Теннис - сложный вид спорта, на конечный результат здесь влияет очень много факторов. Даже если ты что-то принял, не факт, что не произойдёт ухудшения других параметров. Хотя я не большой специалист в фармацевтике и в этом вопросе могу ошибаться.

- Как думаешь, отменяли ли двухгодичную дисквалификацию Марии Шараповой?

- Этот вопрос должен решиться в октябре. Мне кажется, что они согласятся лишь уменьшить Маше срок - до 1-1,5 года.

- Как вам, теннисистам, удаётся каждый день играть часами и не уставать? Наши футболисты сыграли один матч с англичанами и так устали, что на следующих соперников сил уже не хватило...

- Если ты хорошо идёшь по турниру, у тебя может быть 5 встреч. Девушки за игру пробегают в среднем 6-7 км. У мужчин эти цифры выше - 8-9 км. Вот и получается -

каждую неделю по марафону! Часто на корте температура на солнце достигает +40 °С и выше. Бегаешь 2-3 часа по раскалённой сковородке. Добавьте сюда ещё парные игры... Конечно, надо иметь колоссально сильную физическую и психологическую форму, чтобы всё это выдержать. Но, как видите, справляемся (смеётся). Поэтому, когда наши футболисты после 90 минут «хождения по мукам» говорят, что устали, становится смешно!

«ПАПА РЯДОМ»

- На корте ты достаточно агрессивна. А какая ты в жизни?

- Конечно, не такая, как на корте. В игре мне приходится быть и жёсткой, и резкой, потому что иначе не выиграть. В повседневной жизни я активный, но мягкий человек.

- Многие специалисты считают, что свадьба стала для тебя самым лучшим стимулятором...

- У меня после свадьбы появилась дополнительная уверенность. Мне радостно играть, я счастлива. Для женщины это очень важно.

- Почему сейчас многих теннисистов тренируют родители или родственники?

- В теннисе это достаточно распространённая практика. Меня на протяжении всей карьеры учили великолепные наставники. А папа был всегда рядом. На место основного тренера не претендовал, но всегда прислушивался, учился, получил второе высшее образование по профессии спортивного тренера. Плюс он очень хорошо чувствует меня, знает, какие слова сказать и в какой момент. Поддержка родных людей - один из лучших стимулов.

- Как олимпийское «золото» обмыли?

- Нам ещё не удалось как следует обмыть медали. Но мы большой компанией соберёмся ближе к окончанию сезона. Со своими орденами и премиями я ещё буду разбираться (смеётся). А машину уже получила. Очень хороший автомобиль в шикарной комплектации.

- Зачем тебе «БМВ»? Ведь в Москве ты находишься 2-3 недели в году. Продавать не собираешься?

- Продать президентский подарок?! Я папе машину отдала, в моё отсутствие он на ней будет ездить.

«СПОРТСМЕНЫ ПРОСТО ДОХЛИ»

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОЛИМПИЙСКИЙ КОМИТЕТ (МОК), ДЕКЛАРИРУЮЩИЙ СВОЮ НЕТЕРПИМОСТЬ К ДОПИНГУ, ПО СУТИ, САМ ВИНОВАТ В ТОМ, ЧТО ЗАПРЕЩЁННЫЕ ТАБЛЕТКИ ПРИШЛИ В СПОРТ.

ПОЗИЦИЯ



ТИТОВА

Долгое время руководители МОК не пускали бизнес в олимпийское движение, считая, что это разрушит его. Всё изменилось с появлением Самаранча (в 1974 г. стал вице-президентом МОК, а с 1980 по 2001 г. занимал главный олимпийский пост. - Ред.). Он считал, что деньги необходимы для развития, - так появилась группа из 10 крупных спонсоров, был заключён огромный контракт на телетрансляции.

Коммерция сделала своё дело: за имя в спорте стали платить большие суммы. Тут и возник дьявол. Представьте: компания заключает с атлетом рекламный контракт (на кроссовки или ещё что-то). Конечно же, компании надо, чтобы атлет как можно чаще выигрывал и дольше носил титул. Но силы-то организма конечны. Вот спортсмены и потянулись к таблеткам, потому что дошли от нагрузок.

Потом началась отчаянная борьба с допингом. Список запрещённых препаратов постоянно пополняют, а от спортсменов при этом требуют рекордов, свершений. Но у меня вопрос: а где гуманность по отношению к людям? Если можно новыми моторами помогать гонщикам, почему атлетам отказывают даже в употреблении восстанавливающих препаратов, необходимых, если человек тренируется 8 часов в день? Если что-то не пересмотреть в этом отношении, боюсь, в какой-то момент Играм, простите, придёт конец.

Юрий Титов, экс-президент Международной федерации гимнастики (возглавлял 20 лет)

ИНТЕРНЕТ-ОПРОС

КАК ВЫ СЧИТАЕТЕ, НУЖНО ЛИ ЛЕГАЛИЗОВАТЬ ДОПИНГ?

■ Нет, с допингом это уже не спорт -

77% (7812 голосов)

■ Нет, это разрушит здоровье спортсменов -

11% (1149 голосов)

■ Да, без этого невозможны высокие достижения -

10% (975 голосов)

■ Только в некоторых видах спорта -

2% (225 голосов)

Всего голосов: **10 161**

Опрос проводился на сайте WWW.AIF.RU



Дмитрий ГРАНЦЕВ

«ВОТ НАШ УРОВЕНЬ»

СПОРТ

Известный тренер и футболист Валерий Карпин - о том, какой футбол нам нужен.

«ЛЮБОЙ, ДАЖЕ САМЫЙ ТРУДОЛЮБИВЫЙ И ТАЛАНТЛИВЫЙ ФУТБОЛИСТ НЕ БУДЕТ ВЫКЛАДЫВАТЬСЯ, ЕСЛИ В ЭТОМ НЕТ НЕОБХОДИМОСТИ».

- Валерий Георгиевич, для вас стало большим ударом, когда в марте 2014 г. вас уволили с поста главного тренера «Спартак»? Всё-таки вы брали с командой «серебро» - и это, как ни крути, лучшее достижение клуба в новейшей истории.

- Конечно, было ударом. Меня убрали в момент, когда команда была на третьем месте и имела все возможности бороться за то, чтобы стать чемпионом России.

«8 ЛЕТ

НАЗАД Я ГОВОРИЛ, ЧТО ЭТО ПУТЬ В НИКУДА».

- Почему у гандбольного тренера Трефилова на Олимпиаде в Рио получилось завоевать «золото» с женской сборной, притом что гандбол в стране, по его словам, «в глубоком загооне», а для нашей мужской футбольной сборной выйти из группы - предел мечтаний?

- Не знаю, почему получилось у Трефилова. А если говорить про футбол, то вспомните: когда наша сборная в последний раз выходила из группы на международных турнирах? Давно. Увы, это уровень нашего футбола. Поэтому и предел мечтаний у нас такой.

ДВЕ БЕДЫ

- В интервью двухлетней давности вы сказали: «Очевидно, что говорить о развитии футбола к 2018 г. неуместно. За 4 года мы не вырастим чемпионов мира». Почему вам это было очевидно, а остальным нет?

- Мне ещё 8 лет назад было очевидно, что это путь в никуда. Можно долго рассуждать на тему, почему у нас такой уровень сборной. Но если коротко, то степень конкурентной среды у наших футболистов очень низкая. А если тебя конкуренция не подталкивает к тому, что надо каждый день выкладываться на максимуме, если в этом нет необходимости, любой, даже самый трудолюбивый и талантливый футболист не будет этого делать.

- Вот ещё ваши слова: «Если у игроков нет самоотдачи, то виноват я». А игроки не виноваты?

- В любой другой стране - да, виноваты. А в нашей стране игроки никогда не виноваты. Это я говорю с сарказмом.

- Вспомним скандал с Кокориным и Мамаевым, которые, распивая дорогое шампанское в Монте-Карло, «праздновали» свой позорный вылет с Евро-2016.

- Они не праздновали, а просто отдыхали там во время своего отпуска. Проблема в том, что это попало в Интернет, а потом вызвало такой резонанс. Если бы они сидели дома с этим же количеством ещё более дорогого шампанского и никто об этом не узнал, тогда всё было бы нормально.

- То есть вы их не осуждаете?

- Осуждаю. Это неправильно. Но эту историю раздули больше, чем она того стоит.

- По вашим словам, две главные беды на-

сборной России Станиславу Черчесову, а, возможно, не только ему одному, чтобы на домашнем ЧМ в 2018 г. нам

не было мучительно больно?

- Черчесов находится на должности тренера, вот пусть он и думает, что нужно сделать, чтобы ему не было мучительно больно. Он, наверное, лучше всех это знает.

- А что бы вы сделали?

- Если бы я там был, я бы тогда и делал. Зачем фантазировать?

- У меня впечатление, что все живут только 2018 годом, а после хоть трава не расти, и после ЧМ у



шего футбола - это лимит на легионеров и большие зарплаты. Эти две беды остались?

- А высокие зарплаты откуда берутся? Из-за лимита. Если я могу купить клуб и к у только у одной бабушки, она заломит цену 100 евро за одну клубничку. А если есть 10 бабушек, то я выберу самую дешёвую и самую вкусную ягоду.

- Что сейчас надо сделать главному тренеру

нас на футбол вообще махнут рукой - кризис на дворе.

- Я так не думаю. Инфраструктура, построенная к ЧМ, останется. Это в любом случае даст толчок развитию футбола.

- Вы говорите: «Мы почему-то всё время равняемся на Испанию, Германию, Италию. Нам до них как до Луны. Нужно равняться на Словакию, Чехию». Можете пояснить вашу мысль? Всё-таки нельзя Россию сравнивать со Словакией, где людей живёт меньше, чем в Москве.

- А в Бразилии живёт намного больше людей, чем в Чехии. Однако в хоккее чехи обыграют бразильцев. Поэтому дело не в количестве людей, живущих в стране, а в уровне. И не только игроков, в уровне всего - инфраструктуры, тренерских методик, конкуренции. Наш уровень футбола - это Словакия, Швейцария, Австрия.

Наш уровень футбола - это Словакия, Швейцария, Австрия. Фото РИА Новости



«В нашей стране игроки никогда не виноваты».

РАЗБОР МАТЧА

- Поговорим об уровне российских тренеров. Можно по пальцам пересчитать тех, кто работал в Европе, - только вы и Станислав Черчесов. Это можно считать объективным критерием оценки российской тренерской школы?

- Думаю, нет. Для начала нужно знать английский язык. А у нас единицы тренеров знают иностранные языки. В этом главная загвоздка.

- Капелло, Адвокат, Хиддинк - их подавали нам как великих тренеров. Почему у них ничего не получилось? Они не великие или у нас команда такая?

- И то, и другое. И тренеры не великие, и команда такая.

- Вы нынче работаете экспертом на телеканале «Матч ТВ». Означает ли это, что вы для себя закрыли возможность работы в качестве тренера?

