

# НАДОИ РАСТУТ, ПОТРЕБЛЕНИЕ МОЛОКА ПАДАЕТ. ПОЧЕМУ?

**TV**  
программа  
12 - 18 июня

**Мир**  
www.mirnov.ru

# НОВОСТЕЙ

7 июня 2023 г. №24(1537)

**Дмитрий Колдун:**  
«Ничего бы не стал менять...»

ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА Д. КОЛДУНА

# «Миру новостей» - 30 лет



ФОТО Н. ПАНТЕЛЕЕВА

**Малоимущим подкинут копейчку**

ADOBЕ STOCK

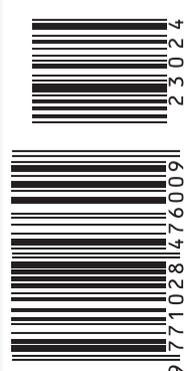
**Закупка вакцины на 21,5 млрд евро - величайшая афера ЕС**

**Штраф за предательство**

ADOBЕ STOCK

**Лечим яйцами ожирение**

ADOBЕ STOCK



## Дети на «витрине»

**М**инцифры объявило, что собирается выставить на всеобщее обозрение некую «витрину данных» школьников. При этом у всех регионов РФ потребовали создать к 1 июля 2023 года соответствующие базы данных, куда должны вйти и цифровое портфолио школьника, и некий реестр всех участников его образовательных отношений. К 30 июня планируется наладить передачу данных в режиме онлайн. При этом без спроса и разрешения родителей школьников! Минцифры лишь просит назначить ответственного за создание таких «витрин» в каждом регионе - не ниже уровня замминистра.

Вот здесь и хочется задать прямой вопрос: а по какому праву?! По какому праву ведомство, которым рулит некий Максуд Шадаев, влезает нагло, с ногами в зону полномочий Министерства просвещения?

В экспертном сообществе и в некоторых СМИ задают по этому поводу совершенно естественные вопросы, а именно: как социолог по образованию взлетел до должности министра цифрового развития, что он понимает в этом цифровом развитии?

Первой его инициативой на должности министра «цифры», озвученной на заседании Госсовета, было предоставление оперативникам доступа к данным о гражданах в режиме онлайн без решения суда. То есть незаконно.

Социолог стал конструктором биометрических паспортов, потом утвержден главой Минцифры. Шадаев презентует цифровые системы слежения за гражданами. Придумывает некие электронные паспорта, которые обернутся большими рисками для общества. Год назад просил разрешить его ведомству ограничивать и полностью блокировать любые сети и средства связи во время ЧС. То есть де-факто получить полномочия спецслужб! И вот теперь ему нужна база персональных данных во всех школьниках. То есть на все кадровое будущее России.

Но власти сквозь пальцы смотрят на незаконные манипуляции Шадаева. Эксперты уже не раз предупреждали, что сегодня государство выполняет не функции, а оказывает услуги: образовательные, медицинские, социальные... Как утверждает доктор исторических наук Ольга Четверикова, в результате исчезает необходимость в посредниках, то есть в учителях, юристах и даже в чиновниках!

Четверикова рассказала, что в 2018 году ВШЭ и Центр стратегических разработок подготовили документ «Государство как платформа». В нем подробно прописано, как будет фактически ликвидироваться государственное управление и как вместо него будет создаваться цифровая платформа. Но кто будет в этом случае управлять государством? Ответ очевиден: владельцы цифровой платформы, глобальные IT-компании. Фантастика или безумие? Ну при цифровой мании величия все возможно.

И детей выставят на «витрину». И шадаевы заменят собой правительство.

*Лаврентий Павлов*

**\$36**  
млрд  
**ЦИФРА НОМЕРА**

**вывели за год ушедшие из России иностранные компании.** Такие данные привел начальник аналитического управления Банка корпоративного финансирования (БКФ) Максим Осадчий, проанализировавший статистику ЦБ РФ. Согласно этим данным, с марта 2022-го по март 2023-го покинувшие российский рынок фирмы совершили примерно 200 сделок по продаже своих активов. Но только каждая пятая из них была на сумму свыше 100 млн долларов.

## Куда потекут молочные реки?

**В** 2022 году среди рекордов аграриев состоялся и рекорд молочный. Труженики села надоили на миллион тонн молока больше, чем годом ранее. Но этот трудовой подвиг мало кому принес радость.

При рекордном миллионе тонн 2022-го цены на молокопродукты у нас не снизились. Зато склады и хранилища переполнены: по сообщениям информагентств, складские запасы сухого молока составляют 240%, а по сырам они превышают 64%. Чиновники от сельского хозяйства словно бы с Луны прилетели, подсказывают гнать излишки продуктов на экспорт. Как будто их там ждут с распростертыми объятиями господ, устроившие России санкции.

А статистика уверяет, что внутреннее потребление молока и молокопродуктов в РФ снизилось на 200-250 тысяч тонн. Не по карману населению молочка. Вот тебе и трудовые рекорды. Хозяйства, производящие молоко, оказались на грани банкротства. И продвинутые специалисты сейчас ломают головы в поисках выхода из этого тупика.

«Сегодня даже крупные предприятия вынуждены прибегнуть к сокращению производства», - отметил на заседании аграрного комитета Госдумы генеральный директор Национального союза производителей молока Артем Белов. По его данным, молочные предприятия вынуждены сейчас работать на грани рентабельности. Всем стало ясно, что цены для по-



купателей нужно снижать - чтобы объемы продаж выросли. Однако это «не в традиции» наших сетей.

Что касается фермерских и личных подсобных хозяйств, то ситуация там еще более сложная. «Если не принять срочных мер, то разорившиеся фермеры будут выливать молоко на землю, а коров отправлять на скотобойню», - уверяют эксперты.

Глава Комитета Госдумы по аграрным вопросам Владимир Кашин обратил внимание, что сегодня среднестатистическое потребление молока и молочных продуктов почти на треть (около 100 кг ежегодно) отстает от предписанной медицинской нормы. «Это здоровье нации», -

подчеркнул он и добавил, что надо принять все меры, чтобы сделать молоко доступным для населения.

Интересный, казалось бы, выход нашли производители, предложив ввести молочные талоны для малоимущих, военных и школьников. Фактически это прямое приглашение государства к решению проблемы. В итоге и потребление вырастет, и склады разгрузятся. Однако в правительстве не любят иметь дело с талонами. Сколько уже было подобных инициатив в интересах малоимущих - ни одну власти не поддержали. И неизвестно, куда потекут молочные реки: гражданам или на землю?

*Павел Максимов*

**Н**есмотря на острую дискуссию вокруг сохранности иконы «Троица», ее все-таки выставили в московском храме Христа Спасителя. Верующие смогут подойти к реликвии с 3 по 18 июня.

Большинство специалистов сомневается в необходимости этого шага.

Представители РПЦ считают, что икона должна присутствовать при богослужениях в главных храмах, поскольку времена нынче смутные, а Троица на Руси всегда была символом единения и радости, то есть того, чего нашим гражданам так сегодня не хватает.

Однако специалисты, тщательно наблюдающие за состоянием шедевра, которому пять

## Страсти по «Троице»

веков, утверждают, что переезд из Третьяковки может его убить. Любое изменение климатического режима негативно отражается на состоянии иконы. Манипуляции при погрузке-разгрузке тоже очень вредят, как и тряска при перевозке.

Именно поэтому ученые из Комиссии по культуре Древней и средневековой Руси Научного совета РАН обратились с открытым письмом к министру культуры России Ольге Любимовой. Они потребовали «сделать все возможное, чтобы предотвратить разрушение величайшего памятника русской и мировой культуры».

Последовавшая острая дискуссия показала, что сегодня мы не готовы свободно разъезжать по городам, весям и храмам с шедеврами такого уровня. На одном из круглых столов представители РПЦ самонадеянно поинтересовались, какой уровень вибрации по дороге от Москвы до Сергиева Посада допустим для «Троицы», «а мы, мол, все сделаем». И получили ответ специалистов по культурному наследию: «А мы не знаем, какой уровень допустим. Кто такие исследования проводил? Это огромная работа. А что будет выступать макетом «Троицы»? В реальности мы

уже поставили на «Троице» некий эксперимент».

Результаты эксперимента известны: после того как, вопреки предупреждениям ученых, в июле 2022-го икону по настоянию администрации президента перевезли из Третьяковки в Троице-Сергиеву лавру на празднование 600-летия обретения мощей святителя Сергия Радонежского, на вернувшейся в Москву иконе нашли 61 существенное изменение, которые нуждались в срочной консервации.

Будем надеяться, что нынешний переезд иконы скажется на ее состоянии менее травматично и уже 19 июня она возвратится в Третьяковку, где ее ожидает кропотливый процесс реставрации.

*Алексей Воробьев*



Главный редактор  
«Мира новостей»  
Николай Кружилин

# 30 лет

## на читательском небосклоне

1 июня 1993 года в типографию был сдан №1 еженедельника «Мир новостей». С тех пор произошло много событий и в жизни страны, и в стенах редакции, но издание оставалось верным своему принципу, заложенному три десятилетия назад, - предоставлять читателям самые интересные и важные новости и честно рассказывать о событиях в России и мире.

Рассказывая об истории создания газеты, главный редактор «Мира новостей» Николай Кружилин, отметил: «После революции 1917 года при мощной господдержке были созданы десятки газет. Многие выходят и сейчас, хотя не все удержались на плаву, даже имея дотационную поддержку государства. Мы же после революции 1991-го задумали амбициозный проект, рассчитывая только на свои силы. Тот факт, что через несколько лет мы могли похвастаться тиражом в 1 миллион экземпляров, говорил о том, что мы на верном пути и можем творить собственную историю без оглядки на чье-то стороннее мнение. Да, из-за экономических потрясений в мире и России тиражи снизились, но это не отменяет того факта, что мы по-прежнему независимы, а правда и честность, которые являются неотъемлемой частью нашей редакционной политики, позволяют нам оставаться на плаву даже в это непростое время».

Для «Мира новостей» 30 лет - знаменательная веха. С момента своего первого выхода в свет газета претерпела замечательную трансформацию, проделав путь от монохромной газеты до яркого многостраничного издания с онлайн-версией и Telegram-каналом, от коллектива в несколько человек до крупного Издательского дома, который сегодня может похвастаться 27 тематическими изданиями, рассчитанными на самую разнообразную читательскую аудиторию.

Юбилейная дата не осталась незамеченной. Добрые пожелания мы получили от депутатов Госдумы. «Умение отражать действительность умно, взвешенно и интересно - на это способны только настоящие профессионалы. «Мир новостей» уже четвертый десяток лет подтверждает этот высокий уровень», - написал лидер партии «Справедливая Россия» Сергей Миронов. Поже-

лал нашей редакции «дальнейшего развития и поддержания планки профессионализма на высоком уровне» председатель ЦК КПРФ Геннадий Зюганов.

С юбилеем поздравил газету и председатель Комитета Госдумы по труду, социальной политике и делам ветеранов, член фракции ЛДПР Ярослав Нилов. Он пожелал нашему изданию долголетия и новых творческих побед. Один из наших постоянных спикеров, экономист, депутат Госдумы Михаил Делягин отметил, что наша газета остается «ярким и высокопрофессиональным маяком, не просто освещающим бушующее море нашей жизни, но и вселяющим в читателей надежду и веру в свои силы, помогает избежать опасностей и увидеть открывающиеся возможности. Я счастлив и горд выпавшей мне удачей сотрудничать с «Миром новостей» и

средств массовой информации и рекламы Юлия Казакова, а ее коллега по департаменту гендиректор «Мосгорпечати» Екатерина Капустина отметила, что в столице 1600 газетных киосков и в каждом из них есть и «Мир новостей», и его приложения.



Председатель  
Союза журналистов России  
Владимир Соловьев

Не остались в стороне коллеги по цеху. Председатель Союза журналистов России Владимир Соловьев назвал газету флагом российской печатной прессы. Он высоко оценил «МН» за его авторитет, доверие и любовь читателей. От Первого канала и от себя лично поздравил газету советник гендиректора Первого канала Александр Ильин, пожелав коллективу редакции творческих побед, неиссякаемой энергии и продолжительного диалога с читателями. Валерий Рузин, президент Евразийской академии телевидения и радио, назвал «Мир новостей» феноменом популярной и яркой журналистики. Пожелала нам больших высот генеральный директор группы компаний Music Box Russia Наталья Палинова.

Приятно было получить поздравления от нашего стратегического партнера - компании Shkulev Media Holding. Роста тиражей, увеличения числа подписчиков, новых интересных проектов пожелали нам наши друзья.



Президент СПСИ ГИПП  
Алексей Иванов

Не остались в стороне крупные дистрибьюторы «Антарес», «Кардес» и «Сейлс». Творческого долголетия и процветания, взаимовыгодного сотрудничества пожелали они нашему Издательскому дому.

«Три десятилетия ваше издание уверенно удерживает лидирующие позиции на рынке печатных СМИ России, - выступил президент СПСИ ГИПП Алексей Иванов. - «Мир новостей» многие годы является членом Союза предприятий печатной индустрии, и мы благодарны руководству издания за активное участие в общественной жизни отрасли, за поддержку нашего Союза и вклад в защиту интересов печатных СМИ. Спасибо, что несете печатное слово в жизнь. Вместе мы сила!» «Мир новостей» гордится крепкой дружбой с многочисленными общественными и государственными организациями. Особенно приятно было услышать теплые слова от предпринимателя, председателя благотворительного фонда «Участие» и Фонда поддержки вдов Героев Советского Союза, Героев России и вдов полных кавалеров ордена Славы, почетного полярника РФ Сергея Михайлова: «Вот уже 25 лет, как я знаком с газетой «Мир новостей», ее главным редактором Николаем Кружилиным и гендиректором Издательского дома «Мир Новостей» Андреем Авдониным. Своих друзей и руководителей прекрасного еженедельника я уважаю за то, что в мире, который, к сожалению, бывает полон черной лжи,

главным для них есть и остается объективность. Это одно из самых ценных качеств не только людей, о которых я говорю, но и газеты, которую они делают уже 30 лет».

Эти же качества в своих поздравлениях упомянули доктор медицинских наук, профессор, член-корреспондент РАН, директор НИИ вакцин и сывороток им. Мечникова Оксана Свитич и научный руководи-



Председатель  
благотворительного  
фонда «Участие»  
Сергей Михайлов

тель этого института академик Виталий Зверев, неоднократно выступавшие на страницах «Мира новостей». Ученые отметили, что наша газета - одно из немногих изданий, которое сохранило холодную голову, не поддавшись истерике, вызванной коронавирусом, и публиковало по этой теме объективную информацию.

Также поздравил нас Клуб Героев Советского Союза, Героев РФ и полных кавалеров ордена Славы г. Москвы и Московской области. «Ваша газета, - написал председатель Клуба Героев Герой Российской Федерации Владимир Шаманов, - уважаемый источник информации, принципиально и объективно освещающий события и пользующийся заслуженным авторитетом у читателей».

А самое необычное поздравление прислал «Миру новостей» поэт-песенник, народный артист России Илья Резник. 1 июня, когда мы отмечали 30 лет со дня выхода в свет первого номера газеты, он, выступая на концерте, посвященном Дню защиты детей, вместе с детским хором спел для нас песню и добавил: «Спасибо тебе за все, добрый, дорогой мой «Мир новостей»! Всем сотрудникам любимого мной еженедельника - самого долгого вдохновенного творчества!»

Признание наших скромных успехов и теплые пожелания друзей, коллег, чиновников, депутатов и артистов мотивируют, вдохновляют и заряжают на дальнейшее продолжение начатого в 1993 году печатного проекта. Верим, что следующие главы нашего издательского путешествия, как и раньше, будут наполнены успехом, а мы сохраним приверженность простым, но важным принципам, заложенным три десятилетия назад.

Подготовила  
Елена Хакимова,  
фото Н. Пантелеева



Академик Виталий Зверев  
и член-корреспондент РАН Оксана Свитич

## На выборах в Турции победила Россия

**Специальная военная операция превратила вопрос об отношении к России в один из главных пунктов избирательных программ на президентских выборах в Турции, что и привело к поражению главного конкурента Эрдогана.**

Запад сделал все возможное для свержения объявленного «ненадежным» Эрдогана, кандидат от оппозиционной коалиции был вынужден следовать указанным ему хозяевами из Брюсселя, Лондона и Вашингтона антироссийским установкам. Многие турецкие избиратели, услышав выступления оппозиционеров, пошли голосовать не столько за Эрдогана, сколько за Россию. Часть из них ассоциирует себя с восточным мусульманским миром, который отказался войти в антироссийскую группу стран и, более того, налаживает связи с Москвой. Турки открыто заявляют приезжающим в страну российским туристам, что поддерживают Путина.

В этой стране постепенно возникла обширная пророссийская прослойка населения. Это и русскоязычные переселенцы из бывшего СССР, не забывающие о своей родине, и турки, вовлеченные в бизнес с российскими партнерами. Наряду с параллельной торговлей развивается никак не учитываемый сектор «народной торговли» - вновь в дело вступили множество неумомимых челноков, которые везут в Россию по пять огромных чемоданов, набитых турецкими репликами известных брендов и просто качественной одеждой местного производства. Набирают темпы производства пошивочные фабрики в Стамбуле и Измире. На вещевых рынках нашей необъятной страны продукция из Турции стала теснить менее качественную из Китая.

Причем в каждом российском городе и даже в сибирской глубинке появились предприниматели, занявшиеся бизнесом с турецкими партнерами. Этому способствует взрывной рост числа авиарейсов в Турцию, где специально создаются новые авиакомпании. Чартеры набиты не только туристами, но и челноками, которых очень ждут турки. А есть еще и сверхразвитая гостиничная индустрия Турции, без русских она потерпит крах.

Народная дипломатия переиграла хитроумных манипуляторов из британского МИДа и внешней разведки. Прежде всего нас поддержали простые люди, живущие нелегко, от зарплаты до зарплаты. На небольших рынках, развернутых возле отелей, все торговцы обучились необходимому им набору русских слов. По-русски, как бы само собой, заговорили водители автобусов. На Западе не хотят признать, что своей агрессией на Украине сделали российского президента героем для турок, арабов да и всего мирового Юга.

**Во время пандемии COVID-19 Евросоюз закупил у американской компании Pfizer вакцины против коронавируса на 21,5 млрд евро.**

Сегодня закупленные препараты не находят применения из-за их короткого срока хранения, а также мутировавших штаммов вируса. Но ЕС вынужден продолжать закупать неэффективную вакцину - таковы условия сделки. Кому была выгодна эта сделка, кто подозревается в махинациях с препаратами от COVID-19?

Сегодня назревает очередной акт этого скандала, связанный с текстовыми посланиями, которыми обменивались председатель Европейской комиссии Урсула фон дер Ляйен и глава американского фармгиганта, исполнительный директор Pfizer Альберт Бурла в апреле 2021 года по поводу приобретения Брюсселем 1,1 млрд доз вакцины. По контракту Еврокомиссия обязалась продолжить в 2023 году покупку сотен миллионов доз вакцины.

Брюссельские СМИ безуспешно запрашивали у комиссии доступ к документам о переговорах фон дер Ляйен и Бурлы. Без объяснений отказано даже финансовому контролю Евросоюза. У многих возникает ощущение, что в кабинетах европейского правительства засела сплю-

## Закупка вакцины - величайшая афера ЕС



Урсулу фон дер Ляйен подозревают в мошенничествах с вакцинами

ченная кучка коррупционеров. Изворотливая Урсула и ранее подозревалась во взяточничестве, когда проворачивала сомнительные сделки на посту министра обороны Германии. Ее спасла переброска на работу в Брюссель.

Сумма вероятного отката за контракт с Pfizer должна быть ошеломительной. «Урсула закупила столько вакцины, которой хватало на то, чтобы трижды вакцинировать все взрослое население ЕС», - пишет издание Politico. Стоимость сделки достигла 21,5 млрд евро.

