



ЕСТЬ ТОЛЬКО ГИД, ЗА НЕГО И ДЕРЖИСЬ



Гид Иван Алабугин.



Туристы защищают выжившего на Ключевской сопке инструктора Ивана Алабугина

В Новосибирске в офисе компании Extreme Time, которая организовала восхождение на вулкан Ключевская сопка, где погибли 8 участников и гид, прошли обыски. Со страниц соцсетей

сотрудники в спешном порядке стирают все комментарии. На звонки никто не отвечает. Возбуждено уголовное дело по факту причинения смерти по неосторожности. Задержан директор

Андрей Степанов. О туристической компании и гидах, которые сопровождали альпинистов-любителей на восхождении, — в материале спецкора «МК».

Читайте 4-ю стр.

МК

МОСКОВСКИЙ КОМСОМОЛЕЦ

Общественно-политическая газета
Распространяется в 85 субъектах РФ
Цена в розницу договорная

07.09. — 13.09. 2022 г.

№ 165 (582)

ИЗДАЕТСЯ С 11 ДЕКАБРЯ 1919 ГОДА

+ТВ ПРОГРАММА

MOSKOVSKIY KOMSOMOLETS

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК



ФИЛИПП КИРКОРОВ РАССКАЗАЛ, КАК ПОДОРОЖЕ ПРОДАТЬ СЕБЯ

«Это большие деньги: я заложил квартиру и все остальное»

15
стр.

КРЕДИТКИ БОЛЬШЕ НЕ ПРОКАТЯТ

Пластиковые карты уйдут в прошлое: магазины отказываются их принимать

В конце этого лета во многих заведениях общепита, развлекательных центрах, сетевых магазинах начались затруднения с оплатой банковскими картами. Вместо «пластика» клиенты настоятельно рекомендуют использовать наличные или онлайн-переводы. Опрос предпринимателей и экспертов показывает: дело не в уходе от налогов и не в западных санкциях этого года. Проблема проще и в то же время серьезнее, дело может закончиться закатом эры пластиковых карт, предупреждают эксперты «МК».

Читайте 2-ю стр.

СВОБОДНАЯ ТЕМА

Юрий ТАВРОВСКИЙ,
критик, востоковед

О ПОЛЬЗЕ ВОЖДИЗМА

Читайте 3-ю стр.

ЗЛОБА ДНЯ

Анна БЕЛОВА,
корреспондент
отдела семьи

НАРОЖАЛИ? ВОТ САМИ И УЧИТЕ

Железобетонный ответ «Это был ваш выбор — рожать», которым как прессом припечатывают мам, жалующихся на нехватку школ и учителей, все чаще можно услышать от представителей власти в регионах. На днях в одной из краснодарских школ этот ответ вырисовался в конкретный поступок. Из-за переполненности образовательного учреждения детям предложили учиться в четыре смены и перейти на самообслуживание. Мол, нарожали, мамашки? Теперь сами и майтесь.

Нет, слава богу, ночных смен, как на заводе, в этой школе пока не придумали, но помимо стандартных двух, как рассказали шокированные родители, организованы так называемые «первая сменная» и «вторая сменная». Более того, почти половину уроков на неделе детям велено проходить без помощи учителей. В расписании для пятого класса, которое показывают папы и мамы, так и указано: «5, 6, 7 урок — самостоятельное изучение». Видимо, подразумевается, что роль учителя возьмет на себя мама или папа, а может быть, юный пылкий ум и сам как-нибудь разберется.

Проблема вовсе не частная, на переполненность школ жалуются родители в самых разных уголках нашей страны. Строятся новые микрорайоны, учителей не хватает, школы «не резиновые», как говорят мам чиновники, а детей «слишком много». Как это все сочетается с катастрофической демографической ситуацией — вопрос риторический.

Читайте 3-ю стр.

Уважаемый Владимир Владимирович! Я, Давыдов Дмитрий Викторович, автор проекта «20 идей по развитию России», прошу Вас рассмотреть мое публичное обращение.

Я уверен, что Россия с ее колоссальными ресурсами и огромным интеллектуальным потенциалом за короткий период времени может войти в двадцатку мировых лидеров по таким показателям как «Индекс человеческого развития» и «ВВП на душу населения». На пути к этой цели будет полезен пример стран, которые уже продемонстрировали значительные успехи в той или иной сфере экономики и общественной жизни. Адаптация эффективного доказанного зарубежного опыта к российским реалиям ускорит прогресс.

Взяв на вооружение такой подход, еще в 2015 году я впервые начал формировать идеи и предложения, направленные на повышение уровня жизни россиян. Так в 2016 году зародился проект «20 идей по развитию России».

Миссия проекта заключается в изучении успешного мирового опыта в различных областях социально-экономической деятельности и внедрение его в контексте России с целью кратного повышения качества жизни ее граждан. Проект не преследует никаких политических целей, и я, как его единственный автор, не связан с политиками из России или других стран.

Со своей стороны я прилагаю максимум усилий, чтобы успешные реформы, тщательно выверенные и составленные с учетом специфики России, были поддержаны общественностью и стали реальностью. Все мои предложения публикуются на сайте 20idei.ru, а также широко освещаются в средствах массовой информации и социальных сетях. Таким образом, я

ОТКРЫТОЕ ПИСЬМО

Президенту Российской Федерации
ПУТИНУ В. В.



стремлюсь не только привлечь внимание к проекту, но и вызвать интерес к обсуждению среди всех, кому небезразлично будущее страны.

Хотя я сам не являюсь гражданином России и на данный момент не проживаю на ее территории, Россия является моей исторической родиной, там мои корни. Именно с этой страной меня связывает не только история моих предков, но и общие культурные ценности. Мой прадед и другие родственники погибли на поле битвы в Великой Отечественной войне, сражаясь против фашизма. Вот почему мне хочется видеть Россию в числе самых процветающих стран мира, и поэтому я вкладываю время и усилия, чтобы сделать все зависящее от меня в данном направлении.

Безусловно, государство, в первую очередь по Вашей инициативе, принимает решительные действия в плане разработки и реализации стратегии по развитию страны и повышению уровня жизни общества. Изданный Вами в 2020 году указ «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года» четко определяет приоритетные для нации цели:

- сохранение населения, здоровье и благополучие людей;
- возможности для самореализации и развития талантов;
- комфортная и безопасная среда для жизни;
- достойный, эффективный труд и успешное предпринимательство;
- цифровая трансформация.

Идеи, разработанные мной и представленные вниманию общественности и государства в 2021–2022 годах, как раз были составлены с тем расчетом, чтобы способствовать достижению поставленных национальных целей. Каждая из почти пятидесяти тем содержит в себе конкретные шаги, воплотив которые можно приблизиться к достижению целевых показателей в рамках государственной стратегии.

Ниже перечислены преимущества, которые проект «20 идей по развитию России» может дать государству:

■ Большинство предлагаемых мной решений не требуют финансирования из государственного бюджета. Остальные либо содержат предложения об источниках финансирования и популяризации бюджета, либо демонстрируют быструю окупаемость с получением дальнейшей выгоды для него.

■ Уверенность в успешности предлагаемых мер основана на скрупулезном изучении экономического и социального эффекта, который проявился в странах, где они были применены. (Стоит отметить, что некоторые мои предложения основаны на собственных рассуждениях и не имеют практического внедрения в мире, но таковые являются редким исключением).

■ Предлагаемые меры помогут органам государственной власти в решении сложных социально-экономических проблем, убрав часть бремени по разработке концепции и обоснованию внедряемых мер с плеч госслужащих.

■ Со своей стороны, с целью реализовать предлагаемые мной идеи, я готов выполнить посильные задачи, поступающие от органов государственной власти.

Очевидно, что без поддержки государства такой проект не достигнет своей цели. Поэтому я неоднократно обращался к органам государственной власти с просьбой инициировать то или иное изменение, направленное на благо общества, в первую очередь на законодательном уровне. В ответах, полученных от Совета Федерации, Государственной Думы, Администрации Президента и профильных министерств, содержалась различного рода реакция: от категорического несогласия до положительной оценки с готовностью госоргана учесть мои предложения в его дальнейшей деятельности. Но, тем не менее, ни одна из множества предложенных мною инициатив в различных сферах до сих пор не получила ожидаемого развития со стороны государства в виде положительных решений или поставленных задач.

Я прошу Вас как Президента Российской Федерации оказать поддержку проекту «20 идей по развитию России», рассмотрев содержащиеся в нем предложения и обратив внимание органов государственной власти на необходимость внедрения наиболее актуальных для страны, на Ваш взгляд, мер.

Движимый бескорыстным желанием сделать жизнь россиян лучше, я уверен, что при должном внимании со стороны государства мои предложения способны привести Россию к еще большему процветанию.

Благодарю за внимание и надеюсь на Ваш положительный ответ.

С уважением,
Дмитрий Давыдов, автор проекта «20 идей по развитию России»



Юрий ТАВРОВСКИЙ, КИТАИСТ, ВОСТОКОВЕД

О ПОЛЬЗЕ ВОЖДИЗМА

Компартия Китая не хочет повторить печальный путь КПСС

Накануне назначенного на середину октября XX съезда КПК «холодная война» против Китая активизируется одновременно на нескольких направлениях. Но направление главного удара накануне этого события и на несколько месяцев после него понятно: средства массовой информации и мозговые центры Запада будут штурмовать идею и организационное единство страны, ее руководство.

В эту копилку вносят свои три копейки и некоторые наши эксперты, ищущие противоречия между разными поколениями лидеров, отталкивающие корни противоречий в их комсомольском и чуть ли не пионерском прошлом. Главный адрес этих изысканий понятен — Кремль, силовикам, им как бы посылают сигнал: как можно выстраивать долгосрочные отношения стратегического партнерства с нестабильным руководством Поднебесной?