- Конечно нет. Для меня это совмещение приятного с полезным. Канал предоставляет телезрителям полную комментаторскую и экспертную оценку. Считаю, что зрителю важно понимать подоплёку тех или иных решений тренера, игровых моментов и как итог результатов матчей. Нужно видеть «изнанку» игры.

- Многие воспринимают разбор ошибок как критику.

- Я не отмечаю ошибки, а анализирую то, что происходит. А почему это происходит - вопрос не ко мне.



Владимир ПОЛУПАНОВ

ЛЁД НЕ ТРОНУЛСЯ

В ПОЛУФИНАЛЕ КУБКА МИРА СБОРНАЯ РОССИИ ПО ХОККЕЮ ПРОИГРАЛА КАНАДЦАМ (3:5)

ПОЗИЦИЯ



СТАРШИНОВА

Наверное, кто-то скажет, что это нормальный результат, и приведёт стандартный набор аргументов - травмы, отсутствие сыгранности, невезение... Но давайте смотреть правде в глаза. Когда в последний раз сборная России выигрывала турнир с участием сильнейших игроков? Я говорю именно про Олимпийские игры, поскольку чемпионат мира по хоккею в существующем формате не является турниром, куда приезжают все лучшие игроки. Последний раз это случилось в 1992 году. То есть четверть века без победы! Наверное, это о многом говорит!

На мой взгляд, произошёл сбой в системе подготовки команды к большим соревнованиям. Да, вроде бы сейчас на Кубок мира собрали сборную России из звёзд. Но не всякая звезда, которая светит, может ещё согреться.

Я сравниваю российских игроков с канадцами и замечаю, что многим нашим не хватает мощности, дерзости. Но главное - нет того мастерства и комбинационной игры, от которых у болельщиков дух захватывает. Это то, чем славился советский хоккей. Мы отошли от своих установок и играем в несвойственный для нас хоккей. А потому разрыв между нами и канадцами всё увеличивается.

Не хочу сказать, что классическое хоккейное противостояние полностью потеряло актуальность. У нас есть резервы для того, чтобы вернуться на былые позиции. Но произойдёт это только в том случае, если мы перестанем искать себе оправдание и признаем все имеющиеся проблемы.

Вячеслав Старшинов, хоккеист, двукратный олимпийский чемпион, девятикратный чемпион мира

ГДЕ И КАК ХОДЯТ НА ФУТБОЛ

(средняя посещаемость матча, тыс. чел.)

Германия



43,3

Англия



36,5

Испания



28,6

Италия



22,2

Франция



20,9

Голландия



19,4

Россия



11,9

По данным РФПЛ, www.european-football-statistics.co.uk

КРАСОТА РОССИИ

ПРИРОДА И МЫ

Станьте членами жюри конкурса!

СОСТОЯЛОСЬ ФИНАЛЬНОЕ ЗАСЕДАНИЕ ЖЮРИ ФОТОКОНКУРСА «САМАЯ КРАСИВАЯ СТРАНА».

Начиная с 18 апреля на протяжении 4,5 месяца российские фотографы, а также фотолюбители из других стран присылали свои работы. Всего на фотоконкурсе Русского географического общества поступило около 110 тыс. снимков от 23 тыс. человек. Работ было так много, что в нескольких номинациях жюри приняло решение отметить сразу пять лучших фотографий.

Все работы, вышедшие в финал, выложены на сайте проекта - photo.rgo.ru (мы публикуем лишь четыре из них). Идёт открытое голосование, в ходе которого вы можете почувствовать себя членами жюри и проголосовать за понравившуюся фотографию.

Объявление и награждение победителей фотоконкурса состоится на церемонии вручения премии Русского географического общества 24 ноября.

Фото с сайта photo.rgo.ru (организаторы не раскрывают авторов с целью объективного голосования)



Номинация «Заповедная Россия»: «Островок» 1; «Кто здесь?» 4; номинация «Народы России»: «Красавицы Ёрдынских игр» 2; номинация «Ускользящее наследие»: «Деревянные церкви Руси» 3.

В МИНУВШЕЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ МОСКВИЧИ СТАЛИ СВИДЕТЕЛЯМИ ПОТРЯСАЮЩЕГО ЗРЕЛИЩА: ПО УЛИЦАМ СТОЛИЦЫ, НЕДОСТУПНЫМ В ЭТОТ ДЕНЬ ДЛЯ АВТОМОБИЛЕЙ, БЕЖАЛИ МАРАФОНСКУЮ ДИСТАНЦИЮ ТЫСЯЧИ СПОРТСМЕНОВ.

Впрочем, многие горожане стали не только свидетелями, но и участниками: в марафоне могли принять участие все желающие, подавшие заявку.

Около 30 тысяч участников из 70 стран бежали две дистанции: 42 км 195 м и 10 км для тех, кто пока не готов одолеть настоящий марафонский пробег. Действительно, обе задачи непростые, но они того стоят. Помимо того что участники запаслись здоровьем, они ещё и получили массу положительных эмоций - ведь маршрут Московского марафона проходил по красивейшим местам столицы.

«Участники пробежали по набережным Москвы-реки, мимо «Москва-Сити», по Садовому кольцу, через Крымский мост, по Бульварному кольцу и Тверской улице, по Театральному проезду и под стенами Кремля, - говорит **Альберт ЧИЛИЕВ**, заместитель руководителя Департамента физической культуры и спорта города Москвы. - Они увидели всемирно известные достопримечательности, среди которых Белый дом, сталинские высотки, Большой театр, Политехни-



МОДНО БЫТЬ БЫСТРЫМ



В воскресенье по улицам столицы бежали люди со всей страны.

Фото Игоря ХАРИТОНОВА

ческий музей, Кремль и храм Христа Спасителя».

С каждым годом количество желающих принять участие в марафоне увеличивается: с 5 тысяч человек в 2013 г. до 30 тысяч в 2016-м. Впервые в этом году с нами бежали чемпион России по марафону 2016 г. Фёдор Шугов, чемпион прошлого года Юрий Чечун, участник Олимпийских игр 2012 г. Алексей Реунков, экс-капитан сборной России по футболу Алексей Смертин. Закольцованный маршрут марафона стартовал и финишировал в «Лужниках».

«Марафон, который проходил в Москве в четвёртый раз, динамично развивается, он становится одной из визитных карточек Москвы, - отметил **Александр ПРОНИН**, генеральный директор комплекса «Лужники».



Сейчас становится модно быть сильным, быстрым, здоровым, спортивным человеком. Поэтому марафон - событие, к которому люди готовятся, оно подстёгивает к занятиям спортом. Но кро-

ме спортивной составляющей у него есть ещё одна особенность - необходимость достичь цели. И если ты пробежал марафон, то и в других направлениях будешь так же упорно идти вперёд».

В марафоне победителем стал Артём Алексеев из Уфы (он пробежал 41 км 195 м за 2 часа 13 минут 40 секунд). На втором месте Фёдор Шугов из Ижевска, на третьем - марафонец Юрий Чечун из Тольятти. Среди женщин марафонское «золото» взяла москвичка Татьяна Арясова (её результат - 2:32:34), второе место заняла Наталья Старкова

из Магнитогорска, третья - Ольга Тарантинова из Щёлкова.

А на территории ВДНХ стартовал «Кросс наций-2016». Это событие проходило в 85 субъектах РФ - Мордовии, Красноярском крае, Новосибирской, Тверской, Саратовской, Свердловской и других областях. Любители бега преодолевали дистанции на 500, 1000 и 3000 м.

30 тыс.

ЛЮБИТЕЛЕЙ БЕГА ВЫШЛИ НА УЛИЦЫ СТОЛИЦЫ.



«Сегодня вся страна вышла на беговые дорожки, - отметил **Виталий МУТКО**, министр спорта РФ. - Нам нужна сильная, здоровая Россия, а она может быть такой только тогда, когда будут здоровые люди».

Сам министр тоже принял участие в кроссе на дистанции 1000 м. «Кросс наций» становится одним из самых массовых спортивных мероприятий.

Елена БОГДАНОВА

ПЕРВЫЙ СРЕДИ РАВНЫХ

ТЕХНОЛОГИИ

Российская атомная отрасль стремится быть на шаг впереди.

РЕФЕРЕНТНЫЙ ОБРАЗЕЦ - ЭТО ЗНАЧИТ ПЕРВЫЙ. ЕСЛИ ОН ОПРАВДАЕТ ОЖИДАНИЯ, ТО ЗА НИМ ПОСЛЕДУЕТ ЦЕЛАЯ СЕРИЯ ПОДОБНЫХ ИЗДЕЛИЙ. ПОЯВЛЯЮТСЯ РЕФЕРЕНТНЫЕ ОБРАЗЦЫ - ЗНАЧИТ, ИДЁТ ПОИСК, ВЕДУТСЯ НОВЫЕ РАЗРАБОТКИ, ВНЕДРЯЮТСЯ НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И НА НИХ ЕСТЬ СПРОС.

Для российских атомщиков инновационные референтные проекты - главное преимущество на международных рынках. «За каждым из этих до сих пор и всегда человеческий подвиг, полная самоотдача людей», - напоминает Сергей КИРИЕНКО, генеральный директор госкорпорации «Росатом».



Сергей КИРИЕНКО, генеральный директор госкорпорации «Росатом».

ДВА КАПИТАНА

Рядом с первой в мире плавучей атомной теплоэлектростанцией (ПАТЭС), о которой мы писали в прошлом номере («АиФ» № 38 «Куда поплывёт энергоблок?»), на Балтийском заводе судостроения в Санкт-Петербурге стоит атомный ледокол «Арктика» - в июне его спустили со стапелей на воду.

Он станет преемником легендарного одноимённого ледокола. Новое судно шире - чтобы оно могло проводить по Северному морскому пути современные танкеры. Да и водоизмещение у него значительно больше:



В июне новый ледокол «Арктика» торжественно спустили со стапелей на воду Невы.

33,5 тыс. т вместо 23,5. На нём будет совершенно новая силовая установка с двумя реакторами «Ритм-200» - разработка нижегородского Опытного конструкторского бюро машиностроения (ОКБМ) имени И. И. Африкантова. Двухконтурная схема

24 БЛОКА

ЗА РУБЕЖОМ - В СЕРВИСЕ У НАШИХ АТОМЩИКОВ.

уменьшает материалоемкость и габариты, а также снижает риск утечек. Мощность в 175 мВт позволяет преодолевать льды 3-метровой толщины.

За этим головным образцом последуют серийные - «Сибирь», строительство которого уже идёт, и «Урал». А накануне Дня работника атомной промышленности на торжестве в Театре Российской армии Александр

БАРИНОВ, капитан легендарной первой «Арктики», передал Александру СПИРИНУ, капитану нового судна, судовой журнал 1977 г., когда ледокол впервые в мире достиг Северного полюса, а также Государственный флаг России, под которым он завершил свой последний поход.

