

# ПРЕЗИДЕНТСКАЯ АКАДЕМИЯ ПРОТИВ ПРОДУКТОВОГО ЭМБАРГО

■ стр. 3

**TV**  
программа  
17 - 23  
декабря

# Мир

www.mirnov.ru



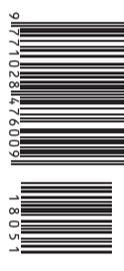
PERSONA STARS

# НОВОСТЕЙ

11 декабря 2018 г. №51(1303)

■ стр. 22

## КОРТНЕВ и ПЕЛЬШ: «НЕСЧАСТНЫЙ СЛУЧАЙ» ДЛИНОЙ В 35 ЛЕТ



# РОТАРУ ОТКАЗАЛАСЬ ОТ РОССИИ?

■ стр. 23

## ВРАЧАМ ГОТОВЯТ НОВУЮ СТАТЬЮ

■ стр. 6

## АЗИАТСКАЯ УГРОЗА



■ стр. 29

ФОТО А. ПОМОХОВА

ТАСС/С. БОБЫЛЕВ

## ПОЧЕМУ КОШКАМ НЕЛЬЗЯ РЫБУ



■ стр. 27

ФОТО А.

## СВИРИСТЕЛИ УШЛИ В ЗАПОЙ

■ стр. 8



РЕХ/ФОТОДОМ

PERSONA STARS

## «ЕР»: ПЕРЕЗАГРУЗКА ОТКЛАДЫВАЕТСЯ

Популярность «Единой России» в нынешнем году резко упала. Негативное отношение граждан проявилось в результатах выборов глав регионов, и политические перспективы единороссов на данный момент не выглядят радужными.



Все чаще кандидаты от партии власти идут на выборы в качестве независимых, засвечивать принадлежность к «ЕР» они не спешат. А цифры народной поддержки единороссов - 30-32%, - чем по-прежнему гордятся партийцы, многим специалистам кажутся «нарисованными».

Словом, цена вопроса - что будет с «ЕР»? - достаточно высока, именно поэтому к съезду было приковано большое внимание экспертного сообщества.

В стране нет политической системы, хотя бы частично удовлетворяющей желанием и требованиям людей, а политических и общественных лидеров зачистила и маргинализировала партия власти, утверждает директор института актуальной экономики Никита Исаев. «Это крайне опасная реальность, из которой могут вылезти радикальные популистские элементы», - предупреждает эксперт.

Не случайно накануне съезда высказывались предположения, что ради восстановления имиджа политического лидера в «ЕР» должна состояться некая перезагрузка, должны быть сформулированы новые идеи и лозунги, а то и стратегия развития страны. Интригу подогревали сообщения, что на съезд приедет Владимир Путин, это должно сделать повестку мероприятия куда более содержательной.

И президент появился. Выступление его было коротким и весьма жестким. «Если нет четкого понимания, что нужно делать и как

нужно делать для развития страны, нечего приходить во власть» - такое начало, вероятно, заставило вздрогнуть не одного записного партийного функционера.

«Институты власти формируются не для того, чтобы те, кто добрался до этой власти, поглядывали по сторонам, поплевывали спокойно и получали удовольствие от пребывания в каких-то креслах. Ответственные люди, а мы с вами именно такие, должны поступать совершенно иначе», - прозвучало как предупреждение. Трудно вспомнить, когда Владимир Путин ТАК говорил со своими соратниками. Похоже, слишком далеко зашло.

И стало ясно: вместо озвучивания новых целей и задач президент решил предложить «Единой России» серьезную работу над ошибками, которые в последнее время очень наглядно проявлялись в оторванности партийных структур от реалий жизни и интересов граждан, в неадекватных публичных высказываниях, в «хамстве, заносчивости, пренебрежении к людям на любом уровне: на самом верхнем и самом нижнем, муниципальном. Во-первых, это вредно для страны, это несправедливо в отношении людей и это просто опускает всю партию «ниже плинтуса»...

Про плинтус - это даже для президента сурово! Фактически, «ЕР» подан сигнал «начните с себя», а потом уже о переменах в стране подумаем.

**Павел Максимов**

**14 144**  
РУБЛЯ  
ЦИФРА НЕДЕЛИ

составила средняя пенсия по России на 1 июля 2018 г. Об этом сообщил Пенсионный фонд России. Самые высокие пенсии в северных районах: на Чукотке ее средний уровень составил **25 173 рубля**, в Ненецком автономном округе - **22 050 рублей**, в Магаданской области - **21 508 рублей**, в Камчатском крае - **21 342 рубля**, в Ямало-Ненецком автономном округе - **21 008 рублей**. Самые низкие пенсии в Кабардино-Балкарии - в среднем **11 413 рублей**, в Дагестане - **11 653 рубля**, в Калмыкии - **12 137 рублей**.

Но пока все в рамках законности. Согласно проекту техрегламента, опубликованному на сайте ЕАЭС, в планах властей разрешить - официально! - модернизацию традиционных рецептов варки пива, точнее, позволить снизить обязательную долю солода в слабоалкогольном напитке.

Вопрос: зачем? Гражданам надоело употреблять продукт, приготовленный из качественного сырья, которое решили заменить на более дешевое, пусть даже и сомнительных вкусовых свойств?

Сами пивовары поддерживают инициативу властей, утверждает, что снижения качества продукции не будет. Наоборот, новый регламент позволит наделить пиво новыми вкусовыми свойствами. Скажем, в его состав можно добавить сок, экстракт фруктов или цедру ли-

## ПИВО БУДУТ РАЗБАВЛЯТЬ ЗАКОННО?

С пивом у нас часто фокусничают, разбавляя, недоливая, меняя рецепты и используя левое сырье. Когда счет идет на многие миллионы литров, здесь и малая экономия - дорога к обогащению, чаще криминальному.

мона, что сделает пиво даже вкуснее! Хотя сразу переведет этот продукт в разряд пивных напитков.

Председатель правления Национального союза производителей пива и напитков Елена Цветкова утверждает, что новация касается лишь состава сырья, которое может использоваться в процессе производства. «Производитель сам вправе решать и разрабатывать рецептуру, по которой будет изготавливаться тот или иной сорт пива, - успокаивает она общественность. - В техрегламенте написано, что допускается замена солода до 50%. И по-новому в составе напитка должно быть не менее полови-

ны этого компонента». Остальные 50% могут состоять из материалов подешевле.

Конечно, известно, что «на вкус и цвет товарищей нет» и у каждого представления о прекрасном. Однако безусловно главное - данная инициатива потому и нашла одобрение в кругах пивоваров, что позволяет сильно сэкономить затраты на сырье, поскольку солод сейчас там - самый дорогой из компонентов.

Другими словами, себестоимость производства снизится, а это - теоретически - даст возможность понизить розничные цены, чтобы покупатели охотнее скупали слабоалкоголь-

ное. И вот тогда приблизится заветная мечта российских пивоваров - их продукция благодаря удешевлению начнет вытеснять с рынка крепкий алкоголь, обретет постоянную прописку в каждом доме. Вместо водки.

Только что это будет за продукция? В России же только разреши ради экономии менять что-нибудь в традиционных рецептах - и расцветет фантазия хитрецов-производителей! В дело пойдет такое, о чем раньше и подумать-то было невозможно! Помнится, во времена горбачевского сухого закона в пивных для крепости умельцы добавляли в пенное... дихлофос! Только осторожно, не больше двух «брызгов» из баллончика. И на этом неплохо зарабатывали.

**Лаврентий Павлов**

## НОВЫЕ ПОПРАВКИ ДЛЯ ТАКСИСТОВ

В Госдуму был внесен законопроект, регулирующий деятельность юридических лиц и индивидуальных предпринимателей по перевозке пассажиров легковыми такси.

Законодатели планируют сильно усложнить жизнь нелегальным перевозчикам. Для бомбил, лиц, незаконно занимающихся таксомоторными перевозками, штраф увеличится с нынешних 5 тыс. рублей до 30 тыс. В случае повторного нарушения нелегальные перевозчики лишатся прав на срок от 3 месяцев до полугода. Об этом журналистам рассказал первый заместитель председателя Комитета Госдумы по конституционному законодательству и государственному строительству Вячеслав Лысаков.

Он пояснил, зачем нужно принимать новый законопроект, ведь три года назад закон, регулирующий таксомоторную деятельность, уже принимался. Но он не принес ожидаемого эффекта, потому что жела-

ющих платить налоги и работать по новым правилам оказалось крайне мало.

Для нарушителей предусмотрены новые санкции. За отсутствие на автомобиле, используемом в качестве такси, цветографической схемы легкового такси или опознавательного фонаря на крыше предусмотрен штраф в размере 1 тыс. рублей для водителя и 10 тыс. рублей для юридических лиц.

За незаконную установку на автомобиле опознавательного фонаря легкового такси будет взиматься штраф в размере от 10 до 20 тыс. рублей с конфискацией устройства; для чиновников, ответственных за эксплуатацию автомобилей, он составит от 30 до 50 тыс. рублей.

Вячеслав Лысаков также рассказал, что ко



второму чтению будет уточнена ответственность операторских и диспетчерских служб, будут введены штрафы для черных диспетчеров, которые занимаются координацией работы нелегалов.

Лысаков заметил, что законопроектом впервые предусмотрен запрет агрегаторам, службам приема заказов такси, сетевым диспетчерским передавать заказы лицам, которые не имеют соответствующего разрешения.

- Такие случаи были, в том числе и в Москве, их выявили во время проведения Министерством внутренних дел специальной операции «Такси». Тогда было установлено, что за рулем

желтых такси, имеющих разрешение на таксомоторную деятельность, оказывались гастарбайтеры, не состоящие на налоговом учете.

- Я уверен, что после принятия этого закона сфера таксомоторных перевозок будет оптимизирована. Это поможет и бизнесу, который занимается таксомоторными перевозками, и пассажирам, - считает Лысаков. - Если ко второму чтению законопроект не выхолостят, то в случае повторного нарушения агрегаторам будет назначаться штраф в сумме до 500 тыс. рублей либо приостановка деятельности на срок до 3 месяцев.

**Андрей Князев**

**ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК "МИР НОВОСТЕЙ"**  
Главный редактор - Н.А. Кружильни.  
Первый зам. гл. ред. - А. В. Авдониин.  
Зам. гл. ред.: В.П. Полевой, П.И. Канардов,  
М.Н. Игуменова, С.А. Кудуляк.  
Отв. секретарь - К.Л. Надбитова.  
Учредитель: АНО "Редакция газеты "Мир новостей".

Фотоматериалы: Fotodom, Reuters, РИА "Новости", ТАСС, AFP, Photoxpress, Russian Look, Global Look, Personastars, East News.

Подписной индекс в объединенном каталоге "Пресса России", том 1 - 31913  
Рег. ПИИ № ФС77-47273 от 11.11.11 в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия.  
Опечатаано: ЗАО "Принт Москва", 141700, Московская обл., г. Долгопрудный, Лианозовский проезд, д. 5В  
Телефон типографии: 8(495) 789-45-25. Зак. №3435.  
Время подписания: по графику - 21.00; фактически - 21.00.  
Заказчик: ООО "Пресс-Тейнинг", 129090, г. Москва, ул. Щепкина, д. 25/20.

За материалы, помеченные как "на правах рекламы", редакция ответственности не несет.

Адрес редакции: 129090, Москва, Спасский тупик, дом 6, стр. 1.  
E-Mail: mirnov2000@mirnov.ru; тел. редакции: 8(499)975-25-31, 975-21-60, 975-23-27, 975-20-74; тел. рекламного отдела: 8(499) 975-22-50, 975-25-42, 975-21-60, 975-23-27, 975-20-74; отд. распространения: 8(499) 975-22-03; PR-отдел: 8(925)505-13-34, press@mirnov.ru; ОТД. подписки: 8(499)975-38-03; www.mirnov.ru

Использование опубликованных материалов без письменного разрешения редакции воспрещается. За точность фактов и достоверность информации ответственность несут авторы.

**ОБЩИЙ ТИРАЖ 487 ТЫС. ЭКЗ.**  
**ИНТЕРНЕТ-ВЕРСИЮ ГАЗЕТЫ СМОТРИТЕ НА САЙТЕ WWW.MIRNOV.RU**  
<http://vipishi.ru> или <https://podpiska.pochta.ru>  
ЦЕНА В РОЗНИЦУ - СВОБОДНАЯ.  
Онлайн-подписка на сайтах.  
Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

**Эмбарго на поставки зарубежного продовольствия, введенное в 2014 г., спровоцировало рост цен на отечественные продукты, которые в результате оказались дороже импортных аналогов, - к такому выводу пришли специалисты Российской академии народного хозяйства и госслужбы (РАНХиГС) при Президенте РФ.**

# Президентская академия требует отмены эмбарго



ФОТО И. СТОМАХИНА

В РАНХиГС был подготовлен документ под названием «Мониторинг состояния продовольственной безопасности России в 2014-2017 гг.». Отдавая должное отечественным аграриям, сумевшим в условиях продовольственного эмбарго несколько увеличить объемы производства, авторы мониторинга тем не менее подчеркивают, что количество произведенных продуктов - далеко не единственный критерий продовольственной безопасности страны.

В самом деле, одним из основных приоритетов Доктрины продовольственной безопасности РФ (далее - Доктрина), принятая в 2010 г., называет «достижение и поддержание физической и экономической доступности для каждого гражданина страны безопасных пищевых продуктов в объемах и ассортименте, которые соответствуют установленным рациональным нормам потребления пищевых продуктов, необходимых для активного и здорового образа жизни».

Таким образом, из Доктрины вытекает вывод: произвести требуемое количество продовольствия недостаточно, надо сделать его доступным для каждого гражданина России, независимо от его доходов. Получается, что эмбарго, взвинтившее цены на продукцию отечественного агропрома, прямо противоречит Доктрине продовольственной безопасности страны.

По оценке Организации экономического сотрудничества и развития (ОЭСР), которая приводится в мониторинге РАНХиГС, население России в 2014-2016 гг. переплачивало за продукты в среднем 10% по сравнению с ценами на мировом рынке. Самая большая переплата была в 2016 г., когда при покупке продовольствия россияне переплачивали около 14% по сравнению с импортными аналогами.

Подобная тенденция, разумеется, не могла не сказаться на уровне потребления продуктов питания. Исследователи РАНХиГС обращают внимание на то, что в период с 2014 по 2017 год розничные продажи упали на 13% по сравнению с 2012 г. В нынешнем году уровень покупок не превысил уровня 2015 г.

**По данным социологов, около половины россиян признаются, что им не хватает денег на покупку еды.**

и был ниже уровня 2014 и 2013 гг. И это неудивительно. По данным социологов, около половины россиян признаются, что им не хватает денег на покупку еды. Увы, голод для многих соотечественников становится не пугалкой из учебников истории, а реальностью. Судите сами. Продовольственная и сельскохозяйственная организация ООН (ФАО) устанавливает границу голода в интервале 1,6-2 тыс. ккал в день. В России калорийность набора продуктов питания у 10% населения с самыми низкими доходами находится на грани

недоедания - 2069 ккал в день (данные за 2017 г.). Где же выход?

Президентская академия рекомендует отменить эмбарго или по меньшей мере значительно смягчить его, чтобы продовольствие для россиян стало более дешевым и доступным. «При смягчении или отмене эмбарго потребитель получит более дешевый продукт, а производитель - поддержку, чтобы тоже производить такие же дешевые продукты в условиях конкуренции, - говорит директор Центра агропродовольственной политики ИПЭИ РАНХиГС Наталья Шагайда. - Для продовольственной безопасности важен не только сельхозпроизводитель, но и потребитель».

Заметьте, отменить продовольственное эмбарго, не принесшее россиянам ничего, кроме вреда, предлагают не какие-нибудь оппозиционеры, а ученые мужи из президентской академии. Следует ли из этого, что запрет на импорт продуктов будет вскоре отменен? Трудно сказать. Если же эмбарго будет

продлено, как помочь миллионам россиян, оказавшихся на грани голода?

«Эти люди срочно должны попасть под защиту государства», - отмечается в мониторинге РАНХиГС. Имеется в виду программа продовольственной помощи нуждающимся. О необходимости этой программы власти заговорили еще в 2015 г. Судя по заявлениям чиновников, ее планировали запустить в прошлом году. И вот теперь министр промышленности и торговли РФ Денис Мантуров заявляет, что запуск программы продовольственных карточек, по которым граждане смогут приобрести самые простые продукты, может произойти в 2019 г. По словам главы Минпромторга, объем ежегодных выплат в рамках продпомощи гражданам может составить около 10 тыс. рублей на человека в год. Щедрый дар государства своим недоедающим гражданам, ничего не скажешь! К тому же неизвестно, дойдут ли и в наступающем году руки у властей до принятия программы продовольственной помощи. Но даже если и дойдут, все равно это не решение проблемы. Многие страны, например Китай, давно пришли к выводу: стимулировать надо не столько производство, сколько спрос, повышая покупательную способность населения. Для этого необходимо создавать новые рабочие места, активно поддерживать малый и средний бизнес. К сожалению, в этом отношении нашему государству похвастаться нечем.

*Георгий Палашевский*



**В правительство 10 декабря внесен документ «Стратегия пространственного развития до 2025 года», разработанный вице-премьером по вопросам строительства и регионального развития Виталием Мутко.**

В документе вся Россия поделена на несколько типов территорий. По замыслу бывшего спортивного функционера, каждой территории необходимо придать свой вектор развития: одни территории будут признаны сельскохозяйственными, другие - сырьевыми, третьи - промышленными. Причем у этих разделов еще существуют подразделы,

то есть один регион будет сеять пшеницу, другой - разливать минеральную воду по бутылкам, третий - отливать трубы и так далее.

На развитие этих специфических отраслей в каждый регион будут целенаправленно выделяться деньги из федерального бюджета. Причем, как следует из документа, наибольшая поддержка будет

оказываться крупным городам и агломерациям, так как на них уже сегодня приходится 68% валового продукта при 40% населения. Тогда как на остальные 60% населения - всего лишь 32%.

На первый взгляд кажется, что один житель крупного города производит почти в четыре раза больше, чем житель небольшого города или села. Но на самом деле причина вовсе не в том, что москвич пашет, как лошадь, а сельчанин целыми днями ничего не делает. К такому перекосу ведет прежде всего неравномерное распределение производства внутри России, когда половина страны вынуждена ездить на работу в крупные города - ежедневно или вахтовым методом - и производить там те самые 68%, которые потом записываются на счет москвичей и жителей других городов-миллионников.

«В стратегию заложены тенденции, которые уже сегодня домини-

руют» - констатирует руководитель Института демографии, миграции и регионального развития Юрий Крупнов. Речь не идет о выстраивании долгосрочной государственной политики, правительство просто поддерживает разрушительный процесс укрупнения и развития мегаполисов и вымирания малых и средних городов. В итоге мы приходим к тому, что вся жизнь в стране будет сосредоточена в Москве и 14 городах-миллионниках, тогда как во всей остальной России будет процветать деградация».

Магомед Яндиев, доцент экономического факультета МГУ, экс-министр экономики Ингушетии, и вовсе уверен в том, что благодаря новой стратегии лучше не будет: «Понятно, что в крупных городах больше денег и возможностей и им легче пролоббировать выделение денег из федерального бюджета на строительство какого-нибудь завода. У небольших городов таких денег нет».

В результате мы получим своего рода Госплан времен СССР. «Уже тогда планировать не всегда умели, и мы имели страну с тотальным дефицитом. Теперь ситуация может повториться», - считает Яндиев.

*Анна Александрова*

## ■ Технологии XXI века

ШПИОНСКИЙ  
СКАНДАЛ  
В ИЗРАИЛЕ

**В Тель-Авиве подан иск против израильской компании NSO, занимающейся разработкой шпионского обеспечения. Правозащитная организация Amnesty International потребовала от министерства обороны Израиля отозвать лицензию у фирмы.**

Программное обеспечение NSO, по словам правозащитников, использовалось в «серии вопиющих нарушений прав человека», и в частности при убийстве саудовского журналиста Джамала Хашкаджи. Аналогичные иски подают журналисты и активисты, обвиняющие израильтян в содействии правительствам Мексики и ряда арабских стран в слежке за неугодными властям деятелями, которые не представляют опасности и не склонны к насилию.

В заявлении израильского отделения Amnesty International говорится, что министерство обороны практически призналось в сознательном сотрудничестве с компанией, способствующей нарушению прав человека. В ответ «соучастники убийства Хашкаджи» заявили, что торгуют программами для борьбы с терроризмом и преступностью и такие контракты всегда проходят через процедуру одобрения правительством Израиля.

Израильская программа обладает фантастической способностью скрытно прослушивать разговоры, фиксировать номера телефонов, читать текстовые послания, следить за перепиской в интернете, а также превращает микрофон и камеру смартфона в орудия слежки. Эта программа классифицируется как оружие. Израильские СМИ сообщают, что Саудовская Аравия в прошлом году заплатила 55 миллионов долларов за ее использование.

## ■ На баррикадах

**В выходные французы уже традиционно отправляются на уличные манифестации. Стартовали нынешние беспорядки 17 ноября, когда по всей Франции на улицы вышли около 300 тысяч человек, недовольных ростом цен на топливо.**

На четвертую неделю восстания «желтых жилетов» на подавление беспорядков по всей стране были брошены огромные полицейские силы, мобилированы все сотрудники правоохранительных служб. Полиция, опережая события, первой ринулась в бой. Люди взвыли от боли, когда на них обрушились резиновые пули. Оглушали разрывы шумовых гранат, улицы заливались слезоточивым газом. Как сообщает Би-би-си, полиция применяла новую, более эффективную формулу газа. По некоторым данным, это был фосген.

Увлечение правительства постоянным повышением налогов и тарифов, обрушиваемых на простых граждан, не могло не повлечь за собой народного гнева. Люди недовольны настолько, что требуют не только упразднения непо-

## МАЙДАН В ПАРИЖЕ

пулярных ценовых нововведений, но и отставки президента страны. «Кто сеет бедность - пожинает протест», - заявил главный критик Макрона, итальянский вице-премьер Маттео Сальвини.

«Когда мы проводим мирный протест, власть просто игнорирует нас, - заявил журналистам 31-летний фермер из Нормандии. - И только когда люди начинают жечь машины и атаковать полицейских, правительство идет на уступки. Так какой мы должны сделать из этого вывод?»

Гимн Франции «Марсельеза» звучал в исполнении демонстрантов как призыв к восстанию. Люди бесстрашно бросались на бронированный полицейский спецназ по борьбе с беспорядками. Даже те, у кого есть работа, не могут больше оплачивать счета за коммунальные услуги и растущие налоги, в то же время цены на все неуклонно растут. Макрон заставил мелкий и средний бизнес отдавать государству большую часть своей выручки, после чего они едва сводят концы с концами. При этом люди видят, как богатеют французские олигархи, которых ублажает президент.



Некоторые французы впервые участвовали в демонстрациях, чтобы власть наконец услышала глас народа. Лозунги рождались прямо в ходе манифестаций: «Смерть тарифам», «Макрон уходи». Это уже настоящий классовый конфликт. Столкновения происходят в Бордо, Лионе, Сент-Этьене, Марселе, Гренобле и Тулузе.

Вместо того чтобы вести диалог с населением, власти перед выходными занялись удалением с парижских улиц всего, что могло бы послужить материалом для строительства баррикад. Были убраны более 2000 металлических конструкций. Местные богачи предпочли до понедельника покинуть город.

Полиция во французской провинции пыталась

не пускать «желтые жилеты» в автобусы и поезда, направлявшиеся в Париж. Людей обыскивали и изымали у них все предметы, которые могли послужить в качестве оружия, конфисковали даже теннисные ракетки.

Развеелся миф о выдающемся управленческом даре Макрона, раздутый СМИ в ходе истеричной предвыборной борьбы с его соперницей Марин Ле Пен. Эммануэль уже столь же непопулярен, как и его предшественник Франсуа Олланд. Профессор Кембриджского университета Роберт Томбс уверен, что Макрон переживет эти волнения с помощью мобилизации правоохранительных сил, но уже никогда не вернет себе доверие избирателей.

## ■ Опять за бортом



**В Монако 4 декабря на заседании Совета Международной ассоциации легкоатлетических федераций (ИААФ) было решено продлить запрет на выступления российской сборной в 2019 году.**

Это позволит ИААФ продолжить практику ограничения численности россиян, выступающих на мировой арене под нейтральным флагом. От нас требуют передачи Всемирному антидопинговому агентству (ВАДА) всей базы данных Московской антидопинговой лаборатории на исследование. Но даже после того как это произойдет, санкции, наложенные на российскую легкую атлетику, продолжат действовать до завершения

РОССИЙСКАЯ ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА  
ПОД ПОЛИТИЧЕСКИМ ПРЕССОМ

анализа всей полученной из Москвы информации.