Идея раскола китайских элит особо популярна среди американских силовиков, работающих на администрацию Байдена, Госдеп, ЦРУ и иные центры принятия решений. Логика простая: китайская пирамида власти до сих пор похожа на советскую. Значит, можно попробовать повторить смертельные удары по КПСС, которая хвасталась монолитной сплоченностью и которая в одночасье рассыпалась в результате действий внутренней оппозиции и агентов влияния Запада.

В Пекине, несмотря на все усилия партийных теоретиков и пропагандистов, понимают генетическое родство КПСС и КПК, врожденное сходство их сильных и слабых сторон. «Старший брат» поделился не только способностью в нужный момент мобилизовать все силы нации в кулак, победить в смертельной войне и быстро восстанавливать разрушенное. Еще одна традиция — «вождизм», концентрация всей мощи партии и государства в руках лидера. Зародившаяся во времена Ленина и развитая Сталиным, эта традиция была унаследована Мао Цзэдуном. Она делает партию и нацию зависимыми от интеллекта, моральных и волевых качеств одного человека, оказавшегося на вершине властной пирамиды.

Среди причин краха КПСС и СССР выделяются невысокий интеллектуальный уровень одних наследников Сталина, физическая дряхлость и слабловость других. Компартия Советского Союза в последние годы своего существования утратила ленинские и сталинские партийные традиции, впала в эпилепсию. Как бывший сотрудник Идеологического отдела ЦК КПСС с ухом вспоминаю вялость и нерешительность верхушки партии времен заката, расцвет альтернативных центров идеологии, национализм и сепаратизм региональной власти, коррупционность высших руководителей и их связь с зарубежными деятелями. Негативный опыт Горбачева и его разностороннего окружения тщательно изучают в исследовательских центрах КПК. До сих пор обсуждают на партсобраниях. Обожжаемый на Западе Горби для китайцев «негативный учитель-самообличитель».

Разумеется, КПСС и КПК никак не назовешь «сиамскими близнецами», но сходство некоторых страниц и даже глав их истории налицо. В конце 1980-х годов в Пекине и Москве почти одновременно разразились системные кризисы. Застой в экономике, рост цен, недовольство населения стимулировали идеинные шатания. В Пекине часть руководителей, включая Генерального секретаря ЦК КПК Чжао Цзяна, видела выход в заимствовании курса перестройки. В свою очередь, в Москве, в окружении М.С.Горбачева были советники, рекомендовавшие перенять модель реформ и открытости Дэн Сяопина, перенести

центр тяжести с идеологии на экономику. Китайский кризис перешел в открытую фазу прямо на глазах Горбачева в мае-июне 1989 года и привел к событиям на площади Тяньаньмэнь. Надеемся не увидеть подобные события на Красной площади, он отверг советские изменить направление реформ. Советский кризис пришелся на 1991 год. Результатом стал распад Советского Союза. Вероятность такого же печального итога имелась и в Китае.

Компартию, а вместе с ней и всю Поднебесную, спасло не какое-то превосходство КПК в теории или практике над советскими товарищами — катастрофу предотвратили волевые качества вождя по имени Дэн Сяопин, который продолжал присматривать за своими молодыми выдвиженцами «из-за ширмы» и помнил, что «винтовка рождает власть». После паралича воли в руководстве КПК, продолжавшегося около трех недель, он воспользовался своими официальными полномочиями руководителя Военного совета ЦК КПК и реальным статусом вождя, отдав приказ очистить главную площадь страны. Мне достоверно известно, что Горбачеву тоже предлагали силовые методы решения проблем на заключительном этапе распада, но у него не достало воли и решимости. Дэн Сяопин был вождом. Горбачев вождем не был.

Лидерские качества вождя вновь оказались востребованы спустя два десятилетия после преодоления тьяньаньмэньского кризиса. Стратегия движения Китая по реформам и открытости стала источником новых экономических и технологических чудес, удививших мир. Но постепенно стала меняться обстановка и в Китае, и вокруг него. Нужно было корректировать, дополнять или даже менять стратегию.

Именно тогда Китаю крупно повезло. Нужный человек оказался в нужное время и в нужном месте. Сейчас уже очевидно, что Си Цзиньпин показал себя с разных сторон как деятель исторического масштаба, как вождя. Он начал переориентировать экономику с обслуживания заморских рынков на нужды собственных потребителей. Он предстал как решительный и эффективный правитель, развернув борьбу с коррупцией и жесточив дисциплину в правящей партии. За последние годы в КПК по существу установлено единоначалие. Будучи в равной степени коммунистом и националистом, Си Цзиньпин нашел способ заполнять духовный вакуум в обществе не только идеями Маркса, Ленина и Мао Цзэдуна. Второе дыхание партии и стране придала долгосрочная программа «Китайская мечта о великом возрождении китайской нации».

Возглавив КПК в конце 2012 года, Си Цзиньпин уже тогда, сразу после XVIII съезда КПК, изложил ее стратегические цели. «Я твердо убежден, что столетней годовщине основания КПК (2021 г.) неизбежно будет осуществлена задача создания общества средней зажиточности. Ко времени столетия создания КНР (2049 г.), несомненно, будет выполнена задача по созданию богатого и могущественного, демократического и цивилизованного, гармоничного и современного социалистического государства».

Сейчас, накануне очередного съезда, почти десять лет спустя, только слепой не видит эффективности стратегии «Китайской мечты», которая реализуется точно по расписанию. Только наивный политик может надеяться на раскол в руководстве Компартии и сомневаться в сохранении мандата власти в руках Си Цзиньпина на XX съезде. Несмотря на все старания Вашингтона и его вольтыри или невольных помощников, Компартия останется мощным и эффективным инструментом реализации чаяний китайской нации.

ЗЛОБА ДНЯ

НАРОЖАЛИ? ВОТ САМИ И УЧИТЕ

Вот, например, в Новороссийске только что открылась новая школа — как отработавшие вали власти, «самая большая и самая современная». Однако родители учителей показали, как разместили там детей — на фото их чада сидят по трое за каждой партой. Ребята жалуются, что стелются на всех не хватает, в классах душно. Теперь мамы и папы спорят, как им лучше поступить. То ли скинуться на установку кондиционера или нормальной вентиляции, то ли, как иронично предложил один папа, сразу на постройку еще одной школы. Другой отец предлагает решение более радикальное: «Посадить за эти парты администрацию города на денек, пусть совещания проведут втроем за партией».

История о том, что школа рассчитана на 1100 человек, а в действительности учатся 2800 (ею поделилась одна из мам), а в каждом классе по 38–40 детей — вовсе не сенсация, а данность. Еще одна данность, с которой надо что-то делать, но никто пока не знает что — это несоответствие наполеоновских планов по возвращению юных гениев в российских регионах возможностям этих самых регионов. Например, в одной из школ на Урале родители недовольны, что детям поставили по 10 уроков. Приходящих в полдьевого утра — уходящих в полдьевого вечера — покруче, уходящих из взрослых на работе. И как теперь быть

СЕГО ДНЯ

ГРОМКООЕ ДЕЛО



«МНЕ НЕ СТЫДНО»

Реакция калининградских врачей на суровый приговор поразила публику

Московский областной суд во вторник вынес обвинительный приговор калининградским врачам Елене Белой и Элине Сушкевич, обвиняемым в убийстве недоношенного младенца в городском роддоме №4 в ноябре 2018 года.

Реаниматолог Сушкевич перед оглашением приговора заявила: «Мне не стыдно». Обе подсудимые свою вину категорически отрицают и утверждают, что никакого убийства не было.

В своей трехминутной речи Елена Белая успела и пройтись по многолетней клинической практике своего лечебного учреждения, и обвинить всех и вся в давлении на присяжных. Шутка ли — дело рассматривается повторно. И если первая попытка осудить медиков у них на малой родине закончилась оправдательным приговором, то в Московской области победу празднует как раз прокуратура. Коллегия народных судей не нашла ни одной зацепки, чтобы снять с заслуживающих снисхождения.

СКАНДАЛ

СЫН БЕЗ ПРАВА ПЕРЕДАЧИ

Мальчика-близнеца украли у матери во второй раз

Все слышали притчу о царе Соломоне, который велел разрубить ребенка, матерью которого назвались две женщины. Настоящая мать с ужасом отказалась. Иногда кажется, что Ветхий Завет у некоторых еще в чести. В Москве отец уже во второй раз крадет ребенка у матери. Вторично отрывая подростка от мамы и брата-близнеца...

О трагической истории Любви Канафиной «МК» писал дважды. Сначала прошлой зимой, когда мама Люба обратилась в газету как к последней надежде отыскать ее похищенного в трехлетнем возрасте Пашу. После 12 лет бесплодных поисков Люба даже не знала, жив ли сын. В другой раз — в начале июня, когда блоггера широкой огласке, инициированной «МК», мальчика наконец-то нашли. И это казалось счастливым финалом истории, в которой женщина родила слабеньких недоношенных близнецов, а ее муж отказывался от одного из них, которому поставили диагноз ДЦП. А после взял да и украл здорового мальчика, увез в неизвестном направлении на долгие годы...

У нас ЧП. Антон украл Пашу второй раз. Похитил возле школы. Портфель в суморке нашли, ищут машину. Следствие работает, — таким сообщением Любовь огорчила корреспондента «МК» утром во вторник, 6 сентября. — 5 сентября он должен был вернуться из школы. Вовремя не пришел, я стала звонить. Никто не отвечал — как выяснилось потом, телефон был в помойке вместе со школьным рюкзаком. Я начала звонить в ОВД, мы вместе с сотрудником пошли к школе. Затем

КУРЬЕЗ

СИДЯЩИЕ ЧАСОВ НЕ НАБЛЮДАЮТ

В российских колониях запретили хронометры: первым пострадал шпион Улиан

Брат американского шпиона Пола Улиана, отбывающего наказание в Мордовской колонии №17, обратился к правозащитникам. Он рассказал, что у Пола отобрали наручные часы, что сделало его жизнь невыносимой, поскольку он обязан каждые два часа отмечаться (стоит на учете как «склонный к побегу»). Но это не только его проблема. Как выяснил «МК», во многих российских колониях у осужденных стали изымать наручные часы.

