

Аня Филипчук: Мама, я хочу в телевизор!

На конкурсе «Детское Евровидение – 2018», финал которого пройдет в Минске в воскресенье, 25 ноября, Россию представит 13-летняя Анна Филипчук. Юная певица выносит на суд публики и жюри песню Тараса Демчука «Непобедимы». «Детское Евровидение», которое еще лет десять назад мало кто замечал, теперь обретает все большую популярность. Так же как и артисты совсем юного возраста. Но надо ли в современной поп-музыке так рано начинать, чтобы чего-то добиться? Как себя чувствуют в шоу-бизнесе дети-артисты и что думают их близкие? Попробуем понять это, поговорив с Аней и ее мамой Алиной.

АЛЕКСАНДР БЕЛЯЕВ

Пока нельзя с уверенностью сказать, чтобы «Детское Евровидение» выращивало больших звезд. Как, впрочем, и взрослое. Но у того в принципе другие проблемы и задачи. Если же говорить о наших детях, то несколько лет назад прогремела уроженка Подмосковья Катя Рябова, занявшая в двух конкурсах, 2009 и 2011 годов соответственно, 2-е и 4-е места. Вскоре после таких успехов Катя вышла замуж за юного коллегу-певца по имени Саша Лавер, год назад у пары родился сын Алекс. С точки зрения сказки, в которой девочки находят принца, все чудесно, но вестей о новых музыкальных победах от Екатерины давно не поступало.

Наметились, правда, некоторые «смычки» между взрослым «Евровидением» и детским. В 2006-м детский конкурс выиграли сестры Толмачевы, их же Россия отправила на взрослое «Евровидение» в 2014 году, где они заняли 7-е место. В настоящее время сестринский дуэт выпускает новые песни, но не сказать, чтобы они становились хитами.

Почему вообще одни дети-артисты, подрастая, выходят на профессиональную сцену и даже становятся звездами, другие же в лучшем случае как можно дольше пытаются продлить детство, эксплуатируя остатки былого обаяния, а третьи вообще сразу же после взлета пропадают в пучину безвестности? Факторов тут

масса. Конечно, есть очевидные проблемы: у вчерашней звездочки в подростковом возрасте ломается голос, и новый, может быть, хорош, но не настолько (классический пример – итальянский мальчишка Робертино Лоретти, чей голос разливался в 60-х по всему миру). Для кого-то взрослая жизнь начинается слишком рано, из-за чего чуть ли не в детском возрасте возникают проблемы с наркотиками, алкоголем и психикой (Элизабет Тейлор, Линдси Лохан, Маклей Калкин и многие другие). С другой стороны, существует



А ПОКА –
поддержим Аню в ее
нынешнем испытании.
И пожелаем удачи в том,
что будет после него.
Как бы все ни сложилось,
там, впереди, у Анны целая
жизнь!

постоянный запрос публики на этих милых маленьких артистов – они же такие искренние и непосредственные! А запросы публики шоу-бизнес должен выполнять...

Некоторым действительно удаётся очарование детства развить в искусство и из вундеркиндов вырасти в больших – во всех смыслах – артистов. Из близких нам примеров – Пелагея. Но случаи такие, увы, редки...

Что же будет в дальнейшем с Аней Филипчук, которая сейчас, перед конкурсом в Минске, чувствует себя, по ее словам, «как спортсмен перед ответственным стартом»? Предсказать невозможно! Голос, характер, внешность, умение держаться на сцене – все у девочки есть, все в достатке. И пока что ее путь наверх довольно типичен и показателен.

Аня родилась 13 лет назад в Барнауле. Уже в младенчестве, как не без юмора признается, «пела басом», а с четырех лет родители отдали ее заниматься и музыкой, и художественной гимнастикой. Зачем? Ну, так – для творчества, здоровья и общего развития. На вопрос, как она столько успевала, Аня отвечает бесхитростно: «Сама не поняла. Во вкус вошла, наверное. До школы я не очень напрягалась: три раза в неделю тренировки по полтора часа, два раза в неделю – групповой вокал, один раз – индивидуальный». С первого класса стало сложнее: добавились уроки, музыкальная школа, а тренировки по художественной гимнастике стали по три часа ежедневно. «День был расписан поминутно», – вспоминает Аня, – но, даже несмотря на строгий режим, времени не хватало. Уроки по ночам, слезы над учебниками, еда в машине – обычное дело. Лет с десяти пришлось на каникулы наверстывать то, что было упущено в учебном году.

ФОТО ПРЕДОСТАВИЛ АНДРЕЙ ИГОРЬЧУК

ОЩУЩЕНИЕ

Михаил
МОРОЗОВ

обозреватель
«Труда»



Враг у ворот

На наших глазах вполне благополучный Западный административный округ Москвы превратился в зону боевых действий. Ситуация грозит вылиться в кровопролитные стычки и массовые акции протеста. Собственно, они уже происходят. На этой неделе полиция заламывала руки и задерживала людей, которые пытались не допустить установки строительного забора в паре метров от их окон. А чуть раньше в районе Кунцево прошел бурный митинг, на котором около 400 местных жителей в очередной раз протестовали против строительства 26-этажной башни в сквере, окружающем их дома.

Жители требуют прекратить «реновацию» и снос их домов. Росчерком пера власти решили переселить москвичей из почти четырех десятков домов, которые никогда не признавались аварийными. Населяющие их жители выкладывают в соцсети фотографии места своего обитания: уютно, зелено, тихо, привычно. Но мнение граждан на сей счет никого в больших кабинетах не интересует.

Почему? Разве нет предмета для обстоятельного разговора, для выслушивания противоположной стороны, для поиска компромисса? Ведь эти москвичи не без оснований считают, что их незаконно пытаются лишить собственности. Однако на протесты власть не реагирует.

Накануне здесь дошло до драки со строителями компании «ПИК», которые попытались огородить сквер и превратить его в стройплощадку. Стычки и митинги в этом микрорайоне проходят не впервые. Жители уверены: строительная компания грубо нарушает их права, а местные депутаты утверждают, что возведение башни незаконно. Противостояние со строительной мафией (так считают протестующие) и с чиновниками, покровительствующими ей, длится уже давно.

Жители Кунцево прошли со своими исками несколько судебных инстанций. На днях ситуация будет рассматриваться в Верховном суде. Налицо конфликт, и власти, в первую очередь префектура, обязаны по закону создать согласительную комиссию. Но предпочитают этого не делать. Граждане бунтуют, а стройка идет. Вот построят, можно будет и поговорить...

О противостоянии сообщили уже десятки СМИ, но их не читают и не слушают на Тверской, 13. А, собственно, зачем? Там есть другие источники информации и пропаганды, они все расставят по полочкам. 20 ноября в сюжетах на федеральных телеканалах, как водится в таких случаях, сообщили, что протестная активность в Кунцево – дело рук зловерной оппозиции и иностранных наймитов. Враг у ворот! А граждане спят и видят, как их дома сломают и их переселят наконец-то в высотки.

Возможно, кое-кто из горожан так и думает. Ведь реновация – вещь неплохая. Если делать ее так, как,

«Можно ожидать, что очень скоро мы услышим и увидим в телевизоре, что протесты по поводу экологической угрозы в районе реки Сетунь – всего лишь происки оппозиции и Запада. Враг у ворот, а остальное – малозначимые детали»

например, в Берлине, где жителей временно переселили, а их пятиэтажки не уничтожили, а «реновировали» до уровня фешенебельных апартаментов со всеми современными удобствами. Но что немцу хорошо, то русскому чиновнику смерть?

