

LEGION-MEDIA

# ПОДРОБНАЯ ПРОГРАММА НА НОВОГОДНЮЮ НОЧЬ

**TV**  
программа  
29 декабря -  
4 января



# Мир

www.mirnov.ru



КАДР ИЗ ФИЛЬМА «ЧАРОДЕЙКИ»

# НОВОСТЕЙ

**Крутые  
повороты  
«чародейки»  
Яковлевой**

24 декабря 2025 г. №52(1670)

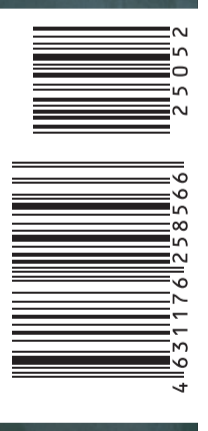
■ стр. 24



ПЕРВЫЙ КАНАЛ

**ЧТО  
ПОСМОТРЕТЬ  
ПОД БОИ  
КУРАНТОВ**

■ стр. 20-21



**Жительница Югры  
собрала рекордную  
коллекцию елочных  
игрушек**

■ стр. 26

**Зоопарк под  
Донецком живет  
под обстрелами  
ВСУ**

■ стр. 5

**你好, 中国!** **Здравствуй, Китай!**

Мир НОВОСТЕЙ СПЕЦВЫПУСК №13 (18) 13 августа 2025 г.

**Гранты, лаборатории, жилье:  
как Китай борется  
с утечкой мозгов**

■ стр. 13

FREEPIK.COM



## ТРИЛЛИОНЫ РУБЛЕЙ МОГУТ ВЫЛЕТЕТЬ В ТРУБУ

У руководителей коммунальной отрасли, вероятно, уже мозоли на языках появились от обещаний все отремонтировать, модернизировать и инвестировать. Но в эти мечты регулярно вмешиваются то непредвиденные обстоятельства, то злоумышленники.

Прорыв теплотрассы в Тюмени оставил без отопления и горячей воды около 18,3 тыс. человек, в том числе 3659 детей, сообщило ГУ МЧС России по Тюменской области. По предварительным данным, причиной прорыва стала коррозия на магистральном участке трубопровода.

Через коммунальных аварий охватывает большинство регионов страны. Эта тревожная статистика вынуждает экспертов констатировать, что российская система теплоснабжения вошла в зиму в состоянии затяжного кризиса. Прорывы магистралей, массовые отключения тепла и воды, ночные работы аварийных бригад и тысячи жителей, которые в самые холодные дни года остаются один на один с погодой.

По мнению аналитиков, происходящее в регионах демонстрирует не просто рост аварийности, а провал попыток модернизации теплосетевого комплекса, на который государство планировало направить триллионы рублей, но смогло довести до адресатов лишь малую часть запланированных средств.

Количество происшествий в инфраструктуре, сильно запущенной и изношенной на десятилетия вперед, перешло в системное качество. ЖКХ перестало выдерживать сезонные нагрузки.

Прорывы перестали быть исключением - это системный износ, который проявляется от Урала до Дальнего Востока, от Западной Сибири до центральной части России. Все это слишком неприглядно выглядят на фоне чудовищного роста тарифов на услуги ЖКХ.

Тарифы коммунальщиков становятся катализатором социальной напряженности, а это не так просто вылечить. Минстрой запустил программу модернизации коммунальной инфраструктуры. Цена вопроса - 4,5 трлн рублей до 2030 года. Эти средства должны обеспечить реконструкцию 106 тыс. объектов и снижение аварийности. Работа идет ни шатко ни валко. По статистике, ежегодно выходит из строя около 2% сетей. Реконструируется лишь половина!

Зампред Комитета Госдумы по строительству и ЖКХ Светлана Разворотнева заявила, что с 1 сентября по 20 октября 2025 года зарегистрировано 13 тыс. происшествий на объектах ЖКХ, из них 1583 - аварии. Их количество увеличилось на 3% по сравнению с прошлым годом. А должно бы падать. Как бы очередные триллионы народных денег опять не вылетели в трубу.

Павел Максимов

# 3 трлн рублей

ЦИФРА НОМЕРА

## Государство намутило с алкоголем

С 2026 года минимальная розничная цена за пол-литра водки составит 409 рублей против прежних 349 рублей, коньяка - 755. Те, кто надеется, что повышение цены как-то повернет выпивох к здоровому образу жизни и уменьшит медицинскую и криминальную статистику, сильно ошибаются.

Реализация крепкого алкоголя в нынешнем году сократилась у нас почти на 10%. Не только водка с коньяком начинают терять популярность - снижаются и продажи вина. За 11 месяцев 2025 года виноградных вин продано на 1,5% меньше прежнего, игристых - на 2,7%. Эксперты предсказывают: при такой государственной политике стоимость спиртного в розничной сети вырастет на 10-17%. Но семейные бюджеты худеют, денег у людей все меньше, и они вынуждены искать альтернативу. В качестве такой альтернативы весьма значительная часть граждан выбирает самогон: дешево и сердито.

Кроме того, вместе с минимальной ценой на коньяк и водку государство на 2% подняло НДС, что еще больше увеличило стоимость официальной бутылки. Однако тем, кто перешел на самогон, указанный налог не грозит. Значит, государство получит меньше доходов, чем могло бы. Своими «ново-

- на такую рекордную сумму набрали автокредитов россияне. Статистика Центробанка приведена по состоянию на 1 ноября 2025 года. По сравнению с аналогичным периодом прошлого года показатель вырос почти на 14%. И когда нам говорят, что никакие мы не бедные - мол, все дворы машинами заставлены, - то надо помнить, что взяты они, как правило, в кредит, то есть в долг.



годними подарками» власть сама подталкивает поклонников алкоголя в теневой сектор.

Коньяк и водка дорожают - падают доходы бюджета. Эта связка работает безотказно. Чиновники пытаются объяснить подорожание тем обстоятельством, что с 1 января 2026 года ставка акциза за 1 литр безводного спирта повышается с 740 рублей до 824. Этот налог составляет основную часть себестоимости товара. И вроде бы винить здесь некого: акциз - он и в Африке акциз.

Руководитель Центра разработки национальной алкогольной

политики Павел Шапкин предполагает, что на алкогольном рынке появятся суррогаты из напитков, на которые не установлена минимальная цена. Такая цена не касается, например, рома, виски, текилы. Поэтому набирают популярность, например, «ромовые напитки», которые ничего общего с ромом не имеют. Другими словами, рынок алкогольной продукции будет становиться все более мутным. И чем же тогда будет отличаться эти псевдоромовые напитки и недоделанный виски от обычного контрафакта?

Лаврентий Павлов

### 20 декабря нынешнего года при трагических обстоятельствах на 69-м году ушел из жизни известный российский меценат и общественный деятель Виктор Сергеевич Аверин.

С юных лет Виктор Аверин увлекся вольной борьбой, стал мастером спорта СССР, входил в состав сборной команды России, был неоднократным победителем и призером престижных турниров. Впоследствии уже в качестве наставника Виктор Сергеевич подготовил целую плеяду борцов международного уровня. Ему было присвоено почетное звание «Заслуженный тренер России». Виктор Сергеевич Аверин вел большую общественную работу, способствуя развитию спортивной борьбы, в том числе и среди спортсменов с ограниченными возможностями. Виктор Сергеевич



являлся президентом федерации спортивной борьбы среди спортсменов с ослабленным слухом, был первым вице-президентом Федерации спортивной борьбы России. Он также внес огромный вклад в развитие в России спор-

тивного голубеводства, неоднократно становился чемпионом и призером в этом увлекательном виде спорта.

Виктор Сергеевич Аверин был выдающимся меценатом нашего времени. В 1993 году он был одним из инициаторов и соучредителем крупнейшего в стране благотворительного фонда «Участие», с которым «Мир новостей» сотрудничает долгие годы. Фонд помогает Русской православной церкви, детским домам, больницам, спортивным организациям, социально незащищенным слоям населения.

Виктор Сергеевич Аверин был большим жизнелюбом, его душа была распахнута перед людьми, его всегда окружало множество друзей. Нам будет его не хватать!

Коллектив редакции «Мира новостей» выражает глубокие соболезнования родным и близким Виктора Сергеевича.



Прямую линию Владимир Путин начал с краткого обзора СВО. Вероятно, по его мнению, позитива там сейчас больше. Кроме того, это позволило представить обществу наших героических военных. «Наши войска наступают по всей линии боевого соприкосновения, где-то более быстрыми темпами, где-то медленнее, но по всем направлениям. Противник отходит», - констатировал президент. Герой России, командир штурмового отряда Наран Очир-Гурьев стал не просто участником прямой линии, а чуть ли не главным ее персонажем - опять же с подачи президента.

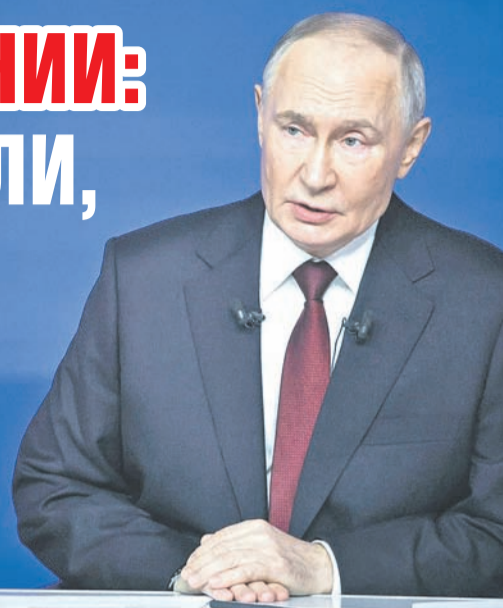
А вот перейдя к экономике, Владимир Путин стал весьма лаконичен.

«За прошедший год рост ВВП составляет 1 процент, но если взять за трехлетку последнюю - такой счет тоже является вполне корректным, - то общий рост 9,7 процента. В это же время рост в еврозоне был 3,1 процента». То есть формулировки подбирал аккуратно.

«Что касается однопроцентного в этом году темпа роста экономики, это осознанное действие со стороны правительства и Центрального банка и всего руководства страны, связанное с таргетированием инфляции. И нужно отметить, что в целом эту задачу удается решать, потому что была поставлена цель - снизить инфляцию хотя бы до 6 процентов. Но, судя по всему,

## ПРЕЗИДЕНТ НА ЛИНИИ: О ЧЕМ СПРАШИВАЛИ, ЧТО ОТВЕЧАЛ

Прямая линия президента России по итогам 2025 года, совмещенная с пресс-конференцией, была самой протяженной из всех предыдущих - она длилась 4,5 часа. И если на темы международной политики Владимиру Путину удавалось быть убедительным, то ответы по поводу политики внутренней скорее вызвали новые вопросы.



KREMLIN.RU

к концу года она будет меньше 6 процентов -5,7-5,8 процента» - так Владимир Путин ответил тем скептикам, которые указывали на не оправдывающиеся прогнозы ЦБ по инфляции. Напомним, что ЦБ регулярно - уже не первый и не второй год - заверяет рынки в скором достижении желанного уровня инфляции в 4% и в нормализации своей денежной политики. И эти прогнозы также регулярно не оправдываются.

В любом случае Путин сохранил у бизнеса надежды на успешное продолжение кредитной политики и перешел к реальной экономике: «Промышленное производство выросло тоже на 1 процент, а вот обрабатывающая промыш-

ленность - на 3,1 процента». Правда, эксперты отмечают, что обработка растет благодаря высоким темпам работы ВПК, но в любом случае рост лучше падения. По данным Путина, на 3,3% выросло и производство сельскохозяйственной продукции.

Но вот темпы жилищного строительства снижаются, признал президент. И здесь, как предполагают эксперты, может затянуться еще один тугий узел. В прошлом году было введено в эксплуатацию 107,8 млн квадратных метров жилья. В этом году показатель составит 103-105 млн квадратных метров, указал президент. По данным Минэкономразвития, за 10 месяцев темпы строительных работ

выросли на 3% в годовом выражении. Тем временем экономистов беспокоит весьма тревожный факт - наличие в стране 9 млн пустующих квартир. И это при миллионах граждан, не имеющих собственного жилья.

Несмотря на увеличение зарплат, рост производительности труда будет скромным - всего 1,1%, отметил глава государства. «Вот это соотношение, конечно же, нужно стремиться менять в пользу повышения производительности труда», - подчеркнул Путин. Ранее в ходе заседания Совета по стратегическому развитию и нацпроектам президент говорил, что за 2021-2024 годы производительность труда в среднем за год росла на 0,7%.

Также президент отметил, что безработица в прошлом году была на исторически минимальном уровне - 2,5%, а в этом году еще ниже - 2,2%. По его словам, «это очень хорошие показатели». Однако специалисты указывают, что регистрируются лишь вставшие на учет в службе занятости, а туда идут очень немногие: пособия смешные, а мороки много.

Президенту пришлось все же затронуть пару неудобных тем, но без особого блеска. Вопрос повышения НДС с 20 до 22% со следующего года, как выяснилось, долго обсуждался в правительстве и в администрации президента. И там пришли к выводу, что «самый правильный, честный и прозрачный способ» решения стоящих задач, в том числе в финансовой сфере, - это повышение НДС. Основная цель этих изменений - достичь сбалансированности бюджета. По словам Путина, «в целом это получилось». Правда, при чем здесь честность и прозрачность?

О безумных тарифах на услуги ЖКХ глава государства высказался предельно коротко: «Федеральные власти и регионы должны думать о поддержке семей в вопросе расходов на ЖКХ». Если расходы на коммунальные услуги превышают 22% от совокупного дохода семьи, то государство обязано оказать поддержку. Так считает президент. А как оно будет на самом деле, узнаем совсем скоро.

Григорий Алексеев

Отечественные лингвисты подвели итоги уходящего года. По версии авторитетного портала «Грамота.ру», словом года признан «зумер». Этот термин означает представителя поколения Z, то есть молодых людей, родившихся в конце 1990-х - начале 2000-х годов, выросших в эпоху интернета и расцвета цифровых технологий. За что ж им такая честь и как нам это все понимать?

Традиция выбирать слово года зародилась в Германии в конце прошлого века. С тех пор ее охотно подхватили лингвисты многих стран, в том числе и России. Зачем это надо, спросите вы, и как то или иное слово становится знаменем уходящего года?

Как считают специалисты, очередное модное словечко в национальном словаре - это реакция языковой среды на социальные вызовы. Относиться к такому «рейтингу слов» можно по-разному, а вот игнорировать не получится: тенденция, однако!

Критериями выбора слова-победителя стали его социальная актуальность и динамика использования в СМИ, то есть медийная активность. Выби-

## КАК «ЗУМЕР» СТАЛ СЛОВОМ ГОДА



FREEMIK.COM

рают это особое слово эксперты комиссии в составе авторитетных специалистов в области языкознания. Тут проводится полноценное научное исследование. Вкратце это выглядит так: на портале «Грамота.ру» эксперты отбирают слова, которых пока нет в словарях. При этом они постоянно используются в публичном пространстве и в общении. Скажем честно: лидируют в основном слова иностранные, как правило, английские. А куда деваться, если это язык международного общения.

Далее исключают слова-однодневки, которые не прижились. И лишь потом филологи голосуют за сухой остаток. В этот раз в голосовании приняли участие 469 экспертов (опытных преподавателей, известных ученых, молодых специалистов из 23 организа-

ций России). Почему победили зумеры? Частота запросов в интернет-поисковиках, связанных с поколением Z, возросла с 65 тысяч в ноябре 2023 года, когда проводился первый замер, до 400 тысяч в ноябре 2025-го. Вот чем народ-то, оказывается, интересуется.

Поколение Z - это молодежь, которая в массе своей выходит на рынок труда. Студенты и выпускники вузов, начинающие активно и напористо влиять на современный социум, на культуру и технический прогресс. Именно с ними и сталкивается все чаще старшее поколение и не узнает в них себя вчерашних. Вопросы к зумерам все больше. Вот почему эта прослойка стала лидером рейтинга - «зумер» набрал 42 процента голосов.

На второе место вышло слово «выгорание». Оно трак-

туется как «состояние полного отсутствия энергии, эмоционального, физического и психического истощения, вызванное длительным чрезмерным стрессом». За него проголосовали 38 процентов экспертов. Тоже не с бухты-барухты. В 2025 году с этой проблемой чаще всего сталкивались российские психологи. Откуда этот рост тревожности и усталости от негативной информации, надеюсь, объяснять не нужно. Проблема выгорания не сходилась с повестки весь год. Она стала предметом научных исследований и разговоров на бытовом уровне.

А на бронзовой ступеньке условного пьедестала - слово «ред-флаг». Это некий тревожный сигнал, предупреждающий о проблемах в отношениях или в поведении. Ред-флаг уступил выгоранию лишь 1 процент.

Хотим мы того или нет, но с каждым годом наш лексикон становится все более мрачным. Например, словом 2024 года был «вайб», что означает общую атмосферу, настроение. И настроение это явно не подавленное, согласитесь.

Сразу за ним по популярности шел «скуф». Это такой неопрятный субъект с пивным брюшком в возрасте 35 плюс без перспектив карьерного роста. Иронично. Особенно если помнить, что образ навеян блогером с соответствующим имиджем и той же «погремухой».

Ну а что же сами носители английского языка? Какие у них-то тренды, социальные вызовы и слова-победители? Это не секрет. В англоязычном сегменте интернета, по версии Оксфордского словаря, в этом году лидирует словосочетание rage bait («рейджбейт»). Так определяется провокационный онлайн-контент, нацеленный на вызов ярости у читателей и зрителей. Сильные эмоции способствуют раскрутке источника - это же азбука пиара! По подсчетам зарубежных ученых, употребление этого термина за последний год увеличилось в три раза.

Не удивлюсь, если такой контент был во многом направлен на разжигание у англоязычных пользователей русофобии.

Елена Мороз





## Загадочных провалов в земле все больше

По всему миру появляются гигантские воронки глубиной и шириной в несколько десятков метров. Верующие люди заговорили об исполнении зловещего библейского пророчества. Ученые же грешат на аграриев, которые без остановки опустошают подземные источники.

Турецкое Управление по борьбе со стихийными бедствиями и чрезвычайными ситуациями сообщает о 648 таких объектах на равнинах Коньи. Специалисты считают, что это результат неумеренного использования подземных вод из-за сильной засухи. Только за последний год исследователи из местного Технического университета обнаружили более 20 таких воронок. Всего же в стране их насчитывается около 2 тысяч. Но что интересно: это не обычные бесформенные провалы в земле. Все они идеально круглые! Некоторые похожи на места падения метеоритов. Другие имеют уходящие вертикально вниз ровные края. И процесс их образования ускоряется. Если до 2000 года в Конье было всего несколько таких дыр, то теперь за год наблюдаются десятки новых.

Бедствие распространилось на разные уголки планеты. Воронки находят в Северной Америке, в Азии, на Ближнем Востоке, в Австралии и Средиземноморском регионе. В США они образуются на Великих равнинах, в центральной части и на юго-востоке. Ученые предупредили, что крупные провалы будут образовываться во Флориде, в Техасе, Нью-Мексико и Аризоне.

В той же Америке в 2025 году территория в Западном Техасе у границы с Мексикой была объявлена зоной засухи наивысшего разряда. Обширная дыра там возникла на месте заброшенной нефтяной скважины. А в Нью-Мексико внезапно образовавшаяся воронка поглотила два автомобиля. Люди из ближайших домов были эвакуированы.

Издание Turkey Today пишет, что фермеры уже начали покидать опасные земли. Увеличение интенсивности сельского хозяйства обезвоживает известняковые слои. Вода исчезает из подземных пещер. После этого их своды рушатся.

Албания вышла в лидеры по коррупции среди стран Европы. В ней, как и на Украине, даже создана специальная организация, занимающаяся расследованиями, арестами и возвращением наворованного у государства.

Борцы с коррупцией разоблачили и отправили за решетку генерального прокурора и министра внутренних дел. В длинной очереди ждут своей участи министры, мэры, судьи и прочие «уважаемые» люди.

Больше всего прогнили таможенная и налоговая администрации, а также здравоохранение, где без взятки не обойтись. Власть была вынуждена прибегнуть к помощи искусственного интеллекта, что стало мировой сенсацией. Ему было поручено выполнять функции... министра госзакупок. Уж он-то наверняка не поддается соблазну воровства и вымогательства, как это случилось со всеми предшественниками.

Цифрового министра назвали женским именем Диелла. Ей даже придали черты и голос популярной албанской киноактрисы и обрядили в национальную одежду. Чиновные албан-

цы хоть и нечисты на руку, но все же остаются патриотами своей несчастной страны.

Далее предполагалось заменить нейросетями персонал остальных взяточемких направлений. Но сегодня албанская шумиха с ИИ все больше смахивает на цифровое жульничество. Похоже, высокими технологиями попытались прикрыть продолжающееся воровство и взяточничество в верхах. Недавно обвинение в фальсификации тендеров пало на вице-преьера Белинду Баллуку, отвечающую за энергетику.

Выяснилось, что под разговорчики о неподкупном цифровом министре самые лакомые госзаказы распределялись среди тех, кто заблаговременно договаривался о наибольшем откате. После этого соперники просто не допускались к тендеру. Так произошло с крупнейшим проектом строительства туннеля Ллогара. У Баллуку отобрали паспорт и запретили выезжать из страны. Но конституционный суд постановил, что на вре-

## В Албании взятки берут под прикрытием ИИ

мя следствия она может выполнять министерские обязанности.

Тем временем сатирический хорватский сайт NewsBar повеселил мир историей о том, как спецпрокуратура по борьбе с коррупцией и организованной преступностью открыла против искусственной Диеллы дело по подозрению в полу-

чении ею взятки в размере 1,3 миллиона евро. А всамделишный главный инженер по этике в Министерстве цифровизации Албании Лулзим Баша якобы парировал, что «это не ошибка кода». Мол, нейросеть вовсе не коррупционер. Она просто считала своей обязанностью... отправку 10-15 процентов от сумм каждого контракта на неизвестные счета, так как это стандартный операционный протокол в министерстве госзакупок.

В декабре из Албании пришли вести о тотальной коррупции в полиции и инфильтрации в нее преступников. За это арестовано почти все полицейское руководство. Мэр Тираны взят под стражу за вымогательство миллиона евро.

Как считают албанцы, коррупционеры прикрывает сам премьер-министр Эди Рама. Он первым вступился за мэра столицы, обласканного еврочиновниками в Брюсселе. Там как раз собрались принять Албанию в Евросоюз.



Цифровому министру придали черты и голос популярной албанской киноактрисы

## Туринскую плащаницу признал самый ярый скептик

Теолог с мировым именем долгое время называл Туринскую плащаницу, почитаемую как погребальное покрывало Иисуса Христа, средневековой подделкой. Но перед нынешним Рождеством Джонстон решил покаяться...

Как он заявил тележурналистам, ему теперь стыдно за те слова о плащанице. Теолог даже присоединился к проекту STURP, который изучает этот артефакт. В рамках этого проекта покрывало впервые просветили на рентгене, сделали ультрафиолетовые и инфракрасные снимки, провели химический анализ волокон и пятен на полотне.

«Выяснилось, что эта плащаница не рукотворное деяние. Мы не нашли на ней ни пигмента, ни краски, ни натуральных красителей. Ученые подтвердили, что человек не в состоянии такое сделать», - рассказал Джонстон.

В проекте STURP участвуют 33 американских ученых из разных институтов, специалисты - криминологи, биохимики и физики. Сотрудники Академии ВВС США стали первыми, кто в 1976 году заинтересовался плащаницей и применил разработанный НАСА анализатор изображений AVP-8. Этот анализ показал, что изображение следов на плащанице трехмерное.

«В плащаницу встроено изображение голографического качества», - считает Джонстон. Участники экспедиции в Турин получили возможность изучить плащаницу и выяснили,

что пятна крови действительно содержат гемоглобин, а также следы белка плазмы крови - сывороточный альбумин. На основе научного консенсуса исследователи пришли к выводу, что изображение могло быть произведено в лабораторных условиях с помощью химических и физических процессов. Такого эффекта можно добиться с использованием серной кислоты и нагрева.

Но в заключении ученых говорится: «Как бы то ни было, не существует химических и физических методов, которые могут обеспечить всю совокупность представленного на

полотне изображения, и не существует никаких комбинаций физических, химических, биологических или медицинских условий, чтобы адекватно объяснить его возникновение».

Проще говоря, человек такое создать не мог. Чтобы убедиться в этом, понадобилось 600 тысяч часов исследований. Такому излучению не подвергался ни один известный артефакт.

«Это не обман, а действительно погребальное полотно Иисуса», - говорит Джонстон. - Я встретился с исследователями, выслушал их истории, увидел добытые ими доказательства и нашел их неоспоримыми».