«Уверен, что новый ледокол, как и его предшественник, будет первым среди равных», - принимая реликвии, сказал А. Спирин.

БЛОК НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ

В августе включён в сеть 6-й энергоблок Нововоронежской АЭС. Водородной энергетический реактор мощностью 1200 мВт (ВВЭР-1200) - первый в мире атомный блок поколения 3+, то есть с улучшенными характеристиками и постфукусимскими системами безопасности. Это тоже референтная разработка российских атомщиков. Такие же реакторы они предлагают при строительстве новых станций во многих зарубежных странах-партнёрах.

«Почему референтный проект

так важен? - разъясняет Сергей ЗАВЬЯЛОВ, директор филиала «Росэнергоатома» - дирекции по сооружению и эксплуатации плавучих атомных теплоэлектростанций. - Потому что потенциальные заказчики говорят: «Как только вы его сделаете и мы увидим результаты, обязательно разместим у вас заказы».

Эти слова сказаны по поводу конкретного проекта - ПАТЭС «Академик Ломоносов», который в 2019 г. начнёт давать электричество жителям и предприятиям Чукотки. Но они справедливы в отношении всех новшеств. Соответственно и запущенный в Нововоронеже реактор укрепляет доверие к российским атомным технологиям в мире и даёт основания рассчитывать на долгосрочные заказы.

ОТРАБОТАЛО - И СНОВА В ОБОРОТ

В августе же в реактор 3-го энергоблока Балаковской АЭС загружено первое РЕМИКС-топливо. Это ещё один важный шаг в создании замкнутого топливного цикла, к чему и

стремятся наши атомщики. Из отработанного топлива они выделяют оставшиеся в нём радиоактивные компоненты и затем смесь регенерированного урана и плутония подпитывают обогащённым природным ураном. Такой ремикс - возвращение в оборот уже отработанного урана - сократит затраты на обращение с отработанным ядерным топливом как минимум в 2 раза и повысит коэффициент использования достаточно дефицитного природного ресурса.

Недалеко до того времени, когда станет реальностью топливо 4-го поколения для традиционных тепловых реакторов: технический проект уже готов. Его ураноёмкость пока кажется сказкой, но коэффициент использования установленной энергоёмкости на реакторах ВВЭР-1000 увеличится значительно, как и энерговыработка.

Компания «ТВЭЛ», российский производитель ядерного топлива, изменила в этом проекте форму топливных таблеток: они не имеют центрального отверстия. Соответственно масса топлива увеличилась - на 8%. Это значит, что подпитывать реакторы нужно будет реже да и расход природного урана уменьшится. Китайцы уже заинтересовались новой российской разработкой и ведут переговоры о поставках на Тяньваньскую АЭС.

«Мы постоянно работаем над улучшением характеристик и потребительских свойств продукции, чтобы блоки наших заказчиков показывали высокую экономическую эффективность», - говорит Юрий ОЛЕНИН, президент «ТВЭЛ».

Компания лидирует на мировом рынке, поставляя топливо в 15 государств мира. Надеются наши атомщики и на поставки в США: сейчас тестируется образец, разработанный для американских АЭС, и уже подписан контракт на пробную поставку первых сборок ТВС-квадрат (так называется это топливо).

ЗАЧЕМ ЗАРУБЕЖНЫЕ КОНТРАКТЫ?

НА АТОМНЫХ СТАНЦИЯХ 31 СТРАНЫ МИРА РАБОТАЮТ 444 РЕАКТОРА, ЕЩЁ 61 РЕАКТОР В 14 СТРАНАХ СТРОИТСЯ. МИРОВАЯ АТОМНАЯ ЭНЕРГЕТИКА РАЗВИВАЕТСЯ, А ЗНАЧИТ, РАСТЁТ РЫНОК И ДЛЯ РОССИЙСКИХ ПРОЕКТОВ, ПРОДУКЦИИ И УСЛУГ.

Всемирная ядерная ассоциация (World Nuclear Association, WNA) просчитала 3 сценария развития мировой атомной генерации. Базовый предполагает темпы роста на 2,3% в год, а увеличение доходов от эксплуатации АЭС - на 2,8% (за 20 лет - до 500 млрд долл. в год). Деятельность наших атомщиков за рубежом не только укрепляет международные позиции России, но и несёт стране весьма осязаемую экономическую выгоду.

Первый энергоблок АЭС «Куданкулам» в августе с учас-

тием Президента России Владимира ПУТИНА и премьер-министра Индии Нарендры МОДИ передан индийским заказчикам. Столь высокий уровень церемонии сам по себе говорит о значении этого события. Но есть одна деталь, которая осталась за торжественными кадрами: к моменту передачи блок успел отработать уже несколько месяцев. Оттяжка не была связана с насыщенным протоколом первых лиц, а объяснялась осторожностью индийской стороны. Там ждали, когда он выйдет на 100%-ный уровень мощности. Но наших специалистов это не пугало. Они построили станцию, которая работает даже лучше, чем обещали в контракте: КПД у неё выше на 2,4%, мощность - на 2,5%. Уже включили в сеть 2-й энергоблок. И впечатлённые индийцы значительно

ускорили подготовку контрактов на 5-й и 6-й блоки.

Оборудование ядерных паропроизводящих установок для второй очереди АЭС «Куданкулам» изготовит волгодонский завод «Атоммаш» в Ростовской обл., который ещё несколько лет назад представлял собой жалкое зрелище: пустые цеха, долги и множество непонятных собственников. Но с 2012 г. предприятие вошло в «Росатом» - и по итогам нынешнего года объём его выручки превысит 7 млрд руб., а 10-летний портфель заказов увеличится до 57 млрд руб.

Расширяется и сервисное обслуживание зарубежных АЭС нашими атомщиками - сейчас они обслуживают 24 энергоблока. Последний договор заключили по поводу станции «Мохавце» в Словакии, готовятся соглашения ещё на 10 блоков - в Финляндии,

Белоруссии, Бангладеш, Египте. Соответственно растёт и выручка: по прогнозу, она увеличится с 54 до 70 млн долл. - почти на 30%.

В 2,5 раза с 2014 г. возросли поставки за рубеж изотопной продукции. Только у одного предприятия - Научно-исследовательского института атомных реакторов в Димитровграде Ульяновской обл. - выручка в этом году увеличится на 38% по сравнению с 2015 г. и составит 1,5 млрд руб. А «Росатом» в целом от продаж изотопов должен получить не менее 4 млрд руб.

Но, чтобы выигрывать жёсткую конкуренцию на мировом рынке, нужно не только обладать передовыми технологиями, но и снижать сроки и себестоимость проектов. Многие в этом направлении у атомщиков получается.

Например, сварка главного циркуляционного трубопровода на 2-м блоке Ростовской АЭС длилась 255 дней, на 3-м блоке - 147, на 4-м - всего 96. А на строительной площадке 2-го энергоблока Нововоронежской АЭС-2 поставлен новый рекорд - 93 дня.

КСТАТИ

Научный потенциал атомной госкорпорации востребован в самых разных областях экономики. 20% заказов Саровского ядерного центра формируется за счёт супервычислений и создания программного обеспечения. Его ПО «Логос» для 3D-моделирования размещено уже на 50 предприятиях страны.

ПРИРОДА И МЫ

Суша постепенно, но неуклонно уменьшается.

УЧЁНЫЕ КОНСТАТИРУЮТ: СКОРОСТЬ ТАЯНИЯ ЛЬДА УВЕЛИЧИЛАСЬ ЗА НЕСКОЛЬКО ВЕКОВ В 10 РАЗ.

Причём тают не только разрозненные айсберги и льды в Северном Ледовитом океане, но и ледники, которые покрывают сушу Антарктиды и Гренландии. По поводу опасности таяния «плавающих» глыб учёные спорят - одни считают, что это ни на что не влияет, другие уверены в обратном. А насчёт тех льдов, которые сползают с суши и затем превращаются в жидкость, мнение едино: их таяние неминуемо скажется на уровне Мирового океана. Иными словами, вода, прибывая, точно станет «откусывать» у суши

26 ГРАДУСОВ

ВМЕСТО 14 МОЖЕТ СТАТЬ СРЕДНЯЯ ТЕМПЕРАТУРА.

всё большие куски. «Повышение уровня Мирового океана на треть зависит от того, что нагретая глобальным потеплением вода увеличивается в объёме, - уверен Стивен НЕРЕМ, сотрудник группы НАСА по изучению изменения уровня Мирового океана в Университете Колорадо. - Остальные две трети даёт таяние ледников».

НЕ СВАРИМСЯ?

Специалисты, которые недавно посвятили этой проблеме развёрнутую статью в журнале National Geographic, полагают, что с нынешними темпами потепления уже через каких-то 150 лет средняя температура на планете увеличится с 14 градусов до 26! И тогда в России зимой будет не ниже +10°C, а лето в нашей стране станет и вовсе чисто африканским с жарой +40...+50°C. Уже сегодня есть повод бить тревогу. «Летние температуры в райо-

ГЛОБАЛЬНО УТОПЛИ!



Льды тают - вода прибывает. Фото Alamy, Zuma/TACC

нах полюсов всё больше приближаются к нулевой отметке. Это запускает активные процессы таяния льда. Так что через год-другой даже от минимального роста средних температур нам грозит масштабное таяние ледяного покрова Антарктиды», - написал Нерили ЭБРАМ, один из виднейших исследователей Антарктики, сотрудник Австралийского национального университета.

В Гренландии помимо общемировых проблем, связанных с

глобальным потеплением, есть ещё одна, которая также вызывает неожиданное и резкое таяние ледников. Там прямо посреди острова внезапно началось активное, вплоть до появления огромных озёр талой воды и подлёдных рек, таяние. «Учёные связали уменьшение массы ледяного панциря в наши дни с событиями многомиллионной давности - прохождением Гренландии над древним мантийным плюмом (горячей струей мантийного вещества, которая пробивает литосферу и выходит на поверхность Земли, образуя вулканы). Появился участок (1200 км длиной и 400 км шириной), где толщина литосферы составила менее 100 км. В этой части образовался аномальный

тепловой поток, существование которого подтверждается другими данными и объясняет наблюдаемое таяние и движение льдов», - объясняет Иван КУЛАКОВ, завлабораториями НГУ и Института нефтегазовой геологии и геофизики СО РАН.

В настоящее время, согласно данным науки, уровень океана растёт на 3-3,5 мм в год. И скорость таяния год от года всё выше. Так что многие скептики ждут Всемирного потопа уже в ближайшее время.