Тюремщики ссылаются на новые Правила внутреннего распорядка исправительных учреждений, где якобы почему-то попали в число запрещенных предметов. Это nonsense, потому что на стадии рассмотрения проекта новых ПВР правозащитники просили разрешить часы заключенным в СИЗО. В камерах часы сейчас не могут ориентироваться во времени, что нарушает их конституционные права, ведь время, как воздух и вода, никому не может принадлежать. А получившись, что часы и в СИЗО не разрешили, и в колониях запретили. Что интересно, даже в ПВР от 1992 года (30 лет назад!) в колониях общего режима часы были разрешены.

Для начала стоит вспомнить «часовую тюремную историю». Часы в местах заключения стали запрещать в годы репрессий. Аргумент был такой: зная время, сидельцы могут рассчитать переместу надзирателей и совершить побег. Поэтому стали говорить, что часы могут быть предметом торга за решеткой.

в другом ключе — как это было выгодно стороне обвинения. Первым был 900-граммовый младенец, он умер на третьи сутки. Там так же, как и с Ахмедовым, было некачественное оказание медицинской помощи», — заявила Белая.

В последнем слове врач попыталась даже объяснить за жуткую фразу «скажете, умер при перевозке!».

«Что касается фразы «скажете, умер при транспортировке»... Был ребенок, который умер при перевозке. Он умер в перинатальном центре. Смерть спровоцировал перепад температуры в реанимобиле. Поэтому я на совещании вспомнила тот случай», — сказала Белая.

Матери умершего младенца тоже досталось.

«Что касается фразы «женщина в нем не заинтересована» — я даже на следствии говорила, что, по моему мнению, там мог быть криминальный компонент. Мать ждала 54 часа (с момента начала схваток. — Прим. «МК»), обращалась в медицинскую организацию. Видимо, хотела устроить домашние роды», — вынесла Белая свой запоздалый диагноз.

Выступление Элины Сушкевич, реаниматолога местного перинатального центра, которая приехала в роддом забрать новорожденного Ахмедова, но вместо этого ввела ему смертельную дозу магнезии, оказалось по накалу эмоций полной противоположностью холодной сдержанности Елены Белой. Для своего последнего слова Сушкевич взяла на вооружение тезис «мне не стыдно».

«Мне не стыдно смотреть в глаза вам, ваша честь, вам, уважаемый прокурор. Мне не стыдно смотреть в глаза моим коллегам и учителям, которые учили меня спасать, выхаживать. Мне не стыдно смотреть в глаза моей маме, которая воспитала меня одна. Она знает, что воспитала врача, но не убийцу», — дрожащим голосом проговорила Сушкевич и добавила, что все умершие за годы ее практики дети остались для нее «маленькими уголками в сердце».

Любопытно, что даже в самом финале процесса подсудимые, пусть и не стоял, но пытались топить друг друга. Елена Белая считает, что у младенца Ахмедова шансов выжить не было. Не в роддоме, так в реанимобиле или в палате перинатального центра — он все равно был не жилец. Элина Сушкевич же

против того, чтобы они забрали его к себе. И я сказала, что не против встреч, но только в присутствии дедушки Коли. Один на один я боюсь их оставлять, мне страшно за Пашу. Я не доверяю Валентине Сергеевне, она часто ведет себя неадекватно, грубо. 12-летнего мальчика напугала, узнав, что он дружит с Пашей и Мишей. Матом ругается при детях...

— После первого похищения Паша находилась в социально-реабилитационном центре. Когда его отдали маме?

— Мы его забрали домой в начале июля. И они с Мишей нашли общий язык так быстро, что меня это даже удивило. Они подружались. Вместе сценарии сочиняли про монстров, про порталы, вместе смеялись. Паша рассказывал Мише пугалки про «си-рогологового», еще что-то такое. Вначале я думала, что Паша будет как-то предубежден против него из-за его диагноза, будет свысока смотреть. Нет! Последний месяц мы жили абсолютно нормально, в спокойной обстановке. Паша был доволен. Но и бабушка с той стороны вспоминал, говорил: «Баба Валя хороша».

— Школа, куда Паша пошел, та же, что у Миши?

— Да, только Миша учится на надомном. Паша сначала не хотел вообще идти в школу, говорил: «Мне папа за границы школы подберет». А потом взял и согласился. И ему понравилось. Мне накануне звонила его классный руководитель, говорила, что Паша на переменах уроки делает. За 3 дня, что он успел поучиться, много всего написал. Вот только пошел в школу на класс ниже, потому что историю, биологию и русский язык дома он не учил. Антон с ним занимался только математикой и английским.

— Паша мечтал о будущем?

— Да, он мечтал. Как будет на физкультуре зимой на лыжах ходить. А на лето просил купить ему велосипед. Хотел съездить на ВДНХ, планировал это. Ко мне очень тянулся. Мы и печенье вместе пекли, на компьютере занимались, мальчики играли с котом...

— Паша мечтал о будущем?

— Нет, не настраивала. Правда, Паша узнал, что о них люди думают, из нашей странички в Интернете, из комментариев (Любовь создала этот канал-дневник семьи, когда искала Пашу. — Авт.). Но я категорически

Очень спокойно себя вел, было понятно, что и тут ему хорошо, и тех родственников любит. И еще с бабой Валей они договаривались о чем-то на среду. Я не стала выпытывать, о чем. Увидела у него салфетку с надписью «среда». Может быть, я проявила беспечность.

— А про отца он вспоминал?

— Да, вспоминал, и Миша, брат, про папу спрашивал. Также спокойно так говорил: «Папа тоже хороший, он меня учил». Говорил, что папа приедет за ним, но не скоро. «А папа у вас поживу»... Я ему объяснила, что когда Антон приведет все свои документы в порядок, я тебя отдам, если хочешь. Потому что я детей не заставляю.

— Паша называл вас мамой?

— Звал мамой только за глаза, когда с Мишей разговаривал или с кем-то еще. Ко мне обращался на «ты». Мою маму звал баба Наташа.

— То есть вы не настраивали Пашу против семьи Канафиных и не запрещали встречаться?

— Нет, не настраивала. Правда, Паша узнал, что о них люди думают, из нашей странички в Интернете, из комментариев (Любовь создала этот канал-дневник семьи, когда искала Пашу. — Авт.). Но я категорически

Во время недавней подготовки проекта нового прогрессивного во всех смыслах ПВР правозащитники настаивали на том, чтобы часы появились в списке разрешенных в СИЗО предметов. Но каким-то загадочным образом вместо этого они были запрещены даже в колониях. Кому пришло в голову отнимать «время» у осужденных? По слухам, кому-то в руководстве ФСИН.

И вот в конце августа — начале сентября в некоторых ИК по всей стране начали часы изымать (в других делать это опасаются, чтобы не вызвать бунтов). К чему это приводит?

— Я теперь вообще не ориентируюсь во времени, — говорит осужденный, отбывающий наказание в одной из российских колоний. — У меня отобрали наручные часы. Теперь мне каждый день могут выносить высканция за опоздания на вечернюю смену, на построение и т.д. Это есть только потому, что я буду иметь зуб какой-то сотрудник — ему не нужно будет ничего выдумывать типа «не застегнул пуговицу», «неправильно подпоролся». Достаточно будет сказать, что я опоздал на 5 минут, и все. Несколько опозданий — ШИЗО.

— Я работаю в отряде хозобслуги, — говорит другой арестант. — Без понимания, который точно сейчас час, я не смогу работать



Пол Улиан.

ни еду разносить, ни убираться на территории. Руководство это знает, и пока нас не заставляют снимать часы и сдавать как запрещенку. Но они боятся, что если будет проверка прокураторы, их накажут, ссылаю на новые ПВР. Хотя местные прокуроры, по слухам, считают, что этот запрет (которого даже в СИЗО не было) бредовый.

Правозащитникам поступило письмо от брата Пола Улиана Давида. Родственник американского шпиона спрашивает о новшестве с запретом часов.

— Он пишет, что в колонии нет часов ни на стенах зданий, ни внутри, — говорит правозащитник Георгий Иванов. — А с учетом запрета на наручные часы Полу стало тяжело отмечаться каждые два часа, как этого требуют колонии.

Напомним, что стоящие на учете как «склонные к побегу» каждые два часа должны расписываться в специальном журнале. Давид пишет, что не хочет жаловаться на ФСИН (чтобы у Пола не было еще больше проблем в колонии), но просит дать хоть какие-то разумные пояснения.

Но что тут можно сказать? Правозащитники обратились в Минюст с просьбой внести изменения в ПВР и вернуть часы.

Ева МЕРКАЧЕВА.

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ
НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

Онкологические заболевания стоят на втором месте после болезней системы кровообращения по распространенности в мире. Поэтому предупреждение и раннее выявление злокачественных новообразований среди населения нашей страны — приоритет национального проекта «Здравоохранение». Благодаря нацпроекту всем гражданам предоставлена возможность регулярно проходить бесплатную диспансеризацию и проверять свое здоровье по месту жительства. Эта процедура абсолютно добровольна, но призвана обеспечить доступность к высокотехнологичным методам диагностики и исследований, привить привычку заботиться о своем здоровье и регулярно проходить медицинские осмотры, сформировать у людей приверженность к здоровому образу жизни.

«Главная задача — выявить злокачественное образование на ранней стадии и сделать так, чтобы пациент смог бесплатно получить доступную и качественную медицинскую помощь в кратчайшие сроки в учреждениях, максимально приближенных к месту жительства. Потому что только на ранней стадии недуг можно преодолеть в 90% случаев, вовремя назначить необходимое лечение, устранить провоцирующие факторы и предупредить развитие хронических форм заболеваний», — поясняет главный онколог Минздрава Андрей Каприн.