ИААФ чувствует себя вполне комфортно в отсутствие полноценной российской команды. Возглавляющий ассоциацию видный член Консервативной партии Великобритании, лорд Коу знает, что соратники по партии ждут от него именно таких действий в отношении России, снятие санкций с нашей команды неизбежно вызовет негодование со стороны партийных боссов.

Руководитель комиссии ИААФ, оценивающей выполнение Россией требований международной ассоциации, Руне Андерсен затрудняется ответить, как будут развиваться события, так как сначала нужно проверить пробы, взятые за период с 2012 по 2015 год. На вопрос, почему бы не восстановить права сборной до окончания проверки, он заявил, что ИААФ должна быть уверенной, что не было манипуляций с пробами и в команду не попадут атлеты, употреблявшие допинг.

Планируется перепроверить и проанализировать

огромный объем информации и хранящиеся в лаборатории пробы на тысячу российских атлетов. Российская сторона обязалась передать всю базу данных ВАДА до 31 декабря 2018 года. Знающие люди говорят, что там могут быть найдены сотни скрытых случаев применения допинга, впрочем, большинство из этих спортсменов уже закончили спортивную карьеру.

В своем докладе комиссия Андерсена еще раз подтвердила, что ВФЛА не будет восстановлена в правах до тех пор, пока не компенсирует ИААФ все расходы на работу комиссии и прочие затраты. В июле президент ВФЛА Дмитрий Шляхтин заверил, что все счета, как только они придут, будут оплачены. К 30 июня сумма достигла 2,7 млн долларов и продолжала расти. В ноябре Шляхтин сообщил, что федерация не может сразу оплатить выставленный счет, и попросил разрешения выплачивать деньги по частям с рассрочкой. В ИААФ сочли, что торг по данному вопросу неуместен.

Сегодня можно сказать, что с самого начала российское спортивное руководство избрало неудачный путь выхода из кризиса. Президентом ВФЛА стал человек со стороны, не способный без переводчика оперативно вести переговоры, и не следовало с такой легкостью соглашаться на все условия ИААФ, например с назначением специальной комиссии во главе с Руне Андерсеном и ее полномочиями, ставшей лишним промежуточным звеном, «прокладкой» в переговорном процессе.

Вместе с тем тяжелый урон из-за своей неразумной политики понесла и международная ассоциация, она во главу угла поставила финансовое положение. Когда бывший глава ВФЛА Валентин Балахничев покинул свой пост казначея ИААФ, он оставил после себя внушительный резерв в 54 млн долларов, сейчас Коу может лишь мечтать о таких деньгах. ИААФ разваливается, а спонсоры боятся с ней связываться из-за продолжающейся неопределенности в допинговых расследованиях.

Материалы подготовил Николай Иванов



ИНФОРМАЦИОННЫЙ  
ФИНАНСОВЫЙ  
ЦЕНТР

БЛАГО

ПИТЬЕВАЯ ВОДА



## ПРИБЛИЗИТЕЛЬНЫЙ ДОХОД ПО ПРОЕКТУ

### ЕЖЕМЕСЯЧНАЯ ВЫПЛАТА

СУММА	3 мес.	6 мес.	9 мес.	1 год
100 000	1 300	1 500	1 900	2 500
250 000	3 500	4 200	5 200	6 700
500 000	7 900	9 200	11 300	14 600
1 000 000	17 500	20 000	24 200	31 700



## СОМНЕВАЕТЕСЬ? ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ДОХОД - ДРУГАЯ ЖИЗНЬ



### Финансовое благополучие или как избежать инфляции.

Существует мнение, что путь к финансовому благополучию тернист и доступен немногим. И что для финансовых успехов требуются специальные знания, которых нет у большинства. А так называемым простым людям можно только копить деньги, чтобы в отдаленном будущем достичь заветной цели. Полагаться на мнение и авторитет большинства не всегда верно. Потому что большинство, как правило, консервативно и инертно. Прогресс двигают поступки и идеи отдельных личностей. То же наблюдается с финансовым благополучием: преуспевают, как правило, те, кто пробует не только традиционные, но и новые способы приумножения своих накоплений. Тем более что современный рынок и законодательство предоставляет для этого

все возможности. Инвестиции в бизнес — как раз такой способ. Такие инвестиции обеспечивают частным инвесторам стабильным доходом. Механизм получения прибыли прозрачен: предприятия используют инвестиции, увеличивают свою прибыль и делятся ею с инвесторами. Итак, давайте разберемся кто же такой инвестор? В нашем сознании сложился стереотип инвестора как некоего олигарха с миллионными доходами, на которые он скупает «газеты, заводы, дворцы, пароходы». Мы за другой тип инвестора. Для нас это каждый человек, пришедший к нам и инвестировавший свои средства в бизнес. К примеру, у вас имеются накопления 100 - 500 тысяч рублей. Такая сумма может быть инвестирована на срок от 3 месяцев. Инвестор заключает договор, в котором оговариваются срок размещения, сумма инвестиций и доходов. По своему желанию, при-

быль можно получать как одной выплатой (после окончания срока действия договора), так и ежемесячно. Доходы инвесторов составляют свыше 13% годовых, что позволяет не только сберечь их от инфляции, но и приумножить. Деньги в качестве инвестиций получают экономически стабильные предприятия, средства которых работают в обороте и приносят прибыль, часть которой расходуется на регулярные выплаты инвесторам. Инвестируя средства в развитие предприятий, вы не только получаете доход, но и способствуете появлению на рынке новых

товаров и услуг, а значит, и вносите посильный вклад в развитие экономики. Инвестиции — это не только возможность получить дополнительный доход, но и надежный способ уберечь свои накопления от инфляции. Для многих инвесторов дополнительный доход стал практически второй пенсией: деньги ежемесячно перечисляются на карту, а в качестве бонуса, инвесторы, заключившие договор, получают подарки от наших предприятий.



### СТАВКИ ДОХОДОВ

до 36%

ЮРИДИЧЕСКИЕ ЛИЦА



ИНФОРМАЦИОННЫЙ  
ФИНАНСОВЫЙ  
ЦЕНТР

Москва, ул. Тихвинская,  
д. 2, офис 8, 2-й этаж.

Метро «Менделеевская», «Новослободская»  
Время работы: 10:00 - 19:00 (5 минут пешком)

8 (495) 133-87-55

8 (495) 133-94-00

www.fond-msk.ru  
Фонд помощи и поддержки качественного управления бизнесом «Благодетель», ОГРН 1157700017584, Кредитный потребительский кооператив «Стратегии Инвестиций» (привлекают денежные средства от своих членов (пайщиков), ИНН: 7714421913, Свидетельство СРО Межрегиональный союз кредитных кооперативов №426 от 12.11.2018 г., НКО «Национальное потребительское общество взаимного страхования». Лицензия ЦБ РФ ВС №4301 от 10.10.2016 г. Сбережения застрахованы. Акция действительна с 27.11.18 г. по 31.12.18 г. Подробности по телефону. Реклама.

Следственный комитет подготовил поправки о введении в УК двух новых статей об ответственности за врачебные ошибки.

## Пусть оперирует Швондер

В центральном аппарате Следственного комитета создается отдел по расследованию ятрогенных, то есть связанных с врачебными ошибками, преступлений. Создаются отделения по расследованию преступлений врачей в Санкт-Петербурге, Нижнем Новгороде, Екатеринбурге, Новосибирске и Хабаровске.

Эксперты медицинского сообщества уверены, что это отрицательно скажется на качестве медицинской помощи.

Президент Лиги защиты врачей Семен Гальперин считает, что кампания против врачей-вредителей «придумана для того, чтобы оправдать плачевные результаты медицинской реформы». Он уверен, что количество дел против врачей будет расти как снежный ком. Сопредседатель врачебного профсоюза «Действие» Андрей Коновалов предлагает «правоохранительным и надзорным органам делать акцент на преследовании не рядовых сотрудников, а должностных лиц, виновных в создании системных проблем здравоохранения». Настроения же в среде врачебного сообщества можно выразить цитатой из Булгакова: «Отдайте ключи Швондеру, пусть оперирует».

По мнению СК, тема врачебных ошибок важнее расследования дел о преступных сообществах, о государствен-

# НОВЫЕ СТАТЬИ ДЛЯ ВРАЧЕЙ



FOTONIA

не состоят в профессиональных объединениях, не аттестованы, не имеют вообще никаких полномочий на занятие экспертной деятельностью. Достаточно сказать, что их квалификация и эффективность определяются не профессиональным сообществом, а руководством следственного органа.

## Сядут все

Сейчас медицинских работников привлекают к уголовной ответственности за причинение смерти, тяжкого вреда здоровью по неосторожности и халатности. Самое строгое наказание предполагает лишение свободы сроком до 3 лет. Следственный комитет предложил ввести в Уголовный кодекс статьи «Ненадлежащее оказание медицинской помощи (медицинской услуги)» и «Сокращение оказания медицинской помощи». По первой статье медикам грозит срок до 7 лет, по второй - до 4.

Юристы говорят об избыточности новых уголовных инициатив и наказания в отношении врачей, но какие бы ни были аргументы у специалистов, Следственный комитет гнет свою линию и фактически согнул.

Новый законопроект об уголовной ответственности уже кулуарно одобрен и, думаю, что на весенней сессии будет принят Госдумой, - продолжает Алексей Федяров.

Следственный комитет успокаивает встревоженных врачей, что сажать будут не всех: «Как отметила официальный представитель СК РФ Светлана Петренко, лишь 10% уголовных дел, расследуемых в отношении врачей, доходят до суда, в 90% случаев следователи доказывают их невиновность».

Здесь уважаемый следователь лукавит. Действительно, до суда доходит далеко не каждая жалоба, но практически по всем уголовным врачебным делам в суде были вынесены обвинительные приговоры. Наша судебная система так устроена, что с вероятностью 99,64% вас признают виновным. По официальной статистике, на 1000 приговоров приходится 36 оправдательных

**Действительно, до суда доходит далеко не каждая жалоба, но практически по всем уголовным врачебным делам в суде были вынесены обвинительные приговоры.**

решений суда. И врачи здесь не исключение из правил.

Все эти действия ставят крест на возможности доказать невиновность врачей, - уверен Федяров. - Сами расследуем, сами проводим экспертизы. Фактически СК выдал самому себе карт-бланш.

Удивительно другое - Минздрав дистанцировался от происходящего и делает вид,

что это его никак не касается. Ни одного заявления отсюда не поступало. Кажется, его все устраивает.

## Свобода или тюрьма?

Один из признаков здоровья системы - реакция на ошибки. В этом смысле показательна история с делом врача Мисюриной. В 2013 году она провела забор костного мозга у пациента с несколькими сложными диагнозами, в том числе с онкологическим. Через несколько дней пациент скончался. По версии следствия, причиной смерти мужчины стала врачебная ошибка: Мисюрина якобы могла проколоть сосуд иглой и вызвать у пациента внутреннее кровоотечение. Врача приговорили к 2 годам колонии.

До сих пор непонятно, почему умер пациент. Была ли вообще врачебная ошибка? Могли ли врачи спасти пациента? Если могли, то каким образом, чтобы в следующий раз коллеги могли внести коррективы в лечение? Но следователей эти вопросы не волнуют. При сложившейся ситуации в установлении истинных причин смерти пациента не заинтересованы и сами врачи. Хуже другое! Любая рискованная операция или методика лечения, которые могли бы дать шанс больному, могут привести врача на нары. Будет ли доктор рисковать своей свободой - вопрос риторический.

Вячеслав Степовой

# Что с нашими детьми не так?

На днях в Общественной палате РФ состоялась научная конференция, посвященная девиантному (отклоняющемуся от общепринятых общественных норм) поведению подростков. Выводы ученых удручают: девочки чаще мальчиков курят, больше пьют, в три раза чаще пытаются совершить самоубийство.

Наибольшую криминальную активность стали проявлять подростки младших возрастных групп - это 11-12 лет. Так как ответственность по Уголовному кодексу наступает с 14 или 16 лет (в зависимости от вида преступления), эти подростки не попадают в места лишения свободы и не учитываются криминальной статистикой.

Выводы ученым приходится делать на основании опросов в школах, также учитываются резонансные случаи. Они, по словам первого заместителя председателя комиссии ОП РФ Людмилы Дудовой, «становятся все более частыми и громкими».

Каждый месяц в России регистрируется около десятка нападений подростков в школах на учителей и учеников. Чаще всего нападающие используют ножи и топоры, намного реже - оружие родителей, а также изготовленную взрывчатку.

Буквально на днях, 6 декабря, московский подросток пришел с ножом в школу и начал угрожать ученикам, учителям покончить с собой. Правда, в этот раз обошлось без жертв: школьника закрыли в помещении и затем уговорили сдать.



REX/FOTODOM

Наиболее криминализированы подростки в Забайкальском крае, Карелии и Тыве. В среднем по России они совершают каждое 15-е преступление. Чаще всего ими движет корыстный мотив - на кражи и грабежи приходится 78% подростковых преступлений. Каждый третий совершает преступление в компании с другими подростками, каждый восьмой - в состоянии алкогольного опьянения.

Причем девочки к девиантному поведению сегодня склонны больше, чем мальчики, считает профессор Елена Скворцова, руководитель Центра мониторинга вредных привычек среди детей и подростков Минздрава России. Так, регулярно употребляют алкоголь 67,9% школьниц и 55,5% школьников.

Часто употребляют алкоголь (речь уже может идти об алкогольной зависимости) 15,7% девочек и 14,7% мальчиков. Постоянно курят каждая четвертая девочка и каждый пятый мальчик.

Единственное, в чем девочки еще отстают от мальчиков, - это употребление наркотиков. Согласно тем же исследованиям, экспериментируют с наркотиками 17% мальчиков и 9,8% девочек, а регулярно употребляют наркотики 6,2% школьников и 3% школьниц.

Быстрее, чем у мальчиков, в «девичьей среде» растет жестокость. Девочки в 4

раза чаще устраивают травлю ровесниц в соцсетях. Перегнали они мальчиков и по числу попыток суицида. Согласно исследованиям детского суицидолога Елены Вроно, свести счеты с жизнью девочки пытаются в три раза чаще.

На первом месте среди способов суицида у подростков - отравление лекарственными препаратами, на втором - падение с высоты. Согласно статистике, до 80% подростков, пытавшихся свести счеты с жизнью, не имели никаких психических отклонений.

Тем не менее, считает детский суицидолог, подростки страдают депрессией намного чаще, чем взрослые.

Как отмечает Людмила Дудова, проблемы с девиантным поведением современных подростков зачастую создают сами родители. Сегодня немодно помочь пожилому человеку донести сумку, уступить место в общественном транспорте. Не модно быть воспитанным. В семьях пропагандируется принцип «кто смел, тот и съел». Яблочко от яблони...

Анна Александрова

## В Англии богатых любят больше, чем в России

Если хотите сэкономить на налогах, приобретайте недвижимость и автомобили в Англии или Германии. А вот во Франции и Испании вас обдерут как липку.

Богачам лучше не обзаводиться недвижимостью в России - такой вывод сделали на днях одно из авторитетных российских изданий. Так, налог на квартиру в центре Москвы площадью 758 кв. м и стоимостью 353 млн рублей (5,4 млн долларов) составит почти 7 млн рублей в год, или почти 108 тыс. долларов (напомним, что налог на дорожную недвижимость рассчитывается из расчета 2% от ее стоимости).

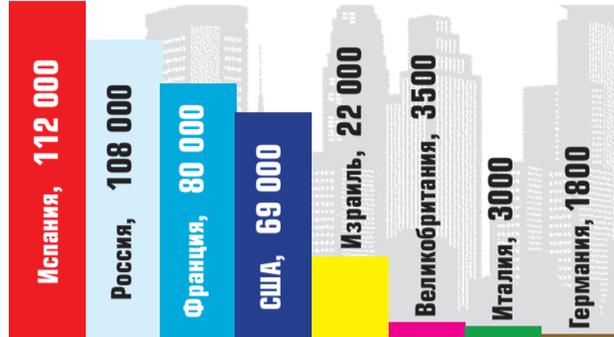
В Майами-Бич в США за квартиру аналогичной стоимости придется платить налог 1,28% в год, или 69 тыс. долларов. В Англии самые низкие налоги на недвижимость, в Лондоне они составляют 600-900 фунтов в год, а за самую дорогую недвижимость платят 3,5 тыс. фунтов ежегодно.

Еще больше повезло покупателям апартаментов в Германии, здесь вовсе нет налога на недвижимость. Правда, надо платить поземельный налог, который составляет в среднем 0,35%.

Во Франции налог на дорогую недвижимость составляет 1,5%, то есть за квартиру ценой 5,4 млн евро нужно будет вкладывать ежегодно до 80 тыс. евро налогов. Примерно такая же ставка налога на элитное жилье в Испании - 1,6%. Помимо этого, с иностранных граждан взимают налог «на доход» от недвижимости. Рассчитывают этот доход в Испании весьма странно, потому что начисляют его не только тем, кто сдает квартиру в аренду, но и всем подряд.

А это еще около 0,48%, таким образом, Испания догоняет Россию по «налогам на богатых». Зато в Италии ситуация с налогами намного лучше - здесь в год придется платить 0,4-0,7%.

В Израиле налоги платят, исходя из квадратных метров, для жилья площадью



Налог на недвижимость, \$ в год (для сравнения взята квартира в центре Москвы стоимостью \$ 5,4 млн)

120 кв. м и больше налог составит почти 30 долларов за 1 кв. метр, и в итоге за квартиру площадью 758 кв. м придется платить примерно 22 тыс. долларов в год.

Что же касается налогов на дорогие авто, то самыми щадящими оказались налоги в Штатах и опять же в Англии. Так, на трехлетний «роллсройс» стоимостью 25 млн рублей ежегодный налог в России составит 257 тыс. рублей, или почти \$ 4 тыс..

В половине штатов США налог на автомобили и вовсе отсутствует. В остальных штатах налог рассчитывается из расчета 1,5 тыс. долларов в первый год владения, дальше он год от года снижается, а с 14-го года владения вовсе отменяется.

В Англии за автомобиль такого класса придется заплатить в первый год налог около 2 тыс. фунтов стерлингов, со второго по пятый - 600 фунтов, далее - 140 фунтов в год.

Во Франции владеть подобным авто и вовсе сплошное разорение: налог на него составит 10,5 тыс. евро в год. На авто с небольшим выбросом CO<sub>2</sub> налоги не начисляются.

В Израиле налог взимается при покупке автомобиля единовременно и составляет от 83% до 120% (правда, при покупке новых автомобилей есть неплохие налоговые льготы).

Таким образом, один из самых высоких налогов на дорогую недвижимость в России - в полтора раза выше, чем в

США, и почти в 30 раз выше, чем в Англии. Налоги на дорогие авто в РФ в два раза выше, чем в США, и в 1,5 раза выше, чем в Англии. Правда, в три раза ниже, чем во Франции.

Единственный налог, который оказался ниже всего в России, - это налог на яхты. Роман Абрамович за свою яхту ценой 460 млн рублей платит налог 1,5 млн. В Калифорнии российский олигарх должен был бы платить в пересчете на рубли по 300 млн ежегодно.

«Неудивительно, что российские богачи, и не только богачи, предпочитают скупать недвижимость за границей, а не у себя на родине, - комментирует социолог Роман Заваришин. - К сожалению, наша власть непредсказуема, и никто не знает, какие налоги придумают завтра. Плюс ко всему в России нет как такового понятия «частная собственность». Твой торговый центр могут запросто снести в «ночь длинных ковшей», а земельный участок отобрать по причине того, что ты его якобы неправильно используешь. К тому же нынешний финансовый кризис отбил у россиян охоту покупать недвижимость в крупных городах с целью сдавать ее в аренду, платежеспособных квартирантов становится все меньше. Чего не скажешь, например, о недвижимости в Лондоне - спрос на аренду жилья здесь только увеличивается».

Анна Александрова



## Как депутаты одобрили новый налог для самозанятых

В ноябре был принят новый закон о налогообложении самозанятых. Теперь они будут платить в казну 4% от своего дохода. Закон был утвержден в кратчайшие сроки. Только ли о народе пеклись депутаты, голосуя за новые правила?

В этом году наметился совершенно удивительный рост стоимости 1 кв. метра в столице. Так, с февраля по декабрь цена «квадрата» подскочила сразу на 5-7%, что выглядит странно в условиях нынешнего финансового кризиса. Более того, во втором полугодии произошло «оживление рынка», отмечают эксперты.

Согласно открытым источникам, один из депутатов Госдумы приобрел несколько десятков квартир: на сегодня покупка недвижимости по-прежнему остается наиболее выгодным вложением средств.

По некоторым данным, на депутата Госдумы приходится в среднем несколько квартир, в основном в столице. По большей части это квартиры среднего и нижнего ценового сегмента - от 8 до 15 млн рублей. Зачем богатеньким Буратино такие дешевые квартиры?

Ответ прост: доход от сдачи одной квартиры составляет в среднем 5,5% от ее стоимости в год, то есть с одной «единицы недвижимости» ценой 10 млн можно получать ежегодно 550 тыс. дохода.

Деньги для депутатов, может, и небольшие. Но если речь идет о нескольких квартирах, то доходы от сда-

чи квартир в аренду могут оказаться весьма ощутимыми. Конечно, никто из народных избранников не записывает все квартиры на себя. Если посмотреть официальные декларации, то большинство из них владеют одной-двумя квартирами, и то весьма скромными. Правда, в декларациях не учитываются квартиры быв-

**Регионы для проведения эксперимента со снижением налога выбранны неспроста. Это те регионы, где скупает недвижимость наша элита.**

ших жен и всех остальных родственников, а каждый третий депутат, как известно, разведен.

Остается одна проблема - налоги. Налог от сдачи в аренду имущества физическими лицами, не зарегистрированными в качестве предпринимателей, в соответствии с гл. 23 Налогового кодекса РФ составляет сегодня 13%.

Однако уже с 1 января тех граждан, кто сдает квартиры в Москве и еще в трех регионах, ждут существенные нововведения. Буквально в ноябре был принят так называемый закон о самозанятых. Речь идет о том, что так называемые самозанятые граждане

в четырех регионах - Москве, Московской и Калужской областях и Татарстане, - начиная от нянечек и заканчивая рантье, смогут платить налог не 13%, а всего лишь 4%.

Интересно, что «эксперимент» продлится аж 10 лет! Начнется он 1 января 2019 года, а завершится 1 января 2029-го!

«Регионы для проведения эксперимента выбраны неспроста, - отмечает юрист Алексей Самохин. - Казалось бы, зачем снижать налоги в три с лишним раза именно для нянечек Татарстана и Москвы? Ведь где-нибудь в Иванове нянечка или репетитор тоже хотят платить налог не 13, а 4%. Почему необходимо было делать поправки именно для самых богатых, обеспеченных городов, а не пойти навстречу самым бедным и нуждающимся?»

Ответ, по мнению Самохина, прост: «Москва, Подмосковье, Татарстан и Калужская область - это те регионы, где скупает недвижимость наша элита».

А как же быть со сбором налогов? Неужели о нем народные избранники вовсе не пекутся? «Логичнее было бы ввести закон по всей стране и не в качестве эксперимента, а на постоянной основе. Но это ударило бы по местным бюджетам, которые сегодня переживают не лучшие времена. Конечно, на данный момент налоги на ту же аренду недвижимости и на репетиторов с нянечками - не главный источник дохода для пополнения бюджетов всех уровней, но правительством уже разработан и не скрывается целый ряд мер, которые позволят загнать миллионы людей в налоговую кабалу. Это, например, введение налога на тех, кто не работает. Этот налог должен заставить людей регистрироваться в качестве самозанятых, - считает Самохин.