УГЛЕКИСЛЫЙ ВЫХЛОП

Этот пугающий сценарий дополняет тот факт, что, согласно новейшим исследованиям, под толщей льда в Антарктиде упрятаны несколько миллиардов тонн углеводородов. Они - результат жизнедеятельности живущих в глубинах холодного материка микроорганизмов, которые питаются остатками древних растений. Замеряя количество производимого ими метана, учёные подсчитали, что его запасы под антарктическими льдами даже выше, чем запасы на дне Мирового океана. И если вдруг через разломы постепенно сваливающиеся с Антарктиды льдов прорвётся весь этот газ, то изменения климата примут просто катастрофические масштабы. Похожая картина наблюдается и в районах вечной мерзлоты в Сибири. Там под слоем замороженного грунта также скопились немислимые запасы метана, имеющие схожее с антарктическими происхождение. Так что, возможно, рисуя самые страшные картины будущего, мы и представить не можем, что же нас ждёт в действительности.

КУДА ИДЁТ ВОЛНА

Будущее, конечно, пугает, но и настоящее радует мало. Учёные напрямую связывают участвовавшие в последнее время случаи наводнений именно с таянием льдов. Которую неделю захлёбывается в водах часть регионов Приморья - туда уже привезли дополнитель-



МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА



Роман Вильфанд, директор Гидрометцентра РФ. - Начиная с весны 2015 г., то есть уже полтора года, каждый сезон является экстремально тёплым: в течение этого периода устанавливаются экстремальные значения в сред-

нем по Северному полушарию. Идёт последовательное повышение температуры - ненамного, но тем не менее всё время бьются рекорды. Это, вообще говоря, событие действительно уникальное и труднопредсказуемое заранее. Нынешнее лето стало самым жарким за всю историю метеонаблюдений, то есть с 1891 г. Это совершенно необычная ситуация, которая требует анализа и научного осмысления. Глобальное потепление имеет ряд негативных

последствий. Это таяние ледников, повышение уровня океана, изменения структуры почв, а значит, условий для сельского хозяйства, рост числа таких опасных явлений, как сильные дожди, которые наблюдаются во всех регионах мира, очень сильные ветра, несущие разрушительную силу, тайфуны, тропические циклоны, повторяемые засухи, - всё это следствие глобального потепления. А нормальной погода бывает всё реже».

ные части МЧС и развернули госпиталь Минздрава. КНДР с трудом переживает последствия крупнейшего с 1945 г. наводнения. Залиты водой Индонезия и Япония. Сокращения числа природных ЧП, связанных с океаном, увы, ждать не приходится. Ведь в связи с глобальным потеплением не только растёт температура в ряде регионов, но и увеличивается число природных ЧП - это научный факт.

К сожалению, таяние ледников приостановить трудно, а то и невозможно. Учёные говорят: на ликвидацию последствий требуется несколько столетий, а некоторые проблемы уже, увы, не решить.



Юлия ТУТИНА



Квартиры в Новой Москве от 1.8 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
www.sit-company.ru

* Не является публичной офертой. Количество квартир ограничено. Ипотечный кредит через: ЦАФ ВТБ24, ПАО Сбербанк, Россам, ПАО АКБ Связь-Банк, ЗАО Сургутнефтегазбанк, Банк Восточный, АО ЮБ ДальнеКредит. Военная ипотека через ПАО Сбербанк России. Проектная декларация на сайте www.sit-company.ru РЕКЛАМА 18+

БОДР, КАК ЛЕНИВЕЦ

ЛЮДИ И ЗВЕРИ

Зачем животные спят сутками?

В ОДНОМ ИЗ ЗООПАРКОВ МИРА ЧУТЬ НЕ ПОХОРОНИЛИ ЖИВОГО ЛЬВА - С НАСТУПЛЕНИЕМ ОСЕНИ ЖИВОТНОЕ, КОТОРОЕ РЕГУЛЯРНО ПЕРЕКАРМЛИВАЛИ, ПЕРЕСТАЛО ПРОСЫПАТЬСЯ ДАЖЕ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ПРИНЯТЬ ПИЩУ.

А кто из зверей самый ленивый? И наоборот - самый активный? Мы составили свой рейтинг.

КОАЛА

Спит по 22 часа в сутки

Главная пища коалы - листья эвкалипта. Их переваривание требует массы энергии. А та в свою очередь требует дополнительной пищи. Так зверёк и живёт от рождения до смерти: в полусне срывает листья, заталкивает в рот и жуёт, жуёт, жуёт.



22
часа

ЛЕТУЧАЯ МЫШЬ

Спит по 20 часов в сутки

До 6 месяцев животное пребывает в полуголодном состоянии, так как в зимнее время ему просто негде взять добычу. Всё это время мышь дрыхнет, свесившись головой вниз. Но и летом она ведёт не слишком активный образ жизни - видимо, привычка.



20
часов

БРОНЕНОСЕЦ

Спит по 19 часов в сутки

Закованное в латы животное спит всю ночь, всё утро, день, а к вечеру начинает активно искать, чего бы слопать. Причины столь странного образа жизни до сих пор науке неизвестны.



19
часов

КОШКА

Спит до 18 часов в сутки

Её любовь к полусонному существованию известна каждому, кто держал в доме кошку. Наука уверяет: такая привычка досталась ей от диких кошачьих родственников и помогает сохранять энергию для охоты. Но если оглянуться на домашних собак,

то можно предположить: питомцы спят от скуки. Чем ещё занять себя в квартире, если хозяин торчит на работе или перед телевизором?



18
часов

ЛЕВ

Спит до 24 часов в сутки

Если хищник сыт, то не видит особой необходимости тратить время на прогулки и прочие дела, которые требуют бодрствования. Дело в том, что в Африке невыносимо жарко и так лев спасается от зноя - лежит себе в тенишке, если его нашёл, да дрыхнет.



24
часа

СВИНЬЯ

Спит до 15 часов в сутки

Во сне свиньи обожают обниматься и касаться друг друга пятачками, как будто целуются. В этом они парадоксально похожи на людей. Разве что в качестве постели у них не мягкие перины, а грязные лужи.



15
часов

ЛЕНИВЕЦ

Спит до 15 часов в сутки

Хотя движения у зверька медленные, но каждое имеет цель. Назвать его вялым языком не поворачивается. Он вполне бодр, просто никуда не спешит. Ленивец мало двигается и не слезает с дерева не потому, что не может, а потому, что просто не хочет. На земле он почти беззастенчив, вот и сползает на травку, только чтобы справить нужду, что он делает... раз в неделю.



15
часов

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА

- На самом деле долгий сон в животном мире - вовсе не признак лени, - говорит **Николай ДРОЗДОВ**, профессор МГУ им. М. В. Ломоносова, ведущий передачи «В мире животных». - Это скорее способ экономить силы.

А порой - защититься от неблагоприятных воздействий природы. Например, если упала температура воздуха в атмосфере, животные впадают в спячку или даже в анабиоз - состояние, близкое к смерти, когда скорость движения крови по сосудам и сердечный ритм резко замедляются.



ЖИРАФ

Спит не более 20 минут в сутки

Таково суммарное количество сна, да и тот очень чутко. Остальное время жираф ходит туда-сюда, подкрепляясь листьями с высоких веток. И в отличие от льва, жара ему нипочём.



20
мин.

КРОТ

Спит не больше 5 часов в день

Всё остальное время он тратит на поиск пищи: неутомимо роет подземные тоннели и собирает червячков, жуков.



5
часов

ПТИЦА

Спит всё тёмное время суток, но летом этот период обычно не слишком длинный. Именно отсюда выражение «встаёт с петухами».



6
часов

Инфографика
Анны ХАРИТОНОВОЙ.
Фото Stock Image/PhotoXPRESS.ru

Юлия
ТУТИНА

НА ЗДОРОВЬЕ

ВАЖНЫЙ ВКЛАД В ЗДОРОВЬЕ ДИАБЕТИКА

Когда мне поставили диагноз «диабет», я даже не предполагала, что для меня началась абсолютно новая жизнь. Жизнь более трудная, чем у обычного человека, со строгим режимом, сбалансированным и выверенным рационом, адекватной физической нагрузкой и самоконтролем показателей сахара в крови.

Но самым сложным испытанием стал отказ от любимых блюд, кондитерских изделий и даже спелых сладких фруктов, так как «правильное питание» теперь является важнейшей составляющей моего лечения.

Я заметила, что стала быстро утомляться, появилась бессонница, сухость и шелушение кожи, трещины в углах рта как следствие существенных ограничений в питании.

Подскажите, пожалуйста, существуют ли специальные витаминные комплексы для

диабетиков, позволяющие восполнить дефицит витаминов и минералов в организме?

Ответ:

- При неполноценном и несбалансированном питании, особенно при соблюдении низкокалорийной диеты, возникают условия для развития дефицита витаминов и минералов, который усугубляется тем, что повышенный уровень глюкозы ускоряет выведение витаминов и минералов с мочой. Отсюда плохое самочувствие и повышенная утомляемость.

Восполнение дефицита жизненно важных витаминов и минералов способствует снижению риска развития осложнений сахарного диабета.

Витаминно-минеральный комплекс **Компливит® Диабет**, разработанный специально для людей с сахарным диабетом, является оптимальным дополнением к основной программе лечения благодаря своему составу.

БИОТИН обладает инсулиноподобным действием, снижая уровень глюкозы в крови

ЭКСТРАКТ ГИНГКО БИЛОБА улучшает мозговое кровообращение и снабжение мозга кислородом и глюкозой

ЛИПОЕВАЯ КИСЛОТА - антиоксидант, участвует в регуляции углеводного обмена



ВИТАМИНЫ ГРУППЫ В И ФОЛИЕВАЯ КИСЛОТА способствуют снижению риска осложнений сахарного диабета

КОМПЛЕКС ВИТАМИНОВ-АНТИОКСИДАНТОВ А, Е, С И МИНЕРАЛА СЕЛЕН способствует поддержке иммунитета

Рекомендуется **Компливит® Диабет** и тем, у кого фиксируется повышенный уровень сахара в крови, так как вводимые ограничения рациона препятствуют удовлетворению повышенных потребностей организма в витаминах и минералах за счет пищи.

Принимать витамины диабетикам рекомендуется круглый год, главное - подобрать сбалансированный комплекс, отвечающий всем потребностям вашего организма!

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

УДАЧА

Приятные сюрпризы от «Спортлото».

ПРОДЛИТЕ СЕБЕ ЛЕТО!

ВРОДЕ СОВСЕМ НЕДАВНО МЫ ИЗНЫВАЛИ ОТ ЖАРЫ, А УЖЕ СЕГОДНЯ С НОСТАЛЬГИЕЙ ВСПОМИНАЕМ ЛЕТНИЕ ДЕНЁЧКИ, УВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ ПУТЕШЕСТВИЯ И ЗАХВАТЫВАЮЩИЕ ТРАНСЛЯЦИИ СПОРТИВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ ИЗ РИО. КАК ОКАЗАЛОСЬ, ИНОГДА ПРОДЛИТЬ ПРИЯТНЫЕ МОМЕНТЫ МОЖНО ПРИ ПОМОЩИ МОМЕНТАЛЬНЫХ ЛОТЕРЕЙ.