Сегодня вакцинация почти прекращена, но ЕС все еще связан контрактом и обязан продолжать закупать большие партии вакцины на миллиарды евро. В 2022 году Брюссель оплатил покупку 650 млн доз, а в нынешнем ему выставлен счет на 450 млн. Даже если от ко-

вида не останется и следа, Европа вынуждена будет покупать вакцину. Но американский препарат не выдерживает длительного хранения, поэтому поставленные партии вскоре отправляются на помойку. В Германии в январе сообщалось о необходимости избавиться от 36,6 млн доз, ставших ненужными. В Австрии не нашли сбыта 17,5 млн доз, они уже не спасают от мутировавших вариантов ковида.

Возник вопрос: почему Еврокомиссия при поддержке правительств ведущих стран Европы подписала фантастически убыточный контракт, чтобы осчастливить Pfizer и его могущественных акционеров? Ведь уже в апреле 2021 года было ясно, что штамм начал ускоренно видоизменяться и существующая вакцина не справляется с новыми формами ковида. Не было про-

ведено никакой здоровой оценки ситуации. Сейчас группа европейских стран требует пересмотреть контракты с Pfizer, так как их финансы и без того истощены «энергетическим ударом», вызванным событиями на Украине.

«Журналисты, политики и контролеры без малейшего успеха пытались пролить свет на необычный способ подписания контракта с Pfizer», - отмечает Politico. Еврокомиссия отвечает, что не может показать никаких документов, потому что они... пропали.

Офис европейского общественного прокурора все еще занимается расследованием приобретения вакцин, а значит, председатель Еврокомиссии остается в подвешенном состоянии. Politico тоже обратилось к представителю Еврокомиссии с просьбой раскрыть подробности первоначального контракта о покупке вакцины. Но в ответе издевательски говорилось, что стратегия и применение вакцин находятся в компетенции национальных правительств, вот к ним и нужно обращаться.

Фон дер Ляйен никого не боится: в США ее надежно прикрывают те, кто поставил Урсулу управлять Европой.

## Элитные духи с опасной начинкой

**Из 13 тысяч химических веществ, используемых американцами в парфюмерии и косметике, только 10 процентов прошли тестирование на безопасность.**

Рынок ароматов в США оценивается более чем в 6 млрд. Выпускаются 4 тысячи ароматических химических веществ, зачастую являющихся продуктами нефтехимии. Из них производятся модные популярные духи, в которых найдены десятки опасных ингредиентов, не обозначенных на упаковке. В числе таких изделий разрекламированные кинозвездой Дженнифер Лопес духи Glow by JLo и названные именем знаменитого модельера духи Marc Jacobs, которые рекламируют светящиеся от счастья и здоровья девушки. В этот список попали духи от Эсте Лаудер White Linen, созданные еще в 1978 году.

Американская Рабочая группа по окружающей среде исследовала 140 продуктов. Больше всего химических веществ было найдено в чистящих средствах (в некоторых образцах их насчитывалось до 229). Из 25 товаров личной гигиены, парфюмерии и косметики только в трех было меньше 100 химических. В самых популярных шампунях для детей обнаружены 10 очень токсичных компонентов.

Рабочая группа по окружающей среде указала, что самые популярные духи, одеколоны и спреи для тела несли в себе лишь следы натуральных эссенций, но в основном они состояли из десятков химических веществ. Независимая лаборатория Компании за безопасную косметику (общественная организация) нашла в 17 популярных ароматах 32 секретных химиката. Эти духи выпускаются такими известными фирмами, как Chanel и Giorgio Armani.

В среднем каждый продукт содержал 14 секретных химикатов, не указанных на этикетке, среди них вещества, вызывающие гормональные расстройства и аллергические реакции, и множество субстанций, вообще не прошедших никакого тестирования. Их влияние на здоровье может оказаться катастрофическим.

The Defender пишет, что производители популярных дорогих духов часто называют их цветочными, экзотичными, но не раскрывают коктейль синтетических веществ, создающих их ароматы. Между тем в парфюмерии найдены химикаты, которые накапливаются в человеческом организме, это, например, диэтилфталаты, которые нашли у 97 процентов американцев. Известно, что они повреждают сперму.

Наибольшие опасения связаны с продукцией для ухода за волосами и ко-

жей. Включаемые в дезодоранты, лосьоны, косметику и средства ухода за волосами парабены повышают риск заболеть раком груди. Консерванты косметики ВНА и ВНТ могут вызвать эндокринные сбои. Синтетические красители, обозначаемые как FD&C или D&C, производятся из угольной смолы или нефти и считаются вероятными канцерогенами, а еще они связаны с нарушениями работы мозга у детей. Состав создающих аромат большой категории химикатов тщательно скрывается. Ими насыщаются огромное число различных продуктов парфюмерии, косметики, личной гигиены, в которых найдена постепенно испускающая канцерогенный формальдегид химия. Изменить эту ситуацию очень сложно, компании вкладывают миллионы долларов в лоббирование своих интересов в законодательных органах.

Материалы подготовил Николай Иванов

# НАД ДРУЖБОЙ НАВИСЛИ САНКЦИИ

Как известно, Восток - дело тонкое. Здесь все по-особому, с подтекстом, со вторым, третьим и т. д. смыслом. И общаться надо вдумчиво и аккуратно. Даже если тебе клянутся в вечной дружбе.

Визит премьера М. Мишустина в Китай в наших официальных СМИ преподносился чуть ли не как стратегический успех. Однако, по отзывам наблюдателей, картина была несколько иная.

Визит продлился меньше запланированного, а на переговоры с китайским лидером Си Цзиньпином отвели Мишустину всего лишь один час. Помимо Мишустина, в Китай прилетели четыре российских вице-премьера, министры и представители крупного бизнеса. Предполагалось, это значительно поднимет уровень первого российско-китайского бизнес-форума в Шанхае. Но, несмотря на представительность российской делегации, первые лица китайского правительства и руководители крупнейших компаний отказались от встречи с российскими чиновниками и главами госкорпораций. Китайский коллега Мишустина, премьер Государственного совета Китайской Народной Республики Ли Цян, не принял участия в российско-китайском форуме и прислал своего зама, вице-премьера Хэ Лифэна, который и зачитал приветственный доклад.

По мнению наблюдателей, причиной столь холодного

приема стали санкции, которые были наложены Западом на российского премьера и ряд российских чиновников. Организаторы уверяли, что с радостью приняли бы российскую делегацию в более теплой атмосфере, но высокопоставленные китайские чиновники и промышленники сегодня очень боятся санкций. Странная, однако, у них дружба!

Подобное отношение китайской стороны к прибывшим россиянам демонстрирует, как Пекин расставил приоритеты. Очевидно, что связь с Западом для Китая сегодня куда важнее, чем отношения с Россией.

Эксперты обратили внимание, что если Мишустин со своей стороны бодро заявил, что отношения Москвы и Пекина находятся на беспрецедентно высоком уровне, почти 70% трансграничных расчетов РФ и КНР осуществляются в юанях и рублях и по итогам года товарооборот превысит 200 млрд долларов, то китайский лидер Си Цзиньпин был более сдержан. «Мы готовы вместе с РФ продолжать твердо поддерживать друг друга в вопросах, которые касаются коренных интересов обеих сторон», - сказал Си Цзиньпин. Именно «коренных инте-

ресов». А эти интересы могут оказаться принципиально разными. Что тогда?

После визита не связанные с правительством отраслевые специалисты пришли к выводу, что замена импортозамещения на «китайзамещение» привела лишь к зависимости России от Поднебесной. И возникают крамольные мысли, что пора бы в конце концов самим начать налаживать производство, а не ждать помощи от «стратегических» союзников.

Итоги российско-китайского форума в Шанхае эксперты оценивают по-разному. Одни указывают, что никаких конкретных планов по развитию бизнес-отношений на полях форума и в ходе переговоров не прозвучало.

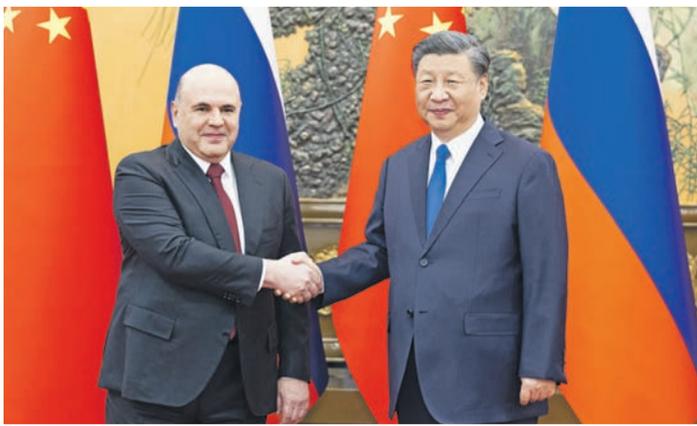
Однако директор Института стран Азии и Африки МГУ им. М.В. Ломоносова Алексей Маслов утверждает, что после визита Си Цзиньпина в Москву проекты возобновились и многие бизнесмены увидели в этом визите знак, что надо расширять отношения. Хотя это чисто пропагандистские формулировки.

«Оптимист» А. Маслов утверждает, что от подобного рода визитов вообще глупо ожидать чего-то более зна-

чительного. В конце концов, главная задача визита Мишустина - подать нужные сигналы. Что он, собственно, и сделал. Но вот приняли ли их и какой последует ответ?

Осенью прошлого года появились сообщения, что Россия существенным образом нарастила экспорт электроэнергии в Китай, который по итогам года может достигнуть рекордных значений. Кремлевские политологи уверяют, что поддержку китайской экономике могут оказать российские энергоресурсы. По-своему они правы, но вызывает удивление, что уже давно Россия экспортирует в Китай электроэнергию вдвое дешевле, чем платят за нее российские потребители. Об этом заявлял в свое время еще министр по развитию Дальнего Востока Виктор Ишаев: дескать, Китаю электроэнергия доставалась по 1 рублю 50 копеек за киловатт-час, российским регионам она обходилась в 3-4 рубля. И в последние годы, похоже, ничего принципиально не изменилось.

В 2022 году из-за санкций Запада у России оказался заблокирован экспорт 50 млн тонн зерна, невостребованных на отечественном рынке, из рекордного урожая в 150 млн



EAST NEWS/АФР

тонн. Но Китай не торопится их покупать даже по льготным ценам. И при этом крупнейшими поставщиками пшеницы в Китай стали недружественные Австралия и Канада, на которые пришлось 59,7% и 18,3% поставок соответственно. Так в Поднебесной торгуют с друзьями.

Особо стоит обратить внимание на едва ли не самый стратегический китайский проект - концепцию «Шелкового ветра». Речь о глобальном замысле китайцев «Один пояс - один путь», состоящем из железнодорожных, автомобильных и морских путей. Их задача сформировать транспортный коридор из Китая на Ближний Восток и в Европу. РФ могла бы получить от участия в этом проекте серьезные прибыли. Но «Шелковый ветер» задул мимо России: из Шанхая в Урумчи, оттуда в Достык, далее через прикаспийский Актау в Тбилиси, а конечная точка - Стамбул. Потом проложили маршрут чуть южнее: минувя Каспий, через Киргизию, Узбекистан и Туркмению в Иран, а оттуда в Турцию. То есть по регионам, где высоки геополитические риски. Но снова в обход России!

Знаюки уверяют, что в китайских элитах преобладает мнение, что окончательный поворот России на Восток пока невозможен: в российском обществе нет такого консенсуса, многие рвутся на Запад. Дескать, все эти годы Китай для России был в роли «запасной невесты». Возможно, поэтому в Поднебесной не слишком верят в стратегическое партнерство и лишь обозначают его. Вывод: Восток действительно дело тонкое.

Григорий Алексеев

ADOBESTOCK



# БЛОГЕРОВ-КОУЧЕЙ ЗАСТАВЯТ ПОДТВЕРДИТЬ ИХ КОМПЕТЕНЦИИ

Интересные времена, похоже, наступили для блогеров-коучей, которые проводят курсы личного роста. Их не только заставляют отдавать значительную часть своих заработков в виде налогов, но и хотят заставить подтвердить свои компетенции.

С таким предложением некоторое время назад выступил **председатель Следственного комитета РФ Александр Бастрыкин**. И его идея была вполне обоснованно поддержана депутатами Госдумы. Помимо внесенного на рассмотрение депутата Госдумы законопроекта, предполагающего предоставление участнику организатором программы полной информации о ней, а также уведомление федеральных органов о начале такой деятельности, необходимо «установить и определить требования к компетенции людей, которые осуществляют такую деятельность», заявил Бастрыкин в интервью журналистам на Петербург-

ском международном юридическом форуме.

А что думают по этому поводу наши эксперты, разделяют ли они мнение главы СКР?

**Сергей Мизеркин, общественный деятель:**

- Так и вспоминается песня кота Базилио и лисы Алисы из детского фильма «Приключения Буратино»: «Покуда есть на свете дураки...» Доверчивость и наивность наших граждан, которые хотят получить все и сразу, не прикладывая особых усилий, не знает границ, поэтому регулирование деятельности блогеров-коучей ничего не даст. Окончить платные курсы, а то и просто приобрести вождьденную лицензию ушлым инфоцыганам

проблем не составит: люди покупаются не на номер корочки, а на личность и обаяние «бизнес-тренера», на умело составленную рекламу, на красивую гламурную картинку, в конце концов. Человек ведь по своей воле покупает тот или иной курс, значит, берет ответственность за выбор на себя. Не думаю, что некий единый госреестр коучей даст положительный эффект. Дипломы ведь тоже все специалисты получают единого образца, только одни становятся хорошими специалистами, а другие так и не добиваются успеха в профессии. Да и положительные отзывы, к сожалению, тоже можно накрутить с помощью специальных программ. Так что не лицензии помогут че-

ловеку разобраться, а критическое мышление, благоразумие и умение искать нужную информацию в авторитетных источниках.

**Сергей Обухов, депутат Госдумы от фракции КПРФ:**

- С одной стороны, я поддерживаю инициативу главы СКР Людей, которые торгуют «успешным успехом», в последнее время у нас развелось - пруд пруди. По сути, все эти самозванцы-коучи - обыкновенные шарлатаны, которые разводят народ на деньги.

Если появится такой закон, различного рода аферистам будет намного сложнее осуществлять свою деятельность. Но, с другой стороны, это создаст сильный корруп-

ционный фактор. Кто будет определять критерии, по которым выдаются лицензии этим блогерам? На основании чьих решений будет выясняться их соответствие критериям? Тут мы можем столкнуться просто с тем, что появится очередная коррупционная лавочка для покупателей этих лицензий.

На мой взгляд, нужно ужесточить законодательство в отношении таких недобросовестных блогеров. Помнится, у нас в свое время в Административный и Уголовный кодексы были внесены поправки для противодействия финансовым пирамидам. Вот и к этим коучам, а по сути, к продавцам воздуха нужно их применить.

Подготовил  
Андрей Князев

Как известно, имитационный характер многих действий и явлений нашей действительности ничего хорошего не приносит. Фейки и подделки губят не только вещи, информацию, но и, увы, законодательные предписания.

На такие мысли наталкивает внесенный недавно в ГД РФ законопроект о неких особо выгодных вкладах для малоимущих. Да, это забота о бедных гражданах, но насколько она эффективна, а не показательна?

### Битва за процент

Что получают небогатые люди, если будет принят закон? Им предложат так называемый социальный вклад. В общей сложности на счет можно будет положить не больше 50 тысяч рублей. Проценты по такому вкладу будут вроде бы повышенными. Они определяются как ключевая ставка ЦБ РФ плюс 1%. То есть если ставка 7,5%, то на сегодня это будет 8,5%.

Но каким будет тот самый дополнительный, однопроцентный доход, каким бедных людей заманивают отдать кровные, чудом где-то добытые 50 тысяч рублей банку?

Это будет всего-то 500 рублей за год, то есть около

# МАЛОИМУЩИМ ПОДКИНУТ КОПЕЕЧКУ



ADOBE STOCK

42 рублей в месяц. Буханка хлеба. На советские деньги - типа 22 копейки, поэтому, говоря о копеечной подачке для бедняков, мы отнюдь не выражаемся фигурально, она и в самом прямом смысле - копеечная.

Ну кто в здравом уме понесет 50 тысяч в банк, чтобы получить 42 рубля дополнительного «дохода», что не покрывает даже одну поездку на метро?

Те, кто живет от зарплаты до зарплаты, вообще вклады в банках открывают крайне редко. Бедные люди если куда-то и инве-

стируют, то в лекарства, продукты питания, лечение, оплату ЖКУ. То есть в самое насущное.

А вот отдавать крупную (для бедняка) сумму, чтобы получить сорок с копейками рублей в месяц? Ну пойдите, убедите людей, устройте битву за 1% прибавки к ключевой ставке...

### Забота или показуха?

Заботливые инициаторы законопроекта даже припасли пару плюшек, чтобы заманить бедняка. Так, на-

пример, по грядущим новым правилам банкам будет запрещено взимать с таких клиентов комиссии за открытие счета или проведение операций на сумму до 15 тысяч рублей за месяц. Но какое «проведение операций» может быть, если наверняка условием начисления дополнительного 1% или даже всех 8,5% к вкладу будет полная сохранность инвестиции в течение как минимум года, а то и 3-5 лет? Это ведь обычная банковская практика, которую еще никто не отменял.

Эксперты по социальной поддержке населения подсчитали, что новой «депутатско-банковской» услугой смогут воспользоваться по меньшей мере 200 тысяч человек по всей стране. Открывать подобные счета смогут только граждане - получатели социальной поддержки от государства, а сведения об этих людях должны храниться в Единой информационной системе социального обеспечения (ЕГИССО). 200 тысяч человек - вроде бы немного. В самом идеальном варианте если все эти люди понесут по 50 тысяч в банки, то кредитные учреждения смогут привлечь до 10 трил-

лионов рублей. Вот кому на руку эта инициатива, это они получат новых клиентов. Но получат ли?

Тут, кстати, неплохой иллюстрацией «заботы» будет предложение законопроекта о ежемесячной выплате дохода от вклада. Так и представляешь себе благодарные слезы на глазах человека, снимающего с карточки 42 рубля ежемесячной дополнительной социальной помощи...

Аналитик фондового рынка Юлия Осипова считает так: «Сегодня малоимущие люди живут в условиях все большей и острой нехватки денег. Они оперируют небольшой наличностью, поэтому вряд ли будут переводить всю свою семейную бухгалтерию во вклады. Им несильно интересен как обычный вклад под 7,5%, так и «повышенный» на 1%. Даже бедным не помогут несколько десятков рублей прибавки в месяц. Так что готовящиеся «социальные вклады» - скорее рекламный ход, чем реальная помощь бедным россиянам».

Тем более что люди еще помнят старые добрые времена, когда те же банки платили и по 11-12% по вкладам, на фоне чего нынешняя сомнительная щедрость выглядит как-то не очень впечатляюще. И даже психологически трудно, имея на руках «лишние» 50 тысяч рублей, отдавать их банку под грошовые процентные выплаты.

Евгений Александров



Свинушки



Горчак

Не только мухоморы, бледная поганка и сатанинский гриб теперь угрожают неопытным грибникам. Так, всего несколько лет назад в средней полосе России люди собирали свинушку и ели ее и жареную с картошкой, и маринованную, и соленую, и в грибном супе. На вкус приземистая светло-коричневая или серо-зеленоватая свинушка очень даже ничего - напоминает маслята. Но это в прошлом. Сейчас микологи свинушку срывать грибникам не советуют. Слишком много отмечено случаев отравлений этим некогда безобидным грибом.

Эксперт Андрей Воропаев связал мутацию

свинушки с изменением климата и экологии. Возможно, есть и другие причины, но они пока не установлены.

Другой условно съедобный гриб - горчак. Раньше его мариновали и делали отличную закуску под горячительные напитки. Сегодня горчак лучше вообще в руки не брать. Причина та же - участились от-

## Съедобные грибы стали ядовитыми из-за экологии

Грибникам в наше время стоит быть особенно осторожными. Поскольку из-за изменения климата и выхлопных газов автомобилей даже в глубине леса грибы, которые раньше можно было с удовольствием есть, стали накапливать токсины и приобретать свойства ядовитых. Об этом рассказал миколог Андрей Воропаев.

