

### Новая коллекция

Модные идеи, которые украсят серую осень **с. 8**



### Иммунитет семьи

Будем здоровы в сезон простуд **с. 12**



### Нацелены на ЕГЭ

Стоит ли нанимать ребенку репетитора **с. 13**

# МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ

Совместный проект  
Московского метрополитена  
и газеты «Вечерняя Москва»

СРЕДА

21 августа 2019 года  
№ 89 (875)

Актрису  
Надежду  
Ангарскую  
закало  
детство  
в Якутии  
**с. 10**

# Северный характер

**Последняя новость**

Сегодня и завтра кинотеатры сети «Москино» бесплатно покажут патриотические фильмы. Акция приурочена ко Дню флага России, который отмечается 22 августа.

**vm.ru**



Оксана Витгошнова

# «Тройка» с героями любимых сказок

## Из коробки апельсинов на транспортную карту

■ К 50-летию Чебурашки московское метро выпустило тематические карты «Тройка», которые уже поступили в продажу.

На новой «Тройке» изображен покоривший миллионы детских и взрослых сердец герой: Чебурашка с апельсином. Новую карту с другом Крокодила Гены можно купить в автоматах по продаже билетов на стан-

циях Кольцевой линии и на всех станциях, расположенных внутри кольца. Однако тираж ограничен, стоит поторопиться.

— Чебурашка, Крокодил Гена, Волк и Заяц из «Ну, погоди!», Винни-Пух, Бременские музыканты и Ум-

ка — эти герои за полвека стали действительно частью нашего мира и лексикона. Я думаю, совместный проект с московским транспортом напомнит горожанам и гостям столицы о любимых героях и вновь обратит к богатейшей «золотой

коллекции» нашей мультипликации», — отметила председатель правления киностудии «Союзмультфильм» Юлиана Слащева. В сувенирных магазинах на «Маяковской» и «Трубной», а также в витринах на стойках «Живое общение»

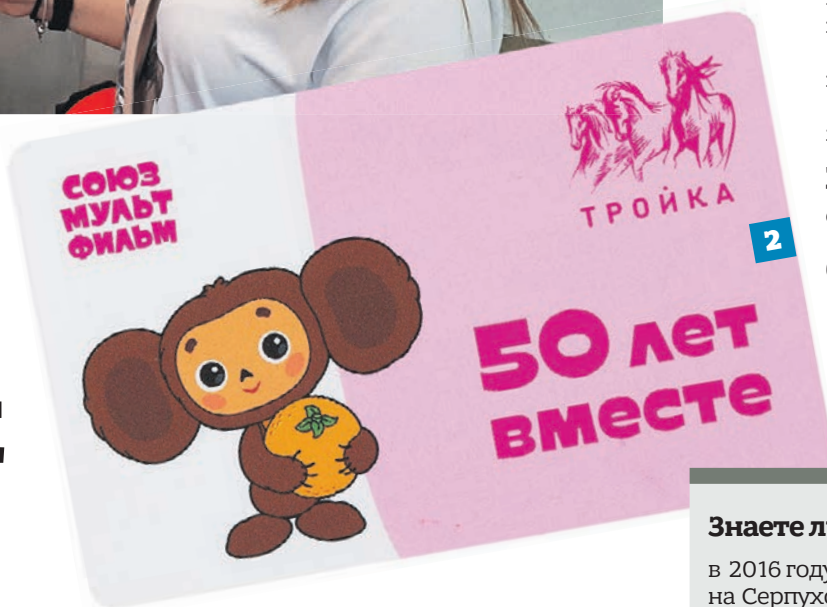
появится продукция с дизайном «Союзмультфильма». Для метро

### Цифра

# 10

тысяч экземпляров новой карты «Тройка» с Чебурашкой поступили в продажу в метрополитене.

12 июня 2019 года. Пассажир метро Наталья Гладьшева пополняет карту «Тройка» на станции «Прспект мира» (1). Дизайн лимитированной серии карты «Тройка» с Чебурашкой (2)



### Знаете ли вы, что...

в 2016 году станции на Серпуховско-Тимирязевской линии метро объявляли герои популярных мультфильмов: Заяц из «Ну, погоди!» и знаменитая домохозяйка Фрекен Бок.

выпуск тематических карт «Тройка», дизайн которых посвящен разным знаковым событиям, стал традицией. Кроме привычных карт, Московский метрополитен выпускает альтернативные носители с функционалом карты «Тройка»: силиконо-



Пассажиры московского метро проголосовали за дизайн нового поезда «Москва», который будет запущен в ближайшее время, а в 2020 году выйдет на линии. Победителем стала маска округлой формы с удлиненными вертикальными фарами.

➔ Подробнее читайте в следующем номере

вые и кожаные браслеты, кольца, брелоки. Их можно приобрести в сувенирных магазинах метрополитена, а также на стойках «Живое общение», где есть витрины с сувенирной продукцией метро.

Со следующего года пассажиры метро смогут заказать собственный дизайн карты «Тройка». О такой возможности часто просят горожане, рассказали в пресс-службе Департамента транспорта. За уникальным дизайном транспортной карты пассажиры должны будут обратиться в сервисные центры «Московский транспорт».

Геннадий Окорочков  
vecher@vm.ru

## Метрополитен напомнит о героях отечественных мультфильмов

**МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ**

Учредители  
ГУП г. Москвы «Московский ордена Ленина и ордена Трудового Красного Знамени метрополитен имени В. И. Ленина»  
129110, Москва, пр-т Мира, 41, корп. 2  
АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва»  
127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2  
Издатель АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва»  
127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2

Главный редактор А. И. Куприянов Генеральный директор Георгий Рудницкий  
Шеф-редактор Анна Москвина Редакционный совет Алексей Белянчев (1-й заместитель главного редактора), Александр Шарно (заместитель главного редактора), Алексей Зеряков (заместитель главного редактора, шеф-редактор утреннего выпуска), Юлия Зименко (заместитель главного редактора, редактор отдела «Московская власть»), Алексей Шаваский (заместитель главного редактора по электронным СМИ), Вардан Оганджян (редактор отдела специальных корреспондентов и обозревателей), Александр Костриков (арт-директор), Алена Прокина (руководитель службы информации)  
Выпускающий редактор номера Светлана Карамнова

**VM.RU**

© АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 2019. Любая перепечатка без письменного согласия правообладателя запрещена. Иное использование статей возможно только со ссылкой на правообладателя. Приобретение авторских прав: тел. (499) 557-04-24. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений, сообщений информационных агентств и материалов на коммерческой основе. Бесплатно. Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Департамента средств массовой информации и рекламы города Москвы.

Адрес редакции 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2  
Тел. (499) 557-04-24, факс (499) 557-04-08. E-mail: edit@vm.ru  
Рекламная служба Тел.: (499) 557-04-01. E-mail: reklama@vm.ru

Отпечатано АО «Прайм Принт Москва», 141700, Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачевский пр-д, 5В. Тираж 270 000 экз.  
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № ФС77-58565 от 4 июля 2014 года. (2)  
Срок сдачи номера в печать 21.08.2019, 12:30. Дата выхода в свет 21.08.2019. № 89 (875)

Средняя аудитория одного номера — 870 тысяч читателей в возрасте 16 лет и старше (по данным Mediascope, NRS-Москва, 16+, декабрь 2018 — апрель 2019)

### Литература

## История проектов МЖД

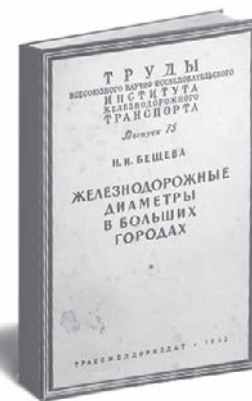
■ Новая книга появилась в электронном каталоге Технической библиотеки метрополитена.

В цифровом виде стало доступно редкое издание: «Н. И. Бещева. Железнодорожные диаметры в больших городах. 75-й выпуск трудов Всесоюзного научно-исследовательского института железнодорожного транспорта. Трансжелдориздат. 1953».

— В книге впервые в отечественной научно-технической литературе была обоснована необходимость использования для город-

ских перевозок сквозных железнодорожных линий, проходящих через крупные города. В издании описаны виды железнодорожных узлов и предложения по построению пассажирских диаметров, — сообщили в технической библиотеке метро.

В издании описаны виды железнодорожных узлов и предложения по построению пассажирских диаметров, а также методики расчета пропускной и провозной способности городских железнодорож-



ных систем, предложения по модернизации систем безопасности, напрямую влияющие на безопасность.

Егор Пряников  
vecher@vm.ru

## Храм чтения

Техническая библиотека расположена на станции «Выставочная» рядом с Центром профориентации. Предназначена для интересующихся железнодорожным транспортом и метрополитеном. В ней собрана техническая литература, справочники и нормативные документы. Читальным залом библиотеки может воспользоваться любой желающий.

■ Улыбчивую брюнетку Таисию Вязовую (на фото) можно увидеть в окошке кассы станции «Лермонтовский проспект». Она трудится здесь билетным кассиром и очень любит свою работу и яркую униформу, которая не только украшает, но и дисциплинирует.

Форма кассиров привлекает внимание. Долго привыкали? Часто говорят, что мне идет. Нравится, с удовольствием ношу. Понимаешь, что ты лицо Московского метрополитена. Пассажиры сравнивают нас со стюардессами. Как вы попали на работу в метро? Со второго раза. Когда пришла впервые, не было вакансий. Прошло семь лет, открылось много новых станций, везде нужны кассиры. Пришла два года назад, устроилась без проблем.

Что больше всего нравится в работе? Нравится помогать людям. Особенно когда ты разбираешься в своей сфере, приятно рассказывать информацию и делиться знаниями. Люблю коман-

**Кассир должен поприветствовать, помочь и пожелать счастливого пути**

дировки на другие станции. У нас отличный коллектив, очень люблю своих девчонок, прихожу на работу как к себе домой. И живу рядом, очень удобно.

Каково это — каждый день выдерживать такой большой пассажиропоток?

Бывает сложно, потому что народ идет непрерывно, люди все разные, кто-то идет с улыбкой, а кто-то ворчит... Но мы должны обеспечивать высокий уровень сервиса обслуживания пассажиров. Моя задача — поприветствовать человека, помочь и пожелать счастливого пути. Как быстро раскупают лимитированные «Тройки»? Поделитесь секретом, во сколько приходят в кассу, чтобы купить, например, «Тройку» с амурским тигром?

Обычно раскупают быстро. Здесь многое зависит от тиража карты и от того, на каком количестве станций они продаются. Кстати, все чаще они появляются в автоматах по продаже билетов. За «Амурским тигром» нуж-

## На работу как домой

Таисия Вязовая любит помогать людям

но было приходиться с утра: я их сама коллекционирую, но эту не успела купить.

Как выдержали чемпионат мира? Много приходилось общаться с иностранцами?

О да! В эти дни я работала на «Пушкинской», на «Лубянке». Обращалось так много туристов, что за это время серьезно подтянула английский язык. Вы сами в свободное время ездите на метро? Какие станции нравятся больше всего?