Когда воскресным утром Алексей Р. из Барнаула отправился с дочкой в кино, то и не подозревал, что обычный просмотр мультфильма обернется выигрышем суперприза моментальной лотереи «Спортлото» («Русские игры») в размере 300 000 рублей!

«Собираясь в кино, я захватил два лотерейных билета, которые купил на прошлой неделе, чтобы в торговом центре получить вы-



именно поэтому билет со знакомой картинкой и привлёк её внимание».

Только после выхода из кино Алексей проверил лотерейный билет в киоске и понял, что выигрыш превысил предыдущий аж в тысячу раз!

«Продавцу я уже пообещал шампанское и конфеты в знак благодарности.

А на остальные средства отправлю супругу с дочкой на отдых в ноябре, когда у Светика начнутся каникулы, пусть продлит себе лето», - поделился планами довольный Алексей.

Такие яркие эмоции мо-

ментальные лотереи готовы подарить каждому - нужно лишь немного удачи и, конечно, лотерейный билет. Особую популярность среди участников сегодня завоевали моментальные лотереи «Спортлото», посвященные различным видам спорта: «Футбол» и «Баскетбол» («Весёлые старты»), «Хоккей» («Вперёд к победе») и «Художественная гимнастика» («Русские игры»).

Спрашивайте моментальные лотереи «Спортлото» в лотерейных киосках, на Почте России, в отделениях «Россельхозбанка», магазинах «Связной», офисах продаж «МегаФон» и в киосках свежей прессы «Первая полоса».

Участвуйте, выигрывайте и продлевайте свои счастливые моменты!

5 ЛЕТ НА СВЯЗИ С УДАЧЕЙ

ВОТ УЖЕ 5 ЛЕТ УЧАСТНИКИ ГОСУДАРСТВЕННЫХ ЛОТЕРЕЙ МОГУТ ПРИОБРЕТАТЬ БИЛЕТЫ В СЕТИ МАГАЗИНОВ «СВЯЗНОЙ». «ПЯТИЛЕТКА УДАЧИ» ПОДАРИЛА БОЛЕЕ 2 000 000 ПОБЕДИТЕЛЕЙ!

По билетам, приобретённым в «Связном», участникам лотерей выплачено 176 801 606 рублей! 15 счастливых стали миллионерами, а некоторые даже мультимиллионерами! Просто зашли пополнить баланс мобильного телефона, а попутно приобрели пару лотерейных билетиков...



Взгляните на ТОП-5 крупнейших побед «Связного». На первом месте - «Гослото «6 из 45» и суперприз размером более 60 000 000 рублей (585-й тираж, Волгоград). Далее следуют выигрыши в «Гослото «5 из 36» - свыше 18 000 000 рублей (1142-й тираж, Татарстан), свыше 11 000 000 рублей (4715-й тираж, Анапа), более 10 000 000 рублей (1566-й тираж, Санкт-Петербург) и более 9 000 000 рублей (796-й тираж).

Сегодня в сети магазинов «Связной» можно стать участником популярных государственных лотерей с многомиллионными суперпризами, лотерей с ТВ-трансляцией, а также многочисленных моментальных лотерей. Кстати, выигрыши до 5000 рублей выдаются прямо на месте.

А вы уже испытали удачу в «Связном»? Самое время повториться, ведь суперприз «Гослото «6 из 45» уже превысил 175 000 000 рублей!

ГОД РУССКОЙ КУЛЬТУРЫ В «РУССКОМ ЛОТО»!

С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ РОДИНА? КОНЕЧНО, С КАРТИНКИ В БУКВАРЕ, А ЕЩЕ С СЕМЕЙНОЙ ИГРЫ В ЛОТО И ЖИВОПИСНЫХ ПОЛОТЕН ИВАНА ШИШКИНА.

Картина «Рожь» и известна всем: золотистое поле, сосны и светлая даль, в сторону которой художник приглашает отправиться.



Что ждёт нас там? Может быть, новые победы? Как, например, в праздничном 1149-м тираже «Русского лото», посвящённом 22-летию лотереи, где будут разыграны 25 квартир и состоится принудительный розыгрыш

Джекпота! Игра в этом тираже будет вестись до 88-го хода*, а значит, в мешке ведущего останется всего 2 бочонка и победителей будет больше.

Подарочные наборы из 10 билетов, содержащих все 90 чисел, не только увеличат ваши шансы на выигрыш, но и украсят любой интерьер.

Спрашивайте праздничные наборы «Русского лото» в лотерейных киосках и отделениях Почты России. Трансляция розыгрыша смотрите 16 октября в 8.15 на канале НТВ.

Кстати, вплоть до дня рождения лотереи у вас есть возможность стать мультимиллионером, выиграв Джекпот. Ведь до 1149-го тиража включительно его размер - 100 000 000 рублей!**

игрш. Там буквально рублей 300 было. Пока мне выдавали деньги, дочка увидела на витрине лотерею с изображением гимнастки, - вспоминает отец семейства. - Дочь занимается художественной гимнастикой,

и именно поэтому билет со знакомой картинкой и привлёк её внимание».

Такие яркие эмоции мо-

НАЙДИ СЕБЯ СРЕДИ ПОБЕДИТЕЛЕЙ!

Теперь и в магазинах Пятёрочка

Тираж № 200	Тираж № 1146
Дата тиража 24.09.16	Дата тиража 25.09.16
Участвовало билетов 420 510	Участвовало билетов 810 481
Выиграло билетов 78 887	Выиграло билетов 151 245
Призовой фонд 21 025 500	Призовой фонд 24 239 625
Джекпот 3 170 407	Джекпот 100 000 000

Тур	Порядок выпадения чисел	Количество билетов	Выигрыш билета (руб.)
1	68, 34, 60, 14, 22, 39, 59, 54	1	210 000
2	66, 19, 64, 33, 47, 29, 44, 61, 42, 85, 02, 49, 78, 62, 16, 57, 20, 52, 30, 12, 24, 43, 63, 17, 76, 84, 41, 26, 35, 88, 11	1	Загородный дом №52721270 www.stoloto.ru
3	65, 21, 23, 38, 50, 89, 28, 08, 03, 09, 74, 37, 77, 10, 86, 80, 36, 27, 06, 40, 01, 58, 53, 83	1	Загородный дом №00141899 Санкт-Петербург
4	72, 31	1	Загородный дом
5	15	2	Загородный дом
6	75	6	Загородный дом
7	51	7	Загородный дом
8	71	7	143 000
9	25	12	10 000
10	55	23	2 000
11	48	42	1 501
12	81	80	1 001
13	56	104	700
14	70	222	500
15	79	299	401
16	04	628	301
17	87	987	263
18	13	1 416	234
19	67	2 256	211
20	07	3 465	195
21	18	4 860	182
22	69	7 398	172
23	73	11 263	166
24	45	19 521	163
25	46	26 285	161

Невыпавшие числа: 05, 32, 82, 90.

Тур	Порядок выпадения чисел	Количество билетов	Выигрыш билета (руб.)
1	86, 42, 58, 80, 38, 51, 57, 17	1	420 000 №91866163 www.stoloto.ru
2	30, 89, 18, 79, 07, 73, 31, 08, 66, 85, 65, 10, 34, 67, 36, 83, 54, 49, 71, 59, 05, 48, 61, 76, 45, 23, 37, 64	1	1 000 000 №05083765 Ставропольский край
3	50, 03, 63, 16, 32, 81, 47, 11, 88, 29, 78, 21, 33, 12, 26, 14, 24, 87, 09, 44, 75, 04, 40, 74, 60, 27	1	5 000 000 №00212278 Тульская обл.
4	02	2	1 000 000 №00606327 Челябинская обл. №01240996 Башкортостан
5	35	5	400 000
6	82	5	15 000
7	06	5	10 000
8	25	8	5 001
9	53	11	2 001
10	41	19	1 501
11	46	35	1 001
12	70	54	701
13	39	76	301
14	15	169	267
15	77	209	239
16	84	372	217
17	69	645	198
18	55	1 179	182
19	13	1 692	169
20	72	2 321	158
21	90	3 482	149
22	52	5 966	142
23	68	9 732	136
24	56	13 188	132
25	19	20 302	128
26	62	30 591	127
27	20	61 174	126

Невыпавшие числа: 01, 22, 28, 43.

Если ни одного из невыпавших чисел на игровом поле Вашего билета нет, то Ваш билет выиграл в 3-м или одном из последующих туров! Для определения выигрыша Вашего билета посмотрите выпавшие в розыгрыше числа в обратном порядке. Как только Вы найдете число, присутствующее в Вашем билете, в строке таблицы с данным числом будет указан Ваш выигрыш. Выплата выигрыша производится в течение 6 месяцев с даты проведения тиража. Денежные эквиваленты призов: загородный дом - 500 000 рублей.

Стоимость билетов лотерей «Русское лото», «Жилищная лотерея», «Золотая подкова» и «6 из 36» - 100 рублей.

Тираж № 56	Суперприз 6 043 850
Дата тиража 24.09.16	Успейте выиграть!
Участвовало билетов 126 452	Тираж № 57 - распределительный!
Выиграло билетов 32 162	Выигрышная комбинация
	03 31 36 14 06 17



29 СЕНТЯБРЯ В 22.35 МСК
РАСПРЕДЕЛИТЕЛЬНЫЙ ТИРАЖ ***
В ЛОТЕРЕЕ «ГОСЛОТО «7 ИЗ 49»

СУПЕРПРИЗ
БОЛЕЕ 40 000 000 РУБЛЕЙ
ДЕЛИТСЯ НА ВСЕХ ПОБЕДИТЕЛЕЙ!