По всей стране проводится широкомасштабная модернизация онкологической службы. С начала реализации нацпроекта «Здравоохранение» по всей стране открыто более 420 центров амбулаторной онкологической помощи. А к 2024 году будут организованы не менее 542 таких организаций. Оснащение современной техникой, применение широкомасштабных скрининговых программ делает диагностику доступной, быстрой и позволяет сократить сроки выявления онкологических заболеваний. Проводится специальное обучение среди врачей для повышения онкоустойчивости — это умение врача любой специальности своевременно обнаружить ранние признаки онкологической патологии. Создание сети центров амбулаторной онкологической помощи (ЦАОП) в каждом уголке нашей страны ставит основной целью обследование, диагностику, а в случае выявления заболевания — проведение лечения и реабилитации. То, что раньше можно было сделать только в специализированном центре, сегодня доступно рядом с домом. Чтобы ориентироваться в огромном потоке информации, на портале Минздрава России onco-life.ru собраны все достоверные сведения по профилактике, диагностике и лечению онкологических заболеваний.

— Это новый этап онкологической помощи. Если раньше пациент должен был бегать по разным специалистам, то здесь все собрано в одном месте: онколог, эндоскопист, КТ, забор материала, постановка диагноза, — отмечает Алексей Беляев, директор НИИЦ онкологии им. Н. Н. Петрова.

Упрощается и ускоряется путь пациента от подозрения на злокачественное новообразование до исключения либо подтверждения диагноза и начала лечения. Вводится специальная маршрутизация. Как это работает?

I этап — обратиться к терапевту или врачу общей практики, он выдает направление в онкологический кабинет или Центр амбулаторной онкологической помощи (ЦАОП).

II этап — пройти исследование, при необходимости проводится биопсия опухоли. III этап — при подтверждении диагноза пройти консультацию (консилиум) врачей, где будет определена тактика лечения. Лекарства, необходимая операция и последующая терапия предоставляются бесплатно по полису ОМС.

Консультацию врача-онколога в случае подозрения на злокачественное образование пациент должен получить не позднее чем через 3 рабочих дня после обращения. Диагностические, лабораторные исследования должны быть проведены в течение 7 рабочих дней с момента их назначения. Максимальный срок ожидания начала специализированного лечения — 7 рабочих дней с момента гистологического подтверждения злокачественного новообразования или с момента постановки предварительного диагноза.

Профилактика онкологических заболеваний — верный путь к здоровью

Что для этого нужно:



отказ от курения и употребления любой продукции, содержащей никотин (электронные сигареты, кальян).

Курение является одним из главных факторов риска развития онкологических заболеваний различных органов. После отказа от курения улучшается состояние организма, пропадают негативные симптомы, снижаются риски возникновения многих заболеваний, например рак легких и желудочно-кишечного тракта.



отказ от алкоголя
Этанол, который содержится в любом алкоголе, относится к 1-й группе канцерогенов, поэтому спиртные напитки относятся к факторам, повышающим риск развития заболевания.



правильное питание: на столе должны присутствовать овощи, фрукты, необходимо ограничить жареные, копченые блюда

Согласно мнению ученых, многие случаи заболевания раком можно было предотвратить, если бы люди ели меньше мяса и больше овощей.



поддержание нормальной массы тела: опасно как ожирение, так и недостаток веса.
Поддержание массы тела в пределах нормы имеет важнейшее значение для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета, рака и других болезней. Именно поэтому необходимо следить за собственным весом.



активный образ жизни с регулярной физической нагрузкой.
Сидячий образ жизни крайне негативно воздействует на здоровье, а дефицит физической активности может способствовать развитию онкологических заболеваний.



умеренное пребывание на активном солнце
При длительном воздействии ультрафиолетовых лучей родинки могут начать видоизменяться, и есть риск перерастания в злокачественную опухоль.



контролировать воспалительные процессы в организме, не заниматься самолечением и регулярно посещать врача.

Очень эффективной профилактической процедурой является самообследование. Но главное — необходимо помнить, что оно ни при каких обстоятельствах не может заменить посещение врача при любых значительных подозрениях.

Регулярно нужно осматривать:
• кожные покровы на предмет обнаружения изменений в размере и форме родинок;
• молочные железы на предмет обнаружения уплотнений и болевых ощущений;
• половые органы при появлении болезненных проявлений.

Незамедлительно нужно обратиться к врачу, если вы заметили появление следующих симптомов:

- длительные боли любой локализации;
- необъяснимая потеря или набор веса;
- длительные подъемы температуры без признаков инфекции;
- увеличение лимфоузлов без температуры и признаков инфекции;
- непроходящий кашель;
- беспричинная усталость и быстрая утомляемость;
- непроходящие синяки или синяки без видимых причин;
- непроходящие ранки на слизистых рта или языке, лейкоплакия;
- Обследование на диабет
- Обследование почек
- Проверка состояния щитовидной железы
- Обследование у отоларинголога
- Обследование нервной системы
- Обследование опорно-двигательного аппарата
- Тест на измерение плотности костной ткани
- Контроль артериального давления
- Низкодозная компьютерная томография грудной клетки
- Анализ на холестерин и сахар
- Кардиограмма

Согласно статистике, около 10% онкологических заболеваний имеют наследственный характер. Также на возникновение заболевания оказывают влияние негативные факторы окружающей среды, например канцерогены в пище или в воздухе от выхлопных газов автомобилей. Поэтому, чтобы сократить возможные риски возникновения заболевания, необходимо вести здоровый образ жизни.



БУДЬ В ТРЕНДЕ — УБЕДИСЬ, ЧТО ТЫ ЗДОРОВ! ПРОЙДИ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ!

Не дадим онкозаболеваниям ни малейшего шанса

СКРИНИНГОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ I ЭТАПА

Скрининг на выявление ЗНО легких	Флюорография или рентгенография легких. Просвечивание рентгеновым излучением помогает заподозрить или выявить рак легких
Скрининг на выявление ЗНО пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки	Эзофагогастродуоденоскопия — эндоскопическое обследование верхних отделов желудочно-кишечного тракта для осмотра слизистых оболочек пищевода, желудка, двенадцатиперстной кишки, выявления изменений в работе ЖКТ, оценки проходимости пищевода и желудка, а также биопсии тканей для гистологического исследования в случае показаний
Скрининг на выявление колоректального рака	Исследование кала на скрытую кровь иммунохимическим качественным или количественным методом. Выявление колоректального рака на ранней стадии, на которой лечение в 90% случаев приводит к ремиссии
Скрининг на выявление ЗНО молочной железы	Маммография молочных желез. Рентгеновское исследование молочных желез в двух проекциях, с двойным прочтением, с высокой точностью (до 90%); выявляет патологию на ранней стадии, задолго до появления первых симптомов
Скрининг на выявление ЗНО предстательной железы	Определение простат-специфического антигена (ПСА) в крови. Повышение выше 4 нг/мл обнаруживает примерно у 80–90% больных раком предстательной железы

СКРИНИНГОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ II ЭТАПА

Подозрение на ЗНО легкого	Компьютерная томография легких — послойное изображение органа, позволяющее выявить опухоли размером 2–3 мм, которые не видны на рентгенограмме
Подозрение на ЗНО толстой кишки	Колоноскопия — эндоскопическое исследование, позволяющее визуально оценить состояние прямой кишки, или ректороманоскопия (исследование нижних отделов пищеварительного тракта). Это основной метод выявления колоректального рака
Подозрение на ЗНО желудка, пищевода и двенадцатиперстной кишки	Эзофагогастродуоденоскопия
Подозрение на ЗНО кожи и/или слизистых оболочек	Дерматоскопия

- изменения кожных покровов (изменения родинок, желтуха, гиперпигментация, эритема, зуд, усиленный рост волос, незаживающие порезы);
- изменения привычного стула и функции мочевого пузыря;
- нетипичные кровотечения (кашель с кровью, кровь в стуле, вагинальные кровотечения, кровь в моче, выделения из сосков, кровотечения без причины или несоответствующие травме);
- уплотнения в различных частях тела;
- сложности с глотанием;
- опущение века;
- сильная потливость;
- проблемы с пищеварением (постоянное несварение, тухлая отрыжка, легкая тошнота, потеря аппетита, отрыжка, частая икота);
- изменения молочной железы (вздутие или уплотнение, впадины под кожей, втяжение, уход соска вглубь железы, выделение из сосков).

Диспансеризация — эффективный инструмент для ранней диагностики рака

«Диспансеризация — это оружие против рака. В нее включены специальные прицельные обследования — скрининги. Только с их помощью онкологические заболевания можно обнаружить на ранней стадии, когда их лечение дает наилучший результат», — рассказал Андрей Каприн.

Записаться на диспансеризацию можно в поликлинике по месту жительства и оформить оплачиваемый выходной день на работе. Во время диспансеризации проводятся профилактический медицинский осмотр и скрининговые обследования. Для граждан в возрасте от 18 до 39 лет диспансеризация проводится один раз в три года, старше 40 лет — ежегодно.

— Даже если человека ничего не беспокоит и он ведет вполне здоровый образ жизни — это не может гарантировать, что он никогда не столкнется с онкологическим заболеванием. Результаты последних

исследований показывают, что даже при низком риске развития онкологического заболевания у пациента может появиться злокачественная опухоль. Чтобы предотвратить это, необходимо регулярно проходить диспансеризацию. Для каждой возрастной группы есть свой перечень обследований, — пояснила Жанна Дроздова, заведующая химиотерапевтическим отделением № 12 Московского областного онкологического диспансера, врач-онколог.

Все методы диагностики — сдача анализов, скрининговые программы, обследование на специальном медицинском оборудовании — проводятся абсолютно бесплатно.

