

ФИНАНСЫ 9

Инфляция замедляется, кредиты дешевеют
Эльвира Набиуллина планирует полностью оздоровить банки за 2—3 года



ПРАВО 14

Сколько взять с пенсии?
Верховный суд разъяснил, чем надо руководствоваться, забирая деньги у должников

**Тираж
номера
3 281 975**



ПРОГРАММА
ТЕЛЕВИДЕНИЯ
на неделю

включая
региональные
каналы

19

Российская Газета



№ 67 (7233)
30 марта — 5 апреля 2017
www.rg.ru

НЕДЕЛЯ

Общественно-политическая газета

ПЯТНИЦА 31 МАРТА → СУББОТА 1 АПРЕЛЯ → ВОСКРЕСЕНЬЕ 2 АПРЕЛЯ → ПОНЕДЕЛЬНИК 3 АПРЕЛЯ → ВТОРНИК 4 АПРЕЛЯ → СРЕДА 5 АПРЕЛЯ → ЧЕТВЕРГ 6 АПРЕЛЯ



ДОКУМЕНТЫ ИСТОРИИ Александр Солженицын — революционные фрагменты в современном прочтении 4—5

Наконец-то революция

ЭКОНОМИКА 7 **ДЕНЬГИ** 8 **СЕЛО** 10—11 **ЗДОРОВЬЕ** 26

Роман с женьшенем. Программа «Дальневосточный гектар» поможет создать новые поселки

Минфин ждет инвестора. В апреле можно будет купить первые «народные облигации»

Даешь петуха! Есть ли жизнь на земле без своего хозяйства?

Дым, в котором я живу. 6 способов бросить курить

СОБЫТИЯ И КОММЕНТАРИИ



За Полярным кругом
Президент и премьер сходили
в музей на Земле Франца-Иосифа

ВЛАДИМИР Путин и Дмитрий Медведев осмотрели музейную экспозицию Национального парка «Русская Арктика» на острове Земля Александры, входящем в архипелаг Земля Франца-Иосифа. Президенту и премьеру рассказали о повадках белых медведей и моржей и показали археологические находки, начиная от обломков лодок поморов до артефактов с секретной немецкой метеостанции времен Великой Отечественной войны.

Малый не покажется

После спектакля в Малом театре президент прилетел на самую северную территорию России



Владимир Путин внутри вертолета на острове Земля Александры.

ТЕАТР

Наталья Борисова

Владимир Путин посетил остров Земля Александры, который входит в архипелаг Земля Франца-Иосифа, и оценил результаты работ по ликвидации экологического ущерба арктической зоны России. Там, где раньше валялись тысячи бочек из-под топлива, теперь снежная равнина.

А прежде президент встретился с худруком Малого театра Юрием Соломиным и посмотрел спектакль «Последняя жертва» по одноименной пьесе Александра Островского. Путин похвалил театр за то, что он ставит классику в том виде, как ее задумывали авторы. «Классика всегда современна, — отметил он. — Так ярко играют артисты, так талантливо. Они просто засасывают тебя в то, что они на сцене делают».



Президент Владимир Путин спросил у худрука театра Юрия Соломина, довольна ли труппа прошедшей реконструкцией. Юрий Соломин ответил, что все прошло, как задумывали: театру вернули исторический облик, закуплено современное оборудование и появилось новое хранилище для декораций.

К врачу — без очереди

ПРЕЗИДЕНТ

Владимир Путин потребовал избавить пациентов от очередей. На заседании Совета по стратегическому развитию и приоритетным проектам президент поручил продолжать совершенствование системы здравоохранения, поскольку нерешенных проблем еще много.

Для начала глава государства отметил существенные изменения к лучшему в сфере здравоохранения. Продолжительность жизни — почти 72 года: за 12 лет выросла на 6,5 года. Младенческая смертность снизилась до 6 на тысячу родившихся, при этом в январе она была 5,1. Материнская смертность уменьшилась более чем втрое. Число медучреждений, оказывающих высокотехнологичную помощь, выросло более чем в 10 раз. Есть все возможности к 2025 году увеличить продолжительность жизни до 76 лет, уверен глава государства. Правда, его настораживает то, что смертность граждан трудоспособного возраста в 2015 году возросла. «Ничего критического здесь пока нет, тем не менее на это следует обратить внимание», — призвал он.

Среди проблем — сложности с записью на прием к специалисту и хамство в регистратурах

«Предстоит создать действительно современную систему здравоохранения, причем на всех уровнях», — указал Путин. Она должна соответствовать самым высоким мировым стандартам. «Нужно прямо сказать: несмотря на очевидные изменения, у нас еще много, очень много нерешенных проблем», — констатировал Путин. Среди них — нехватка врачей, сложности с записью к нужному специалисту, время обследования и даже хамство в регистратурах.

Информатизация медицинских учреждений — лишь механизм решения проблемы, считает президент.

— Следует не просто обеспечить поликлиники и больницы Интернетом, а добиваться того, чтобы граждане попадали на прием и проходили обследование без нервов и очередей, в том числе пожилые люди, которые не всегда разбираются в таких понятиях, как «информационные технологии» и «электронная запись». А врачи избавились бы при этом от ненужной бумажной работы и больше времени могли бы уделять пациенту, непрерывно улучшать свою квалификацию, — заметил Путин. — Нужно повышать престиж, статус, материальное положение медицинских работников, укреплять их защиту, в том числе правовую.

Кира Латухина

СОБЫТИЯ И КОММЕНТАРИИ



В чистоте и без обиды
«День соседей» пройдет более чем в половине регионов России

ВСЕРОССИЙСКАЯ ЖКХ-акция пройдет 26 мая более чем в половине регионов России и будет посвящена благоустройству дворов и созданию комфортной городской среды. «День соседей» — не альтернатива субботникам. Акция проходит в России в третий раз, ее организаторы говорят, что таким образом укрепляются еще и добрососедские отношения. Причем гораздо эффективнее, чем попытка регулировать соседские конфликты законами.

Правила поправили

Правительство ввело ограничения для начинающих водителей

АВТО

✎ Владимир Баршев,
Владимир Кузьмин

Правительство утвердило поправки в Правила дорожного движения, ограничивающие начинающих водителей. Изменения обсуждались на совещании у премьера Дмитрия Медведева с его заместителями.

Какие конкретно ограничения вводятся этими поправками? Водитель со стажем менее двух лет не может буксировать другие транспортные средства. Это должны делать более опытные водители. Начинающим водителям мопедов и мотоциклов до достижения двухлетнего стажа запрещено перевозить пассажиров. И еще одна новость: за отсутствие знака «начинающий водитель» будут штрафовать.

Изменения в ПДД оградят начинающих водителей от проблем, связанных со сложными видами перевозок, считает Дмитрий Медведев. Он напомнил, что подобные ограничения существовали еще в советский период, действуют они и в других странах. «Но нам нужно найти свой путь, — заметил он. — С одной стороны, помочь молодым водителям научиться как следует управлять транспортным средством, а с другой стороны, конечно, не связать их по рукам и ногам, чтобы они вообще не могли ездить, машина стояла бы на приколе».

«Надо посмотреть, как они (новые правила. — Прим. «РГ») будут работать, потому что их смысл именно заключается в том, чтобы оградить молодых и не очень опытных водителей от тех проблем, которые могут возникнуть в связи с выполнением сложных видов перевозок или перевозок людей», — заявил премьер.



Надо посмотреть, как новые правила будут работать, считает Дмитрий Медведев.

Статистика последних лет говорит о том, что работа по упорядочению дорожного движения дает свои плоды. Как отметил первый вице-премьер Игорь Шувалов, в 2016 году количество ДТП по сравнению с 2015 годом снизилось на 5,6% до чуть более 173,5 тысячи. Раненых стало на 4,3% меньше — 221 140 человек; погибших — на 12% меньше, но все равно много — 20 308 человек. «Цифры огромные, но каждый год уже несколько лет подряд и количество раненых, и количество погибших в дорожно-транспортных происшествиях становится все меньше», — констатировал Шувалов.

Надо сказать, что эти поправки в правила скажутся и на опытных водителях. В перечне обязательных знаков, без которых запрещается эксплуатация автомобиля, есть и знак «Шипы». Его требуется устанавливать на машины с шипованной резиной. Постановление вступит в силу уже через неделю. Большинство водителей еще не переобували машину в летние «тапочки». Уже на следующей неделе инспектор ГИБДД сможет выписать штраф 500 рублей за отсутствие этого знака.

Военным добавили штатских

АРМИЯ

С июля нынешнего года Российская армия может иметь в своем составе 1 903 051 человека.

Это не означает, что все они будут носить военную форму. Владимир Путин Указом от 28 марта внес изменения в Указ от 8 июля 2016 года «О штатной численности Вооруженных Сил Российской Федерации». Отныне данная категория ограничивается 1 013 628 военнослужащими. Остальные почти 900 тысяч — гражданский персонал.

Напомним, что в начале года количество штатских специалистов в армии и на флоте было установлено в 884 тыс. человек. Глава государства теперь разрешил генералам дополнительно принять на работу в воинские части и учреждения еще почти шесть тысяч человек. А число солдат и офицеров в армии останется неизменным.

То есть говорить, что наша страна резко наращивает свой боевой строй, нет никаких оснований.

Еще девять лет назад было принято решение, что для надежной защиты государства Вооруженным силам РФ вполне достаточно миллиона штыков. За прошедшие годы минобороны в целом придерживалось установленной численной планки. Причем все это время менялся качественный состав армейского и флотского строя: там становилось больше контрактников и сокращался солдатский призыв. Однако надо понимать: военная организация страны постоянно совершенствуется, и этим изменениям должна четко соответствовать организационно-штатная структура Вооруженных сил.

В зависимости от людских потребностей военного руководство готовили для президента свои выкладки по личному составу. А глава государства указами корректировал численность солдат и офицеров.

Так происходило довольно часто, но принципиального характера штатные изменения никогда не носили. Что же касается гражданского персонала Вооруженных сил, то небольшой рост его численности

вполне объясним и логичен. На некоторых оперативных направлениях идет наращивание боевых возможностей соединений и частей.

Например, на коллегии минобороны глава ведомства Сергей Шойгу рассказал, что в прошлом году в Центральном военном округе создали мотострелковое, танковое и зенитное ракетное соединение.

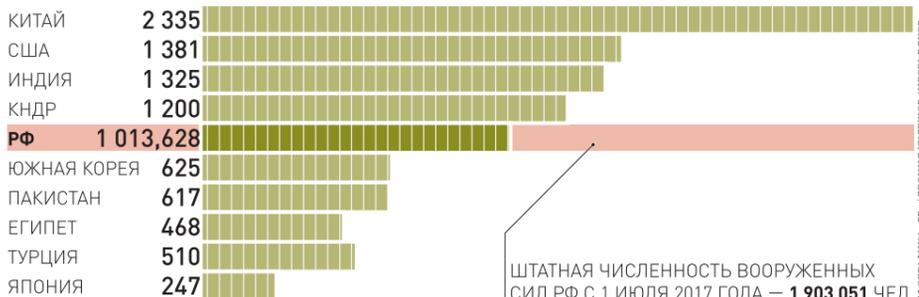
Новые дивизии и бригады также появились на Юге России, в некоторых других регионах страны. И если их формирование в основном шло за счет передислокации уже имеющихся подразделений и в целом не потребовало дополнительных солдат и офицеров, то с гражданским персоналом в обустройстве гарнизонов есть проблемы.

Те, кто раньше работал с военными, к новым местам их службы не поехал, поэтому после перебазирования, а тем более создания «свежих» частей командирам надо набирать новых штатских сотрудников. В том числе и этим обстоятельством, по-видимому, и объясняется некоторое увеличение общей численности Вооруженных сил.

Юрий Гаврилов

10 КРУПНЕЙШИХ АРМИЙ МИРА, ТЫС. ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Источник: Указ президента РФ №127 от 28 марта 2017 г., данные из открытых источников



В России запретят старые счетчики

ЖКХ

В России с лета следующего года может быть запущена новая система учета электроэнергии smart metering. Так минэнерго хочет снизить потери электричества и адресно воздействовать на неплательщиков путем дистанционного их отключения от сети.

При этом модернизировать или устанавливать старые приборы учета могут запретить.

Стоимость «умного» счетчика — около 30 тысяч рублей. При этом, обещают авторы законодательной инициативы, потребители тратить свои деньги на переустановку счетчиков не будут. Однако некоторые эксперты не исключают, что деньги с граждан все равно возьмут за счет повышения тарифов.

Но есть и плюсы. «Установка подобных «умных» приборов учета выгодно добросовестным потребителям коммунальных услуг, — рассказала «Российской газете» исполнительный директор организации «ЖКХ Контроль» Светлана Разворотнева. — Сейчас из-за того, что показатели потребления электроэнергии снимаются раз в полгода, а также из-за разных приборов учета с различной же точностью, долги делятся на всех собственников дома. Эту задолженность вписывают в строку «общедомовые нужды».

Если появится возможность снимать показания с каждого потребителя дистанционно и в любое время, подобной необходимости не будет. «В выигрыше будут те, кто платит честно. На них уже нельзя будет «повесить» потребление тех, кто не платит или мухлюет. Хорошо бы установить такие системы и в других сферах ЖКХ», — отмечает Светлана Разворотнева.

По оценке «Россетей», розничный энергопотребитель России сегодня оснащен автоматизированным учетом на 9 процентов. Пилотные проекты по smart metering оператор реализует с Российским фондом прямых инвестиций в Калининграде, Ярославле и Туле. В пилотных регионах счетчики ставят за счет инвесторов, а окупаются они благодаря экономии от снижения потерь.

В сентябре 2016 года правительство утвердило новый национальный план повышения энергоэффективности зданий. К 2025 году высшим классом энергосбережения должен будет обладать каждый третий новый дом в России, а энергозатраты в ЖКХ в целом должны снизиться на четверть.

Алена Узбекова

КАТАРАКТА С ГЛАЗ ДОЛОЙ!
Революция в офтальмологии!

Впервые, благодаря инновационным технологиям, разработан аппарат для коррекции зрения **БЕЗ ОПЕРАЦИИ – ГАЛАЗОМИР!** Глазные недуги могут отступить на любой стадии болезни и в любом возрасте под действием лечебных частот **ГАЛАЗОМИРА**. Теперь с катарактой, глаукомой и атрофией зрительного нерва можно эффективно бороться даже в домашних условиях! **ГАЛАЗОМИР – ВАШ «ДОМАШНИЙ ДОКТОР»!**

Подробности по телефонам (звонок по всей России бесплатный):
8-800-500-45-93; 8-495-646-84-03

000 «Элит-Трейд» 140402, Московская обл., г. Коломна, ул. Зеленая, д. 31 А, оф. 318, ОГРН 1125476242594. РЕКЛАМА 16+
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ



В отмеренных сроках
Солженицын 30 лет готовился
к написанию «Красного колеса»

АЛЕКСАНДР Солженицын задумал написать роман-эпопею «Красное колесо» еще студентом, в конце 1930-х. Начал писать в 1969 году и завершил в 1991-м. Его собрание сочинений в 30 томах выходило не в хронологическом порядке. После первого тома были опубликованы 7-й и 8-й том—об этом попросил издательство сам автор, чтобы поскорее внести правку. Дело в том, что с 7-го тома и началась публикация «Красного колеса».

Наконец-то революция «Теперь мы будем пить через соломинку!»

ДОКУМЕНТЫ ИСТОРИИ

В предлагаемой подборке из «Марта Семнадцатого» («Красное Колесо», Узел III) Александра Солженицына читатель найдет сцены из жизни петроградских и московских улиц с 23 февраля по 17 марта 1917 года. Эти сцены взяты из глав, которые автор называл «фрагментными»: целые главы составлены из осколков, фрагментов реальных событий. Все эти фрагменты документальны—их можно найти в февральских газетах, они содержатся в показаниях свидетелей, многих из которых Солженицын еще застал. В разгар революционных событий фрагментные главы точнее всего передают воздух момента, густки напряжения, энергии, ликования и отчаяния. В февральском бурлении монархия пала, «отречение произошло почти мгновенно»,— писал Солженицын,— «но проигрывалось оно 50 лет, начиная от выстрела Каракозова».

 Александр Солженицын

—Бают, ржаную муку совсем запретили, выпекать боле не будут. Будет хлеба по фунту на рыло.

—Куда ж мука?
—Да царица немцам гонит, им жрать нечего.

Слухам верят больше, чем власти.

Булочная Филиппова, роскошная. В трёх окнах — зеркальные двойные стёкла, за ними — пирожные, торты, крендели, ситники.

Молодой мещанин ломком размахнулся, — от него отбежали, глаза защитили, — а вот так не хочешь? Брыз! — стекло зеркальное.

И — ко второму. Брыз! — второе. И — повалила толпа в магазин.

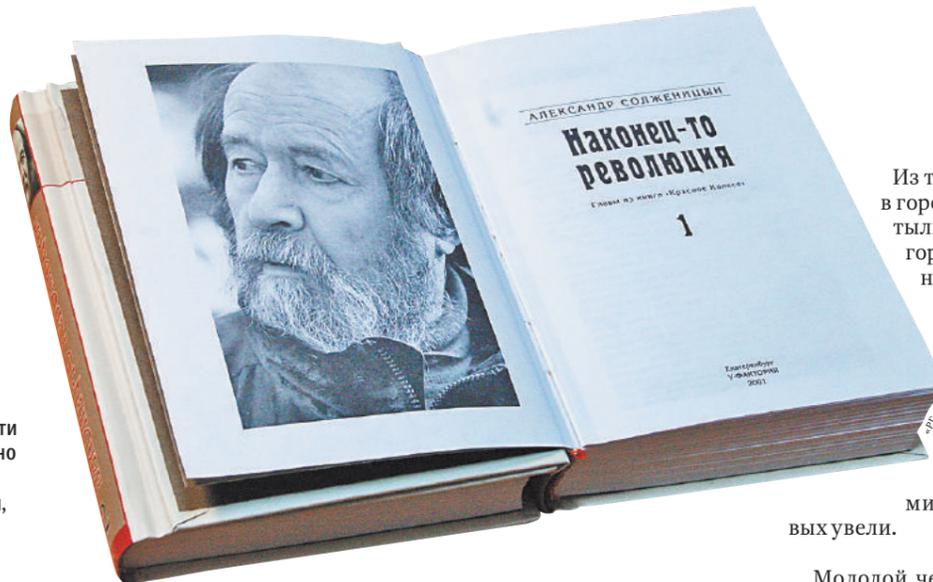
С весёлым вызовом лиц и заунывным стоном:
—Хле-е-еба... Хле-е-еба...

Понравилась игра. Барские меховые шапки, котелки, модные дамские шляпки, простые платки и чёрные картузы:
—Хле-е-еба... Хле-е-еба...

С утра разграбили мясную лавку Уткина на Съезжинской, — хотя не о мясе шёл спор, а как-то само пошло: камнями — в стёкла, там одна баба вперёд, за ней и все, и — кур, гусей, свиные окорока, бараньи ноги, куски говядины, рыбыны и масло плитками безо всяких денег захватывали и уносили.

И чайный магазин заодно разграбили: чай-то, он в руках лёгкий, а дорогой, чаю полгода не покупать — экономично. (Захватили городские двух баб и одного подростка, увели.)

Кому время пришло — это подросткам. Озорство — и дозволено, надо ж! Что к чему — это взрослым знать, а нам! — с палками по Лиговке бегут и в мелочных лавках стёкла — бей! бей! бей!



В шести разбили — дальше пробежали. И не поймаешь.

Чем отличался сегодняшний день — не было весёлого настроения, как бы игры, двух предыдущих. Больше не было напевания «хлеба! хлеба!», да и лавки громить остыли. Народ вполне уверился в дружелюбии войск, и особенно казаков. (Подходили женщины вплотную к их лошадям, поправляли уздечки.) Третий день среди демонстрантов не было потерь — и полицию тоже народ перестал бояться, напротив — сам на неё лез, и с нарастающей злобой.

А полицию — уверенность покинула. Никто не был за них, ни даже само начальство, и потерянными точками в тысячных толпах они должны были что-то сдерживать.

Стала чувствоваться власть улицы.

В толпе увеличилось молодёжи — интеллигентной и полу-. Разрозненно, по одному, но во многих местах, стали появляться красные флаги. И когда ораторы; поднимались, то кричали не о

На многих улицах предупреждают: «Дальше не идите, там стрельба!»

хлебе, а: избивать полицию! низвергнуть преступное правительство, передавшееся на сторону немцев!

В толпе человек перестаёт быть самим собой и каждый перестаёт думать трезво. Чувства, крики, жесты — перенимаются, повторяются как огонь. Кажется: толпа никому не подчиняется? — а легко идёт за вожак. Но и сам вожак вне себя и может не сознавать себя вожаком, а держится — на одном порыве, две минуты, и растворяется вослед, уже никто. Лишь уголовник, лишь природный убийца, лишь заряженный мстество — ведёт устойчиво, это — его стихия!

Из толпы стали бросать в городских пустыми бутылками. Потом дали по городским с подюжны револьверных выстрелов — одного ранили в живот, другого в голову, тех ушибли бутылками.
Полицейский офицер ответил двумя выстрелами. Раненых городских увели.

Молодой человек в студенческой фуражке вытащил из-под пальто предмет, стукнул о свой сапог — и бросил под конных городских, в середину. Оглушительный треск — и лошади взорваны, седоки навзничь.

Кто и когда поджёг Окружной суд — свидетелей нет.

В самый разгар пожара толпа не пожелала допустить пожарную команду, та уехала. Стояли, глазели, одобряли. Соседние гимназисты утаскивали папки, для забавы. Тащили «дела» с фотографиями осуждённых. Стоял молодой человек из судейских и, смеясь, громко стыдил толпу, что горит нотариальный архив, и какая это беда, и для чего он нужен. Мрачный мастеровой сплюнул и выматюгался:

—...так и так тебя с твоим архивом. Дома и землю без архива разделим.

По Суворовскому — катит грузовик с солдатами. Густой гудок непрерывно ревет — и толпа сбегается. Из кузова выбрасывают на ходу на сторону — винтовки, сабли. Молодёжь подбирает, потом ладит,

как привесить. А подростки — бегут от радости, переее всех хватают.

За этот день разгромили семь тюрем. На улицах арестанты и каторжники, в халатах, в тюремном, прогуливаются весело, целуются друг с другом и с солдатами.

Всех до одного освобождали, не расспрашивая. Вместе с политическими вышли на свободу (много больше их) и все уголовные. И в тех же часах начались по городу грабежи, поджоги и убийства.

Рабочие разоружили охрану Финляндского вокзала и захватили его. Порвали семафоры, и движение поездов прекратилось.

На Николаевском вокзале напирала солдатня на буфет, требуя закусок. Потом вломились, разогнали поваров, что можно — съели, перебили все тарелки до последней, а столовое серебро и бельё унесли. Говорили: в Государственную Думу.

На улицах стали повсюду разоружать офицеров, мирно: шашку, револьвер отдай — и идите, ваше благородие.

На Суворовском какие-то солдаты подошли к офицеру и сорвали с него погоны.

Он отошёл несколько шагов в сторону — и застрелился.

Дежурный офицер Измайловского батальона у ворот ответил подошедшим взбунтованным солдатам, что в помещение батальона входить нельзя. Его — закололи тут же в два штыка, стряхнули на землю. (Потом раздели — и голым бросили в чулан.)

Шёл офицер в полной форме и без красного. Чернь загнала его с улицы на лестницу дома — и там за-



Февральская революция, очередь у продовольственного магазина. 1917.



Книгочеи №2 Китай, Россия и Испания вошли в тройку самых читающих стран

В МИРОВОМ рейтинге исследовательской компании GfK, которая провела онлайн-опрос 22 тыс. человек в 17 странах мира, мы на втором месте. 59% россиян заявили, что читают ежедневно или хотя бы раз в неделю. В Китае доля читающей публики составляет 70%, в Испании—57%. Напротив, очень мало книг читают жители Нидерландов, Южной Кореи, Бельгии, Канады, Франции и Японии.

стрелила, забрызгав стены кровью и мозгами.

И эта же толпа—этих же офицеров в июле Четырнадцатого несла на руках по улицам!.. А ведь та самая война и продолжается.

А на Садовой—обычный вид, магазины и лавки открыты, на Апраксином и Шукином рынках—толпы покупателей, приказчики зазывают, разносчики с лотками перекрывают друг друга, шутят, смеются.

Волокли за ноги по снегу связанного городского. Кто-то подскочил и выстрелом кончил его.

На Моховой из окна пристава грохнули на мостовую роля, а тут доколачивали прикладами.

Оратор, стоя на ящике, просит товарищей военных не бросать в костёр патроны, они ещё понадобятся в борьбе с контрреволюцией. Но уж как начали забаву—отрывать нельзя, и все бросают. Патроны взрываются с треском и заглушают оратора.

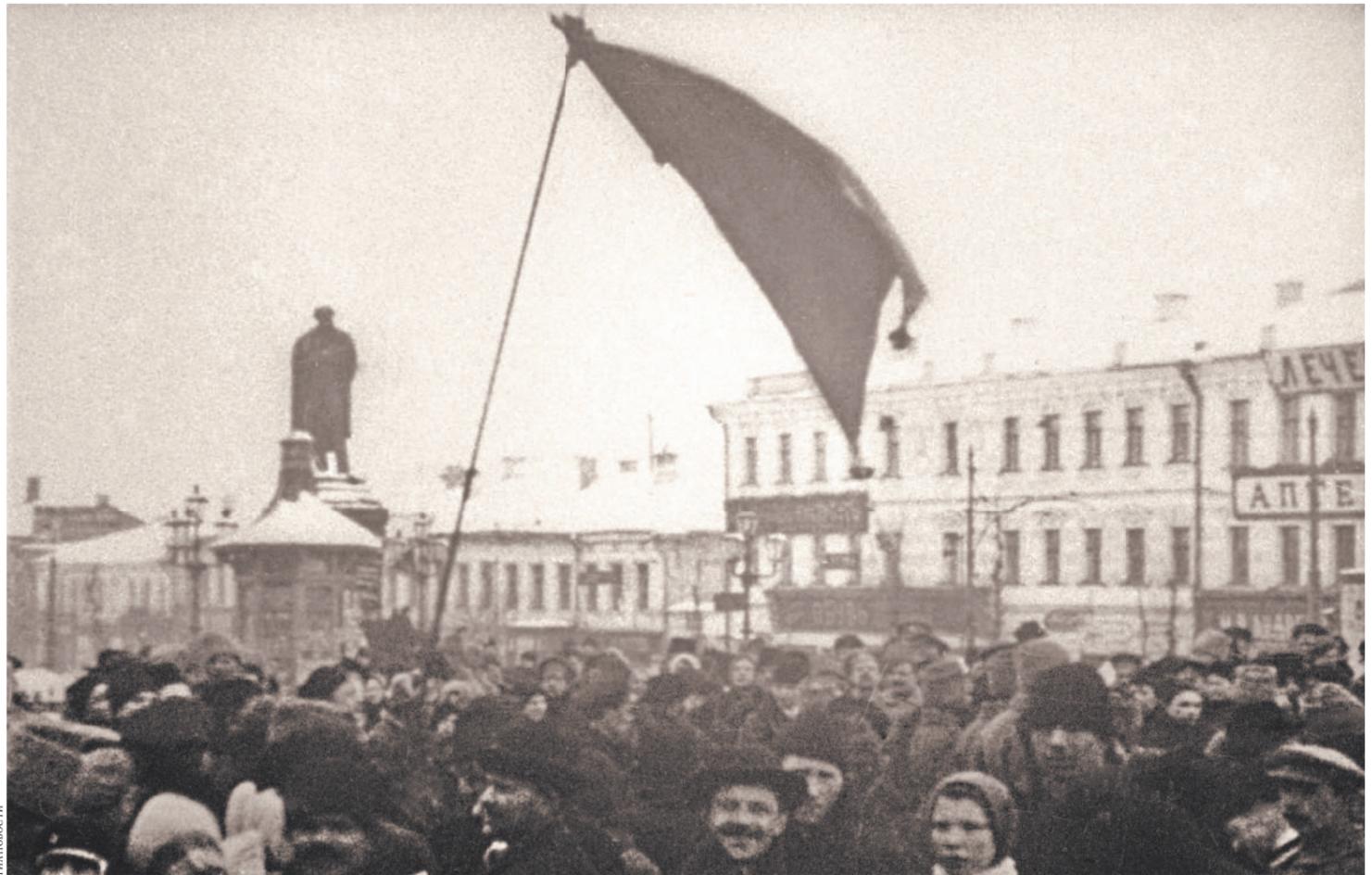
Цепляют красное на шапки (тогда кокарда), на грудь, на рукав, на штык, на саблю, на палку (тогда флаг), вяжут на шею, на плечо. Банты, бутоньерки, репейники, ленты. Штатский—ещё может пробираться без красного, и то стыдят, но военный, похожий на офицера,—никак. Офицеру вообще опасно появляться на улице.

Да везде много, бесцельно стреляют, везде ходить опасно. Стреляют из озорства. И чтобы дать выход нервному возбуждению. Довольно одному солдату нечаянно нажать курок, как перепалка охватывает целый квартал.

По Театральной площади две образины тянули маленькие санки, и к ним привязанный труп городского на спине. Из встречных останавливались и со смехом спрашивали, как «фараон» был убит. А двое мальчишек лет по 14 бежали сзади и старались всадить убитому папиросу в рот.

Трупы убитых городских сбрасывали и в помойные ямы.

Вправление Путиловского завода ворвалась куча вооружённых:



Москва. Пушкин. 1917 год.

«Выдайте кассу!» Отказ. Схватили военного директора завода генерал-майора Дубницкого: «Едем в Думу!» Его помощник, тоже генерал: «Я вас не оставлю, вместе служили...» От Нарвской заставы генералов высадили: «Нечего кровопийц возить!» Погнали штыками до Балтийского вокзала, избивая,—и утопили под лёд Обводного канала.

Выпить и опохмелиться!—только б найти где. Пьяных—всё больше в толпе. Пьяные матросы флотского экипажа в Коломне врываются в квартиры домов, грабят. Военных арестовывают, увозят на грузовиках.

Дворник в жёлтой дублёнке с чистым фартуком подбирает дере-

вянной лопатой комья кровавого снега. От снега шёл лёгкий пар.

— Довольно, братцы!— кричит солдат с коня.— Теперь мы будем пить через соломинку!

В здание Технологического института солдаты привели полковника 1-го стрелкового полка Четверикова—и требовали тут сейчас судить его за строгость к солдатам. С помощью студентов начали суд. Но вбежал ещё один солдат—выхватил шашку и зарубил полковника.

Из Калуги приехала мать молодого измайловского офицера, позавчера убитого у казарменных ворот. Она нашла его тело в чулане нагим: хорошо был одет, всё содрали.

И никто не помог хоронить. Но улюлюкали из толпы.

Собрание печатников на Калашниковой бирже решило: буржуазных газет пока не печатать. По постановлению Совета рабочих депутатов разрешён выход в свет только тех газет, которые не будут противостоят революционному движению.

Из Таврического выносят свежий номер «Известий Совета Рабочих Депутатов», несут к автомобилю, развозить и разбрасывать по городу. Публика накидывается, умоляя поделиться. Несущие начинают разбрасывать. В свалке один солдат кричит:

— Да стойте же! Да тише же! У меня бомба в руках!

Еле выбирается из гущины. И правда, бомба. Морская мина.

— Ведь эка лезут, непонятливые!

Обстреливали с улицы высокий дом, ранили домовладельца: пуля вошла через подбородок, пробуровила лицо, вышла над глазами. «Ты стрелял?»—«Нет!»—Солдат

В Москве излюбили стягиваться на постоянный митинг к памятнику Пушкина

хочет его пристрелить, а штатский в чёрном пальто: «Зачем на такую скотину пулю тратить?»—Схватил полено от печи и пришиб его. Стащили убитого вниз, показать народу, бросили под ворота. И штатский рассказывает толпе, как убил, дико вращая глазами.

В красных лучах заката вдоль Дворцовой набережной мимо Летнего сада медленно движется грузовик. На нём—матрасы, узлы, вещи, вывезенные из квартиры жандарма, то ли арестованного, то ли убитого. Его самого мундир высоко торчит, надетый на подметальную щётку, и пустые рукава болтаются на ходу. Впереди вещей наверху в кузове—двое солдат без поясов, шапки кое-как. А между ними—пьяная девушка в яркой жёлтой косынке скатертного материала, с красной перевязью наискось по пальто и с обнажённой саблей в руках. Охрипшим диким голосом она поёт, уже видно не первый раз:

Вы жертвою пали в борьбе роковой,—

и размахивает саблей в такт.

Как раз проехали мимо того места, где Каракозов стрелял в Александра Второго.

Досадная опечатка вкралась в предыдущий приказ подполковника Грузинова по войскам г. Москвы. Напечатано: «Затем строй-

ными рядами проходили мимо меня мои войска», нужно читать: «мимо меня народные войска».

В эти дни к екатеринбургским домам терпимости солдаты стояли в длинных вереницах, как обыватели за сахаром, и, по сведениям комитета, на каждую проститутку приходилось в сутки до 60 посещений—но протест от них пришёл не о том, а что они как свободные гражданки не желают больше подвергать себя врачебному осмотру.

Вслед за уголовниками изъявили желание освободиться из тюрьмы и идти на фронт также и воровки. Запросили Керенского—он распорядился отправлять воровок сёстрами милосердия. Красный Крест пришёл в ужас, но первое время принимал.

В Москве излюбили стягиваться на постоянный митинг к памятнику Пушкина и памятнику Скобелева. С утра и до вечера кипит, только люди меняются. Ораторы взлезают по карнизам и выступам постаментов.

На митингах требуют: убрать из офицеров, кто с немецкими фамилиями. И просто строгих.

В Петрограде готовились к похоронам «жертв революции»—то есть павших для её торжества. Не хватало трупов. Из лазарета гвардейского Московского батальона собрались везти убитого рабочей милицией капитана Фергена... Полковая дама узнала, возмутилась, вывезла его труп из лазарета и похоронила на Успенском военном кладбище.



Вооружённый студент в патруле у полицейского участка во время февральской революции. 1917 год.



Больше фото на сайте
rg.ru/art/1384429

общество



Против нарушителей на митингах
Полиция в России действует корректнее, чем на Западе

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ Госдумы Вячеслав Володин заявил, что полиция в России действует против нарушителей на митингах намного корректнее, чем на Западе. По его словам, российские стражи порядка «реализуют свое право намного более корректно, в более мягкой форме, чем представители ряда европейских стран, которые используют и водометы, и газ, и резиновые пули для разгона».

Буква закона, свобода собраний

Уважая право на гражданскую позицию, нельзя уважать тех, кто сознательно провоцирует незаконные действия

КОММЕНТАРИИ

Кира Латухина

В Кремле уважают право граждан на выражение своей позиции и анализируют их мнения, но приветствуют, когда это делается цивилизованно. Об этом заявил пресс-секретарь президента Дмитрий Песков, комментируя прошедшие в ряде городов акции оппозиции. Власти не склонны ни преуменьшать, ни преувеличивать их масштабов. В Москве организаторы ввели граждан в заблуждение, спровоцировав их к участию в незаконном мероприятии. К предложениям же участников санкционированных акций, которые прошли в ряде городов, власти прислушаются, подчеркнул Песков.

«Мы с большим уважением относимся к праву граждан выражать свое мнение, свою гражданскую позицию. Безусловно, когда эта гражданская позиция выражается, мы ее учитываем, принимаем во внимание и анализируем», — отметил Дмитрий Песков. «Но, безусловно, мы приветствуем, когда это делается в цивилизованном режиме, без каких-либо провокаций, в соответствии с законодательством», — добавил он.

В Кремле уважают право высказывать гражданскую позицию, но в том формате и в тех местах, которые предусмотрены законом. «Но мы не можем проявить такого же уважения к тем, кто сознательно вводит людей в заблуждение, спровоцировав незаконные действия», — отметил Песков. «Существует информация, что несовершеннолетним участникам акции в Москве в случае их задержания ... сулились денежные награды», — пояснил Дмитрий Песков.

«Те, кто накануне весьма изощренно, псевдоакадемическим языком объяснял, что акция никоим образом не противоречит законодательству, они говорили чистую ложь. Акция не была согласована», — напомнил Песков, говоря о столичном митинге. «Власти Москвы предложили две площадки. «Эти площадки были отвергнуты. Фактически людей заведомо тащили в неразрешенные места. Конечно, с этим согласиться нельзя», — отметил пресс-секретарь президента. «В некоторых городах митинги были согласованы, разрешены и прошли в строгом соответствии с законом, без каких-либо эксцессов. В этих случаях, безусловно, эти лозунги, предложения, критика, которая озвучивалась, будут приниматься во внимание», — заявил представитель Кремля.



Молодые люди явно провоцировали стражей порядка.

КАК ЭТО БЫЛО

Михаил Федотов: Там, где акции были согласованы, никаких столкновений не было



В ходе несанкционированной акции в Москве пострадали сотрудники полиции.

Председатель Совета при президенте РФ по развитию гражданского общества и правам человека Михаил Федотов посетил в госпитале прапорщика московской полиции Евгения Гаврилова, пострадавшего в ходе проведения несанкционированной акции в центре Москвы.

33-летний Евгений Гаврилов получил серьезную черепно-мозговую травму и сотрясение мозга. По словам самого полицейского, удар ему нанес явно профессионал, поскольку он сразу потерял сознание и упал, хотя был в каске.

«Пример этого прапорщика еще раз заставляет обратиться к правовой оценке того, что произошло, ведь там, где публичные акции были согласованы с местными властями, никаких столкновений не было», — указал глава СПЧ.

Пострадавшего Михаил Федотов назвал хорошим скромным

парнем. «У него жена, дочь, еще два брата, и они все вместе живут с родителями в одной квартире. Я пообещал, что совет будет ходатайствовать о том, чтобы ему помогли с решением жилищного вопроса». Глава СПЧ высказался и об организаторах незаконного шествия. «Выводить людей на несанкционированные акции — значит ставить их под угрозу применения силы полицией, и нечего обижаться на полицию — она лишь выполняет требования закона», — заявил Федотов.

Вместе с тем, он подчеркнул, что случаи незаконных действий полицейских необходимо расследовать, привлекая виновных к ответственности. Федотов сообщил, что в настоящее время члены СПЧ изучают все обстоятельства, связанные с проведением в столице несогласованной акции.

ИВАН ПЕТРОВ

Спрашивайте в аптеках



КАЛЬЦИЙ В КОСТЯХ, А НЕ В СОСУДАХ

Кальций относится к важнейшим элементам, отвечающим за огромное количество процессов в нашем организме. При его активном участии происходят внутриклеточный обмен, сокращение мышечных волокон, поддерживается нормальная вязкость крови. Именно кальций делает кости крепче, осанку красивее, а человека сильнее.