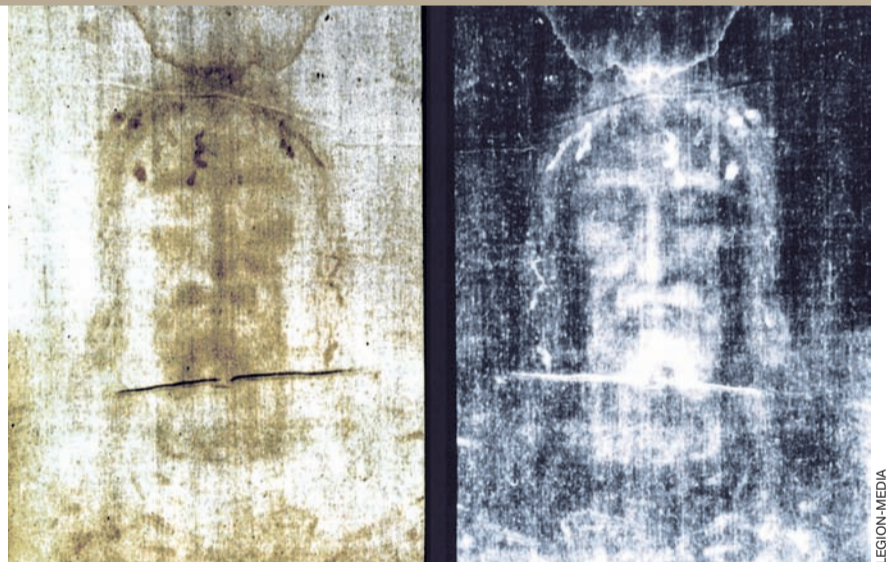






ФОТО ИЗ АРХИВА АЛЕКСАНДРЫ ЛОМОВОЙ

# Героиня СВО с тремя детьми стала бездомной

**Доброволец Александра Ломова с самого начала СВО возит на фронт гуманитарные грузы, участвовала в боевых действиях в составе штурмовой группы. Ее позывной - Яга. Но, похоже, нечистая сила работает против нее - многодетной матери-одиночки, потому что она не может добиться положенной ей по закону квартиры. Александра даже записала видеообращение к губернатору Московской области Андрею Воробьеву.**

Александра Ломова (Айдынбекова) вспоминает, как во время первой поездки на фронт ее машина с гуманитарным грузом увязла в поле. Спасибо бойцам - вытащили. Удивлялись: «Как ты вообще сюда приехала: все заминировано!» В следующий раз она уже сама добралась до расположения: «Открывайте, свои!» Парни смеялись: «Ты как Баба-яга среди ночи ша-стаешь». Так и родился позывной.

Ее муж Тимур тоже ушел на СВО, подписав контракт с Минобороны. Служил в артиллерии. «Его часть базировалась под Донецком. А я моталась на самую передовую. Получила несколько контузий и ранение в Бахмуте - попала под ми-

нометный огонь ВСУ», - рассказывает собеседница.

Двое суток со штурмовиками пряталась в развалинах дома, вокруг кипели бои. «Потом нас эвакуировали, у меня уже почернели раны, лечилась в госпитале», - вспоминает она.

Показывает награды, благодарственные письма от бойцов, которых называет боевыми братьями. Информация о ней висит на националистическом украинском сайте «Миротворец». За ее голову там сулят большие деньги.

До начала спецоперации Ломова жила в подмосковном Ногинске. У нее было собственное агентство по организации и проведению праздников. Муж трудился в компании по производству минеральных удобрений. Воспитывали двух дочерей и сына. Вместе строили дом.

«В 2021-м дом сгорел. Муж находился на работе - ночная смена. Я укладывала детей спать, когда услышала странный звук за входной дверью. Открываю - в комнату врывается пламя. Огонь перекинулся на висев-

шие в прихожей детские вещи. Я бросилась вытаскивать детей. В этот момент в комнате взорвался кислородный аппарат сына - он у меня инвалид. Меня вышибло из окна, и я потеряла сознание от боли», - рассказывает Александра.

Полиция установила факт поджога, однако злоумышленников не нашли. А ей долго пришлось восстанавливать здоровье. Жилье снимали. На периоды командировок в зону СВО дети остаются с бабушкой - матерью Тимура. Правда, с мужем наша героиня

развелась: в Донецке он познакомился с другой женщиной.

Александра и ее дети прописаны в доме бывшей свекрови. Там же прописан и бывший муж с новой женой, их общим ребенком и с двумя ее детьми от предыдущего брака.

«Я неоднократно обращалась с заявлениями в администрацию Богородского городского округа Московской области - просила поставить в очередь на получение жилья, а пока предоставить нам с детьми временные квадратные метры как погорельцам. Все-таки трое детей, сын - инвалид с паллиативным статусом, нас курирует хоспис. Мне отказывают: мол, нет свободного жилья», - объясняет Александра.

Ее боевые братья записали несколько видео с фронта в адрес главы Богородского округа Игоря Сухина. Бойцы напоминают о заслугах добровольца Ломовой перед государством и просят представителей власти помочь ей как многодетной маме.

Сама Александра обратилась к губернатору Московской области Андрею Воробьеву: «Уважаемый Андрей Юрьевич! Я являюсь добровольцем Донбасса, прошу помочь в моей ситуации... Если не город Ногинск, то моя страна

точно оценит мои заслуги».

Ситуацию для «МН» прокомментировал адвокат Геннадий Кузьмин:

- В Жилищном кодексе РФ прописан порядок предоставления жилых помещений маневренного фонда в том случае, когда единственное жилье стало непригодным в результате чрезвычайных обстоятельств. Пожар относится к таким обстоятельствам.

У Александры и ее троих детей иного жилья нет. Более того, она воспитывает детей одна, это тоже имеет значение. В Московской области таким людям либо предоставляется жилье и заключается договор социального найма, либо дают субсидию на приобретение или строительство жилья.

Есть и такое понятие, как «компенсационная выплата на жилье многодетным семьям». Многодетные семьи имеют право на получение земельного участка под строительство жилья. Александре должно быть предоставлено временное жилье, после чего она с детьми должна быть поставлена в очередь на улучшение жилищных условий.

Обращаться следует в администрацию района по месту проживания. Если отказывают, то в суд, вплоть до Верховного. Закон на ее стороне.

# Зоопарк под Донецком: жизнь под обстрелами

**До этого зоопарка 30 минут езды от Донецка. Тут и лошади, и пони, и олени, и страусы, и медведи, и даже львы с тиграми. Для красоты - деревянные фигуры сказочных персонажей. Этот Ноев ковчег на краю войны - дело рук одного человека. Фермер Геннадий Кряжев создал его еще в девяностые.**

До этого Геннадий был председателем колхоза, потом основал фермерское хозяйство.

- После распада СССР кто-то решил, будто на селе культура не нужна, - рассуждает фермер. - Закрывались Дома культуры, упразднялись детские кружки. На этом разломе бытия у меня и родилась идея зоосада. И культурный досуг, и сфера воспитания.

На территории в несколько десятков гектаров в вольерах разместились десятки видов животных. Дети и взрослые из дальних и ближних мест отдыхали тут душой.

Весной 2014-го жители Донбасса выступили против совершенного в Киеве госпереворота. Кряжев одним из первых вышел в центр Донецка с российским флагом. Позже помо-

гал организовать референдум, по итогам которого была образована Донецкая Народная Республика (ДНР). За это и пострадал.

- Таких, как я, заявившиеся в 2014-м с западных областей Украины националисты избивали или убивали. Однажды пришли и за мной: «Дед, пришло твое время помирать, Россия не поможет». Выволокли на улицу. Последнее, что помню, - выстрелы, - вспоминает фермер.

В него выпустили четыре пули и бросили истекать кровью. Видимо, думали, что и так умрет. А он выжил. Пришел в себя, пополз к дому. Его спасали врачи. Как говорит сам Кряжев, «достали буквально с того света». Из тела извлекли три пули. Четвертая так и осталась внутри.



Собачка Тося из зоопарка переезжает в новый дом в Москву

Вот уже 10 лет его зоопарк - объект для обстрелов ВСУ. Хотя разве зверинец - это военный объект?

Снаряды попадали прямо в вольеры, калеча и убивая животных. Кряжев сглатывает слезы, рассказывая о тех, кого потерял: три оленя, ослица, два белых страуса... Часть зоопарка с некоторых пор стала соба-



ФОТО В. КАТАЕВОЙ

чьей. Жучек и шариков везут Кряжеву с фронтовых территорий. Кто-то из беженцев забирает питомцев с собой, а кто-то бросает. Брошенок волонтеры везут Кряжеву. А у него при взгляде на перепуганных чумазых болонок и пуделей не хватает духа отказать. Так и остаются. Кого-то удается пристроить в добрые руки. Например, джек-рассел Тося обрела дом у журналиста «МН».

Геннадий Борисович говорит, что сейчас зоопарк нужен людям даже больше, чем в лихие девяностые. Приезжают семьи с детьми с обстреливаемых территорий, заглядывают бойцы в свои редкие выходные. Здесь их лица светлеют. Фермер называет это «терапией любовью».

У него несколько коробок благодарственных писем от различных структур и ведомств: за помощь в воспитании молодого поколения, за психологическую реабилитацию детей-сирот и так далее. Но одними грамотами, увы, не решишь повседневных проблем, а их немало. Раньше зоопарк кормило собственное фермерское хозяйство. А сейчас коров держать невыгодно: по достойной цене ни молоко, ни мясо не сдать. Разве что отдавать перекупщикам за копейки. Труд фермера превратился уже не в бесплатный, а в минусовый.

Да и помощников на селе в этих краях не сыщешь. Мужчины воюют. Так что Кряжев надеется только на свои силы, поддержку семьи и волонтеров. Неравнодушные люди помогают зоопарку кормами, лекарствами, иногда рублем. Как-то позвонили коллеги - владельцы крупного российского зоопарка. Сделали предложение: а давайте мы ваших животных к себе заберем. Геннадий Борисович ответил, что не готов «отдать своих детей и дело всей жизни».

Он их так и зовет, когда приходит кормить: «Дети! Дети!» И питомцы тыкаются мордочками ему в руки.

Подготовила Виктория Катаева



Тут выяснилось, что нам надоело готовить и мы все чаще заказываем завтрак, обед и ужин на дом. За год рынок готовой еды вырос на 30% - до триллиона рублей!

Что с нами не так? Почему вместо кухонной плиты у нас теперь мобильное приложение, вместо кастрюли - пластиковый контейнер, вместо повара - номер заказа? Почему фраза «я сама приготовлю» все чаще звучит как экстремальное хобби?

### Лень и чайник вскипятить

Готовая еда, которую раньше заказывали «когда некогда», перестала быть запасным вариантом - она стала нормой. По сообщениям аналитического агентства Data Insight, рынок готовой еды в России с начала года вырос на 30 с лишним процентов и в денежном выражении исчисляется суммой в 1 трлн рублей.

Согласно отчету «СберЛогистики», выручка одной только онлайн-доставки составила почти 287 млрд рублей за 9 месяцев. Рост - 38%. Становится понятно: мы заказываем все больше и - все дороже.

Как получилось, что плита, вокруг которой крутился чуть ли не весь быт многих поколений наших соотечественников, превращается в бесполезный артефакт?

Свежий опрос социологов «Ромир» показал, что особенно активно (62%) услугой пользуется одинокая молодежь до 35 лет, заказывая готовую еду 3-5 раз в неделю. Причем для каждого второго из этой группы доставка - способ избежать рутины (похода в магазин, терзаний по поводу будущего блюда, выбора продуктов и проч.). Почти половина опрошенных признается, что им «даже чайник греть лень». Когда хочется есть, «проще вызвать курьера».

# НА ВСЕМ ГОТОВЕНЬКОМ



А вот для семей с детьми готовая еда - это уже не про лень, а про выживание! 71% молодых родителей считают, что доставка экономит время и нервы, даже если не экономит деньги. После восьми часов на работе, двух часов в пробке и времени, проведенного с ребенком, доставщик с котлетой и гарниром, с пиццей или роллами позволяет сделать паузу и выдохнуть перед следующим безумным днем.

Ритм жизни ускоряется, рабочий день растягивается, умение готовить уходит в прошлое, уступая место навыкам заказа через приложение, - объясняет культуролог Екатерина Макова. - Пандемия ускорила этот сдвиг. Привычка получать еду «до двери» уже закрепились среди горожан. Для многих готовка превращается чуть ли не в подвиг. Для молодого поколения кухня перестала быть сферой домашнего уюта. Она превратилась в зону повышенной ответственности.

Производители стараются выжать из ситуации максимум выгоды. Количество доставщиков еды, по данным «СберЛогистики», за год выросло на четверть. Классический зам-

кнутый круг: чем чаще ешь готовую еду, тем больше кажется, что так удобнее. Нажимаешь в приложении «Оформить» и усаживаешься листать соцсети в ожидании курьера. Потом даже посуду мыть не придется - она же одноразовая!

Некоторые эксперты, в том числе Торгово-промышленной палаты РФ, утверждают, что покупка готовой еды экономит не

### Покупной обед вышел дороже домашней версии в 6 раз.

только время, но и деньги. Мол, даже на воду для мытья посуды тратиться не придется. Со всех сторон, в общем, выгодно. А не кажется ли вам, что выгодоприобретателями здесь выступают в первую очередь не потребители, а ретейлеры, производители и те, кто продвигает эту бизнес-повестку? Нам хотят внушить, что поглощение готовой еды - это вид рационального выбора. А давайте проверим!

Журналисты «МН» провели небольшой кулинарно-финансовый эксперимент. Мы составили меню обеда, соответствующего стандартам доставки: суп-пюре тыквенный на кури-

ном бульоне с курицей и рагу из кабачков, баклажанов, лука, моркови и помидоров с котлетами из индейки и курицы. Все эти ингредиенты для своего обеда мы купили в самой массовой торговой сети экономкласса, которой пользуются хозяйки от Москвы до самых до окраин.

В пересчете на количество продуктов, которые были нами использованы, 300-граммовая порция супа (а это стандартная расфасовка у продавцов готовой пищи) стоила 32 рубля, а 300-граммовая порция рагу с котлетой - 93 рубля. А теперь сравните: суп-пюре тыквенный с курицей (300 г), например, во «ВкусВилле» стоит в среднем 192 рубля, а овощное рагу с котлетами - от 500 рублей. Даже в «Яндекс.Еде», где часто действуют скидки и акции, аналогичный обед обошелся бы в 375 рублей. Покупной обед в первом случае вышел дороже домашней версии в 6 раз, во втором - в 3 раза. И это без учета «налога на удоб-

ство» (доставка-то не бесплатная), «налога на импульс» (возьму-ка я еще булочку с корицей) и «налога на посуду» (пластик, фольга, одноразовые вилки/ложки, которые тоже имеют цену). Ну и где же экономия?

### Чудо яичницы

Мы не призываем устраивать кулинарные марафоны или стоять у плиты как у алтаря. Но как это - жить, не включая плиту, не нарезая салатик, не чувствуя аромата свежеприготовленного борща?

Готовка - это акт творчества, медитация. Она снижает тревожность, повышает самооценку, особенно у молодых людей, которые привыкли все полу-

чать мгновенно, - уверена психолог Анна Новосельская. - А готовая еда - форма пассивного потребления, при которой человек теряет ощущение контроля над собой и своей жизнью. По моему мнению, отказ от готовки - это не только финансовые, но и культурные потери. Переставая готовить, мы неизбежно снижаем качество еды и теряем традиции, которые скрепляют семью, дарят уют, создают атмосферу заботы.

Мы уж не говорим об опасностях, которые подстерегают любителей «отведать привозного». Достаточно вспомнить прошлогодний скандал с «Кухней на районе», чьи салатики отравились сотни и сотни заказчиков, в том числе в Московском регионе. И это был не первый и, скорее всего, не последний скандал в индустрии готовой еды.

Подчеркнем еще раз: заказывать еду - это нормально. Ненормально - заказывать ее постоянно. Питание «из коробки», как мы видим, не дешевле, не полезнее и уж точно не приятнее, чем из домашней кастрюльки.

Не пора ли назвать вещи своими именами? За модными трендами и мантрами насчет «экономию времени» нередко прячутся хроническое выгорание, банальная лень, тщательно скрываемое неумение готовить и привычка сваливать заботу о себе и своих близких на кого-то другого. Не пора ли просто вскипятить чайник, нарезать лук, поджарить если не котлету, то хотя бы яичницу - и почувствовать, как возвращаются аппетит и ощущение настоящей жизни! Когда мы перестаем готовить, мы теряем вкус к жизни. И его нам не доставят ни «ВкусВилл», ни «Яндекс.Еда». Ни за какие деньги!

Елена Хакимова

С 1 января 2026 года в Нижнем Новгороде заработает новая антикоррупционная мера. Чиновникам будут официально доплачивать за то, что они... не берут взятки.

Такое креативное решение принял недавно губернатор Нижегородской области Глеб Никитин. Формулировка документа выдержана в предельно казенном стиле: «В случае уведомления лицом, замещающим государственную должность, губернатора о подтвердившихся в установленном порядке фактах обращения с целью склонения его к совершению коррупционных правонарушений лицу производится выплата единовременного поощрения в размере 50% одного месячного денежного содержания».

## ЧИНОВНИКАМ ДОПЛАТЯТ ЗА НЕПОДКУПНОСТЬ

Словом, устоял перед соблазном - получи пол-оклада! Тут главное - вовремя сообщить губернатору о факте склонения к коррупционному правонарушению и дожидаться, пока информация не подтвердится «в установленном порядке».

Ну красиво же, скажите! Но народ отчего-то не в восторге. В соцсетях пошли злые шутки о том, что чиновникам теперь придется заполнять в налоговых декларациях новую графу - «Доход от отказа от взятки». А в служебных характеристиках может появиться говоря-

щая о многом фраза: «Склоняли, но он держался». Звучит и ехидное: «А вот интересно, за чей счет банкет?» Ведь за честность чиновников будут премировать из бюджета. Это уж как водится. То есть за счет налогоплательщиков. Но им уже платят за то, чтобы не брали. А теперь еще и премию будут выдавать за выдержку? Как говорится, хорошо устроились.

Впрочем, скептики в успехе начинания сильно сомневаются. Выбор между «премией за честность» и «взяткой, пусть и рискованной, но превышающей оклад раз в десять, очевиден.



К слову, в других странах подобные эксперименты тоже проводились. В Казахстане несколько лет назад существовала программа денежных вознаграждений за сообщения о взятках чиновников. Правда, от нее быстро отказались: поток жалоб стал лавинообразным, на проверки ни сил, ни средств не хватало.

Тем временем средний размер взятки в России уже составил один миллион рублей. Об этом недавно сообщил генпрокурор Александр Гудан. По его словам, удельный вес взяточничества в структуре преступлений коррупционной направленности сегодня достигает 60%.

За год, по данным прокуратуры, в стране зарегистрировано свыше 36 тысяч коррупционных преступлений, к уголовной ответственности привлечено порядка 17 тысяч человек. В 2025 году этот вид противоправной деятельности уже превысил средний показатель за последние пять лет.

Число любителей перепутать «свою личную шерсть с государственной», как выражался незабвенный товарищ Саахов, только пребывает.

Олег Павлов



# ГИПЕРТОНИЧЕСКИЙ КРИЗ

## УДАР, КОТОРЫЙ ТЯЖЕЛО ПРЕДУГАДАТЬ

Сегодня появилась эта потрясающая возможность!

Начать лечение гипертонии современной технологией, которая применялась в кардиологии в одной из крупнейших государственных клиник. И ещё пару лет назад туда было тяжело попасть. Как Вы понимаете, центры такого уровня работают со сложными случаями. Сегодня российские учёные сделали всё, чтобы лечение стало доступным людям. Чтобы его стоимость не была по карману, а действие было сопоставимо с облучением крови в медицинских учреждениях. Так мир увидел современный аппарат надвенного облучения крови — Спектр. Представляете, теперь можно лечить гипертонию и дома. Причём не менее эффективно!

Как? С помощью волн красного света, которые положительным образом походят для лечения сосудистых заболеваний. Волны аппарата Спектр попадают на кожу, но что же происходит дальше? Они частично поглощаются тканями. И тут же запускают в организме сложные биологические процессы. Мельчайшие частицы крови обновляются. И, как по кирпичику, обновляется и оздоравливается весь организм в целом. Благодаря Спектру многие уже обрели свободу от скачков давления и метеозависимости. С аппаратом Спектр организм снова станет надёжной опорой. То, что нужно, гипертоникам!

### КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД АППАРАТА СПЕКТР

Несмотря на такое сложное воздействие, аппарат удобен в применении. Это, как надеть часы или браслет на руку. Далее включить аппарат. На этом всё — аппарат уже начал лечение. И не важно, как он размещен. Удобно надеть, как браслет на руку или направлен непосредственно в источник боли. Он работает одинаково эффективно. Вы думаете, при использовании аппарата Спектр, приходят в норму только свойства крови? НЕТ! Аппаратом Спектр можно лечить целый комплекс заболеваний.

Ведь организм покрыт сетью сосудов и вен. И он будет работать одинаково эффективно по всему организму в любое время. Даже во время привычных дел или отдыха за книгой или перед телевизором.

**Сила боксёрского удара равна примерно 1 000 кг. Это сравнимо разве что с ударом грузовика.**

**В это не хочется верить, но многие могут попасть под такой удар. Причём откуда и не ждали. Из собственного организма!**

**Головная боль. Ощущение пульсации в висках. Одышка. Тошнота или рвота. Мушки в глазах. Жалобы при гипертоническом кризе и сотрясении мозга до пугающего похожи. И оба заболевания могут закончиться плачевно.**

**Как можно спастись от преждевременной смерти?**



При этом в отличие от многих стандартных средств Спектр действует мягко, щадяще. Он постепенно приводит сердечно-сосудистую систему в норму.

И всё это — без химической нагрузки на желудок, резкого и шокирующего действия на сосуды. Аппарат Спектр даёт организму самому понять, как надо работать правильно. Давление может быть в норме. Голова ясная. Спокойное сердце. Вены и сосуды не беспокоить.

Можно достичь такого положительного действия, не тратя при этом целого состояния.

И это — благодаря современному аппарату Спектр!

### СПЕКТР ПОЗАБОТИТСЯ О СЕРДЦЕ

«Наладится кровообращение, голова станет ясной. Но будет ли от этого польза сердцу?» — справедливо спросите Вы. Конечно!

Ведь для сердца гипертония не менее опасна. Сердце — двигатель. И двигатель крови по телу.

Спектр облегчает работу главному сердечному насосу. Никакие тромбы и закупорки артерий могут быть не страшны!

Ведь стенки сосудов восстанавливают свою эластичность. Станут более прочные и чистые. Слово после генеральной уборки. За счёт этого налаживается обмен веществ. Теперь иммунитету можно будет позавидовать. И это — благодаря квантовой терапии аппарата Спектр! Кроме того, Спектр борется с гипертонией, которая вызывает почечную недостаточность. Ведь почки, как и все органы, пронизывает сеть сосудов и капилляров.

Получается, применяя аппарат Спектр, приходят в норму основные качества крови. И всего, что она питает.

Таким образом, можно избавиться от разных бед, которыми изводит гипертония. Разве это не чудо?

### СПЕКТР ПРОТИВ ГИПЕРТОНИИ

Уже после первого курса аппаратом Спектр, давление начнёт приходить в норму.<sup>1</sup>

Кровообращение начнёт восстанавливаться, и ощущаться тот прилив сил, который так жизненно необходим. Посидеть с внуками? Погулять с домашним питомцем? Сходить в магазин?

Теперь под силу будет сделать все запланированные дела.

Это разумное решение, при желании сэкономить, не экономя на здоровье.

Цена на аппарат приятно порадует. Аппарат Спектр создан для того, чтобы люди были здоровы! Его живительный красный свет стимулирует восстановление всех тканей организма. Налаживает обменные процессы.

## Prodex



**УСПЕЙТЕ ЗАКАЗАТЬ:**  
**8 (800) 333-89-85**

**Новогодние подарки уже начинаются!**

Закажите сейчас, а оплатите потом! За это мы подарим вам 3 подарка:

- 1 **БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА\***
- 2 **Персональные консультации специалиста на весь курс лечения**

- 3 **витаминовый комплекс ДИГИДРОКВЕРЦЕТИН**  
БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



**WWW.PRODEX.RU<sup>2</sup>**

**УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ И ГОСТИ ГОРОДА МОСКВЫ,**  
приглашаем вас посетить наш магазин медицинской техники!

**УДОБНОЕ РАСПОЛОЖЕНИЕ. РАБОТАЕМ ПО АДРЕСАМ:**



м. «Пионерская»,  
ул. Малая Филевская, д. 18

м. «Варшавская»,  
ул. Артековская, д. 1А

(ВХОД СО СТОРОНЫ МЕД. АНАЛИЗОВ КДЛ)

**КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА  
СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ:\***

**НОВОСТЬ**

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка АО «Почтой России» или курьером до двери. <sup>1</sup>Результаты могут отличаться. \*Акция действует с 24.12.2025г. по 24.01.2026г. Информацию об организаторе такого мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Оплата при получении. Перевод: продекс, бионормула. <sup>2</sup>ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.