Материалы подготовила Алёна ЕЛАГИНА

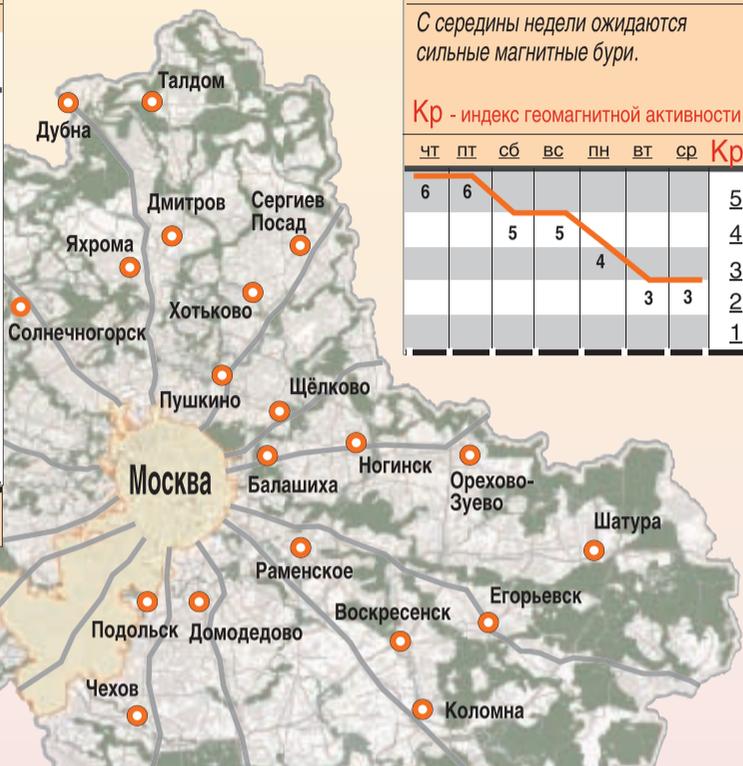
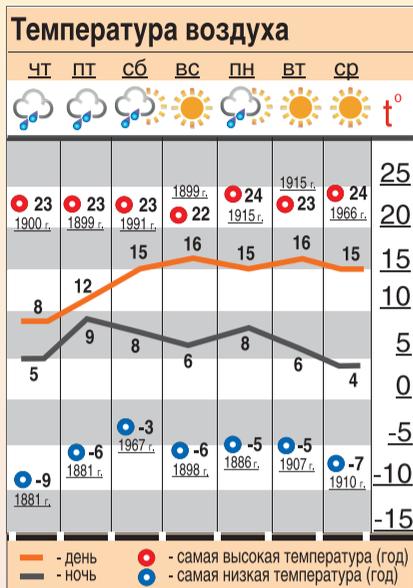
Лотереи «Гослото «6 из 45», «Гослото «5 из 36», «Гослото «7 из 49», «Русское лото», «Золотая подкова», «6 из 36», «Жилищная лотерея», «Рапидо», «Дуэль», «Прикуп», «12/24», «Топ-3» проводятся с 02.05.2012 по 31.12.2029. «Спортлото «6 из 49», «Кено-Спортлото» и моментальные лотереи «Спортлото» проводятся 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 телефону 8-499-270-27-27 и *777.

*88 ход состоится, если до 1149 тиража включительно Джекпот не будет разыгран. **Если до 1149 тиража включительно гарантированный Джекпот 100 000 000 рублей не будет разыгран, то 15 октября будет принудительно разыграно не менее 50% накопленного Джекпота.

*** Распределительный тираж «Гослото «7 из 49» состоится, если в тираже 3735 не будут угаданы все семь чисел выигрышной комбинации. **** Распределительный тираж «6 из 36» состоится, если до 57 тиража включительно Суперприз не будет разыгран.

На правах рекламы. 18+

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ В МОСКВЕ на 29 сентября - 5 октября



Прогноз погоды составлен на 18.00 26 сентября 2016 г. центром «Фобос»



Туристам

	t°возд.	t°воды
Анталья (Турция)	+28 +30	+24
Дубровник (Хорватия)	+22 +24	+20
Коста-Брава (Испания)	+22 +24	+20
Лимасол (Кипр)	+28 +30	+25
Монастир (Тунис)	+26 +28	+23
Париж (Франция)	+21 +23	
Рим (Италия)	+25 +27	
Сочи (Россия)	+20 +22	+18



КАЛЕНДАРЬ САДОВОДА

НА 29 СЕНТЯБРЯ - 5 ОКТЯБРЯ

«АИФ» ПРОДОЛЖАЕТ ПУБЛИКАЦИЮ АКТУАЛЬНЫХ СОВЕТОВ ДЛЯ ДАЧНИКОВ.

29 сентября - 2 октября
Дни новолуния (новолуние 1-го в 03.11)

Вот так всегда - собрались в выходные сажать новые плодовые деревья, а тут новолуние. Действительно, в дни новолуния - на этот раз они приходятся на 30-е, 1-е и 2-е числа - не стоит сажать и пересаживать какие-либо растения и даже нежелательно тревожить их уходом, особенно глубоким рыхлением почвы в приствольных кругах. Поэтому все посадки придётся завершить 29-го или перенести на более поздний срок - время пока терпит. Кстати, о сроках. Когда же лучше всего сажать плодовые деревья, осенью или весной? Общее правило гласит, что весенняя посадка предпочтительнее, так как осенью вновь посаженному растению может не хватить времени до наступления холодов, чтобы как следует укорениться. Но в средней полосе России большинство плодовых деревьев можно сажать как весной, так и осенью, исключая,

разумеется, аномальные погодные условия. Например, наилучшим сроком посадки для самой популярной у нас плодовой культуры - яблони - будет третья декада сентября - конец октября.

3-5 октября
Луна растущая

В эти дни Луна будет находиться под знаком Скорпиона (до 11 часов 26 минут 5-го октября), который «допускает» посадку многолетних растений, но только с сохранением кома земли на корнях, так как раны на них, неизбежные при посадке и пересадке, в такое время легко инфицируются. Однако это не грозит луковичным: тюльпанам, гиацинтам и озимому чесноку. Вот их и сажайте вплоть до половины двенадцатого среды, а потом, когда Луна перейдёт под знак Стрельца, рекомендуется лишь уход за растениями и почвой до уборки урожая.



Подробно о работах в саду читайте в газете «АиФ. На даче».

АНЕКДОТЫ

- Алло, это Гидрометцентр? Вы же на сегодня дождь не обещали, а он льёт.
- Стурпи-и-из!
* * *
Осень, дети пишут сочинение «Как я провёл лето». Маша тянет руку и спрашивает: - Марьяванна, а как пишется «забеременела»?
- Маша, не пиши про лето, пиши про Пушкина.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 38

КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Большого ума дама. 4. Что в хоккее пробивают? 9. Кто из голливудских звёзд отказался от зарплаты губернатора, заняв данную должность? 10. Город Всемирного времени. 12. Ангелов небесных стая. 13. Французская писательница, так и не заплатившая всех налогов до своей смерти, несмотря на огромные гонорары. 14. Какая река связывает Молдавию с Румынией, Венгрией, Хорватией, Сербией, Словакией, Австрией и Германией? 16. Профессия доктора

Ричарда Бёрка из ситкома «Друзья». 20. Кто «устроил переполох» в рассказе «Собачий нюх» Михаила Зощенко? 22. Хирургическая «накладка». 23. Военный соперник. 27. Собирая деньги на Крестовый поход, английский король Ричард Львиное Сердце частенько сажал в тюрьму и выпускал только за ... 28. Армейская номенклатура. 31. Свита привидения. 32. Приседание ради приветствия. 34. За какой жанр шоу-бизнес отвечает? 35. «Камень тайной власти над другими». 39. «... особенно чувствительны к недостатку любви». 40. «Костюм всадника» у мексиканцев. 41. Кто из мрамора фигуры высекает?

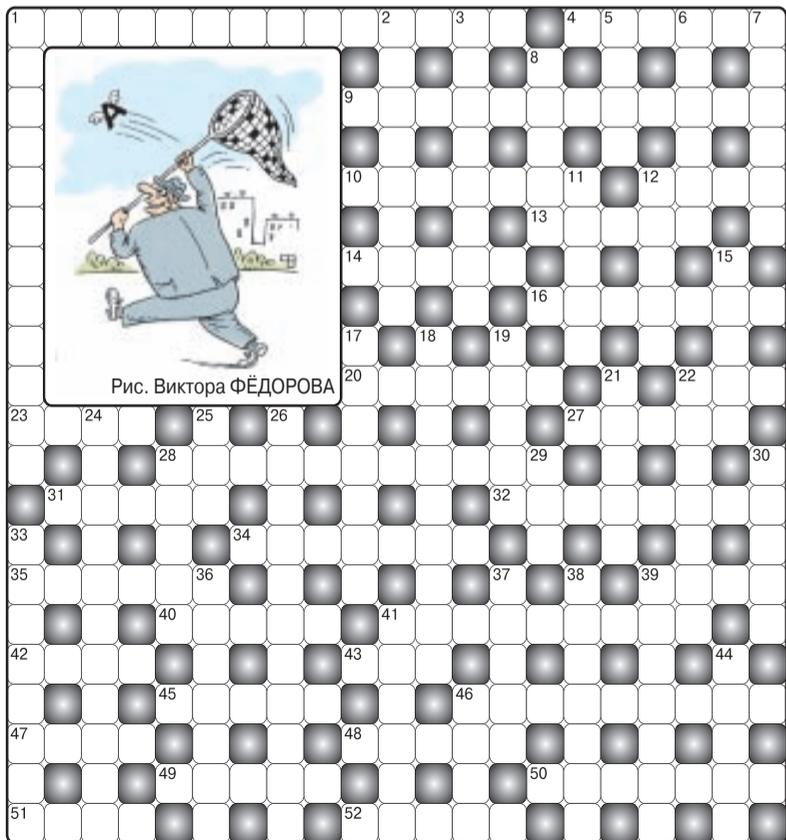
42. Поющий балкон. 43. Исполинский удав. 45. Корявые стишки. 46. Идиллический пейзаж. 47. Экранизированный роман «Маленький ... Фаунтлерой». 48. Кто «выгодно отличается от других в пользу имущества»? 49. «Потерял Мартын отцов ...» (русская пословица). 50. Самый самостоятельный ученик. 51. «Недостаточно хотеть, надо и делать» (мировой гений). 52. Сочинение Константина Треплёва из чеховской «Чайки».

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Где работает героиня Мерил Стрип из драмы «Часы»? 2. Ванна для домашних рыбок. 3. Чем обычно писал Эрнест Хемингуэй? 5. «И готов покинуть ... молодой пчелиный рой». 6. Иностранец ... французской армии. 7. Куда прописывают по приговору? 8. Черта из текста. 11. Какую птаху обычно кормят, романтически стоя на набережной? 12. Чем маленький Комарик прикончил Паука из сказки про Муху-цокотуху? 15. Лекарственное растение, чей свежий сок может заменить дезодо-

рант. 17. Первый, кто пришёл навесить новорождённую Лайзу Миннелли. 18. Регулярная пресса. 19. Что первым испёк Мари-Антуан Карем? 21. Какой травой кошек и собак от авитаминоза спасают? 22. Какой гонщик стал прозвищем для всякого лихача? 24. Какой жанр прославил мексиканскую художницу Фриду Кало? 25. Что прежде на Руси называли «мягкой рухлядь»? 26. Какой клан выбрала героиня фантастической драмы «Дивергент»? 28. Лицейский профессор Александра Пушкина. 29. Брат великого Винсента ван Гога. 30. Змей крылатый из Азбуковника. 33. Кто «даёт уроки жизни»? 36. Какое кушанье готовят фанаты итальянской кухни, соскучившись по сибирским пельменям? 37. Пьяница из «Осеннего марафона». 38. Какая ссуда помогает решить квартирный вопрос? 39. «... должна быть правилом, а не исключением». 41. Зверёк с именной «газелью». 44. «Ботанический сад» в мировом масштабе. 46. Движение руки гипнотизёра.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Боттичелли. 5. Багдад. 9. Джордж. 10. Болтун. 11. Октант. 12. Бабник. 13. Опричник. 16. Девственник. 18. Москва. 19. Зелье. 20. Мзда. 26. Рыночник. 29. Кислота. 30. Пари. 31. Клака. 32. Язычок. 36. Бабкина. 39. Ватерпас. 40. Авиакасса. 44. Спад. 47. Водосток. 48. Рапс. 51. Ужин. 52. Вахтёрша. 53. Моссад. 54. Волк. 55. Ландыш. 56. Алчность. 57. Овца.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Бюрократизм. 2. Идеолог. 3. Полтергейст. 4. Одиночество. 6. Анорак. 7. Детант. 8. Данька. 12. Битва. 14. Интеллект. 15. Гильотина. 17. Умник. 21. Знак. 22. Ария. 23. Унты. 24. Очко. 25. Мидас. 27. Клетка. 28. Якорь. 33. Зикр. 34. Часы. 35. Квас. 36. Барон. 37. Габрово. 38. Биополе. 41. «Добш». 42. Угёсов. 43. Якудза. 45. Парус. 46. Дуаль. 47. Вишня. 49. Баюл. 50. Стон. 53. Мыс.