Аделаида Сигида

**ВАС ОБМАНУЛИ ЮРИСТЫ? ВЫ ЗАПЛАТИЛИ, А РЕЗУЛЬТАТА НЕТ? АДВОКАТСКОЕ БЮРО МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ. ЗВОНИТЕ! 8-499-130-90-85**

РЕКЛАМА

# Росстат подсчитал новогодние траты



**В преддверии главного зимнего праздника в России традиционно считают два новогодних индекса - стоимость салата оливье и селедки под шубой. Считается, что именно они показывают, как изменились цены за год. Как же в 2018 году выросли цены на набор продуктов для традиционных новогодних блюд?**

Проводит расчеты Росстат, основываясь на средних ценах по стране. Он берет за основу рецепт оливье, в котором используется 500 г консервированных огурцов, 380 г горошка, 500 г картофеля, 200 г моркови, 4 куриных яйца, 300 г вареной колбасы, 100 г репчатого лука и 200 г майонеза. По данным статистического ведомства, в нынешнем году семья из четырех человек сможет откусать оливье за 325,3 рубля, в то время как на прошлый Новый год - за 311,83 рубля. Это значит, что стоимость главного новогоднего салата за год выросла на 4,15%. Подсчитали в цене все ингредиенты «зимнего салата» кроме картофеля: морковь - почти на 14%, яйца куриные - на 12,5%, лук репчатый - почти на 5%, колбаса вареная - на 4%, зеленый горошек и огурцы консервированные - на 3%. Самым устойчивым к рыночным условиям оказался майонез. Он поднялся в цене всего на 2%.

Нельзя не заметить, что Росстат всегда считает салатные индексы, основываясь на данных за октябрь. Но даже если принять за основу данные статистиков и учитывать их ранние отчеты по индексу, получается, что стоимость оливье растет быстрее инфляции. Ведь, по данным ведомства, с января по октябрь 2018 года индекс потребительских цен вырос на 2,9%, а индекс оливье, как уже было сказано, на 4%.

Если согласиться с расчетами Росстата и закрыть глаза на стои-

мость, например, сахара (за год +16%), пшеница (+46%), хлеба (+8%), говядины (+8,8%), свинины (+5,7%), огурцов (+8,5%), то, разумеется, 325 рублей за оливье

**А вот последняя новость с Дальнего Востока может порадовать. Суперулов лососевых в этом году резко сбил оптовую цену на красную икру. И вот она точно подешевеет в преддверии Нового года.**

на четверых - сущие копейки. А если добавить сюда значительный рост цен на бензин, услуги ЖКХ, всевозможные экосборы, которые существенно поднимают продукты в стоимости, то невольно задумаешься: можно ли верить статистике?

Ну а пока населению ничего не остается, кроме как встречать Новый год с тазиком дешевой оливьешечки. Это блюдо, конечно, страстно любимо россиянами, но все же не стоит, наверное, пудрить им мозги и уверять в незначительном росте цен, флагманом которого якобы считается салатный индекс. Судя по нему, за 5 лет классический набор продуктов подорожал в России всего на 25 рублей! Как тут не вспомнить Станиславского с его «Не верю!»?

Теперь о другом классическом блюде к Новому году - селедке под шубой. Она удивила даже больше, чем оливье. Индекс этого салата рассчитывается на основе следующего рецепта: 350 г соленой сельди, 400 г картофеля, 350 г свеклы, 200 г

моркови, 2 куриных яйца, 100 г репчатого лука и 300 г майонеза. По данным Росстата, столовая свекла за год подорожала на 25%, а цена сельди снизилась на 6%. Остальные ингредиенты, если судить по индексу оливье, также подорожали, за исключением картофеля. А теперь внимание, Росстат подводит итог: по сравнению с прошлым годом селедка под шубой увеличилась в цене... на 0,37% (+56 копеек) и в 2018 году стала стоить 153,1 рубля вместо прошлогодних 152,54 рубля. Если честно, рядовые потребители такие салатно-селедочные расчеты загоняют в тупик... Спешем результаты на «среднюю температуру по больнице» и оставим их на совести счетоводов из Росстата, ведь россияне тоже ходят в магазины и видят ценники в них. А они планомерно ползут вверх.

Вряд ли ближе к Новому году стоимость традиционных салатных и других популярных продуктов снизится. Не стоит ждать чуда - в преддверии больших зимних праздников магазины, ориентируясь на ажиотаж, традиционно поднимают цены на все, так что условная цена росстатовского салата для многих окажется значительно выше. Если хотите хоть немного сэкономить, запасы к новогоднему столу лучше делать уже сейчас. Ведь давно подмечено: чем ближе Новый год, тем больше сумма в чеке.

*Елена Хакимова*

# Свиристели ушли в запой

**Москвичи стали находить у себя под ногами свиристей - маленьких и очень красивых птиц, не подающих признаков жизни. Орнитологи заверили любителей природы: пернатые не погибли, а попросту пьяны - просятся и полетят себе дальше.**



О птичках-алкоголиках сообщил Биологический музей имени К.А. Тимирязева. Именно сюда стали обращаться москвичи, нашедшие на улицах города очень странных хохлатых свиристей. У пернатых жителей города, похоже, случился коллективный запой, а сердобольные москвичи бросились их подбирать, чтобы спасти от неминуемой гибели. Вот только как приводить в чувство и похмелять птичек, никто толком не знал. Вот и обратились люди к специалистам.

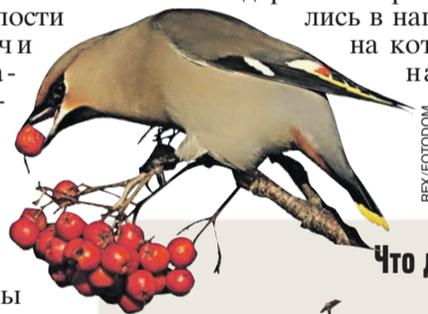
Очень скоро в соцсетях появился пост, который все объяснил. «Из жалости москвичи подбирают свиристей домой. А зря. Через несколько часов птицы оживут», - предупреждают орнитологи.

Оказалось, что пьянки среди пернатых не так уж редки. Ученые утверждают, что ягоды рябины от перепада температур забродили и свиристели стали жертвой этого явления. «Птицы потребляют ягоды, которые повисели какое-то время на ветках и облучились под солнцем. В них вырабатывается спирт. Птицы пьянеют, садятся на землю и входят в состояние гипотермии. Другими словами, температура тела падает ниже, чем нужно для поддержания нормального обмена веществ и функционирования организма. Соответственно, в этот момент они могут погибнуть», - объяснил кандидат биологических наук Владимир Романов.

Впрочем, свиристели оказались далеко

не единственными разрушителями здорового образа жизни. В пьяных дебошах были замечены и снегирь. Ученые говорят, что у птиц печень не переваривает алкоголь, поэтому пернатым надо совсем мало для того, чтобы отключиться. Правда, в легком подпитии они ведут себя вполне по-человечески и устраивают драки по принципу «стая на стаю».

В прошлом феврале подобная проблема возникла в Новосибирске. Птичий алкоголизм стал настоящим бедствием для города. Из-за аномально теплой зимы ягоды на деревьях превратились в напиток, на который набро-



**Что делать, если у вас под ногами оказалась нетрезвая птичка?**

**Лучше всего воспротивиться соблазну взять ее домой. Снегирь или свиристель скоро протрезвеет и, оказавшись не на воле, а в закрытом пространстве, переживет еще больший шок. Специалисты рассказывают, что действовать надо так же, как с человеком: спрятать птицу в теплом и безопасном месте, дать проспать. В качестве укрытия подойдет небольшая коробка, установленная там, где ее не потревожат прохожие или бездомные кошки.**

сились не только мелкие птички, но даже откормленные голуби. И все они буквально падали на головы прохожим. Дороги оказались усыпаны впадинами в бессознательное состояние пернатыми, а погибших любителей рябинового зелья дворники собирали ведрами. Очень сильно пострадали автомобилисты - в лобовые стекла машин врезались напившиеся «рябиновкой» голуби. И нельзя сказать, что они много «выпили», всего лишь гроздь красных ягод. Но для птиц это то же самое, что бутылка водки для человека.

Жители города наблюдали тогда страш-

ное зрелище - целые стаи, потеряв ориентацию, врезались в витрины и оконные стекла. Орнитологи объяснили такое явление очень просто: свиристели и снегирь - птицы стайные, в полете следуют за вожаком. Стоит ему врезаться в дерево, так же поступают и остальные.

«Алкоголь действует на пернатых так же, как и на любые другие теплокровные организмы. Правда, у птиц процессы происходят очень быстро, пищеварительные ферменты действуют сильно, поэтому такое состояние у них кратковременное», - рассказал орнитолог Института систематики и экологии животных Сибирского отделения РАН Алексей Яновский.

Год назад пермские СМИ сообщили, что в

одном из детских садиков воспитатели даже придумали специальную защиту от летающих алкоголиков. Они повесили на окна новогоднюю мишуру, которая хоть как-то отпугивает потерявших всякую ориентацию пташек.

Можно ли остановить этот птичий запой? Орнитологи говорят, что для этого придется уничтожить перебродившие ягоды, что в условиях города очень непросто. Поэтому специалистам, зоозащитникам и коммунальщикам придется просто ждать, когда пернатые склюют последние «пьяные» ягоды.

*Наталья Пуртова*

**Табло с курсами валют уберут с улиц - депутаты уверяют, что это поможет бороться с мошенниками. Однако причина может быть совсем в другом.**

Госдума во втором чтении приняла закон о запрете уличных табло с курсами валют. Теперь, для того чтобы узнать курс обмена, нужно будет зайти в банк.

Официальное объяснение заключается в том, что в России до сих пор не смогли закрыть незаконные пункты обмена валюты. Незаконными обменники стали еще в 2010 году, тогда Центробанк ввел правила, согласно которым менять валюту могут исключительно «многопрофильные кредитные организации». Иными словами - отделения банков.

Если же вам предлагают только одну услугу - обмен валюты, то знайте, вы имеете дело с нелегалами. Лицензии на обмен валюты у таких пунктов нет. Несмотря на это, обменники не собираются уходить с рынка, пожаловался на днях замдиректора департамента финансового мониторинга и валютного контроля ЦБ РФ Илья Ясинский. С точки зрения ЦБ, таким обменным пунктам необходимо усложнить жизнь, чтобы лишить их возможности рекламировать свои незаконные услуги и привлекать клиентов с улицы, считает Ясинский. По его словам, курс на табло таких обменников зачастую не соответствует действительности, а зашедших поменять валюту граждан нередко обманывают.

Новый закон лишит незаконные точки возможности завлекать клиентов, и таким

# Народ избавят от волнений?



Нынешняя инициатива вызывает немало вопросов и у кандидата психологических наук **Константина Довлатова**, он уверен, что истинная причина принятия нового закона - вовсе не борьба с мошенниками, а «спокойствие народа»:

«Часто можно наблюдать, как люди утром идут на работу и, увидев курсы обмена валют или цены на бензин на автозаправке, хватаются за голову. Если убрать табло, то

**Если вас обманули в обменном пункте, следует немедленно вызвать полицию, а также сообщить в Центробанк. Телефон горячей линии Центробанка (495) 950-09-40.**

образом эти точки исчезнут сами собой.

В целом опыт борьбы с обменниками выглядит странно.

Еще в 2010 году ЦБ начал публиковать адреса нелегальных пунктов обмена валют у себя на сайте, вместо того чтобы просто закрыть нелегалов при помощи полиции.

ЦБ, скорее всего, стремится очистить рынок от мелких игроков, считают эксперты. Как правило, крупные банки широко разрекламированы, с крупными вывесками, с узнаваемыми логотипами - размещают такую информацию на табло внутри помещений.

Еще в 2010 году ЦБ начал публиковать адреса нелегальных пунктов обмена валют у себя на сайте, вместо того чтобы просто закрыть нелегалов при помощи полиции.

По мнению Довлатова, с точки зрения психотерапии «власти делают правильную вещь»: «Конечно, без табло будет неудобно, придется заходить в каждый банк и спрашивать, какой у них курс. Но зато люди с повышенной тревожностью, коих у нас в стране большинство, сохраняют свои нервы».

Интересно, что на Западе до подобной психотерапии пока еще не додумались. «Там к колебаниям курса национальной валюты относятся намного спокойнее, - продолжает Довлатов. - Во многих странах население даже радуется и пытается на этом заработать. Например, в Голландии еще до введения евро гульден подешевел в несколько раз, соответственно, упали и цены на недвижимость (в пересчете на доллар). Это позволило жителям других стран скупить голландскую недвижимость по выгодной цене. Или, например, тот же английский фунт стерлингов - пять лет назад он стоил 2 доллара, а теперь всего лишь 1,28. Но это никого в Англии не расстраивает и не пугает».

В России - другое дело.

«Над нашим народом десятилетиями проводили эксперименты, - говорит психолог. - То меняли деньги, то отнимали, поэтому при малейшем колебании российский человек впадает в панику и начинает думать, что все деньги и накопления пропадут. Чуть поднялся доллар, и россияне уже ждут какого-нибудь ужаса. Поэтому это правильное решение - убрать курс национальной валюты с глаз долой».

А вот психотерапевт **Марк Сандомирский** уверен - желание правительства успокоить народ может иметь обратный эффект.

«Правительство выбрало непонятную для населения политику неопределенности, - говорит Марк Сандомирский. - В верхах решили, что для спокойствия народа надо ретушировать происходящее, напускать как можно больше тумана. В итоге в стране нависает ощущение непре-

сказуемости. Люди начинают ждать резких ухудшений. Кто побогаче - покупает недвижимость за границей. Кто победнее - запасается гречкой и спичками. Таким образом, тревога в обществе не снимается, а нарастает. Если убрать с улиц табло с курсом валют, тревожных ожиданий станет еще больше. Тем более опасно издавать такие законы на фоне слухов о запрете хождения доллара в России».

Кроме того, Сандомирский напоминает: чем больше для человека что-то спрятано и недоступно, тем выше желание это что-то заполучить. «В итоге может возникнуть ажиотаж. Те, у кого есть хоть какие-то рубли, побегут менять их на доллары. Любый дефицит или намок на него вызывает очереди», - считает психолог.

Поможет ли запрет на вывешивание табло изжить с рынка обменники-нелегалы? **Маркетолог Дмитрий Сендеров** уверен, что нет: «Те же самые нелегальные пункты обмена валют будут размещать информацию о курсе в интернете. Работать это будет даже лучше, чем табло: заходишь, и тебе сразу сообщают, где поблизости находится обменник с самым выгодным курсом».

Сейчас многим беспокоит рост цен на топливо. Может, потребовать отключить вывески и на заправках? Но от этого ведь цены на бензин не перестанут расти. С валютными табло такая же история: инициатива ЦБ усложнит жизнь не легальным обменникам, а, как обычно, рядовым гражданам: снизит степень их информированности о тенденциях на валютном рынке, многим рядовым потребителям станет сложнее обменять рубли на доллары и евро. Как показывают опросы, россияне предпочитают менять валюту через небольшие обменники.

Демонстрировать курсы валют на уличных табло придумали не россияне. Эта удобная и наглядная практика распространена по всему миру. Ничего криминального в уличных электронных стендах пока никто не замечал.

*Аделаида Сигида*

## ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА УМЕР БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК?

Каждый, кто хоть однажды пережил смерть близкого человека, знает, как тяжелы первые часы после того, как случилось горе. Городская специализированная служба «Ритуал-Сервис» (сайт в интернете [www.ritual.ru](http://www.ritual.ru)), информирует об участившихся случаях мошенничества и значительного завышения цен на оказание ритуальных услуг.

### Как уберечь себя от обмана - первые действия

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

#### РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ:

1. Обратитесь в проверенную городскую специализированную службу по телефону 8 (499) 317-43-63 (КРУГЛОСУТОЧНО) и вызовите сотрудника городской ритуальной службы.
2. Запишите Ф.И.О. выехавшего к вам сотрудника, чтобы не ошибиться и открыть дверь именно ему.
3. Дождавшись специалиста, вместе вызовите сотрудников скорой помощи (тел. 103) и полиции (тел. 102).
4. Ни в коем случае не передавайте кому-либо паспорт усопшего до заключения договора ритуальных услуг.

**Если горе случилось в больнице:** чаще всего о наступлении смерти сообщают сотрудники ритуальной компании при больнице. Пользуясь своим положением, они предлагают свои услуги по завышенным ценам, заманивая родственников фиктивной скидкой на услуги морга.

#### РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ:

1. Обратитесь по телефону 8 (499) 317-43-63 (КРУГЛОСУТОЧНО) и вызовите сотрудника городской ритуальной службы.
2. Вместе с прибывшим сотрудником отправляйтесь в морг для оформления документов и оплаты услуг медучреждения.

Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (499) 317-43-63 или на сайте службы [www.ritual.ru](http://www.ritual.ru)

ГБУ РИТУАЛ  
Договор № 111 ЦДС/К-18



**В Калуге учитель биологии уже 20 лет помогает диким животным, пострадавшим от рук человека. Кто-то из спасшихся остается жить в приюте, а кого-то удается выпустить в дикую природу.**

Двое волков играют в вольере, в какой-то момент игра переходит в конфликт. «Р-р-р!» - рычит стоящая рядом женщина, и волки тут же успокаиваются и расходятся.

**Вероника Матюшина, директор калужского центра реабилитации диких животных «Феникс»,** умеет говорить с животными на их языке. «По-волчьи жить - по-волчьи вить!» - смеется Вероника. Уже 20 лет она помогает диким животным. Приют в Калуге вырос из школьного жилого уголка. «Я не бываю в отпуске, и наш бюджет семейный имеет одну статью - это наши животные», - рассказывает Вероника.

### Пострадавшие от рук человека

Самый старый житель приюта - волчица, которую спасли с притравочной станции. Она жила еще при живом уголке в школе в отдельном помещении, потом с другими животными переехала сюда. Она очень любит детей, хотя хорошо знает, что такое люди, которые кидали в нее петарды, травили собаками. Волчица очень не любила собак, пока не переехала сюда в приют и не подружилась с собакой-охранником. Теперь она гавкает, как ее друг, а вить не умеет, потому что никогда не жила в стае.

Животные попадают сюда самыми разными путями. Часто это бывшие домашние любимцы. Нынче в тренде заводить дома лис и енотов, люди не задумываются, что это все же дикий зверь со своими повадками, а потом хватаются за голову и избавляются от ставших ненужными бывших любимцев. Другие приезжают с притравочных станций. Очень много цирковых животных, подвергавшихся чуть ли не пыткам на своей «работе». Много подранков, которых люди пытались

убить, но не добились, и такие животные-инвалиды - постоянные обитатели приюта.

Вот в вольере несколько енотов, которые тут же подбегают и тянут лапки к посетителям, - это бывшие домашние питомцы, которые, видимо, причинили серьезный ущерб квартирам хозяев. Ведь дикий зверь будет вести себя так, как ему положено в природе. Теперь они здесь. «Люди заводит дят



**В зоопарках Венгрии дикие птицы прилетают к травмированным крылатым сородичам, создают пары, а выводок выпускается в дикую природу.**

ких животных, а потом котенок вырастает в тигренка, и начинаются проблемы. Хорошо, если такие животные попадают в центры, подобные нашему. Человек никогда не должен забывать: рано или поздно природа хищника проявится», - замечает Вероника Матюшина.

Два волка, Светояр и Ярославна, приехали в «Феникс» из ивановского центра-приюта «Барс»: волчица родила щенят, но в это время как раз шли проверки, от множества посторонних людей мать впала в стресс и убила двух детенышей, остальных удалось спасти. Коллеги из «Барса» попросили помочь - сами очень сильно были загружены работой с другими животными. На их попечении слепой тигр, пума из цирка с оторванной лапой, леопард, избитый дрессировщиками, - много работы с такими зверями-инвалидами, искалеченными человеком. «Вот мы и привезли волчат. Сейчас им 3 года. Им лучше жить не в одиночку, а вдвоем - они играют, вырабатывают типичное поведение, рядом должен быть ему подобный».

«Феникс» уже знают и везут сюда пострадавших, как к доктору Айболиту, со всех сторон. Недавно брянская та-

можня задержала очередную контрабанду с дикими птицами. Их обязательно спасут, привезут сюда, возможно, удастся их выводить и выпустить в природу.

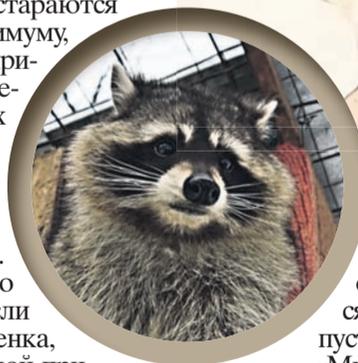
### «Приучаем к дикости»

«У нас много животных, которых уже нельзя вернуть в природу: они ручные или инвалиды. Но есть звери, которых после специальной подготовки можно вернуть в природу. Когда я слышу: «Мы взяли лису, а потом выпустили в лес» - это неправильно и даже вредно, - объясняет Вероника Матюшина. - Животное должно пройти специальную подготов-

ку и аистов - их тоже немало оказывается в приюте. Аистов сюда привозят отовсюду. Года два назад на Брянщине на Благоевещение расстреляли пару на гнезде: мужчина вышел с ружьем, убил самку, самец выжил, но без крыла. «Мы его выходили. Инвалидов-аистов раздают в зоопарки. Зоопарки, кстати, не могут принимать животных от населения, потому что это может угрожать ценной биокolleкции, берут к себе животных только после нас, когда животное прошло карантин. Мы оформляем все документы, в биологической карточке прописывается причина передачи и почему нельзя выпустить животное в дикую природу, - рассказывает Вероника Матюшина. - Иногда попадают к нам аистята, которые не успели подготовиться к вылету. Например, прошлый год был холодный, и нам привезли 16 белых аистов. А еще попался один черный - местный, калужский, весь нашпигованный дробинкой». Этой весной подлеченный черный красавец уехал в центр реабилитации птиц и диких животных «Ромашка» в Твери, которым руководят известные биологи Мурашовы. Там живет самка-



Вероника Матюшина



аистиха. Сейчас, похоже, аисты создали пару, и когда они загнездятся, птенцов выпустят в природу.

«Мы выпускаем аистов на территории, подконтрольной егерям, и они наблюдают там за ними. Если что-то не так, мы приезжаем. В этом году у нас удачно вылетели журавль и четыре аиста, - говорит Вероника. - Отвозим мы аистов и в Пермский край, там есть заповедник. Кстати, пару могут составить и птицы-инвалиды, такой опыт есть в зоопарках Венгрии: дикие птицы прилетают к травмированным кры-

латым сородичам, создают пары, выводок выпускается в дикую природу. Мы хотим использовать этот опыт у нас».

В основном все подобные программы ведут энтузиасты, волонтеры. Опытные ветеринары, которые знают, как работать с дикими животными, лечат питомцев приюта. Приезжают студенты-ветеринары, набираются опыта и практики. Много сил, конечно, уходит на обеспечение животных кормами. «Нам часто звонят фермеры: был падеж, а утилизировать дорого, возьмете даром? Забираем. Где-то сбили лося, коосулю, тоже берем на корм волкам. Иногда база звонит: мясо списанное, но еще хорошее. Забираем. Недавно вот так получили 1,5 тонны курятины, поделились с собачьим приютом», - радуется Вероника.

### Рык и клетот - разговор по душам

Вероника для жителей «Феникса» не хозяйка, а скорее мама. «Своя». «Мы им не говорим «Фу!» или «Сидеть!». Общаемся с волками, например, рыком, как они сами между собой общаются в природе. Так разнимаем драки. У енотов своя языковая база: одни звуки - когда они боятся, другие - когда радуются. С ними рычим, фырчим. Аисты откликаются на наш клетот, отзываются. Я биолог и обязана знать повадки животных и говорить с ними на их языке», - говорит директор «Феникса».

Здесь животным меняют судьбу. А еще Вероника Матюшина убеждена, что такая честная работа с животными и забота о них - хороший пример для детей. Ее ученики, даже те, кто стал уже взрослым, приходят в «Феникс», чтобы помочь ухаживать за питомцами. Да и вольеры эти когда-то строили общими силами. «Я показываю своим ученикам, что такое по-настоящему заботиться о животных. Самое главное - должна быть ответственность. Заводить диких животных дома модно, но неправильно. Контактные зоопарки - тоже зло, мои дети никогда туда не пойдут. И они знают, что делать и куда идти, если они найдут пострадавшее животное. Мои ученики, даже если они не становятся потом биологами, понимают, что такое по-настоящему любить животных», - считает Вероника.

**Марина Лепина,**

фото предоставлены приютом «Феникс»

# ЗДОРОВЬЕ, КОТОРОЕ МЫ ЗАСЛУЖИЛИ КАК ЕГО ВЕРНУТЬ И НАЧАТЬ ЖИТЬ ЛУЧШЕ?

«Недавно друзья подарили мне аппарат «ЛФФК-01». С этого момента моя жизнь сильно изменилась. Проблемы со здоровьем, мучившие меня в последнее время, практически исчезли. Теперь давление меня не беспокоит, я забыла о болях в суставах и головных болях, у меня крепкий сон и чудесное настроение. И все это благодаря замечательному аппарату «ЛФФК-01»!