**В Москве продолжается снос уникальных построек, долгие десятилетия придававших ей архитектурное и культурное своеобразие. Недавно прекратил свое существование Дом культуры МИИТа - памятник конструктивизма 1930-х годов. Вот-вот прикажет долго жить дом-школа Матвея Казакова, пережившая войну 1812 года. Градозащитники говорят, что шансов сохранить старую Москву почти не остается.**

# Старую Москву стирают с лица земли



Так сносили Дом культуры МИИТа



Школа Матвея Казакова останется только в истории

Жители Малого Златоустинского переулка с гордостью показывали гостям старое трехэтажное здание школы Матвея Казакова. В 1782 году он купил усадьбу с каменными палатами, большим садом и деревянными хозяйственными строениями, отдав гигантскую по тем временам сумму - 4 тысячи рублей. В новом помещении Казаков разместил свою архитектурную школу. С тех пор этот пятячок старой Москвы считается колыбелью столичного архитектурного образования. Именно здесь решалось, как будет выглядеть город после пожара 1812 года.

## Реконструкция под ноль

Минувшим летом рабочие уничтожили все пристройки, осенью - флигеля XIX века. Дом

Казакова был действительно ветхий. В 90-х годах прошлого века жителей здешних коммуналок отправили по другим адресам, а здание осталось ждать новых хозяев. Сюда хотели поселить спортивное общество «Динамо», но денег на восстановление не нашлось. На этот раз новую сумму выделили, но не на реставрацию, а на реконструкцию. А это принципиальная разница! При реконструкции можно полностью поменять внешний вид объекта. Так не раз уже бывало.

В 2017 году некая компания взялась реконструировать дом Прошиных на 1-й Тверской-Ямской. Здание 1905 года постройки, московский модерн с уникальным узором на фасаде. Застройщик пообещал при реконструкции сохранить исторический фа-

сад. Стройку быстренько завесили сеткой и как будто случайно «уронили» стену. Осталась груда кирпичей. Компания отделалась небольшим штрафом и продолжила «реконструкцию». То, что в итоге получилось, меньше всего напоминает старое здание.

Дом Казакова ждет то же самое, к гадалке не ходи. Когда строители начали сносить стены, стало ясно: от памятника старины ничего не останется.

Еще одна московская утрата - комплекс зданий в районе Марьино Роцца: в 1931 году здесь было построено общежитие Московского института инженеров транспорта и Дом культуры этого вуза. Постройки возводились по единому замыслу, были крепкими и надежными.

«Дом культуры, скромный снаружи, на самом

деле напоминал дворец. Широкие коридоры, залы с бархатными сиденьями, просторные комнаты для занятий: в небольшом, казалось бы, пространстве архитекторы умудрились вместить все необходимое. На совете работали! Сцена ДК помнит Владимира Высоцкого, Леонида Утесова, Аркадия Райкина, Мстислава Ростроповича», - говорит выпускник МИИТ, профессор Игорь Столяров. Строили в те годы на века. Но к началу декабря 2025 года от него не осталось даже стен...

## Без права на защиту

Нынешние законы в области сохранения культурного наследия не оставляют никаких шансов не только группам активистов, но даже профессионалам. Общественная

организация «Архнадзор» в попытках отстоять историческую часть города проигрывает почти все значимые суды.

Последнее слушание прошло в начале декабря. Речь шла о принятых год назад поправках к закону, согласно которым из списка выявленных объектов культурного наследия Москвы должны были исключить все здания, которые не успеют пройти историко-культурную экспертизу до 1 июля 2025 года. «Мир новостей» писал об этом.

Когда время подошло, экспертиза оказалась незаконченной. Без нужных документов остались 1500 зданий. Одним - три-четыре века, другие совсем «молоденькие» - не старше 150 лет. Теперь в Сокольниках пойдут под снос маленькие деревянные домики - дачи столичной аристократии, построенные век назад. В Лефортове окажутся уничтоженными таинственные постройки района, в которых в 30-е годы находилась легендарная разведшкола - та самая, где училась диверсионному делу Зоя Космодемьянская. Дворянские особняки, башни Крутицкого подворья, квартал Хитровка в Басманном районе - все они оказались без права на защиту государства.

«Создана огромная «красная зона». Это зона риска. Одно дело - когда застройщик покупает дом с обременением, другое дело - без него», - говорит координатор «Архнадзора» Рустам Рахматуллин.

## Жаловаться некому

«Архнадзор» подал иск к мэру Москвы и Мосгордуме с требованием отменить этот противоре-

тивный закон. Мосгорсуд в удовлетворении жалобы отказал. Общественники оформили апелляцию, но 7 декабря проиграла и это слушание. Жаловаться теперь некому и некуда. Лидер этого движения и по совместительству член Совета по правам человека Константин Михайлов признался, что последний раз выступал на заседании совета аж в 2021 году. «Все очередь до меня не доходит», - сказал он журналистам.

А были времена, когда Михайлов рассказывал Владимиру Путину о многолетней битве за арбатский особняк купца Булошниковой редкой треугольной формы. Его мэрия тоже собиралась уничтожить, но после выступления лидера «Архнадзора» на СПЧ столичные чиновники дали заднюю. Спасенным особняком можно любоваться и сегодня - он находится напротив Театра имени Маяковского.

Рахматуллин назвал взаимодействие градозащитников с Москомархитектурой, которая и принимала решения по сохранению памятников, «печальным до безнадежности». Недавно стало известно, что эту структуру вообще объединили с Департаментом градостроительной политики Москвы. Принятие решений по старинным зданиям, судя по всему, теперь будет проходить без заминки.

«Главное - чтобы перестали сносить шедевры, отдавать их земли под застройку своим девелоперам и бюро», - надеется на лучшее искусствовед Ксения Коробейникова.

Вот и нам остается только надеяться...

**Наталья Пуртова**

Давайте согласимся: судиться с работодателем решаются лишь самые отчаянные. Совершенно ясно, что в 9 из 10 случаев победивший работник в том же коллективе не останется: как работать там, где тебя в упор видеть не хотят? Остается, громко хлопнув дверью, получить за уход хорошую материальную компенсацию. Предполагается, что теперь сделать это будет легче.

Государственными адвокатами неофициально называют юристов, которых обычно привлекают органы следствия или суда по делам, где защитник обязателен, например при обвинении в тяжком преступлении. При этом фигурант не может самостоятельно такого защитника обеспечить. Ну нет у него денег на адвоката.

Тогда приглашают специалистов, работу которых оплачивают из госбюджета. Информация

# Судиться с работодателем поможет бесплатный адвокат

**Госдума приняла закон о праве россиян на бесплатную юридическую помощь в случае трудового спора с работодателем. Госзащитники будут не только помогать оформлять нужные документы, но и выступать в суде на стороне истца.**

о них выложена на сайте Минюста и на сайтах адвокатских палат. С нового года такие юристы смогут участвовать и в трудовых спорах. И не важно, идет ли речь о частных компаниях либо о госструктурах. Конфликты по поводу увольнений, оплаты труда, переработок и отпусков возникают сплошь и рядом. И хорошо бы иметь под рукой знающего юриста. Но практика показывает, что оплата услуг адвоката часто обходится дороже, чем сам выигрыш.

В профессиональной среде к нововведению относятся скептически. Насколько квалифицированной будет такая помощь? Среди адвокатов, конечно, немало желающих получить пусть небольшую, но гарантированную зарплату от государства. Но стоит ли ожидать качественной работы от тех, кто явно не перегружен контрактами и готов вписаться в трудовой спор за скромный гонорар? Хорошие-то адвокаты нарахват!

Адвокат Иван Морохин уверен, что «те, кто думает, что государственная система бесплатной юридической помощи нужна, ошибаются только в том, кому именно она нужна. Отнюдь не гражданам, а самому государству - для создания видимости такой защиты прав людей. Это очень удобно всем кроме самого обычного участника, участие которого можно считать фактически предпрешенной с того момента, как он соглашается на участие в его деле бесплатного адвоката».

Морохин считает: пока существует система бесплатных назначенцев, пока граждане не начнут сами выбирать себе адвокатов, средний показатель качества юридической помощи в стране будет оставаться крайне низким. С этим доводом можно было бы согласиться, но житейский опыт подсказывает: для простого человека иметь бесплатного адвоката всяко лучше, чем вовсе без него.

Тем временем эксперты предлагают и другие модели юридической помощи россиянам. Например, продвигается некая страховая модель, схожая с системой ОМС или ОСАГО, когда покрытие расходов гражданина в случае судебной тяжбы происходит из ранее внесенных символических взносов. Но такой вариант на законодательном уровне пока не рассматривается.

**Наталья Владимировна**





# МАУГЛИ СО СМАРТФОНОМ

Популярный блогер недавно выложил в Сеть видео своего скандального опроса среди подростков. Им, болтающимся без дела в торговом центре, он показывал портрет Александра Сергеевича Пушкина и задавал только один вопрос: «Как зовут этого рэпера?» Из нескольких десятков человек классика узнали не больше 5%. Да, вопрос провокационный, а результат можно было и слегка подтасовать. Но! Не опознать Пушкина? Куда дальше-то?



Допустим, блогер ради хайпа свой опрос, мягко говоря, заострил и большинство правильных ответов вынес за кадр. Блогерам, в конце концов, не привыкать - они с этого кормятся. Но не так давно умные дяди из ВЦИОМа задали россиянам четыре вопроса по русской литературе из школьной программы. И получили совершенно обескураживающий результат.

Верно на все четыре - простейшие, как инфузория-туфелька, - вопроса ответили только 10% опрошенных. Лет 30-40 назад они не вызвали бы у подавляющего большинства жителей нашей страны ни малейших затруднений. А в наше время подобные знания ожидаемо выпали из главных элементов, выражаясь языком телекомментаторов, «национального культурного кода».

Первый вопрос звучал так: «Кого убил Чичиков в поэме Гоголя «Мертвые души»?» О том, что Чичиков никого не убивал, знают лишь 16% опрошенных. И если старшее поколение справилось с задачей на пять (шутка) - правильно ответил лишь каждый пятый, - то среди людей моложе 35 лет таковых оказалось всего 8%.

Спасибо, что две трети респондентов не сели в лужу, отвечая на вопрос, героем какого произведения является Наташа Ростова. Конечно, «Войны и мира»! Столько же опрошенных верно назвали стихотворение Лермонтова, которое начинается со слов: «Скажика, дядя, ведь недаром Москва, спаленная пожаром, французам отдана?» Но две трети - так себе результат. У советских школьников «Бородино» от зубов отскакивало. Но то ж у советских...

Совершенно убила социологов доля тех, кто помнит, в каком веке творил Александр Сергеевич Пушкин. Девятнадцатый - тот самый Золотой век русской литературы - назвали всего 45% опрошен-

ных. И скажу вам по секрету: выставили себя здесь полными профанами не только нынешние школьники, но и их родители.

И это уже не шуточки. Это огромная проблема для страны, ее культурного, научного, интеллектуального потенциала. Грустная констатация факта: большинство россиян, в том числе и зрелого возраста, перестали читать длинные тексты, ограничиваясь вывесками, комментариями в Сети, короткими сообщениями в мессенджерах. Тот же процесс идет во всем мире. Но нам-то чего беспокоиться за остальной мир? Нам надо думать о себе. Если уж современные взрослые почти не помнят классики и классиков, то что взять с молодежи, утонувшей в компах и смартфонах.

**Совершенно убила социологов доля тех, кто помнит, в каком веке творил Александр Сергеевич Пушкин. Девятнадцатый - тот самый Золотой век русской литературы - назвали всего 45% опрошенных.**

Как нам дальше вести диалог между поколениями, да и друг с другом?

Одни эксперты, как, например, заслуженный учитель России, литературовед Лев Соболев, катят бочку на составителей школьной программы: «Школьная программа по литературе во многом построена неверно, из-за чего подростки в 14-15 лет вынуждены изучать очень сложные и максимально неблизкие им книги... Сейчас ошибочно считается, что завершивший школу человек должен знать «Евгения Онегина». Однако это скорее исключение из правил - как понимание живописи или классической музыки. В необходимый минимум сведений грамотного человека это не входит». Вон оно как! «Онегин» - энциклопедия русской жизни, по оценке Белинского, - в минимум не входит. Оттого

и Пушкинский век, похоже, ассоциируется с глубоким Средневековьем.

Стало быть, нынешним школярам не нужна куча сложных и непонятных им произведений. А что нужно? Оказывается, по Льву Соболеву, гораздо утешительнее было бы читать с учащимися 8-9-х классов рассказы современных авторов. Потому что «современному человеку нет дела до Обломова или Чацкого».

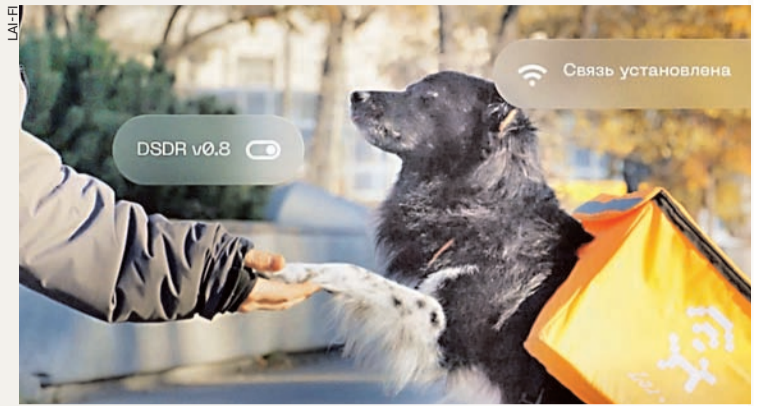
Но есть и другая точка зрения. Она принадлежит последователям традиционной школы, которые пока составляют большинство педагогического сообщества. В двух словах этот подход заключается в проблеме «необходимого культурного насилия». Если ребенка не заставлять чистить зубы, учиться считать, писать и читать, в том числе и сложную литературу (ему это в лом, он этому активно сопротивляется), то на выходе мы получим Маугли со смартфоном.

Государству пора бы не на словах, а на деле поддерживать не только книгоиздание, но и печатные СМИ, чтобы читающие люди без серьезного ущерба для кошелька могли купить хорошую книгу или интересную газету. Но пока мы видим только рост цен на печатную продукцию. Кусачие ценники отучают от чтения даже тех, кто еще недавно без этого не мог себя представить!

Не зря президент Союза предприятий печатной индустрии Алексей Иванов отметил говорящую саму за себя тенденцию: доверие к печатным СМИ на фоне разочарования в блогерах и ТГ-каналах растет.

А как не разочароваться, когда «гуру интернета» нагло врут и запутывают пользователей ради монетизации своей безграмотности и некомпетентности?

Евгений Малякин



## Бездомные собаки раздают... Wi-Fi

Необычный способ привлечь внимание к проблеме бездомных животных нашли в Екатеринбурге. Там прошел месячник под названием «Лай-фай». Несколько уличных псов снабдили роутерами, которые раздавали бесплатный мобильный интернет всем, кто готов был пообщаться с животным на коротке.

Задумка реализована в рамках фестиваля уличного искусства «Стенография» командой творческой молодежи, зоозащитников и местного оператора связи. Такой вот социальный эксперимент.

Идея проста: собаки с соответствующим оборудованием в ярких рюкзаках на спинах (вес роутера - 500 граммов) гуляли по улицам под присмотром зоovolонтеров. Любой прохожий, заметив такого четвероногого, мог познакомиться с хвостатым, угостить его лакомством, а заодно получить бесплатный доступ к Сети.

По словам руководителя фестиваля Анны Клец, этот проект показывает: в век цифровых технологий можно использовать инновационные методы не только для развлечения, но и для общественной пользы.

Все собаки стерилизованы. Оборудование, по словам организаторов, несколько не мешало обыч-

ной жизни хвостатых. Проект был направлен на то, чтобы горожане перестали бояться и гнать бездомных собак, а наоборот, начали искать с ними контакт. Для тех, кто в результате такого общения решился бы взять пса из приюта, прилагался приятный бонус - бесплатный домашний интернет в течение года.

Кстати, за последние пять лет в Екатеринбурге благодаря стерилизации и оборудованию приютов значительно сократилось количество бездомных собак. За год число заявок на их отлов уменьшилось на четверть. Однако эта проблема в городе все еще актуальна: в приютах живут десятки псов.

Инновационные методы помощи уличным животным пробуют применять и в других регионах. Например, в Казани используют ИИ-технологии для контроля и ухода за бездомными собаками.

Нина Белова

27-28  
ДЕКАБРЯ

ГАРАЖ  
ВИНТАЖ  
МАРКЕТ

ВИНТАЖ • МОДА • СКИДКИ • МАРКЕТ

Хлебозавод, Бойлерная  
Новодмитровская ул., 1, стр. 17

Реклама 6+



# Топ-5 самых аномальных зим в столице

Зима-2026 в Московском регионе, судя по прогнозам синоптиков, обещает быть классической: снег, сугробы, минус за окном, но в среднем градуса на два-три теплее нормы, с привычными качелями от морозца до оттепелей. Правда, долговременные прогнозы мало чем отличаются от гадания на кофейной гуще, а значит, климатические сюрпризы исключать нельзя. Такое не раз бывало, особенно в XXI веке. Судите сами.

## Самая холодная



Абсолютное «дно», которого достигли московские термометры за все время наблюдений, было зафиксировано 17 января 1940 года. Температура в столице упала до минус 42 градусов. В ту зиму она неделями не поднималась выше минус 35. «Вышел из подъезда - ресницы сразу в корку льда, шарф примерзает к воротнику, а дед в валенках ворчит: «Минус сорок - это когда борода звенит», - вспоминают ту зиму старики. В домах круглосуточно кипели чайники - не столько ради чая, сколько ради хоть какого-то тепла. В городе напрочь вымерзли многие виды деревьев.



## Самая ледяная

Декабрьский ледяной дождь 2010 года стал для Московского региона настоящим бедствием. Оттепель, а затем резкое похолодание с осадками сделали так, что город проснулся под массовый хруст под ногами. Деревья стояли словно хрустальные. Но многие не устояли: за сутки в городе сломалось или упало около двух тысяч деревьев. Стекловидный лед толщиной в несколько сантиметров рушил линии электропередачи. В Подмоскovie начались перебои с электроснабжением. Тысячи домохозяйств не на один день лишились централизованного света и тепла. В аэропортах отменили десятки рейсов.

Москва походила на сплошной каток. Пешеходы передвигались маленькими шажками, нередко держась за заборы и стены домов. Коммунальные службы работали в круглосуточном режиме, рассыпая реагенты. Общий ущерб был оценен в миллиард с лишним рублей.

## Самая снежная

В сезоне 2023/2024 высота снежного покрова в Москве достигала 64-67 сантиметров, побив все старые рекорды. Город превратился в полигон для коммунальной техники. Проблему усугублял острый дефицит дворников, так как «незаменимые специалисты» предпочли пересидеть трудные времена в родных теплых краях или переqualificироваться в доставщики. Не всем удавалось сразу открыть дверь подъезда поутру - так наметало за ночь. Соцсети наполнились фотографиями машин, которые «нашли по торчащему из сугроба зеркалу». Собранный с улиц снег не успевали отвозить на плавильные пункты, грязные снежные пирамиды долго высились по обочинам.



## Самая теплая

Рекордно теплый сезон пришелся на зиму 2019-2020 годов. Погода в Москве три месяца держала устойчивый плюс. Средний показатель в итоге - около плюс 1 градуса. Это превышало норму на 7-8 градусов. Хотя за две недели до Нового года синоптики с уверенностью говорили о начале климатической зимы, то есть о наступающих холодах и сугробах. Ну-ну! Москвичи и в феврале дивились зеленым лужайкам и легким демисезонным курточкам прохожих: погода - как в апреле! Любители матушки-зимы искали спасения на горнолыжных курортах и в северных турах.



## Самая сухая

Зима 2019-2020 годов больше напоминала позднюю сухую осень. Нечто похожее случалось в середине XX века. В столичном регионе за холодный период выпало не более трети зимней нормы осадков. Настоящий антирекорд! Снег шел в среднем три-четыре раза за месяц, образуя слой сантиметра два толщиной. И хотя те же синоптики советовали привыкать к теплым сухим зимам, еще год назад температура на Новый год опускалась до минус 15, город был в сугробах, а столичные водоемы стояли скованными льдом. Подмосковные базы отдыха включали снежные пушки для формирования лыжни. Рождественские ярмарки украшали привозным белым «декором». Дети спрашивали у родителей: «А когда снег будет?» Приходилось утешать: скоро, дескать, Дед Мороз просто задержался в дороге.



## Баба-яга зарабатывает больше Деда Мороза

Новогодние праздники - это не только возможность как следует отдохнуть и развлечься, но и неплохо заработать. Причем должностями Деда Мороза и Снегурочки праздничный набор вакансий не исчерпывается. АО «Сочи Парк» недавно открыло вакансию Бабы-яги с зарплатой 250 тысяч рублей в месяц.

О том, что ему требуется Баба-яга, «Сочи Парк» официально сообщило в своем TG-канале. Кроме очень хорошей зарплаты, соискателям обещают временное жилье - «избушку на куриных ножках». Правда, за такие «пряники» придется потрудиться. Исполняющей обязанности Бабы-яги нужно будет поддерживать «сказочный беспорядок в избушке, пугать гостей на аттракционах и держать в узде Змея Горыныча» - он же ведь «огнедышащий». Кроме того, главной ведьме русских сказок нужно будет контролировать штат своих помощников и следить за ключевыми показателями эффективности их работы. В подмастерья же к Бабе-яге определили Коцея Бессмертного, Лешего и Кикимору.

Но и это еще не все. Костяной Ноге придется вести тематический TG-канал и толково отвечать на вопросы гостей, в том числе самый частый: «А вы настоящая?»

Тем временем аналитики одного из онлайн-сервисов по поиску работы и персонала выяснили, сколько же готовы платить в этом сезоне традиционным персонажам - Деду Морозу и Снегурочке. Оказалось, что услуги доброго волшебника, пусть даже высшей квалификации, ценятся куда ниже труднейшей волшебницы злой, колдующей в «Сочи Парке». Но все равно заработок приличный. Так, доходы Деда Мороза в Москве и ближайших окрестностях могут достигать 185 тысяч рублей в месяц, а его внучки Снегурочки - 180 тысяч.

Такие гонорары делают эту сезонную работу весьма привлекательной для студентов и людей творческих, которые ищут удобную подработку к основной занятости. Так, ведущие корпоративов и актеры новогодних шоу могут рассчитывать в среднем на 74 тысячи рублей в месяц. А упаковщикам подарков сулят почти вдвое больше - до 130 тысяч. К Новому году число временных вакансий, связанных с зимними праздниками, резко увеличивается. Так что есть смысл полистать списки объявлений на бесплатных интернет-порталах.

Нина Белова



• Коротко и ясно

## Расширенное медпокрытие

Китай обновил госкаталог медстрахования. Теперь в списке 3253 наименования, из которых 114 препаратов, включая 50 инновационных, добавлены в декабре. Также впервые создан каталог из 19 инновационных лекарств для коммерческого страхования (онкология, редкие болезни, болезнь Альцгеймера).

## Плавающая ферма

Для людей, работающих в отдаленных местах (в открытом море или в глубоководных и полярных регионах), ограниченный доступ к свежим овощам долгое время являлся одной из главных проблем, но отныне все изменилось: они смогут наслаждаться собственной продукцией благодаря интеллектуальному культивационному комплексу, разработанному Китайской государственной судостроительной корпорацией (CSSC) для применения на судах. На плавающих «умных фермах» круглый год можно выращивать съедобные грибы, овощи и фрукты.

*Ольга Якивец  
(По материалам Синьхуа)*

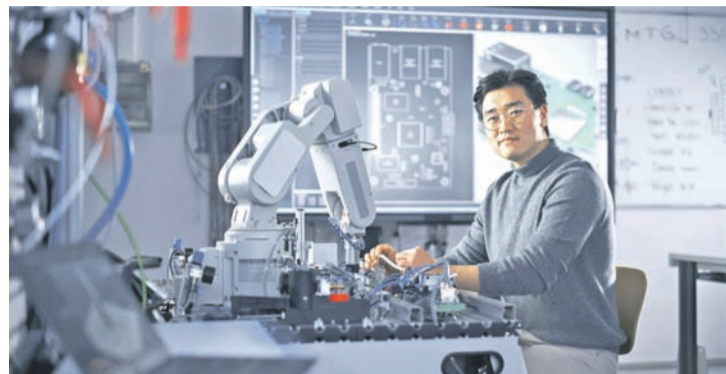
• Главное

## Утечка мозгов наоборот

**Поднебесная возвращает гениев: как работает Национальная программа привлечения талантов высокого уровня и почему о ней говорят в мире.**

Лет 20 назад КНР страдала от утечки мозгов: лучшие выпускники Пекинского университета и Университета Цинхуа уезжали в США или Европу, где оставались работать. В 2008 году Китай запустил программу по возвращению ученых, инженеров и предпринимателей мирового уровня. Инициатива, курируемая лично Си Цзиньпином, направлена на создание «превосходных условий для привлечения талантов».