Часто езжу в командировки на другие станции. Нравятся «Кузьминки», «Выхино», «Рязанский проспект» и еще «Таганская» радиальная. И, конечно, родная станция «Лермонтовский проспект».

А какие у вас увлечения?

По выходным езжу в конный клуб в Подмосковье. Занимаюсь с трех лет верховой ездой, у меня есть свой конь по имени Герцог. Ему 15 лет, он бывший чемпион по конкуру. Раньше даже выступала на соревнованиях, а сейчас занимаюсь на любительском уровне.

Планируете двигаться дальше по карьерной лестнице?

Я недавно получила высшее образование. Теперь пора заняться карьерой. Хочется развиваться как профессионал в транспортной отрасли.

### Обязанности:

- продажа билетов в кассе;
- консультация пассажиров;
- обслуживание автоматов по продаже билетов.

Беседу вела  
Мария Гусева  
vecher@vm.ru

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



Как известно, столичный метрополитен — самый красивый в мире. В этом решил лично убедиться великий вождь и учитель, маршал Ким Чен Ын. Внимательный взгляд его пронизывает все тайны подобно рентгену.



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

[vecher@vm.ru](mailto:vecher@vm.ru)

### Музыка в Метро

#### Гусельный звон

■ Завтра на площадке между эскалаторами станции «Таганская» с 14:00 до 16:00 для вас сыграет красна девица Свет-Настасья (на фото).

Анастасия Шугалей поет песни на русском, сербском и других языках, играет на гуслях, жалейках, аранжирует композиции в стиле этно-рок и сама сочиняет музыку.

— Однажды я выбрала музыку как образ жизни и ни разу не пожалела об этом, — делится Анастасия на своей странице в социальной сети.

Что из этого получилось, можно услышать, если запланировать маршрут через «Таганскую».

Анна Позднякова  
vecher@vm.ru



Сегодня «Вечерка» расскажет, как будет проходить пересадка с Московских центральных диаметров на метро, какой рекорд установят участники «Активного долголетия», и о многом другом.

**8:30** Дом на 561 квартиру с площадкой для выгула собак введен в эксплуатацию на Феодосийской улице.

**9:11** Завершены работы по обустройству автобусного маршрута между поселением Десеновское и деревней Кувекино в ТинаО.

## Строительство

# Надежная транспортная платформа



20 августа 2019 года. Слева направо: заместитель мэра Москвы по вопросам градостроительной политики и строительства Марат Хуснуллин, руководитель столичного Департамента строительства Андрей Бочкарев, мэр Москвы Сергей Собянин, заместитель мэра Москвы, глава Департамента транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры столицы Максим Ликсутов, заместитель мэра Москвы по вопросам жилищно-коммунального хозяйства и благоустройства Петр Бирюков, генеральный директор — председатель правления ОАО «РЖД» Олег Белозеров на железнодорожной платформе Сетунь

■ **Вчера мэр Москвы Сергей Собянин осмотрел ход реконструкции железнодорожной платформы Сетунь. Она войдет в состав первого Московского центрального диаметра (МЦД).** Реконструкция станции идет без остановки движения поездов. Новые платформы откроются к ноябрю, а надземный пешеходный переход — в мае следующего года. Это будет современный транспортно-пересадочный узел с выхо-

дами к улицам Горбунова и Барвихинской, на которой останавливаются автобусы, обслуживающие районы Кунцево и Можайский. — Мы продолжаем активно работать над проектами МЦД, — рассказал Сергей Собянин. — Это новый вид транспорта, который вмещает в себя лучшие черты городского и пригородного транспорта. Московские диаметры, подчеркнул мэр, по сути, станут наземными ветками метро. Они не просто свя-

жут столицу и ближайшее Подмосковье, а пройдут через центр города. Поездки станут быстрее и комфортнее. По МЦД будут курсировать современные «Иволги» — поезда российского производства. Для запуска первых двух диаметров уже закуплены 39 составов. — Кроме того, диаметры свяжут с метро: пассажиры смогут сделать бесплатную пересадку на метро и МЦК, — добавил мэр.

**Наталья Тростянская**  
vecher@vm.ru

## Справка

Сейчас по проекту запланирован запуск пяти диаметров. Все 186 будущих станций МЦД будут открыты для пассажиров с 5:30 до 1:00. На первом этапе движение запустят по маршрутам МЦД-1 «Одинцово — Лобня» и МЦД-2 «Нахабино — Подольск».

## Точный подход

### Минус одна справка

■ **Вчера столичные власти объявили, что справки об отсутствии контакта с инфекционным больным для детского сада больше не нужны.** Необходимость в справках отпала, поскольку данные Управления Роспотребнадзора по Москве об очагах инфекций теперь объединены со списками воспитанников детских садов. — Раньше такую справку ежегодно требовали после

летних каникул от любого детсадовца вне зависимости от того, попадал он в очаг инфекции или нет, — пояснили в пресс-службе Департамента здравоохранения Москвы. Теперь если семья попала в зону карантина, с ней свяжутся напрямую. Родителям и воспитателям придут sms и письмо на электронную почту.

**Марьяна Шевцова**  
vecher@vm.ru



17 апреля 2019 года. Лучший воспитатель Москвы Юлия Якубович с малышами

## Мой район

### Аллея в память о героях Великой Отечественной

■ **Вчера на Митинской улице открылся новый сквер, названный «Память сильнее времени».**

В сквере, созданном в рамках программы «Мой район», высадили более 100 деревьев. Аллею с ивами посвятили героям Великой Отечественной войны, березовую — ветеранам Афганистана, яблоневую — участникам спасательных операций и устранения последствий катастроф.

Открывая сквер, префект Северо-Западного округа Алексей Пашков поблагодарил митинцев за советы и участие в благоустройстве. — Без москвичей нет и программы «Мой район», — сказал он.

## Кстати,

коснулось благоустройство и двора, расположенного между домами 25, 27 и 25, корп. 1, по Митинской улице. Там заменили асфальт, проложили дорожки, разбили цветники. Обустроили детскую и спортивную площадки.

Здесь установлены памятная доска и девять зеркальных стел — этот мемориал посвящен митинцам, погибшим при исполнении воинского и служебного долга.

**Алексей Хорошилов**  
vecher@vm.ru

## Удобный режим

В павильонах «Здоровая Москва» теперь можно сделать ультразвуковое исследование (УЗИ) в любой день недели с 17:00 до 22:00. Раньше исследование проводили только по

определенному расписанию. По словам руководителя Департамента здравоохранения Москвы Алексея Хрипуна, с начала проекта УЗИ в павильонах прошли более 35 тысяч горожан.

## Погода вечером

# +25°C

Ветер 0–3 м/с

Давление 754 мм

Влажность воздуха 64%



Завтра утром +25°C, облачно

## А в поселке Лев Толстой,

что расположен в Лев-Толстовском районе Липецкой области, 29 градусов тепла и ясно, как в Ясной Поляне. Значит, завтра на улицах Льва Толстого не увидишь ни одной толстовки. Загораем!

9:58

В центре занятости «Моя карьера» начался тренинг по правильному составлению резюме.

12:30

Новая галерея современного искусства открылась в районе Северный.

Началась бесплатная экскурсия по Москве «Мещанская слобода на волнах российской истории».

Цитата дня



**Александр Кибовский, министр правительства Москвы, глава Департамента культуры:** «24 августа состоится ежегодная акция «Ночь кино», в рамках которой пройдет более 300 мероприятий». [vm.ru](http://vm.ru)

Здоровье

**Уметь помочь ближнему**

Мастер-класс по оказанию первой медицинской помощи пройдет 22 августа в 17:00 в Научно-исследовательском институте общей реаниматологии имени Неговского.

— В процессе мастер-класса вы ознакомитесь с большинством состояний, требующих оказания первой помощи, получите практическую отработку навыков оказания первой помощи, а по итогам получите сертификат, — рассказали в пресс-службе медицинского учреждения.



1

Благоустройство

**Москвичи предпочитают спорт**

В Новомосковском административном округе появятся новые спортивные площадки.

— Общая площадь благоустройства превышает 28 гектаров, — рассказал заместитель мэра Москвы по вопросам жилищно-коммунального хозяйства и благоустройства Петр Бирюков. — За последние годы произошли серьезные изменения в инфраструктуре спорта, и москвичи оценили это: каждый третий житель столицы занимается физкультурой.

На данный момент в парке ведется устройство пяти спортивных зон общей площадью более 800 квадратных метров. На них установлены тренажеры для тренировок всех групп мышц.

**Каждый третий житель столицы занимается физкультурой**

Александр Кожухин

2



Фестиваль

**Рекордное исполнение гимна**

Хор участников «Московского долголетия» выступит на Международном военно-музыкальном фестивале «Спасская башня», который пройдет 27 августа на Красной площади.

нение гимна Москвы представителями старшего поколения.

— Благодаря проекту «Московское долголетие» у наших участников появилась уникальная возможность выступить на Красной площади. Для них это шанс продемонстрировать свой талант и вокальные данные, которые они оттачивают на занятиях по пению в рамках проекта, — сказал заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Филиппов.

На фестивале гимн города «Дорогая моя столица» на музыку Исаака Дунаевского исполнят 872 участника проекта.

В этот день планируется установить новый мировой рекорд — самое массовое испол-

Реновация

**Больше стартовых площадок**

Еще семь стартовых площадок утверждены для строительства жилья по программе реновации.

— Они располагаются в четырех административных округах города и пяти районах столицы, — рассказал заместитель мэра Москвы по вопросам градостроительной политики и строительства Марат Хуснуллин. Строительство на новых участках позволит переселить жителей 19 домов, а это около 3,4 тысячи человек. Всего в столице определены 345 земельных участков, на которых возведут новостройки по программе реновации.

Наталья Нечаева



Стало известно, что с 22 по 24 августа на ВДНХ пройдет Международная выставка растениеводства «Цветы и город». Вход бесплатный после регистрации на сайте.

Образование

**Пора освежить знания**

Сервис «Самодиагностика» проекта «Московская электронная школа» (МЭШ) пополнился новыми вариантами работ. Новые задания появились для школьников 2–11-х классов.

— Сервис «МЭШ» — это уникальная возможность, не предпринимая дополнительных усилий, не тратя деньги на пособия и справочники, освежить знания перед новым учебным годом. Сервисом самодиагностики, который был запущен в апреле, в период подготовки к школьным итоговым контрольным работам воспользовались 1 миллион 140 тысяч раз, — отметила заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития Анастасия Ракова.

По всем предметам школьникам доступны задания четырех уровней сложности — стартового, базового, профильного и олимпиадного. Результаты публикуются сразу же в разделе «Кабинет». Итоги могут видеть не только школьники, но и их родители.

15 июля 2019 года. Саша и Настя Луцевич на площадке с тренажерами во дворе дома в поселении Рязановское (1). Участник коллектива «Калина» ТЦСО Арбат Сергей Белашов (2)

Подготовила Людмила Филатова [vecher@vm.ru](mailto:vecher@vm.ru)



## Кстати,

В июле 2016 года из «Аптекарского огорода» были ночью похищены все осетровые рыбы, которых вернули на место после публикаций в СМИ. В октябре 2015 года был украден плод крошечного 30-летнего земляничного дерева. Вора нашли благодаря камерам видеонаблюдения.