Диспансеризация состоит из двух этапов. Первый этап — профилактический и рекомендован для всех граждан. Во время этого обследования врач-терапевт проводит опрос о возможных факторах риска, осматривает кожу и слизистые для своевременного обнаружения онкологических новообразований визуальной локации, пальпирует лимфоузлы и щитовидную железу. На оборудовании проводятся первичные скрининговые исследования. Женщины посещают акушера-гинеколога, где проводится скрининг на выявление злокачественных образований шейки матки.

Второй этап — это дополнительные скрининговые исследования при наличии показаний, постановка или уточнение диагноза. Объем последующих процедур определяется индивидуально. При подозрении на любые виды злокачественного новообразования (ЗНО) проводится консультация со специалистами: врачом-гинекологом, врачом-урологом, врачом-дерматовенерологом и т. д.

Скрининг — это лабораторные исследования материала, которые позволяют выявить уже имеющееся заболевание и назначить эффективное лечение; определить факторы, вызывающие развитие болезни, и устранить их для предотвращения риска развития онкозаболеваний.

Минздравом рекомендованы семь скрининговых исследований, с помощью которых выявляются следующие онкологические заболевания:

- рак молочной железы;
- рак предстательной железы;
- рак шейки матки;

- рак легких;
- рак желудка;
- колоректальный рак;
- рак визуальной локализации (кожные покровы, слизистые, лимфоузлы, ротовая полость, щитовидная железа).

В поликлинике в очереди к врачу журналист «Московского комсомольца» разговорился с одной из пациенток. Приятная молодая женщина по имени Елена рассказала, как она решила пройти диспансеризацию, и благодаря этому обнаружила у себя новообразование, о котором даже не подозревала.

— Мне исполнилось 40 лет, и я решила — пора серьезнее задуматься о своем здоровье. Меня особенно ничего не беспокоило, только иногда чувствовала тянущие боли в груди. Я работаю в бухгалтерии, и мы часто с девочками во время перерывов обсуждаем здоровье. Многие из нашего отдела уже сходили на диспансеризацию. Я тоже решила «быть в тренде» — сегодня так много рассказывают о пользе здорового образа жизни, профилактике заболеваний, что я просто не могла не воспользоваться такой прекрасной возможностью пройти обследование, которое бесплатно предоставляет нам государство, тем более не надо отпрашиваться с работы — тебе просто дают выходной день, который нужно провести с пользой.

У Елены при первичном осмотре врач выявил уплотнение в левой груди и предложил ей пройти дополнительный осмотр, включавший в себя маммографию. В результате этого осмотра у Елены был поставлен диагноз «злокачественное новообразование» на начальной стадии, был назначен план лечения, подобран соответствующая иммунная терапия. Лечение сработало, и не понадобилось никакой операции.

— Я очень переживала, что у меня обнаружился опухоль. Но врач приободрил меня, сказал, что на таком этапе выявления заболевания происходит полное выздоровление. Я ни минуты не сомневалась, что лечение мне поможет. Я старалась не думать о плохом, пресекала все отрицательные мысли, вела активный и здоровый образ жизни. И вот я полностью здорова! Теперь я буду более тщательно заботиться о своем здоровье. Очень жалею, что мало следила за своим организмом и не проходила регулярные обследования раньше.

Продление ремиссии — важная задача реабилитации

Каждый пациент, прошедший лечение от онкологического заболевания, рад услышать, что болезнь отступила и наступила ремиссия. Однако расслабляться нельзя, всегда есть опасность, что болезнь может вернуться.

Что нужно делать, чтобы снизить вероятность возникновения рецидива?

После проведения активного лечения необходимо пройти курс реабилитации. Главное на этапе ремиссии — выполнять все рекомендации врача, в обязательном порядке принимать назначенные поддерживающие препараты.

Реабилитация — это комплексная восстановительная программа, которая включает в себя:

- **умеренные физические нагрузки**
Физические упражнения нужны для правильной работы суставов и мышц после хирургических операций.
- **прием витаминных и минеральных комплексов, а также иммуномодуляторов**
Витамины способствуют укреплению выносливости организма.
- **сбалансированное питание**
Необходимо максимально сократить употребление жареной, жирной, острой и копченой пищи.
- **отказ от всех вредных привычек**
Употребление спиртных напитков и курение повышают риск развития рецидива.
- **правильный распорядок дня, соблюдение режима сна и бодрствования**
Работа в ночное время — это возможный фактор риска.
- **сохранение нормальной веса**
Избыточный вес повышает нагрузку на сердечно-сосудистую и пищеварительную системы, недостаточный вес — ослабляет организм.
- **защита от чрезмерного воздействия солнечных лучей**
Ультрафиолетовое излучение может вызвать мутации на генетическом уровне и спровоцировать рецидив.
- **плохая экологическая обстановка**
Лучше сменить место проживания, так как воздействие неблагоприятной окружающей среды может вызвать повторное развитие опухоли.

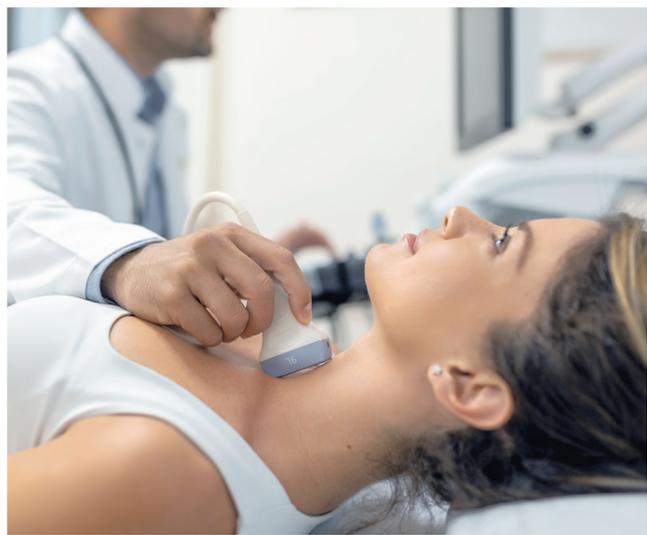
Лечение онкозаболевания может занять длительное время. Настрой на выздоровление, здоровый образ жизни значительно повышают шансы на полноценную реабилитацию и улучшают качество жизни. Регулярные обследования, точное выполнение рекомендаций врача по лечению, а также психологическая и эмоциональная устойчивость помогают успешно справиться с заболеванием и предотвратить рецидивы.

Наше государство успешно обеспечило своих граждан возможностью бесплатно проходить обследования в современно оснащенных медицинских центрах. И, в свою очередь, каждый человек должен с полной ответственностью и пониманием заботиться о своем здоровье, своевременно обращаться к врачу, проходить регулярные обследования с целью предупреждения заболеваний. И главное, помнить: если поставлен онкологический диагноз — это не приговор, а болезнь, которая лечится.

Регулярные обследования избавляют от множества проблем в будущем, поэтому не стоит ими пренебрегать. Еще раз отметим, что онкологические заболевания, обнаруженные на ранней стадии, излечимы в 90% случаев.

Помните, что болезнь легче предупредить, чем лечить!

Ольга БЕЛЬСКАЯ.



Какие обследования регулярно нужно проходить женщинам

18–30 лет	• Гинекологическое обследование • Обследование сердечно-сосудистой системы • Дерматологическое обследование	• Обследование у офтальмолога • Обследование эндокринной системы • Обследование у стоматолога
30–50 лет	• Гинекологическое обследование • Обследование сердечно-сосудистой системы • Дерматологическое обследование	• Обследование у офтальмолога • Обследование эндокринной системы • Обследование у стоматолога • Обследование на диабет
Более 50 лет	• Гинекологическое обследование • Обследование сердечно-сосудистой системы • Дерматологическое обследование • Обследование у офтальмолога • Обследование эндокринной системы • Обследование у стоматолога	• Обследование на диабет • Обследование почек • Проверка состояния щитовидной железы • Обследование у отоларинголога • Обследование нервной системы • Обследование опорно-двигательного аппарата • Тест на измерение плотности костной ткани

Какие обследования регулярно нужно проходить мужчинам

С 15 лет	• Уролог и тестикулярное обследование яичек
С 30 лет	• Уролог и тестикулярное обследование яичек
С 40 лет	• Уролог и тестикулярное обследование яичек • Анализ на ПСА — простатический специфический антиген • Исследования для профилактики рака кишечника

www.onco-life.ru



Table with 12 columns representing different TV channels (1, ТВУ, НТВ, 5, РОССИЯ, К, СТС, ТНТ, ТВ3) and rows listing program titles, times, and descriptions.

Table with 12 columns representing different TV channels (А, ЗВЕЗДА, ОТР, ОМАШНИЙ, ПЯТНИЦА!, 360, КАРУСЕЛЬ, МП, МАТЧ!) and rows listing program titles, times, and descriptions.

ВТОРНИК, 13 СЕНТЯБРЯ

Table with 12 columns representing different TV channels (1, ТВУ, НТВ, 5, РОССИЯ, К, СТС, ТНТ, ТВ3) and rows listing program titles, times, and descriptions.

Table with 12 columns representing different TV channels (А, ЗВЕЗДА, ОТР, ОМАШНИЙ, ПЯТНИЦА!, 360, КАРУСЕЛЬ, МП, МАТЧ!) and rows listing program titles, times, and descriptions.



Table of TV programs for Wednesday, September 14, 2022. Columns include channel logos (1, Россия 1, ТВУ, НТВ, 5, Россия К, СТС, ТНТ, ТВ3) and program details (time, title, description).

Table of TV programs for Wednesday, September 14, 2022. Columns include channel logos (Р, Звезда, ОТР, ОМАШНИЙ, ПЯТНИЦА!, 360, Карусель, МТР, МАТЧ!) and program details (time, title, description).