равления им. Лучше не рисковать.

Желтый под шляпкой, красивый и крупный польский гриб тоже все чаще вызывает сильное расстройство кишечника.

После обильных дождей не только в лесах, но и прямо на московских газонах начали расти грибы. Можно ли употреблять в пищу шампиньоны, собранные во дворе? Не стоит. И не только из-за выхлопных газов паркую-

щихся во дворах машин, которые грибы впитывают как губка. Дело в том, что существует еще гриб - ложный шампиньон. Смертельно им не отравитесь, но надолго обеспечить человеку расстройство желудка слегка желтоватый ложный шампиньон способен.

Похожим на яйца Чужих из фильма ужасов грибом красным решеточником, который внезапно распространился в лесах в районе Сочи,

пугали и подмосковных грибников: дескать, он и там теперь обитает. «Это все слухи. Наш климат ему не подходит», - развеял слухи миколог.

Любителям тихой охоты приходится все труднее и труднее, и не только из-за нового закона, по которому можно схлопотать до 9 лет заключения за сбор краснокнижных грибов. Сами грибы уже гораздо безопаснее собирать не в лесах и рощах, а на полках супермаркетов. Это, конечно, далеко не так увлекательно, зато безопасно.

Нина Белова

Шампиньоны с городских улиц впитывают вредные вещества как губки, и употреблять их в пищу не стоит



СОЦСЕТЫ

# ГИПЕРТОНИЧЕСКИЙ КРИЗ.

## Удар, который тяжело предугадать

Сила боксерского удара равна примерно 1000 кг. Это сравнимо разве что с ударом грузовика.

В это не хочется верить, но можно попасть под такой удар. Причем откуда и не ждали. Из собственного организма!

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

### КАК СПАСТИСЬ ОТ ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЙ СМЕРТИ?

Сегодня появилась фантастическая возможность! Начать лечение гипертонии при помощи современной технологии, которая долгие годы применялась в кардиологии в одной из крупнейших клиник. И еще пару лет назад простым пациентам туда было тяжело попасть. Как Вы понимаете, центры такого уровня работают с самыми сложными случаями.

Сегодня российские ученые сделали все, чтобы это лечение стало доступным людям. Чтобы его стоимость не была по карману. А действие было сопоставимо с облучением крови в медицинских учреждениях. Так мир увидел современный аппарат надежного облучения крови - «Спектр».

Представляете, теперь можно лечить гипертонию и дома. Причем тоже действенно!

Как? С помощью волн красного света, которые благоприятно подходят для лечения сосудистых заболеваний.

Волны аппарата «Спектр» попадают на кожу, но что же происходит дальше? Они частично поглощаются тканями и тут же запускают в организме сложные биологические процессы.

Мельчайшие частицы крови обновляются. И, как по кирпичику, обновляется и оздоравливается весь организм в целом. Благодаря Спектру многие люди уже обрели свободу от скачков давления и метеозависимости. И это оправданно, ведь с аппаратом «Спектр» организм снова станет надежной

опорой. То, что нужно, если человек гипертоник!

### КОМПЛЕКСНЫЙ ПОДХОД АППАРАТА «СПЕКТР»

Несмотря на такое сложное воздействие, аппарат прост в применении. Это все равно что надеть часы или браслет на руку или включить аппарат. На этом все - аппарат уже начал лечение. И не важно, как его разместили. Удобно надели как браслет на руку или направили непосредственно в источник боли. Он работает одинаково действенно.

Думаете, если используете аппарат «Спектр», улучшаются только свойства крови? Ошибаетесь! Аппаратом «Спектр» можно лечить целый комплекс заболеваний. Ведь организм покрыт сетью сосудов и вен. И он будет работать одинаково хорошо по всему организму в любое время. Даже пока занимаетесь своими делами, читаете книгу или смотрите телевизор.

При этом в отличие от привычных средств Спектр действует мягко, щадяще. Он постепенно приводит сердечно-сосудистую систему в норму. И все это без химической нагрузки на желудок. И резкого и шокирующего действия на сосуды.

Аппарат «Спектр» дает организму самому понять, как надо работать правильно.

Ваше давление может быть в норме. Голова ясная. Спокойное сердце. Вены и сосуды не беспокоят. Можно достичь таких показателей, не тратя при этом целого состояния.

И это благодаря современному аппарату «Спектр»!

### СПЕКТР ПОЗАБОТИТСЯ О СЕРДЦЕ

«Улучшится кровообращение, голова станет ясной. Но будет ли от этого польза сердцу?» - справедливо спросите Вы.

Конечно! Ведь для сердца гипертония не менее опасна. Сердце - двигатель. И двигатель крови по телу. Спектр облегчает работу главного сердечного насоса. Никакие тромбы и закупорки артерий будут не страшны!

Ведь в итоге стенки сосудов улучшат свою эластичность. Станут более прочные и чистые. Словно после генеральной уборки. Ни холестериновых бляшек и тромбов, ни непроходимых сосудов и капилляров.

За счет этого улучшится обмен веществ. Теперь иммунитету можно будет позаботиться. И это благодаря квантовой терапии аппарата «Спектр»!

Кроме того, Спектр борется с гипертонией, которая вызывает почечную недостаточность. Ведь почки, как и все органы, пронизывает сеть сосудов и капилляров.

Получается, применяя аппарат «Спектр», улучшаются основные качества крови и всего, что она питает. Таким образом, можно избавиться от многих бед, которыми изводит гипертония. Разве это не чудо?

### СПЕКТР ПРОТИВ ГИПЕРТОНИИ

Уже после первого курса аппаратом «Спектр» почувствуется, как давление приходит в норму. Кровообращение начнет улучшаться, и будет ощущаться тот прилив сил,



который так жизненно необходим.

Посидеть с внуками? Погулять с домашним питомцем? Сходить в магазин? Под силу будет сделать все запланированные дела.

Это разумное решение, если хотите сэкономить, не экономя на здоровье. Цена на аппарат Вас приятно порадует.

Аппарат «Спектр» создан для того, чтобы люди были здоровы!

Его живительный красный свет стимулирует восстановление всех тканей организма. Улучшает обменные процессы.

### Взгляните еще раз на все возможности аппарата «Спектр»:

- поможет снять боль;
- уменьшит вероятность образования тромбов в сосудах, повысит доступ кислорода к тканям;
- улучшит иммунитет и сопротивляемость вирусам;
- нормализует микроциркуляцию крови;
- нормализует обмен веществ и вывод токсинов.

Пока Спектр надежно работает с симптомами гипертонии, Вы будете спокойны и расслаблены. Каждый день станете открывать все новые, давно забытые возможности организма. Словно 10, а то и 20 лет назад, когда о гипертонии и не задумывались!

Ежедневно открываются все новые грани лечения красным светом благодаря аппарату физиотерапии «Спектр»!

Заботиться о здоровье теперь можно экономно и действительно с аппаратом «Спектр». Не упустите шанс быть здоровым!

Удобно, что за аппаратом «Спектр» не нужно идти в аптеку. Его можно просто заказать по номеру 8-800-333-89-85 и получить удобным Вам способом.

### ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

Специальная защитная голограмма на упаковке - это 100%-ная гарантия, что Вы приобрели настоящий медицинский аппарат!



**ЗАКАЗЫВАЙТЕ АППАРАТ «СПЕКТР»**  
по телефону горячей линии  
**8 (800) 333-89-85**  
433507, г. Димитровград, а/я 476  
В письме укажите свой номер телефона  
www.prodex.ru

**ПРЕДЛАГАЕМ**  
для усиления действия  
**БИОНОРМУЛА КАРДИО**  
УЗНАЙТЕ У ОПЕРАТОРА, КАК ПОЛУЧИТЬ СРЕДСТВО ДЛЯ СЕРДЦА  
**В ПОДАРОК!**  
БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

### ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ 0+

10 июня	Москва	Магазин «ДЕАЛМЕД», м. «Калужская», ул. Профсоюзная, д. 88/20	10.00-15.00
13 июня	Санкт-Петербург	ДК им. Кирова, Большой просп. Васильевского острова, 83 Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной пер. д. 3	9.00-11.00 12.00-14.00
14 июня	Санкт-Петербург	ДК им. Ленсовета, Каменноостровский пр., д. 42, 2-й этаж	10.00-13.00
15 июня	Великий Новгород	Центр культуры и искусства «Диалог», ул. Черемнова-Конюхова, 9/37	9.00-11.00
16 июня	Тверь	МБУ ДК «Затверецкий», ул. Академика Туполева, д. 105	9.00-11.00

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка АО «Почтой России» или курьером до двери. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. \*Акция действует с 07.06.2023 г. по 07.07.2023 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама 18+.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

**ОСТОРОЖНО: ЦИФРОВАЯ НЕЗАЩИЩЕННОСТЬ****Хранение в телефоне - удобное, но небезопасное**

Хранение конфиденциальной информации на вашем телефоне без надлежащей защиты может подвергнуть ваши данные риску.

Недавнее исследование, проведенное социологами по заказу «Лаборатории Касперского», показало, что значительное число россиян использует свои смартфоны в качестве импровизированных цифровых сокровищниц. Оказалось, что 13% россиян хранят на смартфонах пароли, а 29% оставляют в фотогалерее своего телефона изображения паспортов, водительских прав и других личных и конфиденциальных документов.

Получается, что 42% обладателей смартфонов хранят в цифровом хранилище важную персональную информацию рядом с бесчисленными фотографиями кошек, скриншотов потенциальных покупок, забавными картинками и снимками счетчиков воды и электричества. Удобно, конечно, ничего не скажешь, но это все равно что жить на краю цифровой пропасти с дополнительным риском потенциальной кражи личных данных. Такое поведение без использования какой-либо защиты - не самая блестящая идея и дело рискованное.

Смелчакам, которые не готовы отказываться от сохранения важных данных на своих девайсах, эксперты по кибербезопасности дают несколько советов.

1. Избегайте передачи конфиденциальных данных посторонним лицам. Это означает воздержание от обмена вашими паролями, логинами, кодами из SMS и push-уведомлениями.

2. Используйте специализированные хранилища и менеджеры паролей.

3. Включите двухфакторную аутентификацию везде, где это возможно, - она требует второго шага проверки. Обычно это уникальный код, отправляемый на ваш телефон в дополнение к вашему паролю.

4. Регулярно обновляйте операционную систему и приложения, ведь устаревшее программное обеспечение - это все равно что приветственный коврик для киберпреступников.

5. Установите приложения для обнаружения и предотвращения заражения вашего телефона вредоносными программами. Загружайте приложения только из надежных источников. В официальном российском магазине RuStore есть все, что вам нужно, и безопасно.



ADOBESTOCK

**Время мусора**

Как часто должен вывозиться мусор? У нас во дворе это делают довольно нерегулярно, поэтому бытовые отходы жильцов часто переполняют баки, вываливаются из них, гниют и соответствующе пахнут.

**Яна Поляева, г. Москва.**

**Юрист Алексей Логинов:** «Многие жильцы многоквартирных домов уверены, что мусор вывозят по мере наполненности мусорных баков, но это не так. Данный вопрос регламентируется нормами СанПиН 2.1.7.3550-19. По ним периодичность вывоза мусора зависит от температурных условий. В холодное время года при температуре не выше 5°C вывоз мусора должен производиться минимум один раз в трое суток, а в теплый период, когда температура выше 5°C, вывоз мусора должен производиться каждый день. Также нормами СанПиН регламентируется время вывоза отходов: с 7.00 до 23.00. Если управляющая компания или иной оператор нарушают данные требования, их можно привлечь к ответственности по статье 6.3 КоАП. Штраф составляет до 20 тыс. рублей для юридических лиц и 1 тыс. рублей для должностных лиц».

Уважаемые читатели! Отправляйте свои вопросы на сайт: [www.mirnov.ru](http://www.mirnov.ru)

**У алиментов есть срок**

Выплачиваю алименты на двоих сыновей. Старшему месяц назад исполнилось 18 лет, а по закону при наступлении совершеннолетия выплата алиментов прекращается. С меня же по-прежнему продолжают удерживать деньги на совершеннолетнего ребенка. Алименты выплачиваю по линии Минобороны. Вычет происходит автоматически. Задолженностей у меня не было и нет. Сотрудник финоргана Минобороны сказал, что удержание на двоих продолжится, пока я не решу проблему через суд. Я и правда должен решать вопрос таким путем?

**Константин Евгеньевич У., г. Псков.**



**Юрист Мария Долгова:** «Согласно п. 2 ст. 120 Семейного кодекса РФ, выплата алиментов, взыскиваемых в судебном порядке, прекращается по достижении ребенком совершеннолетия. Укажите на эту норму закона сотруднику вашего ведомства. Если списания продолжатся, обратитесь с жалобой в прокуратуру и суд.

Алименты делятся на два вида платежей: ежемесячные периодические выплаты и долг за прошлые периоды. Если у вас нет долга, удерживать алименты на совершеннолетнего сына у вас могут не более месяца после его совершеннолетия (заработок за месяц, предшествующий его совершеннолетию, вам могут выплатить в следующем месяце). После этого такие

удержания будут незаконными, вам следует подать соответствующее заявление в финорган Минобороны, а также жалобу на имя начальника отдела приставов, где ведется ваше исполнительное производство. Приложите копию свидетельства о рождении ребенка и копию решения суда, в котором указано, что выплата алиментов прекращается с момента достижения совершеннолетия ребенком. Однако если в резолютивной части судебного решения (в судебном приказе) это не указано, вам на основании ст. 119, 120 СК РФ придется решать вопрос в суде, который и вынес решение о взыскании алиментов, написав заявление о прекращении алиментных обязательств по отношению к ребенку в связи с его совершеннолетием».

**Идти в суд или не идти?**

Мне пришла повестка в суд в качестве третьего лица по гражданскому делу бывшего мужа. Мы с ним в разводе и вместе не живем, ни о каких его делах я не знаю. Если не пойду с суд, что может быть?

**Надежда, г. Владимир.**



**Адвокат Федор Смирновский:** «Согласно ст. 43 Гражданского процессуального кодекса РФ, третьи лица допускаются для участия в деле, если решение по нему может повлиять на их права или обязанности по отношению к одной из сторон. Если вы считаете, что рассматриваемое в суде дело не имеет к вам никакого отношения, можете не ходить на заседание. В случае неявки кого-либо

из лиц, участвующих в деле и извещенных о времени и месте судебного заседания, суд вправе рассмотреть дело без их участия (ч. 3 ст. 163 ГПК РФ). Направьте в суд ходатайство с просьбой рассмотреть дело без вашего присутствия. Если суд решит, что ваше присутствие обязательно, он отложит разбирательство по делу и вновь пришлет вам повестку. В этом случае рекомендую прийти на заседание».

**Налог на наследственную квартиру**

Нужно ли подавать декларацию в налоговую и платить налог 13% при продаже доставшейся в наследство квартиры?

**Эдуард Чалов, г. Москва.**



**Юрисконсульт Владлен Горшин:** «Если после открытия наследства (или, другими словами, со дня смерти наследодателя) прошло более трех лет, налог платить не надо и декларация тоже не нужна. Но если меньше указанного срока, то при продаже придется заплатить налог, подать декларацию и отчитаться о доходе с продажи наследуемого имущества. При этом доход, а затем и налог можно уменьшить. В первом случае за счет необлагаемого одного миллиона рублей, во втором - применить взаимозачет с имущественным вычетом».

**Независимо от уровня дохода**

У меня скоро родится ребенок. Муж работает. Зависит ли выплата на ребенка от уровня семейного дохода и как оформить эту выплату?

**Нина Елисеева, г. Долгопрудный.**



**Директор филиала №5 Отделения Фонда пенсионного и социального страхования РФ по г. Москве и Московской области Анна Холоденко:** «Единовременная разовая выплата

положена всем российским семьям независимо от уровня дохода и предоставляется на каждого ребенка. Работающий родитель должен обратиться к своему работодателю, чтобы получить пособие. В этом году его размер составляет почти 23 тыс. рублей. Если семья проживает на территории, где применяется районный коэффициент, пособие поступит в более высоком размере с учетом повышения на такой коэффициент. Неработающему родителю для оформления выплаты нужно подать заявление в клиентскую службу Социального фонда или в МФЦ, который оказывает такую услугу. Заявление также принимается через портал госуслуг».



# ШТРАФ ЗА ПРЕДАТЕЛЬСТВО

Предательство доверившегося считалось великим грехом и преступлением еще в Древнем Риме. У Данте в «Божественной комедии» предатели доверившихся отбывают наказание в девятом кругу ада. Госдума недавно тоже решила наказать предателей - ввела штраф до 100 тысяч рублей за жестокое обращение с животными, в том числе штраф за выброшенного на улицу питомца. За то, что бросил домашнюю собаку выживать в городских джунглях - авось собаки покрупнее на куски не разорвут, - штраф составит 30 тысяч рублей.

Одновременно введены штрафы за укусы собак в зависимости от нанесенного прохожим ущерба и от того, кому агрессивная собака принадлежит.

## Кусают не только бездомные псы

24 мая в Сочи на игровой площадке собака вцепилась в горло девятилетнему мальчику. До приезда скорой помощи очевидцам пришлось отогнать озверевшего пса, приходилось зажимать рукой хлещущую из горла ребенка кровь. Непонятно, что спровоцировало такое поведение домашней овчарки, кинувшейся на школьника. При этом что рядом с собакой находилась ее хозяйка, остановить нападение вовремя она не смогла. Мальчику с рваной раной горла оказывают помощь в больнице. Ситуацией заинтересовалась прокуратура Краснодарского края.

«Было установлено, что животное - домашнее, при этом намордник на собаку хозяйкой не надевался, что повлекло за собой данные последствия», - разъяснили в пресс-службе прокуратуры региона.

Незадолго до этого в Волгограде гулявшая во дворе чья-то домашняя собака по непонятной причине накинулась на первоклассницу, игравшую в песочнице, и успела нанести девочке множество рваных укусов лица,

прежде чем мама сумела отбить дочку от разъяренного пса. Семилетняя девочка со страшными ранами лица и головы теперь проходит лечение в больнице.

От укусов животных не застрахованы даже звезды и их близкие. Дана Борисова недавно сообщила СМИ, что ее дочке Полине колют уколы от бешенства после того, как девочка в Москве покусала собаку в ресторане, «добро-

все новые идеи, как очистить улицы от кусачих собак. Некоторые предложения имеют здравое зерно, другие идеи парламентариев вызывают искреннее удивление или просто веселят народ.

Так, недавно в Госдуме предложили отправлять бездомных собак разминировать зону СВО. Депутат Федот Тумусов напомнил опыт Великой Отечественной войны, когда собаки таскали раненых и помогали бойцам. Также, по его мнению, бездомных псов можно научить разминировать поля.

Кинологи и заводчики уже прокомментировали эту фантазию, сообщив, что депутат Тумусов, судя по всему, никогда не имел дела с собаками. Чтобы научить животных помогать санитарам или саперам, профессиональный кинолог должен проводить с хвостатыми бойцами довольно сложный процесс обучения со щенячьего возраста. А на улицах отлавливают уже взрослых озверевших особей, от которых на фронте будет больше проблем, чем пользы.

Депутат Никита Чаплин предложил ввести курсы ответственности для владельцев кошек и собак по принципу «мы в ответе за тех, кого приручили». И давать право обзавестись щенком или котенком только тем, кто прошел своеобразные «родительские» курсы и получил сертификат, ведь многие вос-

принимают питомцев как детей. «В противном случае мы не искореним случаи нападения беспризорных собак на маленьких детей, а животные продолжат гибнуть от голода», - считает Чаплин.

Но как осуществить эту идею на практике в российских условиях? Тем временем в Подмосковье уже с 1 сентября вступит в силу закон о регистрации домашних животных - кошек и собак. Заявлено: собак обязательно регистрировать, кошек - по желанию владельца.