Однако, бесконтрольный прием кальцийсодержащих средств и неправильный метаболизм кальция могут привести к образованию камней в почках, мочевом и желч-

ном пузыре, спровоцировать заболевания суставов. Лишний кальций может оседать на стенках кровеносных сосудов, вызывая развитие сердечно-сосудистых патологий.

Для того чтобы кальций усваивался правильно — в нужном месте и в нужном количестве — принимайте в комплексе с любым источником кальция новую биодобавку «Трансактиватор кальция» от компании «Леколайк».

Помните, место кальция в костях, а не в сосудах!



СР № RU779986003500911015 от 09.10.2015 БИД Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

| 8-999-767-9040 | www.lekolike.ru | 16+

ЭКОНОМИКА



Этажи на рельсах
Пассажиры выбрали
10 лучших поездов России

НА ОСНОВАНИИ 25 тыс. отзывов пассажиров, оставленных на портале «Туту.ру», составлен топ-10 лучших российских поездов. Оценивали по 10-балльной шкале впечатления от поездки, отношение персонала, состояние вагона и туалета, наличие дополнительных удобств. Первые два места заняли двухэтажные составы, курсирующие между Воронежем и Москвой. На третьем — «Сапсан» на маршруте между Москвой и Санкт-Петербургом.

Роман с женьшенем

Программа «дальневосточный гектар» поможет создать новые населенные пункты

ПРОЕКТ

✍ Елена Березина

Уже несколько тысяч человек получили свои участки в рамках программы «Дальневосточный гектар». Индивидуальный предпри-

ниматель Роман Мошной и его невеста Людмила, например, хотят выращивать и продавать на своем гектаре дикоросы, лимонник и женьшень.

Правда, оформить землю удалось не с первой попытки. Выбрав участок, Роман столкнулся с тем,

что его уже оформляли другие люди, хотя на сайте участок числился свободным. Роман получил отказ, но подал заявку повторно. В итоге все получилось.

Инфраструктура рядом с участком есть. Но гектар надо облагородить. Для начала — поставить забор. По словам Романа Мошного, это обойдется в 300—400 тысяч рублей.

Министр по развитию Дальнего Востока Александр Галушка по-

обещал, что для получателей гектара в ближайшее время стартует спецпроект Фонда развития Дальнего Востока и Почта-банка по льготному кредитованию. Индивидуальному заемщику кредиты будут предоставляться на срок до пяти лет на сумму до 600 тысяч рублей, по коллективным заявкам — до 8 лет на сумму до 3 миллионов. Ставки по этим кредитам составят от 8 до 10 процентов годовых.

Закон о «дальневосточном гектаре» должен способствовать появлению на карте России новых населенных пунктов, заявил в беседе с «РГ» вице-премьер, полпред президента в ДФО Юрий Трутнев. При коллективных заявках граждане вправе рассчитывать на создание инфраструктуры со стороны властей. Это могут быть линии электропередачи, дороги, водовод.



Пока бесплатный гектар Романа Мошного и его невесты выглядит так. Но здесь будущая семья планирует выращивать лимонник и женьшень.

РИА НОВОСТИ

КОММЕНТАРИЙ

Юрий Петрович, какой нужен объем заявок на гектар, чтобы можно было говорить о создании нового полноценного города?

ЮРИЙ ТРУТНЕВ: Пока рамку сузим, будем говорить о населенных пунктах. Это начиная от 100 заявок. Город — большая заявка, хотя все может быть. Создавать населенные пункты будем, если соберется от 100 заявок.

Местный бизнес будет привлекаться к развитию новых территорий? Может он рассчитывать на льготы?

ЮРИЙ ТРУТНЕВ: Нельзя осваивать новые территории без льгот для бизнеса, да и вообще нельзя придать ускорение экономике без системы преференций. Что-то уже заимствовали, например схему территорий опережающего развития — идея в мире не новая. Особые экономические зоны — это один из основных элементов, связанных с поддержкой развития определенных территорий. Свободный порт — тоже не новая идея.

С дальневосточным гектаром — поинтереснее. Какие бы столыпинские реформы ни вспоминали, мы сегодня живем совсем в другой России. Эта идея, считаю, все-таки новая. На ходу пришлось создавать инструмент для поддержки одного гектара. Не думаю, что этим ограничимся, еще надо подумать, как создать новые города и населенные пункты.

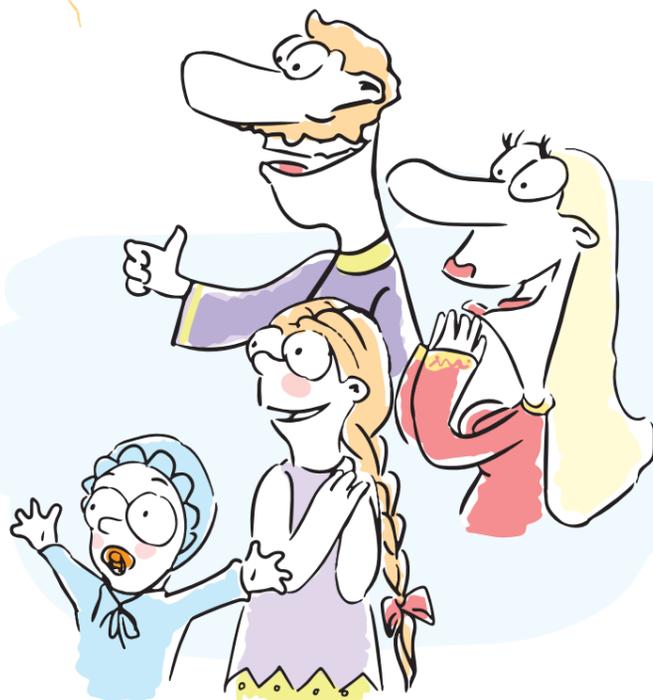
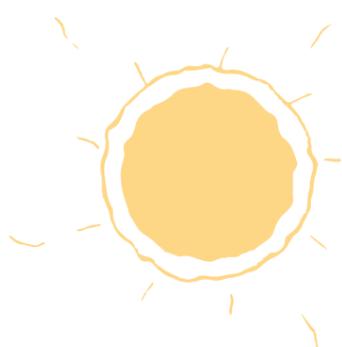
До конца года выйдем еще не с одним и не с двумя законопроектами, потому что привлечение инвестиций — это соревнование. Когда в соревнованиях останавливаешься, ты проиграл. Мы проигрывать не планируем.



КСИЛЕН.

Утрёт нос любому!

veropharm



Действие наступает через несколько минут и продолжается до 10 часов*

Средство для лечения насморка

*Инструкция по медицинскому применению препарата Ксилен капли от 29.07.2016г. Ксилен спрей от 04.10.2016г. С полной инструкцией по применению можно ознакомиться по ссылке: https://veropharm.ru/media/instructions/Xylen_instruction.pdf

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ИЛИ ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА

деньги



Мир вам Бюджетников переведут на карты «Мир» во втором полугодии

МИНИСТР финансов Антон Силуанов рассчитывает, что перевод бюджетных выплат на карту «Мир» начнется во второй половине 2017 года. Об этом он сообщил на ежегодном съезде Ассоциации российских банков. Законопроект о постепенном переводе бюджетных выплат на карту национальной платежной системы сейчас находится в Госдуме. Между тем в ЦБ предлагают для нынешних пенсионеров установить переходный этап в 2-3 года.



Вложить в облигации можно будет от 30 тысяч до 15 миллионов рублей.

Минфин ждет инвестора

В середине апреля можно будет купить первые «народные облигации»

ФИНАНСЫ

Александра Воздвиженская

Первый выпуск облигаций федерального займа для населения (ОФЗ-н) запланирован на середину апреля.

Это рублевые облигации, выпускаемые российским минфином. По ним предусмотрены процентные выплаты. Такой финансовый инструмент более доходный, чем аналогичные суверенные бумаги. «Премия» к ним для населения составит полпроцента в рамках первого размещения ценных бумаг. Больше таких выгодных условий выпуска не будет.

Инвесторы без опыта

По словам директора департамента государственного долга и государственных финансовых активов Минфина России Константина Вышковского, целевая аудитория ОФЗ-н — граждане с доходом ниже среднего уровня (со среднемесячной зарплатой до 36,7 тысячи рублей, если ориентироваться на данные Росстата за прошлый год).

Вышковский рассчитывает, что это будут люди, которые еще не имели опыта накопления денег на банковском депозите, не пользовались индивидуальными инвестиционными счетами (ИИС) и так далее, то есть минфин ждет «народных инвесторов» без опыта.

Чтобы привлечь их, выбраны наиболее безопасные параметры размещения ОФЗ-н. Они не рыночного образца (их нельзя будет передать другим физическим или юрлицам, и они не будут сопряжены с риском потерь). Предусмотрено только наследование бумаг. Купонный доход не облажат НДФЛ. Если не будет досрочного возврата вложенных средств, то не придется платить комиссию.

Приобрести ОФЗ-н можно будет в одном из 1400 офисов Сбербанка или ВТБ24. Вне зависимости от того, является ли гражда-

Покупка облигаций Минфина России не повлечет рисков

нин клиентом банков, один раз придется посетить их офис, чтобы подписать договор и открыть два счета (для ценных бумаг и для денежных средств).

Купон за тысячу рублей

Номинальная стоимость одной облигации — тысяча рублей. Купить можно будет от

30 бумаг до 15 тысяч, то есть диапазон инвестирования — от 30 тысяч до 15 миллионов рублей. Срок до погашения — три года, при этом каждые полгода доходность будет увеличиваться. Самый высокий купон — последний. Окончательные цифры будут зависеть от рыночной конъюнктуры, их будут публиковать на сайте минфина. Для конкретного выпуска ставка зафиксируется.

Если все же держатель ОФЗ-н решит вернуть деньги раньше срока, то при сумме до 50 тысяч рублей он заплатит банку комиссию в полтора процента, от 50 тысяч до 300 тысяч — один процент, более 300 тысяч — полпроцента. Если сделать это до истечения 12 месяцев, то держатель потеряет и доход.

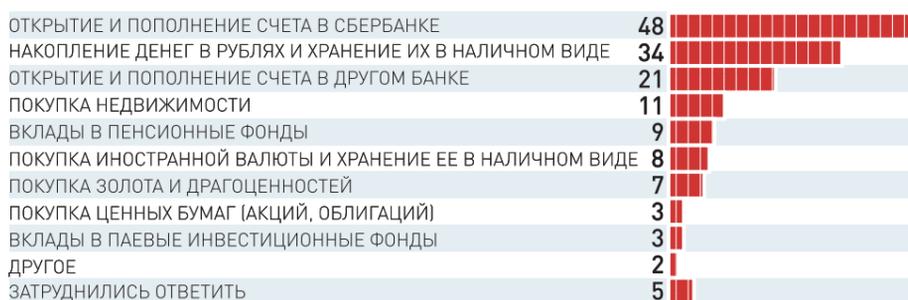
БЮДЖЕТНЫЕ РАСХОДЫ

Во сколько обойдутся облигации государству

Ежегодно на выпуск ОФЗ-н минфин планирует тратить до 30 миллиардов рублей, и это делается не для пополнения федерального бюджета, подчеркнул замминистра финансов Сергей Сторчак. В пользу этого говорит тот факт, что минфин на каждом аукционе по размещению ОФЗ в I квартале 2017 года может приобретать 36 миллиардов, что больше годового объема ОФЗ-н. Основная цель — дать населению более широкий выбор финансовых инструментов для сбережения. «В долговой устойчивости нам нет равных. По этой причине риска дефолтов по этому инструменту нет», — заключил Сторчак.

КАКИЕ СПОСОБЫ СОХРАНЕНИЯ ДЕНЕГ ИСПОЛЬЗУЕТ НАСЕЛЕНИЕ, %

Источник: НАФИ (январь 2017 г.)



Сим-сим, закройся

ПЛАНЫ

Предпринимателей, раздающих сим-карты у метро и в других людных местах, могут штрафовать. В Роскомнадзоре предлагают внести поправки в законы об информации, «О связи» и КоАП. Цель — защитить покупателей от «серых» сим-карт.

На улице у метро, в других людных местах можно часто наткнуться на бесплатную раздачу «симок». Это чревато нежелательными последствиями.

По закону, легально получить сим-карту можно у одного из сотовых операторов или в салоне связи. Продавец обязательно потребует паспорт, чтобы зарегистрировать карту на имя покупателя. При этом не запрещено записать на одного человека две, три, четыре сим-карты. Например, для телефона, планшета и девайсов родственников, детей. Но ни одно физлицо не будет регистрировать на себя сотни сим-карт. Юристы, индивидуальные предприниматели имеют право взять хоть тысячу карт.

Покупка «серой» сим-карты чревата потерей денег с мобильного счета

Зачем такое количество симок, если не нужно обеспечить всех своих сотрудников служебными телефонами? Например, можно «пристроить» их, раздав у метро. Сотовые компании тем самым получают еще абонентов и повысят свою капитализацию. Кто-то поговорит по телефону с такой «симкой» и забросит ее. А спустя время, из-за того, что картой не пользуются, она вернется оператору и ее можно будет отдать заново.

Проблема может возникнуть как раз в том случае, если вы решили взять сим-карту с рук, несколько лет ей пользуетесь, привязали к ней свой аккаунт в соцсетях, банковский счет. При этом такая карта по-прежнему может быть зарегистрирована на другого человека. Этот человек рано или поздно может прийти в салон оператора и написать заявление о переводе средств с мобильного на другой номер или перейти к другому оператору. В результате можно потерять деньги со счета, лишиться «мобильной жизни», либо против воли перейти к другому оператору. Что-то изменить в таком случае будет невозможно, потому что сим-карта изначально зарегистрирована на другого человека. Чтобы избежать таких неприятностей для абонентов, Роскомнадзор предлагает штрафовать оператора связи за каждого анонимного пользователя.

А абонентам стоит помнить, что бесплатный сыр только в мышеловке. Лучше зайти в салон и официально оформить карту на себя, чем потерять нервы и деньги.

Татьяна Шадрина



СОВЕТ ЭКСПЕРТОВ

Только не это
48% взрослых не переносят
молоко, а 9% — водку

СОТРУДНИКИ медцентра Genotek провели обследование горожан в возрасте от 20 до 45 лет. Установлено, что 48% граждан РФ не способны переварить молоко: из-за отсутствия фермента, расщепляющего молочный сахар (статистика по непереносимости лактозы примерно совпадает с европейской). 8,9% россиян имеют непереносимость к алкоголю. Но при этом 96,4% населения России отлично переваривают ячмень, рожь и пшеницу.

Даешь петуха!

Есть ли жизнь на земле без своего хозяйства?

СЕЛО

✍ Игорь Абакумов, издатель портала «Крестьянские ведомости»;
✍ Михаил Чкаников, заместитель главного редактора «Российской газеты»

Конфликт между сторонниками индустриального сельского хозяйства, с одной стороны, и любителями крестьянского подворья — с другой, в последнее время выплеснулся в социальные сети. С призывами запретить держать в деревне свиней и птицу. И обложить ЛПХ налогами, от которых они сейчас освобождены.

Старт дал некий чиновник — он неосторожно заявил, что через 15–20 лет личные подсобные хозяйства граждан должны исчезнуть. И тут началось! А как иначе: речь идет о доходах и образе жизни четырех десятков миллионов сельских жителей.

Для крупных сельскохозяйственных предприятий эти люди — источники ветеринарного неблагополучия, неплательщики налогов и конкуренты в борьбе за средства бюджетной поддержки сельского хозяйства.

А для городских едоков ЛПХ — поставщики рассыпчатой картошки, натурального меда, вкусных яиц. Гуся к праздникам. И часто — близкие или дальние родственники.

«Российская газета» предложила вывести спор из виртуального мира и собрала экспертов у себя. Разговор, как нам кажется, получился интересный для всех сторонников трехразового питания.

Сколько их есть...

ИГОРЬ АБАКУМОВ: Почему на всем постсоветском пространстве сохраняется такой феномен, как личные подсобные хозяйства? И при всех формациях люди стремились сохранять ЛПХ любыми способами? Личный огород — это как вечное недоверие крестьянина намерениям города. Что бы они там ни придумывали в переустройстве мира, а огород всегда при тебе.

Для начала попробуем понять, что эти люди производят и велик ли их вклад в продовольственное снабжение страны?

АЛЕКСАНДР ПЕТРИКОВ: Личное подсобное хозяйство присуще аграрным

КТО КОРМИТ СТРАНУ, %
Источник: Минсельхоз РФ

СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫЕ
ОРГАНИЗАЦИИ



Личное
подсобное
хозяйство —
подвластный
рядовой семье
механизм
преодоления
кризиса

структурам всех без исключения стран. Это не примета отсталости, оно есть и в Европе, есть в США, только там немного по-другому называется — семейной фермой потребительского типа.

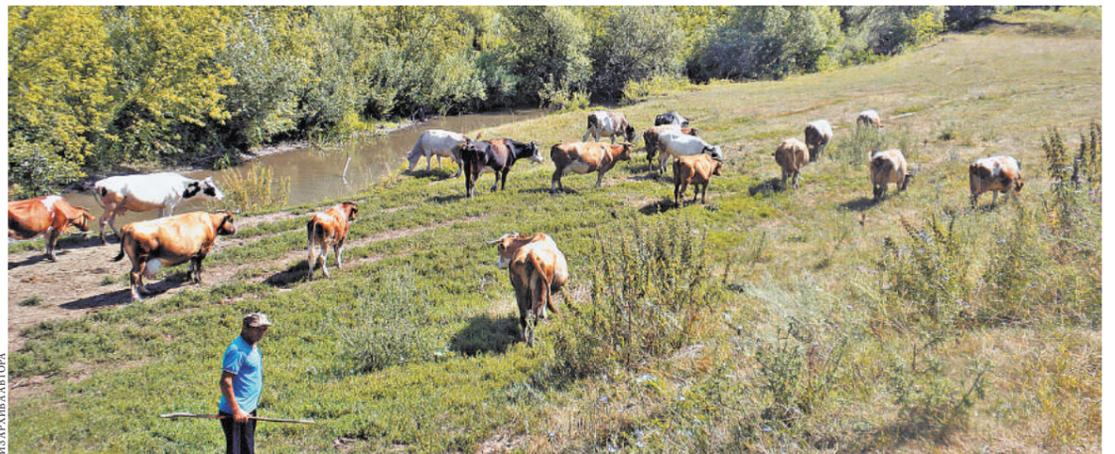
Вот несколько цифр, характеризующих роль личного подсобного хозяйства и в сельском обществе, и в нашей сельской экономике. С 2010 года мы наблюдаем снижение их удельного веса в общем производстве, тогда это было 48,3 процента.

А в 1990 и 1998 годах мы наблюдали рост удельного веса личных подсобных хозяйств в производстве продовольствия. И если проанализировать внимательно, то увидим, что ЛПХ не только гарант доходов миллионов российских семей — доля личных подсобных хозяйств растет в кризисное время. То есть мы имеем дело с подвластным рядовой семье механизмом преодоления кризиса.

ИГОРЬ АБАКУМОВ: А сколько же всего ЛПХ в стране?

ВЛАДИМИР СВЕЖЕНЕЦ: У нас уже есть предварительные данные переписи 2016 года, я приведу вам и их, и данные десятилетней давности, когда проводилась предпоследняя сельскохозяйственная перепись. 2006 год — 22 миллиона личных подсобных хозяйств, на 2016 год — 18 миллионов. Снижение больше заметно в городских округах. Но не сократилось число личных подсобных хозяйств именно в сельских территориях, в сельских поселениях. Это хорошая тенденция.

Я, продолжая мысль Александра Васильевича, подчеркиваю, что широкое развитие ЛПХ ни в коей мере не является признаком государства со слабой экономикой, потому что надо учитывать и ментальность, и огромные территории нашей страны. Я еще приведу свежие данные — площадь приусадебных участков подросла. Если в 2006 году в среднем по стране она составляла около 40 соток, то сегодня она уже достигает 70 соток. Это среднероссий-



Так выглядит хорошее личное подсобное хозяйство по версии Владимира Свеженца.

ская статистика, а в сельской местности участки достигают уже 80 соток. Среди ЛПХ растет число тех, кто занят реальным товарным производством. Из 18 миллионов таких ориентировочно 2 миллиона 800 тысяч.

Кому мешают личные подсобные хозяйства?

СЕРГЕЙ ЛУПЕХИН: Я категорически против того, чтобы минсельхоз подерживал ЛПХ. По той простой причине, что ЛПХ не отчитываются перед минсельхозом и не генерируют доходы в федеральный бюджет. Так почему федеральный бюджет должен помогать ЛПХ? Непонятно.

Во-вторых, что называть личным подсобным хозяйством? У меня есть знакомые, я думаю, вы таких тоже знаете, которые имеют до 50 голов крупного рогатого скота дойного, производят целую линейку молочной продукции, яйца кур на продажу, и все это называется ЛПХ.

Наверное, нужно все же какую-то границу провести, что такое ЛПХ, а что уже биз-

нес. Я в порядке предложения могу сказать, что если в личном подсобном хозяйстве есть наемные рабочие, то это уже не ЛПХ. Нередко под маркой ЛПХ скрываются крупные фермы, но они не платят налогов.

ВЛАДИМИР СВЕЖЕНЕЦ: У нас огромные территории, в сельской местности проживают 38 миллионов человек, которые должны себя одеть, обустроить, накормить. А государство должно их поддержать. В том числе облегчая для этих людей налоговое бремя.

Позиция министерства сельского хозяйства однозначна: ЛПХ не должны облагаться никакими

новыми видами налогов, потому что это вид обеспечения своих семей продовольствием со своих подворий.

Другое дело, налоговые инспекции должны детально изучать на рынке, кто сам производит товар у себя в ЛПХ, а кто закупает у других и прикрывается «липовой» справкой, будто является членом ЛПХ. А на самом деле он просто перекупщик или у него уже развивается товарное производство, скрытое от налогообложения.

ИГОРЬ АБАКУМОВ: Сергей Евгеньевич, производителям мяса, крупным производителям говядины ЛПХ мешают?

СЕРГЕЙ ЮШИН: В социальных сетях пишут, что агрохолдинги убивают ЛПХ. Но за этим столом выясняется, что они не только не убиты, их численность даже растет. И растут их площади. И объем производства продукции.



Из 18 миллионов ЛПХ примерно 2 миллиона 800 тысяч производят продовольствие в товарных количествах.

Совет экспертов



Оно нам нано В России создали шоколад из морской капусты

В КАЧЕСТВЕ кулинаров выступили ученые Дальневосточного федерального университета. Как сообщают изобретатели, размер ингредиентов—частиц какао и ламинарии—настолько мал, что продукт имеет право называться «наношоколадом». Но это не маркетинговый ход: малый размер обеспечивает высокую усвояемость полезных веществ морских водорослей. При этом шоколад обладает классическим вкусом, ламинарии почти не ощущаются.



Игорь Абакумов— ведущий совета, издатель портала «Крестьянские ведомости».



Сергей Лупехин— генеральный директор агрофирмы «Малино».



Александр Петриков— академик РАН, директор Всероссийского института аграрных проблем и информатики.



Сергей Юшин— руководитель исполкома Национальной мясной ассоциации.



Владимир Свеженец— директор департамента развития сельских территорий МСХ РФ.

В других странах действительно тоже есть подобные хозяйства. В США это называется «хобби фарминг». Человек, скажем, содержит оленей, но он вообще этим не зарабатывает. Он вкладывает деньги, тратит их на то, чтобы свободное от работы время проводить так, как ему приятно. Думаю, что и у нас из 18 миллионов ЛПХ (хотя я и не верю в достоверность этой цифры) большинство—всякие дачники, которые тоже занимаются «хобби фармингом». Но это не экономическая деятельность, а приятное времяпрепровождение.

И еще я хочу сказать: личное подсобное хозяйство—источник ветеринарной небезопасности, скажем так. Источник разного рода опасных для животноводства болезней.

Кому полезны ЛПХ

Александр Петриков: Личные подсобные хозяйства, во-первых,— это источник продуктового многообразия. Лекарство от фастфуда, потенциальный источник органической продукции. Естественно, если там будут соблюдаться соответствующие требования.

ЛПХ—это заповедник для выращивания редких растений и животных, сохранение биоразнообразия в сельском хозяйстве. Некоторые экзотические продукты есть только в личных подсобных хозяйствах.

Третье. Самое главное—это гарантия жизнеспособности деревни, сохранение сельского образа жизни, сельской культуры, социального контроля над огромными сельскими территориями. В каждой деревне из 154 тысяч, которые существуют, не создашь круп-

ное сельскохозяйственное производство. А вот мелкотоварное сельское хозяйство вполне возможно.

Наконец, это школы трудового воспитания. Это школа социализации. Это профориентация. Например, я такую школу прошел.

Позиция министерства сельского хозяйства однозначна: ЛПХ не должны облагаться никакими новыми налогами

Это не помешало мне с золотой медалью окончить среднюю школу и поступить в Московский университет. И еще. Это колыбель для демографического роста в России. Хотя, должен сказать, к сожалению, в 2015 году впервые рождаемость на селе стала меньше, чем в городе.

Сергей Юшин: Посмотрим на культуру, которую вы хотите сохранить в России. Это абсолютно отсталый образ жизни со всех сторон. Когда грязь за собой не убирают. Все только своим двором интересуются.

А теперь посмотрим на крупные компании. Они испытывают невероятную потребность в новых ра-

бочих руках, а так как пока рабочие руки не из того места растут и людей надо обучать, крупные компании тратят колоссальные деньги на образовательные учреждения, на профессиональную подготовку и переподготовку.

Если зайти на сайт любого агрохолдинга, вы увидите список вакансий от сотен до 2 тысяч человек, которых не могут найти в сельской местности. Профессии все сельские. Только люди-то где? Наверное, все как раз в ЛПХ и работают.

Нужны зоотехники, специалисты по машинотехнике, агрономы. Студентов, которые хотят работать на селе, агрохолдинги поддерживают с первого курса. Стипендию дают, берут на сезонные работы с минимальной зарплатой от 30 тысяч рублей с дополнительным питанием. Вы бы видели, какие молодые люди возвращаются в деревню, с какой новой ментальностью. Привыкшие к чистоте, порядку, к дисциплине.

Давайте не забывать, что индустриальное сельское хозяйство дает возможность человеку достойно заработать и иметь свободное время для досуга и саморазвития. Это очень важно.

Имейте в виду, крупные агропредприятия являются источником развития личных подсобных хозяйств. На предприятии берут семена, удобрения, корма, технику для вспашки огородов. И все это на халаву практически. Поэтому не будет агрохолдингов—и ЛПХ загнутся.

Владимир Свеженец: Важны все—и агрохолдинги, и хозяйства граждан. Но мы же должны дать людям выбор. Я хотел бы привести в пример Ли-

пецкую область. Здесь с 2010 года по 2016-й личные подсобные хозяйства вовлекли в потребительские снабженческие кооперативы. В Усманский район заходит инвестор, который намерен производить ремонтантную клубнику и перерабатывать ее. Создается кооператив «Земляничная поляна», в него входят 500 ЛПХ. Они получают оборудование для капельного орошения, посадочный материал, консультации агронома.

Знаете, что сказала мне учительница, которая уже на пенсии лет 15, а теперь вошла в кооператив и выращивает клубнику? Она говорит: «Я на клубнике в месяц зарабатываю 50 тысяч рублей. Нам с дедом этого хватает. А пенсию раздаю внукам, они ко мне приходят, и мне приятно им давать по тысяче рублей».

Вот уровень, к которому нам нужно двигаться.

Я считаю, что сегодня сельскохозяйственная потребительская кооперация, снабженческая кооперация—это та форма, которая позволит вывести мелких производителей из тени, обеспечить товарные объемы, высокое качество, доходность производства. Не убогость, а доходность.

Вперед, в деревню!

Сергей Лупехин: Я люблю ЛПХ. Мало того, что люблю, я продвигаю проект, называется «Вперед, в деревню!» Не назад, деревню, а вперед—в деревню!

У нас есть опыт, у нас есть консалтинг, мы предлагаем людям заняться личным подсобным и крестьянско-фермерским хозяйством: возвращайтесь в деревню, ребята, мы вам поможем, расскажем, подскажем, семена дадим, землю вспашем, на обучение отправим, в банк за ручку отведем, с администрацией познакомим.

Мы участки земли продаем либо в аренду предлагаем. Есть договоренность с администрацией, что они в рамках нашего общего проекта готовы содействовать строительству жилья на этих производственных участках. На наш сайт, который называется «Вперед-в-деревню. РФ», можно зайти и выбрать проект. Там 5 тысяч га земли. Районы Ступинский, Озерский. Можем это транслировать и в другие районы, где мы работаем,—это Коломенский и Луховицкий. Земли везде достаточно, которую можно предложить для развития

данного проекта. Везде земли полно. В одной Московской области 800 тысяч га непаханных земель, было бы желание.

Про стратегию

Игорь Абакумов: История мира показывает, что мелкие населенные пункты, где есть хоть какое-то производство, это прежде всего основа сохранения любой нации в критической ситуации. Будь то война, эпидемия, террористический акт. Большие города всегда большая мишень. А множество маленьких мишеней очень трудно уничтожить.

Великобритания имела очень большую программу переселения детей из крупных городов в сельскую местность, на маленькие фермы во время Второй мировой войны. Одна сельская семья принимала и кормила до десяти детей с одним воспитателем. Это была программа Черчилля по спасению будущего нации от бомбардировок.

Немецкая разведка противостояла этому плану переселения. Нацисты вели свою пропагандистскую работу через радио, через листовки, через слухи, через общественные организации. И все-таки матери поверили в этот план и детей вывезли, а город Ковентри вскоре был стерт с лица земли. Дети остались живы.

Любой населенный пункт, где есть хоть малейший намек на какое-то производство, если человек там хочет задержаться, должен быть поддержан именно с точки зрения глобальной национальной безопасности. Это проект государственной важности. И потому личные подсобные хозяйства нуждаются в полноценной поддержке общества.

ЦИФРА

1

СВИНЯ,

выращенная в личном подсобном хозяйстве, заколотая в нужный момент, дает возможность платить за обучение ребенка в течение одного семестра в Москве. Источник: народный опыт.

Биафишенол Омега₃Д₃. Пора заботиться о своем здоровье!

Уникальность продукта «Биафишенол Омега₃Д₃» заключается в сбалансированном сочетании витамина Д₃ (холекальциферола) и незаменимых для жизнедеятельности ПНЖК Омега₃.

Полиненасыщенные жирные кислоты Омега₃ благотворно воздействуют на сосуды и сердце. А всем известная роль витамина Д₃ не ограничивается поддержанием кальциевого обмена в костях. От него зависит восприимчивость организма к кожным и сердечным недугам. Он регулирует уровень серотонина в мозге, предотвращает нервные расстройства и депрессию, улучшая настроение и самочувствие.

Витамин Д₃ выступает как мощный антиоксидант. Особенно это актуально для курильщиков. Блокируя свободные радикалы, разрушающие легочную ткань, Омега₃Д₃ помогает сохранить легкие курильщика.

ПНЖК Омега₃ и Д₃ сохраняет в норме и уровень гормонов, что чрезвычайно важно для мужского и женского здоровья.

Для мужчин Д₃— настоящий витамин мужской силы. Д₃ влияет на образование в организме мужчины главного мужского стероидного гормона—тестостерона, отвечающего за формирование половых признаков и либидо.

Для женщин ПНЖК Омега₃ обладают противовоспалительным действием, что благотворно сказывается на женской репродуктивной системе. А витамин красоты Д₃ сохраняет эластичность и упругость кожи, замедляя процессы старения.

Прием «Биафишенола Омега₃Д₃» особенно актуален ранней весной, так как именно в это время наблюдается заметное снижение иммунитета, авитаминоз, ухудшается способность организма сопротивляться различным инфекциям.

www.biafishenol.ru



СРПН № RU.7799.88.003.E.001722.04.16 от 19.04.2016 г. Реклама

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



**Не достались к ужину
Корейские зоозащитники спасли
от съедения сотни собак**

ПОЧТИ полсотни четвероногих в Южной Корее избежали страшной участи быть съеденными местными «гурманами». Активисты из Human Society International освободили собак, содержащихся на мясной ферме в городе Коан. Среди узников собачьего «концлагеря» оказались и домашние питомцы, которых хозяева продали «на мясо». Всего с 2015 года HSI удалось спасти 800 собак. Зоозащитники уверяют: в стране действуют тысячи таких ферм.

Кто играет в «ядерное домино»

Есть ли угроза режиму нераспространения в современном мире

ПРОГНОЗ

Константин Волков

США могут разместить тактическое ядерное оружие на Корейском полуострове — это сенсационное предположение продолжают обсуждать мировые СМИ после того, как американцы пообещали защитить от Ким Чен Ына своих партнеров в Сеуле «всеми доступными способами». Не «поползет» ли после этого глобальный режим ядерного нераспространения? И как сегодня обстоит дело с ядерными арсеналами в мире? На эти вопросы отвечает «РГ».

В так называемый «клуб ядерных держав» входят те государства, которые провели хотя бы одно испытание атомного оружия до 1 января 1967 года. Таково условие Договора о нераспространении ядерного оружия — главного международного документа, разработанного ООН с целью прегрладить путь расползанию ОМУ по всему миру.

В «ядерный клуб» вошли США (первое испытание в 1945 году), Россия (1949 год), Великобритания (1952 год), Франция (1960 год) и Китай (1964 год). По сути, мировое сообщество признает полностью легитимным обладание ядерным оружием только для этих пяти стран. Все остальные государства, получившие атомную бомбу позднее, рассматриваются в той или иной степени нарушителями международного законодательства.

Таких нарушителей, их называют «молодыми ядерными державами», немного, но они есть. Это Индия, взорвавшая заряд мощностью 20 килотонн в пустыне Раджастан на еще в 1974 году, но признавшая у себя наличие ОМУ только в 1998 году. Следом за Индией, с разницей в три недели, испытания провел Пакистан, доказав, что у него готов ответ для Нью-Дели. Под вопросом остается Израиль. Все эксперты уверены, что у него есть порядка 200, может, меньше, может — больше, ядерных зарядов. Но сам он не говорит ни да, ни нет. Обратная ситуация с Северной Кореей. Она заявила в 2005 году, что создала атом-

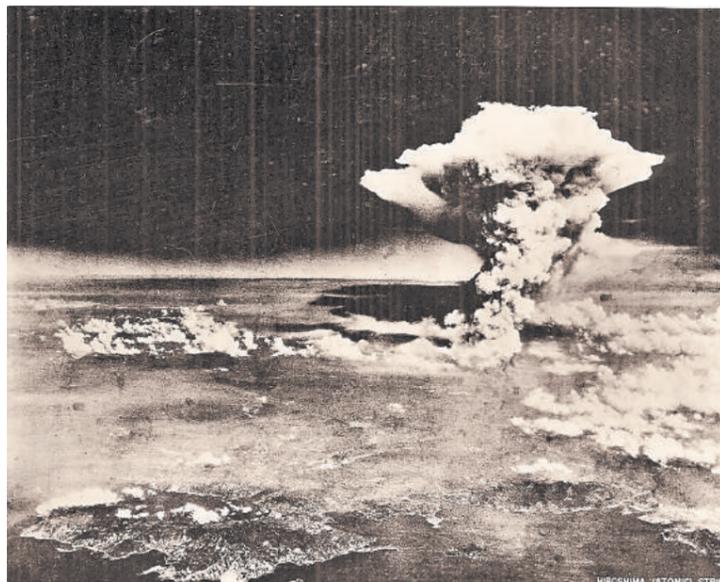
ное оружие, а в мае 2012 года вписала соответствующий статус в свою конституцию. Но, строго говоря, официальных доказательств наличия атомной бомбы у Пхеньяна нет, хотя все эксперты, так же как и с Израилем, сходятся во мнении, что северным корейцам все же удалось создать ОМУ. Под вопросом остается Мьянма — в прессе проходили сведения, что военные, находящиеся там у власти, инициировали в 2007 году программу создания ядерного оружия.

Но вышеперечисленные государства — это только верхушка проблемы, связанной с нераспространением

СТРАНЫ, ОБЛАДАЮЩИЕ ЯДЕРНЫМ ПОТЕНЦИАЛОМ

- Ядерные державы, официально признанные Договором о нераспространении ядерного оружия (ДНЯО)
- Де-факто ядерные державы: не присоединились к ДНЯО, но известно, что обладают ядерным оружием
- Страны, по мнению аналитиков, предположительно обладающие ядерным оружием

Источник: ТАСС, РИА Новости



Мировое сообщество обязано сделать все возможное, чтобы трагедии Хиросимы и Нагасаки никогда больше не повторились.



Северокорейский лидер Ким Чен Ын предостерегает США от провокаций.

ем. Как отмечал бывший глава МАГАТЭ Мохаммед аль-Барадеи, порядка 30 стран в ближайшее время могут завладеть технологиями, позволяющими получить ядерное оружие.

В их числе, во-первых, Южная Корея и Япония. Ни первая, ни вторая атомными зарядами не обладают, но учитывая высокий уровень технологического развития, способны, скорее всего, произвести их в довольно короткие сроки. Тем более что после недавних угроз КНДР

и постоянно проводимых Ким Чен Ыном испытаний баллистических ракет некоторые силы в Токио и Сеуле заговорили о необходимости обладания атомной бомбой. Кроме того, существует обширный кластер так называемых «латентных ядерных держав» — к нему относятся страны, в то или иное время приступавшие к разработкам ОМУ, но потом остановившие работы по разным причинам. В их числе: Алжир, Аргентина, Бразилия, Египет, франкискская Испания, Ливия при Кад-

дафи, Мексика, Румыния, Саудовская Аравия, Сирия, Тайвань, Швейцария, Швеция, Югославия времен Варшавского блока, Южная Корея. Особняком стоит ЮАР, имевшая ядерный арсенал из шести зарядов. Но в начале 1990-х годов, демонтируя режим апартеида, Претория добровольно отказалась и от ядерного оружия.

Существуют и страны, не обладающие и не разрабатывавшие атомного оружия, но предположительно имеющие ядерные арсеналы

Как всерьез предупредил бывший глава МАГАТЭ Мохаммед аль-Барадеи, порядка 30 стран в ближайшее время могут завладеть технологиями, позволяющими им получить ядерное оружие

(как правило, американские) на своей территории. По некоторым сведениям, такие хранилища размещены на территории отдельных стран ЕС и в Турции. Периодически начинает обсуждаться вопрос, нет ли американского ОМУ в Южной Корее и Японии, хотя стороны отрицают подобную возможность.

Некоторые страны не стремятся к обладанию ОМУ, но предположительно располагают для его создания необходимыми технологиями. В их числе Австралия, Бельгия, Германия, Италия, Нидерланды. Также время от времени проходит информация о неправомерных организациях и группировках, имеющих атомные заряды той или иной силы, от «грязной» бомбы, начиненной радиоактивными отходами, до полноценного оружия. Подобные подозрения высказывались относительно «Аль-Каиды», а раньше в этом подозревали проповедника Сёко Асахару, лидера секты «Аум Синрикё».