Если вы хотите остаться здоровым до глубокой старости, рекомендую начать пользоваться «ЛФФК-01» уже сейчас.

Искренне ваша,  
народная артистка России  
Ангелина Вовк



«Потрясающий аппарат! Ультразвук буквально творит чудеса исцеления с клетками и больными органами. Это действительно поражает воображение! Этот эффект так ярко заметен, что не может оставить никого равнодушным. С «ЛФФК-01» вас ожидает удивительное преображение и возрождение здоровья с большой буквы!»  
Роман Геннадьевич Д., 54 года, инженер-технолог (г. Балаково)

«ЛФФК-01» не просто аппарат - это Гимн самой Жизни!»  
Надежда Петровна С., 68 лет, пенсионерка (г. Самара)

«ЛФФК-01» переворачивает с ног на голову все наши представления о действии лечения и исцеления организма. Этот аппарат дарит людям надежду на здоровое будущее и веру в свои силы!»  
Федор Алексеевич М., 51 год, преподаватель физики (г. Ростов-на-Дону)

Начало новой жизни - это действительно чудо. И вы можете начать жить по-новому с удивительным аппаратом «ЛФФК-01». Он умеет дарить здоровье всем, кто к нему обращается. Он готов работать для вас без выходных и стать вашим персональным доктором, который заботится и думает только о вас.

## Новый взгляд на лечение

В основе лечебного фактора «ЛФФК-01» лежит действие ультразвука, успешное использование которого может изменить жизнь не только человека, но и человечества в целом. Как в случае с «Титаником». Гигантский лайнер столкнулся с айсбергом и ушел на дно в роковую ночь с 14 на 15 апреля 1912 года. На корабле не смогли вовремя разглядеть надвигающуюся опасность. Жертвами этой «слепоты» стали десятки сотен людей. Но именно гибель «Титаника» послужила толчком для развития гидроакустики. Уже че-

рез два года корабли обрели «зрение» в виде ультразвуковых гидролокаторов. В 50-х годах ультразвук пришел в медицину. Сегодня никого не удивит аппаратом для УЗИ. Дальнейшее изучение ультразвука вывело его на новый уровень. Наука совершила скачок от диагностики заболеваний к их лечению!

## Начните бороться с болезнями

Быстрее всего ультразвук воздействует на вашу кровь, улучшая ее текучесть. Под действием «ЛФФК-01» активизируются лейкоциты и эритроциты. Кровь становится более актив-



**Мнение эксперта:** «Аппарат «ЛФФК-01» обладает высокой направленностью действия лечебных факторов на больной орган, ускоряя наступление лечебного эффекта. Особенно эффективно «ЛФФК-01» применяется при заболеваниях периферической нервной и сердечно-сосудистой систем, желудочно-кишечного тракта, кожи, ЛОР-органов, повреждениях, травмах и последствиях хирургических операций, дегенеративно-дистрофических процессах и многих других. Аппарат «ЛФФК-01» обладает высокой клинической эффективностью, а его комплексное применение значительно сокращает сроки лечения пациентов».

Черкашина Ирина Викторовна,  
доктор медицинских наук, заведующая отделением реабилитации

ной, молодой. Теперь она сама может справиться с болезнетворными бактериями, атакующими ваш организм. Так иммунной системе проще распознать и уничтожить вирусы и прочие патогенные организмы. Кроме того, проявляется яркий противоаллергический эффект. Благодаря этому кровь сама может решить большую часть вопросов, связанных с вашим здоровьем. Это поразительно, ведь вы не используете химию, отравляющую ваш организм. Внутренние органы перестают задыхаться, разгребая завалы этих ядохимикатов. Однако и это далеко не все. «ЛФФК-01» успешно снимает боли, вызванные спазмом мышц. Аппарат расширяет сосуды и стимулирует сердечную деятельность. Вы практически с первых минут можете почувствовать тот обезболивающий эффект, который окажет на вас «ЛФФК-01». Он также ускоряет рассасывание инфильтратов, травматических гематом и кровоизлияний.

## Очистите свой организм

Бесценную помощь «ЛФФК-01» оказывает внутренним органам, улучшая работу желудочно-кишечного тракта. Этот аппарат сможет сделать ваш желудок более молодым. Как? Очень просто. Печень и желчный пузырь очень любят тепло. Под воздействием «ЛФФК-01» они очищаются, получая целый поток эндогенного тепла. Исчезает тяжесть в правом подреберье, пищеварение становится прекрасным и чувствуется небывалая легкость. Все это благодаря «ЛФФК-01»!

## Избавиться от боли легко

Просто поразительно, как ошутимо решаются проблемы с суставными заболеваниями. Первое, что вы почувствуете, - мощный обезболивающий эффект. Боль начнет утихать через несколько минут, а после курса из 6-8 процедур вы о ней будете только вспоминать. Второе, что вы отметите, - увеличение подвижности суставов и легкость. Причем эффект от одного курса процедур с помощью аппарата «ЛФФК-01» сохраняется на 3 месяца. А сами процедуры настолько просты, что легко войдут в привычку, как чистка зубов.

## Показания к применению

Возможности аппарата поистине безграничны, но мы ознакомим вас лишь с официальными показаниями к его применению:

- заболевания суставов с выраженным болевым синдромом (артрит, артроз, ревматоидный артрит, периартрит, эпикондилит);
- заболевания сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, стенокардия напряжения I-II ФК, гипертоническая болезнь I-II стадии);
- заболевания желудочно-кишечного тракта (хронический гастрит, дискинезия желчевыводящих путей, атонический и спастический колиты);
- вялые параличи с наличием болевого синдрома;
- заболевания и травматические повреждения суставов;

- заболевания ЛОР-органов, глаз, полости рта;
- воспалительные заболевания женских половых органов (аднексит, эрозии шейки матки).



Победитель Всероссийского конкурса «100 лучших товаров России».



Обладатель Золотого знака «Всероссийская марка (III тысячелетие). Знак качества XXI века».

## Тройной удар по болезни

Секрет эффективности «ЛФФК-01» прост! Во-первых, благоприятное воздействие на организм он оказывает ультразвуковыми колебаниями определенной частоты - 880 кГц. Во-вторых, влияние ультразвука при этом усиливают фотохромный красный и инфракрасный свет, излучаемый аппаратом. Более того, действуя совместно, эти три вида воздействия не складывают свои лечебные эффекты, а УМНОЖАЮТ их! И наконец, в-третьих, с помощью «ЛФФК-01» вы можете проводить ультрафонофорез, то есть вводить лекарственные препараты непосредственно в очаг воспаления. Ультразвук переносит лекарство прямо к воспаленному месту, а печень и почки не получают лишнюю нагрузку.

## Экономьте на лечении

В чем еще заключается польза «ЛФФК-01»? Аппарат может многократно усилить действие тех препаратов, которые вы уже принимаете. Пользуясь мазью, кремом или раствором, вы не всегда получаете нужный эффект? С аппаратом «ЛФФК-01» все кардинально изменится! Улучшится биодоступность вашего средства, увеличится глубина его проникновения, а расход уменьшится. А это прямая экономия! Точно так же «ЛФФК-01» может усилить действие применяемых лекарственных препаратов и снижать их дозировку.

## Ваш путь к здоровой жизни

Ценность аппарата велика, что делает его просто незаменимым для многих людей! А сколько должно стоить возвращенное здоровье? Сложный вопрос. Гораздо проще сопоставить возможности «ЛФФК-01» с его стоимостью, которая обычно составляет чуть больше 15 тысяч рублей. Но зачем ставить на весы здоровье и деньги, когда очевидно, что перевесит? Только до 31 декабря 2018 года «ЛФФК-01» будет стоить для вас всего 10 770 рублей! Не упустите отличный шанс!

Когда вы возьмете в руки «ЛФФК-01» и начнете им пользоваться, вся ваша жизнь может измениться. Вы станете более здоровым и счастливым человеком, не зависящим от таблеток. Аппарат будет помогать вам и вашим близким в любой момент. Откройте для себя возможности «ЛФФК-01», пока не стало слишком поздно! Перестаньте идти ко дну, как «Титаник»! С «ЛФФК-01» болезням и боли вас не потопит! Здоровья вам и вашим близким!

Приходите на выставку-продажу товаров для здоровья в вашем городе и сэкономьте на покупках до 1200 рублей!

САМАРА	13 ДЕКАБРЯ
ДК на площади Кирова, пр. Кирова, д. 145	10.00-11.00
Дом офицеров, ул. Шостаковича, д. 7	12.00-13.00
ЖИГУЛЕВСК	14 ДЕКАБРЯ
ТЦ «Березка», ул. Ленина, д. 8	10.00-12.00
УЛЬЯНОВСК	17 ДЕКАБРЯ
ДК ВОС, ул. Гагарина, д. 18	09.00-10.00
ДК «Руслан», ул. 40-летия Победы, д. 15	11.00-12.00
САМАРА	20 ДЕКАБРЯ
ДК «Металлург», пр-кт Metallurgov, д. 75	09.00-10.00
ДК на площади Кирова, пр. Кирова, д. 145	11.00-12.00

ЗВОНИТЕ И ЗАКАЗЫВАЙТЕ «ЛФФК-01» ПО БЕСПЛАТНОЙ ФЕДЕРАЛЬНОЙ ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ

8-800-777-83-09

Консультация специалиста БЕСПЛАТНО!

433507, Ульяновская обл., г. Димитровград, а/я 73, заказ Н-30

Цена аппарата +15 770 руб.  
«ЛФФК-01» 10 770 руб.

Ваша выгода 5000 руб.

РЕКОМЕНДУЕМ!  
КАК преобразиться БЕЗ изнурительных тренировок и платных клиник?

Прессованные ростки пшеницы - природный витаминный комплекс:

- бережно очищают организм от шлаков и токсинов;
- содержат 32 натуральных витамина и минерала;
- являются источником клетчатки, белков и хлорофиллов;
- способствуют мягкому очищению органов пищеварения;
- помогают нормализовать обмен веществ и похудеть;
- позволяют укрепить иммунитет;
- легко усваиваются организмом.



Стоимость курса - от 750 рублей.

В НОВЫЙ год со СТАРЫМИ ценами! Легко!

Оформите заказ и получите уникальный каталог со старыми ценами! Мы заморозим их для вас до марта 2019 года!



ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051, ФСР 2012/13534. \* Акция действует с 11.12.2018 до 31.12.2018. Информация об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

# С ЭТИМ АТАМАНОМ НЕ ПРИХОДИТСЯ ТУЖИТЬ!

Казак от рождения, он полон сил и готов отдать всего себя единению казачества, возрождению кадетских корпусов. Накануне 65-летнего юбилея всемирного атамана казачьих войск, председателя Координационного совета казачьих атаманов России Валерия Камшилова корреспондент «МН» встретила с ним и поговорила о его подвижнической деятельности.



Вячеславом Михайловичем в 1996 году памятник императору Николаю II к столетию со дня его коронации. Мы установили его в подмосковном селе Тайнинском. Тогда мы шли крестным ходом из Ипатьевского монастыря с иконой императора Николая II, уже канонизированного к тому времени Русской зарубежной церковью. На открытие памятника пришли более 10 тысяч человек. В апреле 1997-го памятник взорвали экстремисты, но Клыкков создал новый монумент, который с благословения Святейшего Патриарха был вновь открыт на том же месте 20 августа 2000 года. А к 850-летию рязанского города Касимова Клыкков изготовил макет памятника его основателю - князю Юрию Долгорукому. Проект не был реализован по объективным причинам, но мы вместе с сыном знаменитого скульптора Андреем не оставляем надежды воплотить идею его отца в жизнь.

**- Посеяли зерно, так сказать. Куда же пойдете дальше? Наверняка у вас, человека девяностого, уже есть новые интересные идеи?**

- Да, не могу я сидеть сложа руки. В планах - возобновление Всероссийского Земского собора. Первый состоялся в столице донского казачества Новочеркасске в 1996 году, и провел его Вячеслав Клыкков. Собор должен снова состояться, чтобы все русские люди наконец ответили на важные для себя вопросы: что с нами будет, что ждет наших потомков в будущем? На проведение Земского собора я получил благословение личного духовника Патриарха Кирилла старца Илия. Сейчас я также ратую за то, чтобы на здании Касимовского нефтегазового колледжа установить памятную доску к 100-летию архимандрита Кирилла (Павлова), уроженца Рязанской области, закончившего в свое время индустриальный техникум в Касимове и являвшегося духовником трех патриархов, в том числе Патриарха Московского и всея Руси Алексия II. В музее колледжа появится и отдельный стенд, посвященный

архимандриту Кириллу. Я уже собрал фотографии, публикации и воспоминания о «всероссийском духовнике» и одном из самых почитаемых русских старцев конца XX - начала XXI века, с которым, как и с Алексием II, мне посчастливилось встречаться.

**- Вы часто бываете на родине предков в Касимове? Тянет к родным истокам?**

- Я часто приезжаю из Москвы в Касимов. Здесь у меня прошло детство, осталось немало друзей, и эти края мне безразличны. Стараюсь максимально прославить наши места. В середине сентября, к примеру, именно из села Карамышева Касимовского района стартовала экспедиция, посвященная боевому пути атамана Ермака - покорителя Сибири. Я выступил инициатором этого двухгодичного проекта, возглавить который согласились известные путешественники Федор Конюхов и Валентин Ефремов, а старец Илий благословил на путь всех участников экспедиции.

**«Я часто бываю у себя на родине в Касимове. Стараюсь максимально прославить наши места. В середине сентября, к примеру, по моей инициативе именно из Касимовского района стартовала экспедиция, посвященная боевому пути атамана Ермака, с известными путешественниками Федором Конюховым и Валентином Ефремовым».**

**- Расскажите подробнее об экспедиции.**

- За два года ее участники преодолеют тысячи километров на автомобилях, водном транспорте, велосипедах, лошадях и даже на воздушном шаре, которым будет управлять Валентин Ефремов. В проекте также примут участие известный телеведущий Николай Дроздов (его прадед жил в Рязанской губернии), наш земляк космонавт Владимир Аксенов, президент рязанского землячества «Истоки» Александр Теренин и руководитель многих экспедиций, кандидат философских наук, издатель, президент культурного фонда «Моя Москва» Вера Болдычева. Мероприятие также под-

держал глава Касимовского района Валерий Лунин. Он передал экспедиции флаг района, который вместе с участниками экспедиции проделает тот же путь, что и Ермак Тимофеевич 370 лет назад.

К слову, флаг Касимовского района в числе флагов других российских городов недавно

так, возможно, во время нашей экспедиции удастся найти точное место захоронения великого казака. Экспедиция - это память, и пройти энергетическим путем, проложенным нашими предками, - значит вспомнить о них, снова подумать о том, что они дали нам, и оставить след, по которому пройдут уже наши потомки.

**- Этой осенью провели ряд крупных встреч с атаманами и представителями казачьих общественных организаций. Вы считаете, если сесть всем вместе за стол и посмотреть друг другу в глаза, можно разрешить все вопросы конфронтации и разобщенности в казачьей среде?**

- Впервые за последние 25 лет нам удалось усадить за один стол казаков двух различных течений - ратиевцев и мартьяновцев. Несмотря на то что на словах все казаки до единого призывают к объединению, до нас реально никто пальцем о палец не ударил для решения этого важного для всех вопроса. Но дело сдвинулось с мертвой точки, и я рад, что в этом есть и моя немалая заслуга. Можно сказать, что мы сделали первый шаг на пути к реальному объединению русского казачества, на доблести, чести и мужестве которого держалась Россия.

**- Пока вы призываете объединяться, президент Украины Петр Порошенко все дальше хочет отдалиться от России. В конце ноября он объявил о запрете въезда в страну для российских мужчин от 16 до 60 лет. Может, и России стоит ответить зеркально?**

- Не нужно отвечать. Надо делами доказывать, что наши народы едины и не хотят разобщения. Чтобы доказать, что казаки всегда воевали вместе против внешнего врага, а не между собой, мы задумали очень показательный проект по единению славянского мира - на стыке границ России, Белоруссии и Украины восстановить Троицкое село и казачью станицу и построить там храм объединения славян, закладной камень для которого заложили 20 лет назад.

**Елена Хакимова,**  
фото из архива Валерия Камшилова



С Алексием II

**- Валерий Васильевич, мы уже давно знакомы, и я знаю, что вы любите повторять: «Посеял зерно - иди дальше!» Что вы вкладываете в этот свой личный жизненный девиз?**

- Это значит, что, заложив основы доброго дела, нужно начинать новое. Я все время в работе. Не хочу хвастаться, но за последние лет двадцать сделано немало. Вместе с другими казаками я был инициатором возрождения казачьих кадетских корпусов в России, активно занимался и участвовал в мероприятиях, связанных с переносом праха Антона Деникина на историческую родину и созданием мемориального кладбища участников Первой мировой войны и жертв сталинских репрессий...

**- Расскажите о ваших совместных проектах с известным скульптором Вячеславом Клыкковым, автором в том числе и монумента Георгию Жукову на Манежной площади. К сожалению, художника уже нет с нами 12 лет, но вы, как я понимаю, продолжаете начатую вместе с ним работу...**

- Одним из наших совместных проектов был созданный

# Влад ФУРМАН: «Настоящие профи - люди скромные»



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА В. ФУРМАНА

Известный питерский режиссер Влад Фурман («Бандитский Петербург», «Куприн. Яма», «Таинственная страсть» и др.) заканчивает в Подмоскowie съемки сериала с рабочим названием «Две сестры». В паузе между съемками и состоялся наш разговор.

- Одну из центральных ролей в вашем сериале играет Наталья Андрейченко. Она прекрасная актриса, но человек сложный. Как с ней работаете?

- Изумительно! Прекрасно! Да, часто в киношном кругу можно услышать: мол, с таким-то актером ох как трудно работать... Понимаете, звезды - люди, за которыми всегда тянется шлейф слухов, распускаемых завистниками и сплетниками. Но у меня со всеми актерами складываются хорошие отношения. Думаю, потому, что мы всей командой пытаемся работать с максимальной отдачей. Наталья Эдуардовна для меня, конечно, человек-легенда. Но в сериале снимаются и другие замечательные актеры: Юлия Пересильд, Даниил Страхов, Нелли Попова... Надеемся, что еще откроем новые имена!

- Андрейченко - звезда со стажем, Пересильд - звезда молодая. Чем отличаются их отношения к работе, к коллегам?

- Считаю, разница только поколенческая. С Юлей у нас это уже вторая работа, первая была в «Таинственной страсти». И, понимаете, дело не в звездности. Вы же имеете в виду те несимпатичные качества, которые приписывают знаменитостям? Но мой опыт показывает, что если кто-то и ведет себя по-хамски, то это менее одаренные люди, которые, как правило, не слишком преданы делу. Настоящим профессионалам творческий процесс всегда интересен, и они - люди скромные. Вот Валентин Гафт... Помню, на одном проекте у нас так ужасно был спланирован график, что Валентин Иосифович и 5-летний мальчик играли дневные сцены ночью, чтобы сэкономить нашим продюсерам деньги. Снимали в больнице, и вот он в четыре утра скромно сидел на больничной койке и только спросил, можно ли где-то прилечь. Как мне рассказывали, Михаил Ульянов так же себя вел и, к слову, ни-

когда никуда не опаздывал. А это тоже важный показатель.

- Почти у каждого есть какое-то свое памятное опоздание. У вас оно есть?

- Для меня опоздать - это последнее дело, если такое случается, я потом места себе не нахожу. Еще очень молодым я получил урок от Владислава Стржельчика. Тогда у отца в театре (Рудольф Фурманов - руководитель питерского театра «Русская антреприза». - Ред.) шел спектакль «Старомодная комедия», в котором играл Стржельчик. Это были 90-е годы, я уже работал режиссером, но поскольку времена были трудные, днем репетировал спектакль, ночью сторожил в одной организации, а после репетиции еще занимался тем, что привозил артистов на спектакли в театр отца. И вот я должен был привезти Стржельчика. Ехал на старом «москвиче» через пробки, нарушая все на свете, неся по встречке, по трамвайным путям, только чтобы не опоздать. Но опоздал. Минут на 10. И вижу: стоит пожилой Стржельчик с кофром, в котором костюмы. Он мне тогда лишь тихо сказал: «Что же вы, молодой человек, опаздываете?» А мне было так стыдно, что помню по сей день!..

- Вы росли в окружении знаменитых актеров, с ко-

торыми готовил концертные программы ваш отец. Это как-то повлияло на ваше отношение к жизни, к профессии?

- Конечно. Мне было с кого брать пример! Помню, в середине 80-х Папанов подарил и надписал мне книгу «Нерв» со стихами и прозой Высоцкого. А когда я готовился к поступлению в институт, Анатолий Дмитриевич посоветовал: «Выучи стихотворение «Валерик» Лермонтова». Только романтик с очень тонкой душевной организацией мог такое посоветовать. А Зиновий Гердт? Интеллигентнейший! Даже со мной, мальчишкой, он всегда был на «вы». Помню его байку про «Волгу» и «жигули». Дело в том, что, когда появились «жигули», советский вариант итальянского «фиата», эта машина казалась верхом совершенства. И когда Гердта спрашивали, чем же «Волга» отличается от «жигулей», он отвечал так. Представьте, говорил, вы приехали на Каннский фестиваль и заходите в номер к Софи Лорен, она скидывает мантию и оказывается в бикини. А потом, представьте, вы едете по окраине Москвы и видите, как на веревке сохнут огромные рейтузы. Вот такая разница между «жигулями» и «Волгой».

Марина Бойкова



СМОТРИМ ВМЕСТЕ

с Татьяной Веденской

## Это не лечится!

Признаюсь честно, каждый раз, когда я вижу попытку пересадить цветок с американской телевизионной клубы на российскую, я недоумеваю. Ну разные у нас климаты. И культурный, и ментальный, и политический.

Слишком у нас холодно, что ли, для таких растений. Вот и из американского сериала «Доктор Хаус» в условиях суровой российской реальности выросла кривая карликовая березка. Смотреть на нее жалко, а помочь нечем.

Сериалы «второй свежести» никогда не бывают так же вкусны, и любая переделка всегда будет вторична по отношению к оригиналу. Но в случае с сериалом «Доктор Рихтер» все еще хуже. Это словно Остап Бендер пытается перерисовать великого Ренуара, стоя на палубе теплохода с агитбригадой. В результате имеем общие конту-



КАДР ИЗ СЕРИАЛА

ры, обведенную флюмастером пятерню, гримасы и ужимки актера Серебрякова, который отчаянно ищет собственную интонацию в этом убогом копировании, но так ее и не находит.

Надо отдать должное, Серебряков, да и другие актеры тоже, играют на совесть. Но даже самая прекрасная актерская игра не может спасти дело. Проблема в том, что сериал «Доктор Хаус» все видели и все знают. А тому, кто видел неподражаемого Хью Лори, никакого Серебрякова в этом образе просто не надо. Вот то ли дело «Воронины». Ну кто, скажите на милость, в России видел сериал «Все любят Рэймонда». А ведь «Воронины» - такая же слово в слово адаптация. Но смотрится живо и свежо. В то время как в «Докторе Рихтере» все кажется кривлянием школьников. И болезненные манипуляции делаются так топорно, что буквально невозможно проникнуться предполагаемой серьезностью момента. И это, пожалуй, самая большая проблема - отсутствие эмоциональной вовлеченности. «Доктор Хаус» заставлял людей смеяться и плакать, сопереживать, а «Доктор Рихтер» не рождает никаких чувств, не цепляет. И это, как говорится, не лечится.

# ГОРДОН раздел ЕФРЕМОВА

Известный телеведущий Александр Гордон представил свой новый фильм, который скромно назвал «Дядя Саша». Что это посвящение себе любимому - понятно. Вопросы у журналистов возникли по актерам, снявшимся в ленте. Вернее, даже по тому, что с ними сделал Гордон-режиссер.

Вообще, Александр Гордон - режиссер не вполне обычный. Снимает он редко и не скажет, чтобы очень метко. Первая картина широко анонсировалась... правда, больше самим Александром Гарриевичем в телепередачах, которые он вел. Но, в общем, было любопытно: Гордон снимает фильм по книге своего отца. Что в итоге получилось, мало кто видел. Зато есть в фильмографии телеведущего такая эпохальная работа, как «ЛДПР. 20 лет лицом к России». По некоторым

данным, в данной партии состоит около 100 тысяч человек. То есть было кому оценить. Самый же известный фильм Гордона - «Огни притона». Он и на «Кинотавре» был представлен, и в прокат вышел, и звезды там снялись: Оксана Фандера, Ада Роговцева, Богдан Ступка... Даже молодой Евгений Цыганов мелькнул в небольшой роли. И вот - новая работа.