В течение 14 дней после того, как животному исполнилось три месяца, его надо зарегистрировать. Подать заявление на регистрацию можно на региональном портале госуслуг, где вскоре появится сервис регистрации домашних животных. В заявлении хозяин должен указать свои паспортные данные, адрес регистрации и контакты и описать животное: порода, окрас, кличка, дата рождения, хотя бы примерная, сведения о прививках и адрес, где проживает пес. К заявлению нужно приложить фото питомца. Этот закон - первая ласточка, первый признак, что в сфере собаководства наконец-то собираются навести порядок.

## Как доказать вину хозяина агрессивной собаки?

Часто прохожих кусают собаки на самовыгуле. Хозяин дома сидит, чай пьет. Пес бежит по улице без поводка и чипов. Кинулся на прохожего,

покусал. Но как узнаешь, чей он? С кого штраф требовать?

«Госдума закон о штрафах за укусы приняла, - иронизируют люди в соцсетях, - а как его выполнять, не сказала». И правда, как, если нет обязательного чипирования домашних животных? Еще один закон в копилку социально одобряемых, но технически неисполнимых законов.

Адвокат Сергей Вершинин согласен, что вопрос с установлением владельцев агрессивных животных на самовыгуле требует доработки.

«Если для породистых собак в России предусмотрено клеймение и по чипу можно узнать адрес и телефон владельца, то для беспородных псов ничего такого нет, - говорит адвокат. - Единственное, что тут можно придумать, когда хозяина собаки рядом не видно и платить штрафы он не намеревается, - собрать показания очевидцев и требовать с УК запись с видеокamera, установленных в месте происшествия. По видеокameraм можно определить: кто с хвостатым ходит, тот и владелец. Соседи во дворе, если там случилось нападение, тоже могут подсказать, чье животное. Но пострадавшему гражданину самому придется доказывать в суде случаи нападения собаки, если он решит требовать штраф через суд. Полиция административными делами и штрафами заниматься не любит - других дел сейчас выше крыши».

К слову, штраф за самовыгул животного сейчас мизерный - от 1000 до 3000 рублей. В Госдуме предложили приравнять самовыгул четвероногих к их выбрасыванию на улицу и ужесточить штрафы, а именно: поднять штрафы за самовыгул животных до величины МРОТ.

Но, как признают сами депутаты Госдумы, это не решит проблему полностью. Пора вводить обязательное чипирование всех домашних собак и кошек в стране, чтобы меньше было брошенных животных и покусанных людей.

Ольга Поплавская

Тридцатипятилетний капитан полиции решил поправить свои финансовые дела, «позаимствовал» 222 тысячи рублей из вещдоков. Московский полицейский подумал, что ему сойдет с рук замена денег купюрами банка приколов.

Всю сумму полицейский подменять не стал: оставил несколько настоящих купюр сверху и снизу пачки.

Эту крупную сумму денег еще 19 апреля нашла в московском парке «Акведук» 20-летняя студентка. Девушка вечером каталась в парке

# Полицейский подменил тысячи из вещдоков купюрами банка приколов

на электросамокате со своим другом и случайно наткнулась на окровавленную мужскую куртку. В карманах куртки она обнаружила документы ее владельца и 226 тысяч рублей. Было понятно, что владелец куртки вляпался в какую-то нехорошую историю. В тот же день девушка отнесла свою находку стражам порядка, в дежурную часть отделения полиции по району Ростокино.

Позже выяснилось, что куртка и деньги принадлежат пострадавшему в драке гражданину. Его в тот день из парка увезла скорая помощь.

Пока пострадавший лечился в больнице, девушка написала заявление о находке, вместе с полицейскими пересчитала деньги и распечаталась в их сдаче. Все по закону.

Но потом начались приключения. Через несколько дней подравшийся гражданин вышел из больницы и пошел за своими деньгами: его уведомили о находке полицейские. Тут-то и выяснилось, что 222 тысячи рублей из 226 тысяч - ненастоящие.

Стали искать, кто взял. Выяснить это не составило

труда. Преступник, капитан полиции, служивший в том же отделении, засветился на видеокameraх торгового центра, где покупал большое количество купюр банка приколов. Ну никакого криминального таланта и хотя бы элементарной соображалки! Как до капитана-то дослужился?

На полицейского завели уголовное дело по двум статьям: «Кража с незаконным проникновением в хранилище» и «Злоупотребление должностными полномочиями».

Яна Полянская



# ПОМОЖЕМ РЕБЕНКУ С ПОДРАБОТКОЙ



Приятно видеть, что рынок труда охватывает молодежь. Кадровые агентства щедро предлагают множество возможностей для школьников, достигших 14 лет. Зарплаты начинаются от скромных 20 тыс. рублей до нескромных 110 тыс. Для тех, кого родители несильно баловали, это отличная возможность иметь собственные деньги в кармане.

Для амбициозных подростков нет предела - им предлагают должности не только официантов, но и программистов. Однако, в какую бы сферу ни зазывал подростка работодатель, нельзя упускать из виду важность надлежащего оформления всех документов при подаче заявления на ту или иную должность. Это главная гарантия от обмана.

Насколько молодыми могут быть начинающие профессионалы, официально вступившие на непростой путь заработка? Согласно ст. 63 Трудового кодекса РФ, магическим числом является число 16 (с этого возраста можно самостоятельно заключать трудовой договор). Работа в 15 лет доступна для окончивших 9 классов или учащихся техникумов и колледжей. Но и в 14 лет подросток может отправиться в несложное трудовое приключение. Все трудолюбивые дети могут выполнять только легкую работу, которая не поставит под угрозу их здоровье. К слову, творческие организации обладают удивительной способностью нанимать детей чуть ли не с детского сада. Однако всегда, когда речь заходит о трудоустройстве работника младше 14 лет, для появления на рынке труда в столь нежном возрасте обязательно потребуется письменное согласие одного из родителей/опекунов и органов опеки. До 14 лет трудовой договор за ребенка подписывает родитель.

Всегда стоит помнить об ограничениях, налагаемых законом на трудолюбивых подростков. Они не должны заниматься тяжелой, опасной или вредной работой (ст. 265 ТК РФ), так что если кто-то решит пойти в шахтеры, сталевары, бурильщики или сварщики, то ничего не выйдет. Детям работать под землей и на большой высоте запрещено, равно как и в религиозных организациях и на транспорте. Даже сельское хозяйство и производство одежды имеют свои ограничения. До 18 лет нельзя заставлять работника переносить тяжести, которые превышают установленные для них предельные нормы. Так что работа грузчика подрост-

ку недоступна. А еще запреты касаются деятельности в игорном бизнесе, в ночных клубах, перевозке и торговле спиртными напитками, табачными изделиями, наркотическими и иными токсическими препаратами. Такая работа может нанести вред не только здоровью, но и нравственному развитию молодого человека. Также им запрещено работать с 10 часов вечера до 6 утра.

Продолжительность рабочего времени для подростка во время каникул: до 5 часов в день и до 24 часов в неделю (14-15 лет), до 7 часов в день и до 35 часов в неделю (16-18 лет). Несовершеннолетних нельзя привлекать к сверхурочной работе, работе в выходные и нерабочие праздничные дни.

При трудоустройстве подросткам не могут установить испытательный срок, они не несут полной материальной ответственности (она наступает только при умышленном причинении ущерба), а расторгнуть трудовой договор с работниками в возрасте до 18 лет работодатель может только с согласия госинспекции труда и комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав (исключение - если организация ликвидирована или ИП прекратил свою деятельность). Зарплата несовершеннолетним работникам выплачивается с учетом сокращенной продолжительности работы пропорционально отработанному времени.

Если подросток нашел подходящую работу, надо обсудить с работодателем условия труда, обговорить зарплату и заключить договор, для которого понадобятся паспорт, справка из поликлиники по форме 086/у, трудовая книжка (если нет, то ее заведет работодатель), СНИЛС, письменное разрешение от родителей и органов опеки (для подростков до 15 лет). Согласие родителей пишется в свободной форме и прикладывается копия паспорта. В соцопеку нужно прийти с родителем и принести предварительный трудовой договор. Там проверят все условия труда и дадут согласие или откажут, если найдут нарушения.

Можно заключить и гражданско-правовой договор (ГПД). Он подходит для разовой работы. ГПД можно заключать начиная с 14 лет, но до достижения 18 лет только с письменного согласия родителей.

Искать работу можно в центрах занятости населения, на молодежной бирже труда, на рекрутинговых площадках например hh.ru (раздел для соискателей младше 18 лет), а также на Superjob.ru, «Авито», trudvsem.ru, «Работа.ру», Job.ru и т. д. Есть множество групп в «ВКонтакте» или «Телеграм». Можно попробовать напрямую выйти на работодателя. Но самый лучший вариант для поиска первой работы - это сарафанное радио.

*Елена Хакимова*



## «Вкусно - и точка» ждет подростков

Известная сеть быстрого питания принимает на работу подростков с 15 лет, причем не только на лето, но и на весь год.

Летом несовершеннолетние будут заняты не больше 24 рабочих часов в неделю сменами до 5 часов. У тех же, кто предполагает трудиться в течение года, совмещая смены с учебой, рабочее время будет сокращено до 2,5 часа, максимум - до 12 часов в неделю. И каждый год - отпуск на месяц. При этом несовершеннолетние будут освобождены от опасных работ с фритюрками и грилями.

По данным компании, в настоящее время в сети «Вкусно - и точка» из 60 тысяч работников 15% несовершеннолетних, которые работают в полном соответствии с трудовым законодательством.

# Будем работать шесть дней в неделю?

Интересная, хотя и весьма спорная идея родилась в недрах Ассоциации развития бизнес-патриотизма. Бизнесмены обратились к министру труда и социальной защиты Антону Котякову с предложением ввести в стране... шестидневную рабочую неделю. А ведь совсем недавно мы спорили о переходе на четырехдневку!

Увеличение рабочей недели, по мнению авторов, поможет повысить прочность российской экономики в условиях современных вызовов и реализовать задачи, обозначенные президентом России. К примеру, добиться технологического и промышленного прорыва, укрепить экономический суверенитет и сократить зависимость от иностранных институтов.

Обосновывая логичность и полезность инициативы, в ассоциации напомнили, что в годы Великой Отечественной войны россияне трудились по шесть и даже семь дней

в неделю. После Победы рабочий день постепенно сократился до семи часов при шестидневной рабочей неделе, а затем, в 1967 году, была установлена пятидневка с восьмичасовым рабочим днем.

Кроме того, такая практика есть в ряде азиатских и европейских стран. Так, в Непале и Иране установлены шестидневные рабочие недели, а в Турции и Бельгии допускается занятость до 48 часов в неделю. Однако время сейчас очень непростое, и совершенно очевидно, что правительство будет принимать новые и нестандартные решения.

## МНЕНИЯ ЭКСПЕРТОВ

**Георгий ОСТАПКОВИЧ,**  
директор Центра конъюнктурных исследований НИУ ВШЭ:

- По Конституции мы себя позиционируем как социальное государство. Шестидневка в это, как ни крути, не вписывается. Кроме того, нет у нас ни военного, ни чрезвычайного положения. Оборонные заводы работают в особом режиме, переводить на него всю страну нет необ-

ходимости. Ключ к успехам в экономике находится не в стахановских подвигах, а в новом оборудовании, компетенциях и знаниях. Производительность труда в Ирландии втрое выше, чем в России. И наши люди не безрукие, просто трудятся на старом оборудовании, по устаревшим технологиям.

**Сергей ОБУХОВ,**  
депутат Государственной думы:

- Ничего удивительного. Чем больше нарастают противоречия между трудом и капиталом, тем сильнее капитал обнажает свой звериный оскал. Особенно удобно выдавать этот оскал за «улыбку истинного патриота», прикрываясь громкими лозунгами о спасении отечества. Ну да, наши буржуи предлагают гражданам в трудную минуту крепче сплотиться вокруг них и заработать им побольше денег. Эти «патриотические

инициативы» нельзя протолкнуть без помощи государства. Я, конечно, понимаю, что оно у нас давно и очень плотно срослось с крупным бизнесом, но все-таки такую инициативу вряд ли кто-то наверху одобрит в здравом уме. Прежде всего из-за потенциальных политических рисков и угрозы социальной нестабильности. К тому же наши чиновники, судя по всему, и не особо стремятся к каким-то мобилизационным мерам в экономике и общественной жизни, а для обывателя создается благодатная и безмятежная картина, что ничего особо не поменяется.

*Андрей Князев*

Телеведущие, артисты, блогеры и все прочие, кого Минюст признал иноагентами, в последнее время завалили исками российских суды, пытаясь таким образом снять с себя неудобный статус. В Госдуме им решили облегчить задачу...

# ШАНС ДЛЯ ИНОАГЕНТОВ - ПЛАТИ И КАЙСЯ!

Депутат от партии «Справедливая Россия - За правду» **Дмитрий Кузнецов** обратился к главе правительства **Михайлу Мишустину** с предложением пойти навстречу тем иноагентам, которые стремятся избавиться от позорного клейма, хотят вернуться на родину и работать в своей стране. Депутат даже подготовил единый сценарий, по которому можно было бы проводить процедуру по снятию статуса иноагента. Суть проста: публично раскаться, выразить поддержку РФ и перечислить деньги на нужды СВО.

«Я верю в свободную волю и возможность изменений человека, - написал Кузнецов в соцсети. - Необходимо быть снисходительными к ошибкам людей. Особенно если речь идет о творческих личностях. Мы должны дать шанс оступившимся». Депутат убежден, что, например, иноагент **Максим Галкин\*** уже пожалел о всех своих прошлых высказываниях. И мог бы искупить вину конкретными действиями: «Выступление Галкина перед бывшими заключенными из ЧВК «Вагнер» и гуманитарная помощь зачтутся ему за всю семью».

Бросился ли опальный шоумен писать монологи для выступления перед ЧВК «Вагнер» - неизвестно. Но мы решили узнать, что думают об инициативе Кузнецова знаменитые патриоты.

- Ну вообще-то в уголовном законодательстве есть такое понятие «деятельное раскаяние», - объясняет коллега Кузнецова по партии и тоже депутат **Анатолий Вассерман**. - Это когда некто не только отказался от своих преступных намерений, но и предпринял какие-то действия для того, чтобы убрать последствия уже содеянного. В принципе, такое деятельное раскаяние рассматривается как обстоятельство, смягчающее вину, а порой даже избавляющее от наказания. Вот поэтому и появилось такое предложение к правительству - рассмотреть, возможно ли деятельное раскаяние для иноагентов, а если возможно, то в каких формах оно должно заключаться. Сейчас это предложение анализирует специалист в сфере права. Я, в общем-то, не специалист, поэтому не берусь



однозначно оценивать эту инициативу. Но полагаю, что действительно стоит проанализировать все это. Кстати, замечу, что уже давно обсуждается, можно ли каким-то образом выйти из статуса иностранного агента и если можно, то какие действия для этого нужны. И Кузнецов представил один из возможных вариантов. Потому что человеку в принципе, к сожалению, свойственно ошибаться. Но именно поэтому ему свойственно и стараться исправить ошибку.

- Человеку надо давать возможность исправиться! - убежден дрессировщик **Эдгард Запашный**. - Есть ряд артистов, которые где-то сэмодиировали, где-то были введены в заблуждение, а может, стали заложниками обстоятельств - это когда у тебя есть родные на Украине и приходится говорить то, что говоришь... Этим людям надо дать шанс! Но правила по снятию статуса иноагента должны быть четкие и понятные прежде всего для общества. Надо, чтобы общество это приняло и сказала: да, нам этого хватит, чтобы простить оступившегося. Все-таки наша культура подразумевает необходимость прощать. Если, конечно, в раскаянии присутствует искренность.

- Мне это предложение категорически не нравится, - призналась теле- и радиоведущая **Алла Довлатова**. - Сначала они родину поедали, а теперь мы их простим? Нет! Я считаю, что если человек один раз предал родину, то он сделает это снова. Он уже предатель по своей сути. Все г..но пусть остается там, куда ушло. Туда им всем и дорога. Не нужны они здесь. У нас и так хватает тех, кто не получил статуса иноагента: вроде бы помалкивают в тряпочку, но при этом желают нам всем погибнуть. Вот их бы еще из страны вытолкнуть! И этот депутат, который предложил всех простить... Он, может, сам такой же! За своих дружок решил заступиться. Пусть придумывает, как свой народ защитить от атак беспилотников! А то он иноагентов защищать взялся.

М.Н.

\*Признан иноагентом на территории РФ.

# Главный секрет Леонида Якубовича

Передачи на ТВ открываются и закрываются, ведущие приходят и уходят. А вот «Поле чудес» с Леонидом Аркадьевичем кажется вечным. На днях усатый шоумен раскрыл тайну своего профессионального долголетья.



К. ЗЯКОВ/АГЕНТСТВО «МОСКВА»

Леонид Якубович признался, что никогда не смотрит готовые выпуски «Поля чудес». Более того, запрещает своим близким смотреть передачу в его присутствии.

- Чтобы не привыкать, - поясняет Леонид Аркадьевич. - Я однажды дал себе слово: никогда не видеть «Поле чудес» на телевидении. Меня это спасло. Увижу свои эмоции, какой-то поворот головы, удачную шутку - начну привыкать к этому. Я понятия не имею, что такое «Поле чудес». Ни одного раза не смотрел. И в доме моем запрещено говорить об этом вообще, и мои друзья знают - об этом никто не говорит. Передачу готовит команда - огромный труд целой группы людей. И «Поле чудес» я воспринимаю как некий огромный торт, который мне надо только принести и сказать: смотрите, как это вкусно. От того, как я скажу, будет зависеть, почувствуют ли зрители вкус.

Вот чтобы зрителям не надоел вкус этого телевизионного торта, Якубович и приучил себя избегать просмотра готового материала. И

даже отзывы о том, что получилось, слушать не желает.

- Это для того, чтобы не повторяться, - говорит артист.

Он считает, что если узнает о каких-либо понравившихся моментах, то начнет невольно использовать их снова и снова. И «Поле чудес» быстро всем надоест. Необычный метод! Но что об этом думают коллеги Леонида Аркадьевича?

- Он так давно ведет эту программу, что, наверное, его метод можно считать эффективным, - говорит теледиректор **Анна Шагилова**. - Он очень требовательно к себе относится. И не хочет, чтобы его воспринимали как однопланового ведущего. Но у меня другой подход. Я обязательно смотрю на себя во всех передачах. И смотрю с замиранием сердца. Почему? Потому что я сама для себя - самый строгий критик. Я подмечаю, что у меня не так. Например, в одежде, в причёске. Говорю себе: «Ага, вот это платье больше не надеваю, потому что оно со знаком минус сработало. Я очень строго оцениваю

все: что и как сказала, какой был поворот головы. Это позволяет мне в дальнейшем избегать ошибок. Но Леонид иначе поступает. Значит, ему так удобно и выгодно.

- Леонид Аркадьевич этим своим методом обозначил позицию мастера и художника, для которого процесс создания передачи важнее результата, - считает телеведущий **Владимир Березин**. - Ну и в самом деле, зачем ему смотреть «Поле чудес»? Программа ведь не поменяла жанр. И Леня, как настоящий мастер, для каждого выпуска выбирает свой какой-то яркий элемент, особое настроение. Он не пользуется хорошо наработанными штампами. Поэтому приходит на съемку всегда как в первый раз. И даже представления не имеет, как он выглядел в кадре в предыдущем выпуске. Это такой прием легкого дистанцирования. Я тоже почти никогда не пересматриваю свои передачи. А если делаю это, то, во-первых, случайно, а во-вторых, если вижу ошибку, то стараюсь ее запомнить, чтобы потом не повторить.

Лидия Мезина



PERSONA STARS

# «Откуда у нее концерты?»

- Есть русская пословица: «Где родился, там и пригодился», - говорит он. - К тому же в основном уехали люди в возрасте, тогда как драйв и взрыв происходят в молодости. Плюс надо хорошо знать иностранный язык. Поэтому в то, что наши там будут востребованы, я не верю.