ВЗГЛЯД ИЗ ЮЖНОЙ КОРЕИ

Недавно госсекретарь США Рекс Тиллерсон прямо заявил: «стратегическое терпение» США в отношении Северной Кореи заканчивается. Эксперты предположили все, что можно представить в самом страшном сне: размещение тактического ядерного оружия на Корейском полуострове, передачу этих вооружений в руки Сеула и Токио и даже нанесение ударов по КНДР. С позиций здравого смысла трудно вообразить, что США действительно передадут Сеулу ядерные боеголовки. Но если все же передадут? Конечно, в этом случае Южная Корея не станет ядерной державой. Но прецедент грозит превратить весь регион в арену боевых действий. Отказ от безъядерного статуса обеих Кореи еще больше подстегнет Пхеньян к дальнейшим разработкам и совершенствованию своих ракетно-ядерных арсеналов. Все это спровоцирует новый виток гонки вооружений, которая уже и так полным ходом идет в регионе.

Расползание смертоносных технологий сделает весь мир крайне непредсказуемым и опасным. «Теория ядерного домино», когда приобретение одной страной подобных видов оружия влечет к скорому ядерному вооружению другими, может стать реальностью. К тому же вряд ли будут бездействовать соседи. Китаю и России сложно будет удержаться от ответных шагов, когда рядом с их территорией концентрируется такое количество смертоносных вооружений и техники. А уж гипотетический превентивный удар по КНДР практически гарантированно выльется в ответ со стороны Северной Кореи. Причем Пхеньян, явно проигрывая США, Японии и Южной Корее в разы по качеству и количеству обычных вооружений и их мощи, вполне может пойти на применение ядерного оружия. США, являясь единственной страной, которая прибегла к атомным бомбардировкам, вполне может сама стать объектом ядерной атаки. Трагедии Хиросимы и Нагасаки могут вновь повториться в Японии и Южной Корее, где размещены военные базы США — главные мишени для баллистических ракет Северной Кореи.

Олег Кирьянов,
«Российская газета», Сеул

СКИДКА 10%

ПРИ ПОДПИСКЕ В РЕДАКЦИИ «РОССИЙСКОЙ ГАЗЕТЫ» НА II ПОЛУГОДИЕ 2017

8 800 100 11 13
ПО РОССИИ ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ

podpiska@rg.ru
rg.ru/subs

РЕДАКЦИЯ 124

удачная покупка

ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ! СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ!

Мини-печь

3990 2990 руб.

Мини-печь — компактная альтернатива классической русской печи. Устройство разработано российскими специалистами, знающими толк в приготовлении традиционных блюд. С помощью этой печи вы сможете: • Сварить и потопить каши из различных злаковых культур. Каши получатся ароматными и рассыпчатыми. • Запечь горшочки с овощным и мясным наполнением. • Испечь хлеб, пироги, ватрушки и другие ваши любимые сдобные лакомства. • Запечь мясо или рыбу, котлеты и тефтели. • Сварить суп. • Приготовить запеканки различного содержания. • Равномерно разогреть блюда без сомнительных микроволн. • Посушить ягоды, грибы, фрукты и зелень. • Экономное потребление электроэнергии. • Блюда как из русской печи — традиционно вкусно, питательно и полезно!



Щетка магнитная для мытья окон с двух сторон одновременно

1490 790 руб.

Щетка с магнитами не представляет из себя сложного устройства, но как мы знаем, все гениальное — просто! Ее конструкция — это просто две щетки, но главное их свойство — магниты. Щетки притягиваются друг к другу, и между ними помещается стекло. У Вас больше не будет необходимости балансировать на краю открытого окна и Вам всё равно, на каком этаже Вы находитесь, поскольку человек производит уборку не ходит в помещении. С магнитной щеткой Вы легко помоете окна, которые совсем не открываются или на них стоит решетка. Купив магнитную щетку, Вы убедитесь в отличном качестве уборки. Она одновременно моет водой и сразу же вытирает насухо. Чистые окна, без разводов Вам гарантированы!



Обогреватель настенный

1990 1690 руб.

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



Отпугиватель грызунов и насекомых

1290 990 руб.

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



Инкубатор на 63 яйца «Идеальная наседка»

3490 руб.

4290 руб.

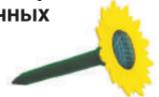
Инкубатор предназначен для инкубации и вывода цыплят, утят, гусят и других птиц. Инфракрасные нагреватели равномерно прогревают весь объем инкубатора и создают самые благоприятные, максимально приближенные к естественным, условия для инкубации. Температура в инкубаторе поддерживается микропроцессором с высокой точностью и отображается на табло в виде цифр. Производство Россия.



Ультразвуковой отпугиватель кротов на солнечных батареях

1750 990 руб.

Ультразвуковой отпугиватель кротов работает на солнечных батареях, что позволяет забыть о замене обычных батареек! Прогонит с участка кротов, крыс, мышей и др. Он генерирует неповторяющееся ультразвуковое излучение, к которому невозможно адаптироваться — вредители уходят быстро и не возвращаются. Площадь воздействия до 350 м. кв. Безопасен для людей и домашних животных.



Шланг Икс-Хоз

30 м 990 руб.

45 м 1390 руб.

60 м 1790 руб.

Уникальный шланг состоит из внутреннего жесткого резинового шланга и внешнего — износостойкого из нейлона. Конструкция «два в одном» позволяет шлангу увеличиваться в размерах до 3-х раз от своего изначального размера под напором воды! Благодаря уникальной конструкции шланга вы забудете про изломы и скручивания в процессе использования. При этом он действительно компактен, и занимает очень мало места при хранении или перевозке.



КУПИТЕ ШЛАНГ ИКС-ХОЗ И ПОЛУЧИТЕ В ПОДАРОК РАЗНОРЕЖИМНЫЙ САДОВЫЙ ПИСТОЛЕТ!

Часы - музыкальный проектор звездного неба

1290 990 руб.

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



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

4990 3990 руб.

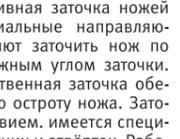
Посуда изготовлена из высококачественной нержавеющей стали. Имеет 5-ти слойное дно, клепаные металлические ручки и стеклянные крышки. Подходит для индукционных плит. Внутри кастрюль есть измерительная шкала.



Новейшая электрическая ножепочка 220 вольт

1700 1190 руб.

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



Кран-водонагреватель проточный

1990 руб.

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



Усилитель звука «Иар зум»

1790 1190 руб.

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



«Золушка» ультразвуковое устройство для бережной стирки

1490 1190 руб.

Сверхминиатюрное ультразвуковое устройство «Золушка» (поместится на ладони) бережно перестраивает горы белья в ёмкостях любого объёма и обеспечит высокое качество стирки. Сверхэкономична: потребляет электроэнергии менее 20 Вт. Пьезокерамический излучатель производит акустические ультразвуковые вибрации частотой от 20 до 60 кГц, обладающие уникальной проникающей силой в воде и между нитями любой ткани. Воздействие этих колебаний позволяет не только удалить частички грязи с поверхности ткани, но и эффективно очистить ткань изнутри. Работает бесшумно. Благодаря маленькому, компактному размеру, машинку удобно брать с собой в командировку, на дачу — она легко помещается в обычной сумке. «Золушка» может постирать крупные вещи, и Вам не придётся сдавать их в химчистку (одеяла, скатерти, гардины, шторы). Производство: Россия.



Москитная сетка на дверь

1250 690 руб.

Сетка на магнитах состоит из двух створок и просто закрепляется за секунды без всяких инструментов на любом дверном проеме или окне. С помощью магнитов автоматически закрывается. Можно использовать во время сильного ветра. Шторки без проблем открываются и сразу закрываются за тем, кто входит. Компактно складывается и во время стирки сохраняет свои свойства. Размер 194x105 см.



Ручка на присосках для ванной «Helping Handle»

1200 690 руб.

Ручка для ванной на присосках Helping Handle очень удобна и надежна в использовании. Она может быть прикреплена на любую гладкую и ровную поверхность: плитку, стекло, фарфор. Кронштейны с легкостью выдерживают массу тела, а установка ручки Helping Handle требует лишь несколько секунд. Главное то, что ее можно снять в любое время без повреждения поверхности.



Бюстгальтер корректирующий Ах Бра

1710 990 руб.

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



3 БЮСТГАЛЬТЕРА АХ БРА В КОМПЛЕКТЕ

Нервущиеся японские колготки «Ela Slim»

1290 790 руб.

Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить действительно единственный в своем роде продукт — нервущиеся колготки! В качестве материала обычных колготок используется материал классического плетения, нити расходятся от малейшего прикосновения. Колготки Ela Slim представляют собой переплетение миллиона мелких ниток в жгуты, которые отличаются повышенной эластичностью, это позволяет им быть более устойчивыми к внешним воздействиям. Колготки прекрасно держат свою форму, не теряют своих качеств даже после 2 тысяч стирок. Благодаря своей высокой плотности и эластичности колготки прекрасно скрывают недостатки фигуры, особенно это касается апельсиновой корки в области ягодиц и галифе. Колготки повышают тонус, защищают ноги от переутомления благодаря специальным вставкам в области носка. При этом колготки совершенно не сковывают движение и не способствуют замедлению кровотока, напротив благодаря компрессионному эффекту защищены и вены и сосуды.



Электрическая пилка «Шолле»

1990 990 руб.

Прибор специально разработан для мягкого удаления огрубевшей кожи Ваших стоп. • Удобная эргономичная форма прибора • Действует бережно и эффективно. • Не требуется предварительное распаривание кожи. • Мягко и эффективно удаляет огрубевшую кожу стоп! • Заменит педикюр в салоне!



Прибор для чистки ушей «WaxVac»

590 руб.

Вакуумный очиститель Wax Vac безопасно и эффективно удаляет воду и загрязнения из ушей. Он действует мягко и почти бесшумно, но результат потрясающий! Просто вставьте в ухо наконечник прибора, и через пару секунд проблема решена. Особая система защищает от слишком глубокого проникновения в ухо. Wax Vac можно использовать в любом возрасте: от раннего детства — до глубокой старости. Wax Vac имеет несколько разноцветных насадок из мягкого силикона. У каждого члена вашей семьи будет индивидуальная насадка, так что использование очистителя будет максимально гигиеничным.



Чудо-фонарь Police

1790 1290 руб.

Дорога домой проходит через темные, беспокойные дворы, переулки и подъезды? На вас напала бешеная собака, а может на дороге вам приходится иметь дело с агрессивным водителем? На помощь придет фонарь — спаситель. Моментально приводится в «боевую» готовность, и в миг шокирует противника. Фонарь прекрасно подходит для туризма, рыбалки, дачи и незаменимая вещь для автомобилистов. Подарите фонарь своей девушке, жене, маме или сестре, чтобы они могли обезопасить себя, когда рядом не будет вас!



Гелевый фиксатор «Валгус Про»

1690 790 руб.

Бережно исправляет дефект «косточки», в простонародье «шишки» на ноге. Специальная вставка удерживает большой палец стопы в правильном положении и не дает ему отклоняться во время ходьбы. Фиксатор Валгус Про предотвращает сдавливание обуви, а особые его свойства поддерживают физиологическое положение большого пальца при наличии деформированного сустава. Эластичный материал не повреждает кожу и надежно защищает ее между пальцами от трения, образования натеростей, мозолей и огрубелостей. О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.



Прибор для удаления волос «Визит»

1250 1190 руб.

Прибор для удаления волос «Визит» быстро и безболезненно удалит нежелательные волосы над губой, на щеках, подбородке, в зоне подмышек, на ногах и в зоне бикини. Удаляет волосы на корневом уровне.



Маникюрный набор в подарок!

Набор из трех браслетов «Дерево жизни»

1250 790 руб.

Один из красивейших браслетов современного времени. Браслет «Дерево жизни» имеет довольно мощные защитные свойства, способен направить на истинный путь и дать совет в трудной ситуации. В качестве домашнего оберега он может сохранить семью, помочь избавиться от скандалов и защитит от любого зла всех живущих в доме. Лучший подарок женщине!



Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

С информацией об организаторе акций, о правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения можно ознакомиться по тел.: 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 22.03.2017 г. по 22.04.2017 г. *По итогам продаж 2016 г. Реклама.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ. ВРЕМЯ РАБОТЫ: с 09:00 до 21:00

8 (499) 213-03-16 (многоканальный)

ООО «Топ-Шоп» ОГРН 1147746422075. Юридический адрес: 115191, г. Москва, 2-я Рошинская ул., д.4, офис 503



Крыша поехала
У жителя Ярославля забрали две квартиры за долги по кредиту

ДОЛГ по кредиту, который предприниматель из Ярославля взял на развитие бизнеса, вместе с задолженностью—2,5 миллиона рублей. Банкиры обратились в суд, который постановил арестовать имущество должника: две квартиры. Показательно, что стоимость одной трехкомнатной квартиры должника—1,5 млн, а второй—2,4 млн. То есть фактически даже одной бы из них вполне хватило на погашение задолженности.

Сколько взять с пенсии?

Верховный суд разъяснил, чем надо руководствоваться, забирая деньги у должников

КОШЕЛЕК

Наталья Козлова

Очень интересное разъяснение сделала Судебная коллегия по административным делам Верховного суда РФ, когда пересмотрела дело семьи должников-пенсионеров. У них был долг перед банком и по требованию приставов у пожилой четы банк стал списывать 50% их пенсий.

По мнению пожилой пары, пристав слишком много постановил брать денег со стариковских пенсий. Приставы на жалобу супругов не отреагировали. Местные, екатеринбургские суды, ничего предсудительного в действиях своих приставов не заметили. А позже не хотели еще и отправлять их жалобу дальше — в Верховный суд. Но пенсионеры оказались упертыми и добились проверки правильности решения местных судов.

Верховный суд РФ дело о долгах, которые берут с пенсий, пересмотрел, все решения местных судов отменил как неправильные. Но главное—Верховный суд объяснил своим коллегам-судьям и приставам, чем они должны руководствоваться, снимая деньги с пенсий в счет долга.

Подобное разъяснение может оказаться полезным и гражданам, столкнувшимся с такой бедой.

Все началось летом, когда пристав-исполнитель Кировского районного отдела Службы судебных приставов Екатеринбурга возбудил исполнительные производства о взыскании с должников — супругов пенсионеров денег в пользу банка. Эти бумаги пристав отправил в Пенсионный фонд, чтобы там удерживали из пенсии каждого супруга по 50 процентов.

Через месяц пенсионеры написали пристава ходатайство, что им тяжело жить на средства, которые остаются после взыскания, и попросили снизить планку и брать с них хотя бы по 20% с пенсий. В ответ, как выяснится много месяцев спустя, на их имя была подготовлена бумага от старшего судебного пристава района, что если им что-то не нравится — они могут обратиться в суд. В этом же послании старикам напомнили, что есть 99 статья Закона «Об исполнительном производстве», и она не ограничивает сумму удержания величиной прожиточного минимума.

Прошел еще месяц, и супруги вновь обратились с жалобой к приставам. Теперь уже просили районных начальников приставов признать незаконным бездействие подчиненных, которые им не отвечают и вновь ходатайствовали об уменьшении суммы удержания.

В конце концов устав от бессмысленной переписки, супруги пошли в суд с жалобой на приставов. Пенсионеры, они же инвалиды 2-й группы посчитали, что решение о том, чтобы забирать у них половину пенсий, нарушает их права и не соответствует закону. Пожилые люди сослались на то, что установленный приставом размер удержания в 50% противоречит 446 статье Гражданского кодекса. А зна-



Размер удержания у должника не должен оставлять его голодным и без необходимых лекарств

чит, нарушает их конституционные и гражданские права. И все потому, что оставшихся после удержания средств им не хватает ни на лекарства, ни на еду.

Старики проиграли суды и в районе, и в области. Зато в Судебной коллегии по административным делам Верховного суда после проверки жалобы сказали, что аргументы пожилых людей заслуживают внимания, а местные суды разобрали их дело неправильно.

В законе о приставах сказано (статья 64.1), что заявления граждан могут подавать на любой стадии исполнительного производства. Чиновник службы судебных приставов должен аккуратно и вовремя реагировать на заявления граждан — соглашаться с ними или им отказывать, и копию своего решения отправлять заявителям на следующий день после вынесения решения. По мнению Верховного суда, пристав по просьбу пен-

сионеров уменьшить процент изъятия денег прислал им фактически отписку, то есть письмо, в котором на их вопрос не ответил.

Вот главный аргумент Верховного суда — в законе об исполнительном производстве есть открытый перечень действий пристава, чтобы принудить должника своевременно и правильно вернуть долг. Но при этом, указывает Верховный суд, пристав обязан соблюдать некие правила. Например, проверить, сколько он оставляет должнику на жизнь. Так в нашем случае пристав не стал запрашивать информацию, на которую сослались заявители, — что им трудно после вычета половины пенсии сводить концы с концами. А по своему же Закону «Об исполни-

Пожилым на заметку: не только вы, но и кредиторы рассчитывают на вашу пенсию.

тельном производстве» он был просто обязан проверить доводы пенсионеров.

И тут Верховный суд сослался на неоднократные указания Конституционного суда, который в шести своих решениях заявлял следующее. Если пенсия является для гражданина-должника единственным источником его существования и существования его близких, то необходимо обеспечить баланс интересов кредитора и должника, с тем, чтобы не оставить должника и его родных «за пределами социальной жизни».

Верховный суд для коллег судей и приставов подчеркнул: по смыслу статьи 99 Закона «Об исполнительном производстве», размер удержания у должника «подлежит исчислению с учетом всех обстоятельств, при неукоснительном соблюдении принципов исполнительного производства: уважение чести и достоинства гражданина, неприкосновенности минимума имущества, необходимого для существования должника».

Судебная коллегия по административным делам ВС объяснила, что при определении размера удержания из пенсии должника, если она для него единственный источник существования, приставу надлежит учитывать размер пенсии, чтобы обеспечить должнику и его близким условия для нормального существования.

Все решения местных судов Екатеринбурга отменены, и дело должников-пенсионеров они пересмотрят заново.



Если пенсия для должника — единственный источник существования, то судебные приставы обязаны обеспечить баланс интересов кредитора и должника.

Читайте также: Судам разъяснили, как делить долги бывших супругов rg.ru/art/1372353

рецепты здоровья

→ ДЛЯ ЗАЩИТЫ ПЕЧЕНИ

Все еще чистите печень народными средствами? Попробуйте заменить их на «Овесол».

«Овесол» — современное натуральное¹ средство для бережного очищения печени от токсинов. «Овесол» буквально «промывает» печень, способствуя уменьшению застоя желчи, что снижает риск образования камней.

Только в нем² овес молочной спелости в сочетании с желчегонными травами:

- куркумой
- володушкой
- бессмертником
- шиповником
- мятой

синергично воздействуют на процесс желчеобразования и желчевыведения, что особенно важно в процессе очищения печени.

Для миллионов россиян «Овесол» уже стал номером один для очищения печени³. Пусть и для Вас он станет надежным помощником!

Состав БАД «Овесол усиленная формула».



→ ДЛЯ КРЕПКИХ НЕРВОВ

А какую валериану принимаете вы?

Попробуйте усиленную валериану под названием **Релаксозан** от компании «Эвалар»!

Она отличается:

- Максимальным успокаивающим и релаксирующим действием⁷ за счет высокой дозировки стандартизированного экстракта валерианы (Германия) — 500 мг в сутки.
- Оптимальным сочетанием валерианы с мелиссой и мятой в одной таблетке, что обеспечивает их синергичное успокаивающее действие.
- Выгодной ценой.



Реагируете на погоду?

Гинкоум* в 2 раза выгоднее аналога⁴!

В любую погоду лекарство **Гинкоум** устраняет головную боль, головокружение, шум в ушах...

Такая реакция на погоду может быть вызвана нарушением мозгового кровообращения и плохим состоянием сосудов головного мозга. Устранить это поможет **Гинкоум*** — натуральное лекарство на основе гинкго билоба. Не случайно более 60% пациентов в Германии и более 70% во Франции с возрастом принимают средства на основе гинкго⁵. Гинкоум снижает вязкость крови, препятствует образованию ее сгустков, улучшает мозговое и пе-

риферическое кровообращение и в результате решает сразу несколько проблем:

1. Устраняет головную боль, головокружение, шум в ушах.
2. Улучшает память, внимание, повышает умственную активность.
3. Снижает риск инсультов за счет уменьшения тромбообразования.
4. Помогает при тяжести в ногах, ощущениях холода, болей при ходьбе и болезненных судорогах.

Миллионы россиян выбирают именно Гинкоум от компании Эва-

лар. Его цена в 2 раза выгоднее французского аналога⁴, поэтому Гинкоум стал самым популярным в России⁶.



Гинкоум — фитотерапия от Эвалар

Суставы: сезонное обострение

Переменная погода дает повод для обострения хронических болезней, в их числе и заболевания суставов.

Воспаление, отеки, боль при движении — устранение этих симптомов обычно начинается с назначения нестероидных противовоспалительных препаратов. И объединяет их то, что они неизбежно приводят к поражению слизистой желудочно-кишечного тракта. К тому же это слишком поверхностный подход, так как подобные средства не устраняют причину боли, а лишь маскируют симптомы, принося кратковременное облегчение.

Но для воздействия на причину заболевания сама природа подари-

ла нам натуральные лекарства. Например, народная медицина рекомендует сабельник болотный, как единственное лекарственное растение, облегчающее боли в суставах и оказывающее противовоспалительное действие.

Лечим суставы, не повреждая желудок

В аптеках продают разные препараты сабельника, но только настойка Сабельника⁹ от компании Эвалар является лекарством¹⁰ с клинически доказанной эффектив-

ностью. Именно оно лечит суставы, не повреждая желудок при артритах и артрозах¹¹.

Настойка Сабельника Эвалар* буквально снимает воспаление и боль в суставах, и ее можно применять длительно¹¹. Настойка Сабельника Эвалар оказывает выраженное противовоспалительное действие в комплексной терапии артритов и артрозов, а при совместном приеме с нестероидными противовоспалительными средствами усиливает терапевтический эффект и позволяет снизить дозу¹¹.



Произведено Эвалар: выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP¹²! Спрашивайте в аптеках! www.evalar.ru. «Линия здоровья «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).

¹ По действующим компонентам. ² Среди продуктов ЗАО «Эвалар». ³ По данным «ДСМ Групп» БАД «Овесол» производства «Эвалар» является самым продаваемым брендом в группе средств для печени и желчного пузыря в 2015 г. ⁴ По данным маркетингового агентства ЗАО «Группа ДСМ» на 01.03.2016. ⁵ Журнал «Фитодоктор», №3, сентябрь 2013, с. 15. ⁶ Среди препаратов Гинкго Билоба в натуральном выражении. По данным ЗАО «Группа ДСМ» за 4 месяца 2016. ⁷ В ассортименте «Эвалар». ⁸ В комплексе с изделем медицинского назначения АкваМастер. ⁹ Название по РУ «Сабельника настойка» №002431. ¹⁰ По данным государственного реестра ЛС, зарегистрированных в РФ, на ноябрь 2013г. ¹¹ В рамках рекомендаций по применению. ¹² Сертификат GMP №C0170889 — 03, NSF International (США). БАД. Реклама. 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

16 

характер



Герой нашего времени

Пенсионер вынес соседа из горящего дома

В ТЮМЕНИ медаль МЧС «За отвагу на пожаре» вручили пенсионеру Виктору Аксрачкину. Он стал свидетелем, как загорелся двухэтажный дом. Зайти в дверь не было возможности, поэтому тюмонец подставил лестницу, разбил тройной стеклопакет. На втором этаже обнаружил потерявшего сознание хозяина квартиры и буквально вынес на руках его из огня. Погорелец получил термические ожоги и отравление продуктами горения, но остался жив.

Взять себя в руки

В плечо Олеси Матяш приходят поплакаться многие



Часто рисовала, зажав кисточку в зубы, увлекалась так, что перегрызала ее деревянную ручку.

ПОБЕДА

 Александр Ярошенко,
Амурская область

Глядя на картины Олеси Матяш, так и хочется сказать: золотые руки у художницы! Узнав ее поближе, удивляешься, какое же золотое сердце у этой девушки. И потрясающая сила духа. И железная воля. А вот рук у нее — нет.

«Что со мной будет?..»

У Олеси фигура манекенщицы, а глаза такой красоты, в которых тонешь как в море. Перламутровая, ослепительная улыбка, тихий, женственный голос. Через несколько минут общения с ней ты в плену ее магнетизма и обаяния. И не замечаешь пустых рукавов.

В детстве девочка была ребенком талантливым и мечтательным. В теплое время года любила уходить на окраину города, в район старого кладбища, там ей хорошо думалось и рисовалось.

— Находила уединенное место, писала стихи, делала какие-то рисунки. И много мечтала, — белозубо улыбается Олеся.

У девочки в школе были успехи по французскому языку, она видела себя успешной переводчицей в неведомой, но такой манящей Франции.

Все оборвалось душным августовским днем 1997 года. Младший брат уговорил Олесю пойти в мастерские и прокатиться на летящем крюке кран-балки.

Рукав Олескиной куртки зацепился за проклятый крюк, а старая кнопка на пульте управления запала и не слушалась команд. Звериным рыком гудел мотор, трос крана быстро наматывался на ле-

бедку, стремглав поднимая к потолку перепуганную девочку, которая из последних сил пыталась отцепить рукав.

— Я до сих пор помню этот страшный звук, как трещат кости моих рук, наматываемые на лебедку крана, и помню этот противный вой мотора, — глядя в сторону, говорит Олеся.

Она потеряла сознание, а когда пришла в себя на промасленном полу мастерской, над ней расплывшимся пятном мелькало испуганное лицо брата.

Окровяленный ребенок нашел силы встать, выйти на улицу.

— Помню перепуганные лица подростков, которые меня увидели. Мальчишки побежали в кусты блевать, — вспоминает Олеся.

Она то проваливалась в бездну, то снова возвращалась в действительность. Увидела лицо взрослого мужчины, знакомого их семьи и растерянно его спросила: «Дядь Саша, а что теперь со мной будет?»

Медицинскую помощь ей начали оказывать только через полтора часа после трагедии. Девочка пережила клиническую смерть и недельную кому.

Когда пришла в себя, то сразу поняла, что вместо рук у нее огнем горящие хирургические швы.

— Казалось, что какая-то фантазматическая сила тянет меня за руки, вверх, к потолку, — говорит она.

Слезы и воля

После больницы ее руки во многом заменила любимая бабушка, учителя стали приходить к ней домой, незаметно для себя она пальцами ног зажала карандаш и попробовала водить им по бумаге:

— Мне очень хотелось рисовать. Очень!

Часто рисовала, зажав кисточку в зубы, увлекалась так, что перегрызала ее деревянную ручку.

Бывало, Олеся прибежала домой вся в слезах, когда слышала вслед: «Дура, ты что рукава заправила?..» — Я часто себя жалела, а это плохо, — говорит она.

Ребенка-инвалида из амурского райцентра годами подвела сплошные комплексы, страхи и сомнения. Жить стало легче после одной фра-

«Женщина остается женщиной, какая разница, есть у нее руки или нет!»

зы: «Это еще большой вопрос, почему на тебя смотрят люди. Толи потому что у тебя рук нет, толи потому что у тебя глаза красивые...»

После этих слов ей удалось взять себя в руки. В высшем понимании этого слова...

Олеся школьную программу постигала на домашнем обучении, ее аттестат о среднем образовании — без единой «тройки».

Она поступила учиться на художественно-графический факультет Хабаровского педагогического университета. Там очень удивились, когда увидели ее. Но сказали: «Сдадите вступительные экзамены — пожалуйста, учитесь».

Это был единственный случай за всю историю университета, когда диплом преподавателя избра-

Она нежно обнимает дочку ногами, обвивает и прижимает к себе. Господи, да не каждая мать способна руками так обнять...

зительного искусства получила девушка без обеих рук, но с фантастической силой воли и горячим желанием жить.

Обнимашки ногами

Диплом Олеся защищала, когда у нее под сердцем уже трепыхалась новая жизнь.

— Стучалась большая любовь, и у меня не было вопроса, рожать ребенка или не рожать. Конечно, рожать! — говорит Олеся.

Соню ей помогли растить мама и близкие люди, был период, когда приходилось нанимать няню:

— Я сама ее кормила из бутылочки, меняла памперсы и зубами вытаскивала из кроватки, когда она плакала.

Сегодня Соня заканчивает первый класс, девочка на семейном обучении. Все уроки у нее ведет мама. Еще София успеет учиться в художественной школе.

— Школа это некий шаблон и стандарт, я хочу своего ребенка развивать гармонично и творчески, поэтому и выбрала такую форму обучения, — говорит Олеся Матяш.

Она нежно обнимает дочку ногами, обвивает и прижимает к себе. Господи, да не каждая мать способна руками так обнять...

Кстати, Соня не заснет, пока мама не сделает ей массаж спинки.

Себя не жалеть!

Семейная лодка разбилась о берег быта, сегодня ребенка Олеся воспитывает одна. Алименты получает нерегулярно. Понимаю, что

она оказалась сильнее бывшего мужа...

— Олеся, а как ты готовишь? — Не удерживаюсь я от вопроса.

— У меня есть высокое кресло, на него сажусь и все делаю ногами, — буднично отвечает она.

— Олеся, у тебя красивый макияж, — замечаю я.

— Женщина остается женщиной, какая разница, есть у нее руки или нет!

Она честно говорит, что счастливой себя почувствовала только несколько лет назад. Когда полностью приняла себя, перестала себя жалеть и возвращаться за свою трагическую черту.

— Бессмысленно задавать вопросы «за что?» и «почему мне?». Жить надо здесь и сейчас, — убеждена она.

У нее с детства был дар слышать другого, который вырос в профессию. Она дистанционно получила второе высшее образование, став профессиональным психологом. В ее безрукие плечи приходят плакаться многие, она утешает и профессионально вытаскивает проблемные «гвозди» из поникших голов...

— Эмпатия во мне жила всегда. Ну и что из того, что человек физически здоров? Если он слаб, ему плохо — он нуждается в помощи, — отвечает она на мое удивление.

Пенсия у Олеси Матяш четырнадцать тысяч в месяц, двенадцать из которых она отдает за съемную квартиру. На вопрос «На что живешь?», она отвечает не сразу. Думает.

— Родные помогают, сама хватаюсь за любую подработку, монтирую свадебные клипы, картины пишу. Вот одну покупают в Америке. Как-то живу...

Спохватившись, она говорит, что ощущает себя счастливым человеком.

Недавно власти Свободного признали ее «Человеком года», самый большой зал в их городе встал, когда смущенная Олеся поднялась на сцену, и утопил ее в море оваций.

Она честно говорит, что ей было приятно...

Мэрия города выделила ей много чего выдавшую в жизни «двушку» в социальный наем. Пока на год. На больший срок порадовать «Человека года» власть не решилась...

МОСКВА. ТРАНСПОРТ



Концерт в переходе
Живая музыка в столичном метро
завучала на 15 площадках

В СТОЛИЧНОЙ подземке стартовал новый сезон проекта «Музыка в метро». С 27 марта отобранные в ходе конкурсов музыканты начали выступать сразу на 15 площадках подземки — в большинстве случаев это вестибюли и переходы между станциями. Услышать можно не только гитару или скрипку, но и, к примеру, музыкальную пилу и тибетские чаши. За расписанием выступлений удобно следить на сайте music.mosmetro.ru.

Дачное расписание

Пригородные поезда в столичном регионе перешли на весенний график движения

КАК С 26 МАРТА ИЗМЕНИЛОСЬ РАСПИСАНИЕ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ

- Изменения расписания, связанные с международными поездами
- Добавляются поезда, в связи с сезонным увеличением пассажиропотока
- Небольшие изменения действующего расписания (меняются дни курсирования поездов, укорачивание или удлинение маршрута)

ЛЕНИНГРАДСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ
ИЗМЕНЕНИЙ НЕТ. КАК ПОЯСНИЛИ «РГ» В ПРЕСС-СЛУЖБЕ МОСКОВСКО-ТВЕРСКОЙ ПРИГОРОДНОЙ ПАССАЖИРСКОЙ КОМПАНИИ, РАСПИСАНИЕ НА НАПРАВЛЕНИИ МЕНЯЕТСЯ РАЗ В ГОД — ПЕРЕД ЗИМОЙ. КОРРЕКТИРОВАТЬ ЕГО ПЕРЕД ТЕПЛЫМ ВРЕМЕНЕМ ГОДА СМЫСЛА НЕТ, ПОСКОЛЬКУ ПОТОК ЭЛЕКТРИЧЕК И ТАК МАКСИМАЛЬНО ПЛОТНЫЙ.

САВЕЛОВСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ
(ЧАСТЬ ЭЛЕКТРИЧЕК ПРИХОДИТ С БЕЛОРУССКОГО НАПРАВЛЕНИЯ) + ДОБАВЛЯЮТСЯ 4 ПОЕЗДА + НЕБОЛЬШИЕ ИЗМЕНЕНИЯ
По выходным дням:
08-23 Москва Бутырская – Дубна
11-36 Дубна – Москва
15-39 Москва – Бутырская
18-34 Савелово – Москва

РИЖСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ
(ПОЕЗДА ИДУТ В ЛАТВИЮ) + 3 ЭЛЕКТРИЧКИ ДОБАВЛЯЮТСЯ + НЕБОЛЬШИЕ ИЗМЕНЕНИЯ
Назначаются 3 электропоезда:
По выходным дням:
15-54 Новоуресалимская – Москва
По пятницам:
18-00 Москва-Рижская – Волоколамск,
21-14 Нахабино-Москва-Рижская
14-04 Москва-Рижская – Нахабино продляется до Новоуресалимской.

БЕЛОРУССКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ
МЕЖДУНАРОДНЫЕ (ЗАПАДНАЯ ЕВРОПА), ИЗМЕНЕНИЕ РАСПИСАНИЯ ПРИМЕРНО У 150 ПОЕЗДОВ + 7 ЭЛЕКТРИЧЕК ДОБАВЛЯЕТСЯ.
Ежедневно:
20-41 Москва – Одинцово
22-35 Одинцово – Москва
07-58 Москва – Усово
05-12 Усово – Москва
По выходным дням:
13-00 Бородино – Москва
16-57 Москва – Можайск
12-14 Можайск – Москва

ЯРОСЛАВСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ
НЕБОЛЬШИЕ ИЗМЕНЕНИЯ

ГОРЬКОВСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ
ОТМЕНА ДВУХ «СПУТНИКОВ» И ДВУХ ПОЕЗДОВ МАРШРУТАМИ «МОСКВА-ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНАЯ» И ОБРАТНО – НЕБОЛЬШИЕ ИЗМЕНЕНИЯ + ЭКСПРЕСС ВЛАДИМИР-МОСКВА ПО ВОСКРЕСЕНЬЯМ

КАЗАНСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ
ДОБАВЛЯЮТСЯ 6 ОБЫЧНЫХ ПРИГОРОДНЫХ ПОЕЗДОВ + НЕБОЛЬШИЕ ИЗМЕНЕНИЯ
Назначается 6 электропоездов и два экспресса:
По субботам:
07-15 Куровская – Москва
09-00 Москва – Куровская
По выходным дням:
07-13 Москва – Шиферная,
10-15 Шиферная – Москва
По воскресеньям:
17-26 Егорьевск – Воскресенск
16-44 Воскресенск – Егорьевск
С 29 апреля 2017 г. по 30 сентября 2017 г. два экспресса:
09-10 Москва – Рязань-2 по субботам;
14-08 Рязань-1 – Москва по воскресеньям.

КИЕВСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ
ДОБАВЛЯЮТСЯ 3 ПОЕЗДА
По выходным дням
10-35 Москва – Кресты
11-56 Кресты – Москва
17-38 Калуга-1 – Москва

КУРСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ
НЕБОЛЬШИЕ ИЗМЕНЕНИЯ
09-49 по рабочим дням Новоуресалимская – Царицыно; продлевается до Царицыно, будет ходить ежедневно
09-26 Дедовск – Люблино продляется до Царицыно.

ПАВЕЛЕЦКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ
4 ПОЕЗДА ДОБАВЛЯЮТСЯ + НЕБОЛЬШИЕ ИЗМЕНЕНИЯ
По выходным дням
16-04 Москва Павелецкая – Яганово
18-57 Яганово – Москва Павелецкая
08-07 Детково – Михнево
04-15 Москва Павелецкая – Узново

РЕГЛАМЕНТ

Светлана Батова

В воскресенье, 26 марта, пригородные электрички в столичном регионе перешли на летнее расписание. Изменений на всех направлениях — несколько сотен. Поэтому постоянным пассажирам, давно выучившим «свои» электрички, чтобы подолгу не ждать на платформе, лучше заранее посмотреть, когда должен прийти нужный поезд.

Причин, по которым расписание перекраивается каждый год в последнее воскресенье марта, несколько. Главная из них — начало дачного сезона. Чтобы по пятницам вывезти всех горожан, рвущихся на свежий воздух и свои фазенды, а к началу рабочей недели пытающихся вернуться обратно, под конец недели добавляется около трех десятков электричек. Кроме того, у части «коротких» электричек продляют маршруты.

Вторая причина — летнее время. Это Россия отказалась от перехода на него, а страны в Европе продолжают два раза в год пере-

водить часы туда-обратно. Из Москвы туда не только летают самолеты, но и ходят поезда. По железной дороге можно доехать до Польши, Австрии, Франции, Латвии. Соответственно, вместе с «их» временем меняется расписание движения составов и у нас. Изменения же в расписании поездов дальнего следования тянут за собой корректировки и пригородных электричек.

Изменения произошли практически на всех направлениях пригородных электричек, кроме Ленинградского, там расписание осталось неизменным.

Карта «РГ» поможет пассажирам сориентироваться в обновленном расписании, по-

нять, на каких направлениях какие конкретно ждут изменения. Кроме того, все обновления можно отслеживать онлайн в приложениях tutu.ru, Яндекс. Электрички, смотреть на сайтах Центральной пригородной пассажирской компании central-ppk.ru и Московско-Тверской пригородной пассажирской компании mtrpk.ru, обслуживающей Ленинградское направление.



Как сэкономить на проезде в транспорте — узнайте на сайте rg.ru/art/1381923

КСТАТИ

Перешли на дачное расписание и дороги столичного региона, причем на месяц раньше обычного. По данным московского Центра организации дорожного движения, аналитики в марте зафиксировали характерный прирост трафика. По пятницам по направлению в область стало выезжать на 100 тыс. машин больше, чем в феврале. В обратную сторону по воскресеньям прибавилось по 60 тысяч машин. В прежние годы такой прирост начинался ближе к апрелю, а то и к маю. Водителям, которые не хотят терять время в заторах, ЦОДД рекомендует выезжать либо до начала часа пик — лучше всего до 12.00, либо уже после десяти часов вечера или вообще на следующий день с утра пораньше.

Вырос спрос на ночные маршруты

СЕРВИС

Популярность ночных маршрутов, по которым в столице в темное время суток курсируют автобусы, троллейбусы и трамваи, за последний год выросла на 15%. Об этом сообщили в столичной мэрии.