да, и если вор его не вернет, пихта просто погибнет. В «Дальневосточном саду» будут представлены растения не только из богатейшей флоры российского Дальнего Востока, но и прилегающих регионов — Китая, Корейского полуострова и Японских островов. Особое внима-

## Хвойное растение погибнет без специального ухода

ние будет уделено редким и исчезающим видам, пищевым, лекарственным и хозяйственным растениям стран региона. И три пихты должны были стать украшением этой экспозиции.

Директор Ботанического сада Алексей Ретеюм рассказал, что кражи случаются не так часто.

— У нас почти везде есть камеры наблюдения. Надеюсь, что вор вернет нам это растение — если он любит растения, то не даст ему погибнуть, — заявил он.

Сергей Шахиджанян  
vecher@vm.ru

# Верните пихту

В Ботаническом саду выкопали редкий образец

Специалист по ландшафту Артем Паршин показывает, откуда похитили дерево

■ Ценную пихту, привезенную из экспедиции на Сахалин, похитили из Ботанического сада МГУ «Аптекарский огород». «Вечерка» выясняла, как это вышло и чем можно помочь. Пихту выкопали 19 августа. Она росла на территории «Дальневосточного

сада» — новой масштабной экспозиции с искусственными холмами и «горными тропами». Ландшафтный архитектор Артем Паршин рассказал, что таких краж в саду не было давно. — Я лично ездил вместе с коллегами на Сахалин, и под Южно-Сахалинском мы аккуратно выкопали

и со всеми предосторожностями привезли в Москву несколько небольших саженцев — в том числе и три ценных пихты. На вид — это небольшие растения, не более 20 сантиметров высотой. Купить такие растения невозможно. Он добавил, что растение требует специального ух-

## Жизнь в московских дворах кипит с утра до вечера. И каждый день в них что-то происходит. Поделится новостями?

### А У НАС ВО ДВОРЕ

Ольга Гостюхина  
Обозреватель



## Соседские дети

Соседские дети растут еще быстрее, чем свои. Еще год назад маленькая девочка Тая лет двенадцати приехала с родителями из краснодарской станицы. За это время у нее родился братик, превратился во взрослого пса щенок и появились другие привычки. Тая уже не бросается радостно к каждому соседу, громко здороваясь издали. Теперь это серьезная, сдержанная барышня. Она бродит с собакой вокруг дома и больше не заглядывает людям в лицо. Она приспособилась.

За стеной подросток Егор томится от отсутствия личного пространства. В двушке их четверо, делить комнату с маленькой сестрой утомительно. В редкие дни, когда родители уходят вместе с сестрой, парень включает жесточайший рэп. Тря-

сутся стены, вибрирует весь дом. Кстати, под эту музыку хорошо убираться. Мы приспособились.

К Насте из соседнего подъезда почему-то все приходит толпой. У подъезда стоят или мальчишки, или девчонки. Сидят на корточках, смеются. Настя изображает принцессу, ожидание затягивается. Потом они идут гулять и возвращаются затеменно. Если заранее не уснул, то будешь слушать: «А она? А он?» В 16 лет темы разговоров не меняются.

Соседи порой ворчат. «Ну и молодежь, вот в наше время...» Но они взрослеют, хотят свободы и тяготеют к ней, влюбляются и сорятся. Они прекрасны и открыты всему миру. И мода нынешняя не ужаснее прежней. Джинсы, надеваемые с милом, и адидас. Когда это было? Вчера?

Уважаемые читатели, ждем от вас новостей и рассказов о том, что вам нравится, а что, может быть, беспокоит в вашем родном дворе. Новости присылайте по адресу: [vecher@vm.ru](mailto:vecher@vm.ru)

## Реставрация

## Плотину восстановят

■ Старинную плотину в музее-заповеднике «Царицыно» отреставрируют под надзором Департамента культурного наследия города Москвы (Мосгорнаследие), сообщает руководитель Мосгорнаследия Алексей Емельянов.

— Плотина в Царицыне разделяет Верхний и Средний Царицынские пруды. В нынешнем виде она была построена в XIX веке на месте старой плотины, сооруженной в конце XVII века и перестроенной столетие спустя, — отметил руководитель Мосгорнаследия Алексей Емельянов.

Также отмечается, что это одна из самых крупных сохранившихся плотин в системе Царицынских прудов. Помимо этого, с нее можно наблюдать за стоком воды

и работой всего механизма в общем.

Емельянов объяснил, что плотина является важной частью системы дворцового комплекса музея-заповедника «Царицыно». Именно поэтому любые работы здесь нужно проводить под жестким контролем специалистов.

Плотины на Царицынских прудах появились в XVII веке, когда угодья принадлежали боярам Стрешневым. Первая из них появилась на реке Городне. Есть мнение, что в то же время появились и пруды.

Все хозяева этих земель ухаживали за водоемами, строили на них мельницы и разводили рыб. Об этом пишет официальный сайт мэра Москвы.

Полина Гребенникова  
vecher@vm.ru

## Туризм и отдых

На правах рекламы

8 (4852) 43-72-03, 43-72-43  
www.redholm.ru

Санаторий на Волге  
КРАСНЫЙ ХОЛМ

Питание по системе «шведский стол»

Бассейн с минеральной водой из собственного источника + сауна/хаммам

Эксклюзивные медицинские методики

Ежедневный ж/д экспресс Москва-Ярославль 3 ч. 20 мин. в пути

**АКЦИЯ\***

ПРОГРАММА «МУДРЫЙ ВОЗРАСТ» от 1 790 руб. сутки

\* ПОДРОБНОСТИ ОБ ОРГАНИЗАТОРЕ АКЦИИ, О ПРАВИЛАХ ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ, СРОКАХ, МЕСТЕ И ПОРЯДКЕ ПОЛУЧЕНИЯ ПО ТЕЛ. 8 (4852) 43-72-03, 8 (4852) 43-72-43. АКЦИЯ ДЕЙСТВИТЕЛЬНА С 01.09 ПО 30.12.2019г.

круизная компания  
**ГАМА**  
www.gama-nn.ru

“Кузнецкий мост”  
+7 (495) 212-07-14  
“Белорусская”  
+7 (499) 110-55-05

скидка до 25%

**Речные круизы из Москвы**

РЕКЛАМА

Бронируйте круизы компании “ГАМА” со скидкой до 25% до 31.08.19г.

Раннее бронирование круизов на 2020 год! Отдыхайте выгодно!

# Дом для Герды и Фрешки

## Неравнодушные люди приютили животных

■ Обычная стройка порой становится домом для животных. На сооружении одного из жилых комплексов оказались маленький котенок и взрослая овчарка: «Вечерка» узнала подробности их историй.

Начало грустное: в январе овчарка Герда оказалась сиротой. Ее хозяин скончался.

— Родственники не смогли взять ее, у них уже была собака, — вспоминает охранник стройплощадки Александр Черненко. — Коллега привез ее к нам на стройку. Думали, на время.

Собака скучала по дому. Ее приходилось привязывать, чтобы не убежала. Выгу-

ливали по очереди, учили вновь доверять людям.

— Скидывались на продукты, варили кашу, кости, кормили, а в благодарность Герда стала охранять территорию, — продолжает Александр. — Но держать собак на стройке нельзя, надо было что-то решать.

Как рассказывает руководитель проекта по строительству жилого комплекса Юрий Васильженко, Герда, которой на тот момент было около года, добросовестно выполняла свою собачью задачу.

— По вечерам она с сотрудниками охраны обходила территорию, многие к ней привязались, — говорит он. — Собака оказалась дру-



Овчарка Герда и кошка Фрешка обрели хозяев на московской стройке, благодаря удаче и доброте окружающих

желюбной, быстро шла на контакт, запоминала тех, кто был с ней ласков.

Александр Черненко решил отвезти Герду за город, охранять дом. Кинолог в прошлом, он взялся за обучение Герды. Три месяца он учил ее выполнению команд, общению с людьми, даже задержался в Москве на полтора месяца, чтобы не разлучаться с Гердой (Алек-

сандр работает вахтовым методом). Ждал okazji, чтобы отвезти крупную собаку с комфортом. В середине апреля Герду перевезли. Домашние очень радовались питомцу, а собака быстро обжилась в доме.

Герда — не единственная, кто оказался на стройке на юге Москвы. На днях строители спасли котенка. Маленькая трехцветная кошечка стала любимицей сотрудников: ей позволяют шалости и вольности.

— Котенка на днях забирает наш ведущий инженер производственно-технического отдела. Его дети как раз возвращаются с кани-

**Коллектив ухаживал за собакой, а она охраняла территорию**

кул, — рассказывает Юрий Васильженко. — Вот такой сюрприз их ожидает.

Фрешка прожила на стройке две недели, и «Вечерка» очень рада тому, что трехцветная шалунья обрела свой дом и любящих хозяев.

Василиса Чернявская  
vecher@vm.ru

## Н А Н О В О Й В Ы С О Т Е

### ПРЕМЬЕРЫ МАКС-2019

отечественный лайнер МС 21-300 и вертолеты Ка-62 и Ми-38 в полете и на земле.

### ЗАРУБЕЖНЫЕ ЭКСПОЗИЦИИ

Италии, Франции, Германии, Бельгии, Канады и других стран. Новинки от Embraer и Pilatus

### СПЕЦИАЛЬНЫЙ ПАВИЛЬОН

полноразмерный макет российско-китайского широкофюзеляжного дальнемагистрального самолета CR-929



### ЛЕТНАЯ ПРОГРАММА

10 российских и зарубежных пилотажных групп

### ЛЕТАТЕЛЬНЫЕ АППАРАТЫ БУДУЩЕГО

проекты российских научных центров

### МАКС — БЕСПЛАТНО

для учащихся в День студента и для детей до 14 лет в сопровождении взрослых\*

\*Подробности на [www.aviasalon.com](http://www.aviasalon.com)

6+

РЕКЛАМА

# МАКС 2019

Организаторы



Устроитель



Страна-партнер  
Китайская Народная Республика



## Ж У К О В С К И Й • 2 7 А В Г У С Т А - 1 С Е Н Т Я Б Р Я

Стратегический банк-партнёр



ПАО «Промсвязьбанк»

Стратегический партнёр



Генеральный финансовый партнёр



АО АКБ «НОВИКОМБАНК»

Официальный партнёр



Официальный страховщик



Международный информационный партнёр



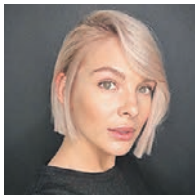
Генеральные информационные партнёры



Официальная социальная сеть



Гардероб.  
Осеннее  
настроение



Каждый сезон мода подкидывает нам что-то новенькое и ставит крест на ярких трендах прошлого года. О том, что будет актуально наступающей осенью, «Вечерке» рассказала стилист Дарья Тараканова (на фото).