Table of TV programs for Thursday, September 15, 2022. Columns include channel logos (1, Россия 1, ТВУ, НТВ, 5, Россия К, СТС, ТНТ, ТВ3) and program details (time, title, description).

Table of TV programs for Thursday, September 15, 2022. Columns include channel logos (Р, Звезда, ОТР, ОМАШНИЙ, ПЯТНИЦА!, 360, Карусель, МТР, МАТЧ!) and program details (time, title, description).

Table with 12 columns representing different TV channels (1, РОССИЯ 1, ТВУ, НТВ, 5, РОССИЯ К, СТС, ТНТ, ТВ3) and rows listing programs with their start times and descriptions.

Table with 12 columns representing different TV channels (РОССИЯ 1, ЗВЕЗДА, ОТР, ОМАШНИЙ, ПЯТНИЦА!, 360, карусель, МПР, МАТЧ!) and rows listing programs with their start times and descriptions.

СУББОТА, 17 СЕНТЯБРЯ

Table with 12 columns representing different TV channels (1, РОССИЯ 1, ТВУ, НТВ, 5, РОССИЯ К, СТС, ТНТ, ТВ3) and rows listing programs for Saturday with their start times and descriptions.

Table with 12 columns representing different TV channels (РОССИЯ 1, ЗВЕЗДА, ОТР, ОМАШНИЙ, ПЯТНИЦА!, 360, карусель, МПР, МАТЧ!) and rows listing programs for Saturday with their start times and descriptions.



Table of TV programs for various channels including Rossiya 1, TBU, 5, Rossiya K, STS, TNT, and TV3. Columns include time, channel, program name, and description.

Table of TV programs for channels like Zvezda, OTR, Omasnii, Piatnitsa, 360, Karusel, and MPT. Columns include time, channel, program name, and description.

НЕДЕЛЯ с Александром Мельманом

Лариса Гузеева как никогда была близка к провалу. Ее прокляли еще до первой пробы...

Без Нагиева

Народ жесток, зритель жесток. Он консервативен, он не хочет перемен. Нигде и ни в чем. Когда захочет, он, конечно, скажет, да так, что мало не покажется.

Гузеева шла в новый формат как на плаху. Сила привычки? Привычка слышать нам дана. К хорошему привыкаешь, правда, Димочка?

Простите, Михаил Сергеевич!

Несмотря на долгую, тягучую болезнь, на возраст «суперстар», отлично понимал, что будет сразу после того, как скажет нам последние прощания.



Лариса Гузеева как никогда была близка к провалу. Ее прокляли еще до первой пробы...

границами, обладая при этом потрясающей красотой. Но затем, как это часто бывает, что-то пошло не так, и Гузееву принял телевизор. «Давай поженимся!» — там она тоже оказалась на своем месте.

Михаил Сергеевич Горбачев знал, что так будет, предчувствовал. К проклятиям соотечественников, несомненно, был готов.

Он отдал должное своему предшественнику, почтил память, пришел на панихиду. И лишь тогда погуглили вселенские проклятия, стали более сдержанными.

Да, Горбачев не знал толком, не понял свою страну, народ. Хотел перемен, но не представлял, как. Только что тогда стоит страна, которая при первом мановении ветерка, при открытой форточке гласности смертельно заболела, затрещала по швам, развалилась?

КУРЬЕР КУЛЬТУРЫ

Два ведущих театра столицы открыли во вторник свои сезоны. Вахтанговский на Арбате — 102-й и Сатира на Садово-Триумфальной площади — 99-й.

Открытие очередного сезона и первого без Римаса Туминаса Театр им. Евгения Вахтангова провел в три акта. Акт первый на Старом Арбате, где установили памятник Лановому, Этушу и Яковлеву.

Директор театра жестко ответил запретителям спектаклей

Здесь, на этой сцене, я официально заявляю: мы сами будем решать, какие спектакли нам играть, а какие не играть.

После того как памятник, о котором мы пишем в этом номере «МК» был открыт, все переменялось на Историческую сцену Вахтанговского.

И вот Историческая сцена. Министр культуры Ольга Любимова говорит с экраном — она сейчас во Владивостоке. А дальше глава Следкома Александр Бастрыкин, движущийся с Этушем и Лановым, прочтет стихи собственного сочинения, посвященные друзьям-артистам.

На этом податочное чтение закончилось, и директор перешел к планам. Судя по тому, что он назвал, в 102-м сезоне Вахтанговский ставит на 13. Чертовато дожина новых постановок заявлена в новом сезоне.

Мне сегодня не просто одному выходить на эту сцену. Единственное, что вселяет веру, что вы все в зале, а значит, мы вместе. В сложный момент вы не уехали, не занимаетесь дешевым политиканством, а мы делаем то, что умеем делать хорошо — играть спектакли, ездить на гастроли.

На новой сцене представят четыре премьеры: «Генерал и его семья» по прозе Тимура Кибирова (реж. Землякова), «Волоколамское шоссе» Хайнера Мюллера (реж. Резинг), «Павла Первого»



Вахтанговский открыл сезон в три акта

Мержеговского, Гоголь, Чехов, Тургенев и Эрдман пропущены на Симоновской сцене, и над их произведениями будут работать режиссеры Павел Сафонов, Айдар Забаров, Анна Горушкина и Олег Долгин.

Самое интригующее название нового сезона — «Восьмь с половиной» Федерико Феллини, спектакль, который в рамках режиссерской лаборатории будет ставить талантливый молодой режиссер Лейла Абуль-Эль Кишок.

После отчета о достижениях (гастроли, премии, награды) и объявления плана всех повели на уровень бельэтажа, в новый буфет. Но на самом деле он старый, лет на двадцать меньший свое назначение.

Свидетелем успеха того спектакля стал недоуздочный предмет — огромный буфет, который и сейчас стоит у стены, фронтальной ходу. Он настолько мощный и основательный, что так и хочется воскликнуть: «Многоуважаемый буфет!»

На Основной сцене появится интерпретация «Карлоуса», а на Прогресс-сцене — «Житие и бытие Ивана Семеновна, второгородника и второкласника» в постановке Михаила Плутихина.

В планах Театра постановки на всех четырех сценах Сатиры — «Женитьба» Николая Гоголя (реж. Филипп Гуревич), «Крупа и Фантик» (реж. Роман Габрия), сочиненная режиссером в жанре «документальной дезинформации» о Крупской и Каплан.

Марина РАЙКИНА.

НЕДЕЛЯ В ЭФИРЕ

Николай Басков: хор как групповой секс и другие музыкальные радости

«Хор — это как групповой секс. Можно сачкануть!» — бодро заявил Николай Басков, оценивая вокальные усилия участников проекта «Ну-ка, все вместе!». Уместность подобной шутки в пятничном прайм-тайм многие поставят под сомнение, но чего не скажешь, лишь бы расшевелить такое мероприятие, как конкурс талантов.

Если уж откровенно, то с этими конкурсами все давно понятно. Не ищут там ни обладателей отличных голосов, ни личностей, которые могли бы разнообразить местный эстрадный бастион. Вместо этого тотальное шоу, которое в случае «Ну-ка, все вместе!» превращается еще в музыкальную комедию. Конкурсанты, конечно, стараются изо всех своих самодельных сил и поют если не хорошо поставленным голосом, то хотя бы душой.

Приглашенным все это послушать звездам сложнее. Нужно пошутить, не обидеть, при этом не ударить в грязь лицом, что весьма непросто, потому как аура всенародного голосования иногда пугает не на шутку. К примеру, Сергей Лазарев слегка рассердился, когда персонажи, изображающие кумушек на лавочке подъезда, восторженно заголосили после выступления откровенно невнятного девичьего трио. Но его сердитое замечание «у нас вокальное шоу, и давайте в первую очередь оценивать вокальные данные конкурсантов» утонуло во всеобщем



хохоте, где солировал Николай Басков. Не иначе смех для него — защитная реакция от всего сразу.

А вот Люба Успенская не прикидывается ни судьей, ни шутницей. Она поет то, что от нее ждут, и это по-прежнему очень убедительно. На днях Любовь Залмановна королевой шансона вошла в шоу «Однажды в России» и вновь произвела фурор. На пару с Азаматом Мусажалиевым, представленным как Витя Козырь, певица исполнила томный блатной шлягер «Ищут тебя».

Он был слеплен из классики жанра: со всеми «закрутила, как четки из хлеба, нас казенной рукою судьба» и «ищут тебя, но не выдам тебя и молю, чтоб не выдал Израиль». По всей вероятности, планировалась пародия на все то, что можно высмеять в шансоне. Впрочем, в данном случае никакого смеха не было, вместо него сплошной восторг даже без фига в кармане. Видимо, от шансона прививок здесь еще не придумали.

Шеф в образе



В умении кричать и бить посуду Константин Ивлев, кажется, достиг совершенства. Этим бы ему и ограничиться, но знаменитому шефу все чаще ставят актерские задачи, видимо, полагая, что такой талант справится с чем угодно. Какое трогательное заблуждение!

Прелюдия к шоу «Адский шеф» смахивала на диковатую пародию на эстетику «Безумного Макса». Нелепые наряды и боевой раскрас заброшенных на какой-то остров участников действия выглядели настолько странно, что единственный вопрос в такой ситуации был: «Зачем вы это сделали?» Бнятного ответа, впрочем, не последовало, однако ко второму эпизоду шеф и Ко перебрались в

интерьеры, уже имеющие прямое отношение к гастрономии.

Со стороны все это выглядит так, будто большой лицензионный проект «Адская кухня» прикрыли в связи с отзывом международной лицензии, например, и продюсеры решили сделать нечто похожее, но свое. На канале такую версию событий комментировать отказались, отчего подозрений возникло еще больше. Впрочем, подозрения и азарт, с которым шеф Ивлев издевается над своими подопечными, ничуть не мешают друг другу.