Среди причин назвали нововведения, которые появились на таких рейсах в последнее время. К примеру, на всех маршрутах, за исключением кольцевого троллейбуса Б, теперь есть остановка на Славянской площади. Соответственно, у пассажиров стало больше возможностей пересесть с одного транспорта на другой.

Всего в городе сегодня действует 11 ночных маршрутов, включая автобус Н1 «Озерная улица» — «Аэропорт Шереметьево».

АЛЕКСАНДР АЛЕКСАНДРОВ

На кладбищах запустят электрокары

УСЛУГИ

Начиная с Вербного воскресенья, 9 апреля, по пяти столичным кладбищам начнут курсировать бесплатные электрокары для посетителей. Ими можно будет воспользоваться на Николо-Архангельском, Перепечинском, Домодедовском, Митинском и Алабушевском кладбищах.

В столичной мэрии сообщили, что в первую очередь машины предназначены для пенсионеров и маломобильных посетителей, но воспользоваться транспортом смогут все без исключения.

Маршруты электрокаров будут пролетать от входа на кладбище до самой отдаленной точки с несколькими остановками по пути. Время работы машин — с 9.00 до 17.00.

ДМИТРИЙ ТУМАНСКИЙ

Москвичи выберут лучших врачей

ЗДОРОВЬЕ

Москвичи смогут оценить работу участковых терапевтов, педиатров и медсестер с помощью приложения «Активный гражданин». Десятка лидеров каждого этапа голосования получит награды в День медицинского работника.

В конкурсе участвуют сотрудники медучреждений столичного департамента здравоохранения. Голосование за лучшего врача-терапевта уже стартовало, выбор лучшего педиатра начинается 30 марта, а с 4 апреля можно будет отдавать голоса за лучших детских медсестер.

В прошлом году в таком же голосовании лучших медиков выбрали 232 тыс. горожан.

АЛЕКСАНДР МЕЛЕШЕНКО

МОСКВА. РЫНОК

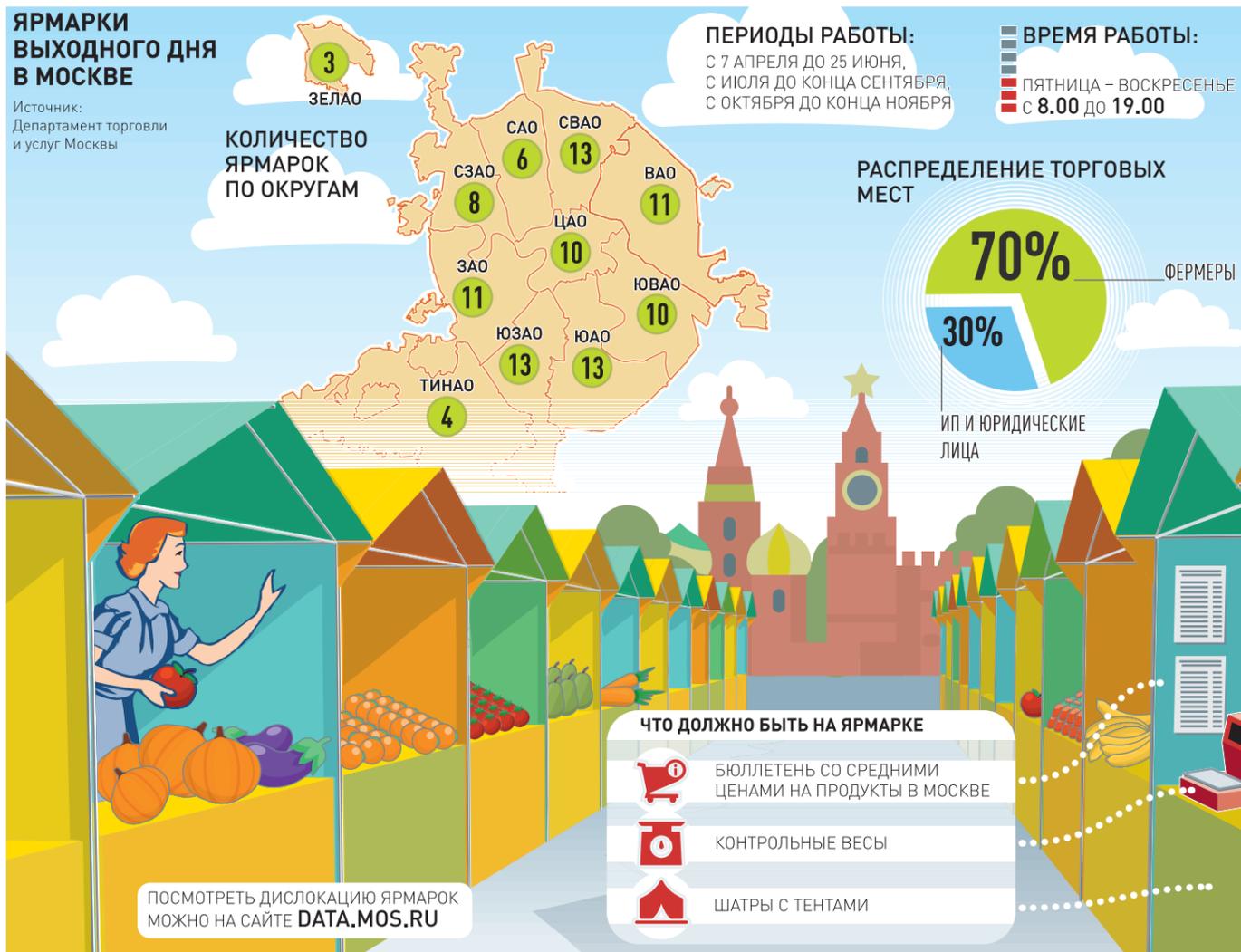


Колбаса какой свежести?
Москвичи стали реже жаловаться на качество продуктов

ЧИСЛО жалоб на качество пищевых продуктов и несоблюдение сроков их годности в столичных магазинах и кафе в прошлом году сократилось на 18% по сравнению с 2015 годом. Количество таких обращений упало с 3327 до 2732, сообщили в столичном управлении Роспотребнадзора. Тем не менее эта позиция остается актуальной и занимает первое место (39%) среди жалоб на предприятия торговли и общественного питания.

Шатер с витаминами

До открытия ярмарок выходного дня в Москве осталась неделя



ТОРГОВЛЯ

Сergeй Бабкин

Полюбившиеся москвичам ярмарки выходного дня в этом году откроются 7 апреля. Торговцы, которые приедут на них, предложат москвичам свежее мясо и рыбу, мед и сало, а летом — фрукты, овощи и зелень с грядки.

—Ярмарки развернутся во всех округах города, на тех же 102 площадках, что и в прошлом году, — рассказал «РГ» руководитель департамента торговли и услуг Алексей Немерюк.

Заявки на участие в них принимают в электронном виде на портале www.mos.ru или в центрах «Мои документы». Интерес к ярмаркам, по словам Алексея Немерюка, в этом году в полтора раза выше, чем обычно. Принимать заявки на участие в ярмарках начали с 14 марта. И в первые же сутки с начала регистрации было подано свыше 15 тысяч заявок на имеющиеся 3 тысячи мест! «Места получат те, кто успел заявку подать раньше», — заявил Алексей Немерюк. В общей сложности, по его словам, планируется устроить три ярмарочные сессии: с 7 апреля до 25 июня, с 1 июля до конца сентября и с октября до последних дней осени. Ярмарки разнесли по времени специально, чтобы ассортимент был шире. Например, в апреле на прилавках будет в основном животноводческая продукция, так как в российских огородах еще ничего не успеет вырасти. Затем пойдут зелень, редиска, огурцы, помидоры, молодая картошка и другие витамины с грядки и поля.

Больше всего ярмарок — по 13 — откроется в Северо-Восточном и Южном административных округах. За последний год сделано многое, чтобы покупателям было удобнее выбрать товар: вместо небольших и стоящих отдельно друг от друга палаток поставили

Ассортимент ярмарок составят не только подмосковные овощи, но и продукты из Казахстана, Армении и Киргизии

большие шатры с тентами, под которыми можно укрыться во время сильного ветра и дождя. У каждого продавца — свой прилавок с широким столом. Есть и уголок потребителя: там можно взвесить покупку на контрольных весах, а также посмотреть, сколько стоят продукты на других рынках и в магазинах с помощью сводок Мосгорстата. Впрочем, подчеркнул Немерюк, на ярмарке выходного дня главное — не экономия, а свежесть и привлекательный вид товара. В принципе картошка и помидоры почти в любом сетевом магазине, кроме премиум-класса, стоят дешевле. Вопрос — где вкуснее? Сей-

час, например, мясные деликатесы продаются везде — хоть в нарезке, хоть на развес, дефицита нет. И никакого ажиотажа. Но зато когда тамбовские фермеры привозят свое сало на ярмарку в Северо-Западном округе, за ним мгновенно выстраивается очередь еще за час до открытия павильона!

Овощами и фруктами в этом году на ярмарках будут торговать в основном частные фермеры или обычные дачники и фермеры — им отдадут 70% мест вместо прежних 50%. Остальные прилавки займут предприниматели и представители фирм. Рост желающих принять участие в ярмарках многие объясняют тем, что в 2016-м мэр Сергей Собянин лично встречался с фермерами и приглашал их привозить свою продукцию в столицу.

На ярмарках выходного дня можно будет увидеть товары и из стран Таможенного союза — Казахстана, Киргизии, Армении и Белоруссии. Итоги кампании подведут до 3 апреля. О старте следующей заявочной волны будет объявлено дополнительно. Что важно: один фермер может попытаться зарезервировать несколько площадок в разное время. Но всякое может случиться: семейные дела, дождь на поле или другие проблемы. В таких случаях лучше заранее отменить запись в «Личном кабинете», чтобы не попасть в «черный список».

► КОНКРЕТНО

Зарегистрироваться для участия в ярмарке и найти всю необходимую информацию можно на официальном сайте правительства и мэра Москвы www.mos.ru. Для этого нужно зайти в «Личный кабинет». Зайти в раздел «Услуги и сервисы», затем в подраздел «Бизнес», далее в категорию «Розничная торговля и общепит» и открыть ссылку «Получить место на ярмарке выходного дня». Если дома проблемы с Интернетом, заявку можно подать через любой столичный центр «Мои документы».

► КСТАТИ

Узнать, где находится ближайшая к дому ярмарка, можно на портале открытых данных Москвы www.data.mos.ru и по телефонам: 8 (499) 128-76-37 и 8 (495) 624-03-35.

«Пасхальный дар» откроют 12 апреля

ФЕСТИВАЛЬ

Весенний сезон фестивалей в Москве откроет «Пасхальный дар» — он пройдет с 12 по 23 апреля. На 24 площадках в центре города и в 19 парках гостей ждут концерты, экскурсии, творческие занятия и кулинарные мастер-классы по приготовлению постных блюд и традиционных пасхальных угощений.

Концерты и театральные постановки с 16 апреля можно будет каждый день увидеть на сцене, которую установят на Пушкинской площади. А в Столешниковом переулке ежедневно будут играть фортепианную музыку и кавер-версии классических произведений. Выступят здесь и музыканты Московской консерватории.

Александр Мелешенко

Дома подсветят синим

АКЦИЯ

Москва в этом году в пятый раз станет участником международной акции «Зажги синим» (Light It Up Blue). Она проходит в разных странах во Всемирный день распространения информации об аутизме 2 апреля.

Мировые достопримечательности в этот день подсвечивают синим цветом — тон меняют пирамиды в Египте, статуя Христа Искупителя в Рио-де-Жанейро, оперный театр в Сиднее и другие.

В Москве вечером 2 апреля синим загорятся 25 зданий на Тверской улице и Новом Арбате — это вдвое больше, чем в прошлом году. Цвет изменят, в том числе, дома книжки на Новом Арбате и здание Центрального телеграфа на Тверской. Наружное освещение включат в 19.18.

Дмитрий Туманский

Начинается подготовка пляжей

БЕЗОПАСНОСТЬ

В столице постепенно начинается подготовка к пляжному сезону — уже 5 апреля водолазы обследуют дно у пляжа Белого озера на востоке мегаполиса.

Всего же им предстоит до начала купального сезона проверить 12 столичных водоемов, подходящих для купания. Благодаря такой работе в прошлом году не было зафиксировано ни одного случая, чтобы отдыхающие получали травмы или порезы от находящихся под водой предметов.

Пляжный сезон в мегаполисе обычно начинается 1 июня, однако из-за теплого марта в этом году его могут открыть и в мае.

Ирина Михайлова

«Теленеделя» является неотъемлемой частью «Российской газеты – Неделя»

Теленеделя 3—9

В телепрограмме возможны изменения по независящим от редакции причинам

Апрель



Не мечом, но миром и договором

Документальный фильм «Вещий Олег» Марины Бандиленко и Юлии Перкуль—премьера канала «Россия 1». С кого началась русская история? Каково происхождение легендарных князей? Достоверен ли летописный эпизод о призвании варягов? Кого и зачем призвали в свои земли новгородцы в середине IX века? В фильме ученые попытаются разобраться в сложных исторических вопросах. Центральный образ картины — Вещий Олег. Герой легенды дохристианской Руси, человек, о происхождении которого не известно ничего. Был ли он полновластным князем или, по летописи, родичем Рюрика, регентом при малолетнем князе Игоре? Известно лишь, что именно он впервые объединил множество племен и народов, вывел зарождающуюся Русь на международную арену, заключив с Византийской империей договор «по русскому праву».

«РОССИЯ 1», 9 апреля, 00.30



Монархисты и коммунисты

«Красный проект» — новое ток-шоу на канале «ТВ Центр», участники которого — политики и политологи, писатели и режиссеры, историки разных школ и направлений — с противоположных позиций будут обсуждать 100 лет государства Российского от Февральской революции 1917 года до наших дней. В ходе дискуссии они попытаются выйти за рамки традиционных представлений об исторических событиях. Каждый выпуск — это битва мнений по наиболее дискутируемым сегодня темам: «Русские революции», «Кто начал Вторую мировую войну?», «Холодная война» и перезагрузка», «Горбачев и новое мышление», «Советский народ — миф или реальность?» В конце каждой программы зрителям предложат представить «Что было бы, если...» — на основе реальных событий будет сконструирована параллельная историческая реальность.

ТВ ЦЕНТР, 7 апреля, 20.40



Убийца невиновен

Премьера психологического детектива «Консультант» — на НТВ. В главных ролях снялись Кирилл Кяро, Максим Дрозд и Светлана Иванова. Сценарий Алексея Слаповского, режиссер — Алексей Рудаков. «Консультант» — это история о проницательном психологе-криминалисте, который в борьбе за правду готов пойти против общества. Сюжет разворачивается в 1990 году в СССР. В окрестностях провинциального городка арестован маньяк. Следователь Олег Брагин уверен, что пойманный им человек — тот самый серийный убийца, за которым он вел охоту более десяти лет. Через полгода проходит открытое заседание суда над подозреваемым. Из Москвы приезжает эксперт-консультант, психолог Вячеслав Широков. Все ожидают, что он лишь подтвердит версию местного следователя. Но Широков заявляет, что на скамье подсудимых — невиновный человек...

НТВ, 3 апреля, 21.35



Потерянный рай Тарковских

4 апреля исполняется 85 лет со дня рождения Андрея Тарковского. К этой дате телеканал «Россия К» показывает документальный фильм «Осколки зеркала» (3—6 апреля, 23.40) и драму «Жертвоприношение» (8 апреля, 22.10) — последний фильм режиссера, который он снимал в Швеции, будучи уже тяжело больным. Документальный фильм «Осколки зеркала» — это рассказ сестры Андрея, Марины Тарковской, о трех поколениях семьи и, собственно, воспоминания — пронзительные, живые, печальные эпизоды о времени и о необыкновенном роде Тарковских. В них сохранилось не только исчезающее время, но и чувства и переживания всех Тарковских: непростой диалог отца и сына — Арсения и Андрея, история взаимоотношений родителей, двух сильных личностей, о Юрьевце, где прошло детство, о том самом городе, который Андрей называл «потерянным раем».

РОССИЯ К, 3 апреля, 23.40

понедельник 3 апреля

Канал	05.00	09.00	12.15	16.00	18.00	21.00	23.35	01.20	
ПЕРВЫЙ КАНАЛ	Телеканал «Доброе утро».	→ 03.00 Новости. «Контрольная закупка». «Жить здорово!» (12+). «Модный приговор».	→ 03.35 «Наедине со всеми». Программа Ю. Меньшовой (16+).	→ 15.15 «Время покажет» (16+).	→ 21.00 «Мужское / Женское» (16+).	→ 21.30 «Давай поженимся!» (16+).	«Вечерний Ургант» (S) (16+).	→ 03.05 «Познер» (16+).	→ 03.05 «Осведомитель» (S) (16+).
РОССИЯ 1	→ 09.15 «Утро России».	→ 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.	→ 17.40 «Прямой эфир» (16+).	→ 21.00 «Свидетельство о рождении» (12+).	→ 21.00 «Специальный корреспондент» (16+).	→ 21.00 «Сонька. Продолжение легенды» (16+).	→ 23.15 «Специальный корреспондент».	→ 01.45 «Сонька».	
ТВ ЦЕНТР	→ 06.00 «Настроение».	→ 08.00 «Одинокая женщина желает познакомиться».	→ 12.55 «В центре событий» с А. Прохоровой (16+).	→ 13.55 «Осторожно, мошенники! Импортный жених» (16+).	→ 14.50 «Город новостей».	→ 15.05 «Естественный отбор». Ток-шоу (12+).	→ 16.10 «Россия на вырост». Специальный репортаж (16+).	→ 22.30 «Тайна московского борща» (16+).	→ 00.30 «Из Сибири с любовью».
НТВ	→ 06.05 «Дорожный патруль» (16+).	→ 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня.	→ 12.00 Суд присяжных (16+).	→ 13.25 → 18.35 Обзор. Чрезвычайное происшествие.	→ 14.00 «Место встречи».	→ 16.30 «Улицы разбитых фонарей» (16+).	→ 19.40 «Улицы разбитых фонарей» (16+).	→ 09.00 «Мухтар. Новый след».	→ 14.00 «Место встречи».
РОССИЯ К	→ 07.00 «Евроныбос».	→ 10.00 → 15.00, 19.30, 00.10 Новости культуры.	→ 14.00 → 22.25, 02.40 Мировые сокровища.	→ 14.15 «Юрий Нагибин. Берег трамвая». Док. фильм.	→ 15.10 Телеспектакль «Кафедра» (*).	→ 17.25 «Тысяча шагов Марка Розовского». Док. фильм (*).	→ 20.05 «Сати. Нескучная классика...».	→ 00.35 «Кинескоп» с П. Шепотинником.	→ 01.15 «Итальянский дневник».
ОТР	→ 01.45 «Большая наука» (12+).	→ 02.40 «Айболит-66» (12+).	→ 06.05 → 10.05, 21.05 «Прав!Да?» (12+).	→ 07.00 «Вовка в Тридевятом царстве». М/ф.	→ 07.20 → 11.05, 14.05 Программа «Календарь» (12+).	→ 08.15 → 15.15, 22.50 «Тульский-Токарев» (12+).	→ 10.00 → 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 21.00 Новости.	→ 00.30 «Культурный обмен с Сергеем Николаевичем» (12+).	→ 02.40 «Айболит-66».

20 вторник 4 апреля

	сериял	фильм			
ПЕРВЫЙ КАНАЛ	05.00 Телеканал «Доброе утро». 09.00 → 03.00 Новости. 09.20 «Контрольная закупка». 09.50 «Жить здорово!» (12+). 10.55 «Модный приговор». 12.00 → 15.00 Новости (с субтитрами).	12.15 → 03.50 «Наедине со всеми». Программа Ю. Меншовой (16+). 13.20 → 15.15 «Время покажет» (16+). 16.00 «Мужское/Женское» (16+). 17.00 «Давай поженимся!» (16+).	18.00 Прямой информационный канал «Первая Студия» (16+). 20.00 «Пусть говорят» с А. Малаховым (16+). 21.00 «Время». 21.35 «Волжье солнце» (S) (16+).	23.40 «Вечерний Ургант» (S) (16+). 00.15 «Салам Масква» (S) (18+). 01.15 Ночные новости. 01.30 → 03.05 «Квинтет» (16+).	00.15 «Салам Масква».
РОССИЯ 1	05.00 → 09.15 «Утро России». 09.00 → 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести. 09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+). 11.40 → 14.40, 17.20, 20.45 Вести. Местное время. 11.55 «Склифосовский» (12+). 14.55 «Тайны следствия».	17.40 «Прямой эфир» (16+). 18.50 «60 минут». Ток-шоу (12+). 21.00 «Свидетельство о рождении» (12+). 23.15 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+). 01.45 «Сонька. Продолжение легенды» (16+).	09.55 «О самом главном».	21.00 «Свидетельство о рождении».	23.15 «Вечер с В. Соловьёвым».
ТВ ЦЕНТР	06.00 «Настроение». 08.10 «Доктор И...» (16+). 08.45 «Возвращение». 10.35 «Владислав Дворжецкий. Роковое везение» (12+). 11.30 → 14.30, 19.40, 22.00 События. 11.50 «Чисто английское убийство» (12+).	13.40 → 05.10 «Мой герой». Ток-шоу с Т. Устиновой (12+). 14.50 Город новостей. 15.05 «Естественный отбор». 16.05 «Тайна московского борща» (16+).	17.00 «Хроника гнусных времён» (12+). 18.50 → 04.15 «Откровенно» с О. Байрак (12+). 20.05 Петровка, 38 (16+). 20.20 «Право голоса» (16+). 22.30 «Осторожно, мошенники! От лица заботливого государства» (16+).	23.05 «Прощание. Нонна Мордюкова» (16+). 00.00 События. 25-й час. 00.30 «Право знать!» Ток-шоу (16+). 02.05 «Разрешите тебя поцеловать... Отец невесты» (12+).	17.00 «Хроника гнусных времён».
НТВ	05.00 → 06.05 «Дорожный патруль» (16+). 06.00 → 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня. 07.00 «Деловое утро НТВ» (12+). 09.00 «Мухтар. Новый след». 10.20 «Лесник» (16+).	12.00 Суд присяжных (16+). 13.25 → 18.35 Обзор. Чрезвычайное происшествие. 14.00 «Место встречи». 16.30 «Улицы разбитых фонарей» (16+). 17.30 «Говорим и показываем». Ток-шоу с Л. Закошанским (16+).	19.40 «Улицы разбитых фонарей» (16+). 21.35 «Консультант» (16+). 23.35 «Итоги дня». 00.05 «Шеф» (16+). 01.00 «Место встречи» (16+). 02.55 Квартирный вопрос. 04.00 «Час Волкова» (16+).	10.20 «Лесник».	21.35 «Консультант».
РОССИЯ К	06.30 «Евроныус». 10.00 → 15.00, 19.30, 00.10 Новости культуры. 10.15 → 01.55 «Наблюдатель». 11.15 «Развод по-итальянски». 13.00 Мировые сокровища. 13.15 → 22.40 «Медици. Крестные отцы Ренессанса». Док. сериал (*).	14.15 «Мир и гармония Леонида Пастернака». Док. фильм. 15.10 → 00.30 «Следствие ведут знатоки». «Ответный удар» (*). 16.40 «Сати. Нескучная классика...».	17.25 «Умные дома». Док. фильм (*). 18.05 Неделя Италии на телеканале «Культура». Арии из опер Дж. Верди, Дж. Пуччини. 19.05 «Роберт Фолкон Скотт». 19.15 «Спокойной ночи, малыши!».	19.45 Главная роль. 20.05 Искусственный отбор. 20.45 «День совы». 22.30 «Антонио Сальери». Док. фильм. 23.40 «Осколки зеркала». Фильм 2-й (*). 00.25 Худсовет.	20.45 «День совы».
ОТР	05.00 → 12.05, 22.00 «Большая страна: возможности» (12+). 05.55 → 13.20 «Удачные советы» (12+). 06.05 → 10.05, 21.05 «Прав!Да?» (12+). 07.00 «Волшебное кольцо». М/ф.	07.20 → 11.05, 14.05 Программа «Календарь» (12+). 08.15 → 15.15, 22.50 «Тулеский-Токарев» (12+). 10.00 → 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 21.00 Новости. 13.30 «Большое интервью».	17.00 → 01.45 Информационная программа «ОТражение» (12+). 00.30 «Культурный обмен с Сергеем Николаевичем» (12+). 01.15 «Легенды Крыма. Эхо Крымской войны». Док. фильм (12+).	08.15 «Тулеский-Токарев».	00.30 «Культурный обмен».

среда 5 апреля

ПЕРВЫЙ КАНАЛ	05.00 Телеканал «Доброе утро». 09.00 → 03.00 Новости. 09.20 «Контрольная закупка». 09.50 «Жить здорово!» (12+). 10.55 «Модный приговор». 12.00 → 15.00 Новости (с субтитрами).	12.15 → 03.35 «Наедине со всеми». Программа Ю. Меншовой (16+). 13.20 → 15.15 «Время покажет» (16+). 16.00 «Мужское/Женское» (16+). 17.00 «Давай поженимся!» (16+).	18.00 Прямой информационный канал «Первая Студия» (16+). 20.00 «Пусть говорят» с А. Малаховым (16+). 21.00 «Время». 21.35 «Волжье солнце» (S) (16+).	23.40 «Вечерний Ургант» (S) (16+). 00.15 «Салам Масква» (S) (18+). 01.15 Ночные новости. 01.30 → 03.05 «Горячий камешек» (12+).	21.35 «Волжье солнце».
РОССИЯ 1	05.00 → 09.15 «Утро России». 09.00 → 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести. 09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+). 11.40 → 14.40, 17.20, 20.45 Вести. Местное время. 11.55 «Склифосовский» (12+). 14.55 «Тайны следствия».	17.40 «Прямой эфир» (16+). 18.50 «60 минут». Ток-шоу (12+). 21.00 «Свидетельство о рождении» (12+). 23.15 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+). 01.45 «Сонька. Продолжение легенды» (16+).	09.00 Вести.	11.55 «Склифосовский».	17.40 «Прямой эфир».
ТВ ЦЕНТР	06.00 «Настроение». 08.15 «Доктор И...» (16+). 08.45 «Без срока давности» (12+). 10.40 «Андрей Краско. Я остаюсь...» Док. фильм (12+). 11.30 → 14.30, 19.40, 22.00 События.	11.50 «Чисто английское убийство» (12+). 13.40 → 05.05 «Мой герой». Ток-шоу с Т. Устиновой (12+). 14.50 Город новостей. 15.05 «Естественный отбор». Ток-шоу (12+).	16.05 «Прощание. Нонна Мордюкова» (16+). 16.55 «Отель последней надежды» (12+). 18.50 → 04.15 «Откровенно» с О. Байрак (12+). 20.05 Петровка, 38 (16+). 20.20 «Право голоса» (16+). 22.30 «Линия защиты» (16+).	23.05 «90-е. Голые Золушки» (16+). 00.00 События. 25-й час. 00.30 «Я знаю твои секреты» (12+).	16.55 «Отель последней надежды».
НТВ	05.00 → 06.05 «Дорожный патруль» (16+). 06.00 → 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня. 07.00 «Деловое утро НТВ». 09.00 «Мухтар. Новый след» (16+). 10.20 «Лесник» (16+).	12.00 Суд присяжных (16+). 13.25 → 18.35 Обзор. Чрезвычайное происшествие. 14.00 «Место встречи». 16.30 «Улицы разбитых фонарей» (16+). 17.30 «Говорим и показываем». Ток-шоу с Л. Закошанским (16+).	19.40 «Улицы разбитых фонарей» (16+). 21.35 «Консультант» (16+). 23.35 «Итоги дня». 00.05 «Шеф» (16+). 01.00 «Место встречи» (16+). 02.55 «Дачный ответ». 04.00 «Час Волкова» (16+).	16.30 «Улицы разбитых фонарей».	17.30 «Говорим и показываем».
РОССИЯ К	06.30 «Евроныус». 10.00 → 15.00, 19.30, 00.10 Новости культуры. 10.15 → 01.55 «Наблюдатель». 11.15 «День совы». 13.00 → 19.00 Мировые сокровища. 13.15 → 22.40 «Медици. Крестные отцы Ренессанса».	14.15 «Больше, чем любовь». А. Герцен и Н. Захарьина. 15.10 → 00.30 «Следствие ведут знатоки». «Ответный удар» (*). 16.35 «Фрэнсис Бэкон». Док. фильм.	16.40 Искусственный отбор. 17.25 «Умная одежда». Док. фильм (*). 18.05 Неделя Италии на телеканале «Культура». Концерт Ч. Бартоли. 19.15 «Спокойной ночи, малыши!» 19.45 Главная роль.	20.05 «Абсолютный слух». Альманах по истории музыкальной культуры. 20.45 «Семейный портрет в интерьере». 23.40 «Осколки зеркала». Фильм 3-й (*). 00.25 Худсовет.	15.10 «Следствие ведут знатоки».
ОТР	05.00 → 12.05, 22.00 «Большая страна: общество» (12+). 05.55 → 13.20 «Удачные советы» (12+). 06.05 → 10.05, 21.05 «Прав!Да?» (12+). 07.00 «В стране невыученных уроков». М/ф.	07.20 → 11.05, 14.05 Программа «Календарь» (12+). 08.15 → 15.15, 22.50 «Тулеский-Токарев» (12+). 10.00 → 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 21.00 Новости. 13.30 «Гамбургский счет».	17.00 → 01.45 Информационная программа «ОТражение» (12+). 00.30 «Культурный обмен с Сергеем Николаевичем» (12+). 01.15 «Легенды Крыма. Истоки русского ханства». Док. фильм (12+).	07.00 «В стране невыученных уроков».	13.30 «Гамбургский счет».

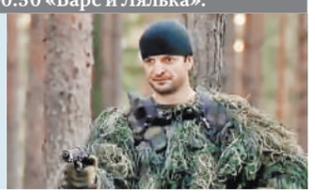
четверг 6 апреля

	▼ сериал ● фильм				
ПЕРВЫЙ КАНАЛ	05.00 Телеканал «Доброе утро». 09.00 → 03.00 Новости. 09.20 «Контрольная закупка». 09.50 «Жить здорово!» (12+). 10.55 «Модный приговор». 12.00 → 15.00 Новости (с субтитрами).	12.15 → 03.50 «Наедине со всеми». Программа Ю. Меньшовой (16+). 13.20 → 15.15 «Время покажет» (16+). 16.00 «Мужское/Женское» (16+). 17.00 «Давай поженимся!» (16+).	18.00 Прямой информационный канал «Первая Студия» (16+). 20.00 «Пусть говорят» с А. Малаховым (16+). 21.00 «Время». 21.35 «Волжье солнце» (S) (16+).	23.40 «Вечерний Ургант» (S) (16+). 00.15 «Салам Масква» (S) (18+). 01.15 Ночные новости. 01.30 → 03.05 «Дорога в рай» (S) (16+).	01.30 «Дорога в рай».
РОССИЯ 1	05.00 → 09.15 «Утро России». 09.00 → 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести. 09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+). 11.40 → 14.40, 17.20, 20.45 Вести. Местное время. 11.55 «Склифосовский» (12+). 14.55 «Тайны следствия».	17.40 «Прямой эфир» (16+). 18.50 «60 минут» (12+). 21.00 «Свидетельство о рождении» (12+). 23.15 «Поединок». Программа В. Соловьёва (12+). 01.15 «Сонька. Продолжение легенды» (16+). 03.15 «Дар» (12+).	11.40 Вести. 	14.55 «Тайны следствия». 	23.15 «Поединок».
ТВ ЦЕНТР	06.00 «Настроение». 08.10 «Доктор И...» (16+). 08.45 «Ссора в Лукашах». 10.35 «Короли эпизода. Валентина Телегина» (12+). 11.30 → 14.30, 19.40, 22.00 События. 11.50 «Чисто английское убийство» (12+).	13.40 → 05.10 «Мой герой». Ток-шоу с Т. Устиновой (12+). 14.50 Город новостей. 15.05 «Естественный отбор». Ток-шоу (12+). 16.05 «90-е. Голые Золушки» (16+).	16.55 «Отель последней надежды» (12+). 18.50 → 04.15 «Откровенно» с О. Байрак (12+). 20.05 Петровка, 38 (16+). 20.20 «Право голоса» (16+). 22.30 «10 самых... Несчастные красавицы» (16+).	23.05 «Список Лапина. Запрещенная эстрада». Док. фильм (12+). 00.00 События. 25-й час. 00.30 «Без срока давности» (12+). 02.25 «Инспектор Морс» (16+).	00.30 «Без срока давности».
НТВ	05.00 → 06.05 «Дорожный патруль» (16+). 06.00 → 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня. 07.00 «Деловое утро НТВ» (12+). 09.00 «Мухтар. Новый след» (16+).	10.20 «Лесник» (16+). 12.00 Суд присяжных (16+). 13.25 → 18.35 Обзор. Чрезвычайное происшествие. 14.00 «Место встречи». 16.30 → 19.40 «Улицы разбитых фонарей» (16+).	17.30 «Говорим и показываем» (16+). 21.35 «Консультант» (16+). 23.35 «Итоги дня». 00.05 «Шеф» (16+). 01.00 «Место встречи» (16+). 02.55 «Судебный детектив» (16+). 04.05 «Час Волкова» (16+).	07.00 «Деловое утро НТВ». 	00.05 «Шеф».
РОССИЯ К	06.30 «ЕвроНьюс». 10.00 → 15.00, 19.30, 00.10 Новости культуры. 10.15 → 01.55 «Наблюдатель». 11.15 «Семейный портрет в интерьере». 13.15 → 22.40 «Медици. Крестные отцы Ренессанса». Док. сериал (*).	14.15 «Прекрасная насмешница. Цецилия Мансурова». Док. фильм. 15.10 → 00.30 «Следствие ведут знатоки». «Ответный удар» (*). 16.40 «Абсолютный слух». 17.25 «Хомо Киборг» (*).	18.05 Неделя Италии на телеканале «Культура». Национальный симфонический оркестр итальянской телерадиокомпании RAI и Марко Анджиус. 19.15 «Спокойной ночи, малыши!»	19.45 Главная роль. Черные дыры. Белые пятна. 20.05 «Бал». 20.45 «Осколки зеркала». Фильм 4-й (*). 23.40 Худсовет. 00.25	20.45 «Бал».
ОТР	05.00 → 12.05, 22.00 «Большая страна: люди» (12+). 05.55 → 13.20 «Удачные советы» (12+). 06.05 → 10.05, 21.05 «Прав!Да?» (12+). 07.00 «Мойодырь». М/ф. 07.20 → 11.05, 14.05 Программа «Календарь» (12+).	08.15 → 15.15, 22.50 «Тульский-Токарев» (12+). 10.00 → 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 21.00 Новости. 13.30 «Фигура речи» (12+).	17.00 → 01.45 Информационная программа «ОТражение» (12+). 00.30 «Культурный обмен с Сергеем Николаевичем» (12+). 01.15 «Легенды Крыма. Вкус жизни». Док. фильм (12+).	06.05 «Прав!Да?». 	17.00 «ОТражение».

пятница 7 апреля

ПЕРВЫЙ КАНАЛ	05.00 Телеканал «Доброе утро». 09.00 Новости. 09.20 → 05.20 «Контрольная закупка». 09.50 «Жить здорово!» (12+). 10.55 → 04.20 «Модный приговор».	12.00 → 15.00 Новости (с субтитрами). 12.15 «Наедине со всеми». Программа Ю. Меньшовой (16+). 13.20 → 15.15 «Время покажет» (16+). 16.00 «Мужское/Женское» (16+).	17.00 «Жди меня». 18.00 Вечерние новости (с субтитрами). 18.45 «Человек и закон» с А. Пимановым (16+). 19.50 «Поле чудес» (16+). 21.00 «Время». 21.30 «Голос. Дети». Новый сезон (S).	23.15 «Вечерний Ургант» (S) (16+). 00.00 «Городские пижоны». 00.15 «The Rolling Stones. Ole, Ole, Ole». Док. фильм (S) (16+). 02.00 «Большая игра» (S) (16+).	00.00 «The Rolling Stones».
РОССИЯ 1	05.00 → 09.15 «Утро России». 09.00 → 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести. 09.55 «О самом главном». Ток-шоу (12+). 11.40 → 14.40, 17.20, 20.45 Вести. Местное время. 11.55 «Склифосовский» (12+). 14.55 «Тайны следствия».	17.40 «Прямой эфир» (16+). 18.50 «60 минут» (12+). 21.00 Аншлаг и Компания (16+). 23.55 «Третья попытка» (12+). 01.55 «Сонька. Продолжение легенды» (16+). 03.55 «Дар» (12+).	18.50 «60 минут». 	21.00 Аншлаг и Компания. 	23.55 «Третья попытка».
ТВ ЦЕНТР	06.00 «Настроение». 08.15 «Олег Анофриев. Первый на вторых ролях». Док. фильм (12+). 09.05 → 11.50 «Хроника гнусных времен» (12+). 11.30 → 14.30, 22.00 События.	13.10 → 15.05 «Забятая женщина» (12+). 14.50 Город новостей. 17.30 «Бумажные цветы» (12+). 19.30 «В центре событий» с А. Прохоровой.	20.40 Премьера. «Красный проект» (16+). 22.30 «Приют комедиантов. Весеннее обострение» (12+). 00.25 «Юрий Яковлев. Последний из могикиан». Док. фильм (12+).	01.15 «Пуля-дура. Агент почти не виден» (16+). 04.50 Петровка, 38 (16+). 05.10 «Знаменитые соблазнительницы. Джек Николсон и его женщины». Док. фильм (12+).	13.10 «Забятая женщина».
НТВ	05.00 → 06.05 «Дорожный патруль» (16+). 06.00 → 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня. 07.00 «Деловое утро НТВ» (12+). 09.00 «Мухтар. Новый след» (16+).	10.20 «Лесник» (16+). 12.00 Суд присяжных (16+). 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие. 14.00 «Место встречи». 16.30 → 19.40 «Улицы разбитых фонарей» (16+).	17.30 «Говорим и показываем» (16+). Ток-шоу с Л. Законшанским (16+). 18.35 «ЧП. Расследование» (16+). 21.35 «Консультант» (16+). 23.40 НТВ-видение. «Старик, пых-пых и море». Фильм В. Фефилова (12+).	00.30 «Мы и наука. Наука и мы» (12+). 01.30 «Место встречи» (16+). 03.25 Авиаторы (12+). 03.55 «Час Волкова» (16+).	23.40 НТВ-видение.
РОССИЯ К	06.30 «ЕвроНьюс». 10.00 → 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры. 10.20 «Лето Господне». Благословение Пресвятой Богородицы. 10.50 «Хор Жарова». 11.15 «Бал». 13.10 «Джакомо Пуччини».	13.15 «Медици. Крестные отцы Ренессанса». Док. сериал (*). 14.15 «Кинескоп» с П. Шепотинником. «Итальянский дневник». 15.10 «Следствие ведут знатоки». «Пожар» (*). 16.50 «Царская ложа».	17.30 «Чудеса на дорогах». Док. фильм (*). 18.10 Неделя Италии на телеканале «Культура». Клаудио Аббадо, Кристина Шёфер и Люцернский фестиваль оркестр. 19.00 Гении и злодеи. Б. Понтекорво.	19.45 Смехоностагия. 20.15 → 01.55 «Искатели» (*). 21.00 «Мы с вами где-то встречались» (*). 22.35 Неделя Италии на телеканале «Культура». «Йонас Кауфман «Моя Италия». Песни и мелодии из кинофильмов».	23.55 Худсовет. 00.00 «Конформист». 01.50 «Тихо Браге». Док. фильм. 02.40 Мировые сокровища.
ОТР	05.00 → 12.05 «Большая страна: открытие» (12+). 05.40 → 09.45 Занимательная наука. «Светлая голова» (12+). 05.55 → 13.20 «Удачные советы». 06.05 → 10.05, 21.05 «Культурный обмен с Сергеем Николаевичем» (12+).	06.50 → 16.40 «Фильм, фильм, фильм», «Бобик в гостях у Барбоса», «Ёжик в тумане». М/ф. 07.30 → 11.05, 14.05 Программа «Календарь» (12+). 08.25 → 15.15, 21.50 «Бес в ребро» (12+).	10.00 → 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 21.00 Новости. 10.50 «И мама меня простит». М/ф. 12.45 «Ёжик в тумане». М/ф. 13.30 «Сохранить призваны». Док. фильм (12+).	17.00 → 01.45 Информационная программа «ОТражение» (12+). 23.10 «За дело!» (12+). 23.50 «Банкет». М/ф. 00.00 «Дневник его жены» (12+).	08.25 «Бес в ребро».