Как правило, супермодные тренды живут всего три сезона, затем уходят. В этом году осень нужно начать с разбора верхней одежды и попрощаться с пуховиками, особенно стегаными и приталенными — это уже моветон. Обратите внимание на вязаные кардиганы и объемные пальто. Полюбившиеся большинству женщин за много лет джинсы-скинни (зауженные, обтягивающие джинсы. — «МВ») тоже лучше отложить подальше в шкаф — тренд утратил свою актуальность еще в начале лета. Стоит приглядеться к похожим моделям из более плот-

ного денима и с высокой посадкой. Возвращаются легендарные джинсы-клеш. Мода осени этого года ориентирована на образ легкий, женственный, естественный, слегка небрежный. Приветствуются свободный крой, асимметрия. А вот вещи в «облипочку» — яркий антитренд. Оверсайз (вещи свободного кроя с эффектом большого размера. — «МВ») продолжает оставаться на пике трендов: платья, свитеры, верхняя одежда впишутся в гардероб. Палитра цветов разнообразна и представлена глубокими оттенками красного, синего, зеленого и коричневого, которые легко сочетаются с черным.

Удлиненный плащ в сочетании с теплым свитером — стильный образ и комфорт.



Французский берет. Любимый аксессуар француженок безболезненно впишется в любой гардероб, делая образ легким, женственным и, конечно, ультрамодным. Не прячьте локоны — носите берет чуть на затылке, смело оставляя пряди волос у лица.

### Цифра

13

вещей должно быть в базовом гардеробе женщины. Они помогут каждый день создавать новые образы.

### Забудьте это немедленно

Этой осенью свой гардероб нужно избавить от вещей, которые уже вышли из моды. Например: ■ Меховые жилеты с эффектом «гусеницы». Мощный антитренд, не украшающий никого и ставший поводом для комичных сравнений. В дополнении совершается

еще одна ошибка — наматывается объемный шарф, который укорачивает шею и весь силуэт. ■ Короткие джинсы-скинни, оголяющие щиколотку. Вид голых ног, выглядывающих из-под джинсов в холодную погоду, заставляет замерзнуть даже самых утепленных прохожих. В сочетании

с объемными «дутыми» пуховиками и уже упомянутыми объемными шарфами вовсе вызывает недоумение. ■ Стеганые приталенные пуховики. ■ Парка с оторочкой мехом кислотных оттенков. Подобная вещь на протяжении нескольких лет остается за рамками модных тенденций.



Детали также делают образ. И сейчас забыть о следующих аксессуарах: ■ заколки с жемчужинами; ■ поясные сумки необычной формы; ■ головной убор; ■ обувь в тон; ■ замша с бахромой в любых ее проявлениях: на сумке, доле юбки, рубашке.

Наденьте это немедленно







Забудьте про черные сумки. Эта осень любит яркие цвета в аксессуарах. Так что смело покупайте самую яркую сумку. Не важно, подходит она по цвету обуви или нет. Яркий акцент сделает и настроение лучше.



Юбка длины миди на запахе. Самый модный вариант на сегодня — расслабленная прямая или чуть расклешенная юбка длины миди или до щиколотки на запахе. Сочетайте со свободным свитером, водолазкой или рубашкой, небрежно заправленной вовнутрь, так, чтобы создавался объем.

**Обтягивающие, узкие джинсы уже вышли из моды, а брюки-клевш снова актуальны**

делают  
стоит  
ощих ак  
чугом;  
и овал-

■ одежда с логотипами;  
■ очки с зеркальными стеклами, а также формы оправы «кошачий глаз».

о, сум-  
т;  
ОМОЙ  
звеле-  
на по-  
шки.



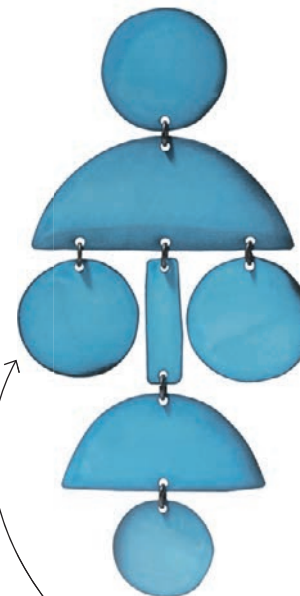
Броши набирают небывалую популярность. Обратите внимание на крупные варианты. Особенно модно носить броши hand-made.

Выбирайте модные в этом сезоне широкие джинсы или брюки полной длины, в случае с укороченными вариантами придерживайтесь простого правила: длина брюк должна быть чуть ниже голенища обуви. Наш выбор: высокие ботильоны, грубые ботинки в стиле милитари или дерзкие казаки.

Выглядеть модно, но в то же время не замерзнуть помогут модные в наступающем сезоне пуховики: непременно объемные и максимально длинные.



Ворот стойкой на свитерах, джемперах и водолазках. Подобный фасон позволит не надевать дополнительных шарфов, палантинов или платков, отсутствие лишнего объема на шее сделает образ стильным, а силуэт стройным.



Украшения должны быть непременно крупными, «выдающимися». Если кольцо, то оно должно иметь крупные элементы, серьги — яркие и с большими элементами, чтобы видно было издалека.



## Фрик-стиль: странные показы кутюрье

Мы изгалялись как могли — так можно охарактеризовать последние показы самых известных мировых дизайнеров. Некоторые из них в своей оригинальности побили прошлогодний рекорд по эпатажу. Модели щеголяли в нарядах на грани фола.

■ Так, показ «Гуччи» запомнился специфичными аксессуарами. Модели выходили на подиум, держа в руках макеты головы, а также небольших драконов. Одна из девушек удивляла зрителей третьим глазом во лбу (на фото). Реквизит для показа готовили настоящие профессионалы, которые создают спецэффекты для голливудской киноиндустрии. Пока зрители рассматривали головы, об одежде никто не думал.

■ «Баленсиага» выпустила на подиум моделей в стиле «капуста» или «все свое ношу с собой». Под курткой несколько рубашек, а под ними еще несколько футболок.

■ «Москино» решил соединить образ Джеки Кеннеди с инопланетянином. Поэтому одежду представляли модели, выкрашенные в синий, зеленый, оранжевый, розовый цвета, в ультраярких классических костюмах с фирменной прической Джеки. В общем, современная мода 80-х.

■ **Актриса и певица, участница шоу Comedy Woman Надежда Ангарская рассказала «Вечерке» о том, что ждет зрителей в новом теле-сезоне и что происходит в ее жизни сейчас.**

Говорят, что юмористы — очень серьезные люди. Это про вас?

Я слышала такое утверждение. Но что на сцене, то и в реальном мире. Идем обычно по жизни задорно, с шутками. Ведь жить без юмора очень сложно.

**Вы родились в Якутии. Как давно там были?**

В мае и июле этого года я была на тридцатилетии музыкальной школы «Соловушка», где училась. Второй раз посетила малую родину на День металлурга.

**Тяжело было жить на Севере?**

Да. Жизнь была нелегкая. Мы жили в городе Мирном. Холод 10 месяцев, однокомнатная квартира, очереди в магазине, не было даже воды и туалета. Папа ходил каждое утро на колонку, приносил ведра воды.

Для нас это было временное жилье, но там живут до сих пор люди. Когда я училась в институте на втором курсе, папа сказал: «Мы уезжаем, нам дают квартиру в Подмосковье».

**Мама у вас — инженер-электрик, папа — слесарь-электрик, сестра — инженер-строитель. Как вас занесло в шоу-бизнес?**

Моя мама тоже задается вопросом, как меня угораздило так увлечься творчеством. Я пела в музыкальной школе, года через полтора стала солисткой. Потом стала общаться с музыкантами, которые работали в ресторанах. Папа был категорически против!

**Какие песни в ресторанах в то время были популярны?**

Однажды я спела 12 раз подряд «Какао — какао-о!» В ре-

**Говорят, что ваша бабушка пела в Большом театре...**

Троюродная бабушка. И в Малом театре.

**Дети сурового края — дети авантюристов, бесталан-ных быть не должно**

сторане был занят только один столик: кто заказывал. Популярен был «Владимирский централ», но я его не исполняла. У нас в репертуаре был «Поезд на Магадан».

**Голос в наследство?**

Мой дирижер в школе всегда говорил, что все мы, дети Севера, дети необычных родителей, как минимум авантюристов. Они все зачем-то

приехали издалека в край с суровой природой. Значит, бесталанных быть не должно.

**Чем вы занимались в последние годы, кроме участия в юмористических проектах?**

В 2017 году я родила сына Давида и через полгода стала задумываться о том, что мне пора делать что-то свое. Я искала песни, авторов. Нашелся человек с такими же взглядами и вкусом. Автор текстов Юлия Альбах написала текст, я его немного переделала, появилась история, мы сняли клип «Кукла».

Потом мы стали с ребятами гастролировать по стране. В какой-то момент пришла идея: сделать шоу. Так родился проект STORIES, которые через какое-то время стал популярным.

**От многих не скрылся тот факт, что вы сильно похудели. Как вам это удалось? Поделитесь секретом.**

Первый совет — сдайте кровь на анализ. Проконсультируйтесь у эндокринолога. Мне в свое время врач дал простой совет: «Перестань есть майонез, ограничь себя в хлебе и начни

ходить в бассейн!» А у меня был серьезный стимул, эндокринолог мне сказал, что я не смогу родить, пока не похудею.

Кроме того, я ложусь рано спать, чтобы не бегать вечером к холодильнику.

**Кем бы вы хотели, чтобы стал ваш сын?**

Президентом Российской Федерации! Ну а если серьезно — я думала, что он станет хоккеистом, он очень подвижен и ловок. Поэтому, скорее всего, свяжет свою жизнь со спортом.

**Над чем вы работаете сейчас?**

Над новой песней. Уже есть стихи знакомого поэта, с музыкой пока не определились. Кроме того, начинается новый сезон Comedy Woman на ТНТ, в котором я участвую. Я работаю в сольном проекте и с кавер-группой, с которой скоро полетим в Израиль на гастроли. Еще играю в спектакле «Хитрец по найму».

**О чем вы мечтаете?**

Хочу переехать в новую квартиру или дом. В январе — слетать на Мальту, начать учить английский язык.

**Что такое счастье для вас?**

Свобода! Если твои любимые и близкие понимают и не ограничивают тебя, а ты понимаешь и не ограничиваешь их. Свобода от кредитов, от недоброжелателей, от всего, что портит ощущение счастья.

## Надежда с Севера

**Актриса и певица рассказала о роли юмора в ее жизни**



Надежда удивила семью выбором жизненного пути. Хотя одна из ее бабушек когда-то служила в Малом театре

**Надо же**

В новом телевизионном сезоне Надежда предстанет перед зрителями в новых и необычных образах. Она будет играть голландскую девушку, исполнительницу рэпа, стюардессу, главврача в военкомате.