Не верит Сандлер и в то, что **Лайма Вайкуле** будет передавать деньги от своих концертов украинской армии, как обещает.

- А какие у нее сегодня концерты? Откуда концерты? Их нет,

поэтому нет и денег, а соответственно, и передавать нечего, - смеется Сандлер.

По мнению продюсера, **Анне Вески** из Эстонии повела себя куда умнее в этой непростой ситуации.

- У кого хватает мудрости, те молчат, - говорит Сандлер. - А у кого кипит что-то в одном месте, как у Лаймы, те высказываются. К тому же она из такой страны, где всегда Россию ненавидели, считая нас оккупантами, поэтому певица и гнет линию латышей.

Федор Григорьев

## Дмитрий Колдун: «Ничего бы не стал менять...»

Подумать только: уже 20 лет на сцене! А, казалось бы, только вчера он участвовал в проекте «Народный артист» и запомнился телезрителям. Певец и сейчас молод, выглядит почти так же, как и в 2003-м. Но 20 лет на сцене даром не проходят. Сегодня Дмитрий Колдун - это имя в шоу-бизнесе. И настоящий знак качества!

- Дмитрий, в этом году вы отмечаете 20 лет на сцене. Как и когда поняли, что музыка будет делом вашей жизни? Помните свой первый выход на большую профессиональную сцену?

- Я начинал в белорусском оркестре под управлением Михаила Финберга в качестве бэк-вокалиста. В это время я был студентом химфака БГУ и активно участвовал в творческой жизни университета. У меня даже где-то сохранилась объяснительная, где я писал, что пропускал пары из-за участия в отборе на «Евровидение». Учился я на отлично, но музыка всегда была моим главным увлечением и со временем взяла верх над наукой.

- Как решились отметить свои первые 20 лет на сцене?

- В этом году я решил совместить свой день рождения и эту дату. 11 июня в баре Lustra состоится мой концерт, который так и называется 20/38. Я соберу своих самых близких людей и самые лучшие песни за 20 лет. А песен, только тех, которые были выпущены официально, уже больше сотни! Не обещаю исполнить все, но буду стараться.

- В чем отличие музыкальной индустрии сегодняшнего дня от той, когда вы начинали? Как за эти годы изменился ваш подход к работе?

- В начале меня несильно заботила индустрия. Я горел сценой, концертами, старался взять ноту повыше и погромче... Все обрушилось на меня, когда я разошелся с продюсерами и отправился в сольное плавание. Сейчас участвую во всем, будь то релиз композиции или видео. Мне нравится создавать, творить в студии, наблюдая за рождением нового. За новинками слежу обязательно, хотя не всегда мне этого хочется и не все нравится. Самым главным творческим источником считаю книги.

- Какую музыку слушают ваши дети? Нравятся ли им ваши песни? Не хо-

чет ли кто-то из них пойти по вашему пути?

- Дети как раз и приносят домой «тренды» и модные новинки. Хотя иногда находят и мои песни, про которые я уж и сам забыл, и интересуются, почему я их не исполняю на концертах. Недавно с дочкой Алисой спел под гитару на родном языке колыбельную и набрал под миллион просмотров... Я никого не заставляю заниматься музыкой, это неправильно. Сам учился в музыкальной школе, но бросил. Вернулся уже с осознанием и желанием. Так что, если дети захотят, всегда помогу.

- На ваш взгляд, какими главными качествами должен обладать современный артист?

- За последние лет сто глобально ничего не поменялось - должен быть любимый репертуар, узнаваемый голос и проворный менеджмент.

- Чем еще, помимо музыки, вы увлечены? Как проводите свободное время?

- Обожаю лето, когда можно работать на земле. Уход за садом и огородом - мое любимое. С детьми мы частенько путешествуем на велосипедах. Уезжаем на пригородных поездах из города, потом ищем тропы и возвращаемся домой новыми маршрутами. Все свободное время стараюсь уделять семье, это самое главное в моей жизни.

- Наступило лето. Как планируете отдохнуть в этом году?

- Планов достаточно. Будем проводить время на свежем воздухе. В этом году отправимся с семьей на Кавказские горы.

- Вы один из немногих примерных семьянинов в нашем шоу-бизнесе - с супругой вместе уже тоже 20 лет. Но наверняка же за эти годы были и какие-то сложности?

- В этом году исполняется 22 года, как мы вместе. Страшно подумать, это ведь больше, чем я выхожу на сцену. Наши отношения завязались, когда моего имени никто еще не знал. И поэтому я считаю их честными. Всякое было, и расставания тоже... Но я уверен, мне повезло, и надеюсь, это взаимно.

- Как находить взаимопонимание и гармонию в жизни?

- Думаю, это дело случая. Подходящий человек обязательно найдется. А добрые отношения в отдаленной перспективе - это прежде всего уважение друг к другу. Я считаю так: если в человеке ничего не бесит - это уже полдела!

- Совсем скоро у вас день рождения. Оглядываясь на много лет назад, что бы пожелали себе, маленькому, будь такая возможность?

- Я ничего бы не стал менять. Конечно, пожелал бы здоровья и не переживать по мелочам. А еще внимательнее относиться к тем, кто рядом...

Ирина  
Иванова

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

## Сколько стоит «правда» звезд?



«Золотые слова!» - так говорят, когда человек сказал что-то умное и правильное. А в случае со многими знаменитостями золотыми могут стать целые интервью. Потому что звезды их часто продают!..

На днях Татьяна Васильева наговорила колкостей про многих знаменитостей, в том числе про Ксению Собчак:

«Она кто? Ведьма. В ней нет человеческого. Она безжалостная. Она не любит никого: ни страну, ни людей. Любит себя и пользуется теми, кто боготворит еще пока».

И Ксения Анатольевна, видимо, в отместку рассказала: мол, приглашала актрису на свой интернет-канал поболтать, а та запросила 300 тысяч. Эту сумму Собчак не стала платить Васильевой, поэтому интервью не состоялось. Но сейчас скандальная ведущая призналась, что жалеет о своей скарденности и готова теперь отдать даже 400 тысяч. А вдруг актриса за дополнительные 100 тысяч выдаст какие-нибудь сенсации?..

Не секрет, что звезды - не все, конечно! - активно торгуют своими откровениями. Причем раньше это были вроде как разовые акции - в связи с какими-то громкими событиями в личной жизни. Например, Алла Пугачева, как говорят, продала подробности о рождении двойняшек каналу НТВ за 100 тысяч долларов. А Марат Башаров рассказал о своем разводе с первой супругой якобы за 20 тысяч долларов. Но сейчас знаменитости намного чаще продают свои и чужие секреты. Комментаторы в Сети даже предположили, что это теперь для звезд главный способ заработка. Основной деятельностью они столько не зарабатывают. Так ли это?

- Звездам действительно часто платят за их откровения. И больше по-прежнему платят в связи с какими-то резонансными ситуациями, - рассказывает известный пиар-технолог Вадим Горжанкин. - Случилась, допустим, какая-то рейтинговая история, и человека, оказавшегося в гуще событий, все хотят пригласить на интервью. Телеканалы начинают за него настоящею борьбу. Один канал предлагает, условно говоря, 500 тысяч, чтобы герой пришел на ток-шоу и все рассказал. А другой канал предлагает миллион. И человек, конечно, идет туда, где обещают миллион. Например, Бари Алибасов после отравления «Кротом» пришел на Первый канал и получил за

одно ток-шоу миллион рублей. А можно и два миллиона заработать, если произошло что-то прямо из ряда вон или звезда топовая. Но это только на телевидении. На интернет-каналах таких денег не платят. Чаще всего они вообще ничего не платят, потому что у них другая политика. Они считают, что звезды, наоборот, им должны платить за то, что появляются перед очень широкой аудиторией. Крайне редко отдельные ресурсы готовы заплатить за какую-то суперновость 50 тысяч. А чтобы платили 200-300 тысяч - это фантастика.

- Собчак на своем канале имеет возможность заплатить 300 тысяч, - уверена писательница Юлия Шилова. - Но, как видим, платить не стала. Дело в том, что деньги сейчас звездам платят в основном на телевидении. Но все зависит от того, в какой программе ты принимаешь участие. Редакторы некоторых передач сразу предупреждают, что у них не платят ничего. А в других проектах предлагают 30-50 тысяч. Не больше! Поэтому звезды начинают в соцсетях публиковать какие-то скандальные истории о себе, чтобы привлечь внимание и таким образом повысить цену. Подробности они готовы рассказать журналистам только за определенную сумму, которая оговаривается отдельно. Например, в шоу «Секрет на миллион» даже контракт подписывают. И 300 тысяч - это нормальная сумма. Но вот миллион, конечно, никто не получает. При этом там легко могут подставить - задать провокационный вопрос, о котором при подготовке к шоу не было и речи, выгадать на свет божий какие-нибудь грязные подробности. Потому что передаче нужны высокие рейтинги. Многие звезды готовы на что угодно, потому что сидят без работы. Для них это действительно хоть какой-то способ для поддержания штанов. Но есть и те, которые соглашаются откровенничать бесплатно, потому что им нужен пиар. А есть известные люди, которые и хотели бы заработать, но не таким образом. Они не соглашаются озвучивать разную грязь ни за какие деньги.

Людия Мезина

## Пашутин назвал настоящих звезд

Сегодня каждый мнит себя звездой. Хотя ни Людмила Зыкина, ни Анна Герман таковыми себя не считали и не называли. Актер театра и кино Александр Пашутин тоже против такого наименования.



С. КИСЕЛЕВ/АГН-МОСКВА

- Звезда - это светило, на которое все ориентируются и которое указывает другим дорогу. А если человек просто хорошо поет, у него две, три, четыре октавы в голосе - какая это звезда?! Вокальные или иные способности не значат, что на их обладателя надо равняться в жизненных установках, - убежден Пашутин.

Актер уверен, что сегодня стараниями попысы понятие «звезда» себя девальвировало, утратило ценность и быллой вес.

- Для меня ориентир - Владимир Высоцкий с его песнями о войне и фронтовиках, - продолжает Пашутин. - Я с ним был знаком, он учил меня играть на гитаре. Как вы дума-

ете, на чьей стороне он был бы сегодня?! Конечно, был бы с Россией, со своим народом!

Пашутин отличается прямоотой и принципиальностью суждений. И для него звезды сегодня те, кто остался со своей страной.

- Это и Розенбаум, и Антонов, и Митяев - вот настоящие герои и патриоты, - заявил Пашутин на кинофестивале «КСТОКино». - А вовсе не те, которые покинули Россию и из-за границы поливают грязью свою родину. Они явили свое настоящее лицо. И если прах Шаляпина перевезли из Франции на родину, то эти умрут на чужбине и никому будут не нужны.

Филипп Гришин

## Киркоров и Пугачева не могут остановиться

Король эстрады, который не так давно сделал несколько пластических операций, известил фанатов, что снова ляжет под скальпель хирурга. На пластику, по всей видимости, плотно подседа и Алла Пугачева...

Филипп Киркоров, кажется, подтянул, подправил и накачал себе все что можно. Он прошел через несколько операций и действительно очень сильно преобразился. Но останавливаться не планирует. На днях певец посетил соответствующую клинику и потом сообщил: «Предела красоты и совершенству нет. Сейчас будем заниматься красотой, делать пластику». Филипп пообещал, что новая операция даст сенсационный результат. Но фанаты артиста переживают, что результат может оказаться таким, как у Аллы Пугачевой. Судя по всему, она тоже успела пройти в Израиле не одну омолаживающую процедуру. На снимках с израильского концерта группы «Машина времени» Примадонна выглядит так, будто стремится поставить рекорд по количеству вмешательств в



естественный ход старения. И, увы, эти вмешательства нельзя назвать удачными. Пластический хирург Артур Дзатцоев предположил, что «у Аллы Борисовны, на первый взгляд, выполнены эндоскопическая подтяжка средней зоны лица, лба и височных областей, SMAS-подтяжка лица с имплантом в подбородок, а также подтяжка верхней губы (булхорн), так как лицо выглядит переподтянутым».

Заметим, что лучшая подруга Аллы Борисовны Лайма Вайкуле тоже регу-

лярно делает операции. По словам латвийской певицы, она увлеклась этим после 50 лет. К хирургам обращалась уже много раз: «Я с удовольствием делала пластику, потому что мне нравится наркоз. Я так люблю наркоз, что, когда мне делают операцию - любую, не только пластику, - я прошу делать помедленнее, чтобы я покаялась во время засыпания».

- Я думаю, что любовь к наркозу - это шутка, конечно, - говорит психолог Анна Ковалевская. - Но когда человек слишком часто прибегает к манипуляциям со своей внешностью, то это дело уже нешуточное. Речь может идти о самой настоящей зависимости. Мы знаем много примеров, когда и наши, и иностранные звезды становятся постоянными клиентами пластических хирургов и передельывают себя так, что получают как будто другое лицо. И остановиться не могут. Такое состояние может быть вызвано неуверенностью в себе (а знаменитости тоже часто страдают от неуверенности!), желанием быть в центре внимания или страхом перед старением. А иногда присутствуют все три фактора. Но зависимость от пластики, как и любую другую, можно купировать. Это лечится. Гораздо сложнее исправить не всегда удачные плоды такой зависимости.

М.Н.

## В театр пришла война...

Спектакль «Летят журавли», поставленный режиссером Андреем Житинкиным в Малом театре, стал без сомнения сенсацией сезона. Зритель, который должен бы устать от военной тематики, расхватывает билеты на постановку. Почему?



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА А. ЖИТИНКИНА

- Андрей Альбертович, есть легендарный фильм «Летят журавли». Вы ведь очень рисковали, когда взялись за такой проект. Не боялись, что все начнут сравнивать постановку с фильмом?

- Нет, не боялся. Мы даже специально оставили название «Летят журавли», потому что публика во всем мире знает эту историю по одноименному фильму. Это единственная русская картина, которая получила Золотую пальмовую ветвь Каннского фестиваля. Мы помним, что фильм в свое время произвел фурор. И, конечно, не можем повторить многие приемы, в частности, блистательную операторскую работу, которая вошла в энциклопедию кино. Но в театре работает закон условности, который зрители понима-

ют и принимают. И они не остаются разочарованными. Например, финал у нас метафорический. И как раз это в кино невозможно.

- У вас Бориса играет Андрей Чернышов. А он больше известен по сериалам. Почему его выбрали?

- Чернышов действительно сделал замечательную карьеру в кино. Но сейчас он вернулся в театр. А именно в Малый театр. Это его альма-матер. Он ведь отсюда начинал, когда еще бегал в массовке. Он очень ценен для спектакля: прошел и Малый, и «Ленком», потом ушел в кино, благодаря которому стал популярным... Так вот если в кино главная ставка делается на операторскую работу, то у нас - на мастерство актеров. И Андрей Чернышов, как и другие

актеры, задействованные в постановке, демонстрирует пик своего мастерства. Мы выбрали для этого спектакля самых лучших! Шесть народных артистов на сцене! Не считая тех, кто еще не народный, но очень талантливый. Поэтому на нашу постановку такие восторженные рецензии.

- Это не первый ваш спектакль про войну...

- Да. Пару лет назад я поставил тоже военный спектакль, называется «Большая тройка» - о Ялтинской конференции. И этот спектакль с успехом идет до сих пор.

- Как думаете, почему военная тема так востребована?

- Это очевидно: потому что откликается в сердце. Зритель смотрит все это как будто про себя. Прошло почти 80 лет с той войны - Вели-

кой Отечественной. И никто не мог подумать, что снова станет все так актуально - повестки, мобилизация... И что все будет как тогда: кто-то начнет хитрить и добывать себе бронь, а кто-то пойдет добровольцем, как Борис в «Летят журавли»... Само время вытолкнуло эту пьесу и эту тему на поверхность. И она воспринимается абсолютно современно.

- Война сейчас повсюду - в новостях, в объявлениях о плетении маскировочных сетей для фронта... И при этом зритель еще идет в театр смотреть спектакль о войне. Почему?

- Потому что это вызывает эмоции. Если точно сыграно. Зритель идет за эмоциями. Я сразу сказал актерам, что мы не будем конкурировать с культовой кинокартиной. Но мне нужен театр, обжигающий правдой! А еще зритель идет за надеждой. Сейчас очень многие растерялись, так же как и Вероника - главная героиня пьесы Виктора Розова. Но там - в финале нашей постановки - есть надежда. Весь смысл спектакля в том, чтобы дать надежду. Никого война не обходит стороной. Но за ней всегда есть что-то... Вот у нас под занавес звучит фраза: «И как нам дальше жить?» Этот вопрос повисает в воздухе. Но он повисает в очень хорошей атмосфере. Потому что ключевое слово в нем - «жить»!

Лидия Мезина



ФОТО И. ПОПЕЛЬНИКОВА

Интересный человек - интересная актриса. Недавно Татьяна Васильева предложили вернуться в стационарный театр. Да не в какой-нибудь, а в «Ленком», о работе в котором ранее она могла только мечтать. Васильеву готовят на вводы вместо безвременно ушедшей от нас зимой этого года Инны Чуриковой, которую Татьяна Григорьевна (да и не она одна!) считает гениальной, великой.

- Для меня это большая ответственность - играть роли Инны Чуриковой, - признается Васильева. - Я ее боготворю, она незаменима! Контракт пока с «Ленкомом» не заключаю. Предложила директору, что поиграю, присмотрюсь, а потом решим. В «Женитьбе» буду играть сваху. Это очень яркая, интересная роль.

### «У меня ума нет»

- Татьяна Григорьевна, что для актера важнее: ум, знания, опыт или же интуиция, талант, предельная эмоциональность?

- Конечно, интуиция. Вот у меня ума нет. (Актриса, наверное, все-таки лукавит, имея в виду нехватку образования.

- **Ред.)** Зато есть эмоции. И это важнее! Ум и образование не всегда равны таланту. Например, Спартак Мишулин. Он вообще был малообразован. Какое образование! Он же цыган. Когда надо было расписаться в документах, ставил крестик. Но как он играл! Талант от бога! Сам придумывал мизансцены, рисунок роли. И Плучек с ним соглашался!.. Хотя бывают исключения. Валера Гаркалин (его сейчас уже нет, и мне его очень не хватает) - он просто гений и редкое исключение из правил. Он знал все обо всем, чего бы мы ни коснулись. Мне всегда говорил: «Таня, ты дурочка. Но я тебе расскажу». И мог говорить на любую тему практически профессионально. При этом на сцене был невероятно органичен... Мы с ним были большими друзьями. Ездили на гастроли в одном купе, переодевались в одной гримерке. Абсолютно не стеснялись друг друга. Как и с Садалским. При всем при том я бы не смогла лечь с ними в постель. Это же друзья и партнеры по сцене! Мы такое пережили! Как-то играли с Валерой антрепризу, в которой он должен был абсолютно обнаженным, а я - в нижнем белье...

- **О вас многие рассказывают как об очень щедром человеке, который ради друзей готов снять с себя последнюю рубашку...**

- Да, мне ничего не жалко. Все им готова отдать. Почему нет, если я могу себе это позволить? Стоит кому-то сказать,

# Татьяна ВАСИЛЬЕВА: «Я пять лет думала о самоубийстве...»



**Татьяна Васильева редко дает интервью. Но когда соглашается - это всегда очень интересно. Вот не умеет человек прятаться за размытыми формулировками, уходит от ответа, красоваться, жонглируя словами, стараться выглядеть комифо. Не умеет быть неестественной. Как думает, так и говорит...**

сама. Еще одну - трехкомнатную - мне предоставило правительство Москвы. Я ее дочке отдала. А ту двухкомнатную квартиру, которую я ей купила, она может своему маленькому сыночку, моему внуку Адаму передарить.