22 суббота 8 апреля

	сериял	фильм								
ПЕРВЫЙ КАНАЛ	06.00	Новости.	10.00	→ 12.00	Новости (с субтитрами).	14.00	«Голос. Дети». Новый сезон (S).			
	06.10	«Голубая стрела».	10.15	«Нагиев — это моя работа» (16+).	15.50	«Вокруг смеха».	21.00	«Время».		
	08.00	«Играй, гармонь любимая!»	11.20	«Смак» (12+).	18.00	Вечерние новости (с субтитрами).	21.20	«Сегодня вечером» с А. Малаховым (16+).		
	08.45	«Смешарики. Новые приключения» (S).	12.15	«Идеальный ремонт».	18.15	«Кто хочет стать миллионером?» с Д. Дибровым.	23.00	«Прожекторперискитон» (S) (16+).		
	09.00	«Умницы и умники» (12+).	13.15	«На 10 лет моложе» (16+).	19.10	«Минута славы». Новый сезон (S).	23.35	«Мой король» (S) (18+).		
	09.45	«Слово пастыря».					01.50	«Нянь» (S) (18+).		
РОССИЯ 1	05.20	«Чокнутая» (12+).	11.40	«Юмор! Юмор! Юмор!!!»	14.20	«Елена прекрасная».	21.00	«Прости».		
	07.10	«Живые истории».	14.20	«Елена прекрасная».				00.50	«Четвертый пассажир».	
	08.00	→ 11.20	Вести. Местное время. Россия. Местное время (12+).	16.20	«Золото нации».					
	08.20	Вести. Местное время (12+).	18.00	Субботний вечер. Вести в субботу.						
	09.20	«Сто к одному».	20.00	«Прости» (12+).						
	10.10	«Пятеро на одного».	21.00	«Четвертый пассажир» (12+).						
ТВ ЦЕНТР	05.55	Марш-бросок (12+).	11.30	→ 14.30, 23.40	События.	22.10	«Право знать!» Ток-шоу (16+).	11.40	«Черный принц».	
	06.30	АБВГДейка.	11.40	«Черный принц» (12+).	13.35	→ 14.45	«Право голоса» (16+).	17.20	«Улыбка лиса».	
	06.55	«Отцы и деды».	13.35	«Отель последней надежды» (12+).	17.20	«Улыбка лиса» (12+).	03.05	«Россия на вырост». Специальный репортаж (16+).	17.20	«Улыбка лиса».
	08.40	Православная энциклопедия (6+).	21.00	«Постскриптум» с А. Пушкиным.	19.00	«Инспектор Морс» (16+).	03.35	«Инспектор Морс» (16+).		
	09.05	«Юрий Яковлев. Последний из могикан». Док. фильм (12+).								
	10.00	«Илья Муромец».								
НТВ	04.55	Их нравы.	09.25	«Умный дом».	15.05	Своя игра.	23.35	«Международная пилорама» с Т. Кеосаяном (16+).	00.30	«Барс и Лялька».
	05.35	→ 02.25	Главная дорога (16+).	16.20	«Однажды...» (16+).	17.00	«Секрет на миллион».	00.30	«Барс и Лялька» (12+).	
		«Агент особого назначения» (16+).	11.00	«Еда живая и мертвая» (12+).	19.00	М. Грушевский (16+).	04.15	«Час Волкова» (16+).		
	07.25	Смотр.	12.00	Квартирный вопрос.	20.00	«Центральное телевидение» с В. Такменевым.				
	08.00	→ 10.00, 16.00	Сегодня.	13.05	«Двойные стандарты» (16+).	22.30	«Ты супер!» (6+).			
	08.20	«Устами младенца».	14.05	«Битва шефов» (12+).						
РОССИЯ К	06.30	«Евроњьюс».	13.55	«Мифы Древней Греции». Док. сериал.	17.00	Новости культуры с В. Флярковским.	22.10	«Жертвоприношение».	22.10	«Жертвоприношение».
	10.00	Библейский сюжет.	14.20	«Мы с вами где-то встречались» (*).	17.30	Неделя Италии на телеканале «Культура».	00.40	Неделя Италии на телеканале «Культура».		
	10.35	«Девушка с характером».	15.55	Неделя Италии на телеканале «Культура».	18.05	«Мир Пиранези» (*).				
	12.00	«Пряничный домик» (*).			19.00	«Ромео и Джульетта».				
	12.30	«На этой неделе... 100 лет назад. Нефронтовые заметки».			21.15	«Аmarcord. Я помню... Тонино Гуэрра» (*).				
	13.00	→ 01.55	«Такие важные насекомые» (*).							
ОТР	05.00	→ 14.15, 15.05, 21.35	Концерт В. Зинчука (12+).	08.30	«Про бегемота, который боялся прививок». М/ф.	11.30	→ 17.10	«Сохранить призвание» (12+).	00.50	«Партийный билет» (12+).
	06.30	«Герои новой России. Целую... Мама».	08.50	«Король гор и другие» (12+).	13.00	→ 15.00, 19.00	Новости.	19.50	«Дневник его жены» (12+).	
	07.10	→ 12.00	«Большая наука» (12+).	10.05	«Новости Совета Федерации» (12+).	13.30	«Золотое Кольцо — в поисках настоящей России. Владимир».	23.10	«Анатомия любви».	
	08.00	→ 13.05	«Служу Отчизне» (12+).	11.00	«За дело!» (12+).	16.00	«Просто Саша» (12+).	00.40	«Киноправда?!» Л. Млечин о времени и фильме «Партийный билет» (12+).	
						17.40	«Бес в ребро» (12+).		02.30	«Деревенский детектив» (12+).
									03.55	«Вспомнить всё». Программа Л. Млечина (12+).
								04.25	«О бедном гусаре замолвите слово» (12+).	

воскресенье 9 апреля

ПЕРВЫЙ КАНАЛ	06.00	Новости.	10.15	«Непутевые заметки» с Дм. Крыловым (12+).	16.35	Концерт «О чем поют мужчины» (S).	23.40	«Форсаж».	
	06.10	«Гараж» (12+).	10.35	«Пока все дома».	18.25	«Афтар жжот» (16+).	01.40	«Мясник, повар и меченосец» (S) (16+).	
	08.05	«Смешарики. ПИН-код» (S).	11.25	«Фазенда».	19.30	«Лучше всех!» (S).	03.25	«Модный приговор».	
	08.25	«Часовой» (12+).	12.10	«ТилиТелеТесто» с Л. Гусевой (S).	21.00	Воскресное «Время». Информационно-аналитическая программа.	04.25	«Контрольная закупка».	
	08.55	«Здоровье» (16+).	13.35	«Теория заговора» (16+).	22.30	«Что? Где? Когда?» Весенняя серия игр.			
	10.00	→ 12.00	Новости (с субтитрами).	14.25	«Романовы» (S) (12+).				
РОССИЯ 1	05.05	«Чокнутая» (12+).	10.20	Местное время. Вести-Москва. Неделя в городе.	18.00	«Танцуют все!»	07.30	«Сам себе режиссер».	
	07.00	Мульт-утро. «Маша и Медведь».	11.00	→ 14.00	Вести.	20.00	Вести недели.	14.20	«Печенье с предсказанием».
	07.30	«Сам себе режиссер».	11.20	«Смеяться разрешается».	22.00	«Воскресный вечер» с В. Соловьёвым (12+).			
	08.20	«Смехопанорама»	13.10	«Семейный альбом» (12+).	00.30	«Вещий Олег» (12+).			
	08.50	Е. Петросяна.	14.20	«Печенье с предсказанием» (12+).	02.00	«Женщины на грани» (12+).			
	09.30	Утренняя почта.							
ТВ ЦЕНТР	05.55	«Ссора в Лукашах» (12+).	11.45	«Принцесса на бобах».	00.45	Петровка, 38 (16+).	11.45	«Принцесса на бобах».	
	07.50	«Фактор жизни» (12+).	13.55	«Смех с доставкой на дом» (12+).	00.55	«Сталин против Ленина. Поверженный кумир».	17.05	«Замуж после всех».	
	08.20	«Джентльмены удачи» (12+).	14.30	Московская неделя.	01.45	Док. фильм (12+).			
	08.55	«Бумажные цветы» (12+).	15.00	«Одиночка» (16+).	02.30	«Иосиф Сталин. Убить вождя» (12+).			
	10.55	«Барышня и кулинар».	17.05	«Замуж после всех» (12+).	04.20	«Инспектор Морс» (16+).			
	11.30	→ 00.30	События.	20.50	«Вероника не хочет умирать» (12+).				
НТВ	05.05	→ 02.10	«Агент особого назначения» (16+).	10.20	«Первая передача» (16+).	18.00	«Новые русские сенсации» (16+).	20.10	«Дуэлянт».
	07.00	«Центральное телевидение» (16+).	11.05	«Чудо техники» (12+).	19.00	«Итоги недели» с И. Зейналовой.		22.20	«Опасная любовь».
	08.00	→ 10.00, 16.00	Сегодня.	12.00	«Дачный ответ».	20.10	«Дуэлянт» (16+).		
	08.20	Лотерея «Счастливое утро».	13.05	«НашПотребНадзор» (16+).	22.20	«Опасная любовь» (16+).			
	09.25	Едим дома.	14.10	«Поедем, поедим!»	04.00	«Час Волкова» (16+).			
			15.05	Своя игра.					
РОССИЯ К	06.30	«Евроњьюс».	13.55	«Мифы Древней Греции». Док. сериал.	17.10	«Пешком...» (*).	00.35	Оперные театры мира.	
	10.00	«Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириным».	14.25	«Что делать?»	17.40	Хрустальный бал «Хрустальной Турандот» в честь 95-летия театра им. Евг. Вахтангова.	01.30	«Ла Скала».	
	10.35	«Ромео и Джульетта».	15.15	→ 21.10	«Больше, чем любовь» (*).	19.00	«Мена». «В мире басен». М/ф для взрослых.	02.40	Мировые сокровища.
	12.45	«Легенды мирового кино». Ф. Дзеффирелли.	15.55	Неделя Италии на телеканале «Культура».	21.55	«8 1/2».			
	13.15	→ 01.55	«Охотники за охотниками». Док. фильм (*).						
ОТР	07.10	→ 12.00	«Большая наука».	10.50	«Герои новой России. Целую... Мама».	14.20	«И мама меня простит». М/ф.	17.00	«Деревенский детектив».
	08.05	«От прав к возможностям» (12+).	11.30	→ 18.30, 00.00	«Вспомнить всё». Программа Л. Млечина (12+).	14.30	«Гамбургский счет».	19.00	→ 23.20
	08.35	«Просто Саша» (12+).	13.00	→ 15.00	Новости.	15.05	«Киноправда?!» Л. Млечин о времени и фильме «Партийный билет» (12+).	19.40	«О бедном гусаре замолвите слово» (12+).
	09.45	Занимательная наука.	13.05	«Король гор и другие» (12+).			22.30	«Сухой. Выбор цели». Док. фильм (12+).	
	10.00	→ 00.30	«Культурный обмен с Сергеем Николаевичем» (12+).				01.15	«Легенды Крыма. Источник вдохновения» (12+).	
									

МОСКВА. МЕДИЦИНА



Снимок на память
Москвичи могут бесплатно проверить легкие

МОСКВИЧИ могут бесплатно проверить здоровье легких, проконсультироваться с врачами-фтизиатрами и послушать лекции о профилактике туберкулеза вплоть до 8 апреля. Такую акцию столичный департамент здравоохранения запустил ко Всемирному дню борьбы с туберкулезом. Сделать флюорографию и узнать ее результаты можно в поликлиниках, консультативно-диагностических центрах и других медучреждениях.

Возрастной букет

В московских поликлиниках запускают проект по работе с женщинами 55 и мужчинами 60 лет и старше

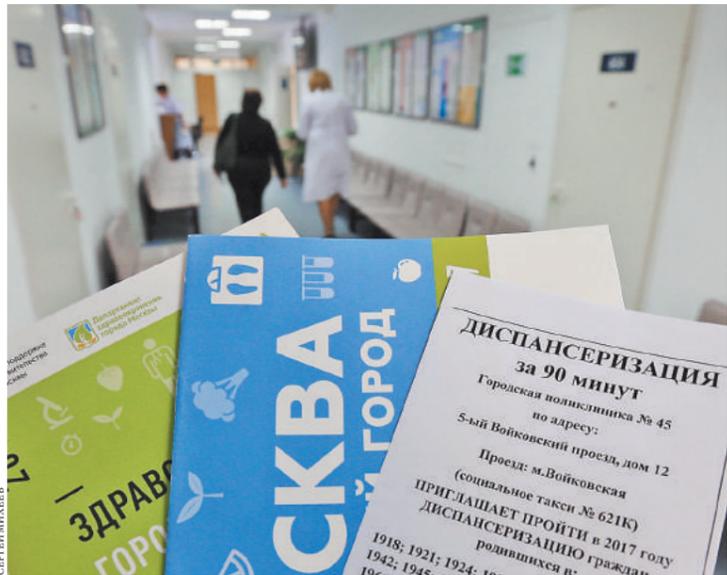
ПРОЕКТ

Любовь Проценко

Вы замечали, что в поликлиниках у кабинетов к врачу сидят чаще всего пожилые? Иногда складывается впечатление, что лечатся лишь те, у кого на это есть время. На самом деле это, конечно, не так. Просто с возрастом у людей накапливается все больше болячек. И если молодые часто смело переносят свои ОРЗ на ногах, то с годами без помощи врача обойтись уже сложно. Пожилым москвичам — женщинам старше 55, а мужчинам — 60 с тремя и более хроническими заболеваниями и адресован проект, который запускается в столице с апреля.

40 минут на пациента

Таких пациентов в городе, по данным департамента здравоохранения, 30%, но именно на них приходится 70% посещений поликлиник. А еще они чаще других вызывают неотложку и «скорую помощь», лежат в стационарах. Но главное — люди страдают. То давление подскочит, то уровень сахара в крови выше некуда, а отсюда никуда не годное самочувствие... Оно и не мудрено. Ведь каждая из этих болезней сама по себе способна в немалой степени отравить жизнь, а если их целый букет? Скажем, гипертония, сахарный диабет и ишемическая болезнь сердца. Или заболевание почек, астма и хроническая обструктивная болезнь легких. Участковому терапевту в рамках стандартного приема трудно вникнуть в такой обширный спектр заболеваний. Пилотный проект, запущенный год назад, показал, что правильно организованная работа с такими больными может сделать жизнь этих людей более радостной и комфортной.



В столичных поликлиниках теперь очень легко ориентироваться — навигация везде одинаковая.



Перед приемом «хроников» доктора и медсестры изучают их амбулаторные карты.

Главный врач поликлиники № 175 Алексей Тернавский рассказал «РГ»: «Для работы с пациентами преклонного возраста мы выделили 12 врачей. Снизили им стандартную нагрузку с 1700 человек до 500. На первичный прием отвели 40 минут вместо прежних 10–15, чтобы можно было спокойно составить анамнез, продумать индивидуальный план лечения, снабдить пациента памяткой, какой образ жизни полезен ему сейчас. Затем 20 минут на повторный прием.

Но главное, что связь врач — пациент по проекту не теряется никогда. После приема медсестра сразу вручает больному талончик на следующий визит, чтобы скорректировать при необходимости лечение. У пациента возникли вопросы дома? Например, с утра подскочило давление, и он в раздумье: стоит ли выпить еще одну таблетку? Можно позвонить: у врача, работающего с «хрониками», есть мобильный телефон, выданный поликлиникой. Результат этой работы?

Пожилые пациенты в любой момент могут позвонить своему доктору

— Самые тяжелые «хроники» чуть не вдвое реже теперь вызывают «скорую помощь», а в экстренной госпитализации стали нуждаться на треть реже, — говорит Тернавский.

Курсы для доктора

По-новому работают с «хрониками» и в поликлинике № 45 на севере Москвы. — У нас создано 5 групп, — рассказывает главврач Ольга Красильникова. — Результаты тоже налицо: снижение обострений заболеваний, большая удовлетворенность больных медпомощью. По мнению Красильниковой, важную роль в успехе проекта играет переподготовка врачей, организованная департаментом здравоохранения. «Букет болезней у по-

жилых пациентов требует от докторов понимания, что лекарства, выписываемые при каждом заболевании в отдельности, могут оказаться несовместимыми. Значит, надо уметь выбрать препараты, действующие на ряд заболеваний. Поэтому участникам проекта читают лекции специалисты города — кардиологи, пульмонологи, гастроэнтерологи...

Красильникова хочет добиться, чтобы и сами пациенты активно включились в борьбу за свое здоровье:

— Для «хроников» я мечтаю начать устраивать по субботам так называемые тематические мини-сиделки за чаем. Например, на тему: «Как жить с гипертонией?», «Как предотвратить инсульт?» и т.д. Доверительный разговор со своим доктором, к которому в нужный момент можно обратиться за помощью, мне кажется, для многих будет полезен.

180-я на старте

А в 180-й поликлинике проект запускают в апреле. Но это время, когда доктора встретятся с пациентами. Подготовка же, как и предписано дорожной картой, началась еще в декабре, сообщила корреспонденту «РГ» главный врач Юлия Сергеева. — Мы уже набрали в пять групп 2,5 тысячи человек — по группе в каждом из филиалов, — рассказала она. — В проекте участвуют лишь те, кто сам этого хочет. Если пациент предпочитает лечиться у своего участкового врача, это его право. Никто насильно разлучать их не

будет. Но все желающие и отвечающие критериям проекта: женщины в возрасте старше 55 и мужчины старше 60 лет с тремя и более хроническими заболеваниями, смогут принять в нем участие.

Доктора, у которых будут лечиться эти люди, тоже подобраны. Что особенно радует главврача — новшество внедряется не за счет увеличения нагрузки на работающих участковых. Поликлинике разрешили взять в штат необходимое количество врачей и медсестер. Постарались взять не просто хороших профессионалов, а тех, кто способен быть внимательным к пожилому человеку, может выслушать его, вникнуть в то, что волнует человека. Все новички прошли курс повышения квалификации. Теперь перед каждым из докторов лежат по 500 амбулаторных карт. Именно по ним они сначала должны узнать как можно больше о своих будущих пациентах, чтобы суметь помочь им.

Ну а дальше личная встреча и совместная работа на благо здоровья. Насколько успешной она окажется? Оценить это поможет ежедневный мониторинг. Сталли пациент реже вызывать неотложку? Увеличились ли у него периоды ремиссии? Проводит ли он лето на даче или снова попал в больницу? По этим вполне конкретным вещам будет оцениваться не только проект в поликлинике, но и работа каждого конкретного врача.

Читайте на сайте: Что надо знать, чтобы спастись от инсульта rg.ru/art/1373451



В 45-й поликлинике пациенты могут сами измерить себе давление.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ
Елена Максименко
начальник управления организации первичной медико-санитарной помощи департамента здравоохранения Москвы

— Пилотный проект, реализованный в трех поликлиниках Москвы, показал, что люди очень довольны. А об общем эффекте мы сможем судить к концу года. Главная наша цель, чтобы у каждого хронического больного появился свой постоянный, квалифицированный врач.

МОСКВА. ЗДОРОВЬЕ



Особо опасны
Гадюки под Москвой проснулись почти на месяц раньше срока

В ПОДМОСКОВЬЕ раньше срока проснулись не только клещи, но и гадюки—их заметили в парке «Лосиный остров». Причина кроется в раннем потеплении и таянии снега: для гадюк это послужило сигналом к выходу из зимней спячки. Весной яд этих змей более токсичен, чем в летние месяцы, поэтому в лесах нужно быть особенно осторожными. Прежде всего необходимо смотреть под ноги, чтобы не наступить на гадюку.

Зараза такая

Прививки против клещей москвичам теперь делают бесплатно

ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ ПОМНИТЬ В СЕЗОН КЛЕЩЕЙ

ОТПРАВЛЯЯСЬ НА ПРОГУЛКУ В ЛЕС, ПАРК ИЛИ СКВЕР

НЕОБХОДИМО:

- ИМЕТЬ ГОЛОВНОЙ УБОР (ЖЕЛАТЕЛЬНО КАПОШОН, ПЛОТНО ПРИШИТЫЙ К КУРТКЕ)
- НАДЕТЬ ОДНОТОННУЮ ОДЕЖДУ С ДЛИННЫМИ РУКАВАМИ (ЖЕЛАТЕЛЬНО СВЕТЛЫХ ТОНОВ, НА КОТОРЫХ ЗАМЕТНЕЙ КЛЕЩИ)
- ЗАПРАВИТЬ РУБАШКУ В БРЮКИ, А БРЮКИ – В БОТИНКИ ИЛИ НОСКИ С ПЛОТНОЙ РЕЗИНКОЙ
- НАНЕСТИ НА ОДЕЖДУ СПРЕЙ ОТ НАСЕКОМЫХ

ВОЗВРАЩАЯСЬ С ПРОГУЛКИ

НУЖНО:

- ПРОВЕРИТЬ ВЕРХНЮЮ ОДЕЖДУ, СОРВАННЫЕ РАСТЕНИЯ И ДРУГИЕ ПРЕДМЕТЫ, ПРЕЖДЕ ЧЕМ ЗАНОСИТЬ ИХ В ДОМ
- ОСМАТРИВАТЬ ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ ПОСЛЕ КАЖДОЙ ПРОГУЛКИ

В СЕЗОН АКТИВНОСТИ КЛЕЩЕЙ

НЕЛЬЗЯ:

- САДИТЬСЯ ИЛИ ЛОЖИТЬСЯ НА ТРАВУ
- УДАЛЯТЬ КЛЕЩА С ЖИВОТНЫХ РУКАМИ БЕЗ ПЕРЧАТОК (ЕСЛИ КЛЕЩ БОЛЕН, ВИРУС МОЖНО ПОДХВАТИТЬ ЧЕРЕЗ РАНКИ ИЛИ ПОРЕЗЫ В РУКАХ)
- ПИТЬ СЫРОЕ КОЗЬЕ МОЛОКО (КОЗЫ ОСОБЕННО ЧАСТО СТРАДАЮТ ОТ УКУСОВ КЛЕЩЕЙ)

САМОСТОЯТЕЛЬНО УДАЛЯТЬ КЛЕЩА ЛУЧШЕ ВСЕГО, ЩЕДРО СМАЗАВ МЕСТО УКУСА ПОДСОЛНЕЧНЫМ МАСЛОМ. ОНО ЗАКУПОРИТ ДЫХАТЕЛЬНУЮ СИСТЕМУ, И КЛЕЩ ВЫЛЕЗЕТ САМ

Заразиться от клеща энцефалитом в столичном регионе практически невозможно

случая заражения произошли в Москве. Остальных боррелиозных клещей горожане привезли с подмосковных дач и путешествий по другим регионам.

И в столице, и в области с клещами борются сначала генеральной уборкой территории, ликвидируя все излюбленные места дислокации насекомых — навалы валежника и кучи бытового мусора, скашивая траву и обрезая кустарники вдоль дорожно-тропиночной сети парков и скверов, а затем подключают химическую обработку, если только речь не идет об особо охраняемых природных территориях, где применение химии может нарушить естественный биологический баланс и поэтому категорически запрещено. Кстати, отчасти поэтому москвичи, у которых нет дач, чаще всего приносят насекомых именно с прогулок по национальному парку «Лосиный остров». Также в списке любимых столичными клещами мест охоты из года в год значатся парки «Серебряный бор», Филевский и Битцевский, зеленые территории Зеленограда и Новой Москвы.

В прошлом году прививку от энцефалита сделали 23,9 тысячи москвичей. В основном прививаются те, кто выезжает в азиатские регионы, Сибирь и Дальний Восток, считающиеся эндемичными по энцефалиту. В этом году услуга, средняя стоимость которой составляет 1300 рублей, стала для горожан бесплатной — прививку от энцефалита внесли в перечень услуг обязательного медицинского страхования.

Но делать ее нужно не позже чем за месяц до предполагаемого визита на эндемичные территории, рассказали «РГ» в Центральном научно-исследовательском институте эпидемиологии Роспотребнадзора. В идеале вакцинация от энцефалита вообще должна проходить в три этапа: первая прививка осенью, вторая через три–семь недель и финальная — через год. Тогда образуется железобетонный иммунитет, который продержится минимум три года. А быстрых и качественных вакцин от энцефалита сегодня не существует. «Есть противоклещевой иммуноглобулин, который можно вводить с профилактической целью. Его действие начинается сразу и продолжается один месяц, но это пассивная защита, эффективность которой зависит от многих факторов — например, от качества препарата, титра антител или вирулентности вируса, который может инфицировать человека», — говорит руководитель научной группы разработки новых методов диагностики природно-очаговых заболеваний ЦНИИ эпидемиологии Людмила Карань. Такой защитой можно лишь подстраховаться на время поездки прошлогоднюю прививку от энцефалита, от которой у человека в крови еще остались антитела.

КСТАТИ

Некоторые страховые компании начали предоставлять услуги добровольного медицинского страхования от укусов клещей. Программа «Антиклещ» стоит 500 рублей и действует по всей России. При наступлении страхового случая человек может рассчитывать на бесплатное удаление клеща, его лабораторное исследование на энцефалит или боррелиоз и лечение, в том числе, при необходимости, и стационарное.

ПАМЯТКА

Ирина Рыбникова

Сезон клещей-2017 объявляется открытым. С укусами насекомых к врачам уже обратились пятеро москвичей. И хотя их клещи были «родом» из Солнечногорского района Подмосковья, Сочи, Омска, Ярославской области и Красноярского края, эпидемиологи рекомендуют не терять бдительности и на прогулках в столичных парках.

Клещи начинают кусать, когда температура воздуха три дня подряд поднимается выше 8 градусов тепла. И не растаявший снег насекомым не мешает — они прекрасно себя чувствуют на любой небольшой проталинке. Именно поэтому в начале клещевой активности покусанными чаще всего

оказываются дети и животные, которые после долгой зимы тоже каждой проталинке рады.

Но кусать жителей столичного региона клещи стали реже, рассказали «РГ» в пресс-службе Роспотребнадзора. В прошлом году, например, в московские больницы принесли на себе насекомых 16,1 тысячи горожан, причем 1110 человек утверждали, что обнаружили присосавшегося гада после прогулки по городским паркам. В подмосковные медучреждения с аналогичной проблемой обратились более 11 тысяч человек. И это в общей сложности на 15% меньше, чем было в 2015 году. Правда, специалисты считают, что цифры по обращениям к медикам можно смело умножить на два, а то и на три. По статистике, в двух из трех случаев присасывания пострадавшие самостоятельно извлекают насекомое из тела, а из двух самостоя-

тельно извлеченных клещей до лабораторий, где делают анализ на клещевые инфекции, доносят лишь одно насекомое.

Справедливости ради нужно сказать, что заразиться опасным клещевым энцефалитом, который может привести к органическим поражениям головного мозга, в столичном регионе практически невозможно. Москва, включая присоединенные территории, считается не эндемичной, то есть городские клещи ничем опасным не болеют. А в Подмосковье есть только два муниципалитета, где находили энцефалитных клещей, — это Дмитровский и Талдомский районы, чьи главы, зная об этом, не жалеют денег на противоклещевую обработку своих территорий. А вот случаи менее опасного, но тоже очень неприятного боррелиоза, или болезни Лайма в Московском регионе случаются. В прошлом году их было 870, но врачи определили: только 33

Иллюстрация: РГ, АНТОН ПЕРЕШЕТЕЦКОВ, ИРИНА РЫБНИКОВА

ваше здоровье

НЕОБЫЧНЫЙ АППАРАТ для лечения аденомы и простатита!

Да, именно необычный аппарат, который помогает справиться с простатитом и аденомой предстательной железы. А также помогает усилить потенцию. Что же в нем такого необычного?

Необычно в нем почти все. Но давайте по порядку.

НЕОБЫЧНОСТЬ № 1

Иван Поддубный за всю свою спортивную карьеру не потерпел ни одного поражения. Он стал нашей легендой и достоянием, которым мы гордимся. Но даже 92 победы из 100 делают тебя уникальным, исключительным и необычным. 91,9 случаев из 100 - такова медицинская эффективность аппарата «ЭРЕТОН»*. Таких результатов могли добиваться только профессиональные урологические аппараты. «ЭРЕТОН» вырос из профессионального медицинского оборудования, но адаптирован для домашнего применения.

Медики давно отметили, что одним из прогрессивных способов восстановления кровообращения в органах малого таза и предстательной железы является электро-

ВНИМАНИЕ! НИКАКОГО РИСКА! РЕЗУЛЬТАТ ИЛИ ВОЗВРАТ ДЕНЕГ***

стимуляция. А ведь именно ослабление кровотока в предстательной железе является основной причиной ее заболеваний (87,3% случаев)**. Однако электростимуляция эффективна только в том случае, если удастся «разместить» электроды в межэлектродном пространстве. Именно размещение предстательной железы в межэлектродном пространстве реализовано в аппарате «ЭРЕТОН» благодаря специальной системе электродов. Теперь импульсы проходят непосредственно через простату и восстанавливают ее работу. Это действительно потрясающе.

НЕОБЫЧНОСТЬ № 2

Когда мы упоминали о профессиональном оборудовании, мы не сказали еще об одной необычности аппарата «ЭРЕТОН». Электростимуляция предстательной железы здесь усилена еще двумя факторами воздействия — интервальной вибротерапией и магнитной сти-

муляцией. Возможно, именно поэтому аппарат «ЭРЕТОН» так потрясающе усиливает потенцию практически у каждого мужчины*. И это многие мужчины отмечают уже на первой процедуре.

НЕОБЫЧНОСТЬ № 3

Практически любая методика оздоровления, если она действительно эффективна, может вызывать заметный дискомфорт. И это вполне объяснимо. Аппарат «ЭРЕТОН» необычен и здесь. Помните, мы рассказывали о электростимуляции простаты и органов малого таза? Именно при таком способе воздействия происходит мощнейший выброс эндорфинов и энкефалинов. А это означает, что мужчина получает могучий обезболивающий и успокаивающий эффект. Спустя несколько процедур нервная система приходит в равновесие, появляется прекрасное настроение и становятся нестрашны невзгоды.

НЕОБЫЧНОСТЬ № 4

Аппарат «ЭРЕТОН» — это не просто урологический аппарат высокого уровня. Он выполняет, и вполне успешно, не только урологические задачи. Многие пациенты отмечают, что благодаря его воздействию снова обрели уверенность, присущую настоящему мужчине. И проявляется это по-разному. Кто-то отмечает, что жена стала смотреть на него совсем «другими и светящимися» глазами. Кто-то обрел нормальный сон и перестал каждые полчаса бегать в туалет и теперь может спокойно выходить на улицу. Кто-то заметил, что нет необходимости тратить деньги на препараты и расходует средства на совсем другие цели.



Официальные показания к применению «ЭРЕТОН»:

- гиперплазия (аденома) предстательной железы;
- хронический простатит;
- эректильная дисфункция;
- простатит;
- отсутствие или потеря сексуального влечения;
- простатодиния;
- синдром хронической тазовой боли.

Подробнее об «ЭРЕТОН» на сайте www.ere-ton.ru



НЕОБЫЧНОСТЬ № 5

Когда появляется сложная проблема, тут же появляется куча «доброжелателей», готовых помочь с ней справиться, но за очень приличные деньги. И хорошо, если помогут. В решении урологических проблем сложилась довольно дикая ситуация. На этом рынке присутствует огромное множество предложений. И, увы, большинство из них не имеет никакого отношения к урологии, достаточно взглянуть в регистраци-

онные документы. Но многие мужчины этого не делают.

Очередная необычность «ЭРЕТОН» в том, что он стоит вполне приемлемых денег. Сейчас всего 8990 руб. При этом является исключительно узкоспециализированным и именно урологическим аппаратом. Кроме того «ЭРЕТОН» — Лауреат Программы «100 Лучших товаров России» - 2015 г.

В декабре 2015 г. этот уникальный урологический аппарат был награжден Золотым знаком качества XXI века на 34-м Международном конкурсе «Всероссийская Марка (III тысячелетие)». Знак качества XXI века, а в декабре 2016 г. аппарат был награжден Платиновым знаком «Всероссийская Марка (III тысячелетие)». Знак качества XXI века». Конкурс проводился при поддержке Правительства РФ и Администрации Президента РФ.

НЕОБЫЧНОСТЬ № 6

Но, пожалуй, одним самым необычным и, наверное, вполне естественным является то, что об «ЭРЕТОН» многие узнают не из рекламы и не от врачей. А от людей, которые им уже воспользовались.

Примечательна одна история, которая произошла пару лет назад в г. Набережные Челны. Тогда об «ЭРЕТОН» мало кто знал. И на одну из презентаций «ЭРЕТОН» пришли всего 10 человек. Буквально через месяц выставка-презентация проводилась повторно, но пришло 63 человека, и это без рекламы. Когда мы спросили, откуда они

узнали про «ЭРЕТОН», оказалось, что на прошлой выставке был один человек с предприятия «КамАЗ», и он рассказал, как этот аппарат ему помог, своим сослуживцам. И вот такой впечатляющий результат. Это тронуло до слез.

Если Вам нужно решить урологические проблемы, пользуйтесь «ЭРЕТОН» и помогайте решить такие проблемы другим.

В заключение скажем, что из самого обычного страдающего урологическими заболеваниями мужчины «ЭРЕТОН» может превратить в необычного и избавленного от этих проблем человека. И это просто прекрасно. Выбор остается за Вами. Здоровья Вам!

ПРИХОДИТЕ НА ПРЕЗЕНТАЦИЮ аппарата «ЭРЕТОН» в вашем городе:

ТОЛЬЯТТИ	7 АПРЕЛЯ
К-т Сатурн, ул. Революционная, д. 9	9.00-10.00
УЛЬЯНОВСК	11 АПРЕЛЯ
ДК ВОС, ул. Гагарина, д. 18	10.00-11.00
Аптека №131, пр. Ульяновский д. 2	12.00-13.00
САМАРА	12 АПРЕЛЯ
ДК Кирова, пр. Кирова, д. 145	9.00-10.00
Домашний Доктор, ул. Полевая, д. 86	11.00-12.00

Заказывайте аппарат «ЭРЕТОН»

☎ **8-800-777-83-19**

☎ **8-495-481-03-19**

@ www.ere-ton.ru

✉ 433515, г. Димитровград, а/я «ЭРЕТОН», заказ В-21

«ЭРЕТОН» 8 990 руб. по акции «Победа 2017» 6 973 руб. только до 10 мая 2017 г.

Доставка Почтой России или курьером «до двери». Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора.

РЕКОМЕНДУЕМ! «УНИАГЕЛЬ» для комфортного введения зонда «ЭРЕТОН». Цена 450 руб. Дезинфицирующее средство для обработки кожи и зонда. Цена 290 руб.

Здравствуй, Александр Васильевич. Разрешите поздравить Вас и компанию «НЕВОТОН» с присуждением аппарата «ЭРЕТОН» звания Лауреата программы «100 лучших товаров России» 2015 г. И сразу хочу спросить: как необходимо поступать мужчинам, если они столкнулись с такими проблемами, как аденома предстательной железы и простатит, или их симптомами?



К.М.Н. Максимов А.В.

Что представляет собой «ЭРЕТОН», и как он помогает?

А. В.: В «ЭРЕТОН» мы использовали три фактора воздействия. Это магнитотерапия, вибротерапия и электроимпульсная терапия.

Магнитное поле мгновенно формирует правильную полярность клеток и улучшает обменные процессы в органах малого таза.

Следующий фактор воздействия — это вибротерапия. В «ЭРЕТОН» мы применили интервальное вибровоздействие. Это значит, что вибрация меняется через определенный промежуток времени не только по ча-

стоте, но и по амплитуде. При этом мы получили не только щадящий массаж простаты, но и мощное кровенаполнение полового члена, от которого эрекция становится стойкой.

А для получения максимального эффекта от элетроимпульсной терапии нам пришлось разработать специальную систему электродов. При такой системе импульсы тока направлены непосредственно в предстательную железу. При этом у человека ликвидируются боли и снимаются спазмы. Появляется прекрасное самочувствие. Исчезают тревога и депрессия.

Общее время процедуры на аппарате «ЭРЕТОН» составляет всего 12 минут. «ЭРЕТОН» в 91,9% случаев справляется с простатитом и аденомой предстательной железы.* Кроме того, приятным побочным эффектом стало мощное улучшение потенции у пациентов.

ЧТО ГОВОРЯТ ЭКСПЕРТЫ?

Т.е. получается, что «ЭРЕТОН» может помочь почти каждому мужчине, который страдает от заболеваний простаты?

А. В.: Конечно, «ЭРЕТОН» может помочь очень многим. Кроме того, мне известно, что наш партнер компания «PROДвижение», которая занимается розничной продажей аппаратов «ЭРЕТОН» на территории РФ, ввела специальную гарантию для аппарата «ЭРЕТОН». В случае если «ЭРЕТОН» не окажет никакого влияния, то человеку возвращают деньги за аппарат. Как объяснил эту идею руководитель компании «PROДвижение»: лучше 8 мужчинам из 100 вернуть деньги за аппарат, чем наблюдать, как сотни тысяч мужчин сидят и сомневаются: «поможет - не поможет». Поэтому сейчас сложилась достаточно прозрачная ситуация для мужчин, страдающих от заболеваний пред-

стательной железы. Гадать и сомневаться больше не нужно. С одной стороны, понятно, что без восстановления кровообращения в органах малого таза излечиться практически невозможно, и эту проблему нужно решать. Решать максимально быстро, чтобы не усугублять болезнь. С другой стороны, исходя из статистики и многолетнего опыта применения аппарата, видно, что 8 мужчинам из 100 «ЭРЕТОН» может не помочь. Но тогда продавец возвращает вам деньги. По сути, все, что нужно мужчине, — это попробовать «ЭРЕТОН» в действии, при этом не рискуя финансово. Выбор кажется вполне очевидным и оправданным.