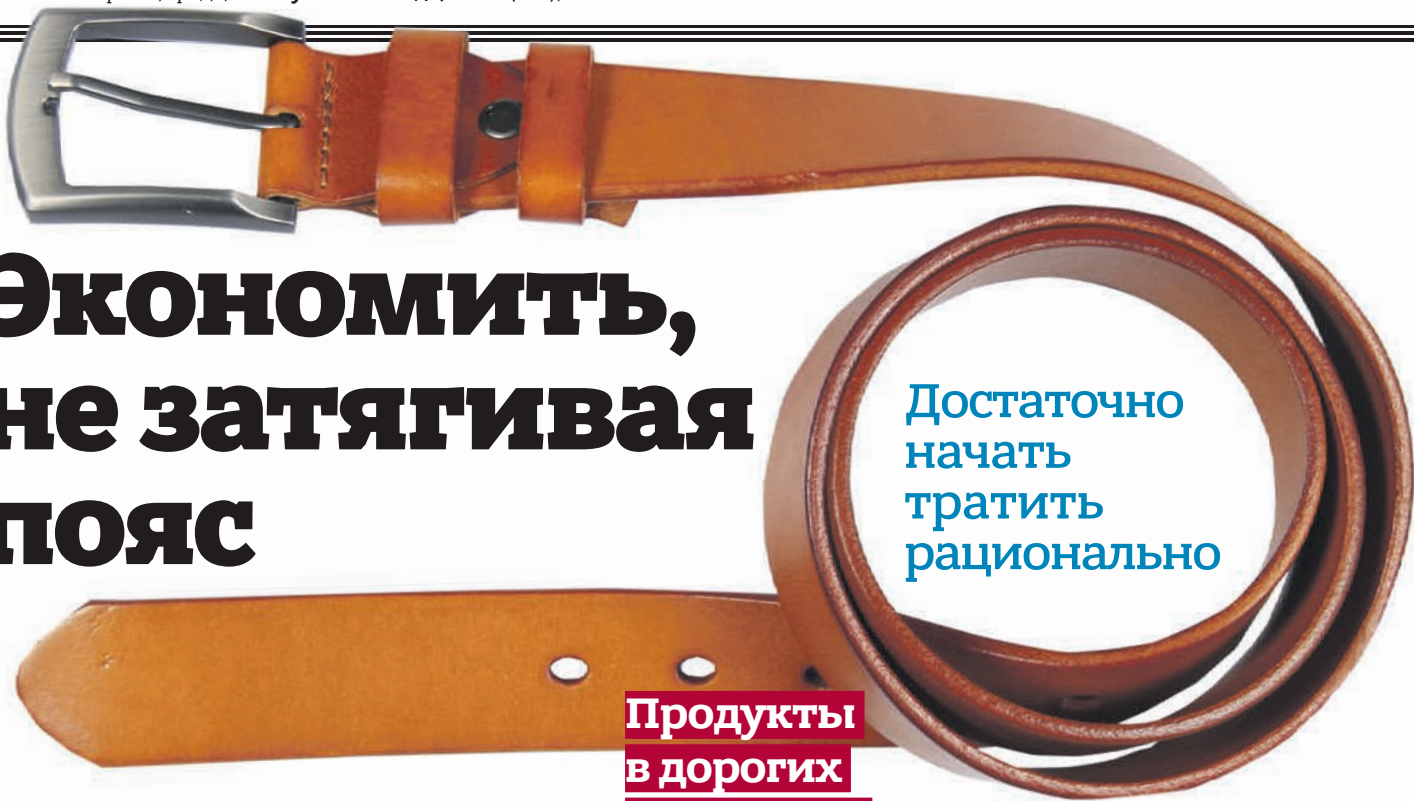
### Справка

По диплому Надежда Ангарская программист. В студенческие годы девушка увлеклась игрой в КВН, неоднократно выигрывала призы «Мисс КВН». В 2010 году победила в юрмальском конкурсе «Голосающий КиВиН» и стала членом команды «Камеди Вумен».

Фото из личного архива

# Экономить, не затягивая пояс

Достаточно начать тратить рационально



Shutterstock

**Продукты в дорогих магазинах часто те же, что и в дешевых**

■ Социологи обнародовали данные исследования: москвичи называют справедливой зарплату в 100 тысяч рублей. «Вечерка» вместе с экспертами посчитала финансы москвичей. Между тем медианная (т.е. наиболее распространенная зарплата. — «МВ») в столице составляет 56 тысяч. Как совместить желаемое

с действительным, если заработать 100 тысяч не получается? — Самый простой способ — скорректировать свое потребление, — убежден бизнес-тренер Кирилл Дроздовский. — Не обязательно покупать продукты в дорогих супермаркетах и «фермерских» магазинах. Как правило, это тот же товар, что и в обычных. Эко-

номить на продуктах я не рекомендую, но покупать качественные, премиумные продукты со скидкой — почему нет?

Второй способ экономии — отказаться от понтов. Зачем телефон за 80 тысяч, если вы не пользуетесь большинством его функций? Достаточно смартфона за десять тысяч. — Очень много денег уходит на машину. Но если у вас нет дачи, автомобиль в Москве не нужен. Метро, такси и каршеринг обходятся дешевле, — пояснил Дроздов-

ский. — К тому же эти сервисы экономят время. Кстати, о даче. Отличный способ не тратить лишнее — отказаться от дачного урожая. — Если вы посчитаете затраты на семена, удобрения, покупку садового инвентаря, то поймете, что те же овощи из магазина окажутся намного дешевле, — пояснил Дроздовский. — Если уж не

можете не ездить на дачу — старайтесь там отдыхать! Экономить на здоровье — крайне глупо. Но если вы вместо дорогого фитнеса купите абонемент в дешевый зал, то, поверьте, на вашей физической форме это никак не отразится. Это зависит не от престижности клуба, сколько от вашего усердия. — Если вы зарабатываете 56 тысяч, неразумно тратить деньги на дорогую брендовую одежду, — считает бизнес-тренер. — Лично я не знаю людей, которые носят пиджак лейблом наружу. Важно, чтобы одежда вам подходила и не выглядела откровенно дешево.

Никита Миронов  
vecher@vm.ru

## Недвижимость

На правах рекламы

(495) 132-22-28 самолет  
девелопмент

**СПУТНИК**

м. «Строгино»\*\*

**КВАРТАЛ С ОТДЕЛКОЙ**

ОТ **28** МЛН. —

ЦЕНЫ ДЕЙСТВУЮТ С 1 ПО 31 АВГУСТА 2019 ГОДА. ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ SPUTNIKSPU.RU. ЗАСТРОЙЩИК ООО «БУХТА ЛЭНД». \*\*АПАРТАМЕНТЫ. \*\*\*МЕТРО «СТРОГИНО» — БЛИЖАЙШАЯ СТАНЦИЯ МЕТРО К РЕКЛАМИРУЕМОМУ ОБЪЕКТУ. ЦЕНЫ В РУБЛЯХ

РЕКЛАМА

(495) 256-44-48 самолет  
девелопмент

**ТОМИЛИНО**

м. «Котельники»\*

**КВАРТИРЫ С ОТДЕЛКОЙ**

ОТ **22** МЛН. —

ЦЕНЫ ДЕЙСТВУЮТ С 1 ПО 31 АВГУСТА 2019 ГОДА. ПОДРОБНОСТИ И ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ TOMILINOSAMOLET.RU. ЗАСТРОЙЩИК ООО «САМОЛЕТ — ТОМИЛИНО». \*СТАНЦИЯ МЕТРО «КОТЕЛЬНИКИ» — БЛИЖАЙШАЯ СТАНЦИЯ МЕТРО К РЕКЛАМИРУЕМОМУ ОБЪЕКТУ. ЦЕНЫ В РУБЛЯХ

РЕКЛАМА

**УЗНАЙ, СКОЛЬКО СТОИТ ТВОЯ КВАРТИРА?**

Хотите выгодно обменять или продать квартиру в Москве или Подмосковье? - Узнайте ее реальную стоимость! Звоните специалистам АН «ТВОЯ Квартира» +7(495) 374-64-64.

Сейчас на рынке жилья спросом пользуются не все квартиры, разброс цен большой. С нами Вы продадите жилье удачно, так как мы изначально грамотно определим рыночную стоимость.

Вы купите проверенную, ПЕРСПЕКТИВНУЮ квартиру (вторичную или новостройку), опираясь на наш опыт и знания.

Вы выгодно инвестируете в Новостройку, сданную или строящуюся по цене застройщика и со Скидками! С 9 до 21 без выходных. Реклама

**+7 (495) 374-64-64 ankvartira.ru**

**УЧАСТКИ СВОЯ ЗЕМЛЯ**

**7 за сотку**

**7000 р.**

Новорязанское, Ярославское шоссе

**+7 (495) 104-80-77** Реклама

Телефон рекламной службы

**(499) 557-04-04**  
доб. 123, 132

# Витамины и гантели

■ Впереди сезон простуд. Кто-то за лето успел зарядиться здоровьем, а кто-то только начинает работу над иммунитетом. «Вечерка» узнала, как поддерживать здоровье в семье.



Утренняя зарядка — важнейшее ежедневное мероприятие любого человека. Для физкультуры дома вспомогательные средства не нужны, уверена Наталия Прохорова (на фото) — тренер, диетолог, руководитель оздоровительного проекта.

— Много упражнений, для которых ничего не нужно: приседания — 20 раз по пять подходов, за утро, за вечер и за обед, — объяснила тре-

**Не важно, на каком тренажере вы занимаетесь дома, важно, как часто**

нер. — Улучшают обмен веществ, форму ног, помогают худеть. Дыхательные гимнастики занимают пять-семь минут, эффективность отличная. Но во всех этих занятиях для домашнего использования нужна регулярность.

А вот покупать домой тренажер вовсе не обязательно. Беговые дорожки или велотренажеры частенько пылятся, служат вешалкой для вещей. Деньги потрачены, здоровья нет. Редко кто действительно на них занимается. Если уж очень хочется потратить деньги, то советую купить поддержанный.

Евгения Стогова  
vecher@vm.ru

## Аэрогриль

Можно оставить как способ готовки без масла. Жир в аэрогриле топится и стекает вниз, а еда при этом остается вкусной. При правильном питании, особенно в семьях с детьми, очень важно сохранить ощущение вкуса и удовольствия от еды.



Что должно быть дома у тех, кто следит за здоровьем

## Мультиварка

С утра многим лень варить кашу, едим бутерброды, а организму нужна горячая овсянка. Мультиварка сварит ее, пока вы спите. Когда надоедят вареные куриные грудки, мультиварка потушит их с овощами. И котлеты на пару мультиварка тоже умеет делать.



## Бабушкина диета

Подбираем продукты так, как бы это делала наша бабушка. Спрашиваем себя: могла бы бабушка, родившись в начале XX века, купить это и съесть? Она могла бы взять весовую гречку, молоко, творог, мясо. И вряд ли она нашла бы в магазине корейскую морковь, упакованные слепленные котлетки, сосиски, колбасы, плавленый сыр и прочее. Питаясь, как бабушка, мы можем контролировать потребление калорий.

## Гири

Очень популярное сегодня занятие. Если вам досталось такое чудо от папы или от бабушки, не спешите от него избавляться. Комплексы упражнений с гирей придуманы и для женщин.