По сути, аналогичная конфликтная ситуация в соседнем районе – в Раменках, где граждане выступают против строительства огромного жилого дома вместо школы и детского сада. Опять нарушение закона, опять точечная застройка, игнорирование чиновниками мнения населения. Жители на многотрудных митингах так и не смогли достучаться до префекта и тем более до мэра. Соответственно, граждане, которые ранее собрали свыше 2 тысяч подписей против точечной застройки на Минчуринском проспекте, так и не удостоились внимания исполнительной власти.

Люди путаются под ногами деятельной власти, мешая ей их же, глупых, ослепить. Примерно так выглядит эта демонстративная глухота. Раньше в Москве существовали жилищные комиссии, которые занимались переселением. Кроме того, главы управ и префектур избирались, а департамент жилищной политики был отделен от департамента имущества. Вопросы застройки решались коллегиально, а люди, которые принимали решения, избирались.

ОПЫТЫ НА ЖИВЫХ

Цвет детской неожиданности

Ну что вам заявить о шуме, поднятом британскими друзьями и партнерами по поводу российского мультсериала «Маша и Медведь», широко шагающего по планете? Сам я его смотрел и скажу: правильно бояться! Если уж нам выбирать оружие в этой идеологической дуэли, то более разящего, чем Маша с Мишкой, не найти.

МАНСИМ БАШНЕЕВ

На англоязычный канал «Маши» в YouTube уже подписаны более 4 млн человек, и аудитория продолжает расти. Несмотря на публикацию в газете The Times про то, что Кремль с помощью мультфильмов пытается улучшить образ России в глазах европейцев и что Маша с Медведем используются для промывания мозгов, пользователи в интернете хохочут над такими опасениями и называют русский фильм «добрым, веселым, качественно сделанным и дающим детям правильные жизненные установки».

Но злопыхатели не сдаются. Вслед за преподавателем таллинского университета Приитом Хыбемяги, заявившим, что «сериал демонстрирует использование российскими войсками мягкой силы», на защиту британцев от Маши встал профессор Букингемского университета Энтони Глис, который специализируется на изучении работы спецслужб. Эксперт выдал поистине блестящую рецензию! «Стоит сказать, что у Маши напористый и неприятный характер, но при этом она решительная и откусывает гораздо больше, чем может проглотить. Не будет большим преувеличением назвать ее маленьким путинцем», – заявил профессор.



ИЛЛЮСТРАЦИЯ АЛЕКСАНДРА ПОПОВА, CARTOONMAN.RU

Больше всего его впечатлила серия, в которой Маша в фуражке со звездой охраняет грядку моркови. Эксперт увидел в этом ни много ни мало аллюзию на то, как Россия охраняет свою госграницу.

В таких случаях, характеризуя внезапно испуганных людей, употребляют выражение «цвета детской неожиданности». Здесь оно действительно уместно: и дети в сюжете присутствуют, и испуг, и неожиданность в реакции по, в общем-то, несерьезному поводу.

Впрочем, прислушаются ли англичане к столь авторитетному мнению – еще вопрос, а вот «Маша и Медведь» действительно давно стали важной частью жизни английских детей и их родителей. И не только английских. Все серии мультфильма набрали уже более 40 млрд просмотров, а недавно сериал был переведен на испанский язык, значит, его аудитория увеличится еще больше – за счет населения как самой Испании, так и большинства стран Центральной и Латинской Америки.

Нападки на популярнейший мультфильм во многих странах объясняют проявлением зависти к хорошо сделанному и коммерчески успешному проекту, к созданию которого не приложил руку ни один выходец с Туманного Альбиона. В компании «Анимакорд» такой рекламе своему детищу только рады, однако директор студии Дмитрий Ловейко (не иначе как на всякий случай) опубликовал официальное заявление, что «Маша и Медведь» – стопроцентно независимый проект, на создание которого за без малого 10 лет его существования не было потрачено ни копейки государственных денег.

А фуражка со звездой – это, видимо, просто совпадение. А вы что подумали?

Кроссворд, сканворд, загадки, конкурсы

игры: 8

ISSN 1025 – 1189



9 771023 118926

18085

Аня Филипчук: Мама, я хочу в телевизор!

Занятия английским, вокалом и тренировки по художественной гимнастике в летний период приносили свои плоды. К учебному году у меня был подтянут английский, отработана программа по художественной гимнастике и подготовлен репертуар для вокальных конкурсов. Результат: победы на конкурсах и соревнованиях. Я уже не могла остановиться. Азарт!

Мама Ани Алина уточняет, каким именно путем ее дочь попала в мир профессиональной музыки: «Лет с десяти Аня стала стабильно занимать первые места на различных вокальных конкурсах. На одном из них члены жюри порекомендовали мне подать заявку в серьезные телепроекты – такие как «Детское Евровидение» и «Детская Новая волна». Жюри убедило, что в 12 лет Аня уже готова идти дальше, но если чуть помедлить, то будет поздно. «Девочки быстро растут в этом возрасте, и можно опоздать, стать «неформатом». Это подтолкнуло меня подать заявку на участие в «Детской Новой волне», где Аня дошла до полуфинала. Там мы познакомились с командой Академии Игоря Яковлевича Крутого...»

Собственно, Академия Крутого и снарядила юную артистку песней и отправила ее в Минск.

Считается, что у юных артистов нет детства. В привычном смысле – гулянья часами во дворе, походы с друзьями в кино. Его при такой нагрузке действительно быть не может, но Аня, по-видимому, довольна тем шансом, что ей предоставила судьба. Она говорит, что у нее много друзей отнюдь не только среди юных артистов и вполне нормальные отношения с одноклассниками и учителями. Вообще похоже, что для нее эстрада – это тоже игра: «Я всегда хотела стоять на сцене и петь. Но непросто петь, а по-настоящему, использовать различные вокальные техники. В тот период я даже не сомневалась, что я настоящая артистка. Обожаю, когда на меня смотрят, аплодируют. Часто устраивала представления для домашних. Года в два показывала на телеэкран, где пела Алла Пугачева, и кричала: «Мама, я туда хочу!» – «Куда? В Москву?» – «Нет! В телевизор!»



Аня на всем пути к финалу «Детского Евровидения» не теряла присутствия духа.

Тогда она, не слишком разбираясь в жанрах, любила все, что вызывает мгновенные эмоции: и детские вещи (под «Песенку мамонтенка» пускала слезу), и эстраду, и поп-музыку. Перепевала Пугачеву с Аллегровой и ABBA – то, что родители слушали. Сейчас ее вкус скорее как у современного подростка: Ариана Гранде, Sia, Imagine Dragons, Сэм Смит, Полина Гагарина. Аня замечает, что, хотя ей и интересно заниматься эстрадным вокалом, но «тянет в джазовое направление». А в перспективе, как она считает, ей надо бы самой научиться писать музыку. Что ж, устами младенца... Певцов-то нынче много, а хороших песен – куда меньше, на всех не хватает. А как показывает практика, слушают именно тех, кто поет что-то важное и искреннее. Хороший голос сам по себе – это развлечение на пять минут: важно не только как ты поешь, но и что хочешь сказать публике.

Тем более, как это ни жестоко звучит, но дети-артисты – продукт скоро-



портящийся, и Алина с этим доводом «частично согласна». Она добавляет, что, возможно, именно «по этой причине не решилась везти Аню в Москву раньше, хотя многие звезды – Селин Дион, Аврил Лавин и другие – начинали вокальную карьеру именно в том возрасте, в котором сейчас Аня». Пока все развивается хорошо, и родители Ани, к счастью, готовы к любому повороту событий и капризов судьбы. Относятся к себе эту упертую решимость на грани фанатизма: либо звезда – либо никто. «Чем заниматься в жизни – это каждый человек должен решить сам, почувствовать сердцем свое предназначение, – уверена Алина. – А талантливого ребенка нужно поддерживать, помогать ему. Хотя все равно формула успеха в любой сфере – это 10% таланта и 90% трудолюбия! Моя цель – помочь ребенку реализовать себя в жизни, найти себя, раскрыть свой талант. Если она выберет музыку как профессию, я возражать не стану и поддержу ее в этом выборе...»