Спасибо, Александр Васильевич, за интересную беседу!

А. В.: Желаю здоровья всем мужчинам!

ИП Пимонов Александр Юрьевич ОГРНИП № 308730228600012, Рег. уд. № ФСР 2012/13666 Реклама. 18+. * на основании протокола № 27/11 от 10.10.2011 г. СП КК ФГУ «НМХЦ» им. Н. И. Пирогова. ** Хронический простатит. Раснер П.И. Московский Государственный Медико-Стоматологический Университет, зав. кафедрой профессор Д.Ю. Пушкар. *** Акция действует с 30 марта по 10 мая 2017 г. Подробности акции уточняйте у оператора по телефону 8-800-777-83-19

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

здоровье



Роды с перекуром
6% женщин продолжают курить во время беременности

В ПЕТЕРБУРГЕ эксперты Городского центра медицинской профилактики выяснили, что во время беременности продолжают курить 6% женщин, а после родов — 10%. Всего в городе курят 25% женщин, то есть каждая четвертая. Опрос показал, что половина респонденток согласны с тем, что никотиновую зависимость по силе можно сравнить с героиновой. При этом 39% так не считают.

Дым, в котором я живу

6 способов бросить курить

Ольга Плахотникова, Михаил Шипов

ЕСТЬ ДЕСЯТКИ СПОСОБОВ БРОСИТЬ. ВСПОМНИМ САМЫЕ ЭФФЕКТИВНЫЕ.

СИЛА ВОЛИ

Самые смелые могут попробовать справиться с зависимостью, не опираясь на «костыли» в виде никотиновых пластырей и таблеток. Как это сделал 9 лет назад Сергей Шойгу. Продумайте заранее, что делать, когда тянет подымить. Тренируйтесь терпеть никотиновый голод, откладывая перекур.



МЕТОД АЛЛЕНА КАРРА

Знаменитый борец с курением Аллен Карр утверждал: от табака нет никакой радости, сигарета просто снимает абстинентный синдром от предыдущей. И чтоб разорвать эту цепь, не нужны волевые усилия.

По методу Карра завязали актер Евгений Миронов и писатель Сергей Лукьяненко, который рассказывал: «Подловил момент, когда сильно заболел. В руки попала книга «Легкий способ бросить курить». Карр советовал не торопиться бросать, спокойно дочитать книгу. Я дочитал. И тут же бросил».



ИГЛУКАЛЫВАНИЕ

Официально акупунктура не признана, но порой метод работает. Доктор Рошаль начал курить в 50 лет. Очень быстро дошел до двух пачек в день. Обратился к специалисту по иглокалыванию — и всего за два сеанса избавился от дурной привычки. Иголки помогли и Дине Корзун, актрисе, соучредителю благотворительного фонда «Подари жизнь».

ЗАМЕСТИТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ

Осенью 93-го доктор Рошаль снова закурил. Но вскоре бросил уже совсем с помощью антиникотиновых пластырей. Они же помогли и Валерию Леонтьеву. Принцип никотинзаместительной терапии заключается в том, чтоб отучать организм от курения постепенно, снабжая его никотином в терапевтических дозах. Через пару месяцев придется отвыкать уже от заменителей, но это проще.

ОТ ПАССИВНОГО КУРЕНИЯ ДЕТИ СТРАДАЮТ СИЛЬНЕЕ, ЧЕМ НЕКУРЯЩИЕ ВЗРОСЛЫЕ. ЭТО ПОКАЗЫВАЮТ УРОВНИ КОТИНИНА, БИОМАРКЕРА, ПО КОТОРОМУ МОЖНО ОЦЕНИТЬ ВОЗДЕЙСТВИЕ ДЫМА. У ДЕТЕЙ 3-11 ЛЕТ УРОВЕНЬ КОТИНИНА В ДВА РАЗА ВЫШЕ, ЧЕМ У ВЗРОСЛЫХ, КОТОРЫЕ НЕ КУРЯТ, НО ВЫНУЖДЕНЫ ВДЫХАТЬ ТАБАЧНЫЙ ДЫМ.



ДЛЯ БЕРЕМЕННОЙ ЖЕНЩИНЫ УЩЕРБ ОТ ПАССИВНОГО КУРЕНИЯ МОЖЕТ СТАТЬ РОКОВЫМ: ТАБАЧНЫЙ ДЫМ ВЛИЯЕТ НА ДНК ПЛОДА. ДОСТАТОЧНО 30 МИНУТ ПАССИВНОГО КУРЕНИЯ В ДЕНЬ, ЧТОБЫ У ЕЕ РЕБЕНКА ВОЗНИКЛИ ПРОБЛЕМЫ С ПОВЕДЕНИЕМ: РИСК СИНДРОМА ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ И АГРЕССИВНОСТИ ПОВЫШАЕТСЯ К ПЯТИ ГОДАМ БОЛЕЕ ЧЕМ В ДВА РАЗА.

ВО ВНЕШНЕМ ДЫМЕ БОЛЬШЕ ОТРАВЫ, ЧЕМ В ТОМ, ЧТО ВДЫХАЕТ КУРИЛЬЩИК:

АММИАКА — В 45 РАЗ

НИКОТИНА — В 50 РАЗ

СМОЛ — В 50 РАЗ

17 сигарет

выкуривает за день среднестатистический курильщик

60%

курящих россиян хотели бы бросить вредную привычку

42 тыс. руб.

расходует человек, выкуривающий пачку в день, за год

122 млн руб.

штрафов заплатили нарушители антитабачного законодательства в 2016 г.

41%

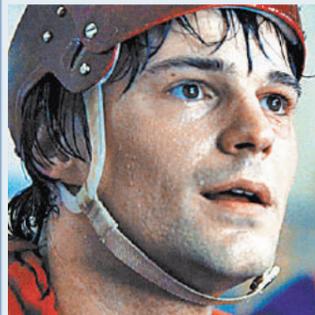
на столько реже теперь курят в непопулярных местах

ПРИЛОЖЕНИЯ ДЛЯ ТЕЛЕФОНА

Спецприложения для бросающих курить помогут рассчитать оптимальное количество сигарет и время, в течение которого можно постепенно бросить. Умные программы подскажут, когда надо терпеть, а когда позволено выйти на перекур. И потом будут добросовестно считать, сколько дней вы уже не курите.

ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ

Хороший способ побороть зависимость от табака — интенсивные изнурительные тренировки. Актер Данила Козловский рассказывал: «Во время съемок фильма о Валерии Харламове решил временно обойтись без сигарет: покурив, тяжело выходить на лед. А через три месяца понял, что не хочу снова начинать».



С 2009 Г. РОССИЯ ВЕДЕТ БОРЬБУ С КУРЕНИЕМ. ЗА ЭТО ВРЕМЯ ЧИСЛО ТЕХ, КТО КУРИТ, ЗАМЕТНО СНИЗИЛОСЬ, %



когда вы бросите

НАШЕ ТЕЛО ОБЛАДАЕТ ФАНТАСТИЧЕСКОЙ СПОСОБНОСТЬЮ К САМОИЩЕЛЕНИЮ. ВОТ ЧТО ПРОИСХОДИТ ПОСЛЕ ПОСЛЕДНЕЙ ЗАТЯЖКИ:

ПОСЛЕ ДВУХ СУТОК БЕЗ НИКОТИНА МРТ РЕГИСТРИРУЕТ ВОЗБУЖДЕНИЕ СТРУКТУР МОЗГА, ХАРАКТЕРНОЕ ДЛЯ ВСЕХ НАРКОТИЧЕСКИХ ЗАВИСИМОСТЕЙ. ГНЕВ И РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬ ДОСТИГАЮТ ПИКА. НО УЖЕ ЧЕРЕЗ ВОСЕМЬ ДНЕЙ ЭКС-КУРИЛЬЩИК БУДЕТ ИСПЫТЫВАТЬ В СРЕДНЕМ ЛИШЬ ТРИ ПРИСТУПА ОСТРОЙ ТЯГИ В ТЕЧЕНИЕ ДНЯ.

УГАРНЫЙ ГАЗ ПОЛНОСТЬЮ ВЫВОДИТСЯ ИЗ ОРГАНИЗМА. ЛЕГКИЕ НАЧИНАЮТ ОЧИЩАТЬСЯ ОТ НАКОПЛЕННЫХ СМОЛ.



48 часов

24 часа

10 лет

15 лет

1 год

РИСК КОРОНАРНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ СЕРДЦА И РАЗВИТИЯ ДИАБЕТА СТАНОВИТСЯ ТАКИМ ЖЕ, КАК У ЧЕЛОВЕКА, КОТОРЫЙ НИКОГДА НЕ КУРИЛ. ДИНАМИЧНО СНИЖАЕТСЯ РИСК ВСЕХ ВИДОВ РАКА.

ВДВОЕ ПО СРАВНЕНИЮ С КУРИЛЬЩИКАМИ СНИЖАЕТСЯ РИСК ИНФАРКТА И ИНСУЛЬТА.

ВТРОЕ ПО СРАВНЕНИЮ С КУРИЛЬЩИКАМИ ПАДАЕТ РИСК РАКА ЛЕГКОГО.



Певец Муслим Магомаев

В ОДНОМ ИЗ ПОСЛЕДНИХ ИНТЕРВЬЮ СКАЗАЛ: «ЕСЛИ БЫЛА БЫ ВТОРАЯ ЖИЗНЬ, ТО ЕДИНСТВЕННОЕ, ЧТО Я БЫ ИЗМЕНИЛ, НЕ СТАЛ БЫ КУРИТЬ».



Сергей Светлаков, юморист и актер,

БРОСАЛ ЭКСТРЕМАЛЬНЫМ СПОСОБОМ: ДОВЕЛ СЕБЯ ДО НИКОТИНОВОГО ОТРАВЛЕНИЯ. ОН ГОВОРИЛ: «МНЕ КАЖЕТСЯ, ЕСЛИ Б Я ЗАДАЛСЯ ЦЕЛЬЮ С НОВА ПОПОЛНИТЬ РЯДЫ КУРИЛЬЩИКОВ, МНЕ Б ЭТО НЕ УДАЛОСЬ. ВСЕМ, КТО КУРИТ, ЖЕЛАЮ КАК МОЖНО СКОРЕЕ РАССТАТЬСЯ С СИГАРЕТАМИ. БЕЗ НИХ ЛУЧШЕ».

здоровье



Милый, не смотри!
Мужчины, которые смотрят порно, недовольны отношениями

СПЕЦИАЛИСТЫ из Университета Индианы и Гавайского университета обнаружили, что просмотр порно связан с низким уровнем удовлетворенности отношениями у мужчин. Они проанализировали данные 50 исследований, в которых приняли участие больше 50000 человек из 10 стран. У женщин такой связи специалисты не нашли. Ученые полагают: вероятно, порно формирует у мужчин нереалистичные ожидания от супружеской близости.

Не щадя живота своего

Как правильно кормить своего мужчину

СОВЕТЫ

Ирина Невинная

Почему нередко уже к 40 годам мужчины становятся толстыми и ленивыми? Но при этом они куда реже, чем женщины, переживают из-за своей расплывшейся фигуры и живота, все больше смахивающего на глобус. А вот врачи, наоборот, уверяют, что сохранение нормального веса для мужчин важнее, чем для женщин—это основной фактор здоровья, причем и чисто мужского тоже. Как правильно кормить своего мужчину, какие «секреты» нужно знать, чтобы он и в зрелом возрасте оставался бодрым, сильным и мужественным? Об этом «РГ» рассказала диетолог-эндокринолог Научного центра акушерства, гинекологии и перинатологии им. В.И. Кулакова, кандидат медицинских наук Юлия Москвичева. Андрология (наука о мужском здоровье)—тоже приоритетное направление работы этого центра.

Измерь мужскую талию

Оказывается, свои золотые «параметры» существуют и для мужчин. Самый простой способ контроля—измерить объем талии. «Сегодня критической для мужчин считается цифра 94 см,—поясняет Юлия Москвичева.—Для гипертензивиков—людей с крупным костяком и развитой мускулатурой—104 см. Последних можно «вычислить» по обхвату запястья. У гипертензивиков его окружность составляет 19 см и выше. Если ваша талия приближается или тем более превысила 94 см, значит, лишние килограммы совершенно точно есть».

У мужчин при этом растет живот, такой тип ожирения называется андронидным. Жир при этом может быть не только подкожным, но и висцеральным, то есть находится за передней брюшной стенкой. «Напрягите мышцы пресса,—подсказывает доктор Москвичева.—Если удастся захва-

тить жировую складку над ними, значит, жир расположен непосредственно под кожей. Причем можно иметь отлично накачанный пресс, а жир над ним все равно будет. Если складку захватить не получается, это говорит о том, что весь жир—висцеральный. Возможен и «средний» вариант: сочетание подкожной и висцеральной локализации жировой ткани». Именно висцеральный жир—главный враг здоровья. Его «залежи» со временем приводят к уменьшению чувствительности клеточных рецепторов к инсулину. Отсюда—высокий риск развития сахарного диабета второго типа, возникновения атеросклероза, инфарктов, инсультов.

Почему мы толстеем?

Все знают две главные причины набора веса: «перебор» в еде, который приводит к избытку поступающих калорий, и недостаток движения. Однако у мужчин имеется еще один не менее важный фактор—снижение уровня тестостерона, основного мужского гормона. Именно он отвечает за работу практически всех органов мужского организма, формирует такие типично мужские черты, как решительность, азарт и склонность к риску, он же помогает поддерживать мышечную массу и сжигать жир.

Пик уровня тестостерона наблюдается в 25—30 лет. Но с возрастом или по другой

причине, например из-за стресса, его выработка в организме начинает постепенно уменьшаться—примерно на 1—2% в год, и к 80 годам падает до 40% от уровня 25-летнего. И это приводит к постепенному набору веса.

Кто поможет вернуть стройность

➔ **Эндокринолог (андролог)**
Вопросами мужского здоровья занимается врач-андролог, но может и грамотный эндокринолог. Нужно сдать анализ крови на тестостерон, гормоны щитовидной железы, инсулин, лептин.

➔ **Фитнес-тренер**

Ходьба не менее 10 тысяч шагов в день, плавание, велотренажер, игра в футбол по выходным—все это можно делать самостоятельно. А вот с «качалками» и кардиотренажерами нужно быть осторожнее.

➔ **Психолог (психотерапевт)**

За прибавкой веса может стоять депрессия, астения и другие нарушения психологического благополучия.

➔ **Диетолог**

Сбалансировать рацион, который бы учитывали сопутствующие заболевания, и образ жизни пациента, может только специалист.

Что положить в тарелку

➔ Для увеличения мышечной массы нужен животный белок.

Источники: курятина, индюшатина, рыба и морепродукты, говядина, постная баранина, яйца, творог, сыр.

➔ Не пренебрегаем растительным белком.

Источники: бобовые, тофу.

➔ Нужны сложные углеводы.

Источники: овощи и фрукты, зерновой хлеб, крупы, паста.

➔ Быстрые углеводы тоже нужны, но в строго ограниченном количестве. Они помогают поддержать умственную деятельность.

Источники: черный шоколад, мед, сладкие фрукты.

➔ Много пьем—минимум 1,5 л воды в день.



ВИКТОР ПОЛОЩЕВ

Здоровому мужчине нужен животный белок—так считают диетологи.

ТЕСТ

Чтобы самостоятельно выяснить, снижен ли у вас уровень тестостерона, ответьте на следующие вопросы

- ➔ Понижено ли у вас либидо?
 - ➔ Есть ли ухудшение жизненного тонуса?
 - ➔ Снижены ли у вас сила и выносливость?
 - ➔ Уменьшился ли рост?
 - ➔ Часто ли вы наблюдаете у себя ухудшение настроения?
 - ➔ Можете ли вы назвать себя печальным или ворчливым человеком?
 - ➔ Ваша эрекция недостаточно сильна?
 - ➔ Ухудшились ли ваши достижения в спорте?
 - ➔ Возникает ли у вас сонливость после обеда?
 - ➔ Отмечается ли снижение работоспособности?
- Три «да» подтверждают дефицит тестостерона.

➔ Лучше всего перейти на «дробное» питание: небольшими порциями каждые 3—4 часа. Обмен веществ «запускаем» с утра. Поэтому завтрак не пропускаем.

Табу

➔ Отказываемся от острых специй и закусок, возбуждающих аппетит. Заменяем их укропом, петрушкой, сушеной смесью прованских трав.

➔ Сводим до минимума соль (ее много в полуфабрикатах, солениях, маринадах, консервах—от них отказываемся).

➔ Отказ от алкоголя. Средиземноморская диета включает красное вино. Но для нас лучше потерпеть.

➔ Ограничить чай и кофе.



Узнайте на сайте: Чем питаться на работе, чтобы избежать проблем с пищеварением rg.ru/art/1138268

МУЖСКОЕ ЗДОРОВЬЕ: КОМФОРТ ПРЕВЫШЕ ВСЕГО

Каждый мужчина в той или иной степени, пытается держать ситуацию под контролем. Но что делать, если его личный комфорт нарушают неприятные болевые ощущения, затруднения мочеиспускания и многие другие проявления заболеваний мочеполовой сферы, которые могут возникнуть с каждым годом все чаще и тяжелее. Различные симптомы, возможно, будут преследовать человека, который страдает хроническим простатитом и аденомой простаты.

Ситуация не под контролем! Ощущение дискомфорта и неуверенности—вот что приходит на смену былой решимости и героической браваде.

Мужчине может быть сложно определиться с выбором средства для лечения в подобной ситуации.

Лекарственные препараты **ЦЕРНИЛТОН®** и **ЦЕРНИЛТОН® форте** предназначены для курсового лечения простатита и аденомы простаты. Благодаря натуральному компоненту (экстракт пыльцы разнообразных растений, полученный особым способом микробиологической ферментации) они оказывают комплексное действие и способствуют:

- облегчению акта мочеиспускания;
- уменьшению болевого синдрома;
- улучшению эректильной функции;
- уменьшению объема остаточной мочи после опорожнения мочевого пузыря;
- уменьшению частоты позывов к мочеиспусканию;
- уменьшению объема простаты.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ И ИСПОЛЬЗОВАНИЮ, НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ ИЛИ ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА

Это может помочь вам вновь ощутить себя полным сил, физически активным и уверенным в своих сексуальных возможностях.

Производство лекарственных препаратов **ЦЕРНИЛТОН®** и **ЦЕРНИЛТОН® форте** осуществляется согласно международным стандартам фармацевтической промышленности GMP. **ЦЕРНИЛТОН®** широко известен в мире и официально рекомендован Европейской ассоциацией урологов для комплексной терапии пациентам с хроническим простатитом и аденомой при наличии воспалительного компонента.

Всегда привык держать уровень личного комфорта и ситуацию под контролем? Пора заняться этим вместе с препаратами ЦЕРНИЛТОН® и ЦЕРНИЛТОН® форте!

Для более комфортного лечения — **ЦЕРНИЛТОН® форте** (в капсулах)! Больше активного вещества — меньше количества капсул в дневном приеме.

«Горячая линия»: 8 (495)795-61-56, 8 (499)124-02-21

www.cernilton.ru
ЦЕРНИЛТОН®: 100 или 200 таблеток;
ЦЕРНИЛТОН® форте: 50 капсул
Приобретайте в аптеках!

ООО Группа компаний «Граминекс-фарма» — официальный представитель «Graminex LLC» (США) в РФ, СНГ и Балтии. Рег. уд. П № 014227/01, ЛП-000453. Реклама. 18+
* Эффективная фармакотерапия. 26/2015. Урология и нефрология. №3 «Международный опыт применения ферментированного экстракта пыльцы разнообразных растений при симптомах нижних мочеполовых путей» Л.Г. Сливак, А.З. Винаров, Е.В. Ларцова, Д.В. Платонова.
** В сравнении с препаратом «ЦЕРНИЛТОН®» (в таблетках).



телепремьеры



Обсудим Нагиева и Малахова
 На российском телевидении
 появится «диванное шоу»

НОВОЕ реалити-шоу «Диван» выйдет на СТС. 30 марта в 23.30 и далее по четвергам вся страна услышит, что на самом деле думает обычный зритель о громких премьерах, скандальных шоу, очках Дмитрия Нагиева, причёске Андрея Малахова... В первом сезоне на диванах увидим разнорабочих из Узбекистана, пенсионерок, видеоблогера и концертного промоутера, семью тренера по хоккею, домохозяйку и безработную. Всего 8 серий.

Гамлет смотрит на экран

Запускается новое шоу «Быть или не быть», в котором зрители решают судьбу сериалов

НОВИНКА

✍ Сусанна Альперина

Это как раз тот случай, когда хотелось бы, чтобы подобное телешоу запустили на большом федеральном канале. Чтобы зрители в студии решали — стоит ли снимать сериал о Фурцевой, о Пугачевой, о Любви Орловой, о Мурке, наконец, именно с теми актерами и режиссерами, которые за него берутся. Поэтому пока мы смотрим на «первых кнопках» фильмы по принципу «сериалы, которые нас выбирают» — с героями, предложенными не нами, от «Таинственной страсти» до «Мата Хари», канал поменьше, а именно ТВ-3, со 2 апреля запускает новое шоу по обратному принципу. Идея в мире не нова — подобное делает американский канал Amazon: зрители сами определяют судьбу многосерийного фильма по первой или по предварительной серии (они не всегда совпадают) — на профессиональном языке она называется «пилот». Если 75 процентов проголосуют «за» — сериал будет сниматься. Если меньше — идея ляжет на полку. В течение апреля на ТВ-3 выйдет пять выпусков нового шоу «Быть или не быть», и все они уже отсняты. Обозреватель «РГ» побывала на съемках одного из них. Пять «пилотов» сериалов необычны уже тем, что практически все их снимали кинорежиссеры с именем, умеющие снимать хороший продукт — Анна Меликян, Николай Хомерики и другие. Что-то готовилось для ТНТ, поскольку продюсеры ТВ-3 Валерий Федорович и Евгений Никишов прошли его «школу», прежде чем прийти на другой канал и постараться превратить его в российский НВО. Кто не знает НВО — это самый популярный американский канал сериалов.

Ведущие «Быть или не быть» — артисты Кирилл Плетнев и Елена Лядова — не испорчены нашим ТВ в хорошем смысле слова, и работают незаштампованно и интересно. Наша компания в студии обсуждала «пилот» сериала, который снял Николай Хомерики с неоригинальным названием «Любовницы». Молодые девушки — их роли исполняют Светлана Ходченкова, Анна Слю, Мария Шалаева и другие — в поисках своего женского счастья. И вот тут я лично проголосовала... не быть.

А как быть? Если «пилот» снят пять лет назад — в 2012-м, а те же Валерий Федорович и Евгений Никишов в составе команды на ТНТ уже приучили зрителей к более сильным сериалам на ту же тему («Измены», «Сладкая жизнь» и другие). И пусть актеры — все хорошие и любимые вплоть до Евгения Цыганова (кстати, в двух «пилотах» из пяти он играет роли героев-любовников, они же одновременно и бабники), но и они уже продвинулись в сериальном жанре куда дальше. Так что первое, что можно отметить — за пять лет наши производители сериалов сделали довольно большой шаг вперед. Поэтому — при всем уважении к режиссеру Хомерики — в том виде, в каком мы посмотрели



Сериал «Любовницы» — о неуверенных в себе женщинах нашего времени — снял режиссер Николай Хомерики.



Фильм «Призрак Оперы» — про честного парня Лешу, который вынужден общаться с призраком мошенника Пашки-ветерка.



Конфликт между владельцем кабарэ Игорем и его сложным сыном Петей — в основе сериала «Детки».



В картине «Ближние» Владимир Вдовиченков сыграл роль короля русского криминалитета в центре «Богомолото».

этот «пилот», сериалу быть нельзя. На мой взгляд. Если его кардинально переработать, начиная со сценария, музыки и названия, тогда еще можно о чем-то говорить, но проще уже придумать что-то новое. Но в студии звучало много разных мнений, и как решилась судьба сериала, вы узнаете, посмотрев программу.

Яркое впечатление со съемок — от зрителей. Шоу снимается совместно с «Кинопоиском». Кто они, эти люди, которые пишут рецензии на кинопортале? Их очень интересно представляли — посмотрел столько-то фильмов, написал столько-то рецензий. И вот сидит 16-летний парень — посмотрел, условно говоря, 500 фильмов, написал 400 рецензий и говорит — не ангажированно — все, что думает про наше телевидение и сериалы. В отличие от коллег по цеху, что демонстрируют цеховую солидарность и поддерживают друг друга, эти ребята высказывают профессиональное зрительское мнение, на которое влияет разве что сам просмотренный материал.

Еще один из сериалов — «Квартет» Анны Меликян — я видела ранее, и вот тут могу определенно сказать: «Сериалу — быть!». Случилось самое важное — «пилот» «Квартета» запомнился, зацепил, и я все еще жду продолжения. Возможно, его и снимут. Узнаем из апрельского эфира программы.



Александра Бортич в сериале «Квартет» выступила в роли виолончелистки, которая находится в розыске.

► КОНКРЕТНО
 Судьбу каких сериалов придется решить в ток-шоу «Быть или не быть»

► **«Квартет», драма**
 Сериал Анны Меликян снят по автобиографическому сценарию Анастасии Пальчиковой — лидера группы «Сухие». Музыкальным квартетом оказываются клептоман, проститутка, шизофреничка и виолончелистка. В ролях: Александра Бортич, Тинатин Далакишвили, Полина Виторган, Эльдар Калимулин и другие.

► **«Ближние», детектив**
 Создатель культового фильма «Бумер» Петр Буслов снял криминальную драму по сценарию Кима Белова, где Владимир Вдовиченков сыграл роль «папы» — одного из королей русского криминалитета, основателя самой влиятельной преступной группировки в областном центре Богомолото.

► **«Призрак Оперы», комедия**
 Гарик Харламов и Вячеслав Евлантьев сыграли главные роли в фильме Эмилия Никогосяна. История про честного парня Лешу, который вынужден общаться с призраком легендарного мошенника Пашки Ветерка. Ветерок при жизни «кинул» Лешу на деньги, а потом вернулся с того света, чтобы искупить свою вину.

► **«Детки», трагикомедия**
 Режиссер Нигина Сайфуллаева и сценарист Любовь Мульменко сняли сериал «Детки». В центре сюжета — рассказ о конфликте между владельцем кабарэ Игорем и его сыном Петей. В ролях Евгений Цыганов, Яна Троянова, Евгения Брик, и начинающая актриса Ясмينا Омерович.

► **«Любовницы», мелодрама**
 Сценарий драмы «Любовницы» написан Жанной Маркарян и основан на реальных событиях из ее жизни. По словам режиссера Николая Хомерики, персонажи этой истории очень похожи на людей, которых он встречал на улицах Москвы. В лучших традициях выбранного жанра герои пытаются закончить старые отношения, разобраться с новыми привязанностями и сделать выбор между деньгами, карьерой и настоящей любовью.

КИНО



Герои не только в космосе

К выходу фильма пройдет благотворительная акция

СОЗДАТЕЛИ фильма «Время Первых» запустили акцию #ВремяЗемныхГероев в поддержку трех благотворительных фондов: фонда помощи детям с нарушениями иммунитета «Подсолнух», фонда поддержки деятелей искусства «Артист» и Фонда Константина Хабенского, помогающего детям с опухолями мозга. Часть сборов от проката, собранных 13 апреля, пойдут в фонды. Слоган акции: «Чтобы быть героем, не обязательно летать в космос».



Для фильма были изготовлены два макета спускаемого аппарата: одна из капсул использовалась для интерьерных съемок, другая — для экстерьерных (ее вес — 200 кг, а диаметр — 235 см). При этом создателям картины дали доступ только к дизайну космических приборов, внутреннее устройство космической техники до сих пор засекречено.

Космос без попкорна

Миронов и Хабенский вышли на орбиту и заблудились в тайге

ПРЕМЬЕРА

Сусанна Альперина

Фильм «Гравитация» Альфонсо Куарона, получивший семь «Оскаров», был снят в 2013 году. Когда смотришь российский фильм «Время первых», который выходит в прокат 6 апреля, отмечаешь, насколько продвинулись вперед кинотехнологии. И это еще если

учесть, что сюжет «Гравитации» выдуман. А события, рассказанные в нашем фильме, происходили в реальности, на самом деле, в 1965 году. Тогда, когда будущие Герои Советского Союза Павел Беляев и Алексей Леонов попали в космос в такие передраги, что никакой сценарист до такого бы и не додумался. Конечно, в этом фильме есть место не только подвигу, но и вымыслу, но все вместе так «работает», что даже

Алексей Леонов, который выступил главным консультантом и посвятил работу памяти своего напарника, признался: «В фильме есть моменты, когда даже мне страшно». Тем не менее про героя Евгения Миронова — а именно он сыграл роль космонавта — напарник (Константин Хабенский) говорит: «Ты страха не знаешь». Что уж говорить о простом зрителе? Вроде бы знаешь в целом историю этого космическо-

го полета, но смотришь на то, как это сделано в фильме, и... переживаешь. Не для жевания попкорна кино. Добавить к этому остроумные диалоги, например: «Мы всю жизнь летаем в кандалах... Если их снимут — потеряем равновесие». Или: «Понять бы, куда они съдут». — «Сядем мы с вами, если что, а они — приземлятся». Во «Времени первых» еще подчеркнута роль отдельной личности в истории. В дан-

ном случае — в истории космоса. Речь о Сергее Королеве. В исполнении Владимира Ильина это вовсе не роль второго плана. Все сказанное не означает, что картина «Время первых» без недостатков. Но достоинства перекрывают слабые места. И, если так будет продолжаться дальше в становлении нового российского кино, глядишь, и на самом деле мы поднимемся до космических высот.

veropharm

СЛАБИЛЕН® — со стулом нет проблем!

- Выбор № 1 среди препаратов пикосульфата натрия в России*
- Можно давать детям (по назначению врача)
- Прогнозируемый эффект — через 10-12 часов после приема

* по данным IMS Health за 2016 г. (в упаковках).

15 лет в России

Пикосульфат натрия



Торговое название препарата: СЛАБИЛЕН.

МНН: Натрия пикосульфат.

Показания к применению: Запоры, обусловленные гипотонией и вялой перистальтикой толстой кишки. Регулирование стула при геморрое, проктите, трещинах ануса. Подготовка к хирургическим операциям, инструментальным и рентгенологическим исследованиям.

Противопоказания: Повышенная чувствительность к любому из компонентов препарата; кишечная непроходимость; ущемленная грыжа; острые воспалительные заболевания органов брюшной полости; перитонит; абдоминальная боль (неясного генеза); кровотечения из желудочно-кишечного тракта; метроррагия; цистит; выраженная дегидратация; спастический запор; беременность (I триместр), детский возраст до 4 лет; для таблеток — дополнительно: детский возраст до 10 лет, дефицит лактазы, непереносимость лактозы, глюкозо-галактозная мальабсорбция.

Способ применения и дозы: капли и таблетки (не разламывая) принимаются внутрь с небольшим количеством воды, перед сном. В зависимости от полученного эффекта дозу при последующих приемах увеличивают или уменьшают.

Для таблеток: для взрослых и детей старше 10 лет начальная доза — 5 мг (1 таблетка по 5 мг) 1 раз в сутки, при стойких запорах — до 10 мг (2 таблетки по 5 мг) 1 раз в сутки. Максимальная суточная доза — 15 мг (3 таблетки по 5 мг).

Для капель: Взрослые: начальная доза — 10-20 капель, при стойких запорах — до 30 капель. Для детей старше 4 лет начальная доза — 5-8 капель. Максимальная суточная доза для взрослых — 30 капель; для детей — 15 капель. Побочные эффекты: диарея, абдоминальная боль, обезвоживание, нарушение водно-электролитного баланса, слабость, судороги, снижение артериального давления.

Передозировка: Симптомы: диарея, обезвоживание, снижение артериального давления, нарушения водно-электролитного баланса, судороги. При хронической передозировке возможны ишемия слизистой оболочки толстой кишки, вторичный гиперальдостеронизм, мочекаменная болезнь, поражение почечных канальцев. Лечение: промывание желудка, коррекция нарушений водно-электролитного баланса, спазмолитические средства.

Взаимодействие с другими лекарственными препаратами: Возможно повышение чувствительности к сердечным гликозидам. Глюкокортикостероиды, диуретики, увеличивают риск развития электролитных нарушений. Антибактериальные препараты широкого спектра действия снижают эффективность натрия пикосульфата. Особые указания: Не следует применять ежедневно без врачебного контроля более 10 дней. У детей следует применять только по назначению врача.

С осторожностью (только по назначению врача): II и III триместры беременности, период лактации.

Применение во время беременности или в период лактации: Данные о достоверных и хорошо контролируемых исследованиях у беременных женщин отсутствуют. Длительный опыт применения не выявил отрицательного влияния пикосульфата натрия на беременность. Активный метаболит и его глюкуроны не выделяются с грудным молоком. Таким образом, препарат может быть использован в период грудного вскармливания.

Полная информация представлена в инструкциях по медицинскому применению от 11.01.2017 (таблетки) и от 29.07.2016 (капли)

АО «ВЕРОФАРМ», 107023 Россия, Москва, Барабаный пер., 3. Тел.: (495) 792-53-30, факс: (495) 792-53-28, E-mail: info@veropharm.ru
www.veropharm.ru. РУ №: ЛП-002500 (таблетки), РУ №002911/01 (капли). На правах рекламы. VERSLA170228 от 13.03.2017



Слабилен — за комфортные решения!

Ответы:
ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Фактор. Всклип. Омск. Суп. Эзотерика. Гай. Век. Перл. Сорт.
ПО ВЕРТИКАЛИ: Отвес. Лаз. Хна. Огр. Фал. Тал. Иней. Купол. Месиво. Снукер. Риск. Пакт.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ИЛИ ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА

30

КНИГИ

Не сгорели карусели В Москве откроется фестиваль имени Корнея Чуковского

ИСПОЛНЯЕТСЯ 135 лет со дня рождения Корнея Чуковского. 9 апреля в честь великого сказочника в Центральном Доме Литераторов откроется 11-й Московский фестиваль детской литературы и читательский праздник «День рождения дедушки Корнея». Среди тех, кто будет участвовать в этих событиях, — ярославский поэт Анастасия Орлова, ставшая на днях лауреатом премии президента РФ в области литературы и искусства.

Украёша, или Рассказы о том, как мы жили под одной крышей

ПРОЗА ЖИЗНИ

Олег Бундур

У моих родителей так получилось в их семейных отношениях, что мама вынуждена была покинуть моего папу.

А у нее, как говорится, не было ни кола ни двора, ни работы—одни заботы. И я—младенец на руках.

И мама отвезла меня, такого кроху девятимесячного, в деревню к своим маме и папе и к моим бабушке и дедушке, на Украину. Или в Украину, как хотите.

Я благодарен маме за это!

Подарок

Я думаю, что бабушке и дедушке девятилетнего внука, свалившегося на руки, не был подарком.

Посудите сами. У них был огород размером полгектара. А еще был фруктовый сад с вишнями, со сливами, абрикосами, яблоками, грушами.

Дедушка целый день на работе, и все это хозяйство лежало на бабушке. И обеды надо готовить, и уборка, и стирка. А тут еще, здравствуйте вам—внук приехал!

И чтоб я не мешал, бабушка что делала? Покормит меня — и под яблоню во дворе на постеленную на землю ряднушку. А чтоб я не уполз никуда—мало ли: и колодец рядом с низким срубом, и корыто с водой, бабушка веревкой привязывала меня за ногу к яблоне. Вот я и ползаю вокруг яблони, ползаю, ползаю, яблочко упавшее найду—погрызу, да и усну на ряднушке. А бабушка по хозяйству хлопочет. Посмотрит на меня—все нормально! И дальше делами занимается. Потом рассказывала, что я спокойный был. Не орал особо, привязанный.

Если бы эту картину — ребенка привязанный за ногу к дереву — увидел бы сегодня кто-то из комиссии по делам несовершеннолетних, маму бы сразу лишили родительских прав, а меня у бабушки с дедушкой забрали и поместили в приют. Хорошо, что про права ребенка тогда еще мало кто слышал.

Ну вот бабушке я не был подарком. Но мне, когда я подросток, жизнь в деревне была подарком настоящим!

Жил я у бабушки вольною волей, дружил с деревенскими пацанами.

Жизнь без парасольки

Вот я сказал, дружил с деревенскими пацанами: Славкой Немченко, Вовкой Ковтуном, Витькой Скрипаченко...

Бегали мы, играли и не заморачивались никогда: русские мы, украинцы. Россия была рядом, она была нашей, мы были ее. Жили, можно сказать, все под одной крышей.

Мои бабушка и дедушка родились и выросли в этой деревне, говорили на украинском. Язык этот был мягким и всем понятным.

Если бы вы услышали какую-нибудь фразу, конечно, поняли бы.

Ну, например:

—Я пишов в магазын! — Понятно, естественно.

Но могли и так сказать, на «более» украинском языке:



Мама Анна, сестра Нонна, бабушка Фекла и я. Село Ново-Троицкое Днепропетровской области, 1958 год.

—Я пийшов до крамниці. — Это было бы непонятно, но если говорящий продолжил бы:

—Купыты мыла та соли. — Все станет на свои места. Понятно и куда пошел, и зачем пошел.

Но на «чистом» украинском редко говорили. Так не звучало:

—Я надив шкарпэтки.

А говорили:

—Я надив носки.

Не говорили:

—Визьмы с собою парасольку!

А было:

—Визьмы с собою зонтык!

Да про зонтик вообще не говорили! Не было в деревне зонтиков.

В селе Ново-Троицкое Днепропетровской области, где жили бабушка с дедушкой, и в Макеевке на Донбассе, где жили потом мы с мамой и папой, все были пронизаны, переплетены языками разных национальностей. И все говорили на русско-украинском или украинско-русском наречии, не задумываясь особо о своих национальных корнях.

Баба Вэкла и дид Йоська

Если меня обижали, я бежал к небодучей козе Любке на пустырь, обнимал ее за шею и в ее мохнатое ухо жаловался. И Любка терпеливо меня выслушивала, не вырывалась из рук.

Когда хотел есть, просил:

—Бабу, йисты хочу!

У меня была не бабушка, а бабушка-мама! Она кормила меня, ухаживала за мной, укладывала спать, сказки рассказывала. Бабушка знала много прибауток, песен на укра-

Сейчас пишу эти строки, а город моего детства обстреливают...