ле попросила почитать Гете, Гейне, Гриша спросил: «А кто это?» Он учится в шестом классе и экстерном наверстывает упущенное. Уже нашел здесь друзей. У него даже девочка появилась. Знает немецкий, английский, отлично говорит по-русски. Подумывает, когда вырастет, выучиться на лингвиста-переводчика... Знаете, он очень боится, что мы от него откажемся. Постоянно интересуется: «Вы меня обратно не отправите?» «Нет, никогда. Мы тебя очень любим», - отвечаем... Ваня тоже в будущем мечтает жить и учиться в России. Нас это радует.

В фильме «Самая обаятельная и привлекательная»



- **Но многие помнят скандал, связанный с бракоразводным процессом вашего сына Филиппа. Тогда ведь все утихло в трехкомнатную квартиру. Жена требовала три четверти от этой жилплощади для себя и детей?**

- Сейчас это все позади. Отношения у нас с Настей наладились, после того как я купила своим внукам, ее старшим детям Ване и Грише, по однокомнатной квартире в Москве. Они неоднократно приезжали к отцу (из Германии, где поселилась бывшая жена Филиппа Васильева. - **Ред.**). Оба очень хотели жить с ним в России. Но пока живет только Гриша. Смог убедить маму. Ему сейчас 12 лет, Ваня на год старше. Он пока с мамой в Германии, мы перевели его из муниципальной школы в частную. Система образования в Германии странная. К своему возрасту мальчики не умели умножать и делить сложные числа, не знали таблицы умножения. Когда на уроке немецкого учительница в обычной московской шко-



Смысл жизни актриса нашла в детях и внуках

СОЦСЕТИ

Ему было чуть за 50. Но он никогда никому не жаловался... После смерти мужа и сына Аллочка сильно сдала, перенесла две тяжелые операции на ногах. Нужно еще одну делать, но мы боимся, что она не выдержит. (Сестра старше Татьяны на 11 лет. - **Ред.**)

Она по-прежнему живет в нашем родном Санкт-Петербурге, уезжать никуда не хочет. Я как могу помогаю и ей, и двум ее внукам. Раз в три месяца бываю у нее. И Филипп к тете заезжает. Перевезла бы ее к себе в Москву - отказывается. Хотя бы в гости зазвать. Я ей так обязана. Она со мной в самый трудный для меня период пять лет сидела. Когда я думала о самоубийстве... Уже и детей распределила - кому кого. Жила на окраине Москвы на 14-м этаже старого дома, в старой квартирке с тараканами. Полная безнадега! Я сидела на диване по-турецки и молча смотрела в одну точку. Представляла, как рухну вниз на асфальт. Боль будет краткой - и сразу смерть!.. Аллочка была со мной все эти пять лет. Но потом я взяла себя в руки. Вышла на работу. Надо было кормить детей. И как-то все наладилось...

- **Татьяна Григорьевна, что дает вам силы работать и жить дальше? Ведь, извините, возраст и болезни никто не отменял. Вы, как и многие, перенесли ковид, лежали в больнице. О чем даже никому не сообщали...**

- Да. Лежала. И не говорила. Ну у нас это не принято. Что дает силы?.. Как раз востребованность в профессии. И семья. Еще спорт. Я каждый день с утра сначала 40 минут занимаюсь на беговой дорожке, затем иду в спортзал. Бывает, после спектакля туда отправляюсь. Ташусь туда без сил. Но позанимаюсь, тяжести потягаю, порастягиваюсь (а Татьяна Григорьевна в своем

возрасте спокойно садится на шпагат! - **Ред.**) - и опять бодрая и хочу жить! Я уже привыкла к такому ритму.

Дети постоянно мне звонят. Старшие внуки вообще каждый день меня набирают. Спрашивают: «Таня, как ты себя чувствуешь?» Боятся за меня. Мне нельзя умирать. Надо жить, жить и жить! Я еще должна купить квартиру для младшей внучки Сары, которую мне подарили Филипп и Маша осенью прошлого года. Я на нее уже практически накопила. Это моя обязанность - обеспечить детей и внуков. Ну а ту двухкомнатную квартиру на Таганке, в которой живу я, уже переписала на другую внучку - Мирру, старшую дочку Филиппа. То есть я уже как бы живу у нее...

Светлана Ямина



## Фестиваль двойняшек «Двойная радость»

В Екатеринбурге прошел фестиваль, где родители близнецов смогли познакомиться друг с другом и создать группы взаимопомощи в соцсетях.

шоу мыльных пузырей. Женщины родились с разницей в 15 минут и до сих пор неразлучны: они друг для друга и сестры, и лучшие подруги.

Близнецы самого юного возраста поучаствовали в параде двойных колясок. Двойняшки и тройняшки постарше прошли торжественным шествием. Многие пришли в самых причудливых костюмах, как на карнавал.

- Мы сами не ожидали, что мероприятие выйдет настолько востребованным в народе, - радуется одна из организаторов праздника Инга Щукова. - Фестиваль «Двойная радость» - это не только повод хорошо провести время, но и возможность для се-

мей, которых судьба осчастливила сразу двумя и даже тремя малышами, поделиться друг с другом опытом. Родители близнецов часто бывают растеряны: как выстроить распорядок дня, когда у тебя на руках сразу два младенца?

Екатеринбургские родители близнецов успешно создали группы в «В Контакте» и «Одноклассниках» и чаты в мессенджерах, в одной из таких групп зарегистрировалось сразу 160 семей. Им есть что обсудить: полезные советы и ссылки на лучших детских врачей, занимательные и обучающие кружки для детей, взаимопомощь и выручка в самых разных вопросах.

Для участия в мероприятии зарегистрировалось 200 семей с двойняшками и даже тройняшками со всех районов Екатеринбурга. Фестиваль проводится не первый год и набирает популярность. Когда акцию проводили в первый раз, участвовали только 88 семей.

Самые взрослые двойняшки на празднике - 54-летние сестры Анна и Татьяна Поляковы - показали на сцене

## Третьеклассница осталась единственной ученицей в классе

Новосибирской школьнице устроили бойкот за плохое поведение и агрессию: родители ее одноклассников перевели их в другой класс.

«Мир новостей» не раз писал статьи о школьном буллинге, но эта история совершенно уникальна не только для России, но и для всего мира.

Все началось еще в марте прошлого года. Тогда девочка повредила спину во дворе новосибирской гимназии, где играла вместе с другими ребятами на огромной куче снега. Мама девочки потребовала уволить педагога за то, что та недоглядела. Родители одноклассников, которым учительница нравится, встали на ее сторону и, соответственно, против мамы девочки, которая начала писать жалобы в прокуратуру и другие правоохранительные и административные органы. Класс и школу замучили проверками. Это не понравилось остальным взрослым.

Этой весной родители класса на собрании сообщили о жалобах своих детей на буйный характер девочки и ее агрессивное поведение - обижает одноклассников. Поскольку конфликт между мамой девочки и родителями остальных детей класса дошел уже до некой точки кипения, родители объявили девочке и ее маме бойкот: «Или она, или наши дети». И... перестали водить детей на занятия.

Бойкот продолжался целый месяц. Одноклассники девочки, которую обвинили в рукоприкладстве и плохом

поведении, делали домашку дома и пересылали учителю по интернету. На уроки очно ходила лишь сама школьница. Ситуация дикая. Но она получила продолжение. В конце учебного года родители заявили, что все согласовали с администрацией школы и переводят детей в специальный созданный для них новый класс - 4 «Д». А девочка пусть остается в параллельном классе одна.

Но как такое возможно? Все-таки это ребенок. Даже если в какой-то момент школьница повела себя не-

правильно и агрессивно, ей нужна психологическая помощь и поддержка, чтобы подкорректировать поведение.

Администрация новосибирской гимназии уверила мэрию и чиновников от образования, что с нового учебного года девочка не будет учиться в одиночестве. Желающих получить образование в гимназии хватает. Наберут еще учеников в 4 «А». Быть может, с другими одноклассниками поведение ребенка будет более позитивным.



ADOBESTOCK

## 30 лет жил с пулей в голове

Инородный предмет в мозгу жителя Удмуртии заметили на компьютерной томографии перед операцией по искривлению носовой перегородки.

В Первую республиканскую клиническую больницу города Ижевска обратился 52-летний ветеран боевых действий. Мужчина жаловался на затрудненное дыхание из-за искривления носовой перегородки после травмы. Перед операцией на носовой перегородке обязательно делают компьютерную томографию головы и око-



ADOBESTOCK

лоносовых пазух. Мало ли, вдруг какие-то патологии... Но неожиданно на снимке врачи увидели у пациента не опухоль, а... пулю в мозгу.

Пуля застряла между полушариями мозга в средней черепной ямке. Поэтому мужчина не погиб, и деятельность мозга у него не была нарушена. Пуля пробыла в черепе мужчины более 30

лет. А у него даже голова не болела! Ветеран боевых действий уже и забыл, что был когда-то ранен в бою.

Извлекать пулю врачи не решились, поскольку для этого пришлось бы делать трепанацию черепа и довольно опасную для пациента операцию на мозге. Решили, что принцип врача «не навреди!» как раз про этот случай. Ведь больше 30 лет пуля мужчине никак не мешала.

Медики ограничились проведением мужчине операции на носовой перегородке. К этому времени носовое дыхание у него уже восстановилось. Мужчина выписан из больницы. Везунчику, которого даже пуля в голову не берет, посоветовали время от времени делать МРТ и беречь здоровье.

Однако это не такой уж уникальный случай. Всего несколькими днями ранее до этого происшествия в Удмуртии в Москве врачи Серпуховской больницы спасли 25-летнего парня с пулей в голове. Молодой человек получил пулю в лоб в результате неосторожного обращения с пневматическим оружием.

В Минздраве сообщили, что пулю извлекли под общим наркозом через маленькое отверстие в черепе из правой теменной доли при помощи вакуум-отсоса и хирургического пинцета. Рану зашили. Молодой мужчина быстро пошел на поправку. Сейчас его уже выписали домой на амбулаторное лечение.



СОЛБЕТИ

## Чудо-дворец в два этажа из отходов

Интересные детали, найденные на свалке, 72-летний тюменский умелец приспосабливает так, чтобы все смотрелось ярко и органично.

Николай Попов из старенькой избушки на окраине СНТ от Судостроительного завода умудрился построить для себя и родни двухэтажный сказочный терем. Стиль - эклектика. У него в комнатах статуя Будды соседствует с православными иконами. Под крышей - резное кружево. Окна тоже украшены кружевными ставнями. На торце крыши «горит» звезда, а зарю высматривают петухи, изготовленные из старых прялок, найденных на свалке.

На стройках и свалках, на блошиных рынках вот уже 15 лет тюменский умелец находит свои «сокровища», которые потом идут в дело. В доме есть даже притащенный откуда-то и наряженный манекен из магазина одежды, а также целая коллекция старинных фарфоровых статуэток (кто-то выкинул за ненадобностью). Но в этом причудливом и нарядном домике они смотрятся, как родные.

Жена Мария сначала ругалась: мол, зачем ты этот хлам домой тащишь, скоро весь дом в мусорку превратишь. А потом увидела, что получается красивый сказочный теремок, которым можно гордиться, и стала мужу помогать.

По образованию Николай Иванович - инженер-строи-

тель. Он много где побывал за свою жизнь, видел красивые традиционные национальные строения в разных стилях. Признается, что ему до смерти надоело однообразие «человейников» и унылые дома-коробки. Душа требовала чего-то яркого, самобытного и неповторимого. На пенсии появилось свободное время для творчества, и Николай Попов стал создавать свой дворец.

Теперь к необычному красивому дому тянутся прохожие и просят у хозяина разрешения сфотографироваться рядом с ним. Если дело так дальше пойдет, к дому Николая Попова экскурсии водить начнут.

Сам тюменский умелец говорит, что на творчество его вдохновляют религия и внук. По утрам занимается медитацией, как буддистские монахи. Николай Попов в последнее время увлечен философией и мудростью буддизма. Все старческие недуги и болячки отошли на второй план. Болеть некогда! Планов громадье!

Для любимого внука творческий дед оборудовал во дворе огромную горку и большой бассейн. В ближайших планах - построить рядом гараж для сына, да не простой, а такой же украшенный, как сказочный дворец.

Не секрет, что в последние полтора года россияне потянулись в бывшие советские республики на ПМЖ. Как они живут на новом месте, как к ним относятся местные, что они сами думают о своем житье-бытье? «МН» планирует подготовить серию материалов о наших соотечественниках за рубежом, а наш первый репортаж - из столицы солнечного Узбекистана.

Модное нынче слово «релокант» я долго не мог запомнить, называя релокантов... релаксантами. Мой одноклассник Андрей Бучек, некогда перебравшийся из столицы Каракалпакии в Орск Оренбургской области, а затем вновь вернувшийся в Узбекистан, заметил, что моя оговорка в названии переселенцев из России подкреплена реальностью - многие приехали в Узбекистан из России ради релакса.

- Я быстро отличаю настоящего релоканта от местного жителя, - поведал мой тезка. - У них независимый, порой надменный взгляд, в магазинах покупают разные продукты, не особенно обращая внимания на ценники, все фотографируют и записывают на видео.

- А ссор с местным населением у «понаехавших» нет? - поинтересовался я.

- Конфликты бывают, особенно на первых порах, но, как правило, они быстро гасятся. В большинстве своем узбекистанцы - доброжелательные, гостеприимные люди, относятся к гостям с уважением. Поэтому релоканты и не торопятся домой, - считает одноклассник.

## Ташкент - город хлебный

Его точку зрения разделяет и предприниматель из России Петр Борисов, живущий в Ташкенте с октября прошлого года.

- Поначалу я относился к местным настороженно - не понаслышке ведь знаю, что в России многие преступления совершают мигранты из Центральной Азии. Но вскоре понял, что те, кто приезжает в Россию на заработки, и те, кто остается в стране, - совершенно разные люди. Такое впечатление, что все потенциальные правонарушители уехали отсюда, а здесь остались законопослушные, предупредительные и доброжелательные граждане. Не раз был свидетелем, как вновь

# РЕЛОКАНТЫ НА РЕЛАКСЕ



СОЦСЕТИ

прибывших стараются поддержать: кто-то кормит их бесплатными завтраками в хостеле, кто-то помогает найти недорогое жилье и работу. И практически каждый готов подбодрить добрым словом, подсказать и посоветовать. Те, кому довелось пожить в разных странах, считают, что переезд в Ташкент - один из самых мягких вариантов эмиграции: теплота и доброжелательность местных жителей помогают быстрее адаптироваться на новом месте и почувствовать себя как дома.

Расстраивают цены на жилье. «Трешка» без ремонта недалеко от метро в спальном районе стоит 700 долларов в месяц. Еще год назад ее цена была 250 долларов. А других минусов практически нет. Я заметил, что узбеки очень ценят желание приезжих выучить их язык, соблюсти национальные традиции. К таким местные жители относятся с уважением. Я вот потихоньку осваиваю язык, - поделился мой собеседник.

одна эконом-поездка - 1 доллар. В Ташкенте хорошая инфраструктура: много аптек, ресторанов, магазинов. Опять же фрукты - сладкие, сочные, почти даром. Из продуктов меньше всего тут рыбы, поскольку выхода к морю в Узбекистане нет и логистика для этого товара дорогая.

шум из местных кафешек, которые поменяли свое расписание и теперь в выходные и праздничные дни могут работать до утра. Такого раньше и представить было невозможно! Кроме дорогих ресторанов все кафе закрывались в 21 час по местному времени, - грустит Стелла.

Узбекский Институт прогнозирования и макроэкономических исследований назвал основные черты российского иммигранта. Его средний возраст - 32 года, более чем у 93% приехавших есть высшее образование, а средний стаж работы составляет восемь лет. В основном в страну приезжают инженеры (18%) и IT-специалисты (15%), менеджеры, маркетологи, специалисты по управлению и административный персонал.

## Плюсы и минусы переезда

Но не все приезжие разделяют эту точку зрения. Живущая в Узбекистане десять лет Стелла М., переехавшая сюда из Москвы, сетует, что ситуация в городе изменилась, и не в лучшую сторону.

Проживающая в Узбекистане много лет профессор Ташкентской консерватории Инна Сергеевна Твердохлебова тоже не очень рада нашествию россиян.

- На первом этаже многоэтажного дома, в котором я живу, открылось несколько кафе, заснуть ночью невозможно и утром не поспишь - они начинают работать чуть ли не с рассвета, - возмущается она. Многочисленные жалобы коренных жителей, похоже, сделали свое дело. Власти прислушались к ним и решили кафе на первых этажах жилых домов в центре убрать.

Коротко, но емко поведал о плюсах и минусах жизни в Ташкенте еще один мой знакомый, житель многогострадной Белгородчины Валерий Парников, который жил тут зимой и ранней весной, а потом вернулся на родину.

- Начну с негативного. Нервирует неорганизованность дорожного движения, отсутствие инфраструктуры для пешеходов, переходить

дорогу сложно. Расстраивает комиссия за любое действие по банковской карте, цены на импортные товары завышены по сравнению с Россией, зависимость от газа в квартирах, отчего может быть коллапс, что и произошло зимой, когда температура в городе опускалась до минус 25°C.

Из положительного: чувствуется динамика развития, дешевое такси, если следить за рационом и есть только местное, можно находиться на здоровом питании за копейки. Есть где перекусить, пища всегда свежая, некачественная уличная еда встречается крайне редко. Здесь огромная конкуренция: схалтуришь раз, посетители будут огибать твое заведение за три версты. Одежда, сшитая в Узбекистане, стоит копейки. Основной расход - аренда жилья, имея свое, можно жить весьма экономно и прилично. А самый главный плюс - доброжелательность местного населения, в отличие от соседних Казахстана и Киргизии, здесь живут более отзывчивые люди.

Пока я был в Ташкенте, здесь прошел международный круглый стол на тему: «Гуманитарные и экономические аспекты миграции». Его участники говорили, что новое направление в миграции, получившее название «релокация», - одно из интереснейших и масштабных явлений. О своем опыте помощи релокантам в ходе круглого стола рассказала основатель информационной платформы Relocationuz Луиза Салимеева.

Она подметила такую особенность: релокантами себя считают не только граждане Российской Федерации, Украины или Белоруссии, приехавшие в эту страну, но также и узбекистанцы - те, кто ранее уехал за пределы страны, а теперь вернулся. Некоторые вернули себе гражданство Узбекистана, так как их заявления на имя президента страны об отказе от гражданства еще не были рассмотрены. И они радовались нерасторопности чиновников, которые по разным причинам не дали хода их заявлениям. Такие вот реалии жизни «понаехавших» в столицу Узбекистана.

Что касается других городов республики, то туда особо никто не едет. Разве что в Самарканд, Бухару и Хиву приезжают любители восточной экзотики. Но... довольно скоро она им надоедает, и люди перебираются в Ташкент.

Андрей Князев

## КСТАТИ

По данным Государственного комитета по статистике Республики Узбекистан, за последние девять месяцев в страну с туристической целью въехали 3,6 млн человек, из которых 395,1 тыс. - граждане России. Это в 2,1 раза больше, чем за аналогичный прошедший период. А регистрацию, необходимую для длительного проживания в стране, получили 318,1 тыс. российских граждан.

- Ташкент мне очень нравится, - рассказывает москвичка Александра. - Он компактный, но не маленький. Расстояния здесь - это самое большое преимущество по сравнению с Москвой. Средняя поездка на такси - 10-15 минут, тут оно очень дешевое - в среднем

- То, что творится тут в последние года полтора, меня абсолютно не радует. Мало того что выросли в несколько раз цены на аренду жилья (а Стелла его продолжает снимать), так еще и с утра до вечера продолжается какой-то карнавал. Меня раздражает

Чуть менее 40 лет назад медицина начала войну против яиц, объявив их одним из самых вредных продуктов. Тогда в марте 1984 года в США вышел журнал Time, на обложке - фотография яичницы с беконом и красноречивая надпись: «Холестерин: и сегодня плохие новости...» Все дело было в холестерине. Яйца содержат приличные количества этого вещества, и в борьбе с холестерином был нужен понятный символ врага. Им и стали яйца.