А пока поддержим Аню в ее нынешнем испытании. И пожелаем удачи в том, что будет после него. Как бы все ни сложилось, там, впереди, у Анны целая жизнь!

Хроники

Задушевный разговор с лампой в глаза

Служба безопасности Украины начала оказывать давление на священнослужителей, которые не хотят раскола православия в своей стране.

В Киево-Печерской лавре состоялась встреча президента Украины Петра Порошенко с митрополитами Украинской православной церкви Московского патриархата Симеоном, Александром, а также архиепископом Филаретом. Тема этой встречи осталась неизвестной, но, скорее всего, речь шла о так называемом Объединительном соборе.

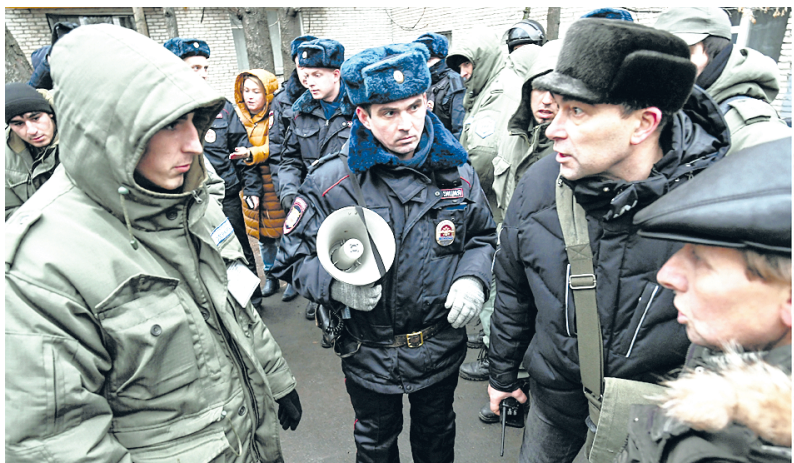
Напомним, что, по замыслу организаторов, на этом Соборе представители трех основных украинских православных церквей – УПЦ Киевского патриархата, Украинской автономной православной церкви и УПЦ Московского патриархата – должны объединиться в единую автокефальную церковь и выбрать ее предстоятеля. Однако большинство иерархов УПЦ МП выступают против этого.



И вот теперь в дело вмешалась Служба безопасности Украины. Как заявил глава юридического отдела УПЦ протоиерей Александр Бахов, сотрудники СБУ начали «приглашать» священнослужителей УПЦ на допросы (сами силовики пока называют их «беседами»). Он призвал обязательно приходить на такие «беседы» с адвокатом. Уже известно, что первым пришел митрополит Запорожский и Мелитопольский Лука (на фото), один из богатейших епископов Украины. Скупом комментируя свой поход в СБУ, он только намекнул, что силовиков почему-то интересовала его недвижимость и личное имущество. Обычно именно так и начинается сбор компромата...

СЕРГЕЙ БЫЧКОВ

Враг у ворот



Сейчас назначенные префекты принимают решения фактически единолично, без учета мнения жителей.

Характерно, что в ближайшее время Верховный суд рассмотрит еще один иск москвичей. Он касается строительства дублера Кутузовского проспекта. В противоположность другим улицам и проспек-

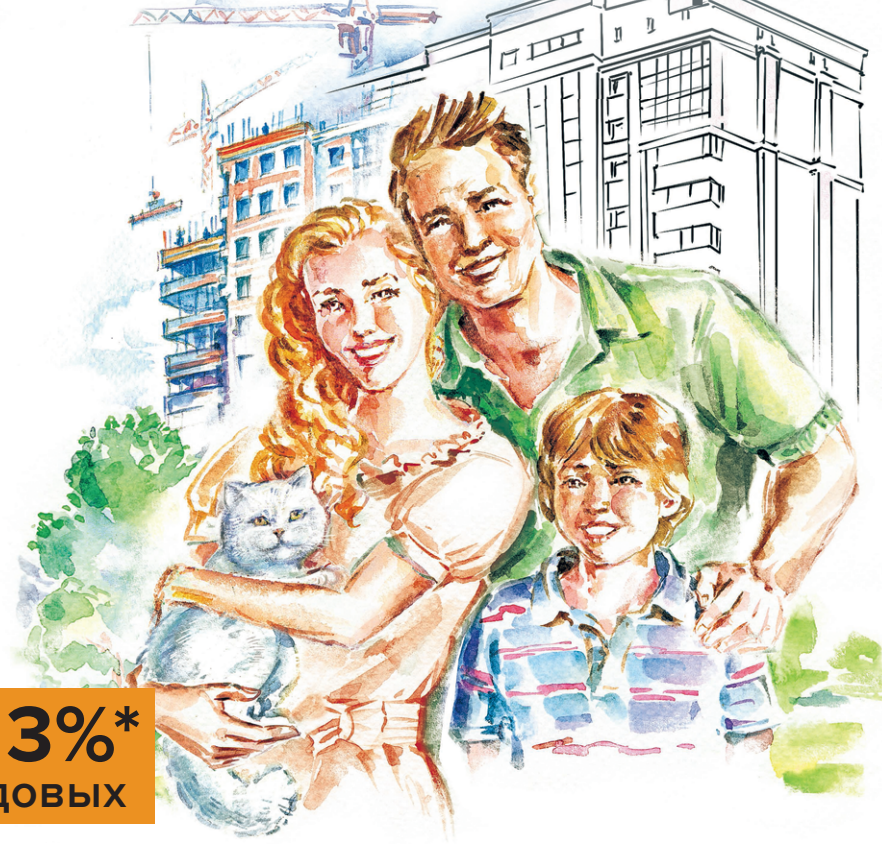
там столицы Кутузовский проспект остается самой широкой магистралью в городе с огромной пропускной способностью. К тому же он был только что обновлен. Но этого показалось мало, и, вопреки мнению горожан и экологов, было принято решение о прокладке дублера, который проходит по зеленым зонам и даже заказникам. Стройка идет в

10 метрах от реки Сетунь. Труба, через которую в реку сливаются отходы, уничтожение старинных впадов на берегу – лишь детали из списка очевидных нарушений законов и здравого смысла.

Перед началом стройки часть заказника «Сетунь» была предусмотрительно выведена из зоны особого землепользования и охраны. Сделать это, когда Мосгордума штампует решения исполнительных властей под копирку, не так уж сложно. А в результате в водоохранной зоне идет варварская хозяйственная деятельность. Парадокс налицо: правый берег реки охраняется водоохранным законодательством, а левый берег – уже нет.

Впрочем, можно ожидать, что очень скоро мы услышим и увидим в телевизоре, что протесты по поводу экологической угрозы в районе реки Сетунь – всего лишь происки оппозиции и Запада. Враг у ворот, а остальное – малозначимые детали.

Ипотека от Банка «ВБРР» (АО): платить меньше – просто!



9,3%* годовых

РЕФИНАНСИРОВАНИЕ ИПОТЕЧНЫХ КРЕДИТОВ СТОРОННИХ БАНКОВ

ИПОТЕКА

Представленная информация действительна для объекта кредитования Квартира. Валюта кредита: рубли РФ. Срок кредитования: от 3 до 30 лет, сумма от 500 000 руб. до 40 млн руб. (в зависимости от региона кредитования, условий кредитования, платежеспособности заемщика). Обеспечение – залог имеющейся в собственности недвижимости. Возможны дополнительные расходы (государственная регистрация сделки, оценка передаваемой в залог недвижимости, оплата услуг нотариуса, страхование). Диапазон значений полной стоимости кредита: от 9,946% до 14,423% годовых. Комиссии отсутствуют. Подробную информацию Вы можете получить в офисах, на сайте или по телефону контакт-центра ВБРР. Предоставленная информация носит справочный характер и не является публичной офертой.