ХИТ-ПАРАД «ШАНСОН ГОДА»

Позиция недели	19.09.2016 – 25.09.2016
1	Стас Михайлов «Девочка-лето»
2	Группа «Ленинград» «Отпускная»
3	Алексей Брянцев и Елена Касьянова «Я всё ещё тебя люблю»
4	Группа «Любэ» «Якоря»
5	Елена Ваенга и Михаил Никитин «На кухне играет радио»
6	Александр Новиков «Девушка с плаката»
7	Алексей Глызин и Валерия «Он и Она»
8	Денис Харламов «Небо»
9	Любовь Успенская и Владислав Медяник «Бродяга»
10	Михаил Шуфутинский «Шансон»
11	Виктор Рыбин и Наталья Сенчукова «Кусочек сладкого пломбира»
12	Виктор Королёв «Дай мне слово»

Удивительное рядом. Группа «Ленинград» соперничает со Стасом Михайловым и вот-вот выдавит его с первого места. О

подобном соседстве в хит-параде лет 10 назад было даже и помыслить. А меж тем внизу «турнирной таблицы»

обосновалась песня «Дай мне слово» автора и исполнителя Виктора Королёва, который в июле этого года отпраздновал своё 55-летие. О чём, собственно, он и поведал в своём новом альбоме, бесхитростно назвав его «55!». Восклицательный знак после цифр, видимо, должен сообщить поклонникам Виктора, что он очень рад тому, что ему всего лишь 55, а не 80.

Владимир ПОЛУПАНОВ



На радио «Шансон» каждую пятницу в 18.00 и субботу в 10.00 - «Хит-парад недели».

СУДЬБЫ

Всю жизнь она доказывает себе - она не подкидыш.

ПОСЛЕ ТОГО КАК МАТЬ ОТРЕКАЛАСЬ ОТ РОЗЫ ВО ВТОРОЙ РАЗ, ОНА ЕЁ НЕ ПРОСТИЛА. А С ПАПЕЙ «ВСТРЕТИЛАСЬ», КОГДА ЕЙ БЫЛО ЗА 50.

Увидев в моих руках «Детскую книгу войны», которую я привезла ей в подарок, Роза Хамзаевна Киямова разрыдалась. Маленькая гимнастка, которая сидела с градусником под мышкой в медкабинете детской гимнастической школы олимпийского резерва г. Владимира, смотрела на неё огромными удивлёнными глазами.

«ТЫ НЕ МОЙ ПАПА?»

- Вы уж меня извините за такую реакцию, - еле успокоившись, сказала нам Роза Киямова. - Я очень ярко вспомнила сейчас себя 6-летнюю. Я стояла около детдома, а туда толпой шли мужчины: тогда многие, вернувшись с войны, разыскивали свои семьи, своих детей, которых разметало кого куда. Я каждого хватала за руку и спрашивала: «Ты не мой папа? Ты не меня ищешь?» - «А тебя как зовут?» - «Роза». - «Нет, я ищу Машу, Лену, Свету...» А потом меня за шкуру тащил в ворота директор детдома и говорил: «Не ищи родителей, ты - подкидыш».

Тот директор прекрасно знал, что это неправда. И даже знал, где живёт мать Розы и её брата-близнеца. Детям дали фамилию Безымянные и отчество по Николаю - чтобы не вздумали искать родителей. Но в 14 лет всех воспитанников детдома из села Байтеряково, что в 100 км от Казани, отправили в большой город в ремесленное училище. И выдали документы, из которых Роза узнала и свою настоящую фамилию, и имя отца. А также увидела в личном деле отказную на неё и брата с припиской рукой матери: «Если кто-то захочет забрать в семью, не возражаю».

В общепитии ремесленного училища работала женщина, которая хорошо знала мать Розы. Оказалось, та живёт через две улицы от дочери. Через какое-то время, собравшись с духом, девушка в сопровождении воспитательницы отправилась к маме. - Её звали Бабинур Бадыева, - вспоминает Роза Хамзаевна. - Когда мы пришли к ней в дом, там были пятеро детей: мои родные старшие брат с сестрой и ещё трое детей от нового брака матери. Она так равнодушно меня приняла! Заявила: «Скажите спасибо, что выжили, потому что я вас вот этой грудью кормила». А воспитательнице сказала: «Мне она не нужна». Вот после этого я её уже никогда не простила.

«ЭТО РОЗОЧКА»



Это одна из немногих фотографий, сохранившихся со времён детдома: Роза на уроке физкультуры. Фото из личного архива Р. Киямовой

Роза с братом родились в мае 1943 г. А вскоре их мать получила похоронку на мужа. И решила сдать младенцев на попечение государства. «Мне как-то Флюрка (старшая сестра. - Ред.) показала последнее письмо отца с фронта. Он писал, чтобы мать берегла детей, что все деньги он посылает ей, чтобы она могла нас накормить. И что если он вернётся с фронта, то вернётся только героем», - рассказывает Роза Киямова.

Осознав окончательно, что она не «подкидыш» (это слово и в её 73 года вызывает у неё жгучую обиду), и раз и навсегда потеряв родную мать, Роза решила, что единственным, кто её любил, был отец. И поклялась найти его во что бы то ни стало. К тому времени она осталась одна: в 10 лет брат умер в детдоме. «Нас жестоко били за малейшую провинность и не кормили, - вспоминает она. - Одна нянечка посоветовала нам после бани пройти метров 100 без валенок, босиком, чтобы заболеть: в лазарете кормили. Мы так и сделали. Схватили воспаление лёгких. Я долго болела, но выкарабкалась, а брат умер».

На самом деле она была не совсем одна: «В детдоме, чтобы не околеет от голода, мы воровали в столовой хлеб. Часто с Юркой Ивановым засовывали нарезанные буханки в трусы и несли в комнаты, чтобы всех накормить». Юрка Иванов, друг и соратник, был рядом с Розой и в ремесленном училище. Они дружили-дружили, а потом... В 18 лет у них родилась дочь. Расписаться им не разрешили, поэтому жили в общаге гражданским браком. Но судьба словно с самого начала решила: семьи у Розы не будет. Получив на тренировке травму, Юра умер в больнице от внутреннего кровотечения. А позже, когда

шаповича Киямова. Он остался там вместе со своей ротой, не сдавшись в плен. На братскую могилу Роза ездит каждый год - к папе, единственному человеку, который её очень любил. Она до сих пор в этом уверена.

А ещё она уверена, что ни за что бы не нашла отца, если бы не помогала другим. В октябре этого года её благотворительный фонд «Сотвори добро» отметит 25 лет. 25 лет Роза Киямова самозабвенно приходит на помощь всем, кто попадает в её поле зрения. Патриарх Алексей II в своё время назвал её «владимирской матерью Терезой»: тогда она вместе с поисковиками нашла останки 30 московских танкистов и активно разыскивала их семьи.

Роза ездила в детские дома, устраивала турниры и балы для их воспитанников. Возила гуманитарную помощь в Москву и Вологодск оставшимся в живых жителям взорванных террористами домов. Помогала

ла раненым в обеих чеченских кампаниях, моталась по военным госпиталям. Сейчас покупает телевизоры и холодильники в больницы, даёт лекарства и еду сырым и убогим, выбивает проездные для многодетных семей. И все эти годы, уже почти полвека, работает во владимирской гимнастической школе олимпийского резерва. В своё время Роза закончила курсы медпомощи, затем был Казанский институт травматологии и ортопедии. Всемирно известный травматолог, директор института Лазарь Шулуток отправил талантливую девушку в Москву. Отучившись в столице, она попала в сборную СССР по спортивной гимнастике - 20 лет массировала чемпионов Ольгу Корбут, Людмилу Туришеву, Елену Мухину, Юрия Королёва, Николая Андрианова и др. Легендарный тренер Николай Толкачёв позвал её во Владимир, выбил для неё квартиру. Роза живёт в ней до сих пор. И не чувствует себя одинокой. Её телефон всё время звонит. «Это Розочка», - отвечает она.

«Все эти люди - как мои дети, - говорит Роза. - Всё, что я недополучила в детстве - любовь, заботу, тепло, внимание, - я сейчас отдаю другим. И этим счастлива».



Татьяна КУЗНЕЦОВА, Владимир



Массажист сборной СССР Роза Киямова и юные чемпионы.

Роза отвела 5-летнюю дочку на каток, девочка упала, ударилась головой и тоже умерла. С тех пор Роза одна.

ВЛАДИМИРСКАЯ МАТЬ ТЕРЕЗА

Сегодня она рассказывает про это спокойно. Кажется, что до сих пор её гнетёт только одна мысль: «У всех есть мама и папа, а у меня нет».

Отец она всё-таки нашла. Ещё девчонкой ездила на его родину - оказалось, он тоже был сиротой и воспитывался в приёмной семье. Так что родных по линии папы у Розы Киямовой нет. Она писала в архивы, рассылала запросы во все поисковые отряды. Однажды ей позвонили: под деревней Росстани Орловской обл. тракторист нашёл гильзу, а в ней личные данные политука Хамзы Ка-



В её рабочем кабинете все стены украшены плакатами и фотографиями именитых гимнастов - её бывших подопечных. Фото автора



АИФ - АНОНС

■ **Нездоровые миллиарды.** В здравоохранение вложены огромные деньги. Где они работают на здоровье россиян, а где потрачены впустую? В каких регионах можно вылечить всё, а где даже роддома нет?

■ **На билет денег нет?** За последние годы расходы россиян на услуги выросли больше чем в 3 раза. Что и почему подорожало, считает «Народная корзина».

■ **ЕвстиГений.** К 90-летию Евгения Евстигнеева: что за рок преследовал мужчин в роду артиста и за что он заплатил пятью рубцами на сердце.

■ **Ударим юмором по санкциям.** Телеведущий Иван Ургант - о юморе на ТВ и о том, как нам бороться с санкциями Запада.