Другим знаковым событием, связанным с холестерином, оказалось появление статинов. Эти препараты начали применять примерно в то же время - в 1985-м. И после этого они быстро стали самыми популярными среди всех лекарств. Их тоже сделали символом борьбы с холестерином. Но война с ним началась с объявления врага - яиц.

## В яйцах масса всего полезного

Честно говоря, в страшилки про яйца было трудно верить. Ведь тот факт, что из маленького яйца, уже оторванного от материнского лона, вырастает настоящий птенец, говорит о многом. В них должно быть все для его роста и развития, ведь мать-курица уже не может дать ему ничего питательного, только тепло своего тела. И выводы из этого однозначны - в яйце просто не может не быть огромного количества важнейших и полезнейших веществ. Это и «кирпичики» вроде важнейших аминокислот и жиров, из которых строится организм будущей птицы, и биологически активные вещества, нужные для регулирования его роста и развития: витамины, макро- и микроэлементы, фосфолипиды, лютеин, и еще много чего. И все это абсолютно натуральные продукты. Конечно, там есть и холестерин - без него не обходится ни одна клетка в организме (он входит в состав ее мембраны), он превращается в важнейшие гормоны и желчь. И особенно много его в мозге. Холестерин - жизненно важный элемент, и в первую очередь для развивающегося организма. Но с другой стороны, в яйцах есть фосфолипиды, снижающие его негативное действие на сосуды.

## Холестерин холестерину рознь

А теперь давайте взглянем в эпоху 1980-х из нашего сегодня. Понятно, что холестерин вреден для сосудов. Главным и самым массовым оружием против него остаются статины, хотя на этом фронте появилось и новое более эффективное оружие

# Яйцами можно лечить ожирение

Сегодня наступили времена, когда можно говорить о полезных свойствах яиц. Еще недавно их можно было только ругать.

(см. «Наша справка»). Но при этом сейчас уже ясно, что ни статины, ни другие лекарства никак не влияют на тот холестерин, который мы потребляем в составе яиц и каких-либо других продуктов. Препараты борются не с этим внешним холестерином, поступающим с едой. Они тормозят синтез другого холестерина - внутреннего. Он образуется у нас в организме - в печени.

## НАША СПРАВКА



В 2015 г. появились новые и особо эффективные препараты для снижения холестерина. Их называют блокаторами PCSK9. Это не обычные синтетические лекарства, а моноклональные антитела, аналогичные тем, что продуцирует наша иммунная система. Связываясь с ферментом PCSK9, они блокируют его действие. Препараты вводят подкожно один раз в две недели. Главный недостаток этих лекарств - цена, они очень дороги. Месяц лечения ими стоит не менее 35 тыс. рублей. Поэтому их пока назначают только при очень высоком риске инфаркта или инсульта, если неэффективны статины или когда они противопоказаны из-за осложнений (поражение печени, боли в мышцах и т. д.). Но де-факто показания для лечения ими гораздо шире. Возможно, в будущем они будут использоваться шире. Но пока их применение ограничено из-за цены.

Лекарства блокируют ферменты, производящие этот холестерин. И пока медики боролись с внешним врагом, содержащимся в продуктах, никак их не одерживали. Попытки блокировать усвоение в кишечнике внешнего холестерина организм с лихвой покрывал за счет своих внутренних резервов - ферменты начинали работать активнее. Разорвать этот замкнутый круг помогли только статины. А яйца пали жертвой информационной войны на этом фронте.

## Новый взгляд на «куриные фрукты»

Почему же в последнее время медики стали лояльнее к яйцам, ведь холестерина в них меньше не стало? Ученым умам «разрешили» вспомнить, что в яйцах есть куча всего полезного. Причин тому несколько.

Во-первых, окончательный и бесповоротный крах потерпели трансжиры, которые были основой низкохолестериновых продуктов - маргаринов, спредов, кулинарных жи-

ров. Мировая медицинская элита много лет приучала человечество к этим почти искусственным заменителям природных жиров. Но в одночасье все рухнуло - содержащиеся в них трансжиры оказались гораздо хуже холестерина и самых вредных натуральных жиров.

Во-вторых, в последние годы стала бурно развиваться нутрициология - наука о питании. Ученые с огром-

ли им официально статус функциональных продуктов - они считаются особо полезными и могут использоваться для каких-то конкретных медицинских целей. Каких?

Ну вот, например, мнение исследователей из Коннектикутского университета в США о том, что яйца, потребляемые на завтрак, помогают бороться с лишним весом. Его опубликовали в известном журнале Nutrition Research. В своем исследовании ученые сравнили два типичных завтрака - булочку с чем-нибудь мясным и с яйцом. Калорийность обоих завтраков была абсолютно одинаковой, а вот эффекты отличались. После завтрака с яйцом чувство сытости сохранялось дольше, количество пищи, съеденной в обед, было меньше, а все показатели анализа крови - сахар, инсулин, гормон грелин (они важны для здоровья, аппетита и набора веса) - оказывались гораздо лучше, чем после булочки с мясом.

Это значит, что яйцо на завтрак обеспечивает не только массу полезных веществ, но и создает хорошее чувство сытости. А это залог того, что не будет обжорства потом. И, следовательно, риск развития ожирения меньше. Одним словом, это важный и полезный продукт и во время диеты, и когда вы ее прекратили (яйцо поможет не набирать вес), и просто в жизни.

Конечно, после одного исследования рекомендовать яйца для похудения рано. Но дело в том, что такое исследование уже не одно. Похожие данные получали и раньше. А значит, результаты повторяются, и это лишний повод обсудить перспективы применения яиц для снижения веса. На Западе так и поступают: собираются ученые, они спорят, обсуждают большой массив исследований, а потом приходят к консенсусу, и на упаковках продуктов появляется нечто вроде показаний для приема, как на лекарствах. Для яиц они могли бы звучать примерно так: «Яйца - это сбалансированный продукт, помогающий снижать вес, создавая хорошее чувство сытости. 1-2 яйца в день могут использоваться в программах лечения ожирения».

ным энтузиазмом бросились исследовать продукты, которые оказались изученными меньше, чем звездное небо. И нашли там такие сокровища... А яйца оказались одними из самых насыщенных всякими полезностями продуктов. В них нашли такие вещества, которые возможный вред холестерина нейтрализуют. И наконец, стало окончательно понятно, что роль яиц в повышении уровня холестерина крови невелика.

## Яйца могут стать функциональным продуктом

Сейчас можно даже говорить о триумфе яиц. Среди ученых, занимающихся наукой о питании, идет серьезная дискуссия на тему: не приравнять ли яйца к йогурту и прочим кефирам? То есть не придать



## Смерть в воздухе

Длительные перелеты могут вызвать опасные состояния у людей со слабыми сосудами. Почему перелеты опасны для сердечников?

На днях всю страну потрясла новость о скоростной смерти в самолете 46-летнего замминистра науки и высшего образования РФ Петра Кучеренко, супруга известной певицы Дианы Гурцкой. Ему стало плохо по дороге из служебной командировки на Кубу: самолет экстренно посадили в Минеральных Водах, однако мужчину спасти не удалось. Предварительный диагноз врачей - сердечный приступ из-за длительного нахождения на высоте.

Любям с сердечно-сосудистыми заболеваниями нужно знать, что длительный перелет повышает риск развития тромбозов, инсультов и инфарктов.

Почему так происходит, рассказал кардиолог Иван Якименко.

При длительном перелете человек вынужден несколько часов подряд сидеть, практически не двигаясь, - поясняет врач. - Это приводит к застою крови в нижних конечностях. Особенно опасно это для людей с варикозом, для беременных и людей с сердечно-сосудистыми патологиями. Застой крови может привести к образованию тромба. Сухой воздух в салоне самолета только усугубляет проблему и повышает риск. Кроме того, перепады давления при взлете и посадке, а также турбулентность в воздухе могут вызывать скачки давления у гипертоников. Это также чревато сердечными приступами, гипоксией, сердечной недостаточностью, гипертоническими кризами. У людей с аэрофобией на высоте нередко случаются панические атаки, они переживают сильный стресс, что также плохо отражается на сердечно-сосудистой системе.

Что делать, если риски по здоровью есть, а лететь все-таки надо? Врачи советуют оценить соотношение рисков и задуматься об альтернативном транспорте: может, до нужного места возможно добраться на поезде, на автобусе или на машине. Но в случае с Кубой, конечно, иного выбора, кроме самолета, у чиновника не было.

Пациентам с сердечно-сосудистыми заболеваниями, если они планируют полет, стоит посоветоваться со своим лечащим врачом и держать при себе все лекарства, которые можно принять в экстренных случаях для облегчения симптомов.

Олег Павлов

Олег Днепров

# Борьба за экологию может нарушить экосистему океана

**Ученые ошарашили: усердная очистка от пластика в отдаленных районах Тихого океана может нанести вред хрупкой экосистеме, пустившей корни среди мусора. Он стал убежищем для многочисленных организмов, по воле случая попавших на морские просторы с берега.**



Удивительно, что что-то столь вредное, как пластиковые отходы, может преднамеренно создать дом для маленьких, но важных существ. Оказалось, что даже в самых неожиданных местах природа находит способ адаптироваться и выжить. Например, пластиковые мусорные острова, образующиеся в Тихом океане, стали домом для особой группы организмов, которые объединяют термином «нейстон». Водомерки-галобатесы, гидроиды порпита, мхи, ракообразные, моллюски и другие крошечные существа-нейстоны живут у поверхности воды и играют важную роль в экосистеме и пищевой цепи океана (альбатросы и черепахи полагаются на них в качестве источника питания), но все они могут погибнуть, если усердно чистить от мусора крупнейший в мире водный объект.

Тихий океан, некогда вызывавший восхищение сво-

ими просторами и красотой, с 1990-х годов и по сей день подвергается молчаливому нашествию пластиковых отходов. Бутылки, сети и всевозможные предметы домашнего обихода попадали в воду с берега и кораблей, а круговые течения подхватывали все это «добро» и переносили его на тысячи километров, образуя огромные мусорные пустоши в регионах, где течения меняли направление. В последние годы появились инновационные проекты по утилизации мусора, но это благородное дело столкнулось с необычным препятствием.

Недавно ученые обнаружили, что мусорные острова могут быть столь же важны для нейстонов, как знаменитое Саргассово море, названное так в честь одноименной водоросли и известное своим изобилием

морской флоры и фауны. В статье, опубликованной в журнале PLOS Biology, исследователи рассказали о своем путешествии по Большому тихоокеанскому мусорному пятну, вернее, по местам, где concentra-

тельно небольших образцов пластика, ставшего убежищем для десятков микроорганизмов!»

Что еще интереснее, так это то, что ученые заметили прямую зависимость между количеством пластика и ко-

личеством нейстона. В трех из пяти изученных групп больше было пластика, тем больше было и микроорганизмов. Также было установлено, что на

фрагментах размножаются морские анемоны - коралловые полипы. В некоторых фрагментах наблюдалось сосуществование океанических и прибрежных животных, хотя и не всегда мирное. Были отчетливо видны следы того, что анемоны пожирала пурпурных улиток. Кто бы мог подумать, что

мусор спровоцирует такую драму? Как бы там ни было, но плавающий на поверхности пластик позволил прибрежным видам, случайно оказавшимся в открытом океане, колонизировать мусорные участки, процветать и размножаться, расширяя среду своего обитания.

Сделанное открытие показало, что очистка оазиса, скрытого среди пластиковых пустошей, может нарушить первоначальную среду обитания организмов-нейстонов и станет губительна для некоторых морских обитателей. Никто не спорит: очищать океан и защищать окружающую среду важно, но слишком усердствовать не стоит, чтобы не навредить уникальным экосистемам. Для этого придется искать решения, которые позволят сохранить на океанических свалках сформировавшийся хрупкий баланс жизни.

Елена Казанцева

**Никто не спорит: очищать океан и защищать окружающую среду важно, но слишком усердствовать не стоит, чтобы не навредить уникальным экосистемам. Для этого придется искать решения, которые позволят сохранить на океанических свалках сформировавшийся хрупкий баланс жизни.**

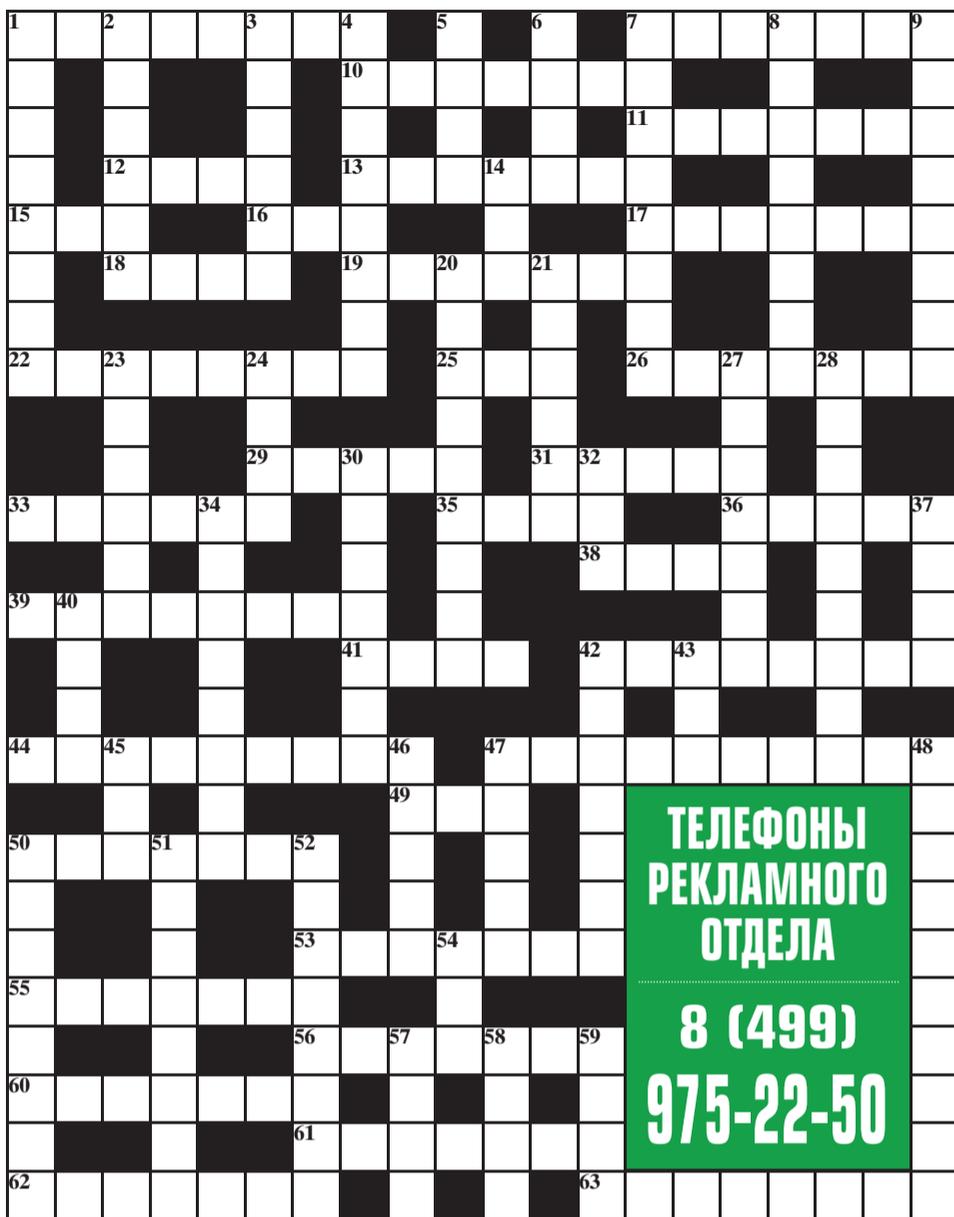
ция пластика была наиболее высока. Там-то ученые и обнаружили нейстонов. Руководитель исследования экологических исследований Линси Харам не могла сдержать своего удивления: «Мы были поражены тем, как много прибрежных видов оказалось в относи-



**7 июня - аспект Меркурия и Венеры: велика вероятность уклонения от реальной жизни в выдуманный мир. 8 июня полусекстиль Меркурия и Марса наполнит духовной энергией и остротой ума, прибавит активности и решительности. Хорошее время для претворения своих идей в жизнь. 9 июня - секстиль Венеры и Марса: будем легко находить общий язык друг с другом. Воспользуйтесь этим днем для налаживания, казалось бы, безнадежных контактов. 13 июня - трин Меркурия и Юпитера: день хорош для политиков и всех тех, кто связан с законом.**

## АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ ОТ ВИКТОРИИ ЗВЕЗДНОЙ

<p><b>21.03</b> <b>20.04</b></p> <p><b>ОВЕН</b></p> <p>У Овнов это не лучшее время для принятия важных решений и подписания каких-либо документов. Альянс, созданный в эти дни, будет хрупким. В четверг обстоятельства будут на вашей стороне. В понедельник будьте внимательны с деловой перепиской, также возможны обман и просчеты. Благоприятные дни - <b>8 и 9</b>. Неблагоприятные дни - <b>7 и 12</b>.</p>	<p><b>21.04</b> <b>20.05</b></p> <p><b>ТЕЛЕЦ</b></p> <p>Загадки и интриги будут окружать Тельцов всю неделю. Звезды советуют вам быть более осторожными в выборе союзников и попутчиков и не поддаваться влиянию окружающих. В среду стремитесь к последовательности и все успеете. В выходные уделите время походу по магазинам. Благоприятные дни - <b>10 и 11</b>. Неблагоприятные дни - <b>8 и 13</b>.</p>	<p><b>21.05</b> <b>21.06</b></p> <p><b>БЛИЗНЕЦЫ</b></p> <p>Взросшая самоуверенность Близнецов может привести к тому, что они будут активно гнуть свою линию. Следует отметить, что споры до морального истощения также не приведут к желаемому результату. В среду воздержитесь от незапланированных расходов. Выходные посвятите культурному отдыху. Благоприятные дни - <b>10 и 11</b>. Неблагоприятные дни - <b>8 и 9</b>.</p>	<p><b>22.06</b> <b>22.07</b></p> <p><b>РАК</b></p> <p>Раки в боевом настроении, но зачастую расходуют свою энергию впустую. Наиболее старательные из них могут быстро сойти с дистанции, попытайтесь сделать несколько дел сразу. В четверг устройте себе романтический вечер. В понедельник не участвуйте в спорах, правда окажется на стороне противника. Благоприятные дни - <b>7 и 10</b>. Неблагоприятные дни - <b>11 и 12</b>.</p>	<p><b>23.07</b> <b>23.08</b></p> <p><b>ЛЕВ</b></p> <p>Львы в данный период будут склонны к сомнениям. Если вы боитесь подвоха или не чувствуете привычной уверенности, не предпринимайте каких-либо кардинальных решений, двигайтесь к цели маленькими шажками. В четверг избегайте напряженной работы. Найдите время для спорта в выходные. Благоприятные дни - <b>11 и 12</b>. Неблагоприятные дни - <b>7 и 13</b>.</p>	<p><b>24.08</b> <b>23.09</b></p> <p><b>ДЕВА</b></p> <p>Дев сейчас будут отличать оптимизм, нетерпение, щедрость и широта души. Это прекрасный период для многолюдной вечеринки, коллективных приключений, или поездки в отпуск. В четверг не торопите события. Вторник посвятите решению финансовых вопросов, будьте при этом предельно внимательны. Благоприятные дни - <b>10 и 11</b>. Неблагоприятные дни - <b>8 и 9</b>.</p>
<p><b>24.09</b> <b>23.10</b></p> <p><b>ВЕСЫ</b></p> <p>Весам на этой неделе следует внимательно присмотреться к своему окружению. Не позволяйте другим помыкать собой просто потому, что многие воспринимают вас как безотказных простачков. В среду оформляйте и подписывайте важные документы. В субботу активно займитесь работой по дому. Благоприятные дни - <b>8 и 9</b>. Неблагоприятные дни - <b>12 и 13</b>.</p>	<p><b>24.10</b> <b>22.11</b></p> <p><b>СКОРПИОН</b></p> <p>Скорпионы будут трудиться не покладая рук. Однако будьте аккуратны, чтобы не выйти за рамки ваших возможностей - как умственных, так и физических. В среду не принимайте ответственных решений. В выходные развейтесь с друзьями, запланируйте поездку на природу. Благоприятные дни - <b>10 и 11</b>. Неблагоприятные дни - <b>8 и 13</b>.</p>	<p><b>23.11</b> <b>21.12</b></p> <p><b>СТРЕЛЕЦ</b></p> <p>Стрельцы в данный момент смогут решить большинство повседневных задач с легкостью и успехом. Это отличное время для помолвок и некоторых любовных авантур. Будьте бдительны, берегите деньги и вещи в четверг. Любые разногласия во вторник будут легко урегулированы в неформальной обстановке. Благоприятные дни - <b>10 и 11</b>. Неблагоприятные дни - <b>8 и 9</b>.</p>	<p><b>22.12</b> <b>20.01</b></p> <p><b>КОЗЕРОГ</b></p> <p>Неделя у Козерогов окажется приятной, но в то же время слегка суетной и утомительной. Это хорошее время для принятия нестандартных решений и продвижения ваших личных идей. Снизьте нагрузки, поберегите здоровье в пятницу. Холостные посылки во вторник могут иметь последствия. Благоприятные дни - <b>7 и 8</b>. Неблагоприятные дни - <b>11 и 12</b>.</p>	<p><b>21.01</b> <b>19.02</b></p> <p><b>ВОДОЛЕЙ</b></p> <p>Суета и стремление угодить всем подраяд могут вывести Водолея из равновесия. Оглянитесь по сторонам и посмотрите на вещи под другим углом: все относительно, лучше займитесь любимым хобби. Избегайте авантюризма в четверг. Выходные окажутся плодотворными для домашних дел. Благоприятные дни - <b>9 и 10</b>. Неблагоприятные дни - <b>7 и 13</b>.</p>	<p><b>20.02</b> <b>20.03</b></p> <p><b>РЫБЫ</b></p> <p>Рыбам на этой неделе не стоит демонстрировать свои слабые места окружающим. Кроме того, не делитесь подробностями личной жизни с ненадежными людьми. Следите за своим настроением в среду, мелкие неурядицы не выбьют вас из седла. В пятницу возможно романтическое знакомство. Благоприятные дни - <b>10 и 11</b>. Неблагоприятные дни - <b>8 и 9</b>.</p>



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 1. Фернан с кругосветным путешествием. 7. Прimitивный ковер в прихожей. 10. Веер с обслуживающим персоналом. 11. Проход для изворотливых. 12. Сосуд для питья вина в старину. 13. Водоем в Новгородской области. 15. Релаксирующие процедуры в салоне. 16. В зодиаке после Близнецов. 17. Итальянец, наставник Шуберта. 18. Войско К. Минина и Д. Пожарского. 19. Виновник душевной травмы. 22. Завышающий цену продавец. 25. Голос, который издает лев. 26. Республика с Абаканом. 29. Машина с гирьками. 31. Турецкая курительная трубка. 33. Мудрец – учитель Платона. 35. Ветхозаветный первочеловек. 36. Балет по рассказу А. Чехова. 38. Зверь из перевертыша про розу. 39. Приемный сын умельца Джеппетто. 41. Самый крупный приток Волги. 42. Леся в литературе Малороссии. 44. Изучает мутацию гриппа. 47. Продукт детской журналистики. 49. Ее талия – эталон для дам. 50. Считанный момент времени. 53. Прима латвийского кино Вия. 55. Отличительная примета кобры. 56. Теленок в хозяйстве Матроскина. 60. «Хитрый» съедобный гриб. 61. Возрастное отличие супругов. 62. Столица Туркменистана. 63. Южное растение с душистыми цветками.

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Коллега армейской доблести. 2. Керамических дел мастер. 3. Воскрешенный Иисусом Христом. 4. Тетя Соня нашей эстрады. 5. Пугливая сестра оленя. 6. Алкоголь для токийца. 7. Зоя в фильме «Воскресный папа». 8. Хулиганка в «Полосатом рейсе». 9. Союз на добровольческих началах. 14. Лакомство Винни Пуха. 20. Город Гроба Господня. 21. Родня лосося с Дальнего Востока. 23. «Белый редис» среди овощей. 24. Удобрение, витающее в воздухе. 27. Краб на фуражке мичмана. 28. Разговор взрослого с младенцем. 30. Хлопковая непряденая нить. 32. Американская актриса Турман. 34. Экранный Джонни Инглиш. 37. Опера Верди, любимая в Египте. 40. Племя, отстроившее Мачу-Пикчу. 42. Защитное сооружение при авианалете. 43. Музыкальный инструмент охотника. 45. Фатум, довлеющий над жизнью. 46. Взрыв гусиного смеха. 47. Сушеный белый виноград. 48. Малопонятная обывателю картина. 50. Вербочка для подвижной девочки. 51. Паз для весла. 52. «Передовой отряд» искусства. 54. Автор «Утопии». 57. Изделие китайского фарфора. 58. И Гусман, и Ким. 59. Имя композитора Хачатуряна.

☹️☹️☹️  
- Короче, я решил чаще говорить нет!  
- Бухать будешь?  
- А почему бы, собственно, и нет?!  
☹️☹️☹️  
Пришел мужик к врачу. Врач после осмотра:  
- М-да... Когда я последний раз наблюдал

такой случай, пришлось уничтожить все стадо...  
☹️☹️☹️  
- Большие деньги развращают, маленькие - озлобляют. Хочу много, много, много средних денег!  
☹️☹️☹️  
- Кто знает, какие успокоительные ле-

карства принимает Медведь в мультике про Машу? Мне тоже такие надо.  
☹️☹️☹️  
- Ваша собака меня укусила! Теперь я намерена требовать компенсацию!  
- Конечно-конечно. Сейчас я ее подержу, а вы кусайте на здоровье!

Регистрирующая контора	Рога оленей	Первобыт-ный разгром после вечеринки	Глубокая впадина на поверхности земли	Качество, определяющее лидера	Пригород древней Москвы
			Парадный в доме		
	Дочь Анны Ковальчук	Сивкина мазь			Рот, которого нужно остерегаться
	Продажа готовой продукции	Плавсредство трех мудрецов	Африканец на Руси		
			Личный щит Зевса		
Постановление, равносильное закону	Последний приют царевича Дмитрия	Фанни с премией "Сезар"	Тунгус сегодняшнего дня	Циновка в фитнес-зале	Триумфальное сооружение
			Американец неуважительно	Буква греческого алфавита	
	На груди верующего	Балтийские смолы "слезы"			
				Сыграл Батлера в "Унесенных ветром"	Рекламный мини-фильм
	Имя писателя Айтматова	Единица измерения на смену десятины	Всегда проигрывает добру		
				Печной душегуб	Светильник, облюбовавший стену
Составная часть окна	Врач без опыта работы	Фирменный значок на джинсах			
				Сыр, "уктаный" в снежную плесень	
Сто йеменских "копеек"	Город на Темзе	Разбухшая беда	Приметка Пушкина	"Косметика" для паркета	
Самая "неизвестная" буква			Магазин на Красной площади		
	Любимое "плетение" коварных дам	Классическое движение боксера			
	И Кэмпбелл, и Уоттс				

## Спасите «Кошкин дом»!



Недалеко от Клина работает приют для животных «Кошкин дом». Здесь живут хвостатые постояльцы, которые были обречены на гибель. Им помогли, выхостили и вылечили, но теперь о помощи просит сама хозяйка приюта, пенсионерка Светлана.

Сейчас здесь больше ста животных. Они были подобраны на улице или просто подобрены. Светлана умоляет: опомнитесь, люди! Ведь она одна не может выходить и вылечить всех. Светлана продала две свои московские квартиры, чтобы построить этот крохотный приют, который всегда выживал на пожертвования добрых людей. Но сегодня благотворителям и добровольным помощникам самим приходится туго. Светлана обращается в редакцию нечасто. Обычно это происходит, когда дела идут хуже некуда. Мы в очередной раз публикуем номер счета в Сбербанке 5469 4000 2590 5766. Он оформлен на помощницу хозяйки Татьяну. И если помощь придет, есть надежда, что общими усилиями «Кошкин дом» будет спасен!

**ОТВЕТЫ НА СУПЕРКРОССВОРД №23 (1536)**  
**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 1. Аббатиса. 7. Цепочка. 10. Дроздов. 11. Ефремов. 12. Наем. 13. Лоббист. 15. Фри. 16. Ерь. 17. Оркестр. 18. Каин. 19. Табак. 22. Тонометр. 25. Род. 26. Декабрь. 29. Ибсен. 31. Лунка. 33. Слалом. 35. Егор. 36. Дартс. 38. Ажур. 39. Укоризна. 41. Злак. 42. Портниха. 44. Хрусталик. 47. Наваждение. 49. Ода. 50. Татарин. 53. Кибитка. 55. Антошка. 56. Натяжка. 60. Авиашоу. 61. Набоков. 62. Кабалье. 63. Австриец. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Аэрофлот. 2. Бабник. 3. Игумен. 4. Адюльтер. 5. Горб. 6. Эдди. 7. Цветовод. 8. Оперетта. 9. Акварель. 14. Боа. 20. Баронесса. 21. Кадило. 23. Нагано. 24. Ефим. 27. Квадрат. 28. Багратион. 30. Салазки. 32. Ура. 34. Ориентир. 37. Сага. 40. Кадр. 42. Павлова. 43. Раж. 45. Унт. 46. Короб. 47. Набат. 48. Единоверец. 50. Томагавк. 51. Автобаза. 52. Накануне. 54. Имя. 57. Табу. 58. Жако. 59. Авва.

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД №23 (1536)  
О А П С И Н  
Б А З А Р О М О Н  
А Н Г О П А Е К  
А Р В О Л А В Р А  
У Б Т Р  
Х И Л Ь Б О С Т  
А А С Б О Р К А  
Й О В О В И Ч А  
Е К А И С Т Р  
К В А Р Т А А О  
А А С О Д О М  
О К А З И Я О К А  
У Б К О Н  
Ю М О Р И Н А  
Н Е С И Г  
Г К У К Л А

# ЕСТЬ ЛИ ЖИЗНЬ БЕЗ БОЛИ?

Сию, пью чай. Никого не трогаю. Вдруг звонок в дверь. Да не просто звонок, а какой-то прямо-таки настырный трезвон! Иду, открываю - и ко мне врывается Димка. Ну как Димка. Уважаемый, солидный пенсионер, ветеран труда Дмитрий Максимович. И весь в ажитации начинает кричать с порога: «Я хожу!» И тут только до меня доходит, что он сам ко мне пришел. Что тут удивительного?.. А то, что он уже года два только от дивана до кухни ходил! До магазина с палочкой и со скрипом. И то только потому, что врач сказал: если не ходить, то вообще в инвалидном кресле окажется.

Оказывается, у него новый доктор. И он порекомендовал постепенно переходить на использование медицинских аппаратов. Аппаратов, которые снимают боли без вреда для организма. Боли снимаются быстро. И они лечат!

## ТЫСЯЧЕЛЕТНЯЯ БИТВА С БОЛЬЮ

Представляете, почти 5000 лет назад в Древнем Египте жрецы-медики для снятия болей использовали электричество. Откуда его брали? От электрических сомов. Невероятно! Но это изображено на рисунках в храмах. И обезболивание срабатывало! Даже находили мумифицированных электрических сомов, чтобы и в загробной жизни можно было избавляться от боли.

А в Древнем Риме 2000 лет назад для электротерапии использовали электрических скатов.

Но Древний мир рухнул. Пришло Средневековье, и все было забыто. Но наука не остановилась.

## НОВОЕ - ХОРОШО ЗАБЫТОЕ СТАРОЕ!

К XIX веку были изобретены доступные источники тока - батарейки. И французский врач Сарландье для обезбоживания при ревматизме и подагре скрестил электричество с иглотерапией. Но вокруг иглы получался сильный ожог. Восторга у пациентов это как-то не вызывало.

А к концу XIX века изобрели генераторы тока. Французский физиолог Арсен д'Арсонваль открыл высокочастотную электрическую стимуляцию (выше 5000 Гц). Лечение и обезбоживание были успешными.

Прошло еще 100 лет. И к началу XXI века медики глубоко изучили механизмы влияния электротерапии на боль. Началась разработка медицинских аппаратов для обезбоживания и лечения.

А Вы бы хотели разорвать тиски боли без риска для остального

организма? Тогда есть отличная новость для Вас! Теперь это стало доступно с современным компактным медицинским аппаратом электротерапии Mover («Мувер»)!

## МАЛ, ДА УДАЛ!

Что это за «Мувер»? Это воплощение новейших достижений медицины в области обезбоживания и лечения. Суперсовременный, сверхкомпактный (величиной с содовый телефон), противоболевой, чрескожный электронейростимулятор (ЧЭНС), не требующий для использования медицинского оборудования и контроля!

Полная автоматизация. Потрясающе! Всего две кнопки. Включите аппарат, нажмите кнопку «Боль» или «Сильная боль». Прижмите к больному месту и выберите комфортную силу действия. Все, процесс пошел! Его ход отобразится на дисплее. Выключение автоматическое, время засекает не надо. Передозировки нет - можно провести сеанс несколько раз подряд.

А главное - аппарат доступный и автономный. Вы можете всегда держать боль под контролем. Ведь «Мувер» можно всегда носить с собой - хоть в сумочке, а то и просто в кармане!

## ЧТО ЖЕ ДАСТ ВАМ «МУВЕР»?

Вы только представьте: боли прошли, снимаются спазмы, нормализуется мышечный и сосудистый тонус. Улучшается состояние центральной нервной системы. Вы больше не прислушиваетесь к своему состоянию, с ужасом ожидая очередного приступа. Нервы успокоились. Нет панических атак. Мысли не путаются. Память отличная. Вы спокойны и уверены в себе.

Наконец-то можно выспаться! А хороший сон очень ускоряет выздоровление. Усиливается имму-

нитет. Стресс от боли больше не угнетает его. Даже вес нормализуется, потому что стресс перестанет сбивать гормональный баланс. При этом еще и ускоряется обмен веществ.

Жизнь снова станет прекрасной!

Только представьте, какая же это радость - жить без боли!

## СЕМЬ «ЗА» ЗА «МУВЕР»

1. Эффективен при снятии боли любого происхождения.
2. Действует быстрее привычных средств.
3. Не только обезболивает, но и лечит.
4. Сочетается с любыми лекарственными препаратами.
5. Нет привыкания и передозировки.
6. Прост в применении. Настройка и калибровка не требуются.
7. Всегда с собой (портативен и автономен, на батарейках).

## ЧТО ДЕЛАЕТ ЭЛЕКТРОНЕЙРОСТИМУЛЯЦИЯ (ЭНС)

ЭНС работает через рефлекторный механизм. Боль часто снимается после первого раза и быстрее, чем мы привыкли!

Электроимпульсы передаются в гипоталамус мозга, и происходит выброс в кровь эндорфинов - гормонов радости и удовольствия, вырабатываемых самим организмом. Помните, что происходит, когда Вы, например, уколете руку. Больно, но быстро проходит - это сработали эндорфины.

А еще лечебные электроимпульсы подавляют импульсацию болевых зон. Вот Вы знаете, что болевой центр мозга может реагировать только на один сигнал? Если Вы уколете палец и нажмете на мочку уха, то боль в пальце ослабнет. Ушибли ногу - потрите



место ушиба, и боль станет меньше. Так можно блокировать центр боли, подавая на него электроимпульсы и снижая острую боль.

Импульсные токи подобраны так, что подходят всем! Никакой калибровки и настройки аппарата!

И главное - эффективность действия ЭНС подтверждена клинически!

## КЛИНИЧЕСКИ ПОДТВЕРЖДЕНО!

Вот посмотрите.

**Позвоночник.** Уже после первой процедуры интенсивность боли уменьшалась. К концу лечения ремиссия в 91,9-95,8% случаев.

**Суставы.** Значительное улучшение достигнуто в 71,9-86,9% случаев.

**ЖКТ.** Значительное улучшение у 72,1-89,4% пациентов.

**Мочеполовая система.** Значительное улучшение получено в 70,3-82,2% случаев.

Особенно высокая эффективность при лечении пиелонефрита - 78,8%.

**Простатит.** Эффективно купируются боли. Снижается частота мочеиспускания. Улучшается эрекция. УЗИ предстательной железы показало, что ее размеры уменьшились после лечения у 80% больных, а в контрольной группе - только у 57%.

Мало того, при такой нейростимуляции потрясающе увеличивается длительность ремиссии, то есть боли долго не возвращаются! Например, при болях в шее и спине число обострений после ЭНС снижалось примерно в три раза!

## «МУВЕР» ВАШ НАВСЕГДА!

Да, попробовав его действие однажды, Вы не захотите расставаться с ним никогда!

«Мувер» - это настоящий «персональный специалист» по снятию боли, доступный по цене и действенный! Несколько минут - и боли нет! Лечение пошло!

И это современная технология для борьбы с болью.

Меньше боли - целее нервные клетки - долгие и приятнее жизни!

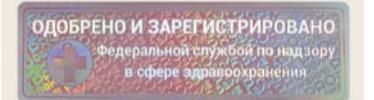
«Мувер» - это Ваша страховка от боли в любой момент. Ведь он всегда с Вами: дома, на даче, в поездке. Легкий, компактный, современный, действенный. Да это же просто мечта!

У Вас что-то заболело? Не проблема! Просто достаньте «Мувер»!

Ну разве такой аппарат не должен быть у каждого?! И он доступен! Стоит позвонить - и спаситель от боли «Мувер» станет Вашим. Он даст Вам возможность продлить на долгие годы здоровую жизнь без боли! Годы активной жизни, а не существования! Не сдавайтесь боли! Действуйте! Ваше здоровье в Ваших руках!

## Остерегайтесь подделок!

Специальная защитная голограмма на упаковке - это 100% гарантия, что Вы приобрели настоящий медицинский аппарат!



**ЗАКАЗЫВАЙТЕ АППАРАТ «МУВЕР» по телефону горячей линии 8 (800) 777-90-41**

433507, г. Димитровград, а/я 476

В письме укажите свой номер телефона  
[www.prodex.ru](http://www.prodex.ru)  
и [www.apteka.ru](http://www.apteka.ru)



**ПРЕДЛАГАЕМ**  
ДЛЯ УСИЛЕНИЯ ДЕЙСТВИЯ  
**ТАРАКСФЛЕКС БИОНОРМУЛА**

УЗНАЙТЕ У ОПЕРАТОРА, КАК ПОЛУЧИТЬ СРЕДСТВО ДЛЯ СУСТАВОВ В ПОДАРОК!\*

**БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ**

## ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ 0+

12 июня	Новосибирск	ДК «Прогресс», Красный проспект, 167 ДК железнодорожников, ул. Челюскинцев, д. 11	9.00-10.00 11.00-12.00
13 июня	Омск	ДК «Рубин», 2-я Военная ул., д. 2 Омский дом художника, ул. Лермонтова, д. 8	10.00-11.00 12.00-13.00
14 июня	Тюмень	ДК железнодорожников, ул. Первомайская, д. 55 Аптека «ЭКОНА», ул. Малиновского, д. 2а	9.00-11.00 12.00-13.00
15 июня	Екатеринбург	ДК им. Горького, ул. Первомайская, д. 24 ДК им. Лаврова, пр. Космонавтов, д. 23	9.00-10.00 11.00-12.00
16 июня	Челябинск	ДК железнодорожников, ул. Цвиллинга, д. 54 ДК ЧТЗ, пр. Ленина, д. 8	9.00-10.00 11.00-12.00
17 июня	Уфа	ГКДЦ, ул. Первомайская, д. 47 ДК Центра народного творчества, ул. Кустарная, д. 17	9.00-10.00 11.00-12.00

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка Почтой России или курьером до двери. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. Результаты могут отличаться. \*Акция действует с 07.06.2023 г. по 07.07.2023 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