

Внимание!

ПАНДЕМИЯ

Соблюдай меры

профилактики и защиты



Галстук ей к лицу

Мужской аксессуар на НОВЫЙ лад с. 12



Научный гороскоп

Кто может стать академиком с. 14

МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ

Совместный проект Московского метрополитена и газеты «Вечерняя Москва»

Натasha Королева содержала весь коллектив на последние сбережения и ждала декабрьских праздников. Увы, чуда не произошло, и окупить затраты в этом году не получится

Всех уволю!

Певица **Натasha Королева** приняла решение распустить свой музыкальный коллектив, как и многие другие артисты. Как будут дальше жить и выступать наши звезды с. 11

СРЕДА

9 декабря 2020 года
№ 148 (1078)

РЕШЕНИЕ

Удаленка утверждена

Президент России Владимир Путин подписал закон о дистанционной работе.

Закон дополняет и детализирует положения главы Трудового кодекса, которая посвящена регулированию труда удаленных сотрудников. Он предусматривает доступность удаленной работы и возможность ее совмещения с офисной. Вступить в силу он должен с 1 января 2021 года. Важно, что при переводе на удаленку работодатель обязан обеспечить работника всем необходимым. Также новый режим не сможет быть основанием для снижения заработной платы с. 4



ШИК, ПЕРЬЯ, СЛАДОСТИ И ЛЕНТЫ

Время летит молниеносно, и вот до Нового года осталось всего ничего — три недели. И пора задуматься над украшением своей елочки. Без нее никак не обойтись. Дизайнеры советуют новые тренды: эко-игрушки, шебби-шик, перья, боа и винтаж. Выбираем с «Вечеркой» стильный, яркий и недорогой наряд для новогодней красавицы с. 8



Светлана Колоскова

До Нового года осталось

22

ДНЯ

ПРАЗДНИК

Нужен выходной

Москвичи высказались насчет 31 декабря, которое предложили сделать нерабочим.

Сервис Superjob провел масштабный опрос и выяснил, что 8 россиян из 10 хотят в последний день уходящего года отдыхать. Большинство голосов «за» принадлежит женщинам (83 процента), которые хотят готовиться к торжеству с близкими. Мужчины поддержали эту инициативу 76 процентами голосов. Самый большой процент голосов оказался у петербуржцев (80 процентов) и москвичей (79 процентов).

Работать 31 декабря хотят только 10 процентов респондентов

На самом деле

Банки бьют тревогу: москвичи массово закрывают счета. А вкладчиков беспокоит возврат их денег. Как оказалось, в некоторых случаях банки могут отказаться ликвидировать счет и не выдавать денежные средства с. 7

vm.ru

■ Щит «София» соорудил правый перегонный тоннель к оборотным тупикам за станцией «Деловой центр» Большого кольца метрополитена.

Механизированный комплекс Robbins с именем «София» преодолел под землей расстояние 786 метров. Как рассказал «Вечерке» заместитель генерального директора по метростроению АО «Объединение «Ингеком» Владимир Кулаков, трасса линии прошла под Москвой-рекой, а также под действующими тоннелями Филевской линии метрополитена.

Максимально приток увеличивался до 300 кубов в час

— Геология участка в целом была однородной и представляла собой глину с прослойками мергеля и известняка, — сообщил он.

Работу метростроителей под землей существенно осложняли грунтовые воды. На протяжении всего пути и особенно под Москвой-рекой приходилось справляться с сильным водопритоком, который порой достигал 250–300 кубометров в час. Для этого проходчики применяли специальные добавки, которые повышали вязкость грунта, и в таком виде порода уже было можно выдавать на поверхность.

Потрудившаяся «София» теперь нуждается в заботе и уходе. После завершения проходки механизированный комплекс разберут, проведут санацию и ремонт. Если потребуются, режущие инструменты и мелкие детали заменят. Это обычная процедура после завершения работ по проходке тоннеля.



Антон Герасимов

Победил грунтовые воды

Щит соединил две линии метрополитена

— Элементы щита планируется транспортировать на платформе по построенному тоннелю с последующим подъемом на поверхность через монтажную камеру, — рассказал подробно-

сти предстоящей подземной операции заместитель генерального директора компании-подрядчика. Владимир Кулаков добавил, что сформированные на этом участке бригады

4 декабря 2020 года. Бригада рабочих компании-подрядчика у тоннелепроходческого щита «София»

Цифра

95

метров составляет длина тоннелепроходческого механизированного комплекса «София».

зареккомендовали себя как опытные специалисты. «Софию» они вели не первый раз. Ранее механизированный комплекс построил левый перегонный тоннель к оборотным тупикам за станцией «Деловой центр» Большой кольцевой линии метрополитена.

— Кроме того, щит был задействован на строительстве тоннелей Калининско-Солнцевской и Большой кольцевой линий метро, — перечислил проходки Вла-

димир Кулаков. — Комплекс построил перегоны между станциями «Деловой центр» — «Парк Победы», «Хорошевская» — «Шелепиха», а также тоннель соединительной ветки между желтой веткой и новым подземным кольцом. Он также добавил, что щит «София» считается надежным, хорошо зарекомендовавшим себя на предыдущих проходках тоннелей.

Василиса Чернявская
vecher@vm.ru



Жители Тулы совершили более 70 тысяч поездок по «Тройке» с тех пор, как карта заработала в городе. А теперь они могут придумать, как она будет выглядеть. Конкурс на дизайн карты проходит на платформе «Городские реновации».

➔ Подробнее читайте в следующем номере

Кстати,

ширина монтируемого тубинга — элемента сборного крепления сооружения — составляет 1,2 метра. В среднем одна такая чугунная деталь в обделке будущей станции весит около тонны.

Знаете ли вы, что

внутренний и внешний диаметры обделки механизированного комплекса различаются на 60 сантиметров. Внутренний диаметр обделки — 5,7 метра, а внешний — 6,3.

МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ

Совместный проект Московского метрополитена и газеты «Вечерняя Москва»

Учредители ГУП г. Москвы «Московский ордена Ленина и ордена Трудового Красного Знамени метрополитен имени В. И. Ленина», 129110, Москва, пр-т Мира, 41, корп. 2
АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Издатель АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Главный редактор А. И. Куприянов Генеральный директор Георгий Рудницкий
Шеф-редактор Елена Прокина Редакционный совет Александр Шарно (1-й заместитель главного редактора), Сергей Серков (заместитель главного редактора), Алексей Зернаков (заместитель главного редактора, шеф-редактор утреннего выпуска), Юлия Тарапатта (заместитель главного редактора, редактор отдела «Московская власть»), Вардан Оганджанян (шеф-редактор еженедельного выпуска), Александр Костриков (арт-директор), Александра Кирчанова (шеф-редактор объединенной службы новостей), Ольга Кузьмина (оборзеватель)
Выпускающий редактор номера Анастасия Лопушанская

VM.RU

© АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 2020. Любая перепечатка без письменного согласия правообладателя запрещена. Иное использование статей возможно только со ссылкой на правообладателя. Приобретение авторских прав: тел. (499) 557-04-24. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений, сообщений информационных агентств и материалов на коммерческой основе. Бесплатно. Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Департамента средств массовой информации и рекламы города Москвы.
Адрес редакции 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Тел. (499) 557-04-24, факс (499) 557-04-08. E-mail: vecher@vm.ru
Рекламная служба Тел.: (499) 557-04-01, E-mail: reklama@vm.ru
Отпечатано АО «Прайм Принт Москва», 141700, Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачевский пр-д, 5б. Тираж 270 000 экз.
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № ФС77-58565 от 4 июля 2014 года. Срок сдачи номера в печать 09.12.2020, 12:30. Дата выхода в свет 09.12.2020, № 148 (1078)

Средняя аудитория одного номера — 692 268 читателей в возрасте 16 лет и старше (по данным Mediascope, NRS-Москва, 16+, сентябрь 2019 — февраль 2020)

Сотрудничество

Укрепили дружбу

■ Метро Москвы и Пекина подписали соглашение о сотрудничестве на пять лет.

Подземки обоих городов быстро развиваются и уже давно плотно обмениваются опытом. Например, в этом году мегаполисы активно сотрудничали по профилактике распространения коронавируса. Другой пример сотрудничества — обмен опытом по возведению новых станций. Так, китайские строители

Справка

Отношения между столицами строятся на основе Соглашения об установлении дружественных партнерских отношений от 16 мая 1995 года. В честь этого форум называется «Москва — Пекин — 25».

работают на создании нескольких станций Большого кольца в Москве. Для работ привезены пять проходческих комплексов. Еще один пример — запуск оплаты проезда на турни-



Depositphotos.com

кетах и в кассах метро по системе Huawei Pay. Также обновленное приложение «Метро Москвы» появилось в Huawei AppGallery, там его скачали почти полмиллиона пользователей. Оценили московские технологии и в Китае. В ноябре «Метро Москвы» уже было признано приложением месяца в Huawei AppGallery.

Все эти темы обсуждали в ходе конференции «Развитие транспортной инфраструктуры Москвы и Пекина» в рамках форума «Москва — Пекин. Новые времена — новые возможности».

Василиса Чернявская
vecher@vm.ru

Учиться новому ремеслу лучше всего у мастеров. В рубрике «Люди дела» «Вечерка» беседует с настоящими профессионалами, которые рассказывают читателям об особенностях их любимого дела. Сегодня секретами покорения гор поделится председатель комиссии по классическому альпинизму Федерации альпинизма России Александр Яковенко

■ На этой неделе, 11 декабря, отмечается Международный день гор. «Вечерка» пообщалась со знаменитым альпинистом Александром Яковенко о трудностях восхождений.

В фильмах альпинистов часто изображают как людей с ледорубами, которые карабкаются по отвесной ледяной скале. Насколько это близко к реальности?

Действительно основной инструмент для альпиниста — это ледоруб. Ладно если показано, что он взбирается по льду. Я видел иной раз, что снимают, будто карабкается альпинист с этим инструментом по камням. Вбивает ледоруб в скалу. Это, конечно же, карикатура. Вообще для таких подъемов сейчас используют множество специальных инструментов. И профессионалам даже немного смешно, когда они видят на экране человека, который поднимается только на одних ледорубах. Зато зритель сразу понимает, что перед ним альпинист.

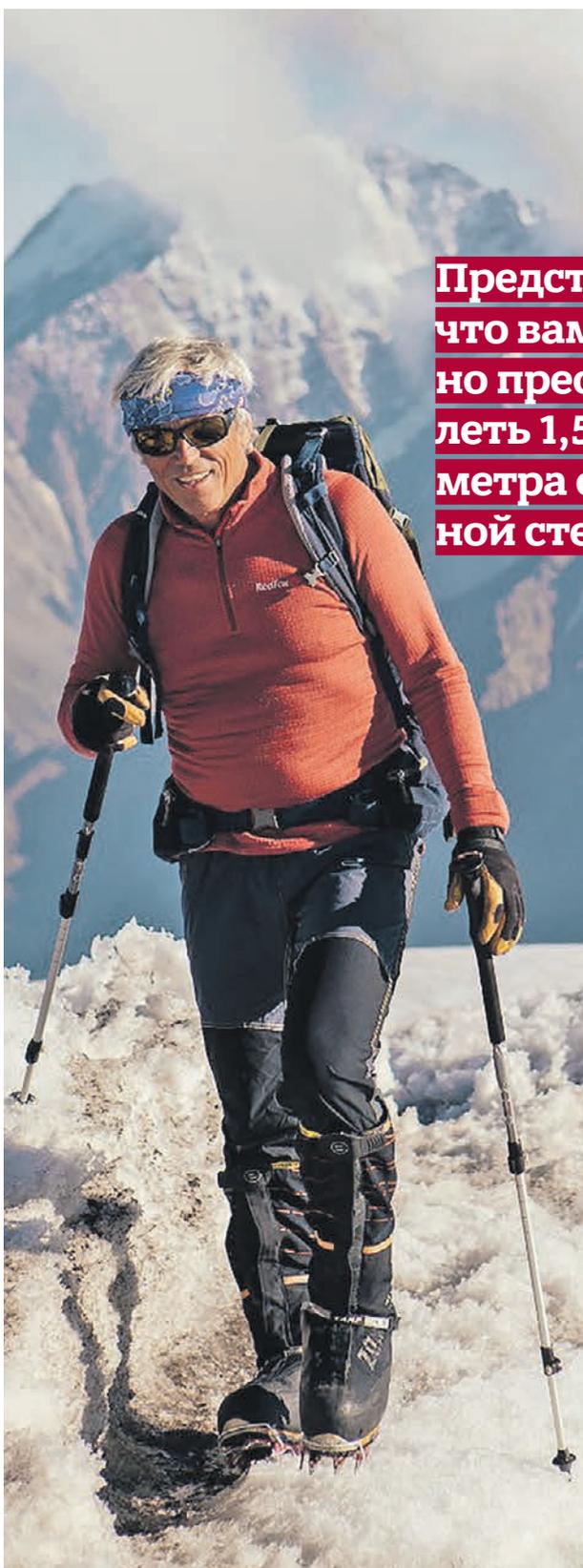
Что сложнее — спуск или подъем?