Суть программы - масштабная поддержка: гранты до 3 млн юаней (410 тыс. долларов) на лаборатории, жилье в престижных районах, места в школах для детей, помощь в трудоустройстве супругов и административное сопровождение. Для исследователя, привыкшего к жесткой конкуренции за гранты в Гарварде или Стэнфорде, это шанс реализовать проекты без бюрократических барьеров. Часто ученому предоставляют собственную кафедру



или институт с правом формировать команду.

Программа управляется Коммунистической партией Китая: партийные структуры контролируют отбор и распределение талантов по университетам. Создана сеть «магнитных центров» - исследовательских парков, технополисов и ведущих вузов. Цель - не просто догнать Запад, а сформировать независимую научную экосистему со своими стандартами и инновационными сетями.

Сотни ученых уже вернулись. Профессор Лю Цзяньхуэй (бывший MIT) возглавляет Центр передовых материалов в Университете Цинхуа. Физик Чжан Юйхуа (ЦЕРН) руководит проектом по сверхпроводящим ускорителям в Хуачжунском уни-

верситете науки и технологий. Бывший профессор Стэнфорда Чжан Сяофан создал центр нейротехнологий в Пекинском университете. Архитектор чипов Intel Су Фэй стал профессором Университета Цинхуа, биоинформатик Ван Линь строит институт в Шанхае. В SUSTech (Шэньчжэнь) более половины преподавателей имеют зарубежные степени, треть участники Нацпрограммы привлечения талантов.

Официальный Пекин называет таких специалистов «хайгуэй» - «морские черепахи», возвращающиеся из-за рубежа. Они приносят не только опыт, но и патенты, международные связи и научные сети. Результаты впечатляют: Китай за десятилетие поднялся с 3-го на 1-е место по числу публикаций и цити-

руваний. По данным Nature, китайские вузы теперь публикуют больше статей по физике и материаловедению, чем США. Исследования Physics World показывают, что «хайгуэй» публикуют на 25-30% больше работ, чем коллеги за рубежом. Их вклад укрепил прикладную науку: в Пекине, Шэньчжэне и Ханчжоу возникли кластеры стартапов в сфере ИИ и квантовых вычислений.

На Западе программу оценивают неоднозначно. Одни видят в ней закономерную конкуренцию за умы, другие - угрозу утечки технологий. США ограничили визы для китайских исследователей и запустили «Китайскую инициативу». Однако КНР играет по тем же правилам: инвестирует в людей. Если раньше магнитом для талантов был Запад, то теперь все чаще - Пекин и Шэньчжэнь. Китай не просто возвращает гениев - он создает систему, где они остаются и воспитывают новых.

Си Цзиньпин называет технологическую независимость «вопросом выживания нации», а таланты - стратегическим ресурсом. Судя по темпам обратной утечки мозгов, Пекин использует этот ресурс максимально эффективно, превратив его в опору «великого возрождения Китая».

*Сергей Вдовин*

• Цифры и факты

## Работа без авралов, но с эффектом

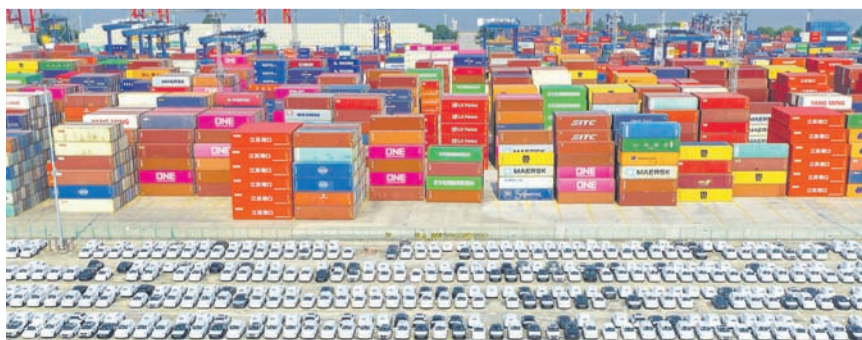
Экономика Китая сегодня предсказуемая, плановая, связанная и все чаще цифровая.

За 11 месяцев этого года, по данным Синьхуа, Государственная налоговая администрация собрала 29 трлн юаней (около 4,1 трлн долларов). И при этом государство активно снижает налоговую нагрузку! Только за 10 месяцев оно направило 2,37 трлн юаней в виде льгот и возвратов и в ответ получило реальный спрос: продажи бытовой техники выросли на 26,5% (когда оказывается поддержка программы обмена старого на новое, народ охотно меняет пылесос восьмилетней давности на умного робота), в «лабораториях будущего» кипит работа (высокотехнологичные отрасли прибавили 14,7%, а закупки цифровых решений - 10,2%) и даже традиционные заводы начали инвестировать в роботов и ПО (расходы на автоматизацию выросли почти на 10%). Цифровизация вообще широко шагает по стране: траты на цифровое оборудование увеличи-

лись на 7,6%, на автоматизацию - на 9,3%.

Экспорт тоже держится крепко: несмотря на глобальные турбулентности, налоговые возвраты выросли на 6,8%, и это явное свидетельство того, что китайские предприятия не просто экспортируют, а адаптируются и конкурируют.

Внутри страны тем временем стираются границы. Уже 41,1% от всех продаж - межпровинциальные. Более 50% компаний торгуют за пределами своего региона: число провинций с ростом такой торговли выросло с 19 до 27. То есть почти вся Поднебесная представляет собой единый экономический организм.



Как передает агентство «Синьхуа» со ссылкой на заместителя главы Государственной налоговой администрации Цай Цзыли, с января по ноябрь 2025 года доходы от производства ветровой и солнечной энергетики выросли на 35,7% в годовом выражении, в то время как выручка от тепловой энергетики снизилась на 7,2%.

Налоговые данные, констатирует Синьхуа, «иллюстрируют устойчивость и жизнеспособность китайской экономики», а цифры говорят сами за себя: невзирая ни на что, Китай продолжает строить экономику, в которой рост - не волна, а протяженные и подключенные ко всем регионам страны устойчивые рельсы.

*Глеб Старцев*

• Формула успеха

## Математический фурор: шесть из шести

Российские школьники подтвердили класс на Китайской национальной олимпиаде по математике в Тайюане.

Шесть участников сборной вернулись с медалями - две золотые, три серебряные и одна бронзовая. Умников и умниц отобрали из Москвы, Татарстана, Челябинска и Московской области. Команду возглавлял профессор СПбГУ Федор Петров.

Для юных математиков это важный международный опыт и проверка сил в интеллектуальной дуэли с одной из сильнейших школ мира, а участие в олимпиаде в Тайюане стало тренировкой перед 67-й Международной математической олимпиадой, которая пройдет в Шанхае в июле 2026 года.

Победы россиян в Китае - еще и знак крепнущего образовательного взаимодействия между нашими странами: командные состязания и совместные тренинги помогают раскрыть таланты и китайских, и российских школьников. Но уже можно сказать, что для наших умников и умниц открылись новые горизонты и будущие научные карьеры, где их знания пригодятся для сложных задач.

*Вера Сергеева*



## • География грусти

**Поплачь, легче станет**

**В условиях растущего стресса и уско-ряющейся городской жизни молодежь Китая находит неожиданные решения - публичный плач в символических местах.**

Запретный город, психиатрические клиники, набережные, суды, кладбища, больницы, зоопарки, стадионы, кинотеатры и аэропорты все чаще становятся «площадками чувств».

Согласно данным за 2024 год Китайского общества психиатрии, 24,6% молодых людей в возрасте 18-35 лет имеют признаки тревожных расстройств, а 17,5% - депрессии. При этом лишь 11% из них обращаются за профессиональной помощью, предпочитая неформальные способы эмоциональной разгрузки, в том числе такие, как плач в публичных пространствах.

Запрос на эмоциональное здоровье не остается незамеченным китайскими властями. Они, как можно узнать из сообщений Синьхуа, активно расширяют доступ к психологической поддержке: в университетах можно получить бесплатные консультации, а на предприятиях появляются программы по профилактике выгорания. Параллельно, рассказывает Синьхуа, растет интерес к альтернативным формам самопомощи (групповая медитация в парках, арт-терапия на воздухе, музыкальные сессии в библиотеках), которые сочетают социальную вовлеченность и личное восстановление.

В Поднебесной признают, что плакать означает не слабость, а акт сопротивления эмоциональному выгоранию, и если для одних катарсис наступает у стен древних дворцов, а для других - в шумном аэропорту, то это говорит о том, что молодое поколение по-новому осмысливает границы личного и общественного, превращая городское пространство в поле для эмоциональной честности.

Ольга Якивец

## • Параллели

**Между нами нет презраг!**

АГЕНТСТВО «МОСКВА»-П. ТИХОНОВА

**Как Китай встретил новость о свободном въезде в Россию.**

С 1 декабря российско-китайские границы открылись шире: граждане КНР могут въезжать в РФ без виз на срок до 30 дней (максимум 90 дней за полгода). Режим взаимный, действует до 14 сентября 2026 года. «Это важный шаг в развитии стратегического партнерства», - подчеркивает агентство «Синьхуа».

Новость о подписании Владимиром Путиным указа об отмене виз для граждан КНР вызвала бум в местных соцсетях и на туристических платформах. Уже в первые часы #РоссияБезВизы собрал более 2 млн просмотров. «Бронирую билеты в Казань - хочу увидеть Кремль, попробовать эчпочмак и сфоткаться у «Чаш», - делится 28-летняя Ли Вэй из Харбина.

Туристические компании подтверждают всплеск интереса: за неделю запросы на поездки в Россию выросли в 4 раза. «Клиенты все чаще выбирают не только столицы, но и провинцию - «Золотое кольцо», Байкал, Приамурье», - рассказывает Екатерина Лу из

агентства «Восточный Маршрут». На платформе TongCheng Travel число поисковых запросов о России удвоилось в первые полчаса после публикации решения российских властей, а на Fliggy бронирования гостиниц в РФ выросли на 40%. Наиболее активны жители Пекина, Шанхая, Гуанчжоу, Чэнду и, конечно, приграничного Харбина.

Особенно примечательна смена аудитории: если раньше среди туристов было больше представителей старшего поколения, то теперь, пишет Синьхуа, молодые клиенты

стали самой быстрорастущей группой. Причины - простота въезда, доступные цены и экзотика. Молодежь не смущают 12 часов полета ради полярного сияния в Мурманске, Петрозаводске или Нарьян-Маре, которые все чаще рассматриваются как бюджетная, но не менее эффективная альтернатива северным столицам Европы, куда требуется шенгенская виза.

Российские регионы вовсю готовятся к наплыву гостей из Поднебесной. Камчатка, например, презентовала программу «8 северных драконов» - восьмидневный тур с джип-сафари, восхождениями на вулканы, морскими прогулками и участием в обрядах коренных народов. Федеральные показатели тоже обнадеживают: в 2024 году Китай занял второе место после Казахстана по въездному турпотоку в РФ - 1,2 млн человек (лидер - Казахстан: 2,1 млн). Эксперты Минэкономразвития ожидают роста на 30-40% к 2026 году, если инфраструктура и сервис сумеют идти в ногу со спросом.

Андрей Бородин

**Комментарий «ЗК»**

Россия может удивить китайцев простой... булочкой с маком. Она станет для туристов из Поднебесной маленькой гастрономической сенсацией. Дело в том, что в КНР мак - экзотика. Там зернышки красного цветка запрещены и в выпечке, и в десертах, и даже на фото. Исторически ограничение уходит в XIX век, когда опиумные поставки обернулись войнами, и вмешательством иностранных держав. С тех пор к «маковому намеку» власти относятся строже, чем к просроченной визе. Российские пекарни могут стать для иностранцев одним из пунктов путевых маршрутов наряду с Красной площадью, Невским проспектом, Байкалом и северным сиянием.



LEGION-MEDIA

**В самом сердце легенды о кунг-фу и дзэн-буддизме - Шаолине - новый настоятель возвращает в монастырь старые правила и порядки.**

Один из старейших храмов провинции Хэнань Шаолинь всегда жил на стыке мифа и реальности. Внешний мир видел в нем храм-легенду, кузницу мастеров кунг-фу, место, где утренний туман будто выдыхает сама история. Оказалось, под поэтической оболочкой кипела вполне земная жизнь с интригами и, как выяснилось, преступлениями. Летом этого года в монастыре пришлось «отправить в отставку» Ши Юнсиня, возглавлявшего храм более двадцати лет и превратившего его в прибыльный бренд. Более того, осенью 2025-го, как сообщило агентство «Синьхуа», народная прокуратура города Синьсян выдала ордер на арест Юнсиня, обвинив того в преступлениях, связанных с присвоением имущества, в растрате средств и получении взяток. Ходили даже слухи, что влиятельный управляющий вел личную жизнь, далекую от монашеских обетов. Делом Юнсиня сейчас занимается Управление общественной безопасности, а Китайская ассоциация буддистов отозвала у него

**Шаолинь: возвращение к священному детоксу**

LEGION-MEDIA

свидетельство ординации, тем самым лишив его статуса монаха.

Летом в Шаолинь пришел новый настоятель - 59-летний Ши Иньлэ. Прежде он около двух десятков лет почти в полной тишине и строгом следовании обетам отработал настоятелем храма Белой Лошади (первый буддийский храм в Китае).

Иньлэ сразу объявил о масштабных реформах - прекращении коммерческой деятельности (сувенирные лавки закрылись, работа интернет-магазинов на паузе), запрете дорогостоящих

ритуалов, приостановке гастролей боевой труппы Шаолиня, возвращении к работе на полях и в собственном сельском хозяйстве. Такая система стала одной из самых обсуждаемых и получила название «буддийские 996» по аналогии с критикуемой в Китае рабочей культурой IT-компаний, где работают с 9 до 9,6 дней в неделю. Но Шаолинь - не про офисную суету, а про духовный путь. Теперь здесь подъем в 4.30, после утренних молитв работа на земле, после обеда - практика боевых искусств и дзэн. Телефонами разрешено пользо-

ваться полчаса в день, развлечения под запретом, из еды - только овощи и тофу раз в неделю. После эпохи «расслабленного монашества», когда можно было заказать доставку любой еды в комнаты для медитаций, а музыку слушать сколько душе угодно, более 30 монахов и сотрудников покинули монастырь. Одни - по-тихому, другие - с возмущением.

Зато реакция общества оказалась теплой. «Уходят те, кто пришел за комфортной жизнью», «Пусть уходят и забирают с собой все нечистое», «Когда видишь, как тяжело работают монахи, понимаешь, что твоя жизнь неплохая», - пишут люди в соцсетях. И действительно впервые за много лет Шаолинь обсуждают не как туристический аттракцион, а как храм, где духовность превыше всего.

Реформы в Шаолине могут привести к временному сокращению доходов, а закрытие магазинов и приостановка выступлений ударят по храмовой экономике, но Иньлэ непреклонен. Он делает ставку на внутреннее и репутационное очищение, а значит, прославленный храм движется к восстановлению неповторимой ауры, которую когда-то создавали в нем мастера монастыря.

Сергей Гришанин

## • Неожиданный ракурс



Совершенно нескретно

Коротко и ясно

# Ответ «Оземпику» из Поднебесной

**Новый препарат «Маздутид» называют главным открытием года в лечении диабета и снижении веса.**

Китайская компания Innovent Biologics объявила о разработке препарата с действующим веществом маздутид (mazdutide), который в исследованиях оказался эффективнее известного семаглутида, продающегося под маркой «Оземпик». Новость стала заметной не только для медицинского сообщества. На фоне растущей распространенности ожирения и диабета у населения Земли подобные разработки приобретают всемирную значимость.

В клиническом испытании, проведенном Innovent Biologics, участвовали 349 человек с диабетом 2-го типа и лишним весом. Результаты показали, что пациенты, получавшие маздутид, теряли в среднем 10% от массы тела. Для сравнения: у тех, кто использовал семаглутид, снижение составило около 6%. Важно и то, что уровень гликиро-



ванного гемоглобина, который отражает контроль сахара в крови, упал у первой группы на 2,03, а у второй - на 1,84.

Новая разработка имеет еще одну особенность, выделяющую ее среди конкурентов. Если аналогичные препараты в основном воздействуют на центр аппетита, то маздутид дополнительно активирует рецепторы глюкагона - гормона, включающего механизмы сжигания энергии. Проще говоря, это помогает организму и есть меньше, и калории расходовать быстрее. Известно, что Innovent, получившая

все права на препарат от Eli Lilly в 2019 году, теперь вплотную подошла к выводу продукта на рынок.

От желающих, судя по всему, отбоя не будет: по прогнозам, к 2050 году более половины взрослых в мире будут иметь лишний вес или ожирение, а в Китае число таких людей может достигнуть 630 миллионов.

## Между тем

Летом 2024 года в КНР стартовал трехлетний национальный план «Контроль веса». Как сообщает Синьхуа, просветительская кампания правительства, направленная на то, чтобы помочь большему числу китайцев перейти к здоровому образу жизни, подчеркивает суровую реальность: страна, полвека назад борющаяся за то, чтобы прокормить свой народ, сейчас ведет борьбу с лишним весом среди населения. Так, из данных, приведенных агентством «Синьхуа» со ссылкой на Госкомитет по делам здравоохранения КНР, больше 50% взрослых китайцев страдают ожирением или имеют избыточный вес.

Бизнес поддержал идею властей. Так, компания Insta360 из Шэньчжэня предлагает сотрудникам бонусы - 500 юаней (\$70) за каждые «потерянные» 0,5 кг. Если столько же наберут, то сами заплатят за излишки. В 2024 году в корпоративном челлендже приняли участие 99 человек. Они сбросили 950 кг и в совокупности получили 1 млн юаней! В этом году один только Се Яци за три месяца похудел на 20 кг и «заработал» 20 тысяч юаней. И никакие препараты не понадобились: только сила воли, желание стать стройнее и... немного богаче.

Лев Кудрин

Технологии

## Не лаает, не кусает и «видеть» помогает

Робопес-поводырь уже работает в метро



таный в Шанхайском университете Цзяотун. На днях робопес по имени Xiaosuan («Маленький чеснок») был успешно протестирован в метро и помог слепым и слабовидящим пассажирам передвигаться по станциям.

Пассажиры отдают голосовые команды поводырю с искусственным интеллектом, и тот, быстро сообразив, что от него требуется, со скоростью три метра в секунду и почти бесшумно отводит нуждающихся в помощи к указанному месту. Робот, как уверяют его создатели, обладает возможностями визуального восприятия окружающей

По данным Синьхуа, в Китае насчитывается около 17,31 млн людей с нарушениями зрения, но из-за высоких затрат на разведение и продолжительность времени на обучение собак-поводырей их насчитывается чуть более 400. Но в Поднебесной, кажется, эту проблему решили: теперь нехватку собак-поводырей решит шестиногий робопес, разрабо-

среды и автономно перемещается к месту назначения, объезжая статичные и динамичные препятствия.

«Задача нашего робота - наладить коммуникацию со слепыми людьми и понимать их намерения», - приводит Синьхуа слова профессора Гао Фэна из школы машиностроения Шанхайского университета. Для достижения этих целей робот использует мультисенсорную систему восприятия, которая позволяет «видеть, слышать, спрашивать и прикасаться», которая сочетает в себе понимание естественного языка и распознавание сигналов трости с обратной связью. Робопес, кроме прочего, оснащен лазерным радаром. Это помогает «поводырю» плавно передвигаться по различным типам местности и направлять слепых и в помещении, и на улице без подключения к интернету.

Вера Сергеева

## Из аудитории - на рынок труда

В 2026 году Китай ожидает рекордный выпуск специалистов из высших учебных заведений - порядка 12,7 млн человек. Этот впечатляющий показатель на 480 тысяч превысит уровень 2025 года, что свидетельствует о постоянном росте образовательного потенциала страны. Министерство образования КНР совместно с местными органами власти и ведущими вузами инициирует беспрецедентную кампанию, призванную обеспечить каждому молодому специалисту достойное трудоустройство. Учебные заведения уже с начала осеннего семестра 2025 года работают над подготовкой рынка труда и готовы предоставить своим выпускникам более 12 млн вакансий.

## Погружение в историю



На борту круизного лайнера Nanhai Dream, курсирующего между живописным городом Сянья и таинственными островами Сиша в Южно-Китайском море, вновь распахнул двери «Плавающий морской музей».

После тщательной реконструкции он представляет собой настоящую сокровищницу знаний о морской истории, а каждый желающий может буквально «прикоснуться» к подводным археологическим находкам, поднятым со дна Южно-Китайского моря, и узнать о древних кораблях, затонувших сокровищах и жизни прошлых поколений.

Благодаря современным технологиям и высококачественным копиям культурных реликвий можно воочию увидеть то, что доступно только специалистам.

Ольга Якивец

Параллели

## Он выбрал честность вместо утешения

В Москве установлен бюст Лу Синя

Во Всероссийской библиотеке иностранной литературы среди бюстов великих писателей мира, сообщает Синьхуа, в начале декабря установили первый в российской столице памятник китайскому классику - Лу Синю. Бронзовый бюст подарен «Иностранке» Государственным культурным фондом КНР имени Лу Синя и любезно передан библио-

теке Китайским культурным центром в Москве.

«Это историческое событие. Лу Синь - создатель, учредитель современной китайской литературы и тесно связан с русской литературой», - подчеркнул советник-посланник посольства КНР в РФ, директор Китайского культурного центра в Москве Фэн Литао. Действительно, Лу Синь еще в юности перевел на китайский более 20 произведений Леонида Андреева, Максима Горького и

Николая Лескова и первым - на живом, простом языке - заговорил с китайским читателем о несправедливости и равнодушии.

Лу Синя называют «китайским Горьким» за социальную остроту, жесткий реализм и за способность выявлять трагедию «маленького человека» в условиях исторического перелома. А еще рядом



с именем Лу Синя часто стоит эпитет «самый русский китайский писатель». И не случайно: в его творчестве сочетаются лаконизм чеховской новеллы, психологизм Достоевского и гражданская страстность Горького.

В 2021 году агентство «Синьхуа» опубликовало материал, посвященный 140-летию со дня рождения Лу Синя, подчеркнув, что его

наследие остается «живым источником вдохновения для культурного возрождения Китая». В статье отмечается, что эссе писателя «Упование на молодость» включено в школьные учебники, а Музей Лу Синя в Пекине ежегодно посещает свыше 700 тысяч человек. Также приводится цитата председателя Си Цзиньпина: «Лу Синь - это не просто имя, это дух - дух национальной самокритики, мужества и истины». Плядя на бюст в Москве, понимаешь: этот дух жив.

Виктор Крюков



## Примета времени

## Туристическая тропка уходит в небо

СИНЬХУА

## Туризм превращается в приключение на высоте облаков.

Чтобы увидеть город, нужно не идти по нему (city walk), а пролететь над ним, поняли недавно в Китае и начали развивать обзорный полет (city fly). О новом формате городского туризма рассказало агентство «Синьхуа». Ситифлай, по его оценкам, стал сегодня символом свежего и дерзкого туризма. Парапланы, дельтапланы, вертолеты, легкие самолеты и дирижабли становятся не просто развлечением, а частью новой философии, позволяющей познакомиться с городом, взлетев над ним. Ситифлай не только дает острые ощущения, но и открывает такие ракурсы, которые невозможно увидеть с земли.

...Ранним утром 23-летняя Ли До из Шанхая стояла на краю парапланерной базы «Ванвэй» на пороге своего первого полета. Еще миг, и она вместе с инструктором

скользнула в воздух над бамбуковыми рощами Моганьшаня. С высоты чайные плантации выглядели как рельефная зеленая акварель, а низовые туманы - как рассыпанное молоко. «Это открыло для меня новый взгляд на мир. Я будто увидела Китай заново», - призналась Ли До, уже стоя на земле, но все еще с глазами, полными неба.

Подобные эмоции в Китае переживают тысячи людей ежедневно, а про ситифлай туристы узнали бы еще не скоро, если бы не стремительное развитие в стране низковисотной авиации. В Поднебесной появляются парапланерные базы, вертолетные станции, даже целые «авиационные городки» вроде того, что открыт в Ханчжоу и предлагает маршруты над рекой Цяньтанцзян, озером Сиху и горой Баошишань. «С высоты река действительно похожа на шелковую ленту!» - восклицают туристы, делясь

кадрами, которые невозможно сделать с обычной смотровой площадки.

Популярность воздушного туризма растет стремительно. В 2025 году в Чжэцзяне количество желающих летать над городом выросло в десять раз с 2019 года. В Санье только в первом квартале 2025 года парапланерные базы приняли 6 тысяч посетителей - на 20% больше, чем годом ранее. А общий поток низковисотного туризма в городе превысил 25 млн человек за полгода.