Читайте в следующем номере и на сайте WWW.AIF.RU

ПОМОГАЕТ ЛИ КТО-ТО НАМ?

ДРУЖБА

Несколько раз уже слышала: то в одну страну МЧС отправило помощь и специалистов, то в другую. А нам самим кто-нибудь помогает?

С. Широкова, Рязань

- Нам тоже регулярно предлагают помощь и содействие, - рассказал «АиФ» Максим ЗАЙКО, замдиректора департамента международной деятельности МЧС России. - Во время недавнего наводнения в Приморье Министерство водного хозяй-

ства Китая сразу откликнулось на просьбу сократить сброс воды из двух водохранилищ. В свою очередь, соседи предложили нам специальные мешки для возведения дамб и т. д. Помощь оказывается по запросу или с согласия правительства той страны, в которой происходит чрезвычайная ситуация. У российского МЧС достаточно ресурсов, чтобы ликвидировать последствия бедствий. Но я уверен: если действительно возникнет необходимость и Правительство России обратится за какой-то помощью к мировому сообществу, нам не откажут. Наши коллеги из других стран придут к нам на помощь, как мы приходим на помощь к ним.

ОТКЛЮЧИМ ВСЁ!

ПОЧТИ

ЖКХ

Я задолжала за коммунальные услуги. Что по закону могут отключить в моей квартире?

М. Кислова, Орск

Отвечает Денис ЗВЯГИНЦЕВ, завкафедрой уголовного права и процесса РГАИС:



- Согласно постановлению правительства № 354 (от 6 мая 2011 г.), утвердившему правила предоставления коммунальных услуг, за неуплату могут отключить практически все коммунальные ресурсы за исключением холодного водоснабжения и отопления. Иными словами, за долги, которые превышают начисления за два месяца, вы можете лишиться газа, света, горячей воды и даже канализации - на туалет могут поставить заглушку. Последнее стало возможным с сентября 2012 г. Должника об отключении извещают письменно - присылают заказное письмо или лично вручают предупреждение под расписку. После этого у него есть 20 дней, чтобы погасить долг или договориться с коммунальщиками о выплатах частями. Когда формальности утрясены или всё оплачено, услуги подключают вновь в течение двух календарных дней.

АНЕКДОТЫ

- Мне, пожалуйста, бургер и колу.

- Молодой человек, вы в библиотеке.

- Тогда собачье сердце и вино из одуванчиков.

* * *

После прочтения надписи «Со своим нельзя» у входа в бар пришлось отправить мужа домой.

Ведущий полосы

Екатерина БАРОВА

Материалы полосы подготовили: Наталья БОЯРКИНА, Иван ГРАНЦЕВ, Александр КОЛЕСНИЧЕНКО, Сергей ПЕТУХОВ, Алексей ЧЕБОТАРЕВ. Фото www.kinopoisk.ru

«РАЙСКИЙ» «ОСКАР»

КИНО

Фильм «Рай» Андрея Кончаловского выдвинули от России на премию «Оскар». А шансы победить у него есть?

И. Искадарова, Московская обл.



Ю. Высоцкая в фильме «Рай».

Отвечает кинокритик Антон ДОЛИН:

- К сожалению, фильмы уровня, который позволил бы получить «Оскара», у нас снимают очень редко. Из тех лент, что номинировались за последние несколько лет («Сталинград» Ф. Бондарчука, «Солнечный удар» Н. Михалкова, «Белый тигр» К. Шахназарова и др. - ред.), лишь «Левиафан» Звягинцева попал в шорт-лист «Оскара», получил «Золотой глобус» и был буквально в трёх шагах от победы. Шансы «Рая»

сейчас оценить очень трудно, поскольку многие страны ещё не объявили, кого номинируют. Но вспомните «Иду», картину, которой проиграл «Левиафан»: чёрно-белый восточноевропейский фильм о холокосте. Фильм «Рай» - тоже чёрно-белый восточноевропейский фильм о холокосте. Этот фактор может помочь картине, а может и нет: киноакадемики не любят награждать одно и то же дважды.

КТО САМ СЕБЯ ЗАНИМАЕТ?

НАЛОГИ

Говорят, что предлагается на 2-3 года освободить от уплаты налогов «самозанятых». Кто это такие?

Е. Карпова, Астрахань

Самозанятыми считаются люди, не работающие по найму, не зарегистрированные в качестве предпринимателей и не являющиеся безработными. Они ведут свой бизнес, не привлекая наёмный труд. Чаще всего это услуги: ремонт, пошив одежды, частные уроки, такси и т. п. «Налоги они, как правило, не платят, - объясняет Александр САФОНОВ, проректор Академии труда и социальных отношений. - Только Пен-



сионный фонд недополучает с этой категории граждан порядка 1,5 трлн руб. Предлагается на 2-3 года освободить «самозанятых» от налогов, а потом предложить им приобретать патенты. Доказать незаконное предпринимательство здесь трудно - нет наёмных работников, иногда нет и средств производства. Так во всём мире - от законопослушной Германии, где таких работников 6%, до Греции и Италии, где их 40%. Но, например, в Польше уже разработаны механизмы лишения таких граждан пенсий и бесплатной медицинской помощи».

ЗА ЧТО ПЛАТИТ НАША СБОРНАЯ?

СПОРТ

Сборная России по футболу платит немалые деньги за товарищеские матчи. Слышала, Коста-Рике за игру в Краснодаре в октябре мы отвалим 12 млн руб., а Румынии - 9 млн руб.! Разве нельзя найти более достойных соперников и подешевле?

К. Коновалова, Пенза

Отвечает футболист Игорь СЕМШОВ, член сборной команды России 1998-1999 и 2002-2012 гг.:

- Чтобы привезти сильную сборную, скажем, из первой пятёрки рейтинга, принима-



ющая сторона, как правило, платит приличные деньги. Сейчас выбрать кого-нибудь из верхушки списка крайне сложно - все заняты отбором на чемпионат мира 2018 г. Поэтому выбирают свободные сборные, подходящие для подготовки. Не думаю, что сборная Ганы, с которой недавно играли, обошлась очень дорого. Бывают и двусторонние договорённости: матч дома и в гостях с одним соперником. Тогда каждая команда платит сама за себя.

КАКОЙ ПУСТЫРНИК УСПОКАИВАЕТ?

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ

Сегодня в аптеках большое разнообразие пустырников. Как сделать правильный выбор?

Т. Осипова, Киров

Пустырник ценится своим седативным (успокаивающим) действием. Одним из самых высоких показателей седативности отмечен «Пустырник Форте» Эвалар¹. Он содержит именно тот сорт пустырника сердечного, выращенного на Алтае, который обладает превосходным

успокаивающим действием. «Пустырник Форте» Эвалар - пожалуй, лучшая формула спокойствия² с высоким содержанием экстракта пустырника - 100 мг в день, усиленная «элементами спокойствия» магнием и витамином В₆ (патент РФ 2361599).

Произведено Эвалар. Выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP.

Спрашивайте в аптеках!

¹ Отчет о сравнительном тестировании, Сибирское отделение РАН, Новосибирск, 2013 г.

² В ассортименте Эвалар.

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

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ
На правах рекламы

ISSN 0204-0476

Аргументы
И Факты № 39 (1872)

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

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

Р. Ю. НОВИКОВ - генеральный директор

М. МИШУНКИНА - 1-й заместитель генерального директора
О. ГАЙДУК - директор по рекламе
В. НЕПОМНЮЩИЙ - директор по работе с регионами
О. КОРОБКО - директор по производству, распространению и подписке
Я. ЯМОЛЬДИНОВА - директор по связям с общественностью

Ведущий редактор номера П. МОЛОТКОВА

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),

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	Воронеж (4732) 60-65-57	Иркутск (3952) 50-05-26	Красноярск (391) 291-89-18	Ниж. Новгород (831) 233-05-41	Петрозаводск (8142) 59-55-19	Саратов (8452) 53-37-25	Томск (3822) 25-74-62	Ханты-Мансийск (3467) 33-81-56	Алматы (+7727) 273-72-83
Астрахань (8512) 46-16-13	Владивосток (4232) 20-06-51	Казань (843) 526-94-20	Курган (351) 239-90-00	Новосибирск (383) 314-35-37	Т.-Камчатский (4152) 22-05-32	Симферополь (3652) 70-90-71	Тумень (3452) 75-20-62	Чебоксары (8352) 57-11-17	Киев (+38044) 20-54-304
Барнаул (3852) 271-371	Владимир (4922) 32-64-96	Калининград (4012) 66-80-90	Курск (4712) 50-04-56	Омск (3812) 24-05-80	Псков (8112) 56-80-06	Ставрополь (8652) 35-76-64	Тула (4872) 70-44-18	Кишинёв (+37322) 27-26-62	Кишинёв (+37322) 27-26-62
Белгород (4722) 20-18-48	Екатеринбург (343) 372-15-07	Калуга (4842) 79-04-54	Липецк (4742) 22-78-13	Оренбург (3532) 37-51-61	Ростов-на-Дону (8632) 40-94-18	Улан-Удэ (3012) 21-34-93	Ульяновск (8422) 42-25-65	Чита (3022) 71-03-71	Минск (+37517) 292-21-32
Благовещенск (4162) 20-19-72	Иваново (4932) 37-41-87	Кемерово (3842) 72-18-83	Магадан (4132) 62-59-04	Орел (4862) 54-08-73	Санкт-Петербург (812) 327-33-51	Уфа (347) 272-40-98	Хабаровск (4212) 79-44-16	Южно-Сахалинск (4242) 42-54-23	Якутск (4112) 21-95-67
Брянск (4832) 62-18-38	Ижевск (3412) 51-13-50	Кострома (4942) 51-59-69	Майкоп (8772) 55-59-69	Пенза (8412) 56-27-61	Самара (846) 373-33-51	Хабаровск (4212) 79-44-16	Ярославль (4852) 58-31-87	Якутск (4112) 21-95-67	Ташкент (99871) 129-20-18
Волгоград (8442) 78-16-67	Иошкар-Ола (8362) 38-06-00	Краснодар (861) 211-50-89	Мурманск (8152) 45-66-01	Пермь (3422) 200-100	Саранск (8342) 24-28-14			Ярославль (4852) 58-31-87	Франкфурт/Майн (+49611) 15 75 350
Волгда (8172) 54-92-93									



Тираж сертифицирован
Бюро тиражного аудита

Подписные индексы
50187, 32123,
40860, 42674.

Тираж 1 800 053 экз.

За последние 30 дней сайт WWW.AIF.RU посетили 15 137 867 человек

Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-27097. Номер подписан 26. 09. 2016 г. Время подписания в печать: по графику - 24.00, фактическое - 24.00. Дата выхода в свет - 28. 09. 2016 г. Отпечатано в ЗАО «Прайм Принт Москва»: 141707, Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачёвский проезд, 5Б. Заказ № 2938

Подлежит распространению только в РФ
Not for sale outside Russia