*Указанная процентная ставка является базовой и составляет 9,3% годовых. Ставка действительна для продукта «Рефинансирование ипотеки» в зависимости от условий кредитования при наличии всех видов страхования: обязательное – имущество (риски повреждения, утраты/гибели недвижимости), по желанию заемщика – личное (страхование жизни и здоровья), титульное (страхование риска потери или ограничения права собственности). При отсутствии какого-либо вида страхования ставка по кредиту увеличивается на 1 процентный пункт за каждый вид страхования соответственно.



Банк «ВБРР» (АО)
Генеральная лицензия Банка России №3287

8 (800) 700-03-49 КРУГЛОСУТОЧНО,
звонки по РФ бесплатны
www.vbrr.ru

ТВ7

Солистка Московского
музыкального театра
имени Станиславского
и Немировича-Данченко
Хибла Герзмава –
в опере Керубини
«Медея»
Вс, 22.30,
«Россия Н»

ДО И ПОСЛЕ ЭФИРА

Понаехали тут

Как известно, «Домашний» ориентирован на женскую аудиторию. Именно поэтому в центре сюжетов сериалов этого телеканала чаще всего оказываются представительницы прекрасного пола, как, например, в идущей сейчас «Маме». Проект, который стартует на следующей неделе, тоже про дам. Но там не будет ни любовных интриг, ни принцев на белом коне. Название говорит само за себя – «Гастарбайтерши».

По весьма приблизительным данным, в РФ проживает около 11 млн приехавших на заработки иностран-

цев. Половина – женщины. Каждый эпизод сериала (12 серий) посвящен дню из жизни одной героини. Киргизки, узбечки, молдаванки честно и без прикрас рассказуют о своем житье-бытье в России. А это – низкоквалифицированный труд, беспревидие, копеечные заработки, грубость местного населения. Но некоторым все же удается весьма прилично устроиться и даже преуспеть. Тема, конечно, незаезженная. Вот только вызовет ли она интерес у наших зрительниц, тем более что показ начнется в 23.00?



Глупый Шерлок

Так уж вышло, что в фильмографии знаменитого британца Бенедикта Камбербэтча немалое количество героев с неординарными способностями. Помимо знаменитого сыщика из сериала «Шерлок» это еще и Джулиан Ассанж («Пятая власть»), гениальный хирург Стефан Страндж (в трех фильмах), Томас Эдисон («Война токов») и другие. Комментируя в интервью эту особенность, 42-летний Камбербэтч признался, что перевоплощение для роли, временный отказ от собственного я – одна из величайших радостей для него как актера, а большие всего он любит играть именно умных и сложных персонажей. И сделал вывод: эта его тяга объясняется еще и тем, что сам он –

один из самых глупых актеров. Такую самокритику – да нашим бы молодым звездочкам, которые, снявшись в паре проходных сериалов, любят порассуждать о своем месте в искусстве.



ВМЕСТЕ У ЭКРАНА

Не плачет девочка в автомате

Имеется в виду некая абстрактная поклонница Евгения Осина, ушедшего из жизни в минувшую субботу. Но не плачет она не потому, что уже лет сто, как вымерли телефонные будки, в одной из которых героиня стихотворения Андрея Вознесенского куталась в зябкое пальтецо. И не потому, что певец, исполнивший про нее свой главный хит, давно утратил былую популярность. Старая любовь не ржавеет, и те отроки-вицы 90-х, что визжали от восторга на его концертах, наверняка не забыли кумира, даже превратившись в солидных мамаш. Нет, дело в том, что к концу звезды их долго и старательно готовили федеральные каналы. И, когда неизбежное наступило, хладнокровно констатировали: «Жалко, конечно, но сам виноват».

СЕРГЕЙ БЕДНОВ

Что бы ни утверждали врачи, получается, что алкоголизм не болезнь. Аргумент? Пожалуйста. В развлекательных шоу о медицинских диагнозах рассуждать не принято. Малахов и Борисов – это ж вам не Малышева! Первые двое не упускают случая устроить поминки по успешным знаменитостям. И хотя причиной смерти всенародных любимцев, как и у рядовых обывателей, чаще всего становятся какие-то тяжелые недуги, невозможно представить, чтобы на протяжении часа зрительно только и рассказывали о симптомах, осложнениях и без конца демонстрировали рентгеновские снимки. Как ни странно, все еще срабатывают этические нормы. А вот в случае с Евгением Осиным не сработали. В студиях «Первого» и «России» теплые слова о покойном отошли на второй план, уступив место разбору его губительной при-

НАШИ РЕКОМЕНДАЦИИ

Мэттью Перри

★★★★★
«Папе снова 17»,
Вс, 04.30,
ТВЗ

Джулия Робертс

★★★★★
«День святого
Валентина», Ср,
02.30, РЕН ТВ

Антонио Бандерас

★★★★★
«Маска Зорро»,
Чт, 20.00,
РЕН ТВ

Айшвария Рай

★★★★★
«Последний
легион»,
Ср, 23.30, ТВЗ



ФОТО ИЗ ОТЧЕТА ОБ ИСТОЧНИКОВ

вычки. А о чем это может свидетельствовать, если не о том, что алкоголизм не болезнь, а образ жизни? В выпуске «Пусть говорят!» и в «Прямом эфире», вышедших, когда певец еще не был предан земле, главной стала именно тема его пьянства, на что не могла не обратить внимание аудитория. Вот лишь некоторые из отзывов: «Алкоголь – это страшно! Но это был его выбор, жаль, мог бы столько спеть песен! С алкоголиками очень тяжело жить! Потому и финал такой», «Да бухать меньше надо!», «У Малахова всегда вся страна смотрит и переживает про его алкоголиков, наркоманов, проституток». И почти ни слова про то, кем был для них, зрителей, Женя, что значили его выступления.

Как всегда, собрались близкие люди покойного. Борисову удалось вытащить бывшую супругу Осина Наталью и их общую дочь Агнию. Малахову – гражданскую жену Елену и ее Настю, ровесницу Агнии, которую певец называл своей второй дочерью. Наверное, всем им было что рассказать о человеке, которого они хоро-

шо знали. И слова о его ранимости и открытой душе начинали звучать, но ненавязчивые подсказки ведущих возвращали разговор в заданное направление. И женщины принимались жаловаться на тяжелую жизнь с мужем-алкоголиком, упрямым и вздорным. Даже Агния, родная кровиночка, в красках описала, как во время визита к папе пыталась вылить запас спиртного в унитаз, а тот моментально зверел. И все это говорилось без намека на слезинку даже в голосе, хотя человек ушел всего лишь позавчера. Не плачут и эти «девочки» в автомате...

К женскому хору присоединилась бывшая подруга певца Наталья Штурм: «Я знаю, что о покойных или хорошо, или никак, но все-таки скажу. Он превратил жизнь Наташи в настоящий ад! Просто издевался над ней! Жить с алкоголиком – тяжелейшее испытание, знакомое большей части российских женщин».

Вообще-то, если учесть профессиональный цинизм, свойственный работникам телевидения, логику Борисова с Малаховым понять можно.

Оба они посвятили по несколько выпусков своих шоу именно борьбе Евгения Осина с алкоголизмом. И тут самое время поставить большую жирную точку в истории, констатировав, что в борьбе с зеленым змием победил змий. Оба ведущих не скупились на демонстрацию кадров, запечатлевших пьяного, опустившегося певца. Но душа Малахов в этом деле явно преуспел больше. Вот на экране Евгений пытается поднести стакан с коньяком ко рту, рука не слушается, голова не держится прямо. Наконец глоток сделан, но тут начинается рвотный рефлекс, и несчастный изо всех сил судорожно пытается удержать в себе выпитое. В этот момент в студии кто-то крикнул: «Не надо было это показывать, Андрей!» Но где там!