- Я - дилетант, любитель. И фильмы снимаю, когда мне хочется это сделать, а не когда нужно продюсе-



ФОТОДОМ

рам, - сразу расставил точки над «и» Александр. Наверное, чтобы не было лишних вопросов.

Однако они все же возникли. Например, по Петру Толстому, который снялся в фильме, причем в роли депутата Госдумы!

- Когда проходили съемки, Толстой еще не был вице-спикером Госдумы. И он мне потом говорил, что ему

не понравилось, как он там сыграл. Мол, очень добрый получился. Если бы сейчас снимали, Петя сыграл бы более искусственного политика.

Но больше всего вопросов вызвала сцена с Никитой Ефремовым, которого в фильме бьют, раздевают, да еще и обливают холодной водой.

- Это все для достоверности, - объяснил Александр Гордон. - Во время съемок сцены с обнаженкой было довольно холодно на улице. А Никиту поливали водой из колодца. Так он потом мне рассказывал, что в тот момент даже про свою наготу забыл. Но из-за этой достоверности мы и пострадали. Пришлось ставить «18 плюс» в прокатном удостоверении. Потому что при обнаженной женщине у фильма может быть «16 плюс», а вот при обнаженном мужчине - нет.

Андрей Князев

# «Несчастливые» Кортнев и Пельш: «За 35 лет даже ни разу не поссорились»

Группа «Несчастный случай» успешно выступает уже 35 лет. Срок немалый, можно подвести итоги, хотя бы промежуточные. С этой целью мы и встретились с Алексеем Кортневым и Валдисом Пельшем, с которых, собственно, и начался «Несчастный случай».



- Так с чего же все началось?

**Валдис Пельш:** Знакомство произошло в сентябре 1983 года. Я и Леша стали студентами МГУ - философского и механико-математического факультетов соответственно. Чуть позже пришли в студенческий театр все того же МГУ становиться актерами. Мнение друг о друге у нас тогда было только негативное. Я видел, как Леша старается всем понравиться своей игрой на гитаре, а я не думал даже стараться. Через неделю после начала занятий была репетиция в воскресенье. Все столовые закрыты, есть нечего. Леша - московский, я - общежитский. У Леша было три бутерброда с ветчиной, а у меня - ни одного. И вдруг он отдает два мне! Подумал, вот чудак, но проникся поступком. Потом мы подружились. И создали «Несчастный случай». Через пару месяцев - в декабре - уже выступали на одном из студенческих концертов. Ну а дальше пошло-поехало. Это если кратко.

## Счастливые название

- А кто додумался до такого странного названия?

**Алексей Кортнев:** Вариантов было много. «Неправильные пче-

лы», например. Или «Музыкальный руководитель» - «МузРук».

**Валдис Пельш:** На самом деле название «Несчастный случай» появилось практически сразу. В школе, в которой учился Леша, была группа с таким же названием. Он ужасно завидовал ребятам, которые в ней играют, а они не брали его к себе. Со временем группа развалилась, конечно.

**Алексей Кортнев:** Она не то что развалилась - она даже не смогла выйти из подвала, в которм репетировала. Потому что прямо напротив этого подвала был магазин «Варна», в котором продавалось плодово-ягодное болгарское вино за рубль двадцать. И на репетиции они ходили с ящичками из этого магазина. А мы, младшеклассники, ложились на загаженный голубьями асфальт и смотрели в окошко на вино, на гитары. И завидовал я этому всему просто до дрожи!

- Ну в итоге у них произошел «несчастный случай», у вас же, наоборот, счастливый.

**Валдис Пельш:** А у нас и такое обоснование на этот счет было придумано, что это, дескать, оберег такой. И мы одно время дурили журналисток молоденьких, что не можем сказать, почему так группа назы-

вается: мол, как только отвечаем на этот вопрос, сразу же какое-то несчастье происходит.

**Алексей Кортнев:** Да, мы так говорили до тех пор, пока нами интересовались эти самые молоденькие журналистки, а не бабушки. Сейчас уже так отвечать нет ни малейшего смысла. Был период, когда нас называли «Нескучный сад». Был период, когда нас просили спеть «До свиданья, мама», путали с Мазавым. В сознании людей: лысый человек играет - и не важно, кто конкретно на сцене стоит...

## «Даже жили вместе!»

- Вы уже столько лет вместе. Валдис, доверите ли вы укладку парашюта Алексею? Алексей, доверите ли вы настройку гитары Валдису?

**Алексей Кортнев:** На самом деле настройка музыкальных инструментов - не смертельно опасное занятие, всегда можно поправить. А вот неправильно выброшенный парашют...

**Валдис Пельш:** На самом деле есть еще опасная. Так что я готов рискнуть! (Смеется.)

- Сколько вы смогли бы прожить вместе в одной палатке, если бы собрались куда-то в поход?

**Валдис Пельш:** Я, как вы знаете, то появляюсь, то исчезаю.

- Кстати, вы раньше выступали только в белых костюмах, так?

**Алексей Кортнев:** Было такое. Лет 25 назад у нас так повелось, что мы выступали в белых костюмах. У нас был даже такой лозунг: «Белых одежд не запятнать!» Потом со временем все как-то начали пестреть на сцене, и нам надоело рядиться в белое.

## «Ничего личного - только бизнес»

- Во многих музыкальных коллективах любят разыгрывать друг друга. У вас такое было?

**Алексей Кортнев:** Конечно! Хочется рассказать подробнее, но, увы, самое интересное как раз и нельзя - не совсем для печати.

**Валдис Пельш:** Я должен сейчас раскрыть тайну: я согласился стать ведущим передачи «Розыгрыш», после того как Леша пошутил в бане над нашим саксофонистом Пашей Мордюковым. Леша решил окатить его ледяной водой, как только тот выйдет из парилки, и перепутал краны. А надо сказать, что пар в бане идет совершенно одинаково - что от кипятка, что от холодной воды. И мы видим, как краснеет кожа у Паши, и он говорит: «Леша, ты дурак?» Но в жизни человека, который как-либо связан с юмором, всегда есть место розыгрышу: либо его разыгрывают, либо он. Просто всегда это надо делать с любовью!

- В передаче «Розыгрыш» тоже так было?

**Валдис Пельш:** В основном да. Хотя у нас было несколько розыгрышей, где звезды вели себя некорректно, например, один человек бросил другого одного в глухом лесу. Мы, естественно, это не показали. Ну или вот: как разыграть Ксению Собчак? Спроси у любого, и тебе ответят: «Жестко!» А когда мы разыграли Николая Николаевича Дроздова, то для всей страны стали просто тварями, хотя розыгрыш был безобидный... Вообще, мы с Таней

Арно не принимали участия в разработке сценариев, не знали, кого разыгрывают, во избежание утечки информации. Наша работа была только в студии. Татьяна однажды должна была вывалить на голову Мише Гребенщикову кастрюлю с холодными макаронами. Она пришла ко мне перед началом съемки и сказала: «Валдис, я не смогу». Пришлось мне это делать... Я перед началом студийных съемок заходил в гримерную комнату к каждому из участников и говорил: «Ничего личного, only business». И закрывал дверь.

## Мечты сбываются!

- Чем будете заниматься после празднования юбилея?

**Алексей Кортнев:** Уже в марте следующего года, после всех торжеств, мы сыграем премьеру мюзикла «В городе Лжедмитрове». Уже активно репетируем. Режиссером у нас выступает Максим Викторган. А к следующей осени будем выпускать альбом.

**Валдис Пельш:** Я сейчас больше занимаюсь документальной историей. Снял восемь фильмов, два из которых будут показаны на Первом канале. Еще несколько проектов находятся в разных стадиях подготовки. Один из них про Эверест.

- Ну а в Антарктиде что делать будете?

**Валдис Пельш:** Два или три года назад я озабочился тем, что в 2020 году будет 200-летие открытия Антарктиды, все туда ломанутся. И решил это сделать раньше. Я не знал, что такое Антарктида, не знал, чего стоит организовать экспедицию. На это ушло два с половиной года. Теперь мы пойдем по длинному пути, будем все снимать. Красивое, загадочное место, о котором мало кто знает. Мы идем в тепличных условиях: там будет лето, средняя температура - минус 15-20, максимум - минус 35. Вернусь уже в январе. После этой новости «повесился» мой концертный директор, который узнал, что в декабре мы из-за этого не работаем вообще. Но это того стоит. Сейчас все, чем я занимаюсь, мне безумно интересно - я о таком давно мечтал!

Валерия  
Хвацевская

# Ротару отказалась от России?

**Любимая многими в нашей стране София Ротару не приняла участия в традиционной «Песне года». И теперь идут разговоры о том, что легендарная Хуторянка не только не появится в новогодних программах, но и вообще в Россию больше ни ногой...**

София Ротару - едва ли не рекордсменка телевизионного фестиваля «Песня года» - участвовала в нем 43 раза, спела более 80 песен. И в этот раз была заявлена. Однако помешали формажорные обстоятельства.

Концертный директор певицы **Игорь Курилев** объяснил, почему Ротару не приехала в Москву:

- Во-первых, здоровье. Во-вторых, вы же знаете, какие события происходят между Украиной и Россией. Границы закрыты, военное положение. А она вне политики, поэтому не хочет, чтобы политические распри как-то отразились на ее семье.

По словам директора, София Михайловна просто не хочет накалять обстановку и провоцировать радикально настроенных соотечественников. Она, дескать, очень расстроена тем, что вынуждена была принять такое сложное решение, надеется, что скоро ситуация улучшится. Вот тогда и сможет ездить в Россию без страха и упрека.

Однако далеко не всех такое объяснение устроило. Ведь, напри-

мер, «шаткое здоровье» 71-летней Ротару не мешало ей набрать корпоративных заказов в соседнем Казахстане. И даже в новогоднюю ночь она будет исполнять (правда, скорее всего, под фонограмму) свои нетленки про луну и лаванду, зарабатывая по 200 тысяч евро за концерт.

Другие знаменитые украинские артистки - **Ани Лорак**, **Светлана Лобода** и **Таня Павлик** - не испугались взрывоопасной политической ситуации и не отменили запланированное еще летом появление на «Песне года». Да и сама Ротару, помнится, даже в 2014-м, когда начались проблемы между Россией и Украиной, все-таки пела в «Олимпийском». А в прошлом году получила приз из рук спецпредставителя МИД Марии Захаровой, которую называют «кремлевским рупором». Тогда соцсети в обеих странах просто захлебнулись от негодования.

Тем не менее на Украине после того скандала Ротару не предали анафеме и не стали считать врагом, как это случилось с той же Павлик. И тому есть ряд причин.

- Мы за Украину, мы здесь живем, это наша родина, и мы хотим, чтобы все люди жили лучше, - рассказывала сестра Ротару **Лидия Хлябич**. - Чем можем - помогаем: через наш местный горисполком отдали свою машину «нива» в АТО (военная операция в Донбассе.

- **Ред.**), нам потом прислали видео, что она действительно доставлена до пункта назначения. Еще я 120 банок своего варенья отправила туда же. Муж бензином помогает ребятам и артистам из Черновицкой филармонии, которые туда ездят.



FOTODOM.RU

Про еще одну причину на условиях анонимности нам рассказал один известный украинский продюсер.

- Мне шепнули, что у Софии Михайловны была тайная встреча с президентом Петром Порошенко. Они договорились, что певица, как Герой Украины, везде показывает свой патриотизм, не ездит в Крым, не занимается расположенным там собственным отелем, выступает на правительственных концертах, а ее за это не трогают и дают зарабатывать.

Ротару и ее сын Руслан с радостью фотографируются в вышиванках, с желто-голубыми флагами. Конечно, они имеют право быть патриотами родной для них Украины. Только это чревато для артистки огромными финансовыми убытками, ведь основные деньги Ротару всегда зарабатывала в России, а теперь наш рынок может быть для нее потерян. И «Песня года» лишь первая ласточка в череде отказов. Судя по всему, не появится певица и в снимающихся в эти дни в Москве телевизионных новогодних «огоньках», не споет свою фирменную песню «Белая зима», с которой появлялась перед боем курантов много лет. Впрочем, на Украине показ наших новогодних концертов все равно строго запретили...

**Иван Попельнюхов**

FOTODOM.RU



# «Коля уже всю репетирует»

**В ноябре Виктор Дробыш стал продюсером бывшего солиста группы «Парк Горького» Николая Носкова. И у всех поклонников певца появилась надежда: значит, он победил свой тяжелый недуг...**

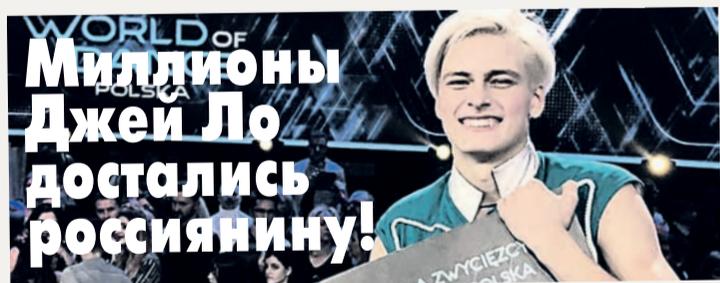
Напомним, что весной 2017 года у Носкова диагностировали ишемический спинальный инсульт. Тогда он перенес операцию по удалению тромба в шейном отделе, а затем на протяжении двух недель находился в реанимации, подключенный к аппарату жизнеобеспечения. Дальше потребовалась длительная реабилитация - с помощью психологов, медиков и родных артист начал работать над восстановлением двигательных функций и речи. В сентябре 2018-го появились сообщения о том, что у певца якобы был повторный инсульт и он госпитализирован в тяжелом состоянии. Однако новость о том, что Виктор Дробыш взял Носкова под свое крыло, всем внушила оптимизм. Мы заинтересовались у известного продюсера, как сейчас обстоят дела.

- Состояние Николая сложное, ему нужно постоянное медицинское наблюдение

и уход, - рассказал нам Виктор Дробыш. - Хотя петь он, кажется, начал раньше, чем снова заговорил. Поэтому уже всю репетирует. Коля был и остается королем российской сцены. Это лучший голос нашей страны! И я решил поддержать его. Носкову очень нравится молодой певец IVAN (в 2016-м представлял Беларусь. - **Ред.**), и я предложил им сделать совместный дуэт, уже идет работа над композицией.

Сегодня рядом с Носковым постоянно находятся супруга Марина, дочь Екатерина и внуки. Именно семья вселяет в певца оптимизм. Не так давно он впервые появился на телеэкране после операции и даже стал участником программы «Идеальный ремонт». Николай искренне верит, что жизнь наладится и он снова сможет вернуться в профессию, которой отдал уже больше 40 лет.

**И.П.**



**Миллионы Джей Ло достались россиянину!**  
18-летний Ильдар Гайнутдинов выиграл 100 тысяч долларов (это больше 6 миллионов рублей) в международном танцевальном конкурсе, который проводит голливудская звезда и певица Дженнифер Лопес.

Постановкой танцев, с которыми Ильдар представлял Россию, занималась его педагог - основатель шоу-балета «Тодес» **Алла Духова**.

- Мы знали, что Ильдар - лучший! - сказала нам Алла Владимировна. - Его победа на танцевальном шоу мирового уровня World of Dance абсолютно заслуженная!

Ильдар пришел к нам заниматься в семь лет. И сразу было видно, что он не просто яркий, харизматичный и одаренный мальчик, а что у него талант от бога! Еще ребенком он танцевал в театре партии наравне со взрослыми. И, конечно, он необыкновенно трудоспособный. Все это и привело Ильдара к победе.

**Ирина Иванова**

И эта победа еще более значима, если учесть, что в детстве Ильдар поставили диагноз «аутизм». Пытаясь как-то справиться с расстройством, родители отвели его на танцы, и спустя восемь лет Гайнутдинов стал солистом шоу-балета «Тодес». Сейчас молодой человек говорит, что танцы для него - не хобби, а практически смысл жизни и что только в танце он может выразить те чувства и эмоции, для которых не хватает слов.

В 2013 году Ильдар уже участвовал в большом международном конкурсе - танцевал в номере Даяны Кирилловой на «Детском Евровидении». И вот теперь добился личного большого международного успеха.

## НОВОГОДНИЕ, СВЯТОЧНЫЕ, РОЖДЕСТВЕНСКИЕ ГАДАНИЯ

### ГАЛИНА ВИШНЕВСКАЯ ЗНАМЕНИТАЯ ПОТОМСТВЕННАЯ ЯСНОВИДЯЩАЯ



Лауреат национальной премии «Золотой Водолей». Знаменитая не только в России, но и за рубежом.

- Обладает уникальным наследственным даром.
- Предскажет судьбу по линиям руки и книге судеб.
- Снимает порчу, сглаз, родовое проклятие, венец безбрачия старинными церковными обрядами.
- Поможет в решении жизненных проблем.
- Мощная помощь в бизнесе, карьере и материальном благополучии.



**T. 8 (495) 772-18-81** [www.gvishnevskaya.ru](http://www.gvishnevskaya.ru)

## Кто уничтожил МХАТ?

На театральной карте Москвы рванула очередная бомба. Бессменного руководителя МХАТа им. Горького, великую Татьяну Доронину освободили от занимаемой должности. Театральная общественность сразу разделилась на два лагеря: за и против.

Татьяна Доронина создала этот театр с нуля еще в далеком 1987-м, когда министр культуры Василий Захаров выпустил так называемый приказ №383, согласно которому МХАТ официально был разделен на два театра:



Эдуард Бояков

имени Чехова под управлением Олега Ефремова и имени Горького с Татьяной Дорониной во главе. С тех пор Татьяна Васильевна МХАТом руководит, в народе он даже получил название «доронинский». На сегодняшний день в театре две сцены, довольно плотный репертуар и более 80 штатных артистов. Сама 85-летняя Татьяна Доронина выходила на сцену в двух спектаклях. Всегда под оглушительные овации. И вдруг такая новость, которая оказалась совсем не вдруг..

«Какие правильные решения в отношении этого нафталинового театра», - прокомментировал на своей странице в социальной сети директор Театра имени Е.Б. Вахтангова Кирилл Крок. Его подписчики - люди, прямо скажем, не посторонние миру театра - данное мнение поддержали. Скажем, ректор ГИТИСа Григорий Заславский был «потрясен» данным решением, потому как считал, что «есть скалы, которые сдвинуть невозможно». Более того, решение о назначении на должность худрука известного театрального деятеля Эдуарда Боякова он и вовсе считает «гениальным».

Однако есть и противоположные мнения. Так, например, дочь известного писателя Юрия Полякова, чьи произведения ставят в том числе в «доронинском МХАТе», Алина Полякова опубликовала на своей странице в соцсети гневный пост:

«Оставьте в покое Татьяну Васильевну! Оставьте в покое МХАТ Горького! Не смейте передавать академический художественный театр театральному гастролеру, который прославился эстетически противоположными

взглядами и деятельностью, которая уничтожала традиционный русский театр последние 25 лет! Как вам не стыдно! Где ваша совесть, чиновники?!»

Но это еще что! В интернете появилась петиция, «созданная зрителями против уничтожения МХАТа им. Горького под руководством Т.В. Дорониной». Вот лишь некоторые выдержки из нее:

«...Никто из здравомыслящих людей не сможет поверить в то, что Доронина Т.В. по своей личной инициативе, без давления со стороны, покинула должность художественного руководителя МХАТа имени М. Горького, который является ее детищем и который она всеми силами охраняла и берегла, несмотря на нападки недоброжелателей; в то, что она по собственному желанию



Юрий Васильев

передала его в руки неизвестного ей и малоизвестного в широких творческих кругах продюсера и коммерсанта»; «Мы просим оставить МХАТ им. М. Горького ровно таким, каким он был до 4 декабря 2018 года, не внося никаких изменений в идейную, художественную, репертуарную и прочую политику. Президент РФ Путин Владимир Владимирович проинформирован о данной петиции посредством официального письма...»

Мало кто знает, но, оказывается, в театре проводилась проверка. В общем-то, обычная процедура для любого бюджетного учреждения. Так вот ее результат, мягко говоря, оптимизма не внушил. Во-первых, в последние три года «доронинский МХАТ» не выполнял госзадание по зрителям, то есть не продавал необходимое количество билетов. А во-вторых, оказался



Татьяна Доронина

в должниках, причем сумма долга исчисляется многими нулями. Так что Эдуард Бояков теперь будет антикризисным менеджером. Ну а Татьяна Доронина - «британской королевой», то есть президентом театра.

- Я считаю, что произошла вполне нормальная смена поколений, произошла корректно, по-людски, - считает актер и режиссер Театра сатиры Юрий Васильев.

- А может, это своеобразный намек от Министрства культуры? Все-таки Галине Волчек и Александру Ширвиндту 84 года, Юрию Соломину - 83, Марку Захарову - 85...

- Вы назвали худруков успешных театров, у которых нет проблем со зрителями и репертуаром. А в Москве есть театры, которые даже в дни премьер заполнены меньше чем на треть. Так что, я думаю, это не знак, не намек, а скорее самый верный выход из ситуации. И я уверен, зная не только Татьяну Доронину, но и Эдуарда Боякова, что в театре серьезных конфликтов не будет. Артисты получают перспективу, надежду на перемены, в том числе и в репертуаре. И великая актриса не обижена, ее никто из театра, который она создала, не выгоняет. Все сделано грамотно и интеллигентно. И, что очень важно, своевременно.

Ксения Позднякова,  
Андрей Князев



КОММЕРСАНТЫ/ФОТОДОМ

## «Жерару многое прощается»

Получивший пять лет назад российское гражданство актер Жерар Депардьё решил прописаться в Новосибирске. Что же забыл знаменитый француз в Сибири?

«Нового русского» Жерара Депардьё готовы были приютить многие города России. Актеру подарили дом в Подмоскovie, квартиры в Грозном и Саранске. Столица Мордовии вроде как французам приглянулась больше. Он обещал открыть там новые булочные, сыроварни, даже снять о городе документальный фильм. Теперь все это обещает Новосибирску.

- Он оборотистый, старается былую славу конвертировать в деньги. Я, наверное, тоже стараюсь так делать, но не столь напористо, как Депардьё, - смеется народный артист России Сергей Николенко. - Как и другие творческие люди, он увлекается, потом начатое дело забрасывает, забывает... Вообще, по своей ментальности Жерар Депардьё нам ближе, поэтому ему многое прощается.

закрытия ток-шоу, просто боится смотреть правде в глаза.

Согласна с Виталиной и Ирина Мирошниченко. В последнее время актриса часто принимает участие в ток-шоу.

- Актёрская профессия предполагает, что ты не все время играешь кого-то, а иногда еще можешь позволить себе роскошь быть собой, - говорит Ирина Петровна. - Артисты должны понимать общество, в котором они живут, бывать среди людей, зада-



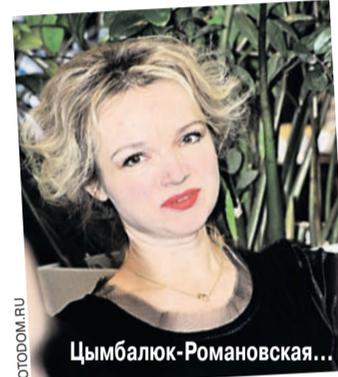
..и Ирина Мирошниченко считают, что шоу должны продолжаться

## Звезды заступились за ток-шоу

Карина Мишулина, Алика Смехова, Мария Шукшина, Андрей Мерзликин и другие знаменитости требуют «защитить заслуженных людей России от шакалов телевидения» - закрыть главные ток-шоу страны.

Петиция, призывающая запретить «Пусть говорят», «Прямой эфир» и «На самом деле», набирает популярность, ее подписали уже несколько тысяч человек.

«Подобные передачи разрушают семейные традиционные ценности, которые заложены в русском народе генетически, - говорится в обращении. - Участниками программ становятся люди откровенно аморального поведения, демонстрирующие



Цымбалюк-Романовская...

свои пороки на публику и получающие огромные деньги от телеканалов».

Однако прославившаяся после развода с Джигарханяном Виталина Цымбалюк-Романовская категорически против закрытия таких передач:

- Для многих известных людей поход на ток-шоу - единственная возможность публично противостоять несправедливости в любом ее проявлении. Те, кто требует

ваться их вопросами, решать их проблемы, чувствовать их пульс, а не свысока наблюдать за всеми остальными. И я хожу на передачи, где есть какая-то человеческая судьба, где что-то можно рассудить, проанализировать.

Кроме того, не секрет, что телешоу дают возможность участникам передачи неплохо заработать. Многие и ходят по таким программам исключительно из финансовых соображений.

- Моему сыну Макару предлагали миллион рублей, мне они готовы были заплатить 15 миллионов, лишь бы пришла. Там платят абсолютно всем участникам шоу. И самое главное, чем больше грязи, тем больше платят! - была шокирована Мария Шукшина. Однако понятно, что постоянные участники ток-шоу возмущение актрисы вряд ли поддержат.

Иван Попельнюхов

А вот первый заместитель председателя Союза кинематографистов России Николай Бородачев, который пять лет назад во многом лоббировал получение французом российского гражданства и даже прописал Депардьё в своей квартире в Саранске, на вопрос о том, почему Жерар решил сменить прописку, ответил лаконично:

- Ко мне он не обращался, из квартир в Саранске не выписывался.

И оснований не верить Николаю Михайловичу у нас нет. Тем более что по существующему законодательству гражданин России может сначала стать на регистрационный учет по месту проживания, а уже потом органы внутренних дел снимут его с регистрационного учета по прежнему месту жительства.

Андрей Князев

# ОТ ЛАЙКОВ ДО ОПЕРАЦИОННОГО СТОЛА



Эпоха отредактированных селфи вызывает серьезные опасения у врачей. Они говорят о появлении нового вида расстройства психики.

Раньше свои фотографии люди редактировали в фотопроцессоре. Но для этого нужно было скачать программу и иметь хоть какие-то навыки пользования ею. Сейчас все проще - скачав в смартфон приложение или программы для обработки фотографий Snapchat, Instagram, Facetune, Flower Crown, Golden Butterflies и Soft Wash, нажатием одной кнопки любой может за секунды «улучшить» свою внешность с помощью фильтров: отретушировать недостатки кожи, отбелить зубы, уменьшить объем талии, удлинить ресницы, увеличить глаза и изменить их цвет... Безобидное на первый взгляд развлечение изменяет общее восприятие стандартов красоты, после которого неотредактированное селфи или отражение в зеркале кажутся уже малопривлекательными. Кто-то не обращает на это внимания, но особо впечатлительные начинают испытывать чувство разо-



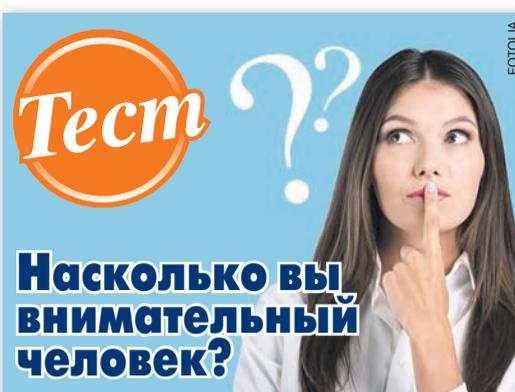
чарования, а затем и вовсе страдать дисморфией - дисморфофобным расстройством тела (ДРТ).

Людей, испытывающих негативные эмоции по отношению к своему телу, в современном мире больше, чем когда-либо. Помимо предрасположенности к поиску недостатков там, где их нет, такие пациенты часто изолируют себя от общества, страдают депрессией или обсессивно-компульсивным расстройством, у них появляются суицидальные мысли. Подростки, которые очень активно пользуются приложениями для обработки фотографий, часто не удовлетворены собственной внешностью и чаще других сидят на диетах.

В результате решение проблемы дисморфии люди видят только в одном - в пластической операции.

Поскольку отредактированные образы становятся нормой в соцсетях, а стандарты привлекательности меняются и в реальной жизни, есть вероятность, что дисморфия станет главным бичом современности. Сейчас самооценка формируется на основе лайков и подписчиков, а их количества зависят от того, насколько хорошо люди выглядят или насколько прекрасны их фотографии. Если раньше такие изображения можно было увидеть в журналах, то теперь для этого достаточно открыть любую соцсеть. И это повышает критическое отношение пользователей к своему внешнему виду. Недостижимые стандарты красоты, установленные социальными сетями и приложениями для редактирования фотографий, стимулируют явление, получившее название Snapchat-дисморфия.

Доктор Нилам Ваши из Бостонского медуниверситета проанализировал статистику обращений к пластическим хирургам и пришел к выводу, что за последнее время сразу на 10% увеличилось число желающих изменить свою внешность. Причем в качестве образца клиенты приносят свои отредактированные селфи - с полными губами, тонким носом, высокими скулами и огромными глазами. Психологи назвали это явление разновидностью дисморфии - психическим заболеванием, которое проявляется в чрезмерной самокритичности к своей внешности. Несмотря на то что бьюти-индустрия радостно откликается на современные запросы, врачи уверяют: людям нужна не пластика, а в первую очередь психологическая помощь. Причем без психологической поддержки они никогда не будут счастливы, даже если лягут под нож пластического хирурга.



Есть люди, которые всегда начеку: ничто не может их удивить и заставить врасплох. Противоположность им - люди рассеянные и невнимательные, теряющиеся в простейших ситуациях. К какой категории относитесь вы?

По одному очку оцените ответы «да» на вопросы 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 13, 14, 15 и ответы «нет» на вопросы 1, 7, 10, 11, 12.

1. Часто ли вы проигрываете из-за невнимания?
2. Разыгрывают ли вас друзья и знакомые?
3. Умеете ли вы заниматься каким-либо делом и одновременно слушать то, о чем говорят вокруг вас?
4. Находили ли вы когда-нибудь на улице деньги или ключи?
5. Смотрите ли внимательно по сторонам, когда переходите улицу?
6. Способны ли вспомнить в деталях фильм, который посмотрели два дня назад?
7. Раздражает ли вас, когда кто-то отрывает вас от чтения книги, газеты, просмотра телевизора или какого-либо иного занятия?
8. Проверяете ли сдачу в магазине сразу у кассы?
9. Быстро ли находите в квартире нужную вещь?
10. Вздрагиваете ли, если вас внезапно кто-то окликнет на улице?
11. Бывает ли, что вы одного человека принимаете за другого?
12. Увлечись беседой, можете ли пропустить нужную вам остановку?
13. Можете ли вы не мешкая назвать даты рождения ваших близких?
14. Легко ли вы пробуждаетесь ото сна?
15. Найдете ли вы в большом городе без посторонней помощи то место (музей, кинотеатр, магазин, учреждение), где побывали единожды в прошлом году?

11 очков и больше. Вы внимательны и проницательны. Такой памяти и такой внимательности остается только позавидовать.

5-10 очков. Вы внимательны и, как правило, не забываете ничего важного. Хотя вы способны в ответственный момент сосредоточиться и не допустить промашки, кое-что все же можете запомнить и иногда бываете рассеянными, что оборачивается досадными недоразумениями.

4 очка и менее. Вы очень рассеяны, и это причина многих неприятностей в вашей жизни. Когда вас в этом упрекают, вы отвечаете, что просто мечтательны и не придаете значения всяким пустякам. Пустякам ли? Ведь из-за вашей невнимательности неприятности терпят и окружающие. Что значит, например, забыть завернуть водопроводный кран или потерять взятую у кого-то редкую книгу? Некоторые люди даже бравируют своей рассеянностью, хотя, если разобраться, это качество отрицательное. В зрелые годы, и особенно в молодые, каждому под силу перебороть свою невнимательность, воспитать собранность и постоянно тренировать память.

## ВОПРОС-ОТВЕТ

# В ЗАМОЧНУЮ СКВАЖИНУ - НА ПРОШЛОЕ МУЖА



«Я замужем недавно. Раньше мы с мужем не знали друг друга совсем. По разговорам понимаю, что у него и до меня были интимные отношения с девушками. У меня тоже был молодой человек, и об этом я сразу сказала будущему мужу. Про его отношения спрашивать неловко, но мне жутко интересно, какими они у него были. Муж как-то признался, что в плане целомудрия он прежде был «разболтанный», но теперь все в прошлом. Меня это не успокоило, но стоит ли выяснять его прошлое?»

Светлана Г., г. Электросталь».

Психотерапевт Кирилл Овчинников: «Все вопросы, связанные со взаимоотношениями с людьми, никогда не стоит выяснять просто из любопытства. Начав выяснять что-то из любопытства, можно достать такие скелеты из шкафа, что сами будете не рады. Претендовать на знание всех подробностей из прошлой жизни вашего супруга - дело непредсказуемое.

Вы знаете о том, что у супруга до знакомства с вами были отношения с другими девушками.

Прошлое его вам известно, но неизвестны детали. А зачем вам их знать?

Если вы хотите подсмотреть в замочную скважину на добрые отношения супруга, придется осознать, что это не принесет добра ни вам, ни ему. У вас останутся неприятные воспоминания, а супруг будет чувствовать себя виноватым, после того как из него будет вытянута информация.

Вы признались, что в вашей жизни были отношения, кото-

рые вы считаете неправильными. Может, вы переживаете, какая вы «плохая», и хотите оправдаться в собственных глазах, узнав в подробностях о «разболтанности» супруга, чтобы получить основания считать себя не такой уж и плохой? Оправдывать себя через принижение другого - неправильно. Оправдывать себя надо через прощение себя, а не через то, что кто-то хуже вас».

**Главная елка страны приедет в столицу 18 декабря. Москвичам обещают неповторимое зрелище: гостью из леса будет сопровождать кортеж полицейских машин с включенными мигалками, а за руль сядет сам Дед Мороз!**

Кастинг среди лесных красавиц начался еще в августе, когда дачники собирали последнюю землянику, а про Новый год никто даже не думал. Строгая отборочная комиссия из представителей Комитета лесного хозяйства и правительства Московской области уже тогда объезжала зеленые уголья, чтобы найти самое высокое, красивое и обязательно старое дерево. По заведенным правилам главной новогодней елке должно быть не меньше 95 лет. За этим строго следят руководители отборочной комиссии из Управления делами Президента РФ.

### Первой красавице - 100 лет

Почему в первые красавицы выбирают таких старушек? Несмотря на их внешний вид - насыщенный цвет, безупречные формы, - естественный конец этих деревьев близок. На всякий случай все кандидатки на звание главной елки страны проходят специальное исследование. Не пропитан ли ствол дерева гнилью и не заражен ли он короедом? Нет ли на елке сухих веток, которые неизбежно придется обрезать и тем самым нарушать идеальную трапециевидную форму? Соответствует ли красавица требованиям быть не меньше 25 метров в высоту? Словом, эта пожилая дама должна иметь богатейское здоровье и девичью красоту.

Но как только елке перевалит за 100 лет, она неизбежно начнет сдавать. Появятся первые болезни, а в коре поселятся вредоносные насекомые. Еще какой-нибудь десяток лет,



## ГЛАВНУЮ ЕЛКУ СТРАНЫ СПИЛЯТ В ПОДМОСКОВЬЕ

и дерево попросту высохнет. Поэтому не стоит переживать о том, что на Соборную площадь везут еще молодые по елочным меркам деревья, которым бы еще жить да жить. Будущего у них, увы, уже нет.

В нынешнем году главную елку страны нашли в Щелковском районе Подмосковья. Она соответствует всем требованиям лесного конкурса красоты: победительнице соревнования 100 лет, ее высота 27 метров, а диаметр ствола 60 сантиметров. Практически идеальные параметры!

Елку срубят 16 декабря, и это будет настоящая торжественная церемония. В то время как рабочие начнут пилить ствол, на лесной поляне развернется театрализованное зрелище с Дедом Морозом и Снегурочкой, которые будут петь песни, а толпа ушастых зайчиков станет им подпевать. А потом все начнут водить новогодние хороводы. Ель освятят представители Русской православной

церкви, а чуть позже начнется пиротехническое шоу.

Через два дня народного ликования лесную гостью доставят в Москву. Огромная автоплатформа, сопровождаемая кортежем полиции, проедет по центру города и ровно в 15 часов въедет в Кремль. Это тот редкий случай, когда Спасские ворота будут открыты настежь. А 26 декабря все любопытные увидят украшенное новогоднее дерево на Соборной площади Кремля.

### Что будет с елкой после праздника?

Долгие годы с главной елкой страны не церемонились. До 2015 года, после того как праздники заканчивались, дерево попросту пилили и выбрасывали на свалку. Зато сейчас ему нашли куда более

выгодное применение. Три года назад общественное движение «Зеленый патруль Подмосковья» предложило сделать из вчерашнего символа Нового года 300 хоккейных клюшек. Их раздали маленьким спортсменам из Наро-Фоминска: в тот год кремлевская ель была родом из их района.

«Это волшебные клюшки, ведь древесина, из которой они сделаны, пропитана детскими мечтами и желаниями. Ну как же она может быть не волшебной? Мы говорим детям о



### КВАРТИРЫ И МАШИНЫ - ПОД ЗАПРЕТОМ!

Входящем году Дед Мороз дал развернутое интервью журналистам. Первым делом он объяснил, как правильно загадывать желания. Табу наложено на квартиры и машины. «Заранее подготовьте желание, которое будет для вас самым-самым. Не просите, пожалуйста, квартиры и машины», - сказал главный герой праздника. И пригрозил, что те, кто загадает на Новый год автомобиль, встретят праздник в пробке на МКАД.

Правда, один Снеговик, который работает в администрации Деда Мороза с обращениями граждан, озвучил нам другую версию. «В каждом письме про-

сят квартиру или машину! Сколько можно! Где мы их столько возьмем?» - пожаловался нам на условиях анонимности Снеговик и напомнил про ограниченный бюджет в условиях финансового кризиса. Поэтому загадывать надо что-нибудь нематериальное: счастье, удачу или мир во всем мире. Обязательно сбудется!

Еще Дед Мороз отверг обвинения в уничтожении хвойных лесов. Он сказал, что деревья, продающиеся на новогодних базарах, вырублены в специальных санитарных зонах.

«Там елочки, которые бы в природе так и не выросли. Елочки радуют жителей, а потом они перемалываются и в качестве

удобрения используются в тех же самых лесах», - открыл он свои тайны. Еще стало ясно, что в прошлом январе почти 800 непроданных елок передали Московскому зоопарку. Это очень полезный подарок: животные их едят, точат о них зубы, для приматов елочки - это игрушки и расчески. Даже тигры и львы играют с деревьями. Биологи считают еловые ветви хорошей подкормкой.

Дед Мороз предостерег россиян от покупки искусственных новогодних деревьев. Он вспомнил, что для их производства используется нефть, а сами изделия, попадая в почву, засоряют территорию.

### А КАК У НИХ?

В прошлом году в Риме случился скандал: на центральной площади Вечного города установили новогоднюю ель, которую местные тут же окрестили Spelacchio. Это ругательство, означающее «шелудивый» или «лысый». Вскоре после ее установки и главной ели Италии облетели, и газеты вышли с заголовком: «Она похожа на туалетный ершик: жители Рима разгневаны блеклым видом городской елки».

Чуть раньше, в 2014 году, «прославился» Париж. На Вандомской площади, одной из пяти королевских площадей города, вместо традиционной елки появилось «Дерево» - 24-метровый круглый надувной арт-объект от американского художника Пола Маккарти. Парижане были разочарованы.

Но самая критикуемая елка появилась в городе Сток-он-Трент в Англии. Она целиком была изготовлена из мусорных пакетов. Местные власти заявили журналистам, что это современное искусство и художники имеют право на свое видение мира.



том, что обладатель такой клюшки во всех своих начинаниях будет победителем», - рассказывал координатор общественно-экологического движения Александр Краснощеков.

В 2016 году судьбу елки решали интернет-пользователи. Во время опроса жители страны пришли к выводу, что древесину следует пустить на скворечники. Материала хватило ровно на 300 штук. Потом были 900 экокубов, в которые биологи поместили семена, собранные из шишек после демонтажа ели с Соборной площади. Предполагается, что в этих конструкциях вырастут новые елочки и их отправят по всему миру.

А в 2019 году из главной елки страны сделают посох для главного персонажа новогодних праздников.

«Дедушка Мороз с радостью примет подарок. Посохов у него несколько, у каждого свое предназначение, и все они волшебные», - сообщили в пресс-службе российского Деда Мороза, но вот когда именно знаменитый дедушка получит волшебный атрибут, затруднились ответить.

Наталья Пуртова



# ПОЧЕМУ КОШКАМ НЕЛЬЗЯ ЕСТЬ РЫБУ

**С наступлением холодов болеем не только мы, но и наши домашние питомцы - кошки и собаки. А как их лечить и, главное, что нужно делать, чтобы предотвратить болезнь? Может ли человек чем-либо заразить животное и, наоборот, животное - человека? На эти и другие вопросы сегодня отвечает директор ветеринарной клиники Максим Седов.**

## Оберегайте кошек от стрессов

- Максим Юрьевич, какие сезонные заболевания характерны для домашних животных?

- Если говорить о межсезонье, то сейчас с понижением температуры или из-за сквозняков у кошек, например, обостряется мочекаменная болезнь (так называемый урологический синдром, или цистит). Причем в основном к этому заболеванию предрасположены коты.

Один из самых простых способов борьбы с мочекаменной болезнью - избегать сквозняков и не оставлять животное в холодное время года в помещении с открытыми форточками или окнами, когда вы куда-нибудь уходите из дома.

Также, как ни странно это звучит, необходимо оградить котов от стрессов, потому что стресс может спровоцировать воспаление мочевого пузыря и уретры (есть даже такой научный термин, как стресс-индуцированный цистит). К примеру, когда коты попадают в помещение, где содержатся другие незнакомые ему животные, или просто оказываются в непривычной ситуации, они могут настолько сильно испугаться, что отказываются идти «на горшок». И вот сидит это запуганное животное, которое вроде бы и хочет сходить в туалет, но боится. Доходит до того, что когда его мочевой пузырь переполняется и кот вроде готов опорожниться, но уже не может.

Так что нужно обязательно следить за мочеиспусканием вашего питомца. Потому что другая сторона цистита - частое мочеиспускание. Если вы вдруг заметили, что ваши кот или кошка начали бегать «на горшок» через каждые пять минут или ходить по капель-

ке, а тем более если в моче появилась кровь, сразу же обращайтесь в ветеринарную клинику.

Кстати, мочекаменная болезнь может быть и у собак, но гораздо реже.

Особое значение имеет правильное питание. Если есть возможность, то лучше использовать качественные корма. Если вы кормите кошек домашними продуктами, то, как это ни парадоксально, нужно исключить из рациона кошки рыбу и морепродукты. Ведь они содержат большое количество белков и фосфора, и такой корм защелачивает мочу. В результате в мочевом пузыре соли выпадают в осадок, формируются песок и камни. Поэтому морепродукты желатель-

но давать кошке не чаще одного раза в неделю, а лучше вообще исключить их из рациона.

## Может ли человек заразить животное?

- А домашние животные болеют простудой в зимний период?

- Простудными и респираторными заболеваниями они болеют точно так же, как и человек. И животные, и мы с вами нестерильны: мы всегда в себе что-то носим, в том числе вирусы и бактерии. Например, животное погуляло в холодное время и переохладилось. Эти вирусы и бактерии берут верх над иммунной защитой организма, по-

тому что переохлаждение всегда снижает иммунитет. И сразу же возникают клинические симптомы: повышение температуры тела, угнетение, слюноотделение (саливация) или вдруг у питомцев потечет из носа.

Животные, кстати, могут даже болеть вместе с человеком. В нас и в наших питомцах живет микроорганизм (бордетелла бронхисептика), который при определенных обстоятельствах может вызывать воспаление слизистой полости носа (ринит), в том числе и у домашних животных.

- Человек может заразить животное?

- В момент сезонных вспышек гриппа частота респираторных инфекций у животных тоже увеличивается. Другое дело, что четкой связи, насколько мне известно, здесь нет.

- А животное - человека?

- Не всеми, но некоторыми заболеваниями могут, например бешенством, лептоспирозом, токсоплазмозом (от кошки). Причем



## Правильное кормление кошек

Для здорового питания кошке необходимо в 2-4 раза больше животного белка, чем собаке. Это значит, что в корме его должно быть до трети от общей массы.

Некоторые считают, что после поедания сухого корма кошки поглощают большое количество жидкости, а это негативно влияет на ее почки. Это не совсем так: если корм высокого качества, самочувствие кошки только улучшится.

Болезни почек и урологический синдром встречаются, как правило, у кошек, породы которых выведены искусственно.

Выбирая диетическое питание для кошки, обратите внимание на содержание в нем натрия. Его количество не должно превышать полпроцента - такой корм нормализует давление крови.

Кроме того, лечебное питание для кошки должно содержать лютеин, витамины С и Е, а также бета-каротин. Эти добавки являются антиоксидантами, которые усиливают иммунитет животного.

Рацион кошки обязательно должен включать в себя жирные кислоты омега-3, они благотворно влияют на ее организм.

Непременным условием хорошего самочувствия кошки является наличие дополнительного количества в ее рационе витамина В, так как эта группа витаминов растворяется в воде и выводится из организма с мочой, что быстро приводит к их недостатку.

Постарайтесь оградить кошку от таких продуктов, как сосиски, картошечка, жареная рыба, и др. Вместе с тем есть всеядные кошки, а есть и большие привереды, которые могут даже устроить голодовку, если вы не удовлетворите ее кулинарные причуды. Ведь две трети рациона должны составлять растительная пища, минеральные вещества, жиры, витамины, углеводы. Всем известно пристрастие кошки к молоку.

Но, оказывается, ей в качестве белковой пищи можно давать даже яйца. Что касается молочных продуктов, то раз или два в неделю кошке можно дать немного простокваши, ряженки или кефира и даже сыра и творога. В них содержится мало жира. Не забудьте, что обычное молоко для нее нежелательно, так как оно может привести к расстройству пищеварения. Зато для котят молоко подойдет как нельзя кстати.

Кроме говядины кошку можно кормить и белым мясом (индейкой и курицей), также кошка с удовольствием полакомится крольчатинкой и даже ягнятиной. Причем полезны для кошки сердце, почки и печень курицы или коровы, как вареные, так и сырые. Надо помнить, что печень - источник витамина А.

человек может не болеть, но это опасно для беременных женщин, так как токсоплазмоз негативно воздействует на плод. Так что женщине в положении лучше не заниматься кошачьим туалетом, потому что через этот предмет обихода она может заразиться.

## На прогулку - в комбине зоне

- Как предотвратить заболевание животного?

- Для животных, которые часто болеют респираторными заболеваниями или когда в семье 3-6 и более питомцев, актуальна назальная вакцина Nobivac КС против респираторных инфекций. Это не считая целого комплекса обязательных и стандартных процедур вакцинации.

Также нужно помнить, что самовыгул животного до добра не доводит. Если человек выставляет собаку или кошку за дверь (гуляй, дескать, где хочешь), надо иметь в виду, что в один прекрасный день питомец может просто не прийти домой. Может переохладиться, попасть под машину, добрые люди «приголубят», да все что угодно может произойти.

Если говорить, скажем, о собаках короткошерстных пород, то с ними лучше долго по улице не бродить.

А если и выгуливать длительное время, то обязательно одевать ее в собачий комбинезончик.

- Что делать, если все-таки питомец переохладился и заболел?

- Лучше всего обратиться в ветклинику - это самое действенное и надежное средство. Хотя бы позвонить туда и проконсультироваться. Да, бывают случаи, что такой возможности нет, а у вашей собаки или кошки течет из носа. Тогда, на худой конец, можно использовать антибиотики (капли в нос), только перед покупкой нужно обязательно поинтересоваться дозировкой. Желательно перед этим отсосать соплю детским респиратором - грушкой. Но опять же повторюсь: лучше всего получить все-таки квалифицированную помощь, так как самолечение часто до добра не доводит.

Подготовила  
Ирина Жукова

# ЧТО ФИННУ ЗАПРОСТО, ТО РУССКОМУ...

**Сауна очень полезна для здоровья, она благотворно влияет на сосуды, сердце и мозг. Об этом свидетельствуют результаты нескольких серьезных исследований, опубликованные недавно. Стоит ли им верить?**

Мы знаем, что у фанатов сауны, как и у любителей русской бани, да и вообще у всех, кто любит попариться в разных национальных банях, есть масса доводов о пользе таких процедур. Но в целом мы относимся к ним с настороженностью. Считаем, что такая экстремальная температурная нагрузка только для здоровых. А сердечникам и многим другим пациентам это просто противопоказано. На чьей же стороне правда - современных ученых или народного мнения? Чтобы ответить на этот вопрос, давайте обратимся к аргументам науки.

## Слово ученым

На днях в серьезном медицинском журнале BMC Medicine опубликовано исследование медиков из университета Западной Финляндии, которое проводилось 15 лет, в течение которых наблюдали почти 1700 человек обоюбого пола в возрасте 53-74 лет. Выяснилось, что у них риск смерти зависел от того, как часто они бывали в сауне. У тех, кто посещал ее один раз в неделю, смертность была 0,71%, кто парился от 2 до 7 раз в неделю - 0,3%, то есть в 2,5 раза меньше. Но когда группы попытались выравнять по факторам риска сердечно-сосудистых заболеваний, образу жизни, физической активности и прочим показателям, связанным с болезнями сердца, разница ока-



залась еще более впечатляющей - 0,75% против 0,23%. То есть смертность у любителей сауны была в 3 раза меньше.

В это трудно поверить? Но это не первое такое исследование. В мае были опубликованы результаты большого исследования связи инсультов с сауной. Мы обычно считаем, что парилка в сауне, как и в любой другой бане, только повышает риск инсультов. Но оказывается, все наоборот. У финнов, бывавших в сауне 4-7 раз в неделю, ишемические нарушения кровообращения мозга были на 61% реже, чем у тех, кто был в ней всего один раз в неделю. Даже те, кто бывали в сауне 2 раза в неделю, а не один, на 14% реже переносили инсульты.

## Российская специфика

Как можно объяснить эти парадоксы и стоит ли нашим соотечественникам бежать в финскую баню? Прислушайтесь к аргументам уче-

ных стоит, они объясняют такие эффекты тренировкой сосудов при переходе от нормальной температуры к экстремально жаркой (в парилку) и обратно. Это оказывает на них защитный эффект, они лучше функционируют.

Но что будет, если масса наших соотечественников, прочитав это, устремится в сауну, чтобы защититься от инфарктов и инсультов? Де-

лать этого не стоит. Проблема в том, что финны проводят время в сауне не совсем так, как это делаем мы. Русский стиль - это не только многократные заходы в парилку и потом погружения в ледяную воду. Баня без выпивки - это как Новый год без «Иронии судьбы, или С легким паром!». И далеко не всегда это только пиво. Многие ведут себя как герои этого фильма. Конечно, такой стиль походов в баню частым быть не может.

А многие финны посещают сауну несколько раз в неделю, порой каждый день. Понятно, что они ходят туда не финскую водку пить и даже не пиво. Это такая санитарно-гигиеническая процедура вроде ежедневного душа у нас. Конечно, они не парятся при этом до упаду, а ведут себя вполне умеренно. И что еще важно: в Финляндии начинают ходить в сауну с детства и массово. То есть они тренируют свои сосуды долго, постепенно и с умом, без излишеств. А если

начать этим заниматься в очень зрелом возрасте, то можно огрести и неприятности. Особенно если у вас набор сердечно-сосудистых заболеваний - гипертония с осложнениями и ишемические болезни сердца и мозга. Эти болезни - не абсолютное противопоказание для сауны, но перед тем как пойти попариться, надо пойти к врачу за разрешением и советами, как сделать это на пользу, а не во вред. Если сосуды уже плотные, то парилка может быть опасна. Поэтому перед сауной или другой баней стоит пройти исследование сосудов, показывающее степень их эластичности.

В связи с этим крайне важно правильно вести себя в бане и парилке. Это относится не только к сауне. Главное - переход от более-менее обычной температуры к экстремальной (парилка). И не важно, какая это баня - финская, русская или турецкая. Сосуды тренирует именно этот перепад температур.

Тем, кто идет в баню впервые или после большого перерыва, важно помнить, что в таких случаях организм реагирует иначе, чем у тех, кто бывает в бане регулярно (см. «Это важно»).

## Ребенок в бане

Ребенок, в отличие от взрослого, легче перегревается и быстрее переохлаждается. Это связано с его физиологией. Поэтому детям до 5-6 лет, а по мнению многих медиков, и до 12, не стоит бывать в парилке. Хотя многие не придерживаются этих правил. Например, финны вносят их на 2-3 минуты в парную с температурой не более 60°C. Но лучше не торопиться и подождать до 12 лет.

## ✓ Это важно

### Если вы в баню идете впервые или после большого перерыва

В таких случаях лучше соблюдать ряд следующих правил.

- Перед баней за 1-1,5 часа умеренно поешьте, обязательно выпейте не менее стакана жидкости. Лучше воды, можно минеральной. Исключены спиртное, кофе, крепкий чай, газировки и любые энергетики.

- В бане до парилки постоит под теплым душем, помойтесь с мылом. Женщинам надо обязательно смыть косметику. Перед входом в парилку за 10-15 минут выпейте 1,5-2 стакана воды, можно минералки с большим количеством солей.

- В парной никогда не оставайтесь в одиночку: если что-то случится, нужно, чтобы кто-то был рядом. При любом дискомфорте сразу выходи-

те, время нахождения в парилке не должно быть дольше 5-10 минут. Сначала расположитесь на нижней полке, потом можно подняться выше, но запомните: верхняя полка только для постоянных посетителей бани. Всегда лучше лежать или принять положение, близкое к горизонтальному, и расслабиться. Это поможет избежать обмороков. Когда вы просто сидите, свесив ноги, риск гораздо выше. При первых посещениях парилки воду на каменку лучше не лить и веником не пользоваться.

- Сразу после парной отдохните 2-3 минуты, примите прохладный душ, достаточно, чтобы он был комнатной температуры. После этого расслабьтесь примерно на 15 минут, выпейте воды. В первые посещения бани лучше не обливаться очень холодной водой, не прыгать в прорубь, не валяться в снегу, больше трех раз парную не посещать.

# СПАСУТ ЛИ ЛИМОНЫ ОТ ПРОСТУДЫ?

## Содержание аскорбиновой кислоты в дарах природы

Продукт*	Количество витамина С, мг	Процент от дневной потребности
Апельсин	80	130
Мандарин (2 шт.)	60	100
Грейпфрут (небольшой, 200 г)	120	200
Киви	75	125
Болгарский перец	100	Около 170
Стакан земляники или клубники	90	150
Черная смородина (100 г)	200	Более 300
Капуста белокочанная (100 г)	50	Более 80
Порция брокколи или цветной капусты (120-150 г)	60	100
Вареная картофелина	30	50

\*Если вес не указан, имеются в виду фрукты и овощи среднего размера.

Подготовил Олег Днепров

«Сейчас сезон простуд, как лучше защититься от инфекций лимоном, как проводить им витаминизацию? Не противопоказание ли для этого гастрит, ведь в лимоне много аскорбиновой кислоты, а кислое вредно для желудка?»

Евгения Мастеркова,  
г. Рязань».

- В вопросе сразу несколько заблуждений. Кислый вкус лимону обеспечивает лимонная кислота, а не аскорбиновая. И за желудок из-за нее не стоит волноваться. Кислые продукты опасны только при обострении гастрита или язвы. Если этих болезней нет,

то не стоит отказываться от лимонов и иных цитрусовых с кислым вкусом. Второе заблуждение - считать, что в лимоне очень много витамина С, или, как его еще называют, аскорбиновой кислоты. Для справки: в апельсине его несколько больше, в среднем апельсине есть 60 мг аскорбинки, то есть почти дневная норма. В такого же размера лимоне ее 40 мг, то есть на треть меньше. И как источник этого витамина апельсины гораздо лучше: съесть такой апельсин или даже два не проблема, а вот лимон мы обычно едим по одной или несколько долек.



А в обычной дольке лимона только 3-6% от дневной нормы потребления аскорбинки. Это не очень существенно, так что в нашем питании лимон скорее не источник витамина С, а хорошая вкусовая приправа. Ничего страшного в этом нет. Этот витамин содержится в массе растительных овощей, фруктов, ягод, и они запросто обеспечивают его дневную норму и даже больше (см. таблицу).

Один из лучших футболистов в истории сборной России Александр Мостовой дал эксклюзивное интервью «Миру новостей», подведя итоги футбольного года и ответив на самые злободневные вопросы.



РИА НОВОСТИ/Е. ОДИНЦОВ

**Александр Мостовой:**

# «ОТПУСТИТЕ МАМАЕВА И КОКОРИНА! ЭТО УЖАСНО!»

пятерку лучших тренеров мира. В чем его секрет?

- У себя дома пробиться в четвертьфинал чемпионата мира - это круто. Ясно, что Черчесов будет одним из лучших. Но не стоит возвышать его до небес. Будто мы что-то перевернули в мире футбола. Я вообще спокойно отношусь к подобному. Сегодня Черчесов наверху, завтра - кто-то другой. Столько примеров за свою карьеру видел!

- Самая рейтинговая тема - Мамаев и Кокорин. Им продлили пребывание в СИЗО...

- Ужасно!

- А что бы вы решили, если бы дело отдали на общественный суд?

- Я бы их отпустил. Потому что это уже чересчур. Хотя в первый день, когда я все это услышал и увидел, то был на другой стороне. Действительно, очень скандальная ситуация. Ребята уже понесли на-

казание, прошло два месяца. Мое мнение - надо отпускать. Они попали под общественный пресс. Сделали из них козлов отпущения.

- Что скажете об отборочной группе сборной России к Евро? Мы там сыграем с Бельгией, Шотландией, Кипром, Казахстаном, Сан-Марино.

- Легкая группа! О чем тут говорить? Две команды выходят наверх - это мы и Бельгия.

- Шотландцы нас пьяными в 1992-м обыграли...

- Ну вы вспомнили, что было четверть века назад! Да легкая группа. Другие гораздо тяжелее. Попадись к нам еще кто-то уровня Румынии, Болгарии, Сербии, пришлось бы труднее. А так... С кем там играть?

- Вы понимаете, за что Дениса Глушакова травят фанаты «Спартака»?

- Это тема местного масштаба. Должны между собой разобраться болельщики и

Денис. Поговорите как мужчины. В том-то и дело, что Глушаков не сделал ничего плохого.

Конечно, травля когда-то прекратится. Все зависит от результата. Нужно хорошо играть. Сейчас Денис забьет пару голов, и люди к нему повернутся.

- Кто лучший футболист мира по версии Александра Мостового?

- Лионель Месси. На все времена.

- Свежая цитата Пеле: «Как можно сравнивать того, кто хорошо бьет обеими ногами и головой, с тем, кто владеет только одной ногой. У Месси всего один навик, и он совершенно не умеет играть головой. С Пеле можно сравнивать лишь тех, кто хорошо бьет с обеих ног и может забивать мячи головой».

- Это же ревность! Зато Месси делает одной ногой то, что многим даже тремя ногами не сделать!

- Заканчивается очень необычный год для российского футбола. Самое яркое для вас событие - четвертьфинал чемпионата мира?

- Ну да, сборная России впервые в истории пробилась так высоко. Разве может быть что-то главнее?

- Скажите честно, нашим фартануло?

- В любом виде спорта есть доля везения. Конечно, фартануло. Мы же по пенальти обыграли испанцев. И могли хорватов по пенальти пройти, а они в финале с французами бились.

- Очень жаль, что Федор Смолов пробил пенальти хорватам, как пизжон.

- Я бы в жизни так не ударил, как он! В ответственный момент ты должен отбросить всю шелуху, выкинуть все мысли из головы, подойти к точке... И как нас учили: «Закрой глаза, ударь со всей силы - и пусть мяч летит куда угодно. Даже если промахнешься, то вопросов к тебе не возникнет». Такое пизжонство на чемпионате мира исключено!

- Станислав Черчесов по итогам года попадает в

Есть виды спорта, в которых Россия доминирует и никого не подпускает близко. Это синхронное плавание, художественная гимнастика. И вот, казалось, появился третий вид, в котором мы будем выезжать на девочках, - одиночное фигурное катание.

Олимпиаду в Сочи выиграла Аделина Сотникова, а в команде блистала Юлия Липницкая. Сразу же появилась сногшибательная Евгения Медведева. Но на Олимпиаде в Пхенчхане фаворитка Медведева осталась только с «серебром», потому что Этери Тутберидзе меньше чем за год подготовила Алину Загитову.

На подходе у Тутберидзе Александра Трусова, которой сейчас 14 лет. Но девчонка уже так лихо делает четверные прыжки, что никому даже не снилось.

Но что получилось? Медведева наблюдала за финалом Гран-при со стороны, она туда не пробилась. Загитова вышла на лед Ванкувера признанной мировой примой, но под ней вдруг зашатался трон королевы. Всех победила Рика Кихира. Японка проводит первый взрослый сезон, но уже сокрушила мировой рекорд Загитовой в короткой программе.

Что же такого есть в этой Кихире? Мощнейший козырь, который не бьется на таком уровне, - три тройных акселя (один в короткой и два в произвольной). Если их делать и не допускать серьезных ошибок, то шансов проиграть нет. Недоступная конкуренткам техническая сложность.

## АЗИАТСКАЯ УГРОЗА

**Пока мы спорили, кто из россиянок победит в финале Гран-при, «золото» в женском одиночном катании завоевала Рика Кихира из Японии. А вот наша Алина Загитова взяла только «серебро», Елизавета Туктамышева - с «бронзой». Что же мы упустили?**

Прокат Загитовой получился трудным. Было видно, что многие элементы даются ей с немалым трудом. Но она справлялась во всех случаях, кроме одного. Подвел не самый сложный каскад лутц - тулуп в начале произвольной программы: вместо «3+3» получилось только «3+1». Эта ошибка не позволила Загитовой преодолеть рубеж 150 баллов. И все оказалось в руках у Кихиры, которой надо было просто избежать серьезных ошибок.

Но японка тоже не железная. Первый же аксель она недокрутила на целых пол-

оборота и сумела удержаться на ногах, лишь упревшись в лед обеими руками. На языке судейских оценок это равносильно падению. Если бы Кихира испортила и второй суперпрыжок, все могло быть иначе. Но второй аксель она прыгнула хорошо. И всю оставшуюся программу показала отлично. Поэтому японка опередила Загитову по технической оценке - 233,12 против 226,53 балла.

Так что о доминировании России тут вообще говорить

не стоит. Посмотрите на первую шестерку - там три россиянки, но и три японки. А если вспомнить Юдзуру Ханю, который ярко выступает у мужчин, но не приехал на финал Гран-при из-за травмы, то задумаешься: а где школа фигурного катания лучше? Кажется, что в Японии с этим все в порядке. И «золото» не досталось россиянкам впервые с 2013 года.

Позже появилось объяснение, что Загитова перед произвольным прокатом споткнулась о кабель и получила травму. Об этом во время трансляции рассказал исполнительный директор Федерации фигурного катания Канады Тед Бартон.

Но, по мнению самой Загитовой, она каталась не слишком желанием не могу завтра выйти на лед и сделать тройной аксель, правда? И четверной не могу сделать, и прыгнуть выше себя. Значит, нужно просто кататься так,

как я умею...» - пришла к печальному выводу Алина. И не требует скидок на обстоятельства.

А как относиться к этой неудаче в финале Гран-при? Наверное, тут нет трагедии. Это всего лишь старт, причем по важности - четвертый в сезоне. Впереди еще будут чемпионат Европы в Беларуси, чемпионат мира в Японии, а также чемпионат России через две недели в Саранске, где пройдет отбор в Минск. Так что заикливаться на неудаче не стоит.

Но если глобально, то вокруг фигурного катания в России слишком нервная атмосфера. Возможно, из-за сумасшедшей конкуренции. Каждая фраза даже не от самой Медведевой или Загитовой, а просто от тренеров или специалистов способна вызвать настоящий скандал. Плюс этот конвейер, когда через год Медведева кажется списанным ветераном, сейчас уже сомневаемся в Загитовой, а завтра и Трусова окажется не такой.

Да, у Тутберидзе подрастают совсем еще маленькие, но чертовски одаренные девочки. Но Япония в фигурном катании - это сила. И там работают спокойно, точно. По-азиатски хладнокровно выжимают все из каждого шанса. И способны выйти на такую запредельную сложность, что конкурентки в соревновании даже рядом не стоят.

Вот такого спокойствия и веры в своих людей порой не хватает в России.



ТАСС/С. БОБЫЛЕВ

ТАСС/С. БОБЫЛЕВ

**Рика Кихира оставила нашу Алину без «золота»**

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 1. Внимательный помощник вора. 7. Привлеченный со стороны боец. 10. Штат со столицей Финикс. 11. Донской казак-бунтарь по имени. 12. Спутница кавалера. 13. Заключительная сцена балета. 15. Король из песни Аллы Борисовны. 16. Носитель наследственности. 17. Тропическая родина Маугли. 18. Туфли для Золушки. 19. Белковый гормон. 22. Ошибка в просторечии. 25. Есть только он между прошлым и будущим. 26. Металл с розоватым оттенком. 29. Место работы шахтера. 31. Волчий жоак у Киплинга. 33. Возглас в церковном богослужении. 35. Транспорт, что готовят с лета. 36. Старинный смычковый инструмент. 38. Хатха- или кундалини-учение. 39. Головоломка в газете. 41. Сумма, пробитая на чеке в строке «Всего». 42. Стоит на берегах Дымбовицы. 44. Горы в спортивном зале. 47. Сильный мускулистый пес. 49. Оркестровый провал. 50. Искусство пародистов и юмористов. 53. Дерево - закрепитель песков. 55. Антоним отсутствия. 56. Вика, исполнившая «Фильм не о любви». 60. Шлягер Пугачевой на стихи Резника. 61. Лабораторный сосуд с кривым горлом. 62. Жертвует хвостом ради спасения. 63. Добродушная порода собак.

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Джек в триллере «Сияние». 2. Пельш из «Несчастливого случая». 3. Город гангстеров и небоскребов. 4. Персонаж драмы А. Островского «Гроза». 5. Звезда Голливуда Дэнни Де .... 6. «Чудесное» место в Стране Дураков. 7. Тот, кто в седле. 8. Ветряная или водяная вертушка. 9. Персона на листке для голосования. 14. «Миссис» в скандинавских государствах. 20. Коллектив родственников. 21. Азиатское блюдо с длинной лапшой. 23. Форма личной зависимости. 24. Количество для одного приема. 27. Показушная храбрость. 28. Смешанная природная зона. 30. «Осеннее» имение Пушкина. 32. «Ударник» по бильярдным шарам. 34. Сплошные неприятности. 37. Крылатый символ роддома. 40. То же что «амба» и «крышка». 42. Хвастливый болтун. 43. Гвоздь концертно-театрального сезона. 45. Вылет мяча за пределы поля. 46. Был уронен в речку Таней. 47. Тянула репку с дедкой. 48. Враг прогресса. 50. Оберегание содержимого кошелька. 51. Один из создателей кино. 52. Так звали танцовщицу, жену Есенина. 54. Видение, что бывает в руку. 57. Снежный человек или бигфут. 58. Валюта Испании и Италии. 59. Геометрическая форма яйца.



www.gospozha-luba.ru  
**ЛЮБОВЬ ВЛАДИМИРОВНА**

- Предсказываю судьбу
- Верну мужа, решаю любые проблемы
- Сниму порчу, сглаз, венец безбрачия
- Удача в бизнесе

(495) 386-38-42,  
8(910) 455-66-66,  
ст. м. «Правская»,  
ст. м. «Кунцевская»

**НОВОГОДНИЕ ГАДАНИЯ**  
Пенсионерам  
**СКИДКА** Акция действует с 12 по 31 декабря

**ОТВЕТЫ НА СУПЕРКРОССВОРД №50 (1302)**

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 1. Кобылица. 7. Тангенс. 10. Дробина. 11. Неглиже. 12. Нани. 13. Юбочник. 15. Имя. 16. Щит. 17. Елабуга. 18. Кофе. 19. Айболит. 22. Адресант. 25. Гид. 26. Аграрий. 29. Радда. 31. Шхуна. 33. Чавыча. 35. Тмин. 36. Лжица. 38. Анни. 39. Пенальти. 41. Лань. 42. Пистолет. 44. Евдокимов. 47. Девичество. 49. Яна. 50. Калинин. 53. Штабник. 55. Овчарка. 56. Таксист. 60. Именины. 61. Рейтинг. 62. Тяжесть. 63. Работник. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Кредитка. 2. Бедняк. 3. Игрище. 4. Адыютант. 5. Соло. 6. Пион. 7. Танкетка. 8. Голубика. 9. Сценарий. 14. Чао! 20. Багратион. 21. Ладоши. 23. Раввин. 24. Аура. 27. Реалист. 28. Радикулит. 30. Данилко. 32. Хна. 34. Челюскин. 37. Азот. 40. Ежов. 42. Паводок. 43. Сыч. 45. Дол. 46. Вязка. 47. Дадон. 48. Однокашник. 50. Колонист. 51. Изваяние. 52. Нашатырь. 54. Бес. 57. Кейс. 58. Ирис. 59. Тигр.

**Новогоднее шоу «БЕЛОСНЕЖНЫЙ БАЛ Иоганна ШТРАУСА» в Кремле**

23 декабря 2018 года в Кремлевском дворце состоится ежегодное новогоднее шоу «БЕЛОСНЕЖНЫЙ БАЛ Иоганна ШТРАУСА». Шоу пройдет в сопровождении Симфонического оркестра CONCORD ORCHESTRA, гл. дирижер Фабио Пирола (Италия). В программе популярные вальсы, польки и марши. Знаменитый «Марш Радецкого» завершает программу. Зрители смогут наслаждаться не только великолепием вальсов, но и бальными танцами лучших танцевальных пар России. Категория 6+ Реклама

Через газету благодаря ясновидящую **бабушку Аню** Дар от Бога!

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

**Не опускайте руки: ДОРОГУ ОСИЛИТ ИДУЩИЙ!**

Т. 8-968-946-78-64

**ЁЛКА В КРОКУСЕ**

CROCUS CITY HALL

БОНУС! Личное видеопоздравление от Деда Мороза каждому ребенку!

**Главный СЕКРЕТ**

**ДЕДА МОРОЗА**

с 22 декабря

0+ РЕКЛАМА

© ООО «СЕДЬМАЯ РАДУГА ЭНТЕРТЕЙНМЕНТ», 1997 – 2018. © ООО «СМЕШАРИКИ», 2003 – 2018. © АО «ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ», © ООО «НОЛЬ ПЛЮС МЕДИА» 2018. ВСЕ ПРАВА ЗАЩИЩЕНЫ. ОРГАНИЗАТОР: ООО «СЕДЬМАЯ РАДУГА ЭНТЕРТЕЙНМЕНТ», 125315, Г. МОСКВА, ПРОСПЕКТ ЛЕНИНГРАДСКИЙ, ДОМ 68, СТРОЕНИЕ 24, КОМНАТА 101-104, ОГРН 1167746442753.

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КРЕМЛЁВСКИЙ ДВОРЕЦ

**CONCORD ORCHESTRA**

17 ФЕВРАЛЯ

ПРАЗДНИЧНОЕ ШОУ

**ТАНГО СТРАСТИ**

АСТОРА ПЬЯЦЦОЛЛИ

12+

БИЛЕТЫ CONCORDORCHESTRA.RU

\*КОНЦЕРТ ОРКЕСТРА ФАБИО ПИРОЛА, ООО «АГЕНТСТВО ШЕДЕВРЫ МУЗЫКИ» ОГРН 10784750840, СГБ ЛИТОВСКИЙ ГР. Д.50, НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

Река – символ Индии	Наш скульптор ... Церетели	Упакованная поклажа	Соколы-лов	Вино из белого винограда	Коса – девичья ...
			Воришка, попавшийся на кораллах		
	Океанская пучина	Угощение сибирским собакам			Титул Михаила Кутузова
	Северный морской залив	Трава – украшение болот	"Голос", издаваемый последней модой		
			Подставка для котла		
Поток в Силезии	Молоко без капли жиринки	Путешественник на колесах	Соревнования велокстремалов	Емкость для стирки вручную	Француз, автор "Корсара"
			Соломоновы шахты	Фиаско шахматного короля	
	Приемник + проигрыватель	Сестрица живицы			
				Сальваторе, спевший про снегопад	Сценическая реплика "в сторону"
	Коллега стратега	Койка у бассейна	Сумма денег, которую срывают		
				Озеро в Эфиопии – исток Голубого Нила	Несчастный монарх Шекспира
"Неумная" океаническая птица	Силач, держащий небесный свод	Проводник в экспедиции Арсеньева			
				Худой ... лучше доброй ссоры	
Ретивый характер	"Подчиненная любви" от Михалкова	Пометка босса на документе	Мадам на чайник	Горизонтальная горная выработка	
Звание духовного лица			Округ в Древнем Египте		
	Основание цеховой машины	Глотка у птицы			
	Родственница игуаны				

П П Ж Г Н  
Ш К У Р А А М У Р  
Л Ш Б У Р А Т  
Ю К О И К Р А  
З Л А К У К Р О П  
И С А О  
Э Г Е И Т М И Р  
В В М О М Е Н Т  
Н Е Д Ч А Й Ф  
К А Й М А К Л Р  
В Е Э Д И Т А  
Э Р У Д И Т С А Н  
О У С У П  
Р И З А К  
К А Т А Л К А  
И О С У П  
Т Г Р У Ш А

Ответы на сканворд №50 (1302)



Собрание на заводе. Директор: - Надо признаться, что положение у нас на предприятии очень и очень хреновое! Кто-то из рабочих: - Товарищ директор, а вы не приукрашиваете?