на работу, когда работал в столярной мастерской. Я играл его инструментами, выстругивал себе нужные палочки, обедал с дедушкой тем, что положила бабушка, а потом засыпал на стружках.

Бабушка была Фекла, дедушка был Йосиф. В деревне их звали попростому: баба Вэкла и дид Йоська.

Переезд

Вот и кончилась моя вольная жизнь. Переезжаю. Но я не грустил —впереди было большое, хорошее и светлое: город, школа!

Первого сентября я шел в школу с мамой. Она несла портфель, а двумя руками обнимал букет георгинов, срезанных у нас во дворе.

Когда мы подошли к учительнице, я неловко сунул букет ей в живот. Она мягко отстранила цветы и сказала:

— Ну, давай знакомиться. Меня зовут Мария Феофановна Тамурова.

Я никогда не слышал такого отчества. Учительница приобняла меня, прижала к себе, и так тепло и хорошо стало! И весь страх развеялся, и я сразу полюбил мою Марию Феофановну. И на всю жизнь запомнил, как ее зовут.

Так начался мой первый класс. Никаких недоразумений по поводу моей речи деревенской не было. Вообще шестисоттысячный город Макеевка, где я теперь жил, был населен людьми разных национальностей: украинцами, русскими, татарами, евреями, греками, даже корейцами, и общим был русский язык с разными, скажем, оттенками. И на речь особо никто не обращал внимания.

Украёша
Так мы звали учительницу украинского языка. Надо сказать, что украинские язык и литература мне давались легко. Мама еще в раннем детстве читала мне Тараса Шевченко:

Украёша

Так мы звали учительницу украинского языка.

Надо сказать, что украинские язык и литература мне давались легко. Мама еще в раннем детстве читала мне Тараса Шевченко:

ПРЕДСТАВЛЯЕМ АВТОРА

Олег Бундур родился в Макеевке. Учился и работал в Ленинграде. Вот уже тридцать лет живет в Кандалякше, за полярным кругом. Врач. Путешественник. Поэт. Недавно стал лауреатом премии имени Корнея Чуковского. Имя Олега знакомо читателям «Российской газеты»: его стихи печатались в «Календаре поэзии». Бундур пишет и замечательную прозу. Она адресована детям, но вот книжкой «Как воспитывать папу» зачитывались и взрослые. Особенно мамы.

На днях Олег закончил повесть «Что было потом» и передал нам несколько страниц из нее. Сегодня мы с радостью предлагаем их вашему вниманию. О чем же эта повесть? О детстве. О маленьком селе и большой стране, где всем хватало места. О счастье петь по-украински, читать по-русски, а говорить на том и на другом языке одновременно.

У другого писателя такая книжка неизбежно получилась бы очень грустной. Ведь нет ни того детства, ни той страны. Но Бундур пишет для детей, поэтому он давно отказал себе в праве на безысходность. Дети должны улыбаться.

Итак, Олег Семенович Бундур рассказывает детям, а мы будто присели рядом и слушаем. Только, пожалуйста, сделайте потише новости.

ДМИТРИЙ ШЕВАРОВ

32

из блокнота долгополова



Жванецкий научит
 Артист сочинил методичку для американских шпионов в России

НАРОДНЫЙ артист Юрий Стоянов начал составлять методичку по подготовке работающих в России разведчиков. Оговорившись, что для работы в России шпионам из США подготовиться почти невозможно, артист все-таки дал пару советов: «Прежде всего им надо внимательно отсмотреть программу «Городок», перечитать всего Жванецкого и понять, как эти люди шутят, для того чтобы понять, как они думают». Реакции ЦРУ пока не последовало.

Как погиб разведчик Кузнецов

Годы и исследования историков открывают новые обстоятельства гибели Героя Советского Союза Николая Ивановича Кузнецова

ВЕРСИЯ

Николай Долгополов

После публикации статей и книг о человеке, уничтожившем в Ровно и во Львове фашистских главарей, получаю множество откликов. Среди них и письма читателей, предлагающих продолжить тему. И обращения историков, десятилетиями пытающихся выяснить новые эпизоды жизни и смерти разведчика, восемнадцать с половиной месяцев действовавшего в немецком тылу под именем оберлейтенанта Пауля Зиберта. Особенно запутанны обстоятельства гибели Кузнецова. Кажется, теперь они проясняются.

Кто знал о Грачеве

25 августа 1942 года в партизанском отряде Дмитрия Медведева «Победители» встречали еще одну группу парашютистов, переброшенных из Москвы IV Управлением НКВД СССР. Командир поговорил с каждым из четырнадцати. Последним, кого долго расспрашивал Дмитрий Николаевич, был красноармеец Грачев. Этого человека Медведев ждал давно. В отряд прибыл опытный разведчик Николай Иванович Кузнецов. Сейчас можно сказать, по какой линии, как говорят чекисты, предстояло действовать человеку с документами на имя оберлейтенанта Зиберта: «Т—террор». Считалось, что об истинной роли Кузнецова знала лишь горстка самых доверенных людей отряда. Не совсем так.

В декабре 1943-го Медведеву пришлось принимать нескольких важных гостей. Коренастый, уверенно державшийся человек слез с лошади и представился командиру, назвав свою настоящую фамилию—Бегма.

Бывший секретарь Ровенского обкома партии, а теперь руководитель подпольного обкома Василий Андреевич Бегма приехал с группой товарищей к «Победителям».

Деловые разговоры и обед, задушевная беседа, а потом высокий гость, в некотором смысле и хозяин, завел речь о партизане, наводящем в Ровно страх на гитлеровцев. Одетый в форму немецкого офицера он «убивает крупных немецких заправил среди белого дня прямо на улице, украл немецкого генерала».

Цитирую и дальше из главы «Передышка» популярнейшей книги Героя Советского Союза Дмитрия Медведева «Это было под Ровно». «Рассказывая, Василий Андреевич и не подозревал, что этот партизан сидит с ним рядом за обеденным столом. Лукин (комиссар отряда.—Н.Д.) порывался было перебить рассказчика, но я дал знак ему, чтоб молчал, а Николай Иванович Кузнецов внимательно слушал Бегму. Здесь же мы ему представили нашего легендарного партизана».

Как полагал боевой друг и верный помощник Кузнецова Николай Струтинский, Николая Ивановича выдали немцам свои. Подозрение, подчеркнут, подозрение пало на руководителей подполья и



Николай Иванович
 вроде бы стал
 искать зажигалку,
 что-то сказал
 спутнику,
 тот рухнул на пол,
 и раздался взрыв
 гранаты

к ним приближенных. Эту версию поддерживают многие серьезные исследователи. Среди них и следователь Олег Ракитянский, изучавший все обстоятельства гибели разведчика, и питерец Лев Моносов, около двадцати лет изучающий все документы, связанные с этим сложнейшим делом.

Не будем ставить окончательной точки и претендовать на абсолютную истину. Но, безусловно, версия заслуживает внимания и рассмотрения. Ведь точно доказано: у СД появились установочные данные на Кузнецова. Службы безопасности искали в Ровно не какого-то неведомого партизана-мстителя, а немецкого оберлейтенанта Пауля Зиберта, все внешние приметы которого

18,5 месяца Кузнецов действовал в немецком тылу под именем оберлейтенанта Пауля Зиберта.

совпадали с обликом и манерами Николая Кузнецова.

Да, Николай Иванович и опытный чекист Медведев чувствовали: за Зибертом началась охота. Потому и «произвели» его в капитаны. Врач Альберт Цесарский изготовил печать—из сапога—и на похищенной партизанами машинке с немецким шрифтом впечатал изменения в документы своего друга. Однажды Зиберт-Кузнецов, уже капитан, после проверки новых документов понял, что ищут именно его, и бесстрашно останавливал авто с фашистскими офицерами, разыскивая «какого-то лейтенанта вермахта».

Шаги к гибели

Немцы отступали, под Ровно делать отряду было нечего. А Кузнецову надо уходить и скорее: круг сужался. Или терпеливо ждать прихода своих вместе с партизанами?

Но Кузнецова с шофером Иваном Беловым и удачливым поляком Яном Каминским отправили подалее в немецкий тыл. Во Львове Николай Иванович мог бы укрыться на надежной явочной квартире. Почему приняли рискованное решение? Ведь Кузнецова-Зиберта искали, немецкие патрули ждали его на выходе из Ровно, и командовали ими не какие-нибудь нижние чины,

а офицеры в звании майора, имеющие все права задерживать и лейтенантов, и капитанов.

Во Львове Кузнецов своих не нашел. Явки провалены, верные люди арестованы или сбежали. Приказ уничтожить губернатора Галиции выполнить было невозможно: тот заболел, и мститель убил вице-губернатора Отто Бауэра и еще одного высокопоставленного чиновника. А потом Николай Иванович с двумя друзьями совершил во Львове без ведома Медведева и комиссара Лукина еще один акт возмездия. Проник в штаб ВВС и выстрелами в упор отправил на тот свет подполковника Петерса и какого-то ефрейтора. После войны Лукин клялся, что такого приказа никто Кузнецову не отдавал.

На выезде из города Зиберта уже ждали, и он чудом вырвался, убив майора и перестреляв патруль. Но машину немцы подбили, пришлось клинни фронта передвигаться пешком. И откуда было разведчикам знать, что фронт остановился. Попали в отряд еврейской самообороны, которым командовал Оиле Баум. Но там было не отсижеться: свирепствовал тиф. Да и сил ждать уже не было. В отряде Кузнецов написал подробнейшее донесение—где, когда и кого уничтожил, подписался «Пух» (под таким псевдонимом его знали только в НКГБ) и с этим пакетом решил перейти линию фронта. На дорогу троих вывели проводники Марек Шпилык и мальчишка по имени Куба. Уже в 2000-е живший в Израиле Куба рассказал об этом исследователю Льву Моносову.

Смерть в Борятино— новая версия

Даже название местечка, куда спешил Кузнецов с двумя друзьями, пишется по-разному—Борятино, Баратино, а где и Боратин. Рвался туда Николай Иванович не случайно. Именно в этом селе должна была ждать его радистка В. Дроздова, направленная в Борятино из отряда Медведева. И откуда знать Кузнецову, что группа партизан, где была и радистка, попала в засаду, погибла.

Есть две версии смерти разведчика. Первая: Кузнецов убит 2 марта 1944-го боевиками УПА в лесу около села Белогородка. Вторая: Николай Иванович и его друзья погибли 9 марта в доме жителя Борятино Голубовича в схватке с бандитами УПА. Чтобы не даваться бандеровцам живым, разведчик подорвал себя гранатой. Причем противотанковой. И, чем глубже вгрызаюсь я в трагическую историю Героя, тем ближе к истине видится мне вторая версия.

Итак, ночь на 9 марта 1944-го. С документальной точностью описывает события специальная оперативно-следственная группа чекистов, расследовавшая с 1958 по 1961 год все обстоятельства гибели Кузнецова и его товарищей. Для этого были допрошены все оставшиеся в живых участники событий: и жители села, и бандиты из УПА. Теперь можно огласить результаты расследования.

Николай Иванович Кузнецов в форме немецкого офицера, но с содранными погонами, Ян Станиславович Каминский и Иван Васильевич Белов добираются до Борятино. Выходят из леса. Подходят к хате. Свет не горит, и двое, именно двое, стучат в дверь, затем в окно, и Степан Голубович их выпускает. Хозяин запомнил дату точно: «Это было на женский праздник—8 марта 1944-го».

Неизвестные сели за стол, принялись за еду. «И в комнату вошел вооруженный участник УПА, кличка которого, как мне стало известно позднее, Махно,—дает показания Голубович.—... Через каких-то минут пять в комнату начали заходить другие участники УПА. Вошло человек 8, а может, и больше... «Руки вверх!»—давалась команда раза три, но неизвестные рук не подняли...»

Ситуация понятна: Кузнецов и его товарищ попали в ситуацию безвыходную. Николай Иванович вроде бы стал искать зажигалку, что-то сказал спутнику, тот рухнул на пол, и раздался взрыв гранаты, которую успел привести в действие Кузнецов. Пошел на смерть, уложил бандеровцев, а его спутник, воспользовавшись суматохой, схватил портфель, в котором хранился отчет «Пуха», выбил оконную раму и выпрыгнул в темень. Увы, судя по тому, что секретный документ оказался в руках сначала УПА, а затем был передан ими немцам, друг Кузнецова уйти от бандитов не сумел.

Истина

17 сентября 1959 года была проведена эксгумация неизвестного в немецкой форме, похороненного на окраине Борятино. Опрошены брат и сестра Кузнецова, его друзья из отряда «Победители». Проведены судебно-медицинские исследования. Все указывало на то, «что неизвестный мог быть Кузнецовым». А через две недели знаменитый ученый М. Герасимов подтвердил: «Представленный на специальную экспертизу череп действительно принадлежит Кузнецову Н.И.».

За смертью на грузовике

Тяжело переживала гибель Кузнецова его помощница Лидия Лисовская. После освобождения Ровно опытная разведчица эмоция не скрывала. Часто повторяла, что знает о деятельности действовавшего в Ровно подполья такое, что могут полететь большие головы.

Вскоре группы партизан из Ровно пригласили в Киев. Все поехали туда на поезде, а Лисовскую с двоюродной сестрой и тоже партизанкой Марией Микотой отправили почему-то на грузовике. 26 октября 1944 года в дороге около села Каменка их убили бандеровцы. Но кто сообщил бандитам о том, что две женщины будут именно в этом грузовике? Откуда узнали дату, маршрут? Мелькает здесь нечто уже виденное, полужнакомое. Убийц тогда не нашли. Хотя под подозрение попали многие, наказан никто не был.



мода

Одежка — на дорожку
Как революции меняют людей — можно будет увидеть на выставке

В МУЗЕЕ Москвы 4 апреля состоится открытие выставки «Москва. Мода и Революция». Экспозиция демонстрирует динамику изменений в стиле одежды и в быту, которые повлекла за собой революция 1917 года. На выставке покажут 200 коллекционных предметов — платьев, аксессуаров, мебели, фотографий, плакатов, книг, документов и других артефактов из фондов Музея Москвы и 100 платьев из собрания историка моды Александра Васильева.

До 60 и старше

Что заставляет женщин надевать каблуки, красивые платья и держать спинку?

ПРОЕКТ

Наталья Лебедева

Под яркими огнями софитов, в такт динамичной музыке по бело-снежному подиуму идут модели. Изысканный макияж, модная укладка волос, наряды от известных российских дизайнеров и популярных брендов одежды. Фантазия модельеров ничем не ограничена: откровенные вечерние наряды сменяют удобные в повседневной жизни костюмы, туф-

кажется совсем несущественным. — Красота женщины ценна в любом возрасте. Для меня женщина за 50 в белом платье — совершенно прекрасное зрелище, — обратился к моделям и зрителям мэтр отечественной моды Вячеслав Зайцев. — Некоторые женщины стесняются своего возраста, а я совершенно искренне не могу понять почему.

Проект «Подиум зрелой красоты», придуманный четыре года назад порталом для старшего поколения «Баба-деда», покорила уже не только столичных модниц 50+, но и Санкт-Петербург, где впервые на подиум вышли мужчины. Следующая на очереди Казань. Идея привлечь внимание общества к культуре восприятия зрелого возраста оказалась не только заразной, но и прибыльной. Подиум поддержали Московский дом моды Вячеслава Михайловича Зайцева, благотворительный фонд «Русский силуэт», Модный дом Елены Шипиловой, российский дизайнер Виктория Ирбаева, питерские бренды Lady Sharm, Оксфордстрит, Anastasia Kovall и еще более десяти популярных брендов одежды.

Президент Благотворительного фонда «Русский силуэт» Татьяна Михалкова одной из первых под-

держала идею «Подиума зрелой красоты»:

— Вся модная индустрия ориентирована на молодых, забывая о том, что тем, кому за 50, тоже нужно красиво одеваться, — признала она очевидное.

По мнению участниц опроса «Отношение к возрасту в России. Женский взгляд», нашему обществу не хватает законодателей моды для 50+. Каждая третья хотела бы, чтобы одежду рекламировали нормальные женщины, а не худенькие модели, похожие на вешалки.

Исправить эту ситуацию как раз и задумали организаторы и участники подиума. Со-

здатель проекта «Баба-деда» Анастасия Лазибная вспоминает, что с большим трудом уговаривала дизайнеров принять участие. Идея всем нравилась, но одно дело выпустить на подиум моделей, четко соответствующих стандартам, и совсем другое — таких разных женщин, каждой из которых нужно подобрать наряд, подчеркивающий ее индивидуальность и скрывающий то, что женщина считает своими недостатками.

Стилисты безапелляционны: возраст моде не помеха. Да, подобрать подходящий фасон непросто, но из-за этого надевать на себя бала-

хонистые наряды унылых серо-черных цветов тоже не стоит.

— Какая девочка не мечтает пройти по подиуму в красивом платье, — рассказывает мне участница самого первого подиума Лариса Белова. — Я свою мечту осуществила в 60 лет. Захотелось попробовать что-то новое. Не ожидала, что показывать незнакомую одежду будет так сложно. Нужно спинку держать, макияж делать... Мне это так понравилось, что теперь не позволяю себе расслабляться в обычной жизни.

Галина Лебедева тоже мечтала пройти по подиуму, но не успела вовремя подать заявку, поэтому наблюдала за показом из зрительного зала с блокнотом в руках.

— Заметки на будущее, — пошутила она и призналась, что только после 60 лет вдруг осознала себя настоящей женщиной. — Стирала, готовила, убирала, гости пришли, а я бегом за стульями. Теперь получаю удовольствие от жизни, занимаюсь тем, что нравится, и никуда не тороплюсь.

Но модная и правильно подобранная одежда — это не все, что нужно женщине. Главный вопрос, который ее волнует, куда эту одежду надеть? Хочется заниматься всем: фитнес, танцы, рисование... Но бесплатные кружки переполнены, доступны только библиотеки и парки, жалуются участницы опроса. А как стать авторитетом для внука, если не умеешь пользоваться смартфоном и не знаешь, что такое WI-FI? Участницы опроса, проведенного порталом «Баба-деда», признаются, что хотели бы работать, путешествовать, заниматься спортом, а не сидеть дома, на даче и присматривать за внуками. Ну а пока повзрослевшие дети искренне недоумевают, когда бабушка вдруг говорит по телефону: «Сегодня вечером у меня планы».

Как стать авторитетом для внука, если не умеешь пользоваться смартфоном и не знаешь, что такое WI-FI?

ли на шпильках — высокие сапоги, а стильные юбки в пол — изящные юбки-карандаш с соблазнительными разрезами. Есть только одно «но»: средний возраст моделей — 65 лет, а самой старшей участнице показа — 83 года. Глядя на этих красивых и уверенных в себе женщин, кокетничавших перед телекамерами и фотоаппаратами, язык просто не поворачивается произнести слово «бабушки». А то, что высота каблука всего лишь сантиметров 6–8, а не 15,

Средний возраст моделей — 65 лет, а самой старшей участнице показа — 83 года.



СЕРГЕЙ КУСОВИЧ

Отличная потенция в любом возрасте!

Космические технологии вернут Вам стойкую эрекцию без таблеток и химии.



«Добрый день! По телевизору увидел передачу про аппарат «Союз-Аполлон», который разработали специально для космонавтов, чтобы после полетов восстанавливать эрекцию. Расскажите, как он работает и действительно ли результат будет уже после первого применения?»

Сергей Н., 48 лет

Сергей, название аппарата не зря отсылает к легендарному советско-американскому спутнику. «Союз-Аполлон» напрямую связан с космонавтикой. Его принцип действия такой же, как и у лечебного костюма «Чибис», разработанного учеными в Центральном НИИ авиационной и космической медицины специально для восстановления мужского здоровья космонавтов. Из-за невесомости образуются застои и тромбы, и страдает от этого не только сосудистая система, но и потенция! Метод вакуумной терапии, который использовался в «Чибисе», обеспечивал сильнейший приток «свежей» крови в область малого таза, гарантируя полное возвращение потенции.

Разработчики «Союз-Аполлона» модернизировали космический костюм до компактного аппарата домашнего применения и усовершенствовали его конструкцию. На первом этапе вакуум вызывает эрекцию, а также улучшает микроциркуляцию крови в пред-

стельной железе. Затем благодаря воздействию переменного электромагнитного поля застоявшаяся кровь и продукты воспаления выводятся из простаты. Таким образом, «Союз-Аполлон» способствует восстановлению мужской силы.

Помимо улучшения эрекции, аппарат помогает в лечении простатита, аденомы, уретрита, нарушения мочеиспускания и других заболеваний мочеполовой системы, а также стимулирует выработку гормона тестостерона, отвечающего за либидо. Поэтому те, кто уже испытали «Союз-Аполлон», отмечают не столько стойкую эрекцию, что ощутимо улучшает качество секса, но и значительное возрастание сексуального желания.

Таким образом, независимо от воз-раста и состояния здоровья, «Союз-Аполлон» подарит Вам уверенность в себе и своих возможностях, а также стабильную эрекцию, повторные половые акты и удовольствие от

секса! Результат будет уже после 1-го применения. При этом Вам не надо никуда ходить. Не нужно проводить такой неприятный массаж простаты и пить лекарства. С аппаратом «Союз-Аполлон» все процедуры Вы делаете дома. Это просто, приятно и эффективно!

100% ГАРАНТИЯ
от Департамента контроля качества
Настоящим подтверждаем, что все аппараты «Союз-Аполлон» проходят многоступенчатый контроль качества и имеют все необходимые документы и сертификаты безопасности.

Бесплатная консультация строго конфиденциальна!



Специально для Вас*
+ 5 ПОДАРКОВ

8 (800) 100-55-60
Звоните по бесплатной линии и назовите код акции **13-02-1703**

*При покупке аппарата мужская интимная косметика в подарок. Необходима консультация специалиста. ООО «Национальный центр здоровья», ОГРН 1167746824354, РФ, 127287, г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, помещение 1, комната 24, СГР № RU.77.99.19.004.E.003436.02.15 от 12.02.2015 г. Акция действует с 01.03.2017 по 31.05.2017 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по т. 8 (800) 100-55-60.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Сашу оценили
Коньки Овечкина проданы
на аукционе за 9,5 тысячи долларов

КОНЬКИ хоккеиста «Вашингтона» и сборной России Александра Овечкина с изображением флагов России и США были проданы на благотворительном аукционе за 9,5 тысячи долларов. Вырученные средства будут направлены в Американскую ассоциацию специально-го хоккея, которая помогает детям-инвалидам и людям с отклонениями в развитии заниматься этим видом спорта. Овечкин стал послом этой организации в 2014 году.

Мяч на пути в Россию

Расскажем о раскладах в отборочном турнире чемпионата мира-2018

ФУТБОЛ

Артур Нанян

Сильнейшие сборные со всего мира продолжают отбор за право участия в чемпионате мира в России. Напомним, главный футбольный турнир четырехлетия пройдет в нашей стране с 14 июня по 15 июля 2018 года.

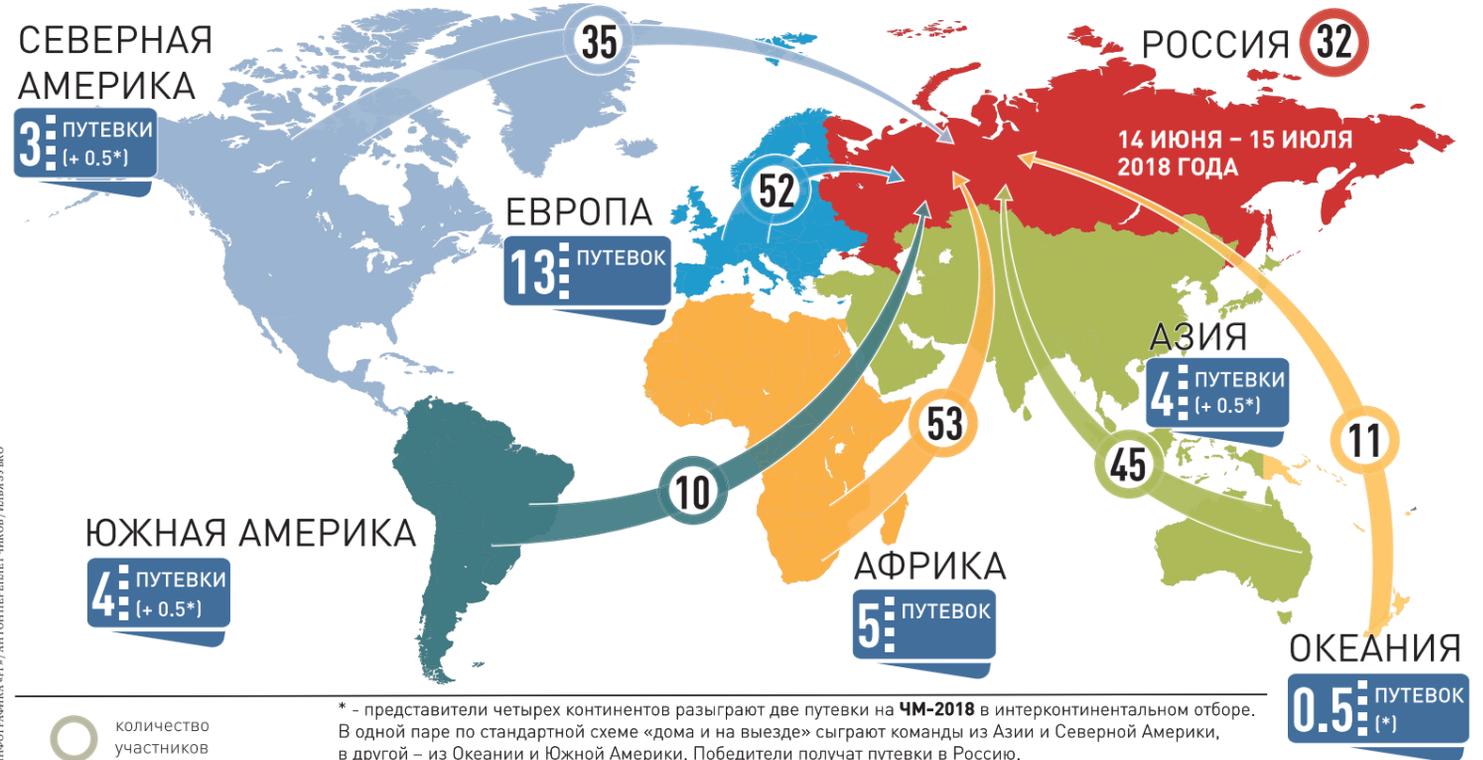
По традиции наибольшее внимание привлекают отборочные циклы в Европе и Южной Америке. И тому есть ряд причин. Во-первых, сборные именно этих двух континентов выигрывали все предыдущие розыгрыши чемпионата мира. Небольшое преимущество по этому показателю у Европы — 11 против девяти. Во-вторых, из 32 участников ЧМ-2018 сразу 18 команд будут представлять эти два континента — 13 европейских (плюс Россия на правах хозяйки) и пять латиноамериканских. Наконец, здесь выступают два лучших футболиста современности — португалец Криштиану Роналду и аргентинец Лионель Месси.

Впрочем, отборочный турнир продолжается не только в Европе и Южной Америке, но и в Азии, Африке, Океании, а также Северной и Центральной Америке. «РГ» решила напомнить регламент проведения циклов, подвести промежуточные итоги и перечислить команды, которые на данный момент выходят в финальную стадию чемпионата мира.

Зона УЕФА (Европа)

В европейской квалификации участвуют 54 команды, поделенные на девять групп. Сборные, занявшие в них первые места, получают прямые путевки на чемпионат

СХЕМА ОТБОРА НА ЧЕМПИОНАТ МИРА ПО ФУТБОЛУ-2018



* - представители четырех континентов разыграют две путевки на ЧМ-2018 в интерконтинентальном отборе. В одной паре по стандартной схеме «дома и на выезде» сыграют команды из Азии и Северной Америки, в другой – из Океании и Южной Америки. Победители получают путевки в Россию.

Главное разочарование отбора — сборная Голландии, которая рискует не попасть на чемпионат мира

мира. Лучшие из восьми претендентов, завершивших цикл на второй строчке, «разбиваются» на пары и в стыковых матчах в ноябре этого года разыграют оставшиеся четыре вакансии.

После пяти туров, а это ровно половина отборочного турнира, лишь две команды набрали максимум очков — это действующие чемпионы мира немцы и сборная Швейцарии. Из сюрпризов можно отметить выступление голландцев. «Оранжевые» рискуют пропустить второй крупный турнир подряд вслед за чемпионатом Европы-2016 во Франции. На удивление стабильный футбол показывает Сербия, которая лидирует в своей группе.

Выходят напрямую на данный момент: Франция, Швейцария, Германия, Польша, Сербия, Англия, Испания, Бельгия, Хорватия.

Сыграют в стыковых матчах на данный момент: Швеция, Португалия, Северная Ирландия, Черногория, Ирландия, Словакия, Италия, Греция, Исландия.

Зона КОНМЕБОЛ (Южная Америка)

В отличие от европейской квалификации латиноамериканский отборочный турнир в самом разгаре. Досрочно вышла на ЧМ-2018 сборная Бразилии. Она стала первой командой, обеспечившей себе место на турнире. Это стало возможным после разгромной победы Неймара и компании над Парагваем (3:0) и осечек Уругвая с Аргентиной. К слову, Бразилия — единственная сборная, не пропустившая ни одного чемпионата мира за всю историю.

Оставшись без дисквалифицированного на четыре матча Лионеля Месси, аргентинцы проиграли на выезде Боливии со счетом 0:2 и опустились на пятую строчку в таблице. Ну а Уругвай с Луисом Суаресом в составе неожиданно отступился в Перу (1:2).

По регламенту из 10 участвующих в отборе команд четыре лучшие попадут на чемпионат мира напрямую. Сборная, занявшая пятое место, встретится в стыковых матчах с представителем другой континентальной зоны — Океании.

Вышла на ЧМ-2018: Бразилия. Выходят напрямую на данный момент: Колумбия, Уругвай, Чили. Сыграет в стыковом матче: Аргентина.

Зона АФК (Азия)

Регламент азиатского отборочного турнира, пожалуй, самый сложный. Он проходит в три этапа, на первом из которых выступали все 46 команд — представителей АФК (Азиатская конфедерация футбола). Сейчас идет третий раунд, в котором 12 сборных были «разбиты» на две группы по шесть команд в каждой. Из них всего четыре получают право выступать на ЧМ. Ну а пятая сыграет в «стыках» против одной из команд североамериканской зоны.

Зона КАФ (Африка)

Как и в Азии, в Африке отборочный турнир проходит в три этапа. Основным раундом цикла стал групповой этап, в котором 20 сборных были распределены по пяти группам. Их победители получат прямые путевки на ЧМ-2018. Если бы отбор на турнир завершился прямо сейчас, то к нам приехали бы Египет, Кот-д'Ивуар, Нигерия, ДР Конго и Буркина-Фасо.

Зона КОНКАКАФ (Северная и Центральная Америка)

Зону КОНКАКАФ в России теоретически могут представить четыре команды. Основным раундом отбора — финальный, пятый этап. В нем играют шесть сборных, вышедших из четвертого этапа. Они проводят двухкруговой турнир, и по его итогам три лучшие сборные выйдут на

ЧМ напрямую, а четвертая сыграет в «стыках» с представителем Азии. На данный момент в Россию отправляются Мексика, Коста-Рика и Панама, а США борются за путевку в нашу страну в стыковом матче.

Зона ОФК (Океания)

По регламенту победитель квалификации в ОФК не выходит на чемпионат мира напрямую, а сыграет в стыковом матче с пятой командой Южной Америки. Испытание, откровенно говоря, не из легких.

Отборочный турнир в Океании состоит из трех этапов. В последнем из них шесть команд были распределены по двум группам. Их победители сыграют в плей-офф, триумфатор которого встретится с латиноамериканской сборной. Победитель одной из групп уже известен — Новая Зеландия. К слову, именно против этой сборной Россия проведет первый матч на Кубке конфедераций грядущим летом.

СТАТИСТИКА
Топ-10 сборных по числу участия на чемпионатах мира

Сборная	Участия	Победы
Бразилия	20	5
Германия	18	4
Италия	18	4
Аргентина	16	2
Мексика	15	0
Англия	14	1
Франция	14	1
Испания	14	1
Уругвай	12	2
Бельгия	12	0

Топ-5 бомбардиров в истории чемпионатов мира

Футболист	Сборная	Число мячей
Мирослав Клозе	Германия	16
Роналдо	Бразилия	15
Герд Мюллер	ФРГ	14
Жюст Фонтен	Франция	13
Пеле	Бразилия	12



Лионель Месси еще ни разу не выигрывал чемпионат мира.

спорт



Калоши вместо кроссовок
Российский спортсмен из-за грязи переобулся в резиновую обувь

СПОРТСМЕН Александр Капер, который решил пробежать от Москвы до Пекина за 200 дней, достиг Казани. За 200 дней и 8000 км он пробежит по территории трех государств: России, Монголии и Китая. К марафону Александр готовился около двух лет. Сейчас за день он оставляет за спиной порядка 40 км. При этом бегун часто переобувается из-за грязи на дорогах. Именно по этой причине он обзавелся дутыми сапогами с резиновыми калошами.

Неувядаемая Роза

Никогда не поздно встать на голову, не теряя головы

НИКОГДА НЕ ПОЗДНО

Гульназира Ишбердина, Уфа

В это трудно поверить, но пенсионерка из башкирского города Сибай Роза Акулинина в свои уже немолодые годы легко садится на шпагат, стоит на голове и прыгает во время выступлений по сцене наравне со своими учениками-подростками. «Ее словно возраст не берет. Заколдованная», — восхищаются сибайцы, которые сегодня приводят к своему бывшему тренеру по фитнесу уже не детей, а внуков.

— Да, возраст надо мной действительно не властен, — смеется Роза. — У меня его нет. Я никому не говорю, сколько мне на самом деле лет. В этом нет кокетства, просто последний раз отмечала день рождения в 17 лет, так вот с тех пор мне всегда 17. Ну а так пенсию получаю, внуки растут — все, как положено.

Вот уже 30 лет ежедневно не менее шести часов Роза Захаровна отдает занятиям фитнесом или танцами. С утра у нее оттачивают движения из латино, кантри или хип-хопа школьники и студенты, а вечером — дамы, мечтающие с помощью фитнеса избавиться от лишних килограммов или просто поднять себе настроение. Ведь занятия Розы Акулининой давно уже превратились в клуб по интересам.

Просто любить жизнь

Наверное, что-то еще должно быть в человеке, кроме физических нагрузок, чтобы оставаться молодым и телом, и душой. Роза это объясняет так: «Я просто люблю жизнь, которую дала мне мама. Вот и живу — с радостью, ведь действительность настолько интересная, насколько вы ее себе придумали!»

Роза легко загорается новым, быстро перестраивается, подхватывает любые тенденции. Так, однажды уехала в Испанию — был такой период,

«Мои советы по питанию просты: откажитесь от соли, сладкого, домашней выпечки, алкоголя, не ешьте МНОГО МЯСНОГО»

когда наши женщины ехали туда заработать, ухаживая за престарелыми людьми. Прожила там Акулинина год, а потом поняла: хорошо там, где нас нет, а лучше все-таки жить с семьей, встречать и провожать каждый день со своими близкими. И вернулась не смотря на то, что все стало складываться, платили неплохие деньги. Но потом не

жалела ни о том, что поехала, ни о том, что вернулась. И это тоже правильно с точки зрения гармоничной жизни.

Забыла про врачей

Танцами она увлекалась всегда и даже поступила после школы в хореографическое училище, но в итоге после училища Роза поехала в Ленинград учиться на реставратора. Танцы не забросила и там, продолжая заниматься в различных студиях. Так бы, наверное, и осталась Роза жить в большом и красивом городе, да случи-

лось несчастье: родители погибли, а дедушке, проживающему в Сибайе, была нужна ее помощь.

— Мне предложили заниматься танцами с детьми в Доме пионеров. Как раз начался бум по хип-хопу, я им тоже заразилась. Собрала пять мальчишеских брейкдансовских групп, параллельно с девочками занималась современными спортивными танцами. При этом постоянно искали что-то новое. Однажды даже поставили башкирский танец в современной обработке, — увлеченно рассказывает Роза.

Днем — дети, вечером — фитнес для женщин. В таком сумасшедшем ритме Роза живет по сей день. До сих пор выходит вместе со своими учениками на сцену, и невозможно понять, где тинейджер, а где руководитель-пенсионерка. Осторожно интересуется: не вредны ли такие нагрузки для здоровья? Роза с улыбкой отвечает, что забыла, когда последний раз была в поликлинике.

Никаких диет

Роза Акулинина — противник диет, но за правильное питание, всю семью приучила к этому. Говорит, что благодаря ему обе дочери быстро пришли в норму после родов. Да и у самой всю жизнь талия — 62 сантиметра.

— Мои советы по питанию просты: откажитесь от соли, сладкого, домаш-

СОВЕТ

Как заниматься фитнесом дома

- ▶ Минимальное количество занятий в неделю при их средней продолжительности 60 минут — 3 раза в неделю.
- ▶ Никогда не отказывайся от разминки и растяжки: чем продолжительнее тренировка, тем больше времени нужно уделить на разогрев и расслабление тела.
- ▶ В первую очередь займись пресом: так у тебя будет меньше соблазна «отодвинуть» упражнения для похудения на потом.
- ▶ Во время занятий старайся проработать все основные группы мышц, повышенное внимание уделяя проблемным зонам.
- ▶ Во время занятий пей жидкость каждые 15 минут.
- ▶ Выбери для занятий хорошую музыку.
- ▶ Помни: главное в занятиях — позитивный настрой. Успешная практика во многом зависит от правильного выбора программы — она должна соответствовать вашей физической подготовке.

ней выпечки, алкоголя, не ешьте много мясного. А самое главное, чтобы быть стройным и подтянутым — занимайтесь в тренажерном, фитнес-зале или хотя бы дома.

Мы еще потанцуем

Может сложиться впечатление, что Роза Захаровна все время проводит на работе. Это не так! Дома ведь тоже ждут ее внимания. Прежде всего супруг Александр, а потом уже дочки и внуки.

— Свою семью я люблю, родные меня во всем поддерживают. Муж обеспечивает надежный тыл, а две дочери подарили прекрасных внуков, общение с которыми — настоящее счастье! Внуки говорят, что я супербабушка. Стараюсь оправдывать высокое звание, — рассказывает Роза Захаровна.



Роза выходит вместе со своими учениками на сцену, и невозможно понять, где тинейджер, а где руководитель-пенсионерка.

Важные фигуры

ШАХМАТЫ

Для тех наших читателей, кто любит шахматы больше, чем домино, спешим сообщить, что с 7 по 9 апреля в



Предусмотрены призы в различных возрастных категориях.

Москве пройдет открытый турнир среди пенсионеров.

Как сообщили «РГ» в шахматной федерации города Москвы, принять участие в турнире приглашаются мужчины, достигшие возраста 60 лет и старше, с показателями рейтинга ФИДЕ не выше 2000 пунктов, а также женщины от 55 лет и старше, с показателями рейтинга ФИДЕ не выше 1800 пунктов.

Организаторами соревнований, которые пройдут в гостиничном комплексе «Измайлово», выступают Московская областная общественная организация содействия реализации экологических, социально-экономических и культурных прав

граждан и объединений и Шахматная федерация Москвы.

Матчи у мужчин и женщин будут проходить по швейцарской системе в 9 туров, с контролем времени по 10 минут на партию и добавлением 2 секунд на ход каждому участнику.

Победители и призеры будут награждены кубками и дипломами. Все участники получат подарки от организаторов. Предусмотрены призы в различных возрастных категориях. Отметим, что иногородних обеспечат проживанием, а кроме того для всех участников будет организованно питание во время проведения турнира. Павел Петровский

КАК СОХРАНИТЬ ПОТЕНЦИЮ?

■ Я уже в возрасте, эрекция стала заметно ослабевать, пропадает желание. Скажите, можно ли остановить этот процесс?

Константин, 61 год

Константин, сохранить потенцию можно и нужно. Более того, её можно усилить! Для этого нужно вести регулярную половую жизнь и насыщать мужской организм необходимыми биологически активными компонентами. В этом Вам поможет натуральный комплекс для мужчин **Ярса Гумба® Форте**, содержащий 11 эффективных компонентов для усиления эрекции, желания и ощущений, а также для увеличения длительности полового акта.

Ярса Гумба® Форте — настоящая мужская сила!

Акция! 2 упаковки по цене одной!

Консультация специалиста по телефону: **8-800-100-98-88**
Звонок бесплатный. Конфиденциальность гарантируется.

СОГР № RU.77.99.11.003.E.001350.03.16 от 25.03.2016 г. ООО «Позитив БИО», ОГРН 1117746983782, 115230, РФ, Москва, Варшавское ш., д. 36, стр. 8. Акция: 2 упаковки по цене 1, проводится с 27.03.2017 г. по 31.05.2017 г. БАД. Реклама 16+

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

зверинец



Панд поселят в «Китае»
 Московский зоопарк получит из Поднебесной медвежью пару

ЗАПОВЕДНИК китайского города Чэнду передает Московскому зоопарку двух панд. Для них рядом с оранжереей зоопарка будет построен павильон «Китай», где кроме панд поселят редких птиц, большую саламандру и золотых обезьян. Планируется, что медведи из Китая в Москве будут размножаться, для их питания в оранжерее зоопарка планируется выращивать бамбук.

Редкая дичь

В Дарвиновском музее открылась выставка зоологического поп-арта

ВЕРНИСАЖ

✍ Андрей Васянин

Американский художник Энди Уорхол в 1983 году создал по заказу своих друзей-коллекционеров и защитников природы Фельдманов серию шелкографий «Вымирающие виды». Возможно, с точки зрения зоологов в этих работах не все достоверно. Зато в 1983-м они были проданы с аукциона за миллионы долларов. И эти деньги пошли в природоохранные фонды, послужили делу защиты животных.

Владелец уорхоловского собрания, немецкий коллекционер Ирина Стежко очень хотела выставить шелкографии не в галерее живописи, а в Дарвиновском музее. Сюда приходят дети с мамами не просто посмотреть красивые картинки, но и узнать что-то об окружающем мире и животных, его населяющих. И потому каждый из художественных персонажей Уорхола снабжен на выставке подробным рассказом о том, чем он питается, где и как живет и сколько его на Земле осталось.

Мы со старшим научным сотрудником Дарвиновского музея Виталием Конторщиком оценили живописные изображения и биологические достоинства некоторых из выбранных королем поп-арта животных.

Амурский тигр

В экспедиции в Якутии Виталий однажды столкнулся с тигрицей чуть ли не нос к носу, но сумел спастись, пока хищница изучала, кто перед ней. Властительница тайги на шелкографии, по словам зоолога, вышла такой же, как в жизни — грозной, спокойной, только вот бронзово-красной (ну художник так видит!). Самого северного полосатого хищника на планете, обитающего в основном в России, сегодня спасли от вымирания, но в 83-м, когда король поп-арта делал портрет, амурских тигров в России оставалась несколько десятков.

Снежный баран

Уорхол решил сделать ему зеленые рога. Но ведь они и правда нужны парнокопытному лишь для красоты, как павлину хвост. Недаром же они закругленные и тупые. Бараны в поединках между собой не стремятся убить или поранить собрата — они выясняют, кто из них круче, кто пойдет впереди, а кого лучше спрятать в середину стада.

Белоголовый орлан

У этой птицы, символа Америки, клюв острый, да и сам он на вид очень воинственный. Но на самом деле этот грозный клюв не оружие вовсе, а что-то вроде вилки, орланы полосуют им уже пойманную рыбу. Воображение Уорхола практически не изменило птицу: на картине у нее те же желтые глаза и иссиня-черные плечи, что и в жизни, это в России орланы белоплечие и белохвостые.

Африканский слон

Он у знаменитого художника неожиданно розовый, как в дет-



Черный носорог попал в «Вымирающие виды» как пострадавший от африканских охотников. И оказался сине-зеленым.



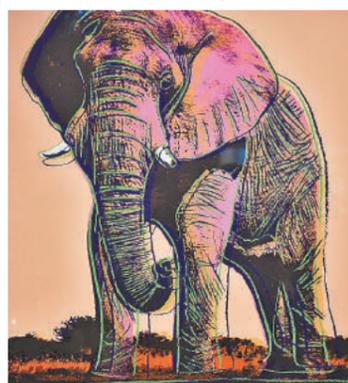
Снежные бараны бодают лишь друг друга.



Красная панда и вправду существует, но Уорхол раскрашивал черную.



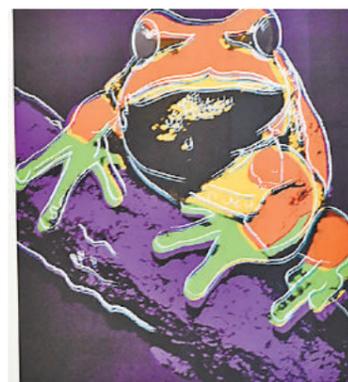
Царь тайги — амурский тигр.



Слон вышел розовым, как в песне.



Клюв у орлана только для еды.



Древесная квакша из поймы Амазонки.

Рогам снежному барану нужны для красоты, так же, как павлину — хвост

ской песенке, и, наверное, поэтому рядом со слонем на выставке всегда толпятся школьники. Из описания животного на обратной стороне картины можно узнать много неожиданного, например то, что у слонов матриархат: они живут стадами по 10–12 особей, стадом управляет самая взрослая слониха, потому, наверное, драки и ссоры у слонов очень редки.

Зебра Гриви

На эту шелкографию особо не намотришься: зебра тут разливана в красно-бело-коричневую полосу, глаза устают от ряби. По словам зоолога, с зеброй ситуация не из простых: живет она только в африканских саваннах, площади их сужаются, и животное сейчас на грани вымирания. Ее и в зоопарках содержать очень трудно, в жизни зебры совсем не такие безобидные, как в мультиках, друг с другом им непросто.

Орангутанг

Этот герой поп-арта, азиатский орангутанг, был почти весь истре-

блен, и на Земле его осталось порядка 2–3 тысяч особей — примерно столько москвичей живут сейчас в одной многоэтажке. Орангутанга убивала загрязненная окружающая среда, его отлавливали, на него охотились — зато сегодня посмотреть на ставшую уникальной обезьяну на Калимантан и Суматру в год приезжают десятки тысяч туристов. По словам Конторщикова, орангутанг у Уорхола вышел очень похожим на суматранского — и это несмотря на то, что художник покрасил ему бороду в синий цвет.

Черный носорог

Один из самых эффектных персонажей Уорхола: темно-синее тело, желтый рог, зеленая голова. Броненосному травоядному хищнику для жизни нескольких десятков километров, на них носорог и проживает свои годы. Численность его сократилась, несмотря на то, что он живет на охраняемых территориях. Но кто охотникам масаи объяснит, что носорога не стоит убивать ради еды?

ЦИФРА

48

километров в час

скорость бега носорога на коротких дистанциях.

КСТАТИ

...Животные рядом с маленьким Энди были с детства. Он сильно болел, и одним из утешений для него были домашние кошки. Всех их он почему-то называл Сэмами, и когда вырос, создал своеобразную «книгу художника» под названием «25 котов по имени Сэм и одна голубая кошечка». Эту книгу с трогательными голубыми, оранжевыми и розовыми кисками американские мамы покупали потом детям на Рождество. А Уорхол через много лет в голубой и розовый цвета раскрашивал уже слонов и носорогов.

мой огород



Тепло и снежно
В Якутии аномально теплый март: на 10 градусов выше нормы

СРЕДНЕМЕСЯЧНАЯ температура марта в Якутии на 10 градусов превышает норму. При этом минувшая зима здесь была также аномально теплой и снежной. По оценке экспертов, такого снега не было последние 30 лет, поэтому во время весеннего половодья в зону затопления попадают от 12 до 17 населенных пунктов в арктических районах Якутии, где накопилось наибольшее количество снега. Высота сугробов достигает двух метров.

Удар по почкам

Каждый сам решает, кому верить—Гидрометцентру или пролеске сибирской

НЕПОГОДА

Александр Хабургаев,
журналист-натуралист

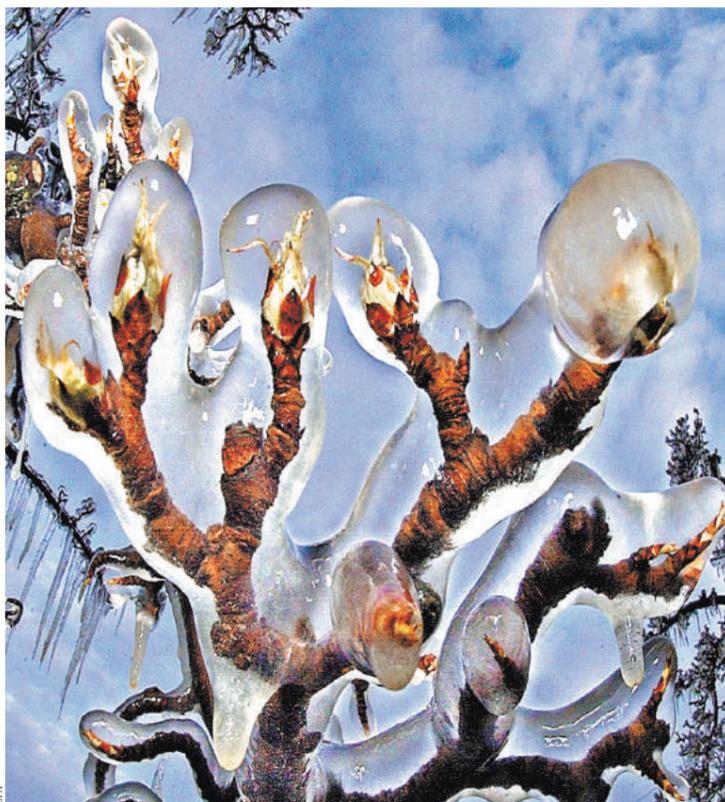
Снег так активно таял, солнце так жарко припекало, птицы так радостно пели, что, казалось, через пару недель наступит досрочное лето! И тут на тебе: снег, ветер, лед и печальные прогнозы синоптиков—холода до 10 градусов в выходные! Без паники! Во-первых, если бы все их предсказания сбывались, человечество давно бы погубило! Во-вторых, даже если так и будет, ничего страшного, дорогие садоводы! Заморозки в это раннее весеннее время не наносят такого ущерба, как апрельские, майские, а тем более июньские возвратные холода.

Аборигенные растения северных широт давно привыкли к спартанским условиям и причудам нашего коварного климата. В зоне холодов и частых возвратных заморозков у них развиваются полезные морфологические особенности: опущение листьев и почечных чешуек, зимнее засмоление почек, утолщенный пробковый слой коры или толстая кутикула (так называется тонкий налет воскоподобного вещества, покрывающий листья, побеги и почки). Но сильно интродуцированные в наши сады и огороды «южане», хоть и отчаянно борются за выживание, но зачастую гибнут, «выпадают», как говорят ботаники. А посмотрите на свои посадки: томаты, кукуруза, клубника, тыква, картофель—из Америки (причем вовсе не с Аляски), огурцы и горох—из Юго-Восточной Азии, я уж не говорю о цветочках! Хотя все они прошли долгий и трудный отбор, остались в наших северных широтах, только самые выносливые.

Ранневесенние лесные эфемериды (галянтусы, эрантисы, пролески и другие «подснежники») в течение своей короткой вегетации неоднократно переносят довольно сильные ночные заморозки: цветки и листья промерзают до стекловидно-хрупкого состояния и покрываются инеем, но уже через 2—3 часа после восхода солнца оттаивают, оживают и продолжают нормально вегетировать. Кстати, пролеска сибирская, любимый наш первоцвет, что в народе зовут-



Пролеска сибирская не встречается в Сибири, зато верно предсказывает погоду.



Переживать будем позже, если холода грянут во время цветения!

ся голубым подснежником, и получила свое название за такую небывалую стойкость к весенним холодам. Есть мнение, что убедившись в этом Карл Линней и дал ей такое экзотическое название—«сибирика». На самом деле в Сибири этот вид никогда не встречался, а дальше Северного Кавказа с южных земель не забредал. Правда, есть и другая версия: Карлу Линнею заснеженной Сибирью с лютыми медведями казалось все, что лежит севернее южной границы государства Московского. По цветкам пролески можно безошибочно определить наступающее ненастье с холодами, причем, пусть это с большей точностью, чем они. Если лепестки цветков открыты—будет хорошая погода, а если они смыкаются, закрывая нежный венчик,—плохо дело: либо дождь полетит, либо снег посыплется! А не приходилось ли вам видеть тюльпаны, подернутые густой изморозью? Головки поникшие, потерявшие тургор листья безвольно свисают... Но... Выглянуло солнышко, иней растаял—тюльпаны встрепнулись и явили миру свои восхитительные цветки. У всех растений, будь-то деревья или травы, в «жилах» бежит свой собственный «антифриз»—клеточный сок. Когда они готовятся к зимним морозам, лишняя влага испаряется, сок густеет, а концентрат не замерзает даже при сильных морозах. Иначе как бы выжили на «полюсе холода», в Якутии, травянистые многолетники, кустарники и даже высокие деревья? А морозы в 50—60 градусов там случаются не так уж и редко!

Не бывает плохой погоды, тем более весной! Бывает неподходящая одежда. Так что одевайтесь потеплее и не переживайте за свои посадки! Переживать будем по-

зже, когда расцветут фруктовые деревья и снова грянут холода! Вот это уже будет действительно опасно! Так можно и без урожая остаться! В старину в подобных случаях ночь напролет жгли костры во фруктовых садах. А чтобы дымило погуще, подкладывали в огонь листву да жухлую прошлогоднюю траву. Теперь используют специальные дымовые шашки. Сам никогда не пользовался, но друзья, проводившие испытания, уверяют, что действительно температура держалась градуса на два выше, чем на контрольном, не окуриваемом участке. Но применение дымовых шашек имеет смысл только если речь идет о спасении урожая в больших садах, а не на тесных «шестисоточных» участках. Да и соседи вряд ли придут в восторг от подобного ночного шоу.

Есть и другой способ предохранить цветки от губительного мороза, несколько необычный, но довольно надежный. Начну издали: вы никогда не задумывались, почему так приятно гулять зимой, когда стоит безветренная ночь, а с неба тихо сыплются крупные хлопья снега? Вроде и мороз на дворе, а не мерзнешь... Это потому, что когда замерзает влага, формирующая снежинки, то выделяется тепло. В физике это называется фазовый переход «вода-лед». Вот почему, если ночью грянули сильные заморозки, то некоторые садоводы начинают поливать цветущие деревья из шланга водой. Вода имеет большую теплоемкость и даже когда замерзнет, то в виде ледяной корочки, не даст морозу уничтожить нежные органы размножения цветка. Выглянет солнце, лед растает, прилетят пчелки, опылят цветочки—и плоды завяжутся. Будете вы с яблоками, грушами, сливами и абрикосами. На зависть соседям!

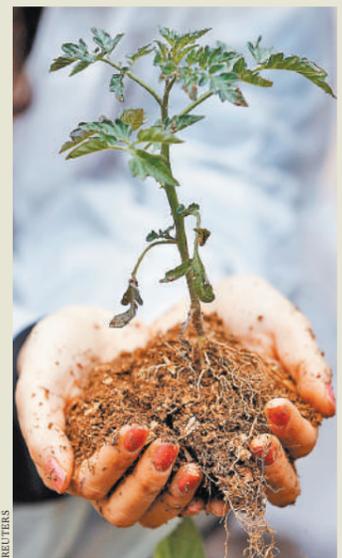
КАЛЕНДАРЬ

Томат теряет «голову»

А вот сеять уже можно, несмотря на снежные сюрпризы и ночные морозы. Они даже способствуют закаливанию семян. Недаром считается, что при подзимнем посеве огородные культуры вырастают гораздо крепче и здоровее, хоть и всхожесть семян несколько снижается. Как только установится более менее ровная погода с явными положительными значениями градусов в 5—6, можно смело сеять морковь, редис, петрушку, укроп, кинзу, щавель, салат, даже горох и капусту. Правда, в этом случае есть риск, что семена будут долго «сидеть» в земле, не проявляя признаков жизни, дожидаясь, когда как следует прогреется почва. Вот только не надо замачивать семена перед посадкой, тем более ждать, когда они «наклюнутся», иначе они могут замерзнуть и погибнуть.

Раскрывать укрытые растения (в нашей средней полосе) уже можно, особенно если вы не живете в своем саду, а приезжаете только на выходные. Минус тридцать без снега уже не будет, а легкий морозец переживут даже капризные чайно-гибридные розы. Кстати, от «выпревания» и «вымкания» (это когда долго застывает холодная влага в почве) вовремя нераскрытые розы страдают и погибают гораздо чаще, чем от холодов. Некоторые садоводы даже закидывают освобожденные от зимних укрытий розы последним снегом, чтобы они плавнее перешли в теплый режим и не получили ожогов. Холода—это, конечно, не самое радостное весеннее событие. Солнца стало значительно меньше, небо заволокло тучи. В такую пасмурную погоду значительно раньше темнеет, и рассада на вашем подоконнике катастрофически не хватает света. Она ищет его там, где-то наверху, откуда

он изливается на землю... В результате рассада становится худосочной и вытягивается. Что делать? Досвечивать! Чем? Всем, что горит и дает яркий свет. Раньше это делали обычными люминесцентными лампами, теперь в продаже есть специальные «фитолампы» и даже светодиодные фитопржекторы. Стоят, правда, изрядно, но проблему снимают. Ведь свет—эффективный ингибитор роста. Чем светлее, тем меньше росток тянется вверх, зато становится толще и крепче. А если речь идет о рассаде томатов, то можно еще и отщипнуть верхушки у побегов и укоренить их, поставив сперва в воду. Томаты отлично черенкуются. Посадите их потом в теплицу, рядом с обезглавленной рассадой и понаблюдайте, как они будут развиваться и где будет обильнее урожай.



Можно отщипнуть и укоренить верхушки побегов.

СОЗДАЕМ ФЕРМЕРСКОЕ ХОЗЯЙСТВО

УЖЕ В ПРОДАЖЕ
295 руб. с пересылкой
195 руб. в редакции
(Москва, ул. Правды,
д. 24, стр. 4)

ВЫ ФЕРМЕР?
Да / Нет

ВЫ УЖЕ СОЗДАЛИ ФЕРМЕРСКОЕ ХОЗЯЙСТВО?
Да / Нет

ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ О ПОЛОЖЕННЫХ ВАМ ЛЬГОТАХ В НАЛОГООБЛОЖЕНИИ?
Да / Нет

ХОТИТЕ ЛИ ВЫ БЫТЬ В КУРСЕ ВСЕХ ИЗМЕНЕНИЙ В ЗАКОНЕ О ФЕРМЕРСКОМ ХОЗЯЙСТВЕ?
Конечно!

РЕКВИЗИТЫ ДЛЯ ОПЛАТЫ:
 ЗАО «Издательство «Российская газета»,
 ИНН/КПП 7714010896/771401001,
 ОКПО 35258640, ОГРН 1057714039228,
 ПАО Сбербанк, г. Москва, БИК 044525225,
 к/с 30101810400000000225,
 р/с 40702810438000015949
 Укажите ваш адрес с индексом и названием:
 «Фермерское хозяйство».

• 8 499 257 5247
• 8 800 100 11 13
звонок бесплатный по России
• bibliotechka.rg.ru
• bibliotechka@rg.ru

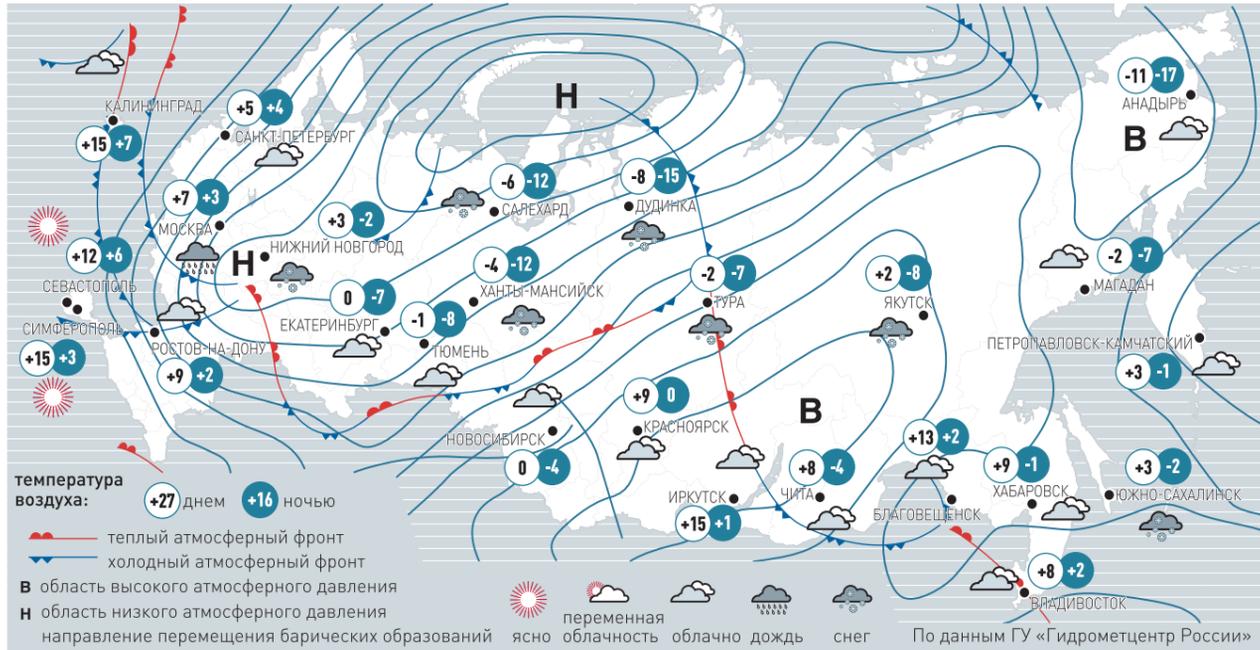
погода, приметы, гороскоп

Курорты

ГОРОД	ВОЗДУХ*	ВОДА*	ГОРОД	ВОЗДУХ*	ВОДА*	ГОРОД	ВОЗДУХ*	ВОДА*
Анапа	+12	+8	Гагры	+16	+9	Римини	+18	+13
Сочи	+12	+8	Варадеро	+29	+26	Малага	+20	+16
Ялта	+11	+8	Дубай	+36	+23	Канкун	+31	+27
Эйлат	+25	+22	Паттайя	+30	+28	Будва	+18	+14

По долгосрочному прогнозу лаборатории рентгеновской астрономии Солнца ФИАН, магнитные бури возможны **1, 17, 18.04**, а возмущение магнитосферы **3–5, 19, 29, 30.04**.

ПОГОДА В ВЫХОДНЫЕ ДНИ



КАЛЕНДАРЬ ПОГОДЫ НА НЕДЕЛЮ С 30 МАРТА ПО 5 АПРЕЛЯ

	Четверг		Пятница		Суббота		Воскресенье		Понедельник		Вторник		Среда	
	Ночь	День	Ночь	День	Ночь	День	Ночь	День	Ночь	День	Ночь	День	Ночь	День
Москва	-6	0	-1	+3	+1	+5	+4	+10	+2	+9	+2	+7	+1	+7
Санкт-Петербург	-2	+2	0	+4	+2	+4	+2	+6	+2	+5	+3	+6	+2	+6
Казань	-8	-2	-9	0	-5	-1	-3	0	-1	+2	-3	+1	0	+1
Нижегород	-7	-2	-3	+1	-1	+4	+1	+5	-1	+3	+1	+3	+2	+4
Ростов-на-Дону	+1	+11	0	+8	+1	+8	+1	+10	+5	+12	+4	+12	+5	+12
Краснодар	+6	+15	+2	+8	+4	+11	+5	+14	+6	+14	+8	+13	+8	+16
Екатеринбург	-11	-3	-9	-3	-8	-2	-5	0	-7	-1	-8	-1	-8	-2
Новосибирск	-2	+3	-2	+3	+2	+7	-5	0	-4	+1	-4	+1	-2	+3
Красноярск	+6	+11	+1	+7	+2	+8	-4	+2	-3	+2	-2	+5	-2	+6
Иркутск	+1	+10	+5	+12	+5	+16	-4	+3	-3	+4	-2	+7	-2	+5
Владивосток	+2	+8	+1	+8	+2	+8	+4	+8	+2	+9	+5	+9	+3	+10
Волгоград	-1	+7	-4	+7	-3	+3	0	+5	+2	+8	+4	+11	+5	+10
Астрахань	+3	+12	-3	+4	-2	+5	0	+9	+3	+10	+4	+12	+2	+10
Мурманск	-7	-5	-6	-4	-6	-1	-4	0	-6	-3	-3	+1	+1	+11
Уфа	-9	-4	-11	-1	-7	-1	-5	+1	-3	+2	-5	+1	-4	+2
Ярославль	-6	-2	-4	+2	0	+6	+2	+6	+1	+7	+3	+4	+2	+5
Пермь	-9	-2	-10	-2	-8	-2	-6	-1	-2	+1	-2	+2	-1	+2
Магнитогорск	-10	-2	-10	-3	-10	-4	-7	-3	-4	-1	-3	+1	-2	+1
Ставрополь	+3	+13	-3	+2	-2	+5	0	+8	+4	+10	+5	+14	+5	+11
Калининград	+4	+7	+7	+13	+8	+18	+7	+15	+7	+11	+6	+11	+4	+11
Омск	-2	+3	-3	0	-5	-1	-6	-2	-5	-1	0	+2	-5	0
Ханты-Мансийск	-5	+1	-11	-2	-12	-3	-11	-4	-10	-3	-10	-3	-11	-2
Якутск	-8	+2	-3	+3	-9	+3	-4	+3	-12	-1	-13	-3	-14	-1
Южно-Сахалинск	-8	+3	-4	+4	-3	+2	-3	+4	-2	+4	-2	+7	-2	+6
Оренбург	-5	-2	-10	-2	-10	-2	-3	-2	0	+1	-3	+1	-3	+1
Воронеж	-4	+3	-1	+3	+2	+4	+3	+9	+6	+12	+4	+9	+6	+9
Челябинск	-7	0	-10	-2	-9	-3	-8	-1	-2	+1	-6	+1	-7	+1
Севастополь	+7	+13	+4	+10	+6	+11	+5	+12	+7	+12	+6	+15	+7	+15
Чебоксары	-7	-2	-3	+1	-1	+4	+1	+5	-1	+3	+1	+3	+2	+4

ИА «Метеоновок». Успешность прогнозов погоды на 6–7-е сутки составляет 65–70 процентов.

ПРИМЕТЫ

- 31 марта Кирилл**
На Кирилла ранние грозы—жди еще морозов. Если в этот день холодно, жди скорого тепла.
- 1 апреля Дарья Пролубница**
Если вешняя вода идет с шумом—летом уродится трава. Какова погода 1 апреля, такова и 1 октября.
- 4 апреля Василий**
Солнце на Василия-солнечника в кругах—к урожаю хлебов.
- 5 апреля Никон**
В этот день зазывали птиц к крыльцу, потчевали крошками, зернышками.

Не позволю сыну пить!

Если сын алкоголик – это беда! Нет сил терпеть его запои, драки, увольнения с работы. Не могу больше плакать, умолять остановиться, бесконечно кодировать. **Не виню сноху за то, что забрала внуков и ушла.** В таком аду не каждый выдержит. **Но я – мать! Если и я опущу руки – погибнет мой сын!** Когда Бог дает испытание, он дает и людей, которые помогут справиться с бедой. Низкий поклон и огромное спасибо специалистам, которые выслушали, сказали слова утешения и рассказали о новом средстве «Трезвонорм», который можно добавлять в пищу, без ведома пьющего. **Теперь я точно знаю: нужно бороться за своих родных до конца.** Кто если не мы? Ведь погибли они без нас! **Пусть в вашей семье никто не пьет!**



Возможно анонимное применение, звонок бесплатный **8-800-301-10-81**

30 марта – 5 апреля 2017

ГОРОСКОП

Овен

Представители творческих профессий ощутят невероятную легкость в достижении поставленных целей, хотя и не стоит рассчитывать на то, что началась долговременная полоса удач.

Телец

В вашем окружении могут появиться люди, с которыми в будущем вам предстоит сотрудничать. Вы сможете быстро найти общий язык, если ваши взгляды на жизнь будут совпадать.

Близнецы

Вы сможете затеять дела, которые в будущем принесут неплохую отдачу. Зато от старых дел лучше не ждать ощутимой прибыли.

Рак

Вас могут посетить идеи, реализация которых принесет гораздо больше вреда, чем пользы. Именно поэтому не стоит спешить с выводами.

Лев

Наступил хороший момент для смены места жительства или покупки жилплощади. Главное—осуществить это в самые короткие сроки.

Дева

Если не будете тратить время на пустяки, то у вас есть шанс затеять дело, которое принесет вам легкие деньги. Постарайтесь не мешкать.

Весы

Вы можете недооценить появившиеся возможности и из-за этого упустить отличный шанс преуспеть. Так что приложите усилия и действуйте.

Скорпион

Вы склонны лениться и рассчитывать на то, что удача сама вас найдет. Хотя вам бы удалось извлечь выгоду из самых, казалось бы, бесперспективных дел.

Стрелец

Сейчас вам не стоит соглашаться на серьезные перемены, поскольку неясно, к каким последствиям они могут привести. Не стоит терять контроль ни при каких обстоятельствах.

Козерог

Поспешные выводы могут навредить делу. Поэтому лучше на время заняться привычной организационной работой или просто переключить внимание на сиюминутные дела.

Водолей

Если не уверены, что победа будет за вами, то лучше не принимать участия в сложных делах. На следующей неделе звезды будут благосклоннее.

Рыбы

Если вас посетило чувство гармонии и ощущение золотой середины, эта неделя—ваша. Так что можете себе позволить любые действия, на которые не решались еще вчера.

Подготовила Елена Шмелева

сканворд, викторина, sudoku

Пациенты захватили псих-больницу. Они требуют миллион вертолетов и один доллар. Некоторым, чтобы похудеть, необходимо ходить в тренажер-

ный зал. Тренироваться не обязательно—просто хотя бы не жрать эти два часа. Сочинение в 11-м классе: «Образ матери в sms-сообщениях».

Эстонская мафия до сих пор контролирует 30% акций «МММ». —Какая странная у вас шапка, сударь!—Это арматура, сэр.

СУ|ДО|КУ

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9, так, чтобы в любой строке по горизонтали и по вертикали и в каждом из любых блоков, отделенных жирными линиями, не было двух одинаковых цифр. Предлагаем вам два варианта. (От-веты на sudoku читайте в следующем номере «РГ-Недели»)

Сканворд с изображениями и подсказками. Вопросы: С ЧЕМ ВЫХОДЯТ НА ПРОМЫСЕЛ БАБОЧЕК? ЗНАКОМСТВА ВЫГОДНОГО СВОЙСТВА. ХЛЕБ-НАЯ КОЖУ-РА. ПО КАКОЙ АПЛЕЕ ГОРОЖАНЕ ГУЛЯЮТ? С КАКИМ МЕСТЕЧКОМ СВЯЗАН УХОД В ЛУЧШИЙ МИР ДЛЯ АГАТЫ КРИСТИ? ИГРА РОДОМ С «ТУМАННОГО АЛЬБИОНА». «МУЗА АКАДЕМИКОВ». ШЕТКА, ЧТОБЫ ЛЕЗТЬ В БУТЫЛКУ. «СПЛОШНОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ». ВЫСОКОПАРНЫЙ ПУТЬ. ВОДКА, СДОБРЕННАЯ ПИВОМ. ТРЕТЬ СНЕГО-ВИКА. «РЕКЛАМНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП» ФИЛЬМА. КАКОЙ ВЕТЕР КОРАБЛИ ОПРОКИДЫВАЕТ? ВЕНГЕРСКАЯ УХА. КОМПЛЕКТ РЕМЕСЛОВ С ПОДОШВАМИ. КТО ДЕЛАЕТ ВЫБОР «СО ВКУСОМ»? «ЛОШАДИНЫЕ СИЛЫ» ПОД КАПОТОМ. ВЕТЕР, ОБДУВАЮЩИЙ ПЛЯЖНИКОВ. ЗАГОВОРКА НА МЯСОКОМ-БИНАТЕ. РЕГУЛЯРНЫЙ АВИАКОМПАНИИ. «ЧЕРНЫЕ ГЛАЗА» У ПЕТРА ЛЕЩЕНКО. «ЕСЛИ ТЕБЕ КАЖЕТСЯ, ЧТО ВЕСЬ ... ПРОТИВ ТЕБЯ, ВОЗМОЖНО, СТОИТ РАЗВЕР-НУТЬСЯ». «ПРУЗЕ МОИХ МЕДЛЕННЫЙ ... ТОМ ТЕМПОТЕ ЗА ОКНАМИ УГОДЕН». ЯПОНСКИХ СТИХ. РИМСКИЙ ИМПЕРАТОР, ПРОЗВАННЫЙ ОТСТУПНИ-КОМ ЗА ПРЕСЛЕДОВАНИЕ ХРИСТИАН. ШАХМАТНЫЙ ЧЕМПИОН ИЗ МАДРАСА. КАБИНА, СЛУЖАЩАЯ МЕЖДУ ЭТАЖЕЙ. ЧЬЕ «ОБЩЕСТВО» ПРЕДПОЧИТАЛИ ПО ВЕЧЕРАМ УИЛЬЯМ ФОЛКНЕР С ЖЕНОЙ? ИЗЫСКАННЫЙ ХАМОН ИЗ ИСПАНИИ. «ПРУЗЕ МОИХ МЕДЛЕННЫЙ ... ТОМ ТЕМПОТЕ ЗА ОКНАМИ УГОДЕН». АМЕРИКАНСКИЙ ШТАТ С САМЫМ ПОЛНОВОДНЫМ ПРИТОКОМ МИССИССИПИ. МЕДОВЫЙ ЛИКЕР ИЗ ШОТЛАНДСКОГО ВИСКИ. КТО ЦЕННЫЕ УКАЗАНИЯ МОНА-ХАМ РАЗДАЕТ? АМЕРИКАНСКИЙ ШТАТ С САМЫМ ПОЛНОВОДНЫМ ПРИТОКОМ МИССИССИПИ. КТО В НАРЯДАХ «ОТ-КУТЮР»? ЩЕГОЛЯЕТ? «НАД РЕКОЙ ЛЕНИВОЙ НАКЛОНИЛАСЬ ...»

простой sudoku grid

сложный sudoku grid

Ответы на сканворд: По горизонтали: Сачок | Бульвар | Наука | Дартс | Эриш | Трейлер | Халас | Шторм | Знаток | Ананд | Мир | Данст | Бриз | Лифт | Юлиан | Виски | Уход | Иберико | Озайо | Драмбуи | Модница. По вертикали: Хаматова | Деликатес | Санда-ли | Блат | Бардем | Стезя | Селин | Мотор | Изу-мен | Уайнтербрук | Хокку | Корка | Ива | Ёри | Дзюдо | Туша | Рейс | Ком | Танго.

Answers to previous sudoku puzzle

Викторина

Мы предлагаем нашим читателям прочитать каждый вопрос и выбрать один из трех вариантов с правильным ответом.

1 Вполне понятно желание родителей давать имена своим детям так, чтобы они принесли им счастье, славу и деньги. Не редкость случаи, когда отпрыски получают имена в честь близких родственников. Кто из мировых лидеров троем своим сыновьям дал имена в память Александра Македонского? а) Рейган. б) Тэтчер. в) Кастро.

2 Несмотря на то что Пётр Великий сам был не прочь выпить и погулять, хмельной порок в годы его правления не приветствовался. Помимо прочих мер воздействия виновных заставляли носить чугунную медаль «За пьянство» весом в 6,8 килограмма, не считая цепей! А сколько наказуемый должен был носить ее на собственной шее? а) День. б) Неделя. в) Месяц.

3 В Екатеринбурге есть памятник — плита с двумя отпечатками ног. Формально они принадлежат депутату, за-казавшему его, и скульптору, его сделавшему. А посвящен он лите-

ратурному герою с мировой известностью. Кому? а) Уэллс. б) Азимов. в) Пелевин.

4 Радикальному решению проблемы перенаселенности Земли посвящен мировой бестселлер «Инферно» от Дона Брауна. Злодейский герой повествования запускает чудовищный вирус, из-за которого чуть ли не треть населения потеряет способность к размножению. Однако бескомпромиссная статистика утверждает, что большой процент человечества не дожил даже до первого своего дня рождения. Какой именно процент? а) 20%. б) 30%. в) 40%.

5 Компания Durgst Organization вывела в центральном районе Нью-Йорка на всеобщее обозрение счетчик национального долга США. За два президентских срока правления президента Барака Обамы он вырос на астрономическую сумму в десять триллионов долларов. А было время, когда Соединенных Штатов вообще не было государственного долга. Какой период оно составляло? а) День. б) Месяц. в) Год.

6 Создатель всемирно известного полотна «Последний день Помпеи» родился в семье академика гравюры Пав-

ла Брюлло. Предки его отца происходили из Франции, отсюда и странная для русского уха фамилия. Кто из наших императоров своим именным указом добавил в 1822 году букву «в» к фамилии Карла Брюллова? а) Николай I. б) Павел I. в) Александр I.

7 Африканский национальный конгресс своим гимном провозгласил песню I Want to Break Free, клип на которую вызвал в свое время грандиозный скандал своим неформальным подходом к теме. Какая группа ее исполняла? а) Queen. б) The Beatles. в) Deep Purple.

Ответы: 1. Кастро. 2. Неделя. 3. 40%. 4. Уэллс. 5. 40%. 6. Александр I. 7. Queen.