Примечательно, что за последний год цена на воздушные приключения, делится новостью Синьхуа, упала с 3000 до примерно 1000 юаней и полеты стали доступны широкому кругу людей. При этом государство развивает инфраструктуру, упрощает правила, поддерживает операторов. К концу 2025 года рынок низковисотной экономики, по оценке Управления гражданской авиации КНР, достигнет 1,5 трлн юаней, а к 2035

## К слову

Специально для российских туристов Синьхуа подобрало топ-5 точек на карте, где небо - часть турпрограммы.

## ● Санья, остров Хайнань.

Здесь работают самые известные парапланерные базы Китая, а туристы рассказывают, что виды на побережье с высоты напоминают кадры из дорогой рекламы.

● Дэцин и Моганьшань, провинция Чжэцзян. С базы «Ванвэй» на парапланах в год совершаются тысячи полетов над горами и бамбуковыми рощами.

● Ханчжоу называют «китайской Венецией», и теперь увидеть ее озера и древние пагоды можно с вертолета.

● Яншо и Гуанси. Огромный дирижабль AS700 «Сяньюнь» плавно пронесит туристов над пиками почти сказочных карстовых гор.

● Чунцин. Полет на легком спортивном самолете над городом, где улицы нависают друг над другом, здания растут слоями, а мосты будто парят в воздухе.

году превысит 3,5 трлн юаней.

Возможно, главный секрет ситифлая в том, чтобы выйти за рамки привычного горизонта и ощутить свободу в минуты, когда под ногами пустота, впереди - ветер, а вокруг - такой же прекрасный мир, но только огромный.

Эльза Тюрина

## Неожиданный ракурс

## У китайской молодежи новое увлечение - «татуировки на зубах».

Если вы думали, что мода на самовыражение ограничивается цветными прическами, вычурной одеждой и фильтрами в соцсетях, вы отстали от жизни. В 2025 году в КНР распространился тренд на мини-гравировки на коронках, делающие улыбку «говорящей». Креатив прет как из рога изобилия: мотивирующие иероглифы («успех», «счастье» и др.), имена возлюбленных, счастливые числа, пауки, смайлики, сердечки...

Самое заманчивое в этой истории - цена. Точнее, ее отсутствие. «Тату на зубах» клиники делают в подарок, чтобы привлечь клиентов. Заплатить нужно только за коронку - 1000-2000 юаней (140-280 долларов). В рекламе одной из частных больниц провинции Гуандун уверяют: коронки печатают на 3D-принтере и изготавливают из материалов, используемых в аэрокосмической промышленности. «Исправим зуб и

## Зубной код удачи



СОЦСЕТИ

сделаем его уникальным!» - обещают стоматологи. В Гуанчжоу и Фошане люди буквально выстраиваются в очередь за зубным декором, обсуждая, какой иероглиф притягивает деньги или любовь сильнее.

В клиниках уверяют, что «технология зрелая и рисков почти нет». Однако не все стоматологи разделяют такой оптимизм. В одной из больниц Шанхая предупреждают: гравировка

снижает прочность коронки и может ускорить ее износ. «Я бы не рекомендовал делать надписи на поверхности коронки», - говорит врач. Но попробуйте остановить молодежь с ее тягой к самовыражению и желанием получить «магическую» улыбку за пару сотен баксов или дешевле, если речь идет о лайт-версии странного тренда - временных наклейках, которые держатся на зубах сутки.

В соцсетях популярно видео, где жительница Шаньдун показывает яркие сердечки и звездочки на белоснежной улыбке и спрашивает: «Мило, правда?» Пользователи интернета, впрочем, разделились на два лагеря. Одни умиляются, другие морщатся: «Татуировка на зубе? Фу!»

Мода - явление непредсказуемое. Если вчера молодежь соревновалась в оригинальности маникюра, то сегодня - в украшении улыбки. Что будет завтра? Кто знает... Но точно можно сказать, что «тату на зубах» отражает главный принцип современного китайского юноши или девушки, которые хотят быть уникальными, даже когда улыбаются. К слову, тренд отлично ложится на китайскую культуру. В Поднебесной обожают символы удачи: числа, иероглифы, талисманы, фигурки богов. Теперь «аксессуар судьбы», интегрированный в зубы, помогает его владельцу притягивать успех.

Андрей Бородин

## Параллели

## Интересный случай

## Славянские гены «включились» в китайской девочке.

В провинции Цзянсу произошел настоящий генетический фейерверк: у китайской пары родилась девочка с белокурыми прядями и глазами цвета весеннего неба.

В младенчестве Гоцзян была как все: смугловатая, темноглазая. Но с годами волосы девчушки посветлели, радужки из темно-карих превратились в нежно-голубые. Родные начали шептаться: не перепутали ли ребенка в роддоме? Даже отец на миг усомнился. Но тест на отцовство расставил все по местам: ребенок родной, никакой путаницы и подмены. Тогда и всплыло забытое семейное предание.

Оказалось, прадед девочки - славянин. Да не просто европеец, а, скорее всего, русский. Не исключено, что он - белоэмигрант, осевший сначала в Маньчжурии, а позже переехавший внутрь Китая, где и женился на китайке. Гены отца, связанные со светлыми волосами и голубыми глазами, оказались рецессивными и на долгие годы ушли «в спячку», ведь для их проявления нужна пара: такой же ген от второго родителя, а его в роду не было. И только когда оба родителя Гоцзян - сами того не зная - передали ей по одному такому гену, таинственный ларчик наконец открылся.

Еще из уроков биологии мы знаем, что генетика работает по законам вероятности, а не по графику, поэтому рецессивные признаки могут молчать веками, пока не встретятся два подходящих носителя. В случае с родителями малышки каждый из них, не подозревая о том, что нес в себе частичку славянской ДНК и передал их дочери в «полной комплектации».

Сейчас родители Гоцзян включают девочке русскую речь на планшете: вдруг услышит зов крови, но та пока никак не реагирует на непривычные для нее слова. А вот мама переживает, что дочка всегда будет в центре внимания и понравится ли ей это? Но пока Гоцзян - просто счастливый ребенок, и ей еще придется самой разобраться, почему через сто лет гены ее прадеда сказали: «Мы здесь!»

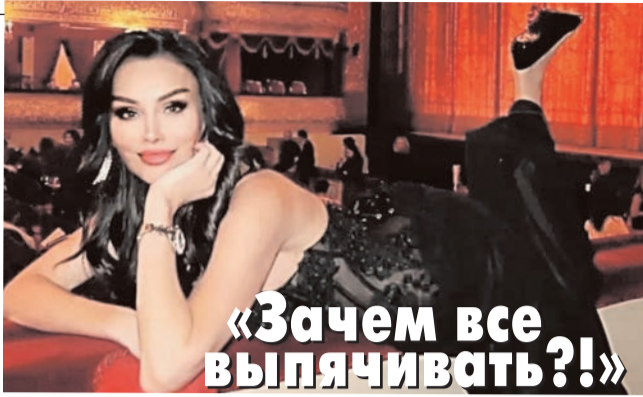
Елена Шустова



СОЦСЕТИ



**Мария Григорьева** снискала скандальную славу, опубликовав в Сети снимки своего визита на спектакль «Дочь фараона». Фотографии вызвали всеобщее возмущение. Во-первых, наряд телеведущей многим показался слишком откровенным для храма искусства. «Это пеньюар, а не вечернее платье!», «Перепутала театр со спальней. Устроила стриптиз!» - отмечают хейтеры. Во-вторых, Григорьева ради эффектного кадра эротично распласталась на бортике театральной ложи, кокетливо задрав ножку. И это зацепило уже не только публику, но и артистов. **Николай Цискаридзе** посоветовал Марии изучить книгу «Мозаика. Балет. Щелкунчик», где изложены правила поведения в театре. «Увидев сегодня с утра вызывающе лежащую женщину на бортике, я понял, что этот труд надо читать всем в обязательном порядке. Стыд и срам! Стыд и позор! Ее обязали бы две недели мыть полы в театре за такое неуважение к храму искусства!» Балерина **Вера Борисенкова** призналась, что после публикации фотографий



**Ведущая новостей «России-24» Мария Григорьева сама угодила во все новостные ленты. После культпохода в Большой театр она оказалась в центре крупного скандала...**

Григорьевой в Большом театре «всем коллективом обсуждают нормы дозволенного и границы приличия». - Такое поведение и такие наряды ведущей новостей, как у этой девушки, недопустимы и с точки зрения профессиональной этики, - возмутилась легендарный диктор **Татьяна Судец**. - Наш дикторский отдел в свое время возглавлял **Игорь Кириллов**. И он нам всем говорил: «Будьте поскромнее! Вы - лицо телевидения!» И мы все очень скромно одевались. Никогда себя не выпячивали. У нас даже концертные платья были намного более сдержанными, чем

сейчас у некоторых ведущих. Мне кажется, что такие вот фотографии не то чтобы людей раздражают... Просто возникает мысль: «Ну что ты выпендриваешься?» Вот зачем все выпячивать - и наряды, и то, что под нарядами? Дома или в своей компании - ради бога, хоть в каком виде появляйся, даже на голове можешь стоять. Но на людях вы не имейте права так себя вести! Нас так приучили: если ты лицо телевидения, то несешь особую ответственность. Ведущая новостей не должна в таком виде выходить на публику! И не должна так фотографироваться.

**М.Н.**

## Ажиотаж вокруг Шагала: с чем это связано?



**Моноэкспозиция работ знаменитого живописца по уровню спроса может составить конкуренцию «Щелкунчику». Все хотят попасть на выставку Шагала! Но билеты раскуплены...**

Картины, рисунки, книжные иллюстрации и даже монументальные панно... Свыше 90 работ **Марка Шагала** собрали в ГМИИ им. Пушкина. Многие экспонаты приехали из других музеев, частных коллекций и художественных фондов. Выставка, конечно, не рядовая. Но такого ажиотажа не ожидали даже ее организаторы. Билеты продавались на конкретные временные слоты. И сейчас все эти слоты на все дни вплоть до 11 января раскуплены. На более поздние даты (выставка продлится до 15 марта) «проходки» еще имеются, но уже не на все сеансы. Хотя музей ежедневно старается до-

бавлять дополнительные билеты. Любопытно, что в этом году Русский музей и Эрмитаж, вроде бы привычные к большому количеству посетителей, тоже столкнулись с еще более высоким, чем обычно, спросом на ретроспективы великих художников и тематические экспозиции. Небывалое паломничество ценителей прекрасного случилось и на выставке «Передвижники» в Новой Третьяковке. Экспозиция картин **Карла Брюллова** сначала собрала рекордное количество зрителей в Санкт-Петербурге - почти 500 тысяч человек за все время работы, а потом стала одним из самых посещаемых проектов Третьяков-

ской галереи в Москве. С чем связан такой серьезный всплеск интереса к искусству?

Арт-дилер **Мариам Андреасян** обратила внимание, что «сейчас большой тренд на моновыставки». Поэтому на них трудно попасть:

- И в прошлом году, и в позапрошлом очередь стояла много где. В Русский музей невозможно было попасть. И сейчас не пробьешься в Третьяковку...

Теоретик современного искусства **Павел Пеперштейн** согласен, что мода такая пошла - на выставки ходить. Он подчеркивает, что в основе ажиотажа вокруг музейных экспозиций лежит «некий эффект толпы или престижа». По принципу «все побежали, и я побежал». Но, по мнению искусствоведа, «это правильный импульс, когда какое-то модное событие привлекает много людей и возникает каскадная реакция».

А вот академик Российской академии художеств **Андрей Ковальчук** отрицает влияние моды. Он считает, что все проще: «Наши люди на самом деле тянутся к искусству!»

**Людия Мезина**

## Филипп Киркоров: «Не пью даже в Новый год!»

**Филипп Киркоров в новогоднем эфире будет на всех главных каналах - в праздничных фильмах, концертах и «огоньках». А в первые дни 2026-го певец поедет колесить по городам и весям. Словом, покой королю российской эстрады только снится!**

- **Филипп Бедрович, каким выдался для вас уходящий 2025-й?**

- Какой-то он был суетной - и там я, и здесь... Но и следующий год будет не легче - уже в начале января у меня концерты в Самаре и Екатеринбурге, потом большое шоу в Абу-Даби, сольники в Москве... Просто принял решение вернуться к гастролям, которых по личным причинам у меня три года не было. В итоге в отпуск я нигде не поеду - буду весь в работе.

- **Райдер свой - список бытовых требований к организаторам концертов - пересматривали?**

- Нет, я, как и прежде, люблю, чтобы в гримерной были бутерброды - с докторской колбасой, с российским сыром. Еще плавильный сыр,

зефир... Никаких излишеств у меня нет. Хотя знаю коллег, которые себе по ящику коньяка заказывают. Чтобы потом домой его забрать. А одна артистка заказывала носки, я читал это в ее интервью. Поэтому что она их никогда не стирала, а выбрасывала.

- **В этом году вы потеряли отца, вас преследовали травмы, ожоги... Но вы, активица феникс, всякий раз воскресали!**

- Никакие горести и болезни нас не могут сломить! Настоящий артист может выйти на сцену даже с температурой 39. Например, Алла Пугачева, выигрывая песенный конкурс в польском Сопоте с песней «Все могут короли», вышла к зрителям с воспалением легких! С температурой 40 она не только спела, но и завоевала в итоге Гран-при! Опозорить страну и подставить просто не могла. Лопни, но держи фасон, как говорится. Да я и сам много раз выходил на сцену больным, и это были лучшие концерты в моей жизни! Открывалось какое-то второе дыхание, видимо. А вот после них уже лежал мертвым...

- **А если голос пропадет?**

- Ой, не дай Бог! Тогда только отменить или перенести выступление, ведь под фонограмму я не пою.

- **И для храбрости перед выходом на сцену не принимаете?**

- Я вообще не пью! Не пью даже в Новый год, потому что обычно работаю 31 декабря и мне просто непозволительно быть нетрезвым. Я на ЗОЖе, это знают все мои друзья! Алкоголь и наркотики прошли мимо меня. Могу за компанию бахнуть немного текилы, но не более.

- **Вы уже 40 лет на сцене. В чем секрет творческого долголетия?**

- Я окружаю себя молодежью и, как вампир, подпитываюсь от нее. (Смеется.) Если серьезно, мой секрет - в любви. Я никогда никому не завидовал, не переходил дорогу, всегда шел вперед и старался быть лучше всех. Мне и медаль-то в школе золотая не была нужна - так учился просто потому, что не хотел позорить своих родителей. А еще в любом деле важны две вещи - везение и труд.

- **В конце ноября вашей дочери Алле-Виктории исполнилось 14. Столкнулись со свойственными переходному возрасту проблемами?**

- Мы как-то быстро завязали с этим странным возрастом, когда все отрицаем, не принимаем, ничего не хотим. Мол, не хочу учиться, а хочу жениться. А в этом сезоне у нее все резко поменялось - стала разумной, интеллектуальной, взрослой девушкой, с которой интересно общаться.

- **Про взаимоотношения полов говорите с детьми?**

- Да они все знают и без нас! Узнали все давно из интернета!

- **Ну и не могу не спросить про Ларису Долину, на которую сегодня многие ополчились из-за ситуации с квартирой. Что вы думаете об этом?**

- Любимая забава нашего народа - это травля и желание топтать звезду. Так же, как люди восхищаются, с таким же удовольствием начинают и в грязь втоптывать. А в жизни всякое бывает - все мы оступаемся, происходят какие-то независящие от нас вещи. И важно достойно из этого выходить. Лариса Александровна оказалась в тяжелой ситуации. Я сам бывал в таких. Но каждый раз, как возрождался, шел еще дальше и выше! Я уверен, что и Лариса Александровна справится и все у нее будет хорошо.

**Филипп Гришин**



# Нейросеть, «Кукареку» и Шуррик

## Что покажут в Новый год: гид по праздничным телепроектам

Мы уже привыкли, что никаких сюрпризов от телевизора ждать не стоит. На какую кнопку ни нажми - увидишь «Иронию судьбы», советские комедии, «лучшие выпуски» разных юмористических шоу и одинаковые до полной идентичности музыкальные «огоньки»... Но в этом году некоторые каналы неожиданно вступили на тропинку креатива...

### ПЕРВЫЙ КАНАЛ: Киркоров - Дед Мороз

Из необычного: Новый год на Первом начнут отмечать уже 30-го. Пока варятся овощи для оливье и прочих салатов, можно посмотреть новое шоу «Хозяйка нейросети». Это сказочная история о том, что может произойти, если в канун Нового года переместиться из реального мира в виртуальный. Именно это произошло с хакером и стримером Данилой (актер **Лев Зулькарнаев**), которому все человеческое, а особенно предновогодняя суматоха, стало чуждо. И он отправился напрямиком в нейросеть, где, оказывается, есть своя Хозяйка (эту роль доверили певице **Zivert**). А она, наоборот, мечтает жить как все люди: иметь семью и устраивать праздники. В общем, они с Данилой поменялись мирами. И у каждого начались невероятные приключения. С музыкальным сопровождением! Потому что проект, продюсером которого стала **Софья Эрнст**, задуман как музыкальный. Мы там увидим и услышим **Валю Карнавал**, **Ваню Дмитриенко**, группы «**Ay Yola**», «**Моя Мишель**», а еще **Надежду** и **Григория Кадышшевых** с ансамблем «**Золотое кольцо**».

Многие перечисленные приняли участие также и в съемках «**Новогодней ночи на Первом**», которую покажут по традиции 31 декабря и которая на сей раз отличается необычным подбором артистов: не «опять те же лица», а много новых! Потому что ориентировались, можно сказать, на трудовые показатели. Кто в течение года собирал стадионы и миллионные просмотры в Сети? Вот этих артистов и позвали. В итоге концерт получился очень пестрым. Из фольклорного пула увидим и услышим **Надежду Кадышшеву** и **Татьяну Куртукову**. В



Хозяйку нейросети сыграла певица Zivert

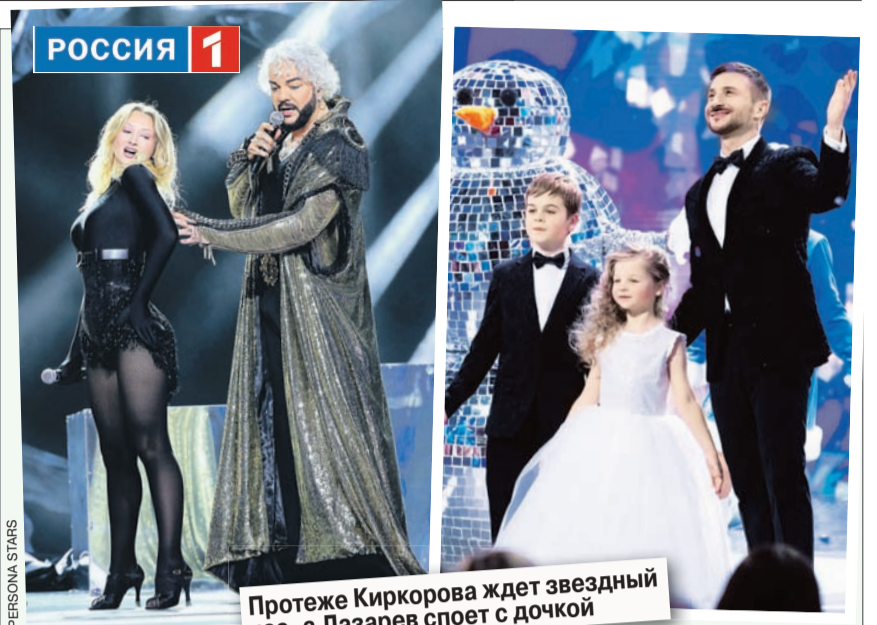


списке передовиков шоу-бизнеса оказались также **Татьяна Буланова** с сетевым хитом «**Один день**» и **Ваня Дмитриенко** с **Анной Пересильд**, чей «**Силуэт**» стал фаворитом плейлистов российских слушателей. Прозвучит и вирусный «**Каблук**»

**Люси Чеботиной**. А **Пелагея** выведет на праздничную сцену восходящую звездочку - победительницу шоу «**Юлос. Дети**» **Машу Никулину**: вместе они споют песню «**Валенки**». Выступят и другие финалисты детского «**Юлоса**». Они исполнят песню из фильма «**Буратино**», который выйдет на экраны в новогодние каникулы. Причем подпевать ребятишкам будут исполнители ролей **Базилио** и **Алисы** - актеры **Александр Петров** и **Виктория Исакова**. Этот номер вообще получился масштабным: в нем принимают участие и большой детский хор, и хореографический коллектив... Одновременно на сцене пели и танцевали 250 детей! Вот вам и новые лица. Но и от «старых» не стали открещиваться. Поэтому **Полина Гагарина**, **Филипп Киркоров**, **Shaman**, **Григорий Лепс**, **Николай Расторгуев** и другие привычные слуху артисты тоже принимали участие в съемках. Кстати, Филипп Киркоров взял на себя роль Деда Мороза. А в Снегурочки к нему взяла **Zivert** и **Мари Краймбрери**, чьи треки весь год не сходили с первых строчек стримингов.

### Кстати

**Дмитрия Диброва**, который был ангажирован на роль ведущего «**Новогодней ночи на Первом**» в списке ведущих в итоге не оказался. Там есть **Юлианна Караулова**, **Яна Чурикова**, **Николай Цискаридзе**, **Валдис Пельш**, **Юлия Барановская**, **Максим Аверин**, **Екатерина Березовская** и **Константин Панюшкин**. Диброва не взяла. Вероятно, из-за инцидента с ширинкой.



Протеже Киркорова ждет звездный час, а Лазарев поет с дочкой

### «РОССИЯ 1»: вырежут ли Долину?

Это главная интрига традиционного «**Голубого огонька**» на канале «**Россия 1**». Ведь в ноябре, когда шли съемки программы, певица там присутствовала. Но потом случился серьезный всплеск судебных дел с квартирами по «**схеме Долиной**», волны хейта, отмены ее концертов в регионах... И, наконец, решение Верховного суда в пользу **Полины Лурье**. Сейчас концерты Долиной продолжают отме-

няться. Закроет ли на это глаза телеканал «**Россия 1**» или все же вырежет ее номер из праздничного концерта - загадка, разгадать которую удастся только посмотрев «огонек». В нем кроме Долиной снялись **Григорий Лепс**, **Валерия**, **Лев Лещенко**, **Филипп Киркоров**, **Shaman**, **Николай Расторгуев**, **Полина Гагарина**, **Пелагея**, **Дима Билан**, **Алсу** и еще несколько десятков исполнителей, в том числе молодых, а также совсем юных звездочек «**Синей птички**». Из нового года тут - необычные дуэты. Например, **Сергей Лазарев** поет вместе со своей семилетней дочерью **Анной**. Кстати, должна была быть еще и **Надежда Кадышева** с сыном **Григорием**. Но они участвовать в «огоньке» отказались категорически. Обиделись на то, что **Андрей Малахов** в своей передаче рассказал всякие неприятные вещи про Григория - про его суды с бывшими женами, нежелание платить алименты ребенку... В итоге Кадышева почтила своим вниманием другие каналы, но «**Россия 1**». Тем более что как раз **Андрей Малахов** и стал ведущим «огонька» в паре с **Николаем Басковым**.

### Кстати

Некоторые исполнители оказались среди участников новогодних проектов явно не по принципу реальной популярности. Например, среди участников «огонька» на «**России 1**» обнаружилась **Марго Овсянникова**, известная не столько своим творчеством, сколько светскими выходами с **Филиппом Киркоровым** (по слухам - заплаченными), а также фрик-овым имиджем. Главный «хит» артистки - странная песня «**Кукареку**». Как она попала в новогодний проект, куда многим действительно именитым артистам попасть не так-то просто, остается только догадываться.

### НТВ: Каневский поведет по Технопарку

Канал НТВ решил поделиться со зрителями своей корпоративной радостью - только что открывшимся телекомплексом. Все приглашены на «**Новогоднее новоселье**», которое станет и музыкальным шоу, и знакомством с возможностями современного ТВ в одном флаконе. Двери энтэвэшного Технопарка распахнутся в праздничном эфире

В. КУЗЬМИЧЕНКО/АГН «МОСКВА»



канала 31 декабря. Праздник начнется с легендарного **Леонида Каневского**, который в своей неповторимой манере, знакомой нам по проекту «**Следствие вели...**», поведет экскурсию по коридорам комплекса. Помогать ему станут звезды НТВ и именитые артисты. Музыкальные номера будут перемежаться с воспоминаниями, с чего начиналась история канала в 1993-м и как все развивалось...

«**Новогоднее новоселье**» будет обрамлено двумя праздничными выпусками самых популярных шоу НТВ: перед экскурсией по Технопарку покажут спецвыпуск шоу «**Звезды**», а 1 января - заключительный выпуск очередного сезона проекта «**Аватар**».