Особую пикантность «Прямому эфиру» придавало то, что именно Малахов пытался спасти Осина, при посредничестве Даны Борисовой отправив его в реабилитационную клинику в Таиланде. Показывая видео, Андрей подчеркивал, мол, смотрите, как ему там хорошо было: тепло, красиво, правильное питание и ни грамма алкоголя. А Осин не оценил: через месяц сбежал из этого рая и снова забухал. Глядя на эти кадры, блондинка Дана почему-то ржала. Видимо, радовалась, что ей-то, в отличие от друга, удалось излечиться!

К удивлению, речь не зашла о наследстве, оно нехилое: речь идет о четырех квартирах в столице. Но по некоторым намекам ведущих и туманным репликам жен стало понятно, что баталья на этот предмет еще предстоит. И, значит, шоу продолжится!

И еще одна пикантная деталь. Последнее время певец не выступал, не выпускал диски. Откуда же у него были деньги на дорогое спиртное? Очень просто, объяснила та же Штурм. За год Женя получил за участие в шоу про его алкоголизм около миллиона, на него и квасил. Да уж, друг Андрюша – щедрая душа.

26 НОЯБРЯ ПОНЕДЕЛЬНИК

ПЕРВЫЙ 05.00 Телеканал «Доброе утро» 09.00 Новости 09.15 «Сегодня 26 ноября. День начинается». 6+ 09.55 «Модный приговор». 6+ 10.55 «Жить здорово!» 16+ 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 «Время покажет». 16+ 12.50 Новости (с субтитрами) 15.15 «Давай познакомимся!» 16+ 16.00 «Мужское / Женское». 16+ 17.00 «Время покажет». 16+ 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.25 «Время покажет». 16+ 18.50 «На самом деле». 16+ 19.50 «Пусть говорят». 16+ 21.00 «Время» 21.45 СЕРИАЛ «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА» . 16+ 22.45 «Большая игра». 12+ 23.45 «Вечерний Ургант». 16+ 00.20 «Познер». 16+ 01.20 «На самом деле». 16+ 02.20 «Мужское / Женское». 16+ 03.00 Новости 03.05 «Мужское / Женское». 16+ 03.20 «Модный приговор». 6+ 04.15 Контрольная закупка. 6+	РОССИЯ 1 05.00 Утро России 09.00 Вести 09.15 Утро России 09.55 «О самом главном». Тон-шоу. 12+ 11.00 Вести 11.25 Вести. Местное время 11.40 «Судьба человека» с Борисом Ночевниковым. 12+ 12.50 «60 минут». Тон-шоу с Ольгой Снабеевой и Евгением Поповым. 12+ 14.00 Вести 14.35 Вести. Местное время 14.50 СЕРИАЛ «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» . 12+ 17.00 Вести. Местное время 17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». 16+ 18.50 «60 минут». Тон-шоу с Ольгой Снабеевой и Евгением Поповым. 12+ 20.00 Вести 20.45 Вести. Местное время 21.00 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «ДОКТОР РИХТЕР: ПРОДОЛЖЕНИЕ» . 16+ 23.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым». 12+ 02.00 СЕРИАЛ «БРИГАДА» . 18+	МАТЧ ТВ 06.00 «Занятые соперники». 12+ 06.30 «Нестонкий спорт». 16+ 07.00, 08.55, 10.50, 13.50, 16.40, 20.45 Новости 07.05, 10.55, 13.55, 16.45, 23.55 Все на матч! 09.00 Футбол. Чемпионат Испании. «Севилья» – «Вальядолид». 0+ 11.30 Смешанные единоборства. UFC. Нертис Блейдс против Фрэнсиса Нгангу. Алистар Оверим против Сергея Павловича. 16+ 13.30 «Формула Хэмилтона». 12 14.40 Футбол. Чемпионат Англии. «Борнмут» – «Арсенал». 0+ 17.15 Бокс. Дмитрий Бивол против Нана Пасалиа. Бой за титул чемпиона мира по версии WBA в полутяжелом весе. 16+ 19.15 Тотальный футбол 20.15 «ФутБОЛЬНО». 12+ 20.50 Ночтинентальный вечер 21.20 Хоккей. «Динамо» (Рига) – СКА (Санкт-Петербург). Прямая трансляция 01.20 Волейбол. Чемпионат мира среди клубов. Мункячи. «Зенит-Назань» (Россия) – «Панелли» (Новый Уренгой, Россия). 0+ 03.20 «ВОИН». Драма (США). 16+	НТВ 05.00 СЕРИАЛ «АГЕНТ ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ» . 16+ 06.00 «Деловое утро НТВ». 12+ 08.25 «Мальцева» 09.10 СЕРИАЛ «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД» . 16+ 10.00 Сегодня 10.20 СЕРИАЛ «ЛИТЕЙНЫЙ» . 16+ 13.00 Сегодня 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 14.00 «Место встречи» 16.00 Сегодня 16.30 «Место встречи» 17.15 «ДНН». 16+ 18.15 СЕРИАЛ «ДРУГОЙ МАЙОР СОКОЛОВ» . 16+ 19.00 Сегодня 19.40 СЕРИАЛ «ДРУГОЙ МАЙОР СОКОЛОВ» . 16+ 21.00 ПРЕМЬЕРА «МЕДНОЕ СОЛНЦЕ» . Военная драма. 16+ 23.45 Сегодня 23.55 «Поздняя». 16+ 00.10 ПРЕМЬЕРА «НЕПОБЕДИМАЯ» . Фильм Александра Зинченко. 12+ 01.15 «Нивая легенда». Борис Гребенщиков. 12+ 02.15 «Место встречи». 16+ 03.05 «Поедем, поедим!». 0+ 04.15 СЕРИАЛ «МОСКВА. ТРИ ВОЗКАЛА» . 16+	5-Й КАНАЛ 05.00, 09.00, 13.00, 22.00, 03.15 «Известия» 05.25 СЕРИАЛ «ПЛУХАРЬ» . 9–12-я серии. 16+ 09.25 СЕРИАЛ «ПЕТРОВИЧ» . 1–4-я серии. 16+ 13.25 СЕРИАЛ «ПЛУХАРЬ» . 13–18-я серии. 16+ 18.50 СЕРИАЛ «СЛЕД» . 16+ 00.00 «Известия. Итоговый выпуск» 00.25 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «ЛИЧНОЕ ПРОСТРАНСТВО» . 1–4-я серии. 16+ 04.15 СЕРИАЛ «ПЛУХАРЬ» . 14-я серия. 16+	РОССИЯ К 06.30, 07.00, 07.30, 08.20, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры 06.35 «Пешком...» Астрхань литературная 07.05 Человеческий фактор. «Сахавуд» 07.35, 22.20 СЕРИАЛ «СИТА И РАМА» 08.30, 01.25 Мировые сокровища. «Тайны нурагов и «нанто-а-теноре» на о-ве Сардиния» 08.50, 16.35 СЕРИАЛ «И ЭТО ВСЕ О НЕМ» 10.15 «Наблюдатель» 11.10, 01.40 «Частная хроника времен войны». Фильм 3-й 12.15, 02.45 Одет времени 12.30, 18.45, 00.40 Власть факта. «Провсвенционный консерватизм графа Уварова» 13.10 Юбилей Анны Шатиловой. «Тиния низини» 14.05, 20.45 Ступени цивилизации. «Почему исчезли неандертальцы?» 15.10 «На этой неделе... 100 лет назад» 15.35 «Агора» 17.45 Легендарные скрипачи XX века. Давид Ойстрах 19.45 Главная роль 20.05 «Правила жизни» 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» 21.40 «Сати. Нескучная классика...» 23.10 Исторические путешествия Ивана Толстого. «Русский француз Иван Тургенев» 00.00 «Российские хирурги»	ТВ-ЦЕНТР 06.00 «Настроение» 08.00 «РАССЛЕДОВАНИЕ». Детектив. 12+ 09.20 «УЛЬТИМАТУМ». Комедия. 16+ 10.55 «Городское собрание». 12+ 11.30, 14.30, 19.40, 22.00 События 11.50 СЕРИАЛ «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО» . 12+ 13.40 «Мой герой. Евгений Ниндинов». 12+ 14.50 «Город новостей» 15.05 СЕРИАЛ «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ» . 12+ 17.00 «Естественный отбор». 12+ 17.50 «ТРИКОЛЬНЫЙ ПЕС КОРОЛЕВЫ ДЖОВАННИ». Детектив. 1–2-я серии. 12+ 20.00 «Петровна, 38!». 16+ 20.20 «Право голоса». 16+ 22.30 «Центробенное ускорение». Специальный репортаж. 16+ 23.05 «Знак качества». 16+ 00.00 События. 25-й час 00.30 «Обложка. Политики в законе». 16+ 01.05 СЕРИАЛ «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ» . 12+ 02.35 «ДОМ С ЧЕРНЫМИ КОТАМИ». Детектив. 12+ 05.50 «Петровна, 38!». 16+
--	--	--	---	---	--	---