## Резинки для фитнеса

Помогают разнообразить упражнения, усложнить их на том этапе, когда простая зарядка уже дается легко. Используя резинки, можно уже говорить о проработке групп мышц, а не просто о зарядке. Подходят для детей от 12 лет.



## Враги фигуры и иммунитета

### Фритюрница

Жаренная на масле еда вдвойне калорийна, все калории уходят в ненужные запасы. Если хотите питаться правильно, фритюрницу придется спрятать или подарить.



### Хлебопечь

Многие считают, что домашний хлеб полезнее и он не навредит. Опасность в том, что свежеспеченный хлеб пахнет очень аппетитно, и даже самый выдержанный человек рискует переест.



### Пароварка

Вы удивитесь, но пароварка — не друг здоровью. Еда на пару несоленая, лишена жиров и вкуса. А нам важно при еде ощущать вкус, иначе на здоровом питании долго не продержишься.

## Прямая речь



Юлия Николаева  
Специалист по дыхательным практикам

Гимнастика для дыхания помогает ускорить обмен веществ, улучшить кровообращение, оздоровить цвет лица. Парадоксальная дыхательная гимнастика Стрельниковой, например, подходит даже малоподвижным пенсионерам. Гимнастика вакуум улучшает кровообращение области таза, живот подбирается, улучшается крепость мышц. Когда мы качаем пресс, мы улучшаем внешние мышцы пресса, а при помощи дыхательных гимнастик — внутренние.



Лариса Алексеева  
Врач высшей категории, терапевт

Многим спокойнее в сезон простуд носить маску: помните, что менять ее надо каждые три часа. Иначе есть риск усилить собственное недомогание. В холодное время в семье должны быть препараты с морской солью и дезинфицирующие растворы для промывания слизистой оболочки носоглотки. А вот витамины группы С, которые часто рекомендуют, быстро разрушаются. Если хотите подпитать организм, выбирайте имбирь, лимон и мед.

# Скромный талант

## Актриса служила 54 года в Театре Ермоловой

■ Вчера вечером не стало Александры Назаровой, народной артистки России. Невосполнимая утрата для всего российского искусства. Образовалась пустота, которую не заполнить.

Александра Ивановна родилась 17 июля 1940 года в семье актеров в Ленинграде. Туда же она вернулась после войны из эвакуации. Квартира их оказалась занятой, и семью поселили в общежитии во дворе театра «Ленсовет», который тогда назывался «Новый театр». Там работали родители маленькой Саши.

Сашенька постоянно крутилась за кулисами, по многу раз видела спектакли.

**Александра Назарова умела принести в образ теплоту и юмор**

И в итоге сама стала играть с родителями на одной сцене: в «Норе» по пьесе Ибсена, в «Гибели дракона». Причем в последнем она играла мальчика, в то время ей ведь было всего семь лет. А еще она много ездила вме-



Артем Геспакен/ГЛАС

### Справка

Актриса снялась более чем в 80 фильмах и телесериалах. Известна по ролям в фильмах «Экипаж», «Принцесса на бобах» и сериалах «Бригада», «Моя прекрасная няня». Кроме того, артистка озвучила героев в фильмах, среди которых «Матрица. Перегрузка», «Гарри Поттер и Орден Феникса», «Интерстеллар» и другие. Дата и место прощания на момент подготовки номера не были объявлены.

17 апреля 2015 года. Александра Назарова на открытии выставки, посвященной фронтовым театрам

сте с труппой, очень любила гастролы и именно с тех пор «заразилась» путешествиями. Хотя всегда признавалась, что жить хотела бы только в Москве.

А в столице актриса оказалась, потому что влюбилась в режиссуру Эфроса, увидев однажды его спектакль «Друг мой Колька». Александра поняла, что хочет работать только с этим режиссером. Она приехала к Эфросу из Питера, чтобы показаться, неожиданно понравилась ему, и на нее полетела заявка в ЛГИТМиК, где девушка тогда училась.

Проработала в Детском театре у Эфроса Назарова три года. Ну а уж потом был Театр имени Ермоловой, куда она пришла в 1965-м и прослужила на его сцене 54 года.

Сыграла Александра Ивановна десятки великолепных ролей и в кино. Но поистине звездной для нее неожиданно стала роль бабы Нади в сериале «Моя прекрасная няня». Хитровая бабушка с невероятной житейской смекалкой очень пришлась по душе российскому зрителю. Образ этот разительно отличается от американской «кальки», проданной нашему каналу и вышедшей на Западе, именно потому, что Назарова сумела привнести в него теплоту и юмор. А попала она в «Няню» из передачи «33 квадратных метра». Поначалу продюсеры думали, что в «Няне» Назарова будет занята день-два. Актриса добавила в действо столько энергии и заразительности, приправив все это импровизацией и юмором, что ей срочно дописали текст, и баба Надя «пошла» из серии в серию, из сезона в сезон. В жизни Александры Назаровой была трагедия личного характера. Она стала приемной матерью для маленькой дочери своего сына и воспитывала девочку как собственного ребенка. Светлая вам память, Александра Ивановна. Нам будет вас не хватать.

Елена Булова  
vecher@vm.ru

### Частности

На правах рекламы

#### Товары и услуги

**АКВАЧИСТКА КОВРОВ**  
стирка пледов, одежды,  
химчистка мягкой мебели,  
детских колясок и др.

доставка от 1500 руб. бесплатно

8 (499) 350-90-32  
8 (916) 21-777-05

ул. Новослободская, 26, стр. 1, www.kover777.ru

● 100% уничтожение клопов, таранов. Гарантия. Т. 8 (965) 386-47-09

#### Строительство и ремонт

**ОКНА РЕНАУ**  
от производителя  
БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ + ПОДАРОК  
ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ  
«под ключ»  
Вынос, шкафы, крыши, отделка  
Пенсионерам – скидки

8 (495) 649-97-67  
8 (499) 394-31-94  
www.lineokna.ru

СРОК АКЦИИ с 01 по 31 авг. 2019г. ПОДРОБНОСТИ ПО ТЕЛ.

● Циклевка пола. Т. 8 (985) 994-48-10

Завод «СтройБалконСервис»  
**ОКНА ПВХ**  
Балконов, поджий  
**ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ**  
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

www.balkona.ru  
Без выходных  
8(495)543-53-97  
8(495)961-39-25

ООО «ЕВРОСТИЛЬ»  
**ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ**

А1

♦ окна ПВХ  
♦ остекление балконов  
♦ все виды работ

подробности по телефонам  
ДОГОВОР, ГАРАНТИЯ, КАЧЕСТВО

(495) 940 75 60  
(495) 782 66 58

Размещение рекламы  
(499) 557-04-04  
доб. 132, 158

### Недвижимость

На правах рекламы

(495) 135-17-16 самолет  
девелопмент

**ПРИГОРОД ЛЕСНОЕ**

м. «Домодедовская»\*

**КВАРТИРЫ С ОТДЕЛКОЙ**

ОТ **2,3** МЛН. -

ЦЕНЫ ДЕЙСТВУЮТ С 1 ПО 31 АВГУСТА 2019 ГОДА. ПОДРОБНОСТИ И ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ PRIGOROD77.RU. ЗАСТРОЙЩИК ООО «ПРИГОРОД ЛЕСНОЕ». \*СТАНЦИЯ МЕТРО «ДОМОДЕДОВСКАЯ» - БЛИЖАЙШАЯ СТАНЦИЯ МЕТРО К РЕКЛАМИРУЕМОМУ ОБЪЕКТУ. ЦЕНЫ В РУБЛЯХ

### УЗНАЙТЕ ЗА СКОЛЬКО МОЖНО ПРОДАТЬ ВАШУ КВАРТИРУ!

Хотите продать или обменять квартиру, но не знаете, с чего начать? Узнайте за сколько можно продать Вашу квартиру. Специалисты АН «Кутузовский проспект» занимаются продажей и обменом квартир в Москве и Московской области с 1991 г. и готовы поделиться своим опытом по телефону +7 (499) 348-95-51. Звоните в АН «Кутузовский проспект», и Вы получите уникальную возможность узнать, как продать или обменять квартиру на самых выгодных условиях. Выбирайте квартиры в **НОВОСТРОЙКАХ** Москвы и Московской области от наших партнеров-застройщиков **БЕЗ НАЦЕНОК!**

28 лет на рынке! **КУТУЗОВСКИЙ ПР. ПРОСПЕКТ** АГЕНТСТВО

+7 (499) 348-95-51 www.kutuzov.ru

Телефон рекламной службы  
(499) 557-04-24 доб. 132, 123

Дом, строительство, ремонт

На правах рекламы

**СПАСЁМ ВАШ ДОМ!**  
www.spasemvashdom.ru  
СВИДЕТЕЛЬСТВО № СД-5002079654-08072010-0241-1

РЕКЛАМА

**РЕМОНТ ДЕРЕВЯННЫХ ДОМОВ ОТ ФУНДАМЕНТА ДО КРЫШИ**

+ ПЕРЕПЛАНИРОВКА, ДОСТРОЙКА И ПРИСТРОЙКА

**АСК «Починки»**

25 лет Опыт

(495) 589-77-23, (499) 391-29-58

**БРУСОВОЕ И КАРКАСНОЕ СТРОИТЕЛЬСТВО**

Инновация! Утепленный клееный брус

Русская сказка

Строим дом с первой попытки - без ошибок!!!

www.superbrus.ru

**ЗАВОД МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИЙ от 3400 Р**

**СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ**

ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА • РЕШЕТКИ  
СТАВНИ • КОЗЫРЬКИ • ОГРАДЫ

ОТДЕЛКА: порошковое напыление  
NEW! КРОКОДИЛ, винилискожа,  
ламинат, МДФ, шпон, филленка  
массив дуба, кованные изделия

ПРОТИВОПОЖАРНЫЕ ДВЕРИ

ЗАМЕР, доставка, установка — БЕСПЛАТНО

«КИТАЙСКИХ ДВЕРЕЙ НЕТ» СПЕЦУСЛОВИЯ ОПТОВИКАМ И ДИЛерам

8-495-792-29-89 • 8-495-960-52-72 • 24 ч

РЕКЛАМА

АКЦИЯ! задвижка + утеплитель в подарок

СКИДКИ

ГARANТИЯ 10 ЛЕТ

**НОВАЯ ЖИЗНЬ СТАРОГО ОКНА**  
шведская технология

устраним теплопотери на 90%

избавим от сквозняков шума и пыли за 1 день!

в подарок замена ручек!