## ТНТ и СТС: ремейков и «Пельменей» много не бывает

Музыкальный фильм «Невероятные приключения Шурика», который ТНТ запустил в кинопрокат, собрал не очень большую для новогодних проектов кассу. Если вы тоже пожалели денег на то, чтобы посмотреть этот очередной ремейк на советские фильмы в кинотеатре, то 31 декабря можете посмотреть его дома и совершенно бесплатно. Там, как и во всех предыдущих аналогичных проектах ТНТ, всего намешано - отсылки к другим советским фильмам и к зарубежным кинохитам. В роли Шурика снялся **Тимур Батрутдинов**. Он сидит на скамейке и рассказывает случайным прохожим удивительную историю своей жизни. Среди слушателей оказываются **Ольга Бузова, Сарик Андреасян, Александр Шепс** и другие. Много звезд снялись для различных сюжетных линий и в музыкальных номерах: **Филипп Киркоров, Анна Асти, Дима Билан, Полина Гагарина** и другие. Всего в фильме задействованы около 70 знаменитостей!

На СТС праздничный эфир традиционно возглавят «Уральские пельмени», которые в качестве сюрприза отсняли не один, а целых два новых выпуска: «Шампанский стыд» и «География пельменей. Лапландия». Первый стартует в 23.00 31 декабря, а второй, получается, покажут уже 1 января. Артисты «Пельменей» поделятся праздничными лайфхаками: как продать елку за 25 тысяч рублей, исполнить детские мечты спустя 50 лет и встретить Новый год в компании непьющих. В праздничном выпуске **Илана Дылдина** станет Снегурочкой, а **Андрей Рожков** и **Вячеслав Мясников** - бабушками, заказавшими бесплатного Деда Мороза. После показа новых выпусков начнется марафон старых.



## ТВЦ, Муз-ТВ и РЕН-ТВ: танцуют все!

На ТВЦ праздничная программа начинается в 17.10 с концерта «Дед Мороз и Год Коном» с участием юмористов, актеров, певцов и музыкантов. Среди участников - **Евгений Петросян, Александр Олешко, Дмитрий Колдун, Елена Воробей, Николай Лукинский, Сергей Дроботенко, Наталья Сенчукова и Виктор Рыбин**, группа «На-На» и др. Потом эстафету перехватят «Хорошие песни. Новогодняя дискотека», в которых зажгут **Вадим Казаченко, Виктор Салтыков, Маргарита Суханкина, Михаил Муромов, Кай Метов** и т. д. Представлен практически весь эстрадный «иконостас» 80-х и 90-х.

Свою дискотеку предлагает и Муз-ТВ. Еще в начале декабря было отснято праздничное шоу «Танцы! Елка! МУЗ-ТВ!» с участием **Димы Билана, Филиппа Киркорова, Люси Чеботиной, Zivert...** Снова всем им - здравствуйте! Они на всех каналах. Выступят также **Сергей Шнуров, Стас Михайлов, Григорий Лепс, Лолита, «Иванушки International», Ольга Бузова, Вадим Самойлов, «Город 312», Жасмин, Стас Костюшкин, Валерия, Шура** и многие другие.

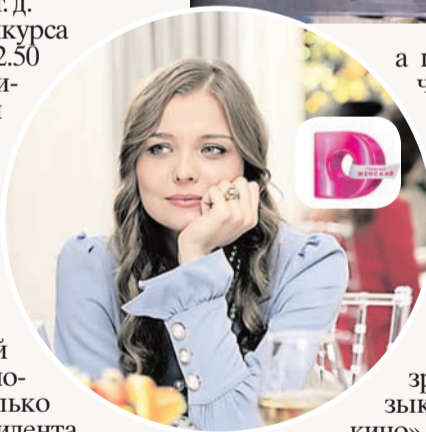
На РЕН-ТВ новогодний вечер начнется размеренно - с показа всех частей советского фильма про «Шерлока Холмса». А с 20.00 и до утра тоже можно будет отплясывать под хиты участников фестиваля «Легенды «Ретро FM».

## «Культура», «Домашний» и ТВ-3: взгляд в прошлое и будущее

Телеканал «Культура» - один из самых консервативных. Поэтому здесь по многолетней традиции покажут новогоднюю ретроспективу. Зрители смогут еще раз посмотреть «Формулу любви», «Покровские ворота», «Про Федота-стрельца», а также интересные документальные фильмы, например: «Кремлевские елки» и «Новогодний капустник в ЦДРИ» (с **Аркадием Райкиным, Николаем Сличенко, Леонидом Утесовым** и другими легендами). Покажут также гала-концерт «Шанинский фест», в котором современные звезды эстрады перепели любимые всеми с детства песни - «Чунга-Чанга», «Голубой вагон» и т. д.

Вечером на канале - финал конкурса юных талантов «Синяя птица», а с 22.50 и до начала следующего дня слух зрителей будут улаживать участники полубившегося многим проектом «Романтика романса».

Канал «Домашний» сделал акцент на прогнозах. Здесь в 19.45 стартует новогодняя программа «Предсказания», в которой действующие астрологи, тарологи и нумерологи расскажут, что в 2026-м ждет мир в целом и представителей каждого из знаков зодиака в частности. Прервутся «Предсказания» только на бой курантов и обращение президента,



а потом продолжатся до утра. Потому что проект большой. Его даже поделили на четыре выпуска: карьера и финансы; любовь, семья и дружба; здоровье и отдых; геополитика.

Удивительно, но ТВ-3, который называют «мистическим», никаких передач с магами и предсказателями не подготовил. Всю мистику продюсеры ограничили советской комедией «Чародеи». Ее покажут до боя курантов. А после полуночи зрителей ждут любимые мелодии в музыкальном шоу «Лучшие песни нашего кино».



Фото предоставлены телеканалами

## ГЕРОЙ ТРУДА РОССИИ АЛЕКСАНДР ЗАЦЕПИН ПРЕДСТАВЛЯЕТ

# Мюзикл «Три орешка для Золушки»

«Три орешка для Золушки» - новая версия легендарной сказки, написанная известным композитором А.С. Зацепиным и поставленная режиссером Музой Ли. В новом мюзикле собраны новые композиции знаменитого композитора. Мюзикл обещает расширить представление зрителей о возможностях и талантах замечательных артистов кино и театра, а положительная энергия, излучаемая артистами, дарит вдохновение и мечту, проникая в самое маленькое сердце.

«Золушка» - одна из самых известных сказок, которая популярна во всем мире. Ее постановку показывали на мировых сценах. И вот впервые Театр им. А.С. Зацепина соединил живой звук музыки и голоса 26 ведущих артистов театра.

Золушка - это любимый персонаж всех возрастов. История Золушки начинается с Волшебного леса и его сказочных героев. В этом лесу живет фея Роз, которая является лесной Царицей. На протяжении многих лет фея Роз наблюдала за несправедливостью к Золушке, и вот однажды в канун Нового года она решила сделать Золушке подарок: 3 лесных волшебных, золотых орешка, которые могут исполнить 3 любых желания.

Арбат Холл, 28.12 и 2.01, 14:00



Реклам. 6+



## Райдеры звезд: гусеницы, клей «Момент» и телевизор

На днях стало известно, что Сергей Шнуров, помимо высоченного прайса на Новый год, выкатывает заказчиком еще и драконовский список требований. Разбираемся, кто из звезд самый капризный...



Сергей Шнуров

СОЦСЕТИ

Райдеры есть у всех артистов. И у **Сергея Шнурова** он действительно выделяется на общем фоне. К его списку технических и бытовых требований прилагается отдельный прайс на штрафы за невыполнение этих требований. Например, Шнурову следует обеспечить только прямой перелет бизнес-классом, для трансфера - только Maybach S223/222, а для проживания - только топовый отель. Если артисту будет предоставлен неудобный перелет, не тот транспорт или не тот отель, то придется заплатить компенсацию в размере 400-800 тысяч рублей.

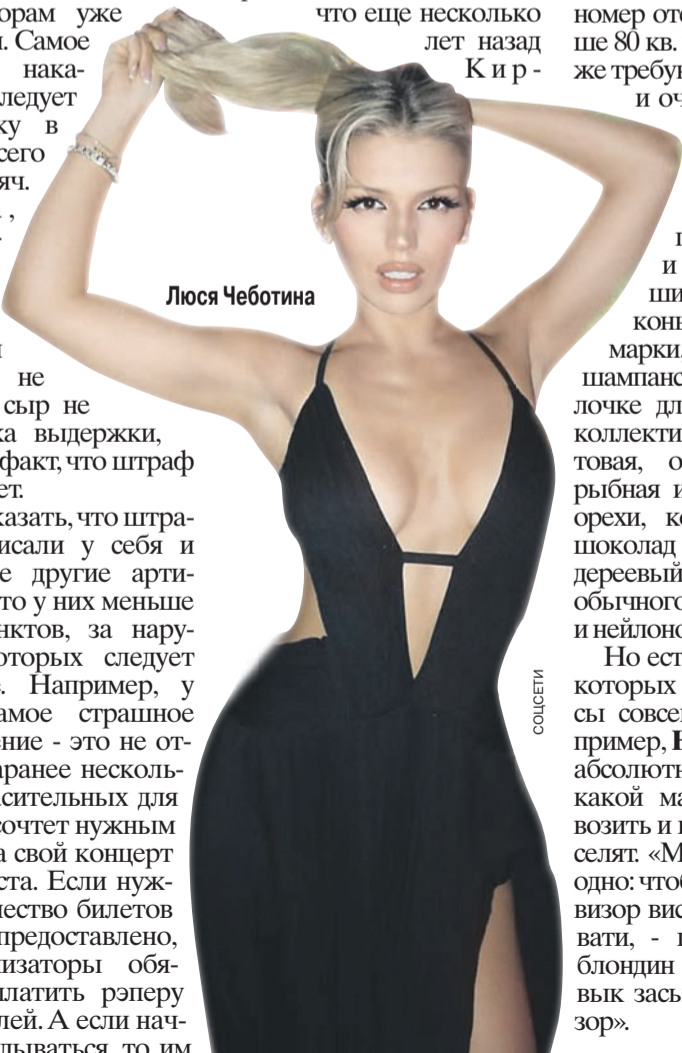
В таком же диапазоне оцениваются технические проблемы. Если кто-то прорвется к лидеру «Ленинграда», чтобы взять автограф или сделать с ним селфи, то это обойдется организаторам уже в миллион. Самое гуманное наказание последует за ошибку в меню - всего 150 тысяч. Правда, если ошибок будет несколько: и нужной колбасы не нашли, и сыр не того срока выдержки, то еще не факт, что штраф не вырастет.

Надо сказать, что штрафы прописали у себя и некоторые другие артисты. Просто у них меньше таких пунктов, за нарушение которых следует наказание. Например, у **Басты** самое страшное преступление - это не отложить заранее несколько приглашенных для тех, кого сочтет нужным позвать на свой концерт лично Баста. Если нужное количество билетов не будет предоставлено, то организаторы обязаны выплатить рэперу 1 млн рублей. А если начнут оправдываться, то им

еще сверху штраф накинут: «Объяснения «мы не увидели этот пункт и пустили билеты в продажу» или «это слишком много и дорого стоит, мы могли бы эти места продать» наказываются дополнительным штрафом 200 тысяч рублей за каждое подобное объяснение». Сурово! Зато в еде Баста неприхотлив: ему нужен черный хлеб и сосиски.

У **Филиппа Киркорова** впечатляет, пожалуй, только технический райдер - очень подробный и объемный. Потому что Киркоров делает сложные шоу. А вот его бытовые требования занимают гораздо меньше страниц. Для Киркорова надо подогнать лимузин прямо к трапу самолета. А по прибытии на место его должны ждать журналисты, перед которыми он сразу же даст пресс-конференцию. Отель должен быть, конечно, «пять звезд», а номер - президентский люкс. Обеденный стол в номере следует накрыть белой скатертью. При этом никакой готовой еды подавать не надо, только закупить продукты по списку (мясо, морепродукты, сыры, овощи) и передать личному повару Филиппа, он сам все приготовит. Любопытно, что еще несколько лет назад

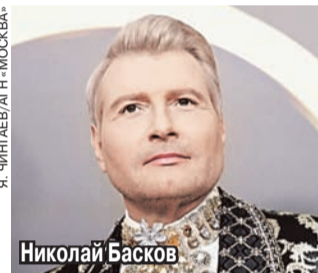
Люся Чеботина



СОЦСЕТИ

К и р - коров никакого повара с собой не возил. А из еды требовал фастфуд - гамбургеры, картошку фри, колу и зефир в шоколаде. Но недавно у него обнаружили диабет. И теперь покоритель придерживается строгой диеты.

Кстати, обязательная белая скатерть для Филиппа - это, возможно, специальный маркер, чтобы проверить, насколько внимательно организаторы прочитали райдер. Многие артисты включают в список требований что-нибудь



Николай Басков

Я. ЧИГАНЕВ/АГН «МОСКВА»

такое, что укажет им на ответственность организаторов. Например, у Люси Чеботиной в райдере фигурирует террариум с удавом и аквариум с гусеницами. Их размеры следует заранее согласовать с менеджером исполнительницы. Скорее всего, на этапе согласования выяснится, что удав и гусеницы не нужны, это просто проверка.

**Анна Асти** не зайдет в номер отеля, если он меньше 80 кв. метров. Анне также требуются увлажнитель и очиститель воздуха, кофемашина и очень много подушек. В гримерке - чтобы были полотенца, чайник и тоже кофемашина. Из напитков - коньяк определенной марки, виски и дорогое шампанское - по бутылочке для каждого члена коллектива. Из еды: фруктовая, овощная, сырная, рыбная и мясная нарезки, орехи, конфеты, жвачки, шоколад и ананасово-сельдереевый фреш. Из необычного - клей «Момент» и нейлоновые перчатки.

Но есть знаменитости, у которых бытовые запросы совсем скромные. Например, **Николаю Баскову** абсолютно все равно, на какой машине его будут возить и в какой номер посядут. «Мне важно только одно: чтобы в номере телевизор висел напротив кровати, - говорит главный блондин страны. - Я привык засыпать под телевизор».

Лидия Мезина



ПЕРВЫЙ КАНАЛ

## Как будут выселять Ларису Долину?

Верховный суд поставил точку в деле певицы, которое породило целое направление в сфере манипуляций с недвижимостью. Но на самом деле судебное реалити-шоу еще не закончено...

**Лариса Долина**, которая выигрывала все суды по своей квартире, наконец, проиграла в последней инстанции. Верховный суд постановил закрепить право собственности на пятикомнатные апартаменты в Хамовниках за добросовестной покупательницей **Полиной Лурье**. А певице предписано покинуть теперь уже чужое жилье. Правда, пока все материалы дела спустились ниже - на пересмотр. Это необходимая формальность. Потому что пересмотрено все будет именно так, как решил Верховный суд. Но на тот период, пока оформляются соответствующие судебные акты, Лариса Александровна может оставаться в квартире. А потом по идее она должна съехать... Как это все будет происходить?

- Решение о выселении будут рассматривать уже нижестоящие суды, - пояснил нам звездный адвокат **Сергей Жорин**. - И если суд решит, что Ларисе Александровне необходимо выселиться - что, скорее всего, и произойдет, - то придется выселяться. Если Долина не выселится добровольно, то есть принудительный порядок выселения с помощью судебных приставов. В этой части все четко и понятно. А самое главное - справедливо. О том, что такой справедливости ждали, говорит тот факт, что буквально в день процесса по делу Долиной на телеграм-канал Верховного суда подписались, чтобы посмотреть трансляцию, более 40 тысяч человек в первые же часы. А саму трансляцию посмотрели в реальном времени 1,5 млн чело-

век (и еще примерно 2 млн просмотров записи процесса было зарегистрировано на следующий день. - **Ред.**). Это говорит о том, что россияне в большинстве своем - чуть ли не все! - были на стороне Полины Лурье и возмущались тем, что Долина выигрывала все суды, пока дело не дошло до Верховного, решение которого сейчас способно восстановить доверие граждан к судебной системе. Когда Игорь Краснов был назначен председателем Верховного суда, он сказал, что сделает все возможное, чтобы восстановить доверие к судебной системе. И в данном случае мы наблюдаем первый, но решительный и осязаемый шаг в этом направлении. Дай бог, так и будет продолжаться. Приветствуем это решение!

М.Н.

## Дибровы рассказали о жизни после развода



LEGION-MEDIA

**Развод Дмитрия и Полины Дибровых в уходящем году обсуждала вся страна. Как же теперь живут экс-супруги? И какие планы строят на будущее?**

- После нашего развода в прессе писали много неправды, - уверяет Полина. - Но я стараюсь меньше читать что-то про себя, не реагировать на комментарии в соцсетях. Мне важно, чтобы от всей этой шумихи не пострадали дети (трое сыновей 10, 12 и 15 лет. - **Ред.**). Диброва считает, что ее отношения со знаменитым телеведущим себя исчерпали. И разбитую чашку не склеить, хотя журналисты и ввали, что, дескать, Дмитрий снова сделал ей предложение, будучи готовым все начать сначала.

- Если у тебя появляется новая любовь, значит, в старых отношениях было что-то не так или чего-то не хватало.

Можно сколько угодно делать вид, что все хорошо, но внутри себя ты знаешь, что скоро все закончится, - рассуждает Полина. - К счастью, мы с Дмитрием сохранили цивилизованные отношения. Конечно, остаются какие-то спорные моменты, но когда я, например, уезжала недавно на съемки реалити-шоу, то попросила Дмитрия присмотреть за детьми. Более того, наш старший сын Александр решил остаться жить с отцом, чтобы не покидать свою комнату, где ему хорошо. А вообще мои дети и дети Романа (Товстик, бизнесмена, с которым Полина сейчас строит отношения. - **Ред.**) уже подружались. Говорить же с ними о разводе я

начала заблаговременно, как и с Димой.

А что про жизнь после развода говорит сам Дибров? Он радуется, что друзья в сложной жизненной ситуации его не бросают. Однако Новый год, вероятно, проведет один, хотя, как говорит, предпочел бы сидеть дома с детьми и смотреть сериал про Японию.

- Вообще с тех пор, как я развелся, мне стали нравиться выходные в свет, - улыбается Дмитрий. - А до этого у меня была семья и ходить куда-то не очень хотелось. Кстати, сейчас часто слышу комплименты, что стал лучше выглядеть после развода. А раз так, то тогда я специально еще раз пойду в загс, чтобы снова развестись! Я уже это умею. Ведь после каждого развода молодого!

Федор Гришин



# Запад ПРИЗНАЁТ ПОРАЖЕНИЕ! РОССИЯ ОБХОДИТ США В БОРЬБЕ С ГЛАУКОМОЙ: КАПЛИ, КОТОРЫХ ТАМ ЕЩЁ НЕТ

Америка взорвалась новостью: FDA (Управление по санитарному надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов США) одобрило первые в мире глазные капли, которые возвращают зрение уже через 30 минут. Проводилось исследование, где люди с глаукомой спустя час уже могли читать книги с мелким шрифтом без очков или линз. Американские офтальмологи уже заявляют, что этот препарат, который создавался больше 20 лет, станет новым стандартом помощи людям, страдающим глаукомой.

Но мы провели исследование и обнаружили, что открытие не такое уж и новое. В основе американского препарата лежит ацеклидин — советская разработка 1970-х годов, которую наши учёные использовали за 55 лет до Америки. Ацеклидин вызывает сужение зрачка и улучшение оттока внутриглазной жидкости, то есть устраняет причину глаукомы.

Но самое смешное в этой американской так называемой революции, что у нас подобные капли уже существуют. И, в отличие от капель из-за рубежа, которые используют синтетический ацеклидин, российский «Офталоукс» создан по натуральной формуле.

«Офталоукс» сочетает как компоненты, которые издавна применялись в офтальмологии и доказали свою эффективность (например, таурин, экстракт чер-

ники и другие), так и уникальные авторские разработки (ареспол, серебро коллоидное). «Офталоукс» содержит алкалоиды даже более мощные, чем ацеклидин.

Является ли «Офталоукс» советской разработкой? И да, и нет. Это современный высокотехнологичный препарат, созданный на глубокой научной базе (в том числе советской) и с применением последних открытий в области офтальмологии. Активные вещества капель «Офталоукс» легко преодолевают защитный барьер глаза, точно попадают в зону проблемы и удерживаются там долгое время.

Реакция глаз на «Офталоукс» впечатляет: лучше фокусировка, активнее питание, нормальное внутриглазное давление. Капли способствуют избавлению от «мушек», тумана и «бликов», улучшению оттока жидкости и снижению



внутриглазного давления, они могут помочь защитить зрительный нерв. «Офталоукс» создан не просто убирать симптомы, а способствовать естественному возвращению хорошего зрения. И он может делать это блестяще.

Любопытно: Америка громко называет прорывом то, что у нас уже успешно применяется. Пока зарубежные фармкомпании только готовят свои капли к продаже и подсчитывают будущую прибыль, российский «Офталоукс» уже помогает людям при разных формах глаукомы и других заболеваниях глаз.

В данное время «Офталоукс» выпускается в небольшом количестве, поскольку формула требует сложного многоступенчатого производства и строгого контроля качества. Сейчас открыт дополнительный список на текущую поставку, и пока препарат есть в наличии. Узнать, остались ли места, можно на горячей линии: 8-800-303-05-55. Если оператор подтвердит наличие препарата, продиктуйте ему номер 1760. Запись на получение «Офталоукса» проводится до 21 января 2026 г.

ИП Добрынин Дмитрий Андреевич. ИНН: 025601745183. ОГРНИП: 323774600210720. 115142, г. Москва, а/я 20. Подробности акции, правила ее проведения можно узнать по телефону: 8-800-302-30-30. Реклама

## «ЭЛИКСИР АМОСОВА» МОЖЕТ ПОМОЧЬ ВОССТАНОВИТЬ ЗДОРОВЬЕ СЕРДЦА, СОСУДОВ И УЛУЧШИТЬ РАБОТУ МОЗГА!



Николай Михайлович Амосов – легендарный советский кардиохирург, доктор медицинских наук, академик. Он прославился на весь мир не только тем, что спас тысячи больных, но и открыл первый институт сердечно-сосудистой хирургии, изобрел и впервые успешно пересадил сердечный клапан, придумал первый в мире аппарат искусственного кровообращения и многое другое. А еще Николай Михайлович автор

уникальной рецептуры, которая может помочь улучшить состояние сердечно-сосудистой системы, головного мозга и организма в целом без операций и лекарств.

### В чем заключается секрет здоровья от Амосова?

Основной принцип – прием натурального препарата, способствующего восстановлению сердечно-сосудистой системы. Амосов создал его состав сам. Он часто его назначал пациентам, многие из которых впоследствии отмечали настолько сильные улучшения, что даже отказывались от лекарств и возвращались к полноценной жизни. Рецепт его препарата актуален по сей день. Пользуясь им, ученые создали средство, которое полностью повторяет легендарное средство академика – «Эликсир Амосова». В его состав входят экстракты прополиса, виноградных косточек, финика, инжира, абрикоса, сливы, грецкого ореха, кешью, а также витаминный премикс. «Эликсир Амосова» пьют 1 раз в день во время еды. Препарат создан в жидкой форме, благодаря чему прекрасно усваивается организмом.

2 УПАКОВКИ  
В ПОДАРОК



### Как действует «Эликсир Амосова»?

Благодаря специально подобранному натуральному составу он способствует очищению сосудов от холестериновых бляшек, тромбов, кальциевой извести, нормализации уровня холестерина, разжижению крови и наполнению ее кислородом,

стимуляции выработки молодых красных кровяных телец, заживлению микроповреждений сосудов и улучшению их тонуса.

### Высокая эффективность

Природные компоненты «Эликсира Амосова» для внутреннего применения способствуют улучшению памяти, избавлению от тревожности, головных болей, нестабильного давления и головокружений, повышению настроения и укреплению нервной системы. Они содействуют стабильной работе сердца, устранению ишемии. Активная формула «Эликсира Амосова» может помочь преодолеть одышку, шум в ушах, онемение конечностей и холод в них, подарить возможность в целом чувствовать себя лучше. Так что если вы страдаете от гипертонии, атеросклероза, стенокардии, сердечной недостаточности, нарушений памяти, головных болей, панических атак или депрессии, вам определенно следует обратить внимание на это уникальное средство!

### ИНИЦИАТИВА ОТ ЗАВОДА-ИЗГОТОВИТЕЛЯ

Мы заботимся о наших гражданах, как о своих близких – с теплом, вниманием и искренней любовью. Первые 300 человек, которые позвонят до 21 января 2026г., получат 2 упаковки «Эликсира Амосова» в ПОДАРОК.

Звоните по телефону 8-800-302-30-30

Назовите промокод 3924 и забирайте свой подарок совершенно бесплатно.

Звонки и доставка бесплатные!