МОСКВА 24 06.00, 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30 Утреннее вещание 06.30, 10.15, 10.30, 12.45, 14.30, 21.30, 23.30, 02.30, 03.30 Специальный репортаж. 12+ 07.45, 08.45, 09.45, 04.15 Сеть. 12+ 10.00, 11.00, 11.45, 12.00, 12.30, 13.00, 14.00, 15.00, 15.45, 16.00, 17.00, 17.30, 18.00, 20.00, 21.00, 22.00, 22.30, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00 Новости 11.30, 13.15, 15.15, 03.15 Климат-контроль. 12+ 13.30, 16.30, 18.30, 00.30, 05.30 Звездный репортаж. 12+ 15.30, 02.15 Торги Москвы. 12+ 17.40 Интервью. 12+ 19.00 Москва сегодня. 12+ 19.15, 01.15 Спорная территория. 12+ 19.30 Вечер. 12+ 20.30, 01.30, 04.25 В теме. 16+ 21.15, 23.15, 05.15 Московский патруль. 16+	РЕН ТВ 05.00 «Война тайгов». 16+ 06.00 «Документальный проект». 16+ 07.00 «С добрым утром!» 16+ 08.30 «Новости». 16+ 09.00 «Военная тайна». 16+ 12.00 «Информационная программа 112». 16+ 12.30 «Новости». 16+ 13.00 «Загадки человечества». 16+ 14.00 «Засекреченные списки». 16+ 16.00 «Информационная программа 112». 16+ 16.30 «Новости». 16+ 17.00 «Тайны Чапмана». 16+ 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+ 19.00 «Информационная программа 112». 16+ 19.30 «Новости». 16+ 20.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». Боевик (США). 16+ 22.00 «Водить по-русски». 16+ 23.00 «Новости». 16+ 23.25 «Загадки человечества». 16+ 00.30 «НЕИЗВЕСТНЫЙ». Детективный триллер (Великобритания–Германия–Франция–США). 16+ 02.30 «ПАРИ СО СТОЛПАМИ». Комедия (США–Нидерланды). 16+ 04.15 «Территория заблуджений». 16+	СТС 06.00 «Срещайся». 0+ 06.30 «НОВЫЕ ПРИНУЧЕНИЯ АЛАДИНА». Фэнтези (Франция–Бельгия). 12+ 08.30 «Драконы. Гонимы по краю». Мультсериал. 6+ 10.00 «Том и Джерри». Мультсериал. 0+ 10.10 «В поисках Дори». Анимационный фильм (США). 6+ 12.05 «МАЛЕФИСЕНТА». Фэнтези (США–Великобритания). 12+ 14.00 СЕРИАЛ «КУХНЯ» . 12+ 17.00 СЕРИАЛ «СЕНЯ – ФЕДЯ» . 16+ 20.00 СЕРИАЛ «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ» . 16+ 21.00 «БЕЛОСНЕЖКА. МЕСТЬ ГНОМОВ». Фэнтези (США–Нандя). 12+ 23.10, 00.30 «Уральские пельмены». Любимое. 16+ 23.30 «Ино в деталях» с Федором Бондарчуком. 18+ 01.00 СЕРИАЛ «ДЕВОЧКИ НЕ СДАЮТСЯ» . 16+ 02.00 СЕРИАЛ «ПРИНЦ СИБИРИ» . 12+ 03.00 СЕРИАЛ «ГЕЙМЕРЫ» . 16+ 04.00 СЕРИАЛ «АМАЗОНКИ» . 16+ 04.55 СЕРИАЛ «ДВА ОТЦА И ДВА СЫНА» . 16+ 05.45 «Улыбка на СТС». 16+	ДОМАШНИЙ 06.30 «Б надров». 16+ 06.50 «Удачная покупка» 07.00 «Понять. Простить». 16+ 07.30 «Б надров». 16+ 07.40 «По делам несовершеннолетних». 16+ 09.50 «Давай разведемся!». 16+ 10.55 «Тест на отцовство». 16+ 12.00 «Реальная мистика». 16+ 13.05 «Понять. Простить». 16+ 14.10 «ИСТОЧНИК СЧАСТЬЯ». Мелодрама (Россия–Белоруссия). 16+ 18.00 «Б надров». 16+ 19.00 ПРЕМЬЕРА «СТРЕКОЗА» . Детективная мелодрама (Украина). 16+ 00.00 «Б надров». 16+ 00.30 СЕРИАЛ «ЛИСТО ОКИДАНИЯ» . 16+ 03.30 «Понять. Простить». 16+ 03.55 «Тест на отцовство». 16+ 04.45 «Преступления страсти». 16+ 05.35 «Домашняя кухня». 16+	ТВ-3 06.00 «Мультфильмы». 0+ 09.20 СЕРИАЛ «СЛЕПАЯ» . 12+ 11.00 «Гадальна». Скрипт-реалити. 12+ 12.00 «Не ври мне». 16+ 15.00 «Мистические истории». 16+ 16.00 «Гадальна». Скрипт-реалити. 12+ 17.35 СЕРИАЛ «СЛЕПАЯ» . 12+ 18.40 ПРЕМЬЕРА СЕРИАЛ «ЛЮЦИФЕР» . 16+ 20.15 СЕРИАЛ «НАСЛ» . 12+ 23.00 «ПОЛТЕРГЕЙСТ». Фильм ужасов (США). 16+ 00.45 «ДЕВЯТЫЕ ВРАТА». Триллер (Испания–США–Франция). 16+ 03.15 СЕРИАЛ «ЗООАПОКАЛИПСИС» . 4 серии. 16+	ЗВЕЗДА 06.00 «Информационно-развлекательная программа «Сегодня утром» 08.00 «Политический детектив». 12+ 08.25, 09.15 «Андропов. Хроника тайной войны». Док. фильм. Часть 1-я. 16+ 09.00, 13.00, 18.00, 23.00 Новости дня 09.40, 10.05, 13.15 СЕРИАЛ «ЗВЕЗДОЧЕТ» . 1–4-я серии. 12+ 10.00, 14.00 Военные новости 14.05 СЕРИАЛ «ЗВЕЗДОЧЕТ» . 5–8-я серии. 12+ 18.40 ПРЕМЬЕРА «ПВО: страны неба» . Док. сериал. 1-я серия. 12+ 19.35 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндрияным. «Технологии дискредитации государства». 12+ 20.20 «Загадки века с Сергеем Медведевым». «Несокрушимый». Наперенор всем!». Док. сериал. 12+ 21.10 «Специальный репортаж». 12+ 21.35 «Открытый эфир». 12+ 23.15 «Менду тем» с Натальей Метлиной. 12+ 23.45 СЕРИАЛ «ВЕЧНЫЙ ЗОВ» . Фильм 1-й. 1–4-я серии. 12+ 05.15 «Легендарные самолеты». «Илья Муромец. Крылатый богатырь». Док. сериал. 6+	ТНТ 07.00 «Где логина?». 16+ 09.00 «Дом-2. Лте». 16+ 10.15 «Дом-2. Остров любви». 16+ 11.30 «Бородина против Бузовой». 16+ 12.30 СЕРИАЛ «УЛИЦА» . 16+ 13.00 «Танцы». 16+ 15.00 СЕРИАЛ «ИНТЕРНЫ» . 16+ 20.00 СЕРИАЛ «ОПЬА» . 16+ 21.00 «Где логина?». 16+ 22.00 «Однанды в России». 16+ 23.00 «Дом-2. Город любви». 16+ 00.00 «Дом-2. Город заната». 16+ 01.05 СЕРИАЛ «УЛИЦА» . 16+ 01.35 «Комик в городе». «Санкт-Петербург». 16+ 02.05 «Stand up». 16+ 05.10 «Импровизация». 16+
---	---	---	---	---	--	--