без вых. с 9:00 до 21:00

КОМПАНИЯ «ОКОННЫЙ ДРУГ», OKON-DRUG.RU

8 (495) 642-41-60

РЕКЛАМА

ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ

**ДВЕРИ**

• МЕЖКОМНАТНЫЕ • СТАЛЬНЫЕ  
• ВХОДНЫЕ • ДЕРЕВЯННЫЕ

✂ ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА

БОЛЕЕ 500 МОДЕЛЕЙ  
от ПРОСТЫХ до ЭЛИТНЫХ

ВОЗМОЖНО ИЗГОТОВЛЕНИЕ ДВЕРЕЙ ПО ИНДИВИДУАЛЬНОМУ ПРОЕКТУ

Рассрочка 0% Ветеранам,  
новоселам, старшему поколению

ЗАМЕНА ЗАМКОВ

8 (495) 208-03-88

РЕКЛАМА

ВЫБИРАЙТЕ НАС! СВОЕ ПРОИЗВОДСТВО, СКЛАДЫ, ЗАЛЫ  
КАЧЕСТВЕННЫЕ, ЗАВОДСКИЕ, СОВРЕМЕННЫЕ ДВЕРИ

**ДВЕРИ**

ВХОДНЫЕ  
МЕЖКОМНАТНЫЕ  
ДЛЯ КУХНИ  
ВАННОЙ И ТУАЛЕТА

РАСПРОДАЖА  
по низким оптовым ценам  
более 1000 моделей

ВЫСТАВОЧНЫЕ ЗАЛЫ

ШКАФЫ-КУПЕ  
ОКНА ПВХ  
СКИДКА 15%\*

БЕСПЛАТНО:  
ЗАМЕР+ДОСТАВКА

www.zakaz-dverey.ru

Телефон: 8(495)  
151-10-03

м. ВДНХ, Ярославское ш., 19/1, 3эт. (из лифта налево)  
м. Щелковская, Щелковское ш., 100, 1эт. (т.ц Мир мебели)  
м. Домодедовская, ул. Генерала Белова, 35  
м. Молодежная, ул. Горбунова, 12/2, стр.22  
м. Сходненская, ул. Свободы, 29, цок.этаж  
м. Технопарк, пр-т Андропова, 8, цок.эт. № 87

РЕКЛАМА

**ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ**

**БАЛКОНОВ И ЛОДЖИЙ**

ОБШИВ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ,  
ВЫНОС, КРЫШИ, УТЕПЛЕНИЕ

ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА  
МОНТАЖ — 1 ДЕНЬ

ЖАЛЮЗИ В ПОДАРОК!

СКИДКИ ПЕНСИОНЕРАМ!

8 (495) 627-64-18

\* Подробности по телефону. Акция действует с 1 по 31 августа 2019 г.

РЕКЛАМА

**ЗАБОРЫ**

профнастил • штакетник  
поликарбонат • сетка

8 (495) 741-12-10

www.zabor-y-doma.ru

РЕКЛАМА

**СТРОИТЕЛЬСТВО**

**АКЦИЯ! при заказе работ СКИДКА с материалами и пенсионерам 15%**

Любые виды работ

• ДОМА • КОТТЕДЖИ • БАНИ • БЕСЕДКИ  
• ПРИСТРОЙКИ • ГАРАЖИ • МНОГОЕ ДРУГОЕ

• КРОВЛЯ • ФУНДАМЕНТЫ • ЗАБОРЫ  
• НАРУЖНАЯ И ВНУТРЕННЯЯ ОТДЕЛКА  
• БЛАГОУСТРОЙСТВО • ПРОЕКТ-РАБОТЫ

ПРИ ЗАКАЗЕ СТРОИТЕЛЬСТВА ДОМА + ОКНА В ПОДАРОК!

Звоните! тел. 8 (905) 147-76-47

Акция действует с 15/08/2019 по 14/09/2019. Подробно об организаторе акции, правилах ее проведения, скидках по тел.

РЕКЛАМА

**ЗаводЗаборов.ру**

**ТЕПЛИЦЫ** от 8100 Р

**ЗАБОРЫ** ЕВРОШТАКЕТНИК от 888 Р за м.п.

СКИДКИ ДО 50%

8(495)104-52-52

\* ПОДРОБНОСТИ О СКИДКАХ И АКЦИЯХ НА САЙТЕ И В ОФИСАХ ПРОДАЖ

РЕКЛАМА

## Частности

## Финансовые услуги

**ДЕНЬГИ**

помощь в получении  
в день обращения  
всем гражданам РФ

Спецпредложение пенсионерам

Без предоплат и поручителей

8 (915) 381-74-02

Посредник Пьянков А.Н.

**Деньги всем!** Помощь в получении. Быстро. Гарантировано. Надежно. С любой кредитной историей. В день обращения. Без предоплаты, без отказов. Спецпредложения и скидки пенсионерам! Работаем до результата. Посредник Морхова О. Д. Т. 8 (909) 654-28-21

## Недвижимость

- Срочно! куплю 1-2-комнатную квартиру. Елена. Т. 8 (495) 298-18-86
- Помогу продать. Т. 8 (495) 779-17-57

## Коллекционирование

**МосГорСкупка**  
ДОРОГО КУПИТ!

- ♦ Иконы. Статуэтки Будды.
- ♦ Янтарь, янтарные бусы.
- ♦ Статуэтки, фарфор.
- ♦ Серебро, бронзу, часы.
- ♦ Монеты, значки, книги.
- ♦ Картины, соцреализм.
- ♦ Старинную мебель.
- ♦ Любой антиквариат и мн. др.

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

- Покупаем все: картины, иконы, открытки, значки, марки, монеты, банкноты, статуэтки, бижутерию, часы, самовары, елочные игрушки, кинофотоаппаратуру, документы, акции, золото, серебро, бронзу, янтарь, кукол, солдатиков и др. Т. 8 (495) 641-67-21
- Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Т. 8 (495) 241-19-52
- Антиквариат, книги, открытки, архивы, фото, полки. Т. 8 (495) 585-40-56
- Купим книги. Т. 8 (495) 721-41-46

## Авто, запчасти

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

## Работа и образование

**КОНТРОЛЕРЫ ТОРГОВОГО ЗАЛА**

ТРЕБУЮТСЯ ДЛЯ РАБОТЫ  
В УНИВЕРСАМАХ

З/П 30.000 БЕЗ ЗАДЕРЖЕК  
АВАНСЫ, ПРОЖИВАНИЕ  
ПРЯМОЙ РАБОТОДАТЕЛЬ

8 (926) 781-43-46  
8 (925) 187-71-61

## Туризм и отдых

**Тверькурорт**

УВАЖАЕМЫЕ ПЕНСИОНЕРЫ!

Только для Вас действуют  
льготные цены на путевки  
в санатории Тверской области:

«КАРАЧАРОВО»,  
«КАШИН», «МИТИНО»

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

На правах рекламы

# Берег турецкий не нужен

## Туристы выбирают Золотое кольцо и Серебряное ожерелье

■ Сезон летних отпусков подходит к концу. В этом году многим туристам пришлось корректировать свои привычные маршруты и искать новые варианты. Эксперты рассказали «Вечерке» о самых популярных в этом году направлениях.

Советник главы Ростуризма по транспорту, глава транспортно-комитета Ассоциации туроператоров России (АТОР) Дмитрий Горин рассказал о том, что тренд этого сезона — короткие поездки внутри «домашнего» региона, а если говорить о зарубежных поездках, то граждане их планируют заранее, чтобы получить скидку.

— В этом году традиционно два самых популярных направления — это южные курорты нашей страны и Турция. Также граждане выбирают Грецию, Болгарию, Испанию, Тунис, Кипр, Италию. В Турцию россияне предпочитают ехать по системе «все включено», — сказал Горин.

А если говорить об экскурсионно-познавательном туризме, то в лидерах Санкт-Петербург. Тем не менее география направлений расширяется, и люди выбирают не только Золотое кольцо. Например, набирает популярность такое направление, как Серебряное ожерелье (культурно-познавательный туристический проект, куда входят северные

**Система «все включено» не теряет популярности у отдыхающих**

регионы страны. — «МВ»), отдыхающим интересны русские усадьбы, гастрономические туры. Люди стали больше изучать местность вокруг своих городов и часто выбирают поездку на два-три дня. Для москвичей это классические направления: Суздаль, Ярославль, Тула, Коломна и другие.

Иван Зубков  
vecher@vm.ru



4 июля 2019 года. Москвичи с удовольствием отдыхают на пляжах Крыма на берегу Черного моря

Сергей Мамырко / Тасс

### Прямая речь

**Владимир Канторович**  
Первый вице-президент Ассоциации туроператоров России

Этим летом по понятным причинам резко снизился туристический поток в Грузию. Наши соотечественники нашли замену этому направлению — они с удовольствием приезжают на отдых в Болгарию. Также, конечно, часть «грузинского» потока приняла и Турция.

### Деньги

## Почем отпуск для народа

■ Экономисты изучили финансовые операции россиян в туристических странах. Платежи пользователей пластиковых карт учитывались за период с мая по август 2019 года.

Оказалось, одними из самых дорогих стран для российских туристов являются Франция и Греция. Больше всего на экскурсии и такси тратятся нашими соотечественниками в Греции, на оплату отельных номеров — во Франции. На транспорт в этих двух странах наибольшие расходы (аренда автомобиля в Греции стоила почти 19 тысяч рублей, во Франции — почти 18 тысяч). Номера в отелях обходились дороже всего опять же во Франции (7483 руб ля) и еще одной европейской стране — Италии (6577 рублей). Подсчитали и расходы на кафе и рестораны. — В ресторанах их самые впечатляющие средние



По подсчетам экспертов, Франция стала одной из самых дорогих для российских туристов стран

чеки были во Франции (2013 рублей) и Таиланде (1851 рубль). На заказы в кафе туристы потратили больше всего в Италии (в среднем по 811 рублей), меньше всего — в Турции (410 руб лей) и Грузии (259 руб лей), — заявил представитель одной из платежных систем.

За шоу для туристов и музеи больше всего денег российские граждане отдавали в Таиланде (более 20 тысяч рублей). В Турции и Грузии культурная программа обходится россиянам в сумму меньше тысячи рублей.

Юлия Захарова  
vecher@vm.ru

### Частности

#### Юридические услуги

ООО «ГОРОДСКОЙ ДЕПАРТАМЕНТ ЗАЩИТЫ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА»  
**БЕСПЛАТНО**  
КОНСУЛЬТАЦИЯ  
ЮРИДИЧЕСКАЯ  
Возврат вкладов  
Мошенничество  
Взыскание долга  
Жилищные и земельные споры  
Расторжение кредитного договора  
8(495) 205-14-54

**БЕСПЛАТНАЯ**  
юридическая поддержка  
граждан г. Москвы  
КОНСУЛЬТАЦИЯ  
ДЕЖУРНОГО  
ЮРИСТА  
ЕСТЬ ВОПРОСЫ? ЗВОНИТЕ!  
БУДЕМ РАЗБИРАТЬСЯ.  
8 (495) 136-76-26  
ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ!