Готовить сейчас модно, шеф-повара ходят в знаменитостях, и желание молодежи стать такими же вполне объяснимо. Правда, судя по кулинарным шоу, в эту профессию идут люди с примерно одинаковым набором качеств. Все они капризны, как дети, страдают манией величия на абсолютно пустом месте, довольно грязно матерятся и, как правило, покрыты татуировками. Отличный набор для телевидения, где спокойные, благовоспитанные девочки-мальчики совсем не нужны, но мысли все равно тревожные.

Вдруг они и правда станут успешными поварами (некоторые, кстати, уже такие). Возникнет же вероятность того, что вы получите от них еду в каком-нибудь заведении. Сам Ивлев, несмотря на свою разрушительную силу, все же выглядит как человек со светлыми намерениями. А вот чистота рук и помыслы его пасты иногда под вопросом. Приятного аппетита!

СЕРИАЛ

Первые эпизоды сериала «Властелин колец: Кольца власти», кажется, не на шутку рассорили критиков и зрителей. Эксперты пока очень довольны увиденным, диванные критики — ровно наоборот. Экранизации Толкиена — весьма чувствительная тема для фанатов произведений писателя, и новый сериал для них тоже может стать испытанием.

Сюжет сериала разворачивается задолго до событий, описанных во «Властелин Колец». Знаменитые кольца власти еще не созданы, Саурон пока не стал главным злодеем, в Средиземье царит хрупкий мир, эльфы победили Морготта, орки больше никого не тревожат. Впрочем, есть все признаки того, что зло лишь притаилось, хотя замечают это немногие.

Сразу следует уточнить, что «Кольца власти» можно лишь отчасти считать экранизацией фантазийных миров Толкиена. В основе сериала нет единого и всем известного литературного материала, поэтому вместе с персонажами, знакомыми всем, кто читал книги и смотрел «Властелин Колец» Питера Джексона, есть и герои, выдуманные сценаристами. Наверное, это многих настораживает и вселяет опасения по поводу того, насколько в будущих сериях новые герои смогут вписаться в мир уже известных.

Вообще опасения по поводу дальнейшего хода сериала объединили и критиков, и зрителей. Визуальные решения не могут не впечатлить даже тех, кто уверен, будто никто лучше Питера Джексона не может визуализировать миры Толкиена. Сногсшибательные пейзажи в фирменной сказочной дымке, лихая битва, интересные спецэффекты — все это вполне в духе Джексона, и 715 миллионов долларов, потраченные на первый сезон, видны с самого начала.

Однако сериал не может состоять из обычных планов и сражений. Герои должны что-то

Средиземье Времен
НОВОЙ ЭТИКИ



«Властелин колец: Кольца власти» возмутил зрителей

говорить, а действие — развиваться. И вот с этим пока есть проблемы. Наверное, язык эльфов кажется по-глупому пафосным, хотя не исключено, что к нему можно привыкнуть. Сложнее принять крайне медленный темп повествования. В первой серии, конечно, что-то случилось, но действие, связанное с персонажами, практически не сдвинулось с места.

И конечно, сами персонажи. Вот здесь критиков и публику помирить куда сложнее. Все-таки критиканы — это часть индустрии, и она в последнее время приняла для себя

некий новый свод правил, в котором есть термины «феминизм», «культурное разнообразие», «политика идентичности» и все в таком духе. Зрители, особенно те, для кого книги Толкиена и фильмы Питера Джексона стали чем-то вроде убежища для души, крайне недовольны вторжением новых правил на свою заповедную территорию.

Конечно, их смущает мощная фем-энергия Галадриэль, kloкочущая на фоне туповатых мужиков, а темнокожие эльфы не вызывают ничего, кроме вопроса «зачем?». Нужно признать, что на принципах новой

этики уже создано немало интересных сценариев, однако введение таких установок в сказочные миры и исторический контекст многим до сих пор кажется грубым проталкиванием леволиберальных взглядов.

Есть немало гневных замечаний и относительно утраты в новом сериале того, что принято называть духом Толкиена. Хейтеров иногда трудно понять, но в данном случае их возмущение, скорее всего, касается линии столкновения добра и зла. В классических произведениях Толкиена и в их лучших экранизациях положительные герои великодушны и благородны, а злодеи воплощают в себе самые скверные черты.

В кинотрилогии Питера Джексона подобная расстановка была соблюдена строжайшим образом. Но эти прекрасные картины сняты в начале нулевых, когда все мы жили немного в других условиях. С тех пор между светом и тьмой случилась своего рода диффузия, которая стала большой политической и проникла в массовую культуру. Возможно, поэтому герои и злодеи теперь прекрасны или ужасны в зависимости от обстоятельств.

Хорошая новость в том, что Морфидд Кларк в роли Галадриэль по-сказочному неотразима. От нее просто глаз не оторвать, и именно этот персонаж сможет вытянуть сериал. Элронд в исполнении Роберта Арама, наверное, вызывает некую ассоциацию с Леголасом, которого во «Властелин Колец» играл Орландо Блум. Правда, по мнению многих зрителей, ассоциации эти в основном ностальгические, в духе «вот раньше были времена».

По началу сериала, конечно, сложно понять, во что он превратится, но уже сейчас можно уверенно называть «Кольца власти» зрелищем приятным для глаз и обладающим потенциалом. Будет ошибкой под впечатлением пересмотреть «Властелин Колец». Эта трилогия, несмотря на свой возраст, до сих пор ставит все сериальные фантазии под сомнение.

СЪЕМКИ

ОТ СЫЩИКА
ДО ЕВРЕЙСКОЙ МАМЫ
Сериальные приключения
Анны Банщиковой

Анна Банщикова прилетела на Черноморское побережье исключительно по делу. Актрисе вновь предстоит перевоплотиться в следователя Александру Кушнир, а в другом проекте, съемки которого идут в Москве, актриса играет гиперактивную еврейскую маму.



Анна Банщикова в окружении съемочной группы внимательно осматривает труп девушки. Все это происходит в живописном горном ущелье, но актрисе явно не до пейзажей. В разгар курортного сезона ее время расписано чуть ли не по минутам.



Роль следователя Кушнир (слева) для актрисы стала практически родной. После шести сезонов «Ищейки» Анна, наверное, сама может заниматься расследованиями и уж точно много знает о работе полиции. В продолжении сериала героиня Анны совершает очередной

спонтанный поступок. Она переезжает в Сочи и начинает свою профессиональную жизнь практически с нуля.

Работать на курорте — не самый веселый опыт, однако за обилие живописных локаций в Сочи и Геленджике, где проходят съемки, можно простить и топыль любопытных отдыхающих, и жару. Впрочем, погодные условия будут меняться, потому что последний съемочный день запланирован на 31 декабря.

В Москве у Анны Банщиковой совсем другие заботы. В новой комедии, работа над которой стартовала на днях, актриса играет живописную еврейскую маму (справа). «Мне кажется, эта комедия берет начало в кинематографических традициях Вуди Аллена и Ларри Давида, — говорит Анна. — Особую ценность истории придает и тонкий еврейский юмор».

Пока не совсем понятно, насколько глубоко актриса погружилась в колоритные шутки, но вот спортивный костюм, в который ее облачили для одной из сцен, смотрится на ней невероятно экзотично. Такую Банщикovu ее поклонники, скорее всего, еще не видели.

Льготная семейная ипотека

Программой могут воспользоваться семьи, в которых с 1 января 2018 года родился ребенок.

Семья может взять кредит на покупку квартиры в новостройке или строительство частного дома. Первоначальный взнос — не менее 15%.

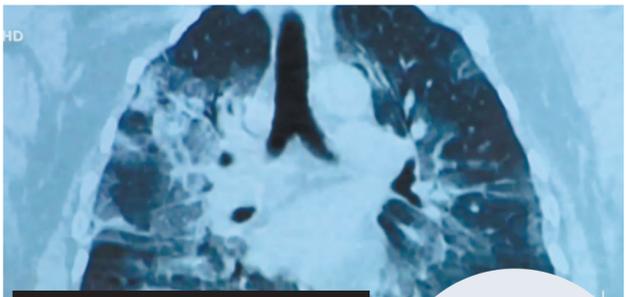
до 6%



Подробности на портале национальнoепроекты.рф

ДЕМОГРАФИЯ
НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

557 000 семей уже воспользовались программой



ВНИМАНИЕ: ПНЕВМОНИЯ

В Аргентине обнаружилась болезнь неизвестного происхождения

В то время как коронавирус гонит все новые волны в разных странах мира и не дает продохнуть, в Аргентине выявлено несколько случаев пневмонии неизвестного происхождения, которая демонстрирует очень высокий уровень летальности. Из девяти заболевших умерли уже трое. Все пациенты заразились в одном месте — частной больнице. Вирус или микроб, вызывающий поражение легких, так и не удалось установить, однако уже установлено, что это не COVID и не грипп.

учитывая авиаперевозки и торговлю».

Как сообщает аргентинский министр здравоохранения, три человека уже умерли и еще пять остаются в больнице после развития пневмонии неизвестного происхождения. Ей заболело сразу девять человек в частной клинике, которая находится в регионе под названием Тукуман. Пятеро из шести заболевших, а также трое умерших являются работниками здравоохранения. «Общим для этих пациентов является тяжелое респираторное заболевание с двусторонней пневмонией и «матовым стеклом» на снимках, что очень похоже на COVID, но это исключено», — заявил министр здравоохранения Тукумана Луис Медина Руис в местных СМИ.

Ученые предполагают, что могут иметь дело с редким респираторным вирусом или бактерией, на которые эксперты не проводят регулярных тестов у пациентов с пневмонией. Ведь диагностические лаборатории не тестируют на все респираторные вирусы — только на самые распространенные или наиболее значимые. Лишь недавно многие лаборатории озабочились поиском коронавируса.