ПРО ЕДУ

Как огурчик!

Чудеса гидропоники: с чем их едят?

Трудно себе представить, что еще не так давно, съев последний огурец ранней осенью, мы ждали следующей встречи с ним аж до следующего лета. И все это время он являлся к нам несвежим, слегка помятым – из бочки или банки. От него за версту несло чесноком. Такой хорош разве что под рюмку или в новогоднем оливье... Зато сейчас на полках любого универсама вас круглогодично ждут красавцы на любой вкус и цену: свежие, стройные и вечнозеленые. Вот они, плоды новых технологий, при которых можно кормить человечество даже без использования почвы.



ВАША БЕРМЕТ БОРУБАЕВА
ВЕДУЩАЯ РУБРИКИ «ПРО ЕДУ»

Недавно я познакомилась с инженером, работающим на тепличном комбинате по выращиванию таких огурцов в настоящем «стеклянном городе», раскинушемся на 11 гектарах. Внесколько часов езды от Москвы, в Липецкой области, создан комбинат, где производят среднесплодный гибрид голландской селекции. Го-

довой урожай – 3,5 тысячи тонн усилиями 200–250 работников. Все благодаря специальной технологии круглогодичного выращивания плодов на минеральной вате без использования почвы – гидропоника называется. На небольшой территории возник настоящий оазис: стерильность (душ обязательна для любого входящего), полностью компьютеризированная система питания кустов, урожай собирают роботы-пчелки (Bee Power), роботы же наклеивают этикетки на коробки. И не успевают плоды обихих – человека и робота – трудов доехать до склада, как уже оказываются проданными в торговые сети.

Принцип гидропоники, похоже, был известен и древним – вспомним хотя бы висачие сады Семирамиды. Есть упоминания о том, что аборигены Америки – ацтеки выращивали сельскохозяйственные культуры на плотах, используя плодородный ил. Но к осознанию внутренних процессов из жизни растений европейцы шли долго. Кислород и его роль в жизни были открыты лишь в XVIII веке. О питательных веществах и микроэлементах узнали в веке XIX. Открытие фотосинтеза объяснило, для чего растениям нужен свет. В конце того же столетия основоположник русской школы физиологии растений К.А. Тимирязев представил научному сообществу метод их выращивания в стеклянном кубе на питательных растворах. Но ученые коллеги сочли сию идею кощунством и всячески воспротивились ее разработкам в лабораториях. Как это нередко бывало в истории, идея вызрела на чужих просторах – через два десятилетия американец Уильям Ф. Герик смог поставить выращивание культур на водной основе на производственный поток. Он же ввел новый термин – «гидропоника».

С той поры много воды утекло. Теперь и в России более 200 комбинатов



ФОТО РОМАНА ТИМОНОВА / ТАСС

занимаются «беспочвенным» сельским хозяйством. Материалом для основы может быть не только минеральная вата, но и пенопласт. Питание растениям раздает компьютеризированная автоматика. При закрытом устройстве теплиц возможен круглогодичный сбор урожая. Это позволяет собирать в 4 раза больше продукции, чем при традиционном выращивании на грунте. Упрощается транспортировка, что резко сокращает транспортные потери, при обычной технологии достигшие 40–60%. Решается продовольственная проблема в местах с тяжелым климатом – в засушливых районах, на Крайнем Севере. Еще плюс: такие предприятия дают работу местным жителям и, требуя квалифицированного труда, повышают их образовательный уровень.

Но, как всегда, у медали есть оборотная сторона. Если удобрений гидропоника требует меньше, то электричества – гораздо больше. Почву и воду она тоже загрязняет нитратами сильнее обычного. Впрочем, экономическая выгода очевидна, и потому технология пользуется спросом. В Бри-

танской Колумбии уже 90% сельского хозяйства основано на гидропонике. Конечно, есть норма применения нитратов, но поди уследи – и не так уж редко предприниматели нарушают стандарты для сборки большого урожая.

Наше государство инвестирует в подобные производства в рамках программ импортозамещения, но полностью независимого цикла все равно не получается. Например, семена на каждую новую посадку (4 раза в год) нужно закупать у иностранных компаний. Свои гибриды не дают такой урожайности, как импортные. Много вопросов по самой минеральной вате – по сути это стекловата, только не оттапливающаяся, а впитывающая влагу. В Голландии после каждого цикла специальная бригада проводит полную санитарную обработку, в ходе которой перетирает эту вату до такой степени, чтобы мельчайшие частицы могли ассимилироваться в окружающей среде и одновременно из них можно было бы делать новые чистые блоки «грунтового» материала. У нас же оплачивается лишь вывоз мусора до ближайшей свалки, где все попадает в общую кучу без сортировки. Между тем минеральная вата относится к отходам 4–5-го уровня опасности, то есть по закону ее вывоз на общие мусорные свалки разрешен, но это бессмысленная трата ресурсов – можно использовать материал циклично, что экономически выгоднее.

Все большую популярность набирает городское фермерство – способ производства продукции без сельскохозяйственных угодий, с помощью гидропоники у себя на подоконнике. В «Фейсбуке» даже появилось «Сообщество развития сити-фермерства в России», куда и вы можете обратиться, чтобы разобраться со всеми премудростями начального этапа. Популярным стало и направление гидропонического дизайна. Здания внутри и снаружи покрываются зеленым ковром на водяной подушке, что делает воздух чище, а городской пейзаж – уютнее.

При всех описанных минусах гидропоники вывод однозначен: эти технологии будут и дальше развиваться. И не исключено, что вскоре мы навсегда забудем, как пахнут огурчики и помидорчики с бабушкиной грядки, загорающие под солнечными лучами и созревающие раз в год.

ЗДОРОВЬЕ

Холод не только кости ломит

Резкие перепады температур, характерные для межсезонья, вредны всем без исключения. Правда, молодые люди их практически не замечают, потому что организм гибкий и быстрее приспосабливается к напиранию окружающей среды. С возрастом человек становится все более уязвимым, поэтому даже незначительное похолодание может спровоцировать обострение хронических заболеваний.