Социальный юридический центр.  
Правовая помощь населению  
Москвы и МО. Бесплатная кон-  
сультация. Ведущие юристы  
и адвокаты. Опыт работы более  
20 лет! Льготы пенсионерам, ве-  
теранам, инвалидам! Поможем!  
Звоните! Т. 8 (495) 205-92-69

● **Московская социальная** юри-  
дическая служба. Бесплатные консуль-  
тации. Составление исков. Участие  
в судах. Все споры, в т. ч. поможем  
вернуть или расслужить квартиру,  
выписать из квартиры. Наследство.  
Семейные споры. Банкротство физлиц.  
Т. 8 (499) 409-91-42  
● Возврат кв.-р. Т. 8 (495) 210-25-63

#### Магия, гадания

Через газету благодаря ясновидящую  
**бабушку Аню** Дар от бога!  
Многих я прошла, но ре-  
ально только она помогла:  
муж бросил пить, сестра  
родила долгожданного  
ребёнка, сын нашёл рабо-  
ту. Хорошо гадает, пред-  
сказывает, воздействует  
на поведение человека  
на расстоянии и лично.  
Консультация бесплатно.  
Не опускайте руки:  
ДОРОГУ ОСИЛИТ ИДУЩИЙ!  
8(968)946-78-64

**МАГ-ПРОФЕССИОНАЛ**  
**Илья Н. ГЕРМАН**  
● Инволютированный приворот особой  
силы за 1 день.  
● Полный развал отношений с со-  
перниками навсегда.  
● Абсолютная защита от воздействий  
врагов.  
● Решение нестандартных проблем.  
ЧЕСТНО. НАДЕЖНО. ОПЫТ 25 ЛЕТ. РЕЗУЛЬТАТ ВСЕГДА.  
8 (495) 743-96-04  
www.factorlive.ru

На правах рекламы

**Софья Михайловна** (г. Кольчуги-  
но, Владимирская обл.). Принимаю  
в Москве. Сохранение семьи, по-  
мощь близким и детям. Охранение  
от колдовства. Работа со сложными  
случаями. При себе иметь бутылку  
воды и яйцо. Т. 8 (495) 508-15-71

● Гадаю. Вопрос бесплатно. Лично  
и по фото. Медиум! Т. 8 (925) 676-21-20

#### Медицинские услуги

**МЦ «АлкоСпас»**  
Москва и Московская область  
Лицензия № ЛО-77-01-010680  
ООО «АлкоСпас»  
**НАРКОЛОГ**  
НА ДОМ 24 ЧАСА  
8-495-171-02-14  
Бесплатная консультация  
Анонимная помощь специалиста при  
АЛКОГОЛЬНЫХ и НАРКОТИЧЕСКИХ  
ЗАВИСИМОСТЯХ, ПОХМЕЛЬЕ и ЗАПОЯХ.  
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ  
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

#### Размещение рекламы

**(499)**  
**557-04-04**  
доб. 132, 158

НАБЛЮДЕНИЕ

**Ксения Ефимкова**  
Обозреватель



**Ешь, беги, работай**

Так уж устроена жизнь тех, кто работает в мегаполисе: есть на бегу — кофе, гамбургер, сладкий и сытный батончик, круассан.

Мы, увы, не умеем наслаждаться едой и утром, как, скажем, французы. По утрам их чаще всего можно встретить за столиком уютного кафе: с чашечкой ароматного кофе и свежей выпечкой. Кто-то скажет, ага, мол, посмотри на погоду. Это ведь ужас, а не лето.

А я вам скажу, что нет, дело вовсе не в погоде, а в привычке, которая, разумеется, формируется и ритмом жизни, и мироощущением в том числе. Не скажу, что

это делает нас хуже, нет. Я и сама пью кофе в дороге — так быстрее. И это, пожалуй, ключевое слово. Вроде как убиваешь сразу двух зайцев.

Скорее, мне нас жаль, что ли. Ну вот, нет у нас возможности и времени, чтобы устроиться утром



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

в кафе, начать непринужденную беседу и за чашечкой капучино улыбнуться наступающему дню. Картинка идиллическая, согласна,

но очень притягательная. До такой степени, что хочется все-таки воплотить ее в жизнь. Чего и вам желаю, начнем, как полагается, с понедельника...

Ответы на сканворд

**По горизонтали:** Вода, Вера, Стажер, Карпов, Блок, Жанр, Дух, Оссент, Соус, Рынок, Окна, Пот. Пресня, Курсы, Оптимум, Союз, Вадт, Тату, Пестро, Кавачок, Курен, Кира, Лора. По вертикали: Снег, Рысь, Вуа-вова, Купе, Абрикос, Рале, Рынок, Сычева, Лодка. Кость, Фин, Вираж, Капитал, Аудио, Маю, Сектор, Акварель, Мука.

Сканворд

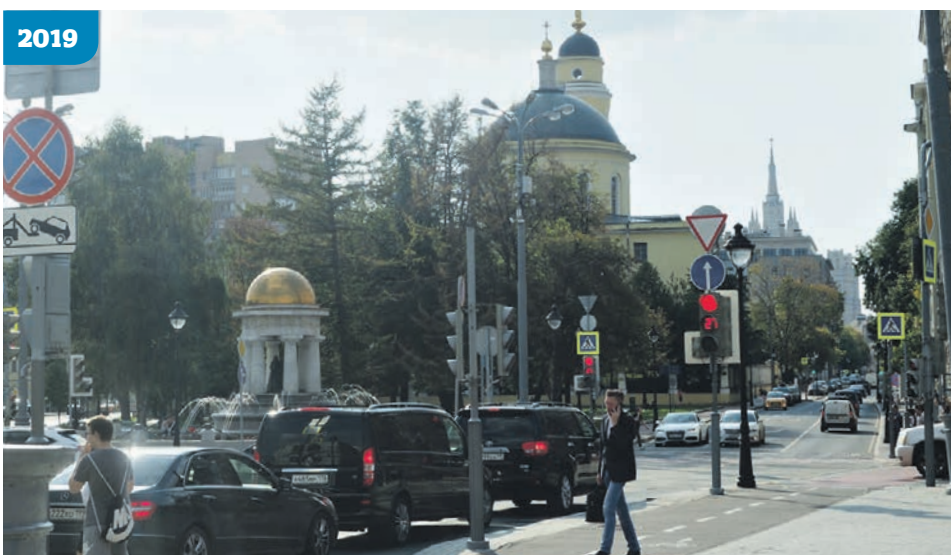
Составил Олег Васильев / vecher@vm.ru

ЧТО «ПОКАЗЫВАЛО ВРЕМЯ» В КЛЕПСИДРЕ?						ЧТО ПОДДЕРЖИВАЕТ БЛАГОЧЕСТИЕ?				
«В ДУШЕ ВСЕГДА ОСТАЕТСЯ ... ОТ ЛЮБВИ»	РЫБКА ИЗ АКВАРИУМА	СЫРЬЕ ДЛЯ УРЮКА				ДЕТАЛЬ ПОВОРОТНОЧНИКА	ПОВОРОТ ГОНЧИКА		ЛЮБИМАЯ КРАСКА СЕРГЕЯ АНДРИЯКИ	
КТО ПОВЕРЯЕТ ТЕОРИЮ ПРАКТИКОЙ?		ИСТРЕБИТЕЛЬ КУЛИНАРНЫХ ШЕДЕВРОВ				СЕРИАЛ С ВЛАДИСЛАВОМ КОТЛЯРСКИМ		СПОНСОР МЮНХЕНСКОЙ «БАВАРИИ»		
		МИХАИЛ ЖВАНЕЦКИЙ ИЛИ БОРИС БУРДА						В КАКИХ РАМКАХ ЗАНИМАЮТСЯ ТВОРЧЕСТВОМ?		КАКИМ ГЛАДИАТОРОМ ВЫСТУПАЛ КОММ?
«... КРЕПОК, НО ПЛОТЬ СЛАБА»	ЭДВАРД, РАСКРЫВШИЙ СЕКРЕТЫ ЦРУ		КАПУСТНОЕ РАСТЕНИЕ НА ПОЛУЧЕНИЕ БИОДИЗЕЛЯ		СМОТРИТЕ ФОТО		ЧТО МОЖЕТ УТЕКАТЬ ЗА ГРАНИЦУ?			
ПРЯНЫЙ			ИЗВИЛИСТОЕ			ЭЛЕКТРОННАЯ СХЕМА				
ХИЩНИЦА С ИМЕННЫМ СОЗВЕДИЕМ	КУДА ПАССАЖИРЫ ПОЕЗДА ВСЕЛЯЮТСЯ?		ПЕВЕЦ, СЫГРАННЫЙ КУРТОМ РАССЕЛОМ		СПОРТИВНАЯ ИМПЕРИЯ	КАК ПРОГУЛОЧНАЯ, ТАК И ПОДВОДНАЯ		ПОСЛЕДНИЙ ФИЛЬМ ПАТРИКА СУЭЙЗИ	ЛАТИНОС С ЭРОТИЧЕСКИМ ОТТЕНКОМ	СТРАДАНИЕ СРЕДИ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ
	ЖЕРТВА КЛЯПА	ШРИФТ ПОД ГРАДУСОМ				ЛУЧШИЕ УСЛОВИЯ				
			КОЛЛЕГА АЛЕКСАНДРА ГОРОДНИЦКОГО				КАКОЙ РИСУНОК ТЕЛЕСНО УКРАШАЕТ?			
	ЧТО ТАКОЕ АРТЕРИЯ?	СОУС С БАЗИЛИКОМ				ЦУКИНИ С БОТАНИЧЕСКОЙ ТОЧКИ ЗРЕНИЯ				
ПРОДОЛЬНЫЙ ...			НЕ ТОЛЬКО МУРАТОВА, НО И ПРОШУТИНСКАЯ				ПАЛМЕР ИЗ СЕРИАЛА «ТВИН ПИКС»			



**Фотоархив** **Сильно ли изменилась Москва за 20 лет? А какой она была 50, 70 лет назад? В этой рубрике специальный корреспондент «Вечерки», фотограф Сергей Шахиджаниян, предлагает сравнить архивные и современные снимки столицы.**

**Ул. Большая Никитская, 32**



На этом фото, сделанном Константином Константиновичем Доррендорфом приблизительно в 1971 году, снос старинного дома на площади Никитских Ворот. Константин Доррендорф родился в 1938 году в Москве. Первые шаги в фотографии сделал под руководством своего отца, страстного фотографа. Много снимая Москву, Доррендорф никогда не стремился запечатлеть архитектурные памятники как таковые, наоборот, церкви и жилье для него существуют

в нерасторжимом единстве с людьми, вписанные в пейзаж. Сегодня москвичка Анна Антипина в одной из социальных групп часто публикует фотографии Доррендорфа. Сила этих снимков в том, что они не были сделаны по заказу, фотографии пытались запечатлеть уходящую натуру. «Этот красивый дом был снесен в 1971 году — когда готовились к приезду Никсона. По Москве даже ходили анекдоты «что Никсон сносит пол-Москвы». Сейчас на месте старого дома —

фонтан и памятник Пушкину и Гончаровой. В 1999 году, когда отмечалось 200-летие со дня рождения великого поэта, в сквере на площади Никитских Ворот и был открыт фонтан-ротонда «Натали и Александр». Памятник установлен недалеко от храма Вознесения Господня, где происходило венчание поэта с Натальей Гончаровой в марте 1831 года. Проект фонтана разработан архитекторами М. А. Беловым и М. А. Харитоновым.