ИП Добрынин Дмитрий Андреевич. ИНН: 025601745183. ОГРНИП: 323774600210720. 115142, г. Москва, а/я 20. Подробности акции, правила ее проведения можно узнать по телефону: 8-800-302-30-30. Реклама



# Крутые повороты «Чародейки» Яковлевой

Восьмидесятые годы подарили советскому зрителю одну из самых эффектных и притягательных киноактрис - Александру Яковлеву. Ее искрометное обаяние в «Чародеях», отвага в «Экипаже» и душевная чистота в «Человеке с бульвара Капуцинов» сделали ее оглушительно популярной. Однако на пике славы Александра совершила неожиданный поворот: в 90-е она оставила кинематограф, чтобы с тем же блеском построить карьеру в управлении.

Ее творческая биография началась со смены фамилии: настоящая - Иванес - уступила место бабушкиной - Яковлева, под которой она и вошла в историю кино. Саше было несколько лет, когда ее родители развелись, отдав девочку на воспитание бабушке. Сцена манила ее с детства. Однако в 1974 году Ленинградский институт театра, музыки и кинематографии, куда она приехала поступать, едва не захлопнул перед ней двери. Спасителем, появившимся в самый драматичный момент, стал не кто иной, как Георгий Товстоногов. Увидев плачущую на улице девушку, он выслушал ее эмоциональную исповедь о бабушке и несбывшейся мечте. Эта детская непосредственность растрогала мэтра, решившего дать ей шанс.

## Строптивая красавица

Яковлеву не зря называли бунтаркой. Из-за характера ДANELIA отказался взять ее в свой «Осенний марафон», но именно эта дерзость помогла ей совершить прорыв.

На съемках «Экипажа» случился кризис: Елена Проклова, узнав об откровенной сцене, отказалась от роли стюардессы. Режиссеру пришлось в авральном режиме искать замену. Ей стала студентка Яковлева, которая на предложение раздеться перед камерой ответила с хладнокровием профессионала: «Запросто».

В отличие от Яковлевой, ее партнер по фильму Леонид Филатов категорически отказывался раздеваться в интимной сцене. И во время съемок лег под одеяло с Яковлевой в джинсах.

Митта так вспоминал про «пикантные съемки»: «Филатов прикрыт, говорю Саше: «Крупным планом рука Филатова идет по твоей голове, по твоей прекрасной шее, спине. Грудь он не трогает, хотя мы ее видим, а как доходит до ложбинки, все - камера стоп, перерыв и потом дальше будем снимать». А сам люблю: «Но как фантастически освещено! Просто невероятно! Такой дивный контровой свет на твою задницу, очень красивый силуэт!» И тут Шурка сломалась. И как только она осталась без трусов - в нее как бес вселился. В чем мать родила, она стала скакать, как обезьяна. Бегала около кровати, укладывалась рядом, прыгала на Филатова, удержу не было. В самый кульминационный момент раздался дикий грохот. Мы оборачиваемся - осветитель упал с лесов. Засмотрелся. Сашу даже это не смутило. Снимали до утра. Я был доволен».

Но снять в Стране Советов было не главное, надо было еще пройти цензуру! Работницы лаборатории «Мосфильма», проявив пленку, доложили наверх о ночных «оргиях». Чудом удалось отстоять материал от уничтожения и добиться разре-



На посту вице-мэра Калининграда

шения перемонтировать в лайт-варианте.

Премьера фильма «Экипаж» вызвала настоящий фурор, в 1980 году его посмотрели 71 миллион 100 тысяч советских зрителей.

## На съемках Гафт чуть не задушил

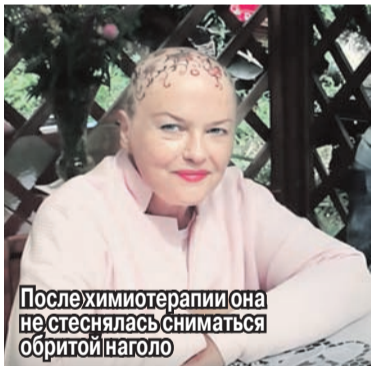
Создание новогодней сказки «Чародей» оказалось для режиссера Константина Бромберга испытанием на прочность. Он выбрал Александру Яковлеву, очарованный ее внешностью, которая напоминала ему «русскую Софи Лорен». Однако, столкнувшись с характером актрисы, он с тревогой воскликнул: «Ведьму она сыграет. А вот Аленушку?!»

Ее перфекционизм граничил с одержимостью. Помощница режиссера вспоминала, что Яковлева вырисовывала свой образ «как икону», где каждая ресничка должна была лежать идеально. Однажды ее гримерный марафон заставил всю группу, включая Валентина Гафта, томиться в ожидании часами. В отместку коллеги объявили ей бойкот, но Яковлеву, казалось, это лишь укрепило в ее праве на исключительность. Ее дипломатия была точечной: она выстраивала безупречные отношения только с режиссером и оператором - теми, кто напрямую влиял на ее экранный образ.

Но главная буря разыгралась с Валентином Гафтом. Актер,

известный своей нетерпимостью к непрофессионализму, приходил в ярость, когда партнерша путала текст. Однажды его терпение лопнуло. Войдя в раж своего персонажа - подлого Сатанеева, - он в кадре схватил Яковлеву за шею и начал душиить. Бромберг, увидев в этом всплеске гения, тайком скомандовал оператору: «Снимать!» Однако Гафт, оступив, наложил вето на использование этих шокирующих кадров.

Конфликт достиг точки кипения, когда Гафт ультимативно заявил режиссеру: «Разберитесь с актрисой. Я с ней



После химиотерапии она не стеснялась сниматься обритой наголо

работать не буду». Второму режиссеру Юлии Константиновой пришлось идти на хитрость: монолог любви Гафт наговаривал на нее, а потом при монтаже его «подклеивали» к крупному плану Яковлевой.

## Три брака

Александра Яковлева выходила замуж с той же страстью, с какой играла роли. Впервые актриса вышла замуж в 19 лет на первом курсе института за своего сокурсника актера Валерия Кухарешина. Студенческой романтики хватило на семь лет. В браке родились двое детей - Кондратий и Елизавета. Супругам удалось сохранить дружеское общение после развода.

Своего второго мужа Яковлева встретила на съемках фильма «Паращотисты» в 1984 году. Встреча с ним стала любовью с первого взгляда. С Калью Аасмяэ, спортсменом-

паращотистом, они не расставались. Ради него она поменяла фамилию. В какой-то момент Аасмяэ решил уехать за границу. И в этот период в жизни Яковлевой появился известный журналист Александр Невзоров.

Третий брак был похож на сценку из абсурдного театра. Союз двух лидеров взорвался, оставив после себя лишь полное отчуждение.

Кризис 90-х поставил Александру Яковлеву перед жестоким выбором: как выжить и поднять детей, когда кино, в котором она была звездой, перестало существовать? Усугубила положение личная трагедия - смерть любимой бабушки: у звезды всеобщей славы не нашлось средств на достойные похороны. Выручил артистку мэр Калининграда, к которому она пришла со слезами и с просьбой о помощи. А потом он неожиданно предложил Яковлевой пост вице-мэра, отвечающего за туризм. Когда власть в Калининграде сменилась, новый

Продав бабушкину квартиру, она вернулась в Ленинград. Ходила на собеседования, удивляя работодателей, пока не получила предложение руководить отделом качества в аэропорту Санкт-Петербурга Пулково.

Потом ее трудовая книжка пополнилась записями, далекими от творческой профессии. Яковлева работала заместителем начальника Октябрьской железной дороги. Была заместителем генерального Дирекции скоростного сообщения ОАО «РЖД».

В 2019 году после сообщений об экстренной госпитализации Александра Евгеньевна честно призналась: да, онкология.

Рассказывала, что долго не решалась идти к врачам. Рак груди выявили в запущенной, четвертой, стадии, когда пошли метастазы. «Моей дочке позвонили и сказали: «Забирай маму из больницы, ей осталось всего три месяца». И стало так страшно! Ведь умирать не хочется! Профессор, которая вытаскила меня, сказала: «Нет, у тебя, конечно, все очень серьезно в диагнозе, но давай бороться», - не скрывала артистка.

После химиотерапии Александре Евгеньевне пришлось обрить голову. Актриса не сдавалась: она нанесла на кожу смыывающиеся тату и сфотографировалась в таком виде для соцсетей.

Вопреки первоначальному прогнозам, она прожила с четвертой стадией рака шесть лет.

Евгения Лаврова

Более подробно читайте в новом выпуске журнала «Трагедии великих».

Спецвыпуск «Откровения звезд»

# ТРАГЕДИИ ВЕЛИКИХ

«ЧАРОДЕЙКА» ЯКОВЛЕВА И ЕЕ ПУТЬ ВНЕ ЭКРАНА

КТО ЛЮБИЛ ФРЭНКА СИНАТРУ до попытки самоубийства?

НАСТОЯЩАЯ ЖЕНЩИНА ВЛАДИМИРА ВЫСОЦКОГО, КОТОРУЮ ОН ПРЕДАЛ

ВОЗВРАЩЕНИЕ КИСЬ: ТРАГЕДИЯ ДОЧЕРИ КУПРИНА

Учредитель: АНО «Редакция газеты «Мир новостей». Рег. ПИ №ФС77-79737 от 27.11.20 в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор). Реклам.



# ЗАПОР ГРОЗИТ ИНФАРКТОМ



Среди множества факторов риска развития сердечно-сосудистых заболеваний, а то и катастроф, есть один особенно важный. Но пациенты о нем даже не подозревают. Впрочем, его редко принимают во внимание и сами врачи. А ведь он реально способен повысить вероятность возникновения инфаркта или инсульта больше чем в два раза! Это запор.

медицинской информации о жителях Соединенного Королевства, поэтому привлекает внимание исследователей всего мира.

Авторы работы подтвердили ключевое заключение ряда исследований: запор является самостоятельным фактором риска развития сердечно-сосудистых заболеваний. Что важно: влияние запоров проявляется независимо от других распро-

Запор - проблема, которой обычно принято пренебрегать. Многие специалисты, говоря о профилактике болезней сердца, охотно подчеркивают необходимость отказа от вредных привычек вроде курения, снижения уровня холестерина посредством диеты и лекарств, важность физической активности и контроля веса. Однако доводы о влиянии нарушений дефекации на состояние сердечно-сосудистой системы звучат крайне редко. И зря.

Научные исследования показывают следующее.

- Запоры увеличивают общий риск развития сердечно-сосудистых осложнений более чем вдвое.
- Вероятность развития хронической сердечной недостаточности возрастает почти втрое.
- Риск возникновения ишемического инсульта увеличивается в два с лишним раза.
- Инфаркт миокарда становится вероятнее на 62%.

Особенно опасны запоры для гипертоников. Если пациент страдает высоким давлением и одновременно имеет проблемы с пищеварением, то риски осложнений увеличиваются на 68%. Получается, нарушение стула влияет на сердце даже сильнее, чем многие традиционные факторы риска.

## Дурное наследство

Австралийские ученые недавно провели масштабное исследование. Оно охватило огромный массив медицинских данных более 400 тысяч британцев, собранных в рамках проекта UK Biobank. Этот ресурс является крупнейшим хранилищем

## Наша справка

### Как нормализовать свой стул

Людам с сердечно-сосудистой патологией и высоким риском развития инфарктов и инсультов просто необходимо нормализовать свой стул. В большинстве случаев можно обойтись без лекарств, изменив питание, питьевой режим и образ жизни.

В рационе должны быть широко представлены продукты, богатые клетчаткой или со слабительным действием. К ним относятся фасоль и все другие бобовые, свекла в любом виде, абрикосы, сливы, персики, нектарины, яблоки.

Недавно был доказан сильный послабляющий эффект киви.

Крайне важно перейти на цельнозерновые продукты. Выбирайте хлеб из грубой муки, откажитесь от каш, которые подвергались сильной обработке (быстро завариваемые каши, манка, белый рис). Покупайте отруби и добавляйте их в продукты, например, в йогурты, творог, сметану.

Запомните: если вы пьете мало воды, то от запора не избавитесь. В идеале надо получать до 250 мл жидкости на каждые 10 кг веса вашего тела в сутки.

Очень важно стараться быть активным, больше ходить. И не забывайте об упражнениях на пресс.

страненных факторов, таких как лишний вес или повышенный уровень холестерина. То есть нарушения дефекации действуют сами по себе, отдельно от общеизвестных рисков.

Точный механизм воздействия запоров на сердечно-сосудистую систему до конца не изучен. Но авторы исследования выявили неопровержимый факт: наследственная предрасположенность к патологиям сердца в равной мере проявляется с вероятностью хронических запоров. Стало быть, у этих состояний общие корни. Поэтому ученые и требуют внимания к проблеме как от врачей, так и от пациентов.

## Все можно поправить

Обнадеживает то, что запор относится к категории так называемых модифицируемых факторов риска. Эти факторы отличаются тем, что их можно изменить. Тогда как пол пациента, возраст или наличие случаев аналогичного заболевания среди ближайших родственников никуда не денешь. Поэтому они входят в группу немодифицируемых рисков.

Проблемы с дефекацией вполне возможно скорректировать, устранив угрозу сосудистым заболеваниям. Регулярная физическая активность, сбалансированное питание, достаточное потребление жидкости способны существенно снизить негативные последствия.

Научная работа на эту тему была опубликована в престижном журнале JAMA («Журнал Американской медицинской ассоциации»). В ходе эксперимента медики изучали состояние здоровья почти 99 тысяч женщин пожилого возраста, родившихся между 1914 и 1941 годами. Наблюдения начались в 1993 году.

Итоги оказались впечатляющими: женщины, регулярно употреблявшие хотя бы одну порцию лимонада или другого напитка с высоким содержанием сахара ежедневно, подвергались риску заболеть раком печени в два раза чаще, нежели участницы, пьющие подобные напитки не более двух-трех раз в месяц.

Помимо этого, среди любителей сладких газировок заметно выросла и общая смертность от заболеваний печени - на 68%. Среди причин кончины значились самые серьезные патологии вроде неалкогольной жировой болезни печени, алкогольного поражения органа, хронического гепатита, цирроза и фиброза.

Спустя примерно три года после старта проекта ученые начали анализировать заодно и эффект от употребления напитков с искусственными под-

Регулярное употребление сладких напитков резко повышает вероятность возникновения рака печени и других заболеваний этого органа. Такой вывод сделали американские ученые, четверть века наблюдавшие за десятками тысяч добровольцев.

# ГАЗИРОВКА ФАТАЛЬНО БЬЕТ ПО ПЕЧЕНИ

сластителями. Хотя эта группа продуктов оказывала меньше негативного влияния на организм, но и она повышала риск развития рака печени примерно на 17%.

Что же касается влияния искусственных сахаров на уровень смертности от болезней печени, оно оказалось нулевым. Тем не менее нельзя считать этот факт оправданием сахарозаменителей. Ведь другие исследования не раз обнаруживали связь некоторых видов сладкой химии с повышенным риском заболевания раком.

Возникает закономерный вопрос: почему именно сладкие напитки провоцируют столь серьезные последствия? Дело в особенностях усвоения

организмом простых углеводов, содержащихся в напитках. Сахара из жидкостей усваиваются гораздо быстрее, чем из твердой пищи. Газация напитка только ускоряет этот процесс. В результате уровень глюкозы крови повышается более резко. В ответ поджелудочная железа выделяет большее количество гормона инсулина. Такая постоянная встряска ведет к снижению чувствительности клеток организма к этому гормону, а это первый шаг к развитию метаболического синдрома и сопутствующих заболеваний, включая сахарный диабет второго типа.

Избыток поступающего сахара преобразуется в организме в липидные молекулы, нака-

пливающиеся преимущественно в подкожной клетчатке и в тканях печени. Этот процесс называется развитием стеатоза (жировой дистрофии) печени, который зачастую сопровождается воспалением органа. Если не принять мер профилактики, подобное патологическое состояние постепенно прогрессирует вплоть до необратимых изменений ткани печени, приводящих к циррозу, нарушению функций органа и злокачественным новообразованиям.

Проблема усугубляется образом жизни современного человека. Большинство сочетает употребление сладких напитков с малой подвижностью и быстрым питанием (так называемым фастфудом). Такая

комбинация многократно усиливает негативные эффекты потребления быстрых углеводов. Между тем физическая активность, наоборот, помогает организму эффективно перерабатывать глюкозу.

Некоторым утешением нам может служить тот факт, что регулярное употребление сладких газированных напитков вошло в наш быт относительно недавно. В Советском Союзе отношение к таким продуктам было другим: в ту пору газировку покупали главным образом на праздники, что исключало ее ежедневное употребление. На Западе эти пищевые привычки закрепились на многие десятилетия раньше.





# КОРОЛЕВА ЕЛОЧНЫХ ИГРУШЕК



СОЦСЕТИ

У Натальи сотни фигурок из стекла, созданных и расписанных вручную на 17 фабриках в разных уголках мира. Есть и очень редкие, сделанные под заказ минимальным тиражом.

## От «Репки» до Гоголя

Собирать елочные игрушки будущая рекордсменка начала совсем недавно - всего четыре года назад. Случилось ей побывать в Музее Рождества в венгерском городе Сентендре, и ее, что называется, прорвало.

- С детства Новый год и Рождество для меня - самое сказочное время в году. Я обожаю путешествовать по разным странам и узнавать, как эти праздники отмечают. Когда открыла дверь в тот самый музей, как будто попала в сказку. Там было столько красивых и удивительных игрушек! Я тут же загорелась идеей собрать



свою коллекцию и открыть по-настоящему музей в России, - рассказала «МН» Наталья.

Сразу замахнулась на невиданное. Через интернет она выяснила, что никто в мире не коллекционирует специально елочные игрушки сказочной и мультяшной тематики. И решила стать первой!

Стартовыми стали елочные наборы по сказкам «Морозко», «Золотой петушок» и «Айболит», выпущенные в СССР в 1955 году. Они продавались на одном из сайтов. Наталья сразу выкупила их у хозяйки.

Затем стала изучать каталоги елочных игрушек разных стран, ездить по фабрикам, зна-

## Жительница Югры собрала рекордную коллекцию новогодних украшений

Солидными наборами елочных игрушек могут похвастаться многие, ведь Новый год со всеми его атрибутами россияне считают самым любимым праздником. Но предприниматель из Ханты-Мансийска Наталья Янчева даст фору в этом деле любому коллекционеру. Не так давно она попала в Книгу рекордов России как обладатель самой большой коллекции елочных игрушек ручной работы с тематикой сказок и мультфильмов.

комиться с другими коллекционерами как в России, так и за рубежом, обмениваться, участвовать в аукционах. А вскоре она выиграла грант губернатора Югры на создание в Ханты-Мансийске Музея Рождества и открыла его в центре города.

Сейчас в коллекции Натальи Янчевой более 70 наборов елочных игрушек. Среди них герои сказок Пушкина, Ершова, Грина, Андерсена, братьев Grimm, Диккенса и других авторов. Есть и герои популярных мультфильмов - «Трое из Простоквашино», «Ну, погоди!», «Аленький цветочек», «Репка», «Остров сокровищ».

Один из самых любимых у Натальи - набор игрушек по повестям Гоголя «Вечера у хутора близ Диканьки» со знаменитой фабрикой в подмосковном Клину. Такой не стыдно и подруге на свадьбу подарить! Купила и ей, и себе.

Самый редкий набор и самый необычный - по мультфильму Уолта Диснея «Белоснежка и семь гномов», выпущенный американцами 27 лет назад.

- В нем 11 игрушек: мачеха, ведьма, Белоснежка, семеро гномов и зеркало. В США принято наряжать большие елки и украшать их крупными игрушками. Они примерно в три раза больше наших. Например, фигурка Белоснежки выше 20 сантиметров, - рассказала девушка.

## Подрабатывает Дедом Морозом

Свою коллекцию Наталья пополняет не только новыми покупками и обменом с другими коллекционерами. Она и сама изготавливает игрушки. Некоторые из них, выполненные в стилистике северных народов, стали популярны по всему миру. Ее морозный мужчина Ищки-Ики и лесная фея Миснэ - ханты-мансийские аналоги привычных Деда Мороза и Снегурочки - два года назад вошли в топ лучших работ международного конкурса и

даже украсили главную елку в питерском Эрмитаже.

- Я заметила, что северная тематика на елочных украшениях представлена очень скудно. Тогда и подумала: а почему бы не создать в Югре своих волшебников? Тем более что именно в нашем регионе находится новогодняя столица Сибири! - говорит Наталья.

Ханты-мансийского Деда Мороза она одела в малицу - традиционный тулуп, на котором изображено северное сияние. А наряд Миснэ включает цвета Югры - синий и зеленый. В руках лесная фея держит морошку. Та же ягода изображена на ее платке. Эти игрушки разлетелись во все стороны света и сейчас украшают новогодние елки в России, Грузии, Армении, Казахстане, Белоруссии и других странах.

В прошлом году информация о коллекции и рекорде Натальи Янчевой попала на страницы «Энциклопедии Деда Мороза». Читатели сразу же забросали ее письмами, адресованными югорскому Ищки-Ики. Их было так много, что пришлось покупать абонентский ящик и открывать «дедморозовскую» почту.

- Пишут и дети, и взрослые. По 20-30 писем в неделю. Причем не только из России. Есть послания из Испании, Италии, ближнего зарубежья. Обычно спрашивают, как у Ищки-Ики дела, как здоровье, какие блюда он будет готовить на Новый год. Просят и о подарках. От его имени я стараюсь отвечать на все письма, даже подругу уговорила помогать. Кто бы мог подумать, что вдруг стану Дедом Морозом! - смеется Наталья.

*Наталья Анохина*

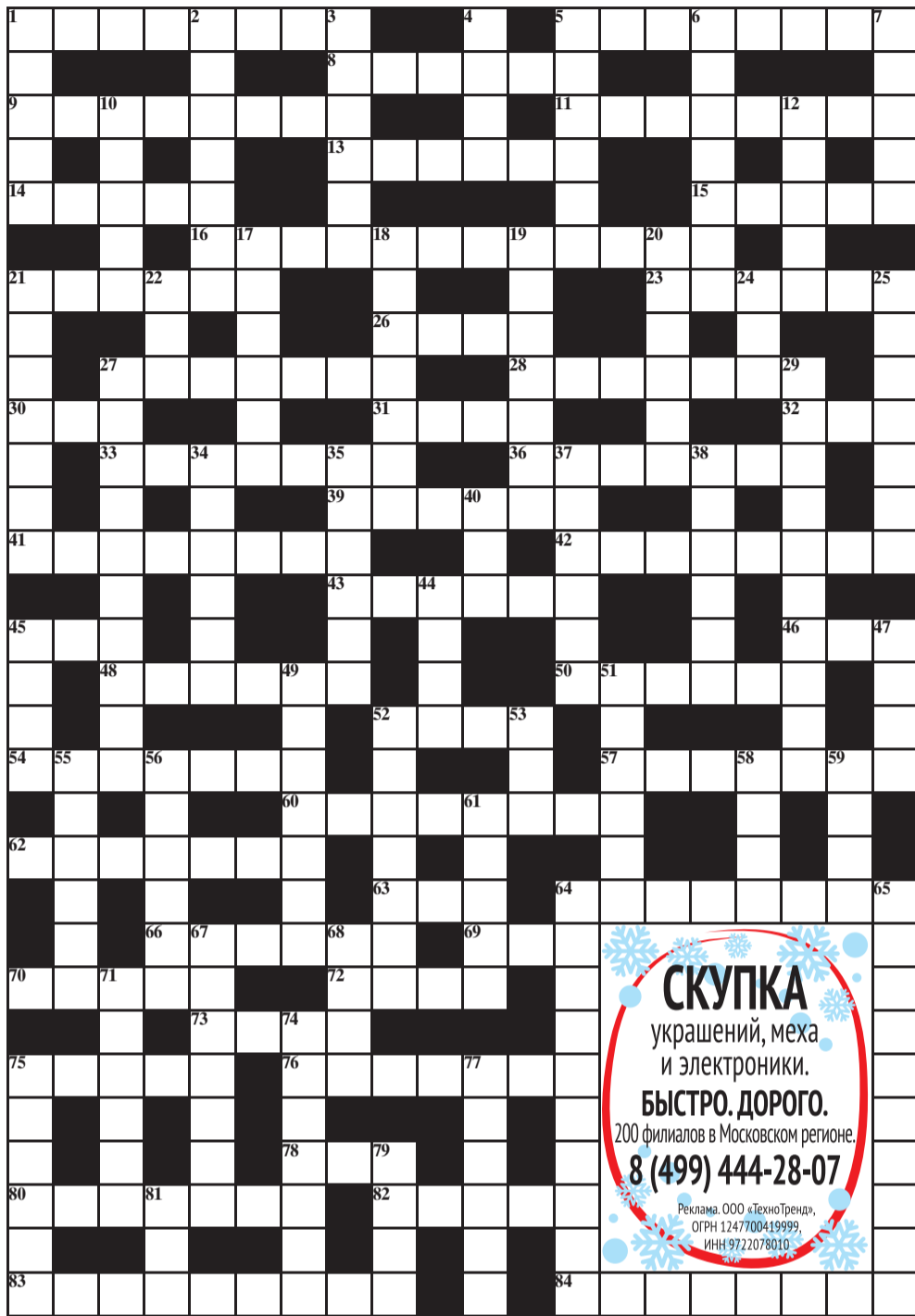
24-30  
ДЕКАБРЯ

26 декабря - трин Меркурия и Урана: свои идеи сегодня будем выражать оригинально и эксцентрично. Представится возможность быстрого выхода из критических состояний путем неординарного видения ситуации. 28 декабря - трин Урана и Солнца: ощутим прилив сил и потребность в самовыражении. Однако возможна нехватка точных данных и достоверной информации. Кроме того, в этот день ваши ошибки напрямую будут зависеть от вашей добродетели.

## АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ ОТ ВИКТОРИИ ЗВЕЗДНОЙ

<p>21.03 20.04</p> <p><b>ОВЕН</b></p> <p>У Овнов хорошее время для созерцания и умиротворения. Не следует перенапрягаться - лучше делать только то, что получается само собой. Овнам также желательно не оставаться в одиночестве. В среду оформляйте и подписывайте важные документы. В выходные случайные финансовые потери не поднимут вам настроения. Благоприятные дни - <b>27 и 28</b>. Неблагоприятные дни - <b>25 и 30</b>.</p>	<p>21.04 20.05</p> <p><b>ТЕЛЕЦ</b></p> <p>Конец года благоприятен для профессионального развития Тельцов. Не жалеете денег на обучение, ищите курсы по душе, сделайте себе подарок на Новый год. Поверьте, вы ни о чем не пожалеете. Выходные будут идеальны для романтического общения. В понедельник сделайте ставку на выдержку и дипломатию. Благоприятные дни - <b>27 и 30</b>. Неблагоприятные дни - <b>26 и 29</b>.</p>	<p>21.05 21.06</p> <p><b>БЛИЗНЕЦЫ</b></p> <p>Близнецам не мешало бы рассмотреть возможность начать новый проект. Ваши энергия и настрой помогут решить любые задачи, однако не стоит отказываться и от помощи со стороны. В четверг лучше не принимать важные решения. В субботу ваши друзья будут приветствовать вас с распростертыми объятиями. Благоприятные дни - <b>24 и 28</b>. Неблагоприятные дни - <b>26 и 30</b>.</p>	<p>22.06 22.07</p> <p><b>РАК</b></p> <p>Ракам стоит постараться не сплетничать о присутствующих. У всех из нас есть интересные истории. Попробуйте делиться только хорошими новостями, и вы заметите, что мир вокруг вас станет лучше. В субботу вас ждут приятная встреча или получение долгожданного известия. Правильно распределите время во вторник. Благоприятные дни - <b>26 и 30</b>. Неблагоприятные дни - <b>24 и 28</b>.</p>	<p>23.07 23.08</p> <p><b>ЛЕВ</b></p> <p>У Львов - время подведения итогов и завершения текущих дел. Пробежитесь по вашему списку планов на уходящий год: что получилось, над чем еще нужно поработать, а какие дела остались нетронутыми? В пятницу выйдете сухими из воды. Во вторник используйте всплеск энтузиазма в решении сложных проблем. Благоприятные дни - <b>24 и 29</b>. Неблагоприятные дни - <b>27 и 28</b>.</p>	<p>24.08 23.09</p> <p><b>ДЕВА</b></p> <p>Девам следует больше общаться, заводить знакомства, получать новые впечатления. Не поддавайтесь на провокации и не пускайтесь в авантюры. Астрологическая ситуация делает Дев самыми деятельными, вместе с тем велика вероятность конфликтов. В субботу доделайте домашние дела. В понедельник стоит прислушаться к интуиции. Благоприятные дни - <b>26 и 30</b>. Неблагоприятные дни - <b>24 и 28</b>.</p>
<p>24.09 23.10</p> <p><b>ВЕСЫ</b></p> <p>Весы должны попытаться использовать эти дни активно и быть более продуктивными. Вы часто тратите время на бесполезную болтовню, немного дополнительной мотивации поможет наверстать потерянное время. В четверг будьте внимательны с документацией, избегайте фактических ошибок. В понедельник возможны финансовые потери. Благоприятные дни - <b>24 и 29</b>. Неблагоприятные дни - <b>25 и 27</b>.</p>	<p>24.10 22.11</p> <p><b>СКОРПИОН</b></p> <p>Любые контакты и знакомства у Скорпионов в данный период могут закончиться неудачно. Больше времени следует проводить на природе, укреплять взаимоотношения с родными и близкими. Пятница идеальна для домашних дел и решения финансовых вопросов. В понедельник торопитесь медленно. Благоприятные дни - <b>27 и 30</b>. Неблагоприятные дни - <b>24 и 29</b>.</p>	<p>23.11 21.12</p> <p><b>СТРЕЛЕЦ</b></p> <p>У Стрельцов это хорошее время для обсуждения планов на будущее и воплощения их в реальность. Даже внешнее спокойствие не может сейчас скрыть ваших чувств и эмоций от партнера. Среда - отличное время для загородной прогулки с семьей. В пятницу займитесь делами, до которых не доходили руки ранее. Благоприятные дни - <b>24 и 28</b>. Неблагоприятные дни - <b>26 и 30</b>.</p>	<p>22.12 20.01</p> <p><b>КОЗЕРОГ</b></p> <p>Внимание Козерогов будет сконцентрировано на делах семейных. Вас потянет к своим корням: устройте домашний праздник, обсудите семейные фотографии, позвоните забытым родственникам. Избегайте авантюризма в пятницу. В начале недели интуиция станет хорошим помощником в денежной сфере. Благоприятные дни - <b>25 и 26</b>. Неблагоприятные дни - <b>28 и 30</b>.</p>	<p>21.01 19.02</p> <p><b>ВОДОЛЕЙ</b></p> <p>Водолеи должны укреплять семейные отношения, ведь семья, как дерево, требует постоянной заботы и ухода. Уделяйте больше времени своим детям, родным и близким, наметьте на каникулы совместную культурную программу. В четверг обойдитесь без советов окружающих. Воскресенье - хороший день для отдыха и релаксации. Благоприятные дни - <b>24 и 26</b>. Неблагоприятные дни - <b>27 и 29</b>.</p>	<p>20.02 20.03</p> <p><b>РЫБЫ</b></p> <p>Перед Рыбами в новом году встанет вопрос об открытии нового прибыльного дела. Не спешите, посоветуйтесь с родными, пересмотрите свои траты, инвестиции, не упускайте удачный шанс. В четверг будьте аккуратны в личных отношениях, не позволяйте мелким ссорам выбить вас из колеи. Выходные идеальны для покупки подарков. Благоприятные дни - <b>25 и 29</b>. Неблагоприятные дни - <b>28 и 30</b>.</p>





**СКУПКА**  
украшений, меха  
и электроники.  
**БЫСТРО. ДОРОГО.**  
200 филиалов в Московском регионе.  
**8 (499) 444-28-07**  
Реклама: ООО «ТехноТренд»,  
ОГРН 1247700419999,  
ИНН 9722078010

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 1. Рассказ-шутка. 5. Каолин в декоративных целях. 8. Сито с чудесами. 9. «Остепенившийся» аспирант. 11. «... тысячу лье под водой» Верна. 13. Родовое поместье дворянина. 14. Зодчий Русского музея в Питере. 15. Нечесанные волосы. 16. Выращивание флоксов и пионов. 21. Спортфирма с трилистником. 23. Горячая смывка без припоя. 26. Зимняя роса. 27. Детский писатель Радий. 28. Парус языком Лермонтова. 30. Вал среди шестеренок. 31. Бумага с настенным орнаментом. 32. Масса, сгоняемая толстяком. 33. Пенный «огрызок» при мочалке. 36. Так звали скрипача Паганини. 39. Республика Тринидад и ... 41. Озвучил Львенка и Черепаху. 42. Научный доммысел. 43. Река с Братской ГЭС. 45. Число лет в обед. 46. Утолительница голода. 48. Начинается с улыбки. 50. «Борозда» от скальпеля. 52. Дружный грохот пушек. 54. Душица по-научному. 57. Зеленая «груша» в салате. 60. Медицинское обслуживание на дому. 62. Бандерас по имени. 63. След от сварки. 64. Показ фильма в первый раз. 66. Брат мужа для жены. 69. Великан среди попугаев. 70. Прибрежная океаническая отмель. 72. Полосатая палка регулировщика. 73. Пастырь из синагоги. 75. Ткань с мелкими завитками. 76. «Икарус» или ПАЗ. 78. Экипаж для Шерлока Холмса. 80. Фильм Чухрая «Летят ...». 82. Кислый чайный цитрус. 83. Путешественник на другие планеты. 84. Большой пирог с капустой.

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Суворовец при царе. 2. Наименьшая оценка. 3. Живет на сцене и в кино. 4. Самая известная река в Германии. 5. Трудовой или Жилищный сборник. 6. Медведь в фильме «Обыкновенное чудо». 7. Горы, манящие лыжников Европы. 10. Мифическое шотландское чудовище. 12. Баран-«альпинист». 17. Младая поросль. 18. Голубая артерия Венесуэлы и Колумбии. 19. Водолазное дело. 20. «Ай!» испугавшегося. 21. Шурочка в «Гусарской балладе». 22. Низ кадушки. 24. Казахская деревня. 25. Сетчатый мешок для хранения лука. 27. Богатое качество чернозема. 29. Измельчитель ингредиентов салата. 34. Птица песенной Сары Барабу. 35. Безумство храбрых. 37. И Бах, и Гутенберг. 38. Поклеп иначе. 40. Цыганка Г. Кохана. 44. Утка с лучшим пухом. 45. Крупа из крахмала пальмы. 47. Корабль на пути в Колхиду. 49. Аура каждого из нас. 51. Колпак для светильника. 52. Безмолвие перед бурей. 53. Господин со золотыми в кармане. 55. Живет на доход с капитала. 56. «Жертва» молотка. 58. Брус вдоль днища судна. 59. Работник при корове. 61. Обрушившиеся со скалы камни. 64. Заборчик и георгины перед домом. 65. Гимнастика в цирке. 67. Автор романа «Час быка». 68. Город на Волге. 71. Преподаватель теоретического курса. 74. Надежда, певица-казачка. 75. Капиталист по-французски. 77. Профи с «Кровавой Мэри». 79. Связи «где нужно». 81. Мера площади для сэра.

Крыловский оппонент стрекозы						Мила в "Пятом элементе"	Откровения юзера на сайте	Телеигра с разминкой
Актер в роли Сухова	Китайская "физзарядка"	Внедорожник с берегов Волги	Трус в компании Бывалого	Внешний вид индивидуума				
						Налоговик при Батые	Хищная родня пчелы	
Семицветное коромысло	Ряженный, приглашенный ужинать	"Живые" деньги	Скоростной маневр лихача					
							Брат Зевса и Посейдона	Так зовут Бейсингер
	Певица с "неподшитыми валенками"	Особь, лишенная пигмента	Тушь, окаймляющая контур	Ньютон, великий физик				
			Альтернатива контактным линзам					Мясо по-татарски
	И грибной, и проливной	Плод из стручка		Актер Сэндлер по имени				
			Герой в мире Матрицы				Космический челнок из Штатов	Хмельной край в Венгрии
Индийцы Раджив и Индира	Съедобная арбузная корка			Серебряный период поэзии	Рок-группа "Король и ..."			
Домик птенца			"Пляшущий" испанский остров				Между Колорадо и Невадой	
	Кость плечевого пояса	Тараканий щуп		Пропущенная джентльменом	Большой упакованный сверток			
			Прическа - высокий пучок					
	Блеск гладкой поверхности	Окоп-"тихоня"	Хозяин Конька-Горбунка	Клуб, что тренировал Агаларов	Галогенное "око" авто	Голос, который подает собака		
					Травля зверя охотниками			
	Элементарная в составе атома	Слепая провидица из Болгарии		Напавший сверхаппетит				
	Тяпка - "кошачья лапка"	Волшебница в "Руслане и Людмиле"						

**Ответы на сканворд №51 (1669)**

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

Шульман на улице встречает Гольдберга.  
- Сколько лет, сколько зим! Как ваши дела? Чем занимаетесь?  
- Спасибо, потихоньку. Вот, засел за мемуары.  
- Пишете мемуары? Это замечательно. Кстати, вы дошли уже до мо-

мента, когда вы у меня 500 рублей заняли?  
- Тут пишут, что мошенникам удалось повлиять на певицу «из-за особенностей ее образа мышления и личностных черт»!  
- Это надо же, как элегантно они ее дурой обозвали...

**ПОДПИСКУ НА ГАЗЕТУ**  
**МОЖНО ОФОРМИТЬ В ЛЮБОМ ПОЧТОВОМ ОТДЕЛЕНИИ РФ**  
Подписной индекс газеты «Мир новостей» в каталоге «Почта России»  
**П2474**  
Также оформить подписку можно на сайте или по QR-коду  
<http://podpiska.pochta.ru>

**ОТВЕТЫ НА СУПЕРКРОССВОРД №51 (1669)**  
**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 1. Авиценна. 5. Бабариха. 8. Ладoshi. 9. Иерархия. 11. Садовник. 13. Стюарт. 14. Леший. 15. Декор. 16. Командировка. 21. Бардак. 23. Сжатие. 26. Диас. 27. Горацио. 28. Планета. 30. Очи. 31. Балл. 32. Вар. 33. Пикассо. 36. Армянка. 39. Братва. 41. Озорство. 42. Пачкотня. 43. Ролики. 45. «Узи». 46. Рио. 48. Замена. 50. Аджани. 52. Карл. 54. Иерихон. 57. «Лакомка». 60. Чиаурели. 62. Веранда. 63. Рем. 64. Марadona. 66. Рабица. 69. Эфа. 70. Юннат. 72. Стан. 73. Алек. 75. Боров. 76. Валенки. 78. Ева. 80. Меломан. 82. Иоанн. 83. «Чародейка». 84. Языковед. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Ахилл. 2. Еврейка. 3. Аляска. 4. Вода. 5. Бистро. 6. Абордаж. 7. Анкер. 10. Ришар. 12. Накат. 17. Оксана. 18. Недобор. 19. Расплав. 20. Ксения. 21. Барокко. 22. Джо. 24. Акт. 25. Епархия. 27. Гипнотизер. 29. Авантюризм. 34. Костюм. 35. Сборка. 37. Рапира. 38. Никита. 40. Три. 44. Лава. 45. Угги. 47. Опра. 49. Нунчаки. 51. Далила. 52. Квадрат. 53. Лье. 55. Ереван. 56. Изаура. 58. Обед. 59. Канн. 61. «Ромэн». 64. Мавритания. 65. Андеграунд. 67. Атавизм. 68. ЦСКА. 71. Нарвал. 74. Евгений. 75. Басмач. 77. Навага. 79. «Аида». 81. «Оно».



# ЧЕМ ОПАСНА БЕССОННИЦА, ИЛИ ПОЧЕМУ ПРИВЫЧНЫЕ СРЕДСТВА НЕ ВСЕГДА ПОМОГАЮТ?

## ШОКИРУЮЩАЯ ПРАВДА ОТ РОССИЙСКИХ УЧЁНЫХ

**«Болят, ничего не помогает». Знакомо?**

Особенно если уже далеко за 50 или даже 80. И дни, когда ничего не болит, стали редкими, как солнце в ноябре. Чувствуется, как человек с каждым днём всё больше превращается в комок застарелых болячек. И не спит по ночам... Но не спешите ругать специалистов. Российские учёные нашли причину, почему привычные средства иногда не помогают. Ответ на этот вопрос Вас просто шокирует!

### ПОЧЕМУ ЛЮДИ БОЛЕЮТ?

Вы удитесь, но причина практически всех наших бед лежит в плохом сне. Да-да, Вы не ослышались. Нет, сам по себе недосып не является причиной серьёзных заболеваний. Но он, как спусковой крючок, может спровоцировать неприятные последствия. А всё потому, что при дефиците ночного сна активность мозга начнёт стремительно снижаться. Мозг пытается компенсировать недосып. И активирует те части мозга, которые не должны работать. Это как резервная электрическая станция у человека. Когда же резервы уже исчерпаны, клетки мозга начинают потихоньку отмирать и «выключаться», как перегоревшие лампочки.

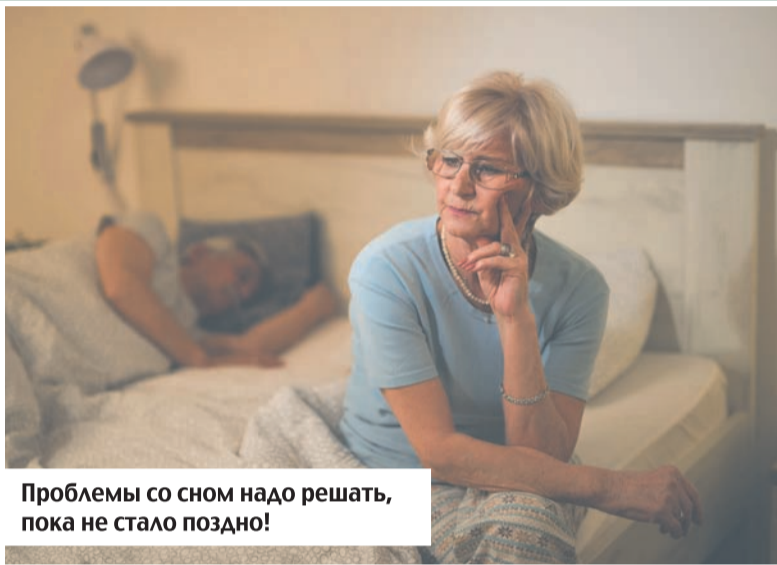
Понимаете? Так ведь и до серьёзных последствий и болезней может быть не далеко... Что может быть хуже? Кроме того, сон позволяет мышцам расслабиться. А если человек спит мало? Или сон чуткий, прерывистый?

Мышцы находятся в постоянном напряжении. Это касается и сердечной мышцы. И мышц, которые держат суставы и позвоночник. А сосуды? Они становятся зажаты мышцами! Их просвет сужается. В итоге кровь не поступает в должном объёме. А вместе с ней и кислород, и питательные вещества. Следовательно, и привычные средства при нарушении кровотока могут хуже действовать! Но выход из этого замкнутого круга есть!

### ЛЕЧИТЬСЯ ВО СНЕ — ЭТО РЕАЛЬНО?

И вот тут начинается старая песня: «болит, ничего не помогает», «привычные средства, не всегда действуют». Да, потому что могут быть проблемы и со сном! А об этой простой причине многие даже не догадываются!

Не зря специалисты первым делом задают вопрос: «А как Вы спите?». Итог: пока человек страдает нарушениями сна — болезням трудно уйти! Ведь если в лодке пробоина, то сколько ни вычерпывай воду, она снова наполнит лодку. Но стоит наладить сон, как если не все, то большинство проблем со здоровьем решатся! Так сказать, «одним ударом убить семерых».



Проблемы со сном надо решать, пока не стало поздно!

Но с возрастом сделать это самостоятельно крайне сложно. Увы, так устроена физиология. Уже после 45 лет снижается выработка мелатонина (гормона сна). К 60 его катастрофически не хватает. Вот тут может понадобиться помощь профессионала! В итоге многолетних исследований был создан аппарат для лечения нарушений сна — «Вижн».

### ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ:

- Нормализация и восстановление качества сна;
- Снижение общего напряжения и чувства усталости;
- При стрессе и эмоциональных нагрузках;
- Психосоматические расстройства;
- Головные боли, связанные с умственными и эмоциональными нагрузками;
- Депрессия.

### МЕДИЦИНА БУДУЩЕГО

Вы наверняка уже слышали, что есть аппараты для лечения суставов, позвоночника и даже желудка. Подобных предложений на рынке сейчас великое множество.

Но вот про аппарат для лечения нарушений сна Вы наверняка слышите впервые. «Вижн» — это принципиально новый подход к лечению большинства заболеваний. Он может — вернуть потерянный сон!

Аппарат прошёл клинические испытания и является медицинским изделием. Это значит, что можно быть уверенным: качество — на высоте!

### ПОСМОТРИТЕ ДРУГИМИ ГЛАЗАМИ!

Так как лечебные импульсы аппарата поступают в мозг через сетчатку глаза, «Вижн» положительным образом воздействует и на органы зрения.

Это приятный бонус, который способствует восстановлению зрения при таких заболеваниях, как:

- Близорукость (миопия): профилактика и лечение близорукости;
- Дистрофия сетчатки: снижение риска развития дистрофии сетчатки;
- Астигматизм: стабилизация работы аккомодационного аппарата глаза;
- Глаукома: нормализация внутриглазного давления;
- Катаракта: профилактика и лечение начальной стадии катаракты;
- Атрофия зрительного нерва: профилактика дегенерации зрительного нерва;
- Спазм аккомодации: расслабление мышечного аппарата глаза при длительной интенсивной нагрузке;
- Астигматизм (зрительная усталость): устранение боли и дискомфорта в глазах.

Так, проводя процедуры на аппарате «Вижн», одним выстрелом можно убить двух зайцев. И наладить сон, и наладить зрение. Здорово?

### ПРОСТО, НЕДОРОГО, НАДЕЖНО

«Вижн» сделан в виде специальной маски, которая полностью повторяет анатомическую форму черепа. И для того, чтобы начать лечение, нужно надеть аппарат на голову и нажать кнопку. Эластичные крепления подойдут на любой объём головы. Это не человек подстраивается под аппарат, а аппарат подстраивается под человека! Лечение стало комфортным. Процедуры можно проводить и дома, самостоятельно. Согласитесь, это удобно! Что происходит во время сеанса?

Лечебные импульсы аппарата через сетчатку глаза поступают в головной мозг. И дают ему сигнал, что организм устал и нуждается в отдыхе.

В ответ получают реакцию нейронов головного мозга. И он начинает готовить организм ко сну. Происходит общее расслабление мышечной мускулатуры, изменяется обмен веществ и работы внутренних органов. Организм переключается в режим «энергосбережения».

Это нужно для того, чтобы утром встать бодрыми и отдохнувшими. Полными сил. Без головной боли, отёков и мешков под глазами. Сон становится глубоким, здоровым и уже не нужно просыпаться от каждого шороха. А в случае пробуждения сон приходит снова. На утро голова ясная. А по ощущениям, будто 20 лет скинули! И это уже после первых процедур! \*\*

### ОБРАТНАЯ СТОРОНА

Многие люди в борьбе с нарушением сна бывают допускают серьёзную ошибку.

Это привычные средства для сна! На первый взгляд, они кажутся вполне безобидными. Они помогают справиться с нарушениями сна и неврозами. Но некоторые из них вызывают быстрое привыкание, перерастающее в зависимость. Оказывают токсическое действие и со временем могут разрушать организм.

### «ВИЖН» ДЕЙСТВУЕТ БЕРЕЖНО:

- Лечебное действие часто наступает уже после первого применения\*\*;
- Не вызывает привыкания и не оказывает токсического действия;
- Дополнительно налаживает ещё и работу органов зрения;
- Можно совмещать с лекарственными препаратами по согласованию с врачом;
- Отечественного производства и имеет статус медицинского изделия.

Сколько лечатся заболевания? Месяц, год, а может больше? Сколько уже потрачено денег? Ответа нет! Может выбран не совсем правильный путь? Выход в другой стороне!

Только вздумайте! Ещё недавно для людей с нарушениями сна альтернативы было мало. А сейчас есть выбор! Российские учёные сделали поистине шикарный подарок в виде аппарата «Вижн».

Вот она, медицина будущего, пользуйтесь! Не нужно мучаться, хватит страдать. Подарите шанс на здоровую, полноценную жизнь — закажите аппарат «Вижн». А если поторопитесь — успеете приобрести его до повышения цены\*.

Звоните 8-800-777-95-83. И помните, жизнь одна. Запасной не будет!



Prodex



**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС:  
8 (800) 777-95-83**

**Новогодняя РАСПРОДАЖА!**

**АППАРАТЫ ПО ЦЕНАМ 2024 ГОДА!\***

ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕЙСТВУЕТ ДО 24 ЯНВАРЯ 2026 ГОДА!\*



**БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ РОССИИ!**

**WWW.PRODEX.RU<sup>1</sup>**

**УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ И ГОСТИ ГОРОДА МОСКВЫ,**  
приглашаем вас посетить наш магазин медицинской техники!



**УДОБНОЕ РАСПОЛОЖЕНИЕ. РАБОТАЕМ ПО АДРЕСАМ:**

м. «Пионерская»,  
ул. Малая Филевская, д. 18

м. «Варшавская»,  
ул. Артековская, д. 1А

(ВХОД СО СТОРОНЫ МЕД. АНАЛИЗОВ КДЛ)

**КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА**

**СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ:\***

**НОВОСТЬ**

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка АО «Почтой России» или курьером до двери.  
\*\*Результаты могут отличаться. \*Акция действует с 24.12.2025г. по 24.01.2026г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Оплата при получении. 'ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Перевод: Селфдокс, вижн, продекс. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.