- В детстве родители меня заинтересовали археологией, и я полюбил это занятие. Представлял себя настоящим археологом. Но однажды ко мне подошел сосед и сказал, что на самом деле это называется «копать картошку»...

В магазине продавец меняет ценник на ноутбуке с 25 тыс. рублей на 20 тысяч. - С чего это он вдруг так подешевел? - спрашивает покупатель у продавца. - Новогодние скидки закончились.

**УЖЕ В ПРОДАЖЕ!**

**СПЕЦВЫПУСК** №9 (56) декабрь 2018 г.  
**Мир садовода** декабрь

**Зима на даче**

**За или против? ВАЖНО**

**ЯБЛОНИ-КОЛОННЫ** ЛОВИ МОМЕНТ, ПОКУПАЙ ИНСТРУМЕНТ стр. 18

**ВЫПЕЧКА: КАК УГОДИТЬ МУЖУ** ЭФФЕКТИВНЫЕ ЛИАНЫ ПАСИФЛОРА, БУГЕНВИЛЛЕЯ И... ЖАСМИН стр. 46

**ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПОДПИСКА НА 2019 ГОД - стр. 2**

Учредитель ООО «Меджик». Рег. ПИ № ФС77-57383 от 24.03.14 в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор). Реклама 16+

14 декабря - полусекстиль Венеры и Юпитера: не стоит сегодня навязывать свои взгляды окружающим, тем более если они нежелательны. 16 декабря - секстиль Венеры и Сатурна: день принесет хорошие решения в бизнесе и потенциал для достижения успеха, главное - не оставлять ничего на волю случая.



## АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ ОТ ВИКТОРИИ ЗВЕЗДНОЙ

<p><b>21.03 - 20.04 ОВЕН</b></p> <p>Овнам не следует на этой неделе слишком отделяться от коллектива. В кругу друзей или членов семьи вы найдете необходимый вам душевный комфорт. В четверг будьте внимательны с расчетами. В понедельник не рекомендуются тяжелый физический труд и перенапряжение.</p> <p>Благоприятные дни - <b>13 и 16</b>. Неблагоприятные дни - <b>15 и 17</b>.</p>	<p><b>21.04 - 20.05 ТЕЛЕЦ</b></p> <p>Тельцы на этой неделе с головой уйдут в работу. Впрочем, вы с легкостью справитесь со всеми делами и даже можете рассчитывать на небольшое вознаграждение. В пятницу не навязывайте чужим своего мнения. Сделайте ставку на выдержку и дипломатичность в понедельник.</p> <p>Благоприятные дни - <b>14 и 15</b>. Неблагоприятные дни - <b>17 и 18</b>.</p>	<p><b>21.05 - 21.06 БЛИЗНЕЦЫ</b></p> <p>Близнецам в данный момент лучше не демонстрировать свои слабые стороны окружающим. Кроме того, не делитесь подробностями личной жизни с ненадежными людьми. В четверг ваш ключ к успеху - выдержка и терпение. В субботу вам нужны отдых и внимание к своему здоровью.</p> <p>Благоприятные дни - <b>13 и 16</b>. Неблагоприятные дни - <b>17 и 18</b>.</p>	<p><b>22.06 - 22.07 РАК</b></p> <p>Раки должны быть предельно осторожными и рассудительными. В то же время не переоценивайте свои силы, приготовьтесь обратиться за поддержкой к близким друзьям. В среду не раздражайте родных своими капризами. В субботу займитесь спортом и своим гардеробом.</p> <p>Благоприятные дни - <b>13 и 14</b>. Неблагоприятные дни - <b>12 и 17</b>.</p>	<p><b>23.07 - 23.08 ЛЕВ</b></p> <p>Несмотря на загруженность Львов, на горизонте может появиться романтический партнер. Насколько долго продлится служебный роман, будет зависеть только от вас. Пятница - отличное время для покупок и финансовых операций. Будьте бдительны, берегите деньги и вещи во вторник.</p> <p>Благоприятные дни - <b>12 и 16</b>. Неблагоприятные дни - <b>15 и 18</b>.</p>	<p><b>24.08 - 23.09 ДЕВА</b></p> <p>Девы должны быть предельно внимательными при общении с окружающими. Отсутствие дипломатии может помешать взаимному согласию. Не рекомендуется подписывать какие-либо контракты на этой неделе. Подготовьтесь к монотонной систематической работе в среду. В выходные развейтесь с друзьями.</p> <p>Благоприятные дни - <b>13 и 15</b>. Неблагоприятные дни - <b>17 и 18</b>.</p>
<p><b>24.09 - 23.10 ВЕСЫ</b></p> <p>У Весов прекрасное время для экспериментов с внешностью и занятий спортом. Смело готовьтесь к празднику, меняйте прическу и обновляйте гардероб, украшайте жилище, а деньги на это всегда найдутся. Не торопитесь и остерегайтесь подвохов в понедельник, возможны промахи.</p> <p>Благоприятные дни - <b>15 и 16</b>. Неблагоприятные дни - <b>17 и 18</b>.</p>	<p><b>24.10 - 22.11 СКОРПИОН</b></p> <p>Скорпионы смелы, обаятельны и красноречивы. Это отличный момент для любви и начала романтических отношений. Отбросьте все сомнения и действуйте. В четверг лучше не проявлять инициативу открыто, действуйте через посредников. Холодные посылки во вторник могут иметь последствия.</p> <p>Благоприятные дни - <b>14 и 15</b>. Неблагоприятные дни - <b>12 и 13</b>.</p>	<p><b>23.11 - 21.12 СТРЕЛЕЦ</b></p> <p>Теплота и взаимопонимание, установившиеся в семейном кругу у Стрельцов, могут быть легко разрушены вашими придирками и нравоучениями. Постарайтесь иногда промолчать, чем сделать едкое замечание. В четверг ваш ключ к успеху - выдержка и терпение. В понедельник ждите выгодных предложений.</p> <p>Благоприятные дни - <b>14 и 15</b>. Неблагоприятные дни - <b>16 и 17</b>.</p>	<p><b>22.12 - 20.01 КОЗЕРОГ</b></p> <p>Козероги на этой неделе будут отличаться амбициозностью и желанием идти только вперед. Смело высказывайте свои идеи начальству, в данный момент шансы на ваше признание высоки. Не стоит доверять свои секреты окружающим в пятницу. В начале недели интуиция станет хорошим помощником в денежной сфере.</p> <p>Благоприятные дни - <b>13 и 14</b>. Неблагоприятные дни - <b>12 и 17</b>.</p>	<p><b>21.01 - 19.02 ВОДОЛЕЙ</b></p> <p>Посвятите эту неделю завершению незаконченных дел. Кроме того, вдохните свежесть в свой распорядок, не забывайте устраивать разгрузочные дни и делать зарядку. В конце недели не поддавайтесь на провокации, воздержитесь от семейных конфликтов. В понедельник возможны финансовые потери.</p> <p>Благоприятные дни - <b>12 и 16</b>. Неблагоприятные дни - <b>14 и 18</b>.</p>	<p><b>20.02 - 20.03 РЫБЫ</b></p> <p>У Рыб на этой неделе высока вероятность путаницы при работе с информацией или проволочек в их поездках. Кроме того, к концу недели возможны незапланированные повороты событий. В четверг ваш ключ к успеху - обходительность и пунктуальность. В понедельник ждите выгодных предложений.</p> <p>Благоприятные дни - <b>13 и 15</b>. Неблагоприятные дни - <b>17 и 18</b>.</p>

# Ваши ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

## СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ!

### Аппарат магнитной терапии АМТ-01

3100 руб.  
2500 руб.

Новое поколение магнитотерапии! Низкочастотное магнитное поле – это мощнейшее природное противовоспалительное, противоотечное, болеутоляющее средство, стимулирующее процессы восстановления. Аппарат АМТ-01 прекрасно подойдет при: болях во всех отделах позвоночника, при радикулитах, остеохондрозах, болях в суставах, в комплексной терапии артрозов, травм суставов и мягких тканей, при ринитах, гайморите, язве желудка и гастрите, гипертонической болезни, предменструальном и климактерическом синдроме и многих других недугах. Сделано в Беларуси.

О ИМЕЮЩИХСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ. Рег. уд. № ФСЗ 2012/13261 от 22.11.2012 г.

### Массажный матрас с функцией подогрева

4490 руб. 3990 руб.



Устройство массирует биологически активные точки тела (плечи, живот, спина, поясница, ноги, ягодицы), что способствует ускорению кровообращения. Вы чувствуете, что напряжение уходит, а защитные функции организма активизируются.

**Матрас Топпер с анатомическим эффектом**

90x200	2990 руб.
140x200	3390 руб.
160x200	3690 руб.



Матрас топпер делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника и бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Подходит для обновления старых диванов, кроватей, матрасов – разглаживает ямки, сглаживает перепады и обеспечивает поддержку спины. Матрас скручивается в рулон, легко поместится на полку в шкафу.

### Бесконтактный инфракрасный термометр

1990 руб.  
1290 руб.

Бесконтактный инфракрасный термометр измеряет температуру, не прикасаясь к телу. Это очень удобно, если важно узнать температуру спящего малыша, не потревожив его сон. На измерение достаточно потратить всего несколько секунд. Вы можете с лёгкостью измерять температуру на любом участке кожи. В инфракрасном градуснике нет стекла или ртути, поэтому им нельзя пораниться или отравиться его содержимым. Также вы можете измерять не только температуру тела, но и других объектов. Это может быть смесь для кормления или вода в детской ванночке.

### Усилитель звука

1790 руб. 1190 руб.

Отличная слышимость с высоким разрешением. Легкий, мощный и незаметный усилитель звука со звуковым сигналом высокого разрешения. Ни один разговор больше не ускользнет от вас. Регулируемая громкость. Для использования в любом месте: на спортивных состязаниях, за городом, на работе, в школе на праздниках и дома. Не является медицинским изделием.

### Ледоходы для обуви - отличное средство от скольжения!

1390 руб. 790 руб.

Ледоходы - легкая и уверенная походка по скользким поверхностям. Они обеспечивают прочное сцепление со льдом и избавляют вас от падений, царапин и ссадин. Легко одеваются на любую обувь размером от 35 до 45. Отличительные черты новой модификации Ледоходов – дополнительный противоскользящий протектор и 5 особо прочных шипов из нержавеющей стали на каждой подошве, т.е. 10 шипов на пару, благодаря которым они максимально надежно держат Вас на самом скользком льду. Позаботьтесь о своем здоровье и о безопасности ваших близких!

### Отпугиватель грызунов и насекомых

1290 руб. 990 руб.

Устройство предназначено для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 кв.м. Просто вставьте его в розетку. Можно использовать если в доме дети, собаки и кошки. Безопасно для ваших домашних. И в него встроен уютный ночник.

### Часы - музыкальный проектор звездного неба

1290 руб. 990 руб.

Календарь до 2099 года показывает полную дату, время, год и день недели. С помощью встроенного в проектор комнатного термометра можно измерять температуру в Цельсиях, и в Фаренгейтах. Будильник проигрывает 10 мелодий: журчание воды, шум морской волны, шум ветра и классическую музыку. Компактный. Проецирует звездное небо. Часы-проектор - отличный подарок детям!

### Художественный набор «Cars» (Карс)

1390 руб. 790 руб.

Хотите, чтобы ваш ребенок развивался правильно, подарите ему Художественный набор. В набор входит все необходимое как для начинающего так и для опытного художника 92 предмета: 12 цветных карандашей, 12 цветов акварели, 12 восковых карандашей, 12 масляных, 24 маркера, простой карандаш, клей, ножницы, кисточка, степлер, точилка, стирка, скрепки. Необходимая вещь каждому школьнику!

### Мультилайсер «Китчен Мастер»

Мультилайсер (3 барабана в комплекте) 2590 руб. 1290 руб.

Мультилайсер «Китчен Мастер» схож с мясорубкой внешне и по принципу работы. Это своего рода терка современного типа, которая справляется с разными видами шинковки продуктов. Мультилайсер умеет резать овощи ломтиками, брусками, соломкой, крутами и сохраняет их сочными, делать крошку из шоколада, перетирать орехи, натирать сыр или готовить панировку, шинковать капусту в салат, картофель или яблоки тонкими пластинами для чипсов. Устройство легко устанавливается и надежно закрепляется на столе. Лезвия изготовлены из высококачественной стали и не нуждаются в заточке.

### Прибор для удаления волос

1520 руб. 1190 руб.

Прибор быстро и безболезненно удалит нежелательные волосы над губой, на щеках, подбородке, в зоне подмышек, на ногах и в зоне бикини. Удаляет волоски на корневом уровне.

### Маникюрный набор в подарок!

### Увеличительные очки-лупа «Big Vision» (Биг Вижн)

1590 руб. 790 руб.

Очки-лупа дают визуальное увеличение любого предмета 160% и при этом оставляют руки свободными, они прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения всевозможных работ, требующих большой точности! Не является медицинским изделием.

### Мобильный шкаф для одежды из ткани

3990 руб. 2990 руб.

Дешевая мебель из ДСП быстро теряет внешний вид, а долговечная мебель из массива стоит дорого. Если бюджет ограничен, а Вам срочно требуется новый вместительный шкаф, купите мобильный шкаф для одежды из ткани. Он быстро собирается, выглядит очень современно и необычайно удобен в эксплуатации. Мобильный шкаф для одежды из ткани имеет множество глубоких полок, что позволяет Вам вместить все необходимое. Красивый и солидный на вид тканевый чехол и устойчивый, но легкий каркас вместе создают надежную и эстетичную конструкцию. Шкаф устойчив, но при необходимости его можно быстро разобрать и переместить на новое место.

### Утилизатор отходов «Санэкс»

1790 руб. 990 руб.

Любой хозяин частного дома, не имеющего подключения в центральной системе канализации, постоянно сталкивается с вопросом очистки накопительной емкости, будь то выгребная яма или септик. Эту проблему вынуждены решать и владельцы дач. Значительно упростить задачу может «САНЭКС» для септиков и выгребных ям. Перерабатывает жиры, органику, бумагу, остатки пищи и отходы жизнедеятельности. После применения, содержимое выгребной ямы уменьшается в объеме почти в 30 раз. Попадая в выгребную или сливную яму, туалет или канализационную систему, «САНЭКС» перерабатывает ее содержимое в воду и ликвидирует неприятные запахи органического происхождения. Упаковки 400 гр. хватит на четыре летних сезона.

### Волшебный трек

2590 руб. 990 руб.

Удивительная гоночная трасса, которая гнется и светится! Волшебный трек понравится как мальчикам так и девочкам. Совершенно новая гоночная дорожка, которая светится и гнется. Вы можете согнуть, повернуть дорожку на 360 градусов даже во время движения гоночных автомобилей. Самое удивительное произойдет тогда, когда Вы выключите свет, и Magic Tracks превратится в супер яркую трассу со светящимися автомобилями!

### Проточный кран-водонагреватель

1990 руб.

Забудьте о проблемах с горячей водой с проточным краном-водонагревателем! Нагревает воду за несколько секунд, можно регулировать температуру. Идеальный вариант для дома и дачи. Существенно экономит электроэнергию! Устанавливается за пару минут.

### Бюстгальтер корректирующий «Ах Бра»

1740 руб. 990 руб.

Обеспечивает необходимую поддержку груди и максимальный комфорт без петелек, крючков, швов и косточек; не собирает складки и не сдавливает по бокам; делает декольте соблазнительным; эластичный, не ограничивает движений, удобно заниматься спортом. Размеры: S 76-81 см, M 86-91 см, L 96-101 см, XL 106-111 см, XXL 106-121 см.

### В комплекте 3 бюстгальтера «Ах Бра»

### Нервущиеся японские колготки (Чёрные или телесные)

1290 руб. 790 руб.

Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить единственный в своем роде продукт - нервущиеся колготки! Колготки представляют собой переплетение миллиона мелких ниток в жгуты, отличаются повышенной эластичностью, это позволяет им быть более устойчивыми к внешним воздействиям. Держат свою форму, не теряют своих качеств даже после 2 тыс. стирок. Благодаря высокой плотности и эластичности отлично скрывают недостатки фигуры, особенно апельсиновой корки в области ягодиц и галифе. Колготки повышают тонус, защищают ноги от переутомления благодаря специальным вставкам в области носка. Не сковывают движение и не способствуют замедлению кровотока, благодаря компрессионному эффекту защищены вены и сосуды.

### Настенный обогреватель

1990 руб. 1490 руб.

Гибкий настенный электрообогреватель можно повесить на обоях, стене или на окне. Безопасен в эксплуатации. Обогреватель не сушит воздух и не сжигает кислород. Потребляет мало электроэнергии. Постоянная температура 60-70°C. Позволяет быстро прогреть помещение. Сделано в России.

### Электропростыня

1990 руб. 1790 руб.

### Электроплед

2990 руб. 2490 руб.

Дома, в квартире, на даче, в коттедже, на природе вы сможете спать в тепле и дышать свежим воздухом всю ночь! Вы забудете о сырости в постели! Снимает напряжение, мышечные боли и стресс, расслабляет организм! Диван станет источать приятное комфортное тепло, даже когда вы сидите на нем! Вы сможете обогреваться почти даром! (1 коп./час). Позволяет спать в помещении с 0 до 100% влажности! Полная безопасность благодаря новой австрийской технологии! Покрытие из 100% натуральной х/б ткани. Вы сможете быть на даче дольше на 3-4 месяца в году. Сделано в России.

### Пароварка «Rainstahl»

2790 руб. 1490 руб.

Пароварка Rainstahl не только станет отличным дополнением к набору кухонной утвари, но и позволит перевести приготовление ваших любимых блюд на качественно новый уровень. Готовка на пару – это: никаких жиров и масла, сохранение цвета, консистенции и витаминов, еда не пригорает и не пересушивается. Посуда изготовлена из высококачественной нержавеющей стали – не окисляется и не взаимодействует с продуктами питания. Крышка из закаленного стекла с отверстием для паровыпуска. Наряду с тем, что данная модель является весьма функциональной и подходит для приготовления практически любых паровых блюд, использовать ее можно не только в качестве пароварки, но и как обычную кастрюлю для первых блюд. Таким образом вы получаете два предмета посуды по цене одного!

### Ультразвуковое устройство «Золушка» для бережной стирки

1990 руб. 1190 руб.

Сверхминиатюрное ультразвуковое устройство «Золушка» (поместится на ладони) бережно перестраивает горы белья в емкостях любого объема и обеспечивает высокое качество стирки. Сверхэкономична: потребляет электроэнергии менее 20 Вт. Работает бесшумно. Благодаря маленькому, компактному размеру, машинку удобно брать с собой в командировку, на дачу – она легко помещается в обычной сумке. «Золушка» может постирать крупные вещи, и Вам не придется сдавать их в химчистку (одеяла, скатерти, гардины, шторы). Производство Россия.

### Новейший автоматический веник

1890 руб. 990 руб.

Прибор, который просто необходим любой хозяйке на каждый день. По бокам прибора размещены щетки, которые вращаются и собирают мусор. Работает без батареек и электричества. Прикасаясь с поверхностью, щетки начинают двигаться. Боковые щетинки собирают мусор и подметают его к центральному валу. Пыль и грязь попадают в специальный контейнер. Основание ручки вращается на 360 градусов, что сильно облегчает работу.

### Многофункциональный парогенератор

2590 руб. 990 руб.

Прибор сочетает в себе такие функции, как: паровой утюг, парогенератор, пароочиститель и увлажнитель воздуха. Выработавший непрерывный поток пара, за счет чего хорошо проникает в ткань и расправляет складки, чистит, дезинфицирует и избавляет от неприятного запаха. Уничтожает пылевых клещей и бактерий. Попробуйте поглядеть им шторы, освежить кресла и диван, избавиться от аллергенов и пыли на подушках и одеялах. Борется с неприятными запахами с одежды и пятнами пота. Прекрасная модель среди ручных отпаривателей.

### Мини-печь

3990 руб. 2990 руб.

Компактная альтернатива классической русской печи. Устройство разработано российскими специалистами, знающими толк в приготовлении традиционных блюд. Вы сможете сварить и потомить каши из различных злаковых культур. Каши получаются ароматными и рассыпчатыми, запечь горшочки с овощным и мясным наполнением, испечь хлеб, пироги, ватрушки и другие любимые сдобные лакомства, запечь мясо или рыбу, котлеты и тефтели, сварить суп, приготовить запеканки различного содержания, равномерно разогреть блюда без сомнительных микроволн, посушить ягоды, грибы, фрукты и зелень. Экономное потребление электроэнергии. Блюда как из русской печи – традиционному вкусу, питательно и полезно!

### Электрический измельчитель «Молния»

1490 руб. 1290 руб.

Измельчитель «Молния» незаменимый помощник на кухне. Он один заменяет несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до яйцерезки и блендера). При этом имеет компактный размер. В нем: 2 сменные самозатачивающиеся насадки из стали для пюрирования и нарезки кубиками; вместительная чаша; высокая скорость вращения ножей. Прибор справляется с продуктами различной твердости (кофейные зерна, лед, овощи, фрукты, орехи) и помогает приготовить широкий спектр блюд (пюре любой густоты, детское питание, соусы, заготовки для салатов и прочее).

### Новое поколение ножей с мраморным покрытием «Сила гранита»

1350 руб. 790 руб.

### Набор кастрюль «Kaiserhoff» (Кайзерхофф) 12 предметов (Пр-во Германия)

4990 руб. 3990 руб.

Посуда изготовлена из высококачественной нержавеющей стали. Имеет 5-ти слойное дно, клепаные металлические ручки и стеклянные крышки. Подходит для индукционных плит. Внутри кастрюль есть измерительная шкала.

### Самогонный аппарат «Маруся 1300»

1990 руб. 1290 руб.

Нержавеющая сталь. Производит 1300 мл самогонки в час!!! Не требует водопровода. Сделано в России.

### Вкусоароматические концентраты на 300 литров коньяка каждому в ПОДАРОК!

### Электрическая ножеточка

1790 руб. 990 руб.

Правильная и эффективная заточка ножей надолго! Имеет специальные направляющие, которые позволяют заточить нож по всем правилам - с нужным углом заточки. Моментальная и качественная заточка обеспечит долговременную остроту ножа. Заточит нож с зубчатым лезвием. Имеется специальный разъем для ножей и отверток. Работает от 220В.

### Швейная мини машинка

2790 руб. 1990 руб.

### РУЧНАЯ ШВЕЙНАЯ МАШИНА В ПОДАРОК!

С этой мини машинкой вы с легкостью подошьете брюки или юбку, вставите молнию. Подарите своим любимым вещам вторую жизнь. С мини машинкой так легко пришить заплатку или красивый декоративный элемент. Вы сошьете красивую одежду своими руками. Вы сможете шить, используя ножную педаль. Это делает процесс шитья быстрым и удобным.

### Говорящий хомяк Woody O'time (Original)

1790 руб. 990 руб.

### Маша-повторяша

1790 руб. 1190 руб.

Уникальные, развивающие игрушки для детей способны рассмешить до слез любого, попытаться заговорить с ней. Повторяет за вами все произнесенные слова и звуки, произносит слова на любом языке мира, очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак, когда Вы что-то жуете, она жует с Вами и отлично имитирует хо-хо!!! Эти интерактивные игрушки подмигивают Вам настроение и помогут развеять друзей! Надолго покорают сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.

### Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

С информацией об организаторе акции, о правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения можно узнать по тел.: 8 (499) 213-03-16. Акция действительна с 11.11.2018 г. по 30.12.2018 г. \*По итогам продаж 2018 г. ООО «Топ-Шоп» ОГРН 1177746729115/19.07.2017 Юридический адрес: 115191, г. Москва, 2-я Рошинская ул., д.4, офис 503. Товары сертифицированы. РЕКЛАМА.

### ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

8 (499) 213-03-16

МНОГОКАНАЛЬНЫЙ  
время работы: с 09.00 до 21.00