Любое мероприятие, которое осуществляет альпинист, называется восхождением на гору. Это самодостаточный процесс. Человек заранее готовит снаряжение, свою команду, продумывает маршрут. Когда профессионал доходит до вершины, это еще не конец. Это только кульминация.

ДОСЬЕ

Александр Яковенко родился 17 ноября 1980 года в деревне Виноградовка в Северном Казахстане. Мастер спорта по альпинизму. Совершил восхождения на все семитысячники бывшего Советского Союза. На Эвересте достиг высоты в 8500 метров. Кавалер ордена «Эдельвейс» 2-й степени. Судья всероссийской категории по альпинизму.

Горы невозможно покорить



Представьте, что вам нужно преодолеть 1,5 километра отвесной стены

Очень важно не расслабляться и без происшествий спуститься с горы. Когда ты вернулся домой, тогда твоё восхождение заканчивается. Поэтому и подъем, и спуск всегда имеют большое значение. Хотя больше внимания уделяется все-таки

подъему. Даже при оценке категории трудности восхождения, которая присваивается всем вершинам, спуск не учитывается при рассмотрении сложности. Часто альпинисты возвращаются более простым маршрутом, чем при подъеме. Так легче, ведь ты уже прошел эту территорию.

Какое самое важное качество для альпиниста?

Нужно иметь правильный психоэмоциональный настрой. Потому что восхождение — это всегда экстремальные условия. Придется терпеть все те трудности, что выпадают на долю человека в горах. Также нужно уметь работать в команде. Вы поднимаетесь вместе и несете ответственность друг за друга.

Мечта любого альпиниста — это покорить Эверест?

Многие так считают, но это не правда. Не все мечтают покорить Эверест. Вообще мы не употребляем такое слово, как «покорить». Горы существуют миллионы лет. Их невозможно покорить. Если гора позволила тебе на нее залезть или взойти, то ты молодец. Главное, чтобы она еще и позволила тебе затем спуститься обратно...

Беседу вел Александр Кудрявцев
vecher@vm.ru

Строительство

Приступили к монолиту

■ Вчера в столичном Стройкомплексе сообщили, что станция метро «Улица Новаторов» Троицкой линии готова на четверть.

В настоящее время здесь ведутся земляные и монолитные работы. Как сообщил заместитель мэра Москвы по вопросам градостроительной политики и строительства Андрей Бочкарев, завершается возведение ограждающих конструкций. Генеральный директор инжинирингового холдинга — управляющей компании по строительству новых линий метро Юрий Кравцов рассказал, как осуществлялась проходка тоннеля. Ее начали год назад.

— Механизированный комплекс по имени «Светлана» завершил проходку левого перегонного тоннеля протяженностью 2773 метра между станциями «Университет

Дружбы народов» и «Улица Новаторов» строящейся Троицкой линии метро, — сообщил он. — Завершение проходки соседнего, правого перегонного тоннеля на этом участке ожидается до конца года.

Щит прошел на глубине до 30 метров в условиях плотной городской застройки. Троицкая линия метро пройдет от Московского центрального кольца до городского округа Троицк. Протяженность ветки составит почти 40 километров. Ожидается, что новой линией метро будут пользоваться около 100 тысяч человек ежедневно. В общей сложности в зоне притяжения данной линии проживают более миллиона человек и работают либо учатся еще несколько сотен тысяч человек.

Василиса Чернявская
vecher@vm.ru

Случайный пассажир Жизнь в метро кипит с раннего утра до глубокой ночи. Запечатлеть один миг, сюжет или случай в подземке мы решили в нашей специальной рубрике.



На днях в Московском метрополитене пассажирами был замечен медведь! Он был небольшой по сравнению с теми, что они видели в зоопарке, и говорил по телефону о чем-то, связанном с бизнесом на Северном полюсе.

Увидели в метро что-то необычное, смешное и интересное? Поделитесь увиденным с нами! Свои фотографии с уточнениями, на какой станции и когда они сделаны, присылайте по адресу:

vecher@vm.ru



1

■ Вчера мэр Москвы Сергей Собянин (на фото внизу) дополнительно выделил из городского бюджета 1,6 миллиарда рублей на закупку препаратов для лечения COVID-19.

Лекарства направят в коронавирусные стационары. Кроме того, препаратами обеспечат пациентов, которые лечатся на дому. Так, в соответствии с рекомендациями Минздрава России им бесплатно выдают противовирусные средства. — Решение о назначении и выдаче конкретных препаратов принимает лечащий врач, — подчеркнул Сергей Собянин.

Лекарства от коронавируса в период пандемии стал выпускать Московский эндокринный завод — крупнейшее в столице фармацевтическое предприятие. Несколько лет назад ему

Лекарств хватит всем

Столичный завод стал выпускать препараты для пациентов с COVID-19

2



Наталья Фоксеева

Противовирусные средства больные получают бесплатно

присвоили статус промышленного комплекса, вместе с которым завод получил налоговые льготы и возможность расширять производство. Теперь в списке выпускаемой продукции у него есть противовирусные препараты и антикоагулянты, которые препятствуют свертыванию крови и образованию тромбов.

— Также в этом году Московский эндокринный завод наладил выпуск оте-

чественных лекарств для облегчения состояния детей с тяжелыми судорогами, — добавил Собянин. — Раньше такие препараты в России не выпускали, их приходилось закупать за рубежом. Мощности завода позволяют выпускать лекарства в различных формах: ампулах, флаконах, шприц-тюбиках, таблетках, капсулах и так далее. При

этом около 70 процентов всей его продукции входит в перечень жизненно необходимых и важнейших лекарственных препаратов. Гордую закупает в основном анальгетики, в том числе для людей с онкологическими заболеваниями. Продукцию завода используют в 124 медицинских организациях.

Также вчера Сергей Собянин провел заседание президиума столичного правительства. По его ито-

8 декабря 2020 года. Укладчик-упаковщик эндокринного завода Татьяна Шишлова (1) Сотрудница МФЦ Ольга Пестова (справа) выдает перчатки москвичке Юлии Барсуковой (2)

Кстати,

вчера мэр утвердил порядок работы «ВетАС» — ветеринарной автоматизированной системы. С ее помощью можно не только записать на прием к ветеринару питомца, но и найти его, если вдруг он потерялся. Сейчас к системе подключены 26 государственных ветклиник города.

гам власти решили открыть флагманский центр «Мои документы» в Юго-Восточном округе, а также новый центр госуслуг поселения Щербинка. Флагманский центр будет работать в одном из корпусов торгово-развлекательного центра «Город», рядом со станцией метро «Нижегородская». Помимо традиционных сервисов, здесь можно будет получить уникальную услугу МИД России «Консультация легализации документов». Ею смогут воспользоваться как российские, так и иностранные граждане. Новый центр госуслуг «Мои документы» в Щербинке планируют открыть в торговом центре «Галерея Щербинка» на Новостроевской улице.

Наталья Тростянская
vecher@vm.ru

Соцподдержка

Продлили заморозку накопительной пенсии

■ Президент России Владимир Путин подписал закон, который продлевает заморозку накопительной пенсии до конца 2023 года.

По предварительной оценке экспертов, такое решение в 2023 году уменьшит трансферт из федерального бюджета пенсионному фонду на 669,3 миллиарда рублей. А в пояснительной записке отмечается, что это не снизит объем пенсионных прав застрахованных лиц в системе обязательного пенсионного страхования. К слову, ранее россияне могли самостоятельно решать, направлять деньги на формирование накоплений или

передать в страховую часть, таким образом увеличив баллы для расчета размера пенсии.

Кроме этого, Владимир Путин подписал федеральный закон об увеличении ожидаемого периода выплаты накопительной пенсии на 2021 год.

— Ожидаемый период выплаты накопительной пенсии, применяемый для расчета ее размера, на 2021 год устанавливается продолжительностью 264 месяца, — говорится в тексте документа.

Закон вступит в силу 1 января 2021 года.

Анна Соловьева
vecher@vm.ru



Илья Питавцев/РИА Новости

1 апреля 2019 года. Сотрудница столичного отделения Пенсионного фонда консультирует посетительницу

Погода вечером

-9°C

Ветер 2–4 м/с

Давление 763 мм

Влажность воздуха 76%



Завтра утром -10°C, без осадков

Тем временем в Ольгинке

Краснодарского края — 10 градусов. — Село располагается в живописном уголке Туапсинского района, в долинах реки Ту и ее притока Кабак, — рассказывает краевед Юрий Иващенко. — Название свое село получило в честь великой княгини Ольги — жены Михаила Николаевича Романова. Также здесь находится и Ольгинская бухта. После распада Советского Союза многие жители остались без работы и стали разъезжаться. Но недавно здесь восстановили два санатория «Орбита» и «Гамма», в которых работают местные жители.

■ **Волонтеры Национального центра помощи детям и Лиги безопасного интернета обнаружили в социальных сетях сообщества, созданные школьниками для срыва дистанционных уроков. Хулиганов могут привлечь к ответственности.**

Сомнительные группы нашли в социальных сетях Twitter и «ВКонтакте», а также в мессенджере Telegram. В них общаются школьники из России, Украины и стран СНГ, обмениваясь друг с другом ссылками на онлайн-трансляции уроков. Особо предприимчивые ребята умудряются на этом даже заработать, продавая информацию.

— Также школьники предоставляют имена одноклассников, под которыми можно зайти на онлайн-урок, — рассказали в пресс-службе Лиги безопасного интернета. — После успешного под-

Приколы отменяются

За нарушение общественного порядка школьники заплатят штраф

опасного интернета Екатерина Мизулина. — Хулиганы в школах были всегда. Однако онлайн-хулиганство — все-таки немного другое дело. Дети думают, что никто не узнает об их шутке, все анонимно, но на самом деле установить их личность не так и сложно. Чтобы вычислить хулигана, достаточно узнать IP-адрес устройства, с которого он заходил на урок. Запрос в компанию — разработчик сервиса для видео-

Хулиганы создают группы в социальных сетях, где обсуждают срыв уроков

ключения к уроку хулиган обычно выкрикивает неприличные слова, рисует на общем экране что-то провокационное, что и приводит к срыву урока.

Подобные случаи зафиксировали во время онлайн-уроков во многих регионах, в том числе в Москве. На ситуацию обратили внимание родители школьников, они и обратились к экспертам с просьбой во всем разобраться.

— Конечно, все это свидетельствует об определенной усталости детей от дистанционного образования. Им скучно, и они пытаются таким образом развлечь себя и одноклассников, — считает директор Лиги без-

Кстати,

эксперты Лиги безопасного интернета хотят обратиться к создателям сервиса для проведения видеоконференций с предложением усовершенствовать настройки онлайн-трансляций, чтобы ограничить круг лиц, которые смогут перейти по ссылке и присоединиться к уроку.



Наталья Тростянская
vecher@vm.ru

конференций могут сделать сотрудники полиции на основании заявления, например от директора школы.

— Наказать могут за мелкое хулиганство, — рассказал управляющий партнер юридической компании, член Ассоциации юристов России Николай Пивоваров. — Здесь и нарушение общественного порядка, которое выражается в явном неуважении общества. За это предусмотрен административный штраф в размере от 500 до 1000 рублей или арест до 15 суток. Если хулиган еще несовершеннолетний, то по статье 5.35 Кодекса России об административных правонарушениях могут привлечь его родителей или опекунов — за неисполнение своих прямых обязанностей или ненадлежащее воспитание ребенка. А это предупреждение или штраф от 100 до 500 рублей.

Происшествия

И арбалет вдобавок

Столичные полицейские возбудили уголовное дело по факту кражи из офиса в бизнес-центре на юге столицы. К правоохранителям обратился пенсионер и рассказал, что неизвестный сломал замок и проник в офисное помещение одной из компаний. Все сотрудники предприятия сейчас находятся на удаленке, поэтому внутри на тот момент никого не было.

В результате пропали два декоративных арбалета «Стриж» и «Леопард», мультимедийная система, более одного миллиона рублей и личные документы. Полиция разыскивает преступников.

Разбой перед полетом

Вчера правоохранители задержали в аэропорту Внуково 28-летнего без-



работного мужчину, который днем ранее пытался совершить разбойное нападение на магазин на северо-востоке Москвы. По словам кассира супермаркета, обратившегося к сило-

викам, злоумышленник с ножом угрожал ему и пытался похитить деньги из кассы. Однако по непонятным обстоятельствам не довел свой умысел до конца и скрылся. Уже вечером на следующий день его поймали. Возбуждено уголовное дело о разбое.

Освободили запертую пару

Спасатели Московского авиационного центра помогли пожилой паре, оказавшейся запертой

в собственной квартире. Слепой дедушка в возрасте 93 лет сидел около входной двери и звал на помощь. Его услышали соседи и вызвали подмогу. Спасатели проникли в квартиру через окно по лестнице. В коридоре они нашли неходящего мужчину. А в комнате на полу сидела сильно истощенная 89-летняя женщина. Специалисты вызвали бригаду скорой помощи и передали пострадавших врачам.

Анна Балюк
vecher@vm.ru

Культура

Сказка про принца начинается

■ **В пятницу, 11 декабря, в Театре кукол имени Сергея Образцова состоится премьера спектакля «Маленький принц».**

Постановку на сцене театра представят впервые — «Маленький принц» стал премьерой 90-го юбилейного сезона театра. А еще грядущий год предвещает знаменательную дату для учреждения — 120-летие со дня рождения его предводителя, режиссера Сергея Владимировича Образцова. — Этот спектакль всегда просился на сцену Театра кукол Образцова. Он позволяет в драматическом театре для роли главного героя надо искать такого же юного актера, а здесь ты волен, как в книжке, сделать образ. Поэтому, на мой взгляд, это очень удачный материал для театра. В нем сама природа кукольная, — отметил режиссер постановки, актер театра «Мастерская Петра Фоменко» Юрий Титов.

В приоритете у тех, кто работал над постановкой, — уважение к автору, а потому зрители увидят почти классическое прочтение его творения. Главных персонажей сказочной повести сыграли выпускники Щукинского театрального училища — актеры театра и кино София Элик и Александр Городиский.

— Здесь у нас предельное уважение к автору, но одновременно с этим щукинское хулиганство. Мы пытались в данном сплаве оставить и философию, и выявить природу юмора, которая там есть, — добавил Титов.

Мария Берова
vecher@vm.ru



Постановку в театре представляют впервые



Поход в магазин за продуктами или другими товарами — ежедневный ритуал каждого москвича. И многообразие на полках порой вводит в ступор. «Вечерка» в новой рубрике «По ГОСТу» решила разобраться, что нам предлагают производители на самом деле.

Рыжий витамин

■ Врачи утверждают, что цитрусовые — лучшие помощники в укреплении иммунитета. Эксперты Роскачества рассказали «Вечерке», какие из этих фруктов наиболее эффективны. Редкий новогодний стол обходится без мандаринов. Ни для кого не секрет, что большую роль в борьбе с вирусами играет витамин С. В Роскачестве отметили, что чемпионами по его содержанию являются не кислые лимон и лайм, а помело, апельсин и грейпфрут. — Чтобы обеспечить дневную норму, достаточно съесть один крупный

Иммунитет укрепляют помело и грейпфрут

апельсин, половину большого грейпфрута или одну четвертую помело, — уточнили эксперты организации. Кроме того, цитрусовые богаты фолиевой кислотой, которая отвечает за правильный рост клеток и целостность ДНК, работу сердца и сосудов, кроветворение и полноценное функционирование нервной системы. Чемпионы по ее содержанию среди цитрусовых — кумкваты и мандарины, а вот в помело ее нет совсем.

Прямая речь



Елена Павлова
Специалист инспекции по качеству пищевой продукции (МосГИК)

В осенне-зимний период организм особенно нуждается в витаминах. В предновогодний период прилавки магазинов заполнены цитрусовыми, и можно совместить приятное с полезным — полакомиться вкусными фруктами и порадовать иммунитет витамином С.

Качество

Выбираем упругие, гладкие и чистые

■ Специалисты Государственной инспекции Москвы по качеству сельскохозяйственной продукции (МосГИК) рассказали читателям «МВ», как правильно выбирать цитрусовые. В первую очередь рекомендуется обращать внимание на внешний вид фруктов. — Плоды должны быть чистые, упругие, без повреждений, ушибов, не увядшие, без пятен на кожуре, с ровно срезанной у основания плодоножкой, — отметили эксперты. Специалисты добавляют, что можно покупать плоды с отпавшей, но не вырванной плодоножкой. Во втором случае от покупки плодов лучше отказаться, поскольку в место ее крепления с плодом могут попасть микроорганизмы. — По такому же принципу не покупайте плоды загнившие, зеленые, заплесневевшие, подмороженные и с повреждениями, затрагивающими мякоть, — добавили в инспекции по качеству сельскохозяйственной продукции, сырья и продовольствия.

Кстати, у разных видов цитрусовых отличаются и условия хранения. — Чем выше температура в стране выращивания, тем выше температура хранения. Например, абхазские мандарины рекомендуют хранить при температуре 2–3 градуса, а средиземноморские — 5–7 градусов, — уточнили в столичной госинспекции. В ведомстве рассказали, что апельсины хранят при 2–9 градусах тепла, мандарины — при 3–8 градусах. Лимоны, лаймы и грейпфруты — при 8–12 градусах, помело и кумкват — при 10–12 градусах.

Справка

Суточная потребность взрослого человека в витамине С — 90 миллиграммов. Увеличивать ее не стоит, поскольку избыток не будет усваиваться. Организм не может запасать витамин впрок, поэтому поступать он должен понемногу.



ФОРМУЛА РУКОДЕЛИЯ МОСКВА. ЗИМА 2020



ДАНИЛОВСКИЙ
EVENT HALL

Даниловский Ивент-холл
м. Тульская, м. Павелецкая
ул. ДУБИНИНСКАЯ, д. 71, СТР. 5

18+20
ДЕКАБРЯ



ГЛАВНАЯ ТЕМА:
«СОЗВЕЗДИЕ
ЖЕЛАНИЙ»



ЛУЧШИЕ ИДЕИ ДЛЯ ПОДАРОКОВ И ПРАЗДНИЧНОГО НАСТРОЕНИЯ

ВЫШИВКА + ВЯЗАНИЕ + ШИТЬЕ + ДЕКОР
Расходные материалы и инструменты для творчества
Авторские работы

КУПИТЬ БИЛЕТ
НА САЙТЕ:

WWW.FORMULARUKODELIYA.RU

Реклама

Продавец: ООО «Формула рукоделия», 109457, Москва, ул. Зеленодольская, д. 36/1-221, ОГРН 5087746529085.

6+

Питание

Апельсиновый фреш натошак мешает худеть

■ Разнообразие цитрусовых позволяет каждому человеку подобрать для себя фрукт по вкусу и калорийности.

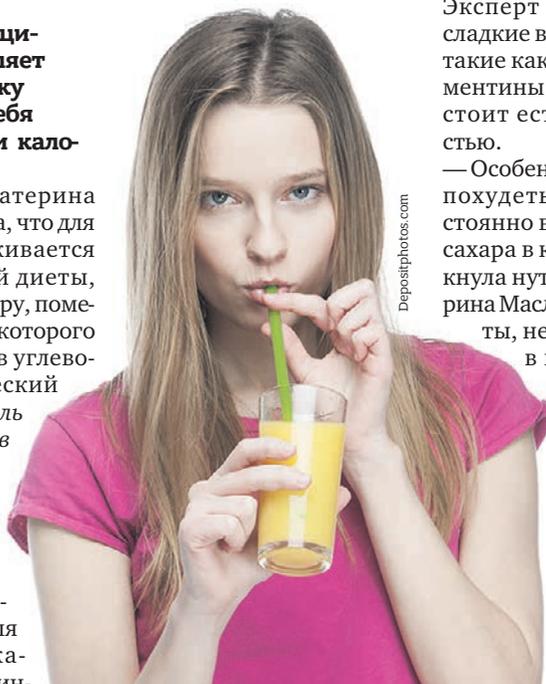
Нутрициолог Екатерина Маслова отметила, что для тех, кто придерживается низкоуглеводной диеты, подойдет, к примеру, помело, в 100 граммах которого менее 10 граммов углеводов, а гликемический индекс (показатель влияния углеводов в продуктах на изменение уровня глюкозы в крови. — «МВ») равен 30. — Или лимон с рекордно низким для фруктов содержанием сахара — один-

два грамма на среднего размера плод, так что его ломтик смело можно добавлять в чай или подавать с рыбой, — уточнила она. Эксперт рассказала, что сладкие виды цитрусовых, такие как апельсины, клементины или мандарины, стоит есть с осторожностью. — Особенно тем, кто хочет похудеть или у кого постоянно высокий уровень сахара в крови, — подчеркнула нутрициолог Екатерина Маслова. — Эти фрукты, несмотря на то что в них всего около 50 килокалорий на 100 граммов

веса, содержат довольно много сахара. В одном среднем апельсине содержится примерно 12 граммов сахара, в клементине — семь, в мандарине — около шести. Очень полезен и вкусен свежевыжатый сок цитрусовых. Но чересчур увлекаться им не стоит, особенно апельсиновым фрешем. — Многие уверены, что это очень полезный продукт, готовят себе стакан фреша на завтрак и пьют его на голодный желудок. Но, кроме витамина С и антиоксидантов, в нем около 18 граммов сахара, — отметила эксперт. — Выпивая стакан сока натошак, вы провоцируете резкий скачок уровня сахара в крови, что приводит к резкому выбросу гормона инсулина. А это чревато...

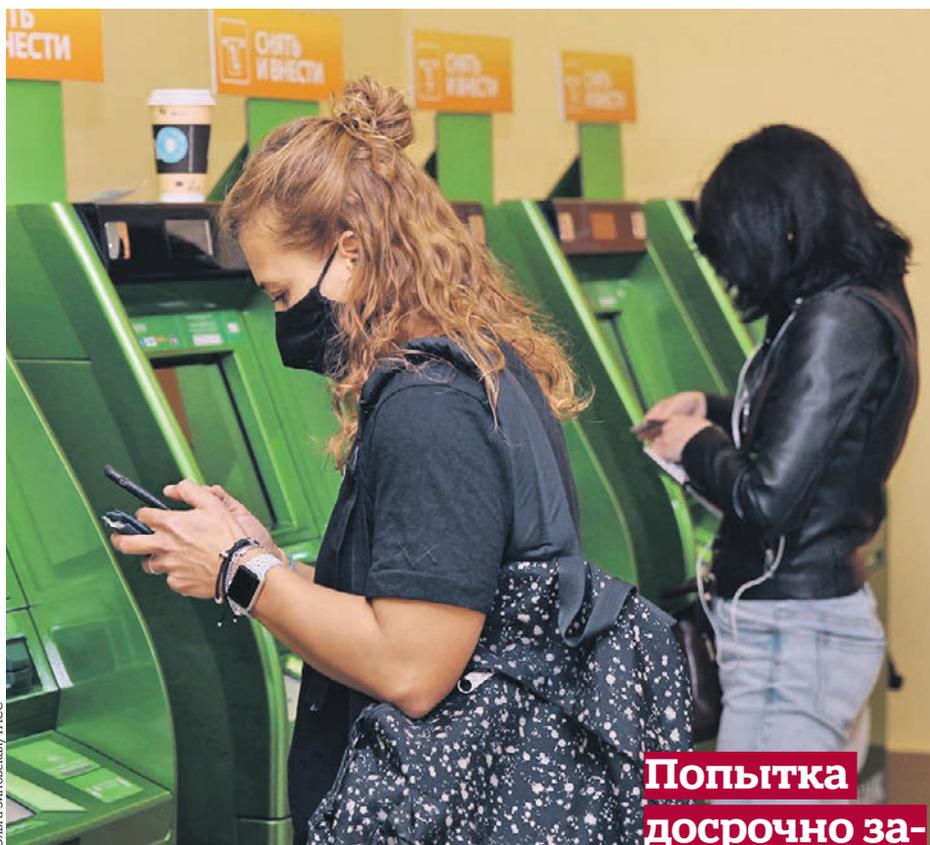
Фреш натошак приводит к резкому скачку уровня сахара в крови. Поэтому утром лучше пить другие напитки

Подготовила
Марьяна Шевцова
vecher@vm.ru



Вклад без возврата

Когда банк может отказаться отдавать деньги



Ольга Зинюшкая/ТАСС

Вкладчики московских банков все чаще обнуляют счета и переходят на наличный расчет

■ Банки бьют тревогу: люди массово закрывают счета. Вкладчиков же беспокоит возврат их денег. «Вечерка» выяснила, в каких ситуациях кредитная организация может не вернуть средства.

По словам первого вице-президента «Опоры России» Павла Сигала, таких вариантов, по счастью,

немного, но знать про них полезно. — Чаще всего в возврате средств отказывают, когда счет арестован. Еще одна причина: если человек требует вернуть вклад раньше, чем обозначено в договоре. Тогда вам могут вернуть сумму за вычетом санкций. Так что внимательно читайте бумаги, — советует Сигал.

Попытка досрочно забрать средства может повлечь санкции

Как говорит финансовый аналитик Сергей Докучаев, бывает, в возврате средств отказывают, если речь идет о крупной сумме, а клиент не озаботился заранее известить банк.

Налоговая уловка

Российские банкиры предложили способ ухода от налога на доход по вкладам, который будет взиматься с 1 января 2021 года. До конца этого года можно открыть вклад с авансовой выплатой процентов по нему. Вы кладете на депозит, допустим, миллион рублей под четыре процента годовых. И тут же, а не через год, получаете доход по вкладу — 40 тысяч рублей. Поскольку доход получен в 2020 году, то есть до вступления в силу закона, платить 13-процентный подоходный налог с суммы не придется. Подобные вклады редкость, и проценты по ним невысоки.

— Лучше загодя написать заявление о закрытии вклада или снятии с него части средств. Деньги вы получите через три-пять рабочих дней. По закону банк обязан вернуть деньги не позже семи дней с момента получения письменного заявления, — поясняет Докучаев.

Никита Мионов
vecher@vm.ru

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА

Константин Ламин

Председатель комитета по аналитике и статистике Гильдии риелторов Москвы



Застройщикам придется снизить цены на жилье

Некоторые участники рынка недвижимости считают, что в следующем году цены на квартиры в новостройках продолжат расти. В 2020 году стоимость жилья действительно увеличилась из-за повышенного спроса, спровоцированного программой льготной ипотеки. На мой взгляд, летом 2021 года, когда действие государственной программы закончится, потребительский интерес резко понизится, застройщикам придется снова

корректировать цены — внедрять скидки, акции, выгодные программы. Поэтому мы не прогнозируем существенного повышения цен в следующем году, и даже, наоборот, во второй половине 2021 стоимость квартир существенно снизится.

В этот же период может возникнуть ипотечный дефолт. Многие люди, которые купили жилье по сниженным ставкам в 2020 году, из-за нестабильной экономической ситуации просто не смогут выполнять свои кредитные обязательства. Весь год на первичном и вторичном рынках жилья будут появляться квартиры заем-

щиков с невыплаченной ипотекой. Если в ближайшее время вы хотите воспользоваться программой льготной ипотеки и приобрести жилье, то я рекомендую здраво оценить свое финансовое положение на несколько лет вперед. Если вы считаете, что кризис не отразится через два-три года на вашем заработке, то, конечно, покупайте жилье. И вторая рекомендация — подходите к выбору квартиры осознанно. Не ведитесь на



Мнение автора колонки может не совпадать с точкой зрения редакции «Москвы Вечерней»

низкие ставки и заманчивые акции. Сейчас многие люди, подогреваемые программой льготной ипотеки, действуют по принципу «лишь бы купить». Но вы должны быть уверены, что там, где вы хотите приобрести жилплощадь, через пару лет будет нормальная инфраструктура. Также обращайте внимание на качество строительства. Особенно это касается новостроек в Подмоскovie и Новой Москве. Иначе в будущем вы столкнетесь с ситуацией, что квартиру невозможно продать. Поэтому, прежде чем взять кредит, проконсультируйтесь с риелтором и оцените все риски.

Желудок и Печень в порядке!



ДИДЖЕСТОН
комплекс растительных компонентов для нормализации работы желудка



<https://newnutrition.ru/>
Интернет-Аптека:
8 800 250 9392



ГЕПАТОЛ
четырёхкомпонентная защита печени



РЕНЕССАНС

ООО «БИОТЭК», ОГРН 1027739296463, ИНН 7713053544, фармацевтическая лицензия № ФС-99-02-007136 от 23 апреля 2019 года

Елочные базары еще не открылись, но полки магазинов уже сейчас ломятся от всевозможных новогодних украшений. «Вечерка» узнала у модельера-дизайнера Людмилы Макаровой (на фото), как подобрать идеальные украшения для живой зеленой красавицы или искусственной елки.

Убранство хвойной гостьи может быть разным. Например, в стиле винтаж, когда елка становится таинственной и уютной. Очень актуальны валяные игрушки и всевозможные фигурки в стиле ретро, которые можно создать самим. Они такие милые, облегченные, экологичные и безопасные. И если упадут — не разобьются. Деревянные игрушки сейчас тоже актуальны.

Лучше, конечно, чтобы они были не тяжелыми, а то ветки елки согнутся. Крайне модно украшать елку конфетами, имбирным печеньем, пряниками. Существует очень много рецептов для приготовления этих сладостей.

Не столько популярны изделия из соломы или ваты. Наверное, отчасти из-за того, что они пожароопасны. Ведь многие любят жечь дома бенгальские огни.

Также на пике — фигурки из фетра, которые вы можете создать сами. Этот материал легко режется, клеится и шьется. Только не стоит забывать, что он пожароопасен. Валяные игрушки тоже возвращаются, но из-за своей большой плотности не столь быстро.

Есть еще тенденция украшать елку зверюшками — символами года. 2021-м будет владеть Бык. Судя по всему, многие захотят видеть на своей лесной красавице именно это животное. Но, как мне кажется, в нашей стране самой любимой игрушкой был и остается медвежонок.

Что касается героев мультфильмов, найти сейчас привычных нам зайчиков и белочек не так-то просто. В тренде в основном единороги, роботы и другие персонажи не из живой природы.

Не в тренде дождик и мишура. Но если вы хотите окунуться в стиль ретро — они как раз подойдут. Популярны гирлянды — со звездочками, в виде инея, разноцветных растений. А вместо мишуры все чаще используют ленты: кружевные, шелковые, льняные. И можно завязать на елках красивые банты. В интернете есть мастер-классы, где можно этому обучиться.



Блестят игрушки чудеса

В стиле эко

На пике моды — экостиль. В том числе в украшении елок. В центре композиции, конечно, живая ель. В качестве декора подойдет имбирное печенье с узором (человечки, домики), игрушки из натуральных материалов — бумаги, ткани, соломы или дерева. Выберите простые формы — шары, звезды, ангелочки, колокольчики или фигурки животных. Оттенки — пастельные. Если хотите добавить яркости, остановитесь только на одном насыщенном цвете. Если акцентов будет больше, композиция может развалиться.

Полный шик

Стиль шебби-шик, в основе которого пастельные тона и кружево, отлично подойдет любителям помпезности и романтики. Главный принцип шебби-шика — многослойность и массивность. Декорировать лучше искусственную ель и заполнить игрушками или цветами почти всю крону новогоднего дерева. Подойдут крупные банты, бусы и жемчуга, перья, игрушки, украшенные бисером, пуговицами и кружевом. Главное — выдержать единую палитру — как правило, в бледно-розовых оттенках. Но добавить можно и украшения белого, серебряного или золотого цветов. Нарядная, богатая, массивная елка шебби-шик особенно удачно впишется в квартиру с классическим дизайном.

Сладкий выбор

В декорировании можно и вовсе обойтись без игрушек и украсить елку сладостями — печеньями, конфетами, леденцами. Если выбрать, например, только советские сладости, то елка получится тематической. А еще можно подобрать фантики по цвету, размеру или форме.

Вместо мишуры лучше использовать кружевные или шелковые ленты

Прямая речь



Екатерина Потапова
Дизайнер-модельер

Необязательно за украшениями идти в магазин. Будет душевно, если вы их сделаете сами. Советую взять небольшую куклу или мягкую игрушку и сшить им яркую одежду, например, пышную юбку или смешной колпак с помпоном. Классно смотрятся и сшитые шарики из меха или бархата белого цвета — подобие снежных комочков. Можно смастерить сердечки и украсить их бусинами. Или берем кружево в дополнение к гирляндам и развешиваем его по веткам. Засыпать елочку искусственным снегом тоже не помешает. В общем, фантазируем бесконечно.

Дерево Санты

Яркая елка в стиле Merry Christmas впишется в любой интерьер. Да и украсить ее несложно. В качестве игрушек можно использовать новогодние леденцы, носочки, имбирные пряники, бантики в клетку, шары и сосульки, шапочки Санта-Клауса или его мини-фигурки, домики, бусы, мишуру и другое. Лучше, если украшения на зеленой елке в большинстве своем будут красного цвета.

Как украсить елку совет...

Большой гламур

Перьевые бусы в форме домика принадлежат к сумочкам, туфлям (мад) или скамьям. Это делает елочку гламурной. Доминирующим цветом, конечно, розовым. Разнообразить можно глянцевыми игрушками в малиновом и коралловом цветах, украшениями со стразами, веселыми мягкими игрушками, лентами, ленточками. Они отлично смотрятся на елочке. Цвета.



к
асить
огодную
у
зкусом

е
а!

а, игруш-
амских
остей
ель, по-
вочных
— все
ашу
рной.
ций цвет,
овый!
ть декор
евыми
сочном
нежном
двеве-
иями
под-
ними
блест-
нами.
будут
а искус-
е белого



Назад в детство

Особый шарм елке придаст ретростиль. Старые игрушки, будто из детства, разбудят самые теплые воспоминания и чувства. Стекланные шишечки, сосульки, шарики, фигурки снеговиков, белочек, зайчиков, Деда Мороза и Снегурочки, бумажные фонарики, гирлянды, дождик, мишура и многое другое — все это наверняка многие из нас хранят на антресоли. А потому украсить елку не составит особого труда.

Добавь старины

Добавить немного очарования прошлых лет можно, украсив елку и дом в стиле винтаж. Фигурки с героями старинных легенд, ангелы, шары с искусственно состаренной поверхностью, колокольчики, ватные птички, картонные лошадки, а также декорированные ветки с помощью парчи, фатина, фарфоровых игрушек сделают елочку изысканной и элегантной. Особенно если выдержать украшения в пастельных тонах или взять за основу сочетание серебра с лазурным цветом или же золота с изумрудным.

Цветочное убранство

В последнее время стало популярно украшать новогоднюю елку... цветами. Для такого дизайна подходят крупные искусственные раскрытые бутоны розы, пуансеттии, колокольчиков, георгинов и магнолии. В это обилие цветов гармонично вписываются листики, ягоды, крупные однотонные шары, звезды, сердечки, ленты, бантики и многое другое.

Акцент на натуральность

Стилю кантри присуще изобилие деревянных элементов, шишек, желудей и других натуральных украшений, которые делают елочку «живой». Так, сюда отлично подойдут фигурки различных животных и птиц — ежей, сов, лисичек, изготовленных из простых материалов — дерева, бечевки или мешковины. Отлично подойдут и игрушки в виде грибов, листьев из папье-маше, бересты.

Ближе к природе

Елка из поленьев, сухих веток идеально подойдет любителям природы. Украшать такое дерево лучше легким и воздушным декором — гирляндами, мягкими игрушками, бантами, фигурками или шарами. На верхушке обязательно должна быть звезда. Здесь важно не переборщить, чтобы игрушки не перекрывали весь шарм елки.

Как душе угодно

Украсить елку можно и игрушками, сделанными своими руками: из бумаги, соленого теста, дерева, соломы, пластилина, ткани, ваты и так далее. Можно придерживаться конкретного стиля, а можно действовать лишь по зову сердца. В этом случае такой елки, как у вас, точно больше ни у кого не будет.

Любителям мультиков

Как правило, больше всех Новому году радуются дети. А потому семьям с малышами и тем, кто хочет мысленно вернуться в детство, подойдет идея украсить праздничное дерево сказочными персонажами: Щелкунчик, Кролик из «Алисы в Стране чудес», Баба-яга... Чтобы сделать елку современнее, украсьте ее персонажами новых мультиков: Машей и медведем, фиксиками, мишками Тедди, различными куклами. Композицию разбавят банты, мишура, шары и другие традиционные украшения.



Пандемия сказывается



2020 год был непросто для всего мира, однако это не мешает людям относиться к нему с иронией. В магазинах можно найти статуэтки в виде Деда Мороза,

лицо которого прячет защитная маска. Кроме этого, продаются и защитные маски, декорированные новогодними принтами, блестящими и даже мишурой. Интернет-магазины пестрят «коронавирусными» игрушками. Например, продавцы предлагают Санта-Клауса, у которого в мешке санитары, туалетная бумага и респираторы.

Бриллианты для красавицы

Спрос на советские елочные украшения из стекла, ваты и картона ежегодно растет на 15 процентов. Особенно популярны игрушки, например, из серии «Чиполлино» — самая дорогая из них стоит сейчас около 120 тысяч рублей.

Такая востребованность связана как с высоким качеством изделий, так и с тем, что для многих это возможность сохранить теплые воспоминания о прошлом. Но и современные новогодние игрушки могут кружить головы своей стоимо-

стью. Например, Versace Home, KrebsGlasLauscha, Hallmark Jewellers, Swarovski, Cartier выпускают новогодние коллекции с драгоценными камнями. Их стоимость может варьироваться от 100 до нескольких десятков тысяч евро.

■ **Завтра в прокат выходит фильм «Неадекватные люди 2». Главную роль в нем сыграла Ингрид Олеринская, которая обрела популярность после первой части этой картины. Актриса рассказала «Вечерке», как с тех пор поменялась ее жизнь, о кумире детства и собственной простоте.**

Ингрид, сложно ли было на съемках? Актёрский состав остался прежним, хотя с выхода первой части прошло десять лет...

Сложности есть на любой площадке. Но если главная роль в первом фильме далась мне очень нелегко, потому что это был мой дебют и я тогда была еще совсем зеленой, не понимала, что происходит вокруг меня, то теперь сложности были другие. Мы все за десять лет изменились. Но я не чувствовала, что работаю с уже совершенно другими людьми. Все мы остались близкими и родными.

Вы сами по характеру похожи на свою героиню Кристину?

Определенно есть сходство. Причем я похожа и на Кристину в первой части, и на ту, которую зритель увидит во второй. Я в 17 лет была еще похуже своей героини.

Такая же острая на язык. Помните, в первой части фильма Кристина поссорилась с учителем по английскому языку? У меня даже в жизни была такая ситуация, только я тогда училась в университете. А потом я, как и она, стала искать свое место в жизни. В итоге мы обе нашли свой путь.

Ваше попадание в киноиндустрию похоже на историю Золушки. Почему именно вас утвердили на главную роль в первой части «Неадекватных людей»?

До сих пор не знаю. На кастинг пришла случайно: просто гуляла в этот день,

проходила мимо. Я оказалась в нужное время в нужном месте. Я была хамоватой девочкой, в которой режиссер почему-то увидел нужный ему типаж.

Вы с детства мечтали о карьере актрисы?

Как и все маленькие девочки, я грезила стать певицей, артисткой, моделью. Пела в расческу песни Татьяны Булановой, Натальи Орейро, устраивала концерты, модные показы. Но я грусиха. Ничего не делала для этого. А видите, как получилось. Наверное, судьба.

Вы дебютировали в кино в 17 лет. Сложно было жить с обрушившейся на вас популярностью?

Я долго не могла осознать, что стала известной. После съемок даже казалось, что это одноразовая акция, было некоторое затишье. А потом, когда фильм вышел,

Кто-то просто перестал общаться со мной, говорили, зазналась. Кто-то, наоборот, набивался в друзья, а когда я не проявляла должного участия, обижались и начинали переминывать мне кости за спиной. Но я не страдала. Главное — со мной остались самые близкие.

Вы верите, что существует дружба между мужчиной и женщиной? Безусловно. Большинство моих друзей — мужчины. Это здорово, когда у парней есть свой взгляд на твои женские проблемы. Я думаю, что просто нужно сразу разграничивать дружбу и романтические отношения,

Когда стала популярной, некоторые друзья перестали со мной общаться

Карьера важнее семьи

Актриса Ингрид Олеринская о звездной болезни, мечтах о Голливуде и сплетниках

мне стали писать известные люди, те, кого я раньше видела по телевизору. И тогда я поняла — меня знают.

В начале карьеры сталкивались с тем, что ваши друзья вам завидовали, переставали общаться, предавали?

Конечно. Когда ты обретаешь популярность, телефонная книжка сразу же редееет.

говорить об этом прямо, не флиртовать.

Страдали звездной болезнью?

Если честно, я за собой этого не замечала. Но моя мама говорила, что я задираю нос, была высокомерной, что у меня «лицо кирпичом». Но она быстро объяснила мне, что не надо себя так вести.



Детали к портрету Ингрид Олеринской

■ **Любительница пощекотать нервы.**

В феврале 2019-го вышел триллер «Стрив», в котором Ингрид исполнила главную роль. Съемки проходили на Эльбрусе, на высоте четыре тысячи метров. В этом проекте актриса, любительница экстрима, реализовала свои мечты о приключениях. Группа друзей в горах решила пощекотать себе нервы.



■ **Личная жизнь под секретом.** Ингрид Олеринская — одна из самых скрытных российских актрис. Девушка никогда не рассказывает публично о своих романах. О ее личной жизни можно судить по соцсетям. Иногда она публикует там снимки с новым избранником, но подробностей не дает.



■ **Старовата для училища.** У Ингрид нет специального актерского образования. Во время съемок в дебютном фильме она бросила учебу, но так и не поступила в другой вуз. Девушка хотела бы выучиться на актрису, но для театрального училища она уже старовата. Ингрид планирует прослушать профильные курсы за границей.



■ **Представлялась Ингой.** Отец Олеринской назвал дочь в честь шведской актрисы Ингрид Бергман (на фото). В детстве девочка стеснялась необычного имени и представлялась Ингой. Но потом поняла, что быть Ингрид — круто.

■ **Отрицательный персонаж.** Ингрид мечтает сыграть в кино роль душевнобольного человека или даже маньяка, которого в конце фильма ликвидируют. Актриса говорит: «Мне явно не до тургеневских женщин». Хотя от роли в историческом кино, где нужно будет носить костюмы того времени и говорить как дворянские барышни, Ингрид тоже не отказалась бы.



Часто ли к вам подходят за автографом, сфотографироваться?

Удивительно, но меня даже в маске узнают. Я стараюсь никогда не отказывать в таких просьбах, но, если честно, до сих пор этого очень стесняюсь. Особенно неловко себя чувствую, когда некоторые начинают показывать на меня пальцем и громко обсуждать.

Каким своим проектом гордитесь больше всего?

Для меня, как ни крути, «Неадекватные люди» — самый лучший и родной проект. Именно благодаря ему я стала актрисой. Но каждый фильм и сериал меня определенно чему-то научил.

А что для вас важнее: семья или карьера?

Отвечу честно: карьера. Если у меня появятся семья, дети, то это, мне кажется, прекрасно впишется в мою жизнь и ничего не нарушит. Пока я молода, мне хочется добиться всего, у меня много амбиций. Так что сейчас я не готова выбирать.

Какой вы видите себя через 10 лет?

Я не буду кричать, что мечтаю об «Оскаре». Слишком громкое заявление. Но мне было бы очень интересно поработать за рубежом. Ведь в мире нет ничего невозможного. Кстати, я с трех лет влюблена в Брюса Уиллиса. Родители часто смотрели боевики с его участием. В 1990-е годы они были очень популярны. И с тех пор он мой герой. Даже свою собаку я назвала Брюс Уиллис. Понимаете, насколько сильное чувство? Однажды я оказалась на съемочной площадке в Америке, где работал оператор, который был знаком с Брюсом Уиллисом. Я тогда подумала: «Как же я близка».

Несмотря на свою известность, вы до сих пор пользуетесь общественным транспортом. Какие еще привычки обычного человека сохранились?

ДОСЬЕ

Ингрид Олеринская родилась 14 марта 1992 года в Рязани. Летом 2009 года поступила на географический факультет Московского педагогического государственного университета. В это же время прошла кастинг на главную роль в фильм «Неадекватные люди». Известна по ролям в проектах «Корабль», «Лондонград. Знай наших», «Отрыв» и другим.

Многие! Обожаю метро и трамваи. Это очень удобно. Часто выхожу из дома в растянутых трениках, некрашенная. Мне так комфортно. Сама хожу за продуктами. Обожаю готовить. Все хвалят мои сырники, блинчики, борщи, котлеты. Гуляю с собакой во дворе. Я обычный человек.

Вы сторонница здорового образа жизни. Это дань моде?

Мне просто так комфортно. Я не ем красное мясо уже лет 10. На спорте тоже не помешана. Раньше ходила на бокс, но три года назад бросила. Наросли мышцы, я стала очень крепкой. Решила срочно «сдувать» это безобразие. Сейчас только пилатес и растяжка. Зато обожаю процедуры по коррекции фигуры: массажи, обертывания. И много хожу.

Как будете отмечать Новый год? Дома. Для меня это семейный праздник. Ни разу не отмечала Новый год где-то с друзьями, в шумных компаниях. Всегда в Москве с родными. Обязательно поставлю елку. Это традиция детства.

Беседу вела Ирина Ковган
vecher@vm.ru

■ **Могла работать в журнале.**

Олеринская никогда не планировала стать актрисой. Но она всегда хотела иметь творческую профессию. Девушка признается, что если бы не попала в киноиндустрию, то, скорее всего, занялась бы рекламой, пиаром или стала бы работать в глянцево-изданиях.

■ **Трагедия.** Самым сложным для Ингрид было пережить смерть отца в 2010 году. Он был ей настоящим другом. После этого трагического события актриса надолго ушла в себя, не хотела ни с кем разговаривать. Но потом она вспомнила, как гордился ею отец, когда она сообщила, что будет сниматься в кино. Тогда девушка поняла, что нужно жить дальше.



Содержать нет сил

Артистам стало трудно платить музыкантам

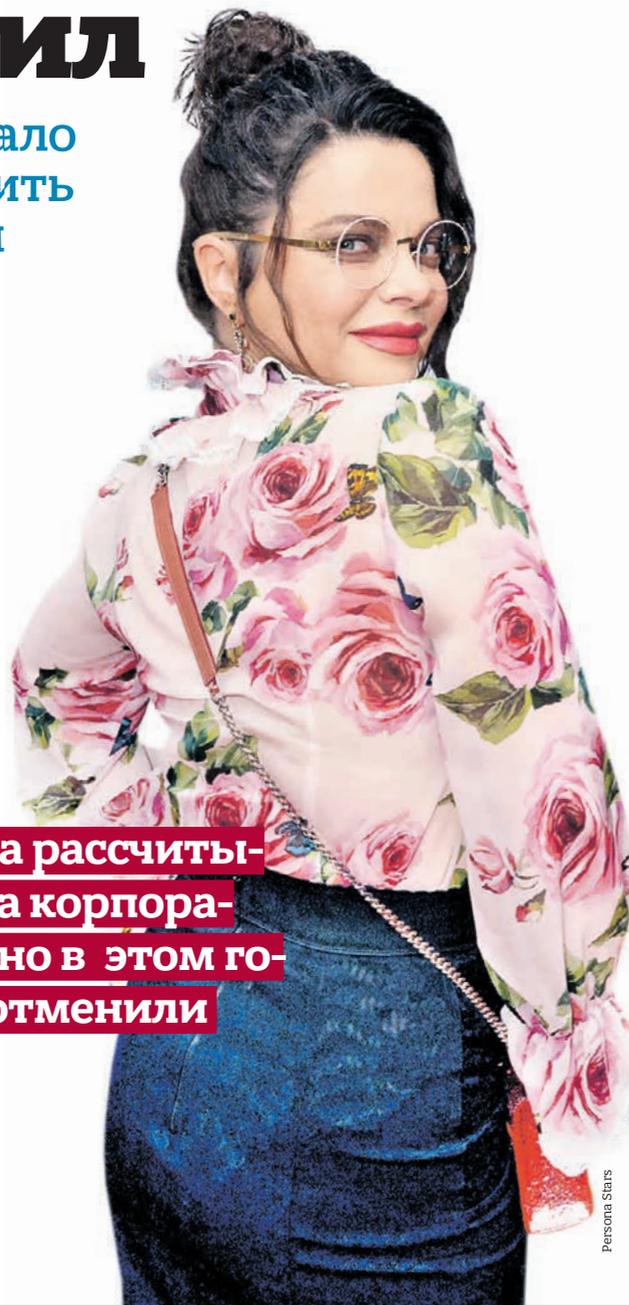
■ **Певица Наташа Королева объявила о роспуске своего музыкального коллектива. Причиной тому стали финансовые трудности.**

Из-за отсутствия концертов проблемы с финансами начались у большинства наших звезд. Если одни еще в состоянии платить зарплаты участникам своих коллективов, то другие вынуждены считать каждую копейку.

— Сердце кровью обливаюсь, у меня коллектив — суперпрофи, но больше содержать их не могу, — с сожалением призналась Наташа Королева.

Певица до последнего пыталась сохранить коллектив и рассчитывала на декабрь, чтобы выступить на новогодних корпоративах. Но в этом году эти мероприятия отменили. Звезда отметила, что рассталась с музыкантами на положительной ноте — все они получили премии.

Певица рассчитывала на корпоративы, но в этом году их отменили



Persona Stars

Скандал

Ищите подработку

■ **Громким скандалом закончилось увольнение экс-гитариста Стаса Михайлова (на фото) Вячеслава Кузнецова.**

Оставшийся без работы музыкант привлек к себе внимание журналистов. В интервью он рассказывал, что за последнее время из-за сложностей, вызванных пандемией, Стас Михайлов уволил и некоторых других участников коллектива. А когда ограничения только ввели — вся группа была вынуждена искать дополнительный доход.

— Затем образовалось выступление, на котором я не смог появиться из-за того, что уже занимался другой работой, чтобы прокормить себя и семью. Я объяснил артисту, что готов работать. Но

просто был уволен, — признался музыкант. Ранее Михайлов заявлял, что даже во время отсутствия концертов продолжает платить зарплаты музыкантам. Однако коллеги ему не верили. Александр Ф. Скляр назвал это заявление «циничной ложью».



Persona Stars

Обратная сторона

Им еще семью кормить

■ **Однако другие звезды всеми способами стараются сохранить свои музыкальные коллективы.**

Так, певица Валерия (на фото), несмотря на многочисленные жалобы на трудное денежное положение, продолжает платить зарплаты музыкантам. Ей необходимо содержать 16 человек. У каждого есть семья, которую нужно прокормить. Большинство в Москве снимают квартиры. Певец Дмитрий Маликов тоже ограничивает расходы, но речи об увольнении музыкантов пока нет. — Доход упал на 80 процентов. И евро подрос, и рубль упал. У людей сейчас сложная ситуация.



Рамиль Ситдиков/РИА Новости

Но я соглашаюсь на достаточно скромные условия, потому что для меня это возможность заплатить за месяц своему коллективу, — признавался певец.

Подготовили Анна Михайлова, Динара Кафискина
vecher@vm.ru

Прямая речь

Иосиф Пригожин
Продюсер

К великому сожалению, обстоятельства и обстановка совершенно беспросветные. Наша индустрия сейчас, как лебедь, рак и щука, действует разобщенно. У нас нет ни ассоциации, ни союза концертных деятелей. Действительно, сейчас многие коллективы будут закрываться или выживать за счет увольнений. Когда нам хейтеры пишут — продайте свою машину и заплатите людям зарплату, хочется спросить: а дальше что делать? Месяц мы оплатим, а потом?

Заявление Королевой вызвало негодование у поклонников. Неужели у нее все настолько плохо с деньгами? Но звезда отметила, что для семьи сейчас средства есть.

— Теперь экономим, многие вещи себе не позволяем. Но что делать? Все ужимаются — и мы тоже!

К слову, недавно Королева закрыла и свой салон красоты, в который нужно было вкладывать большие деньги.



В шкафу полно вещей, но нечего надеть? Не спешите бежать в магазин за обновками. Даже самая обычная одежда может заиграть новыми красками, если ее правильно сочетать. «Вечерка» в новой рубрике «Мода для народа» предлагает новое прочтение вещей в вашем гардеробе, о котором вы даже не догадывались.

Горох или полоска



Мода всегда реагирует на общественные настроения, поэтому мировые подиумы обратились к феминистическим образам прошлого. Сейчас совсем не обязательно поддерживать идеи феминизма для того, чтобы носить мужской костюм. А такой стильный аксессуар, как галстук, добавит вам экстравагантности. Модельер, сценарист, художник по костюмам Сергей Пугачев (на фото) предложил поэкспериментировать с галстуками и составил три образа для наших читательниц.

Многослойный уличный стиль

Проще всего галстук сочетать с рубашками мужского кроя, жакетами, брюками, жилетами, пальто, ботинками и лоферами. Также его можно носить с джинсами, платьями и туфлями на каблук. Надо сказать, что галстук — это дерзкий аксессуар. Он способен добавить рок-н-ролла женскому образу. Поэтому идеально смотрится с кожаными куртками и жакетами ахроматической цветовой гаммы белого и черного. Стильно и современно. Для многослойных образов подойдет яркая рубашка с контрастным по цвету галстуком. Плюс жилет или объемный жакет или же теплое пальто оверсайз. С таким нарядом, помимо юбок и брюк, также будут уместны джинсы. Для острого модного лука останется подобрать громоздкие сапоги, юбку ниже колен, большую сумку и шарф. В таком образе вы можете прогуляться по городу, сходить с друзьями в кино или в кафе.

Кстати,

в русский язык слово «галстук» пришло из Европы, и происходит оно от немецкого halstuch. Буквально переводится как шейный платок. В других европейских языках для этого аксессуара используется термин «кroat» от французского cravate (галстук).

Галстук способен добавить рок-н-ролла женскому образу



Вечерний выход

Собрались на праздник? Совсем необязательно облачаться в вечернее или коктейльное платье. Создайте себе экстравагантный вечерний образ с помощью галстука. Ведь его можно сочетать не только с нарядами из строгого делового гардероба. Прекрасным дополнением к галстуку послужит широкий пояс-корсет с блузой и брюками или юбка. Главное — правильно расставить акценты. Широкий галстук может быть не однотонным, а, например, в полоску или горох, что намного эффектней. Его можно украшать пайетками, декоративными булавками, стразами или полудрагоценными камнями.

Для работы

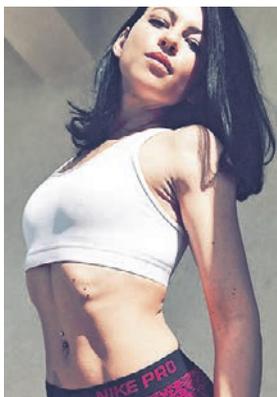
Женский классический галстук отличается от мужского. Он несколько короче и уже. Такой однотонный аксессуар прекрасно впишется в деловой гардероб. Модные женщины сочетают строгие галстуки с классическими белыми блузами с отложным воротником, свитерами на молнии, жилетами, пальто и, конечно, костюмами. Строгий галстук можно носить с лаконичными однотонными твидовыми костюмами. Весьма эффектно будет смотреться эта деталь гардероба с модными клетчатыми и полосатыми туалетами. И тот и другой принты все еще актуальны. А костюм-двойка или тройка может быть как с юбкой, так и с брюками. Жилет можно заменить вязаным джемпером с треугольным вырезом или кардиганом на пуговицах. Цветовых ограничений мало: этот аксессуар подбирают как в цвет всего лука, так и играют на контрасте. И вовсе не обязательно завязывать галстук. Оставьте его на шее развязанным, что вместе с распахнутым пиджаком придаст деловому образу немного творческой небрежности. Из обуви идеально подойдут лоферы или спокойные модели ботинок.

Подготовила

Мargarita Мартовская vecher@vtn.ru,
автор эскизов Сергей Пугачев

Фитнес по средам

Про кубики на твоём животе



Полина Гвоздева
polina_gvozdeva

Меня зовут Полина, и я худею, обжираясь на ночь! Я не хожу в фитнес-зал на работу, я хожу в фитнес-зал после работы. Всем хочется жрать и не толстеть. Но как? Если бы способ был, все люди выглядели бы как античные боги. Хакнуть систему никому еще не удалось, поэтому придется выкручиваться. Буду рассказывать, как это делаю я. Хочу сразу предупредить, что этот путь отнюдь не устан розами...

В массовом сознании есть упражнения на верхний пресс и на нижний: если поднимаешь ноги — напрягаешь нижние мышцы живота, а поднимаешь верхнюю часть туловища — качаешь верхние. Вообще-то прямая мышца живота (та самая, что из кубиков) всего одна. И сокращается она целиком, как бы вы над ней ни издевались в зале. Еще есть поперечная мышца живота, которая помогает втянуть живот при фотографировании, и косые мышцы живота — внутренние и внешние. Они сгибают позвоночник в поясничном отделе и вертят туловище влево-вправо. Для них есть отдельный вид извращений — упражнение «неваляшка»: с гантелями в руках качают корпусом из стороны в сторо-

ну. Некоторые думают, что так можно убрать бока. Так можно разве что раскатать протрузию межпозвоночных дисков.

Мы сжигаем калории в основном не по своей воле. Чтобы в недрах нашего организма перманентно все булькало и текло, а он при этом оставался тепленьким и живым, нужна энергия. Это основной обмен, и от 70 до 90 процентов суточного расхода калорий приходится именно на него. Оставшиеся после основного обмена 10–30 процентов — это энергия на физическую активность. Они включают все, что мы делаем самостоятельно. И где-то в графе «расход» между строчками «пылесосить» и «давить прыщ на морде» будут «приседания 4 подхода по 15 раз»...

Однажды наступает момент, когда, глядя в зеркало, ты понимаешь: пора что-то менять. И не с понедельника, а прямо сейчас. «Вечерка» нашла людей, которые помогут вам заняться физкультурой

Разминаемся и машем



Анжелика Крылова
Тренер по фигурному катанию «СК «Мегаспорт» Москомспорта

Физические упражнения нужно делать всем, кто хочет поддержать свое здоровье. Если, конечно, нет противопоказаний к нагрузкам.

■ Голова. Вращаем головой в медленном темпе. Делаем круговые движения вправо и влево: три оборота в одну сторону и три — в другую.

■ Плечевой сустав. Разминаем плечевой сустав. Не поднимая рук, прокручиваем в медленном темпе плечами пять раз вперед и пять — назад.

■ Поясница. Обязательно разминаем поясницу. Ставим ноги на ширине плеч

■ Бедра. Ставим стопы максимально близко друг к другу и поднимаем коленом вверх одну ногу, затем другую. По пять раз. Лучше выполнять без обуви. Если чувствуете неустойчивость, поставьте рядом стул, чтобы была опора.

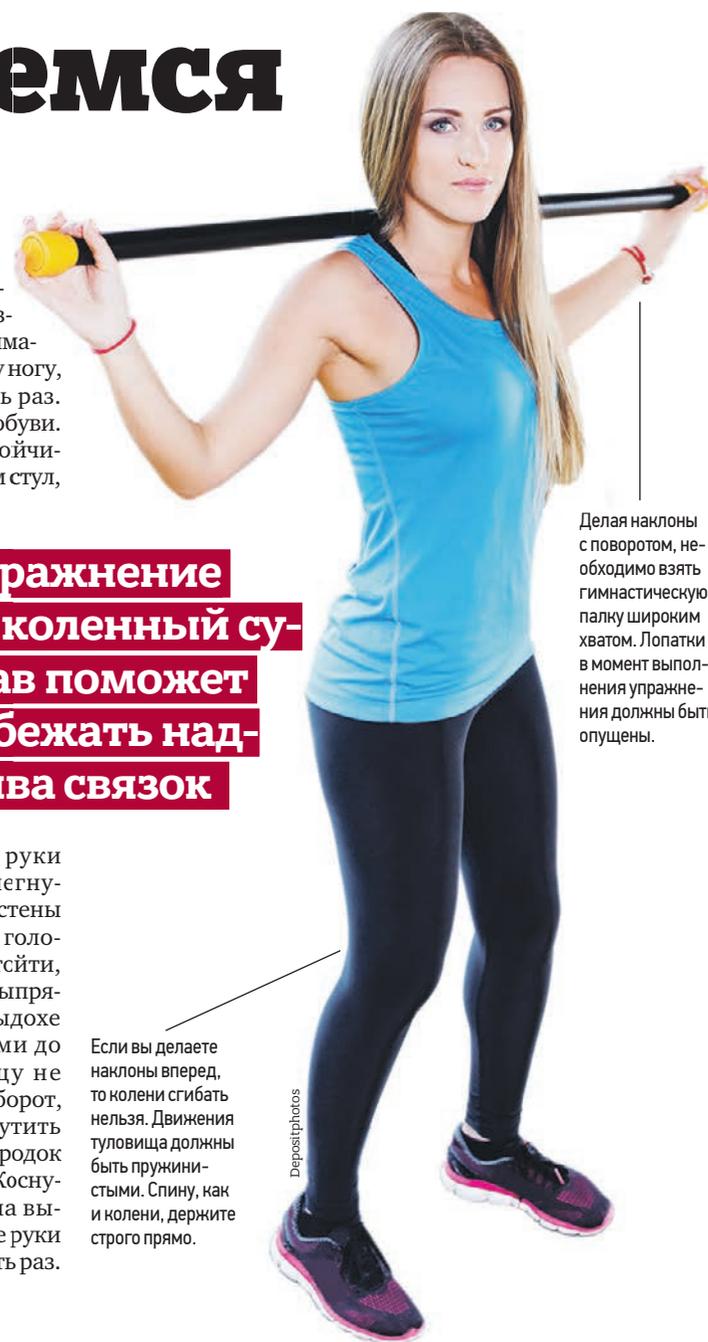
■ Колено.

Ставим ноги врозь, немного сгибаем колени, руками опираемся на коленную чашечку и делаем круговые движения по пять раз вправо и влево.

■ Осанка. Берем в руки палку, желательнее негнущуюся. Становимся у стены и поднимаем руки за голову. Нужно немного отойти, чтобы максимально выпрямить руки. На выдохе дотягиваемся ими до стены. Поясницу не прогибаем, а наоборот, стараемся подкрутить таз вперед. Подбородок немного приподнять. Коснулись стены и также на выдохе опускаем прямые руки вниз. Повторяем десять раз.

Динара Кафискина
vcher@vm.ru

Упражнение на коленный сустав поможет избежать надрыва связок



Делая наклоны с поворотом, необходимо взять гимнастическую палку широким хватом. Лопатки в момент выполнения упражнения должны быть опущены.

Если вы делаете наклоны вперед, то колени сгибать нельзя. Движения туловища должны быть пружинистыми. Спину, как и колени, держите строго прямо.



и медленно наклоняемся вниз, пытаюсь достать руками до пола. Далее переводим корпус вправо, обратно, вниз и влево. Три подхода в медленном темпе.

Живи с легкостью! Без боли и спазмов

Пургоклин при остром запоре, с лактулозой и пробиотиками



<https://newnutrition.ru/>

Интернет-Аптека:
8 800 250 9392

Пурголак - улучшает состояние при хронических запорах, благодаря растительным компонентам



ООО «БИОТЭК», ОГРН 1027739296463, ИНН 7713053544, фармацевтическая лицензия № ФС-99-02-007136 от 23 апреля 2019 года





Постоянная ведущая рубрики **Алена Прокина** уверена: надо чаще смотреть на звезды и прислушиваться к их советам. 10 декабря 1895 года впервые состоялась церемония вручения Нобелевской премии. В честь этого «Вечерка» с астрологом решила разобраться, в ком из знаков зодиака живет настоящий гений и ученый.



Овен

Овны отличаются обстоятельным подходом к получению знаний и своим трудам, но только если это их захватывает. Вспомним только Овна Льва Толстого и его «Войну и мир». Хотя к гуманитарным наукам Овны не очень склонны, им ближе точные дисциплины и прикладные: то, что им точно пригодится в жизни и где они могут достичь максимального успеха.



Телец

У Тельцов редко бывают ярко выраженные таланты. Им дается на среднем уровне все: и математика, и иностранные языки. Там, где не могут проявить смекалку, берут терпением и усидчивостью. Из них получаются хорошие аналитики, маркетологи, бухгалтеры, экономисты. Но вот в чистую науку они идут редко: им слишком важны деньги.



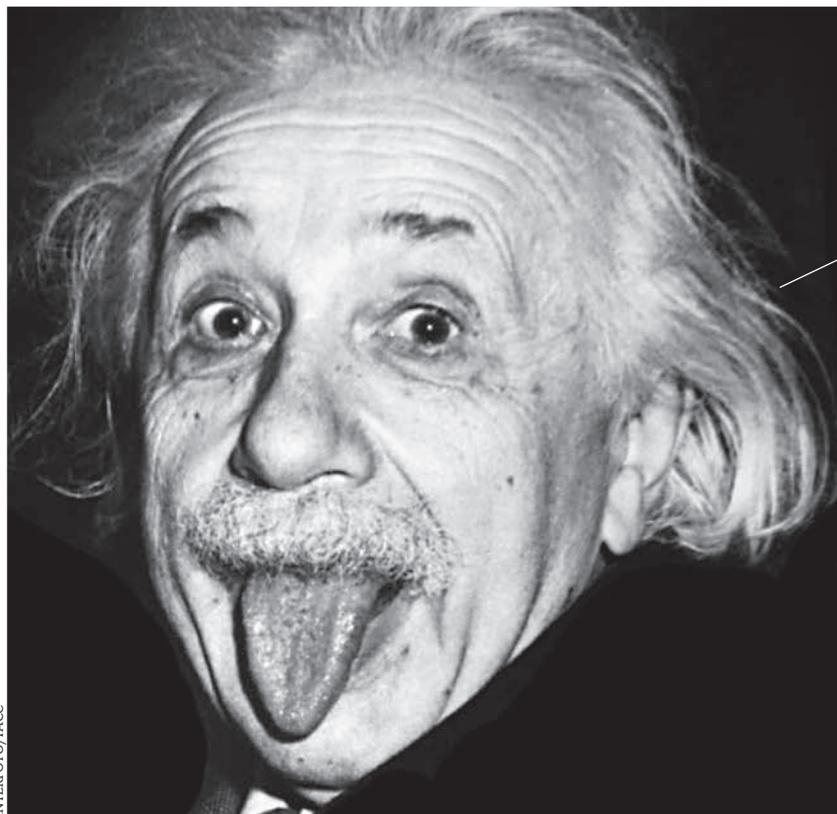
Близнецы

Близнецы прекрасно себя ощущают в науке, постоянно ищут новые повороты, ищут нетривиальные задачи, часто на ходу меняют даже специфику исследования, увидев другие перспективы. Им важен сам процесс, а результат — приятный бонус. Большого успеха добиваются в гуманитарных и естественно-научных дисциплинах.



Рак

У Раков отличное структурное мышление, поэтому им под силу решить любую задачу.



ИНТЕРВЬЮ/ТАСС

К тому же очень вездный характер позволяет им добиться реализации даже, казалось бы, неподъемного проекта. Мыслят всегда на перспективу и обдумывают все возможные исходы, поэтому могут писать стратегии и возглавлять научные группы.



Лев

У Львов совершенно отсутствует хотя бы малейшая симпатия к точным наукам. Математика? Не, не слышали. Ведь в ней нет той красоты, фантазии и жизни, что присутствует в литературе, языках. Львов мнит и астрономия: в звездах он пытается разгадать тайны Вселенной и их художественное объяснение.



Дева

Девы просто созданы, чтобы делать научные открытия. Уже с детства видно, с каким удовольствием они ковыряются в сложных формулах, пытаются вычислить закономерности и доказывать теоремы. Как раз Девы совершают прорывы в науке, способны развивать новые направления почти во всех направлениях.

Водолеи познают мир эмпирически, а не по науке



Весы

Весам чужд мир цифр и жесткой логики, которая не терпит интерпретаций. Им важна человеческая составляющая в том, что они изучают. Поэтому отлично реализовывают себя в психологии, разбираются в литературе, искусстве, юриспруденции. Прекрасно читают лекции и находят общий язык со студентами.



Скорпион

Это отличные исследователи, которым важны именно эксперимент и новый виток развития. Им не особо интересны гуманитарные науки, кроме психоанализа, где они могут вдоволь покопаться в чело-



Рыбы

Рыбы делятся на две категории. Чистые гуманитарии и совершенно не дружат с точными науками, но готовы сидеть часами разбираться в формулах. Уходят они все равно в литературу, философию, психологию. А есть любители точных наук, которые видят как раз красоту и жизнь в законах физики, математики, химии. Как раз они могут себе сделать отличную научную карьеру.

Двигаем прогресс

веческой личности и найти что-то новое для прорыва. Физика, химия, биология — любовь Скорпионов.



Стрелец

Стрельцы могут отправиться в науку, если они увидят, что это принесет благо всему человечеству. Но эксперимент не их конек. Им близки философия, литература, психология. Главный критерий, чтобы горел огонь страсти и было постоянное желание сделать что-то новенькое.



Козерог

Практичный ум и напористость Козерогов позволяет им быть успешными на любом поприще. Им не

очень нравятся технические специальности, с точными науками дружат, но без энтузиазма. Выбирают науки, где нужно методично и системно выполнять опыты, фиксировать и не заморачиваться на творчество.



Водолей

Водолеи скорее исследователи жизни, а не будущие ученые. Их влекут загадки природы, космос, вечный двигатель и все то, что пока еще никто не разгадал. Они скорее отправятся в кругосветное путешествие, чтобы найти ответы на свои вопросы, чем будут сидеть в лаборатории.

Дежурный астролог
Анна Ковалева

Дом, строительство, ремонт

Реклама

НОВАЯ ЖИЗНЬ СТАРОГО ОКНА
шведская технология

устраним теплопотери на 90%
избавим от сквозняков за 1 день!
шума и пыли

только до 20.12.2020 г. скидки 20%

без выходных

КОМПАНИЯ «ОКОННЫЙ ДРУГ», OKON-DRUG.RU

8 (495) 720-51-35

РЕКЛАМА

ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ

ДВЕРИ МЕЖКОМНАТНЫЕ И ВХОДНЫЕ
ДЕРЕВЯННЫЕ И СТАЛЬНЫЕ

РЕКЛАМА

✂ ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА

СКИДКИ до 30%
ВETERANAM, НОВОСЕЛАМ, СТАРШЕМУ ПОКОЛЕНИЮ
БОЛЕЕ 500 МОДЕЛЕЙ от ПРОСТЫХ до ЭЛИТНЫХ

Для ветеранов и людей с ограниченными возможностями
действует специальная программа «НАРОДНЫЕ ДВЕРИ»

ЗАМЕНА ЗАМКОВ

8 (495) 208-03-88

Астролог отвечает читателю

Читатели «Вечерки» могут задать свой вопрос астрологу. Пишите по адресу: astro@vm.ru с пометкой «Гороскопы Алены Прокиной». Обязательно укажите точную дату своего рождения (день, месяц, год), время, место, где вы родились.

Олег, 56 лет, Лев, родился в г. Москве:
Я работаю поваром уже 36 лет. Хотелось бы узнать, стоит ли мне менять работу, профессию? Вы не зря ощущаете, что нужно менять сферу работы. У вас начинается очень активный период поиска себя, обучения, освоения новой профессии. Вам легко даётся все, что связано с путешествиями, общением. Лучше избегайте скучной, рутинной работы. У вас есть время себя открыть заново.

Все-таки мы плохо знаем город, в котором живем и работаем. А так хочется во время прогулки блеснуть и рассказать друзьям, приехавшим в гости издалека, про родную улицу и вон тот дом, в котором раньше было...

Ул. Профсоюзная, 17, корп. 3



Сергей Шахиджаниян

Сильно ли изменилась Москва за 20 лет? Кто помнит, какой она была пять или семь десятилетий назад?.. Специальный корреспондент «Вечерки» фотограф Сергей Шахиджаниян предлагает сравнить архивные и современные снимки столицы. Во дворах улицы Профсоюзной, дом 17, корпус 3, есть памятник обороне Москвы в 1941 году. Это верхняя часть долговременной огневой точки — сокращенно ДОТа. ДОТ — серьезное фортификационное сооружение. На табличке, аккуратно приваренной к задней стороне ДОТа, написано, что именно тут в ноябре-декабре 1941 года проходил юго-западный участок оборонительного рубежа. Именно тут, в районе нынешнего дома, и стоял 2-й стрелковый батальон 332-й Ивановской дивизии им. Фрунзе. ДОТ — часть памяти о тех днях, когда враг вплотную приблизился к нашему городу, и на подступах к нему, в разных частях столицы, пролегла линия оборо-



1941

фотохроника ТАСС

ны. Это укрепление, которое сейчас волею судьбы находится внутри дворовой территории, — одно из самых старых. Рядом с фортификацией — небольшой памятник такой же высоты. На камне лежит красное знамя, а поверх — пулемет Шпагина, оружия советских солдат 40-х годов. Чуть поодаль от этого небольшого мемориала — детская площадка, оформленная также в военном стиле, — горки и качалки в виде военной техники. Все тут ухожено, все хорошо, кроме цвета самого ДОТа. — По неизвестной причине, видимо, стараясь «улучшить» внешний вид, его



2020

Сергей Шахиджаниян

покрасили в тот цвет, каким он никогда не был, — сказал «Вечерке» Владимир Самарин, сотрудник Музея Москвы. По его словам, ДОТы всегда были только одного цвета — серого цвета бетона. Их никогда не красили никакой краской. Но кому-то, видимо, оригинальный цвет не понравился. От самого укрепления со-

хранилась лишь верхняя часть — причем табличка установлена с его внутренней стороны — там, где устанавливалось стрелковое оружие. Так что цвет, по мнению сотрудника музея, надо поменять!

КАК ДОБРАТЬСЯ: — Профсоюзная → 2 мин.

Частности

Недвижимость

- Срочная продажа, аренда квартир на ваших условиях. Т. 8 (495) 925-75-04
- Сниму кв., комнату. Т. 8 (916) 959-13-08
- Риелтор Надежда. Т. 8 (906) 710-71-74
- Сниму жилье. Т. 8 (965) 159-17-42
- Сниму кв., комнаты. Т. 8 (495) 772-50-93

Финансовые услуги

Деньги всем сегодня за час! Без предоплаты! Быстро. Надежно. Работаем с безработными. Спецпредложения и скидки пенсионерам! Работаем до результата. ООО МКК «НовоФинанс», № 317 в реестре членов СРО. ОГРН 1137017028169. Т. 8 (964) 715-54-44

Мебель

- Ремонт мебели. Т. 8 (925) 504-54-71

Авто, запчасти, транспортные услуги

- Авто выкуп 24 ч. Т. 8 (925) 013-29-97
- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 744-78-52

Юридические услуги

● **Московская социальная** юридическая служба. Бесплатные консультации. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т.ч. поможем вернуть или расслужебить квартиру, написать из квартиры. Наследство. Семейные споры. Банкротство физлиц. Т. 8 (499) 409-91-42

ГОРОДСКАЯ КОЛЛЕГИЯ ЮРИСТОВ

ДО КОНЦА МЕСЯЦА! **БЕСПЛАТНОЕ СОСТАВЛЕНИЕ ЗАЯВЛЕНИЯ**

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ ЮРИСТА

-50% на остальные услуги **звоните прямо сейчас: 8 (495) 117-07-17**

Городской межведомственный ПРАВОВОЙ КОМИТЕТ

- ВОЗВРАТ ВКЛАДОВ
- ЖИЛИЩНЫЕ И СЕМЕЙНЫЕ СПОРЫ
- МОШЕННИЧЕСТВО
- ВЗЫСКАНИЕ ДОЛГА
- ТРУДОВЫЕ СПОРЫ
- СПИСАНИЕ ДОЛГОВ

для льготников до конца месяца **скидка 70%**

ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ - БЕСПЛАТНО **8 (495) 177-97-07**

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЕЖУРНОГО ЮРИСТА

ЕСТЬ ВОПРОСЫ? ЗВОНИТЕ!

Звонок бесплатный **8 (499) 399-39-45**

- Банкрот. физлиц. Т. 8 (960) 845-27-77
- Возврат квартир. Т. 8 (495) 210-25-63

Городской Центр ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

- ✓ помощь обманутым вкладчикам
- ✓ расторжение договора с юристами
- ✓ жилищные и наследственные споры

- улучшение жилищных условий
- расторжение договоров аренды
- помощь по списанию долгов

8 (499) 938-96-26

ПОМОЩЬ АДВОКАТА

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

Наследство, земля, ДДУ, банкротство, расторжение услуг, возврат займов, трудовые и семейные споры.

8-916-727-25-11

Строительство и ремонт ЦИКЛЕВКА И РЕМОНТ ПАРКЕТА Без пыли

- УКЛАДКА
- ламината
- линолеума
- паркетной доски
- ковролина
- плитки

СКИДКИ ПЕНСИОНЕРАМ

ГАРАНТИЯ ПО ДОГОВОРУ

БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ТЕХНОЛОГА

8 (800) 550-55-62 звонок бесплатный

Товары и услуги

- Ремонт швейных машин. Т.: 8 (495) 142-20-58, 8 (925) 642-58-07

Туризм и отдых

Тверькурорт

Рождественские каникулы в КАРАЧАРОВО

Конаковский район Тверской области

8 (495) 784-06-84
8-800-200-48-45

Искусство и коллекционирование

МосГорСкупка ДОРОГО КУПИТ!

- ◆ Иконы. Статуэтки Будды.
- ◆ Янтарь, янтарные бусы до 250 т.р.
- ◆ Статуэтки, фарфор.
- ◆ Серебро, бронзу, часы.
- ◆ Монеты, значки, автографы.
- ◆ Картины, соцреализм.
- ◆ Старинную мебель.
- ◆ Любой антиквариат и многое др.

Оценка. Выезд бесплатно. Оплата сразу. **8-925-403-68-83**

- Антиквариат, книги, открытки, архивы, фото, полки. Т. 8 (495) 585-40-56

- **Купим** военную форму и форму министерств и ведомств СССР, КГБ, военный антиквариат, награжденные знаки, трофеи ВОВ, атрибутику СССР. Самовар, икону, картину, портсигар, бюсты, старинные награды, антиквариат. Т. 8 (916) 809-01-04
- **Покупаем все:** картины, иконы, открытки, значки, марки, монеты, банкноты, статуэтки, бижутерию, часы, самовары, елочные игрушки, кинофотоаппаратуру, документы, акции, золото, серебро, бронзу, янтарь, куклы, солдатиков и др. Т. 8 (495) 641-67-21
- Куплю книги до 1930 г. от 70 000 р. и фарфор. Т. 8 (925) 835-80-33
- Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Т. 8 (495) 241-19-52
- Купим дорого антикварные книги. Т. 8 (985) 774-94-67
- Книги покупаем, домашние библиотеки. Выезд. Т. 8 (495) 961-36-02

Астрология, магия, гадания

Через газету благодарю ясновидящую **бабушку Аню** Дар от бога!

Многих я прошла, но реально только она помогла: муж бросил пить, сестра родила долгожданного ребенка, сын нашёл работу. Хорошо гадает, предсказывает, воздействует на поведение человека на расстоянии и лично.

Консультация бесплатно. **Не опускайте руки: ДОРОГУ ОСИЛИТ ИДУЩИЙ!**

8 (968) 946-78-64

- Провидица. Просмотр бесплатно. Любая помощь! Т. 8 (969) 079-66-10
- Гадаю. Вопрос бесплатно. Онлайн. Уберу негатив! т. 8 (925) 676-21-20

На правах рекламы

● **Сельская чудотворница** Анна, потомок слепого предсказателя Серафима, опыт работы более 30 лет. Настоящее, прошлое, будущее. Называет имена. Снимет сглаз, порчу, родовое проклятие. Решение семейных проблем. Не спрашивает, говорит сама, прием 300 руб. Т. 8 (966) 350-46-81

● **Баженова Мария Петровна**. 20 лет безупречной репутации! И 1000 благодарных сердец. Настоящая колдунья денег не берет! Сохраню семью, приворожу любимых. Сниму порчу, сглаз. Избавлю от зависимостей. Реальная помощь по телефону! Результат за 7 дней на любом расстоянии. Т. 8 (925) 234-50-95

Телефон рекламной службы **(499) 557 0404** доб. 132, 158

- **Полежаевская** (495) 745-60-45
- **Римская** 8 (495) 614-54-05
- **Семеновская** (495) 926-38-00
- **Таганская** (495) 614-54-05