ВИКТОРИЯ КАЛИНЕВИЧ

Особенно тяжело, по мнению медиков, переносятся ветреная погода. «Порывы сильного, пронизывающего ветра могут вызывать приступы астмы, потому что воздух, не успевая согреться, напрямую попадает в бронхи», – объясняет семейный доктор, врач высшей категории Ирина Герасимова. – Как следствие – спазм и отек легких, которые и приводят к началу приступа».

Резкое понижение температуры, сопровождающееся перепадом давления, нарушает также сосудистый тонус, поэтому многие возрастные пациенты жалуются на головные боли. Если не принять обезболивающие препараты, такие мигрени могут серьезно изматывать и ухудшать качество жизни.

Довольно часто на похолодание чутко реагируют пациенты, страдающие ревматизмом. Причина в том, что из-за увеличивающейся нагрузки на иммунитет у них обостряются воспалительные процессы.

Кроме того, с приходом зимы у некоторых людей развивается аллергия на холод. Характерным симптомом таких дерматитов (их еще называют холодовой крапивницей) являются зудящие красные пятна на лице, кистях рук и ушах. Как отмечают медики, первые симптомы аллергии на холод обычно проявляются в 20–30 лет. Причем у женщин такой вид аллергии встречается значительно чаще, чем у мужчин.

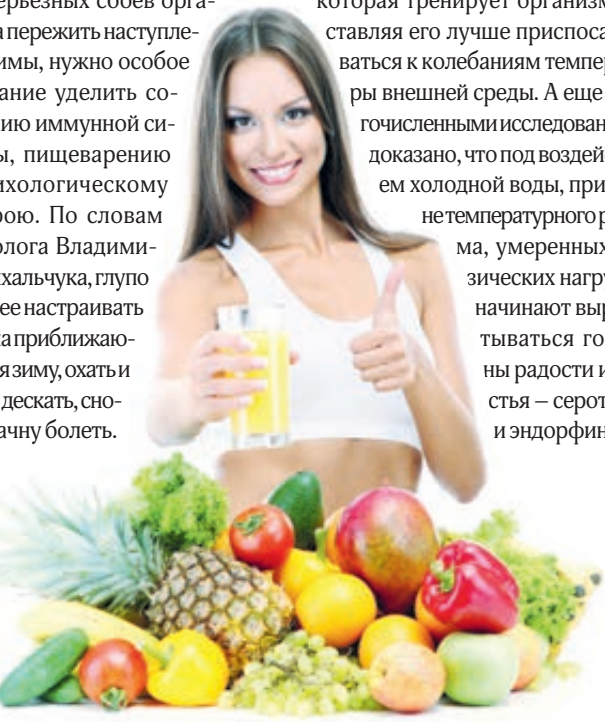
Так что морозный и бодрящий воздух может «подарить» целый букет болезней. Поэтому, чтобы без серьезных сбоев организма пережить наступление зимы, нужно особое внимание уделить состоянию иммунной системы, пищеварению и психологическому настрою. По словам психолога Владимира Михальчука, глупо заранее настраивать себя на приближающуюся зиму, охать и ахать, дескать, снова я начну болеть.

«Если настраиваешься на самое худшее, как правило, ничего хорошего не выходит», – напоминает доктор. Нужно действовать.

Для поддержания иммунной системы потребуются иммуностимулирующие препараты и средства, содержащие антиоксиданты. А значит, стоит включить в рацион эхинацею, зеленый чай, продукты, богатые цинком и селеном, налегать на лимон и апельсины. Также можно использовать эфирные масла – лаврового листа, чайного дерева, эвкалипта и т. д. Достаточно капнуть пару капель на запястье или нанести на любимый шарф, чтобы в течение дня сохранять бодрость духа.

Чтобы избежать развития патологий желудочно-кишечного тракта, нужно согласовать питание с врачами. Идеальным вариантом для завтрака будет, например, белковая пища – хороший кусок мяса, птички или жирной рыбы, а ужинайте лучше легкими продуктами – творогом, овощами, фруктами. В морозный период в обязательном порядке нужно употреблять кисломолочные продукты. Именно кефир, йогурты, ряженки помогают организму защититься от простудных заболеваний, которые преследуют всех в холодное время года. Кроме того, в кисломолочных продуктах содержится молочный жир, который помогает организму усваивать кальций и витамин А, защищая кожу от воздействия мороза и ветра. Таким образом, питаясь правильно, можно не бояться зимы, тяжелых простуд и зимней прибавки в весе.

По мнению врачей-физиотерапевтов, укрепить весь организм и иммунитет поможет также закаливание. Оно улучшает кровообращение и лимфоток, нормализует обмен веществ, улучшает жизненный тонус. А еще, что немаловажно, очень позитивно влияет на нервную систему и настроение. При погружении в холодную воду сосуды сначала сужаются, и кровь с периферии устремляется к внутренним органам, а потом поток крови направляется в обратную сторону. Такое сужение и расширение кровеносных сосудов – своеобразная гимнастика сосудов, которая тренирует организм, заставляя его лучше приспосабливаться к колебаниям температуры внешней среды. А еще многочисленные исследования доказано, что под воздействием холодной воды, при смене температурного режима, умеренных физических нагрузках начинают вырабатываться гормоны радости и счастья – серотонин и эндорфин.



СТЯПНЯ ОТ ГУРМАНА АЛЕКСАНДРА АРХУТИКА

ПЛОВ

Плов любят многие, но даже он может приесться любому гурману. А что если обычное кушанье приготовить по-новому? Тогда откроем новое блюдо с самыми обычными продуктами!

АКТУАЛЬНО!

ИЗ

Способ приготовления: чинные слова отбавить, откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой. Выложить в мурбкий противень словами по словам. Варить до 200-220 град. 20 мин.

ИНДЕТЕРМИНИЗМ • КОНГРУЭНТ • КОМПАРАТИВИЗМ • НОТИФИКАЦИЯ • МУТУАЛИЗМ • ПАРЦИАЛЬНЫЙ

УМНЫХ СЛОВ

Вы наверняка давно уже поняли: в оригинальности кулинарных рецептов нет не может сравниться с художником-пересмешником Александром Архутиком. Достаточно взглянуть на его прежние публикации в «Труде»: «Омлет из свежих газет» (11 мая), «Хачапури из собственной дури» (25 мая), «Пицца из того, что снится» (8 июня), «Паштет из того, чего нет» (22 июня), «Черная икра из мусорного ведра» (6 июля), «Чебурек из любви навек» (20 июля), «Бульон из старых калсон» (31 августа), «Днем из насущных проблем» (14 сентября), «Компот из плоских острот» (5 октября), «Шчи из советов тещи» (19 октября), «Холодец из пыльных сердец» (9 ноября).

Конечно, всю эту сряпню трудно отнести к здоровому питанию, зато изготовлены блюда из старых, добрых, проверенных продуктов – без всякой гидропоники и других новомодных технологий!

Эвалар

Пустырник Форте Эвалар не только успокаивает...

но и снижает давление, поднявшееся из-за стресса, обладает умеренным кардиотоническим действием (замедляет ритм и увеличивает силу сердечных сокращений – выравнивает ритм сердца).

В его уникальном¹ составе – именно тот сорт пустырника сердечного, который произрастает на Алтае и обладает одним из самых высоких показателей седативности². Кроме того, только в «Пустырнике Форте Эвалар» высокая суточная дозировка пустырника (100 мг) усилена «элементами спокойствия» магнием и витамином В₆.

Пустырников много, а Пустырник Форте Эвалар один!!

Произведено Эвалар: высокое качество по стандарту GMP®. Спрашивайте в аптеках! **apteka.ru**

«Линия здоровья «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).

¹ Патент РФ 2361599. ² Отчет о сравнительном тестировании, Сибирское отделение РАН, Новосибирск, 2013 г. ³ Заключение № GMP 0099-000141/16 (РФ), 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