Ситуация вызывает все большее беспокойство, поскольку проведенные тесты не выявили ни одного из известных возбудителей пневмонии. Исключены все известные коронавирусы, включая SARS-CoV-2, все штаммы гриппа, хантавирусы и еще 25 вирусов и бактерий. Ни один возбудитель пока не был идентифицирован.

Кстати, ограничения, которые мир пережил во время пандемии, привели к снижению распространения и других респираторных вирусов, что могло заставить некоторые из них начать мутировать, чтобы выжить в новых условиях. Не исключено, что в результате этого эволюционного процесса мог появиться вирус-мутант с новыми свойствами. Все это ученым еще предстоит выяснить, пока же в стране внимательно отслеживают все случаи пневмонии на предмет нестандартного течения.

По данным Всемирной организации здравоохранения, пневмония входит в десятку самых распространенных причин смерти во всем мире. Ее могут вызывать бактерии, вирусы или грибки. Самой распространенной бактериальной причиной пневмонии является Streptococcus pneumoniae, также известный как пневмококк. Среди других бактерий, способных вызвать пневмонию, нужно отметить Staphylococcus aureus (золотистый стафилококк), Klebsiella pneumoniae, Legionella pneumophila, Mycoplasma pneumoniae и Haemophilus influenzae типа b (Hib). Что касается вирусной пневмонии, то к роде SARS ее вызывают вирусы гриппа А и В, аденовирус, респираторно-синцитиальный вирус и вирус парагриппа. Иногда, хотя и редко, пневмония развивается из-за грибка, в основном Pneumocystis jirovecii.

Образцы были отправлены в престижный институт Мальбран в Буэнос-Айресе для дальнейшего анализа. Контакты первых пациентов отслеживаются, а частный медицинский центр закрыт на карантин. У первых шести пациентов симптомы появились в период с 18 по 22 августа. А в начале сентября заразились еще три человека.

Авторы работы «Влияние различных факторов изменения цвета зубов и видов отбеливания на твердые зубные ткани и композиционную пломбировочную смолу» решили выяснить, что больше всего портит зубную эмаль: сигаретный дым, электронные сигареты, красное вино, кофе или соевый соус. А также понять, помогают ли восстановить ее цвет отбеливающие средства.

Эксперты также анализируют воду и кондиционеры, чтобы определить, могли ли в этой вспышке быть повинны токсины или экология — например, могли ли бактерии легионеллы скопиться в канале кондиционера. И хотя эти случаи очень напоминают первые дни пандемии COVID-19, когда власти пытались определить причину необъяснимой пневмонии в Ухане, эксперты в области здравоохранения предупреждают, что необходимо получить больше информации, прежде чем бить тревогу.

Для этого семьдесят премольеров с композитными пломбами подвергали воздействию сигаретного дыма, аэрозоля электронной сигареты, красного вина, кофе и соевого соуса в течение 56 минут в день в течение 15 дней. А еще дважды проводили отбеливание обработанных образцов 6-процентной и 35-процентной перекисью водорода (H2O2). Кроме того, зубы, подвергнутые воздействию сигаретного дыма и аэрозоля электронной сигареты, чистили отбеливающей пастой в течение 3 недель, после чего оценивали соответствие цвета пломбировочной смолы, сравнивали изменение цвета после обработки и после отбеливания.

Группа эпидемиологов разведки Европейского центра по контролю за заболеваниями отслеживает ситуацию. Всемирная организация здравоохранения также в курсе этих случаев.

Результаты показали, что самым губительным свойством для зубной эмали обладает красное вино. За ним в порядке убывания следуют сигаретный дым, соевый соус, кофе и аэрозоль электронных сигарет. Чистка отбеливающей пастой устранила изменения цвета, вызванные аэрозолем электронной сигареты; обработка H2O2 потребовалась для устранения изменений цвета, вызванных кофе и соевым соусом. Изменение цвета дентина и пломбировочной смолы невозможно было полностью устранить отбеливанием, особенно, если зубы подвергались «пыткам» красным вином и сигаретным дымом.

Как заявил заведующий кафедрой глобального здравоохранения Эдинбургского университета профессор Дэви Шридхар, необходима ключевая информация о способах передачи этого возбудителя: «В очередной раз мы наблюдаем коллективную уязвимость перед опасными патогенами. Вспышка в любой части мира, если ее быстро не локализовать, может быстро распространиться»,

Екатерина ПИЧУГИНА.



Кто не мечтает о белоснежной улыбке? Увы, на свете есть немало веществ, которые окрашивают зубную эмаль в весьма непривлекательные цвета. Это и определенные напитки, и некоторые продукты, и сигареты. В новой научной работе, опубликованной в Journal of Dentistry, коллектив авторов поделился данными исследования на тему, что вносит самый большой вклад в формирование цвета эмали. Выводы ученых оказались весьма любопытными.

КОГДА ВИНО НЕ ПО ЗУБАМ

Ученые выяснили, что больше всего портит зубную эмаль

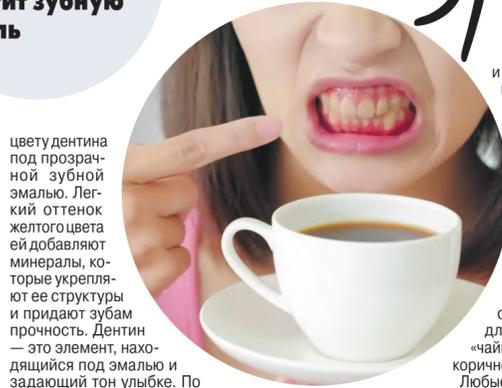
Авторы работы «Влияние различных факторов изменения цвета зубов и видов отбеливания на твердые зубные ткани и композиционную пломбировочную смолу» решили выяснить, что больше всего портит зубную эмаль: сигаретный дым, электронные сигареты, красное вино, кофе или соевый соус. А также понять, помогают ли восстановить ее цвет отбеливающие средства.

Для этого семьдесят премольеров с композитными пломбами подвергали воздействию сигаретного дыма, аэрозоля электронной сигареты, красного вина, кофе и соевого соуса в течение 56 минут в день в течение 15 дней. А еще дважды проводили отбеливание обработанных образцов 6-процентной и 35-процентной перекисью водорода (H2O2). Кроме того, зубы, подвергнутые воздействию сигаретного дыма и аэрозоля электронной сигареты, чистили отбеливающей пастой в течение 3 недель, после чего оценивали соответствие цвета пломбировочной смолы, сравнивали изменение цвета после обработки и после отбеливания.

Результаты показали, что самым губительным свойством для зубной эмали обладает красное вино. За ним в порядке убывания следуют сигаретный дым, соевый соус, кофе и аэрозоль электронных сигарет. Чистка отбеливающей пастой устранила изменения цвета, вызванные аэрозолем электронной сигареты; обработка H2O2 потребовалась для устранения изменений цвета, вызванных кофе и соевым соусом. Изменение цвета дентина и пломбировочной смолы невозможно было полностью устранить отбеливанием, особенно, если зубы подвергались «пыткам» красным вином и сигаретным дымом.

Когда чай круче кофе

Естественный цвет коронки зуба преимущественно белый, с незначительным желтым и красноватым оттенками, соответствующими



цвету дентина под прозрачной зубной эмалью. Легкий оттенок желтого цвета ей добавляет чай, кофе и сигареты. Дентин — это элемент, находящийся под эмалью и задающий тон улыбке. По природе дентин не наделен белым оттенком, потому что он тоже содержит минералы.

Эмаль умеет самостоятельно восстанавливаться, поглощая минералы из слюны. Но если слюны образуется мало, ресурсов для подкрепления тоже не хватает. Поэтому сухость во рту — еще один фактор, связанный с повышенным риском разрушения зубов. Красное вино содержит все три компонента, влияющие на оттенок улыбки: хромогены красивого фиолетового оттенка, танины и кислоты. Но и белое вино также отрицательно сказывается на цвете зубов, так как в нем содержится танины. Впрочем, окрашивателей эмали в природе гораздо больше.

В список «красок для зубов» входят соевый, томатный и балзамический соусы, а также карри и куркума. Все они со временем придают улыбке желтоватый оттенок за счет хромогенов и кислот, содержащихся в их составе.

Чай по качеству и скорости окраски зубов обгоняет кофе. А все потому, что в нем помимо пигментов и кислот содержится еще и танины. Весь этот комплект размягчает эмаль

и тщательно ее прокрашивает с каждым новым глотком. Причем не важно, горячий это чай или холодный. Способность чая к окрашиванию связана с его предрасположенностью к обработке: чем больше производственных стадий проходит чай, тем больше в нем соединений, опасных для эмали зубов. Цвет «чайных» зубов — желтый, коричневый.

Любые виды колы и вообще окрашенные газированные напитки содержат хромогены, а значит, также пагубно влияют на цвет зубов. Кроме того, ароматизированные газировки имеют в своем составе кислоты (например, лимонную), облегчающие путь в ткани зуба пигментам из других продуктов.

Окрасить зубы способны все плоды, которые оставляют на одежде трудно выводимые пятна, — клубника, ежевика, черника, малина, виноград, гранат, вишня, черная смородина, черника. Любимые всеми цитрусовые и тропические фрукты также весьма коварны. Изменить цвет улыбки могут томаты, морковь и свекла.

Кислые продукты способствуют размягчению зубной эмали и прикреплению к ней сахара, который питает болезнетворные бактерии полости рта.

Курение разрушает зубы

Курение тем временем не просто способствует окрашиванию эмали в неприятные оттенки, но и в целом ведет к потере зубов, что неоднократно демонстрировали данные

исследований. Так, одно из них показало, что риск выпадения зубов у людей с длительным стажем курения и серьезным пристрастием к сигаретам в 3,5 раза выше, чем у здоровых пациентов и даже «социальных курильщиков» (тех, кто курит редко или «за компанию»). Примечательно, что особенно остро вопрос об утрате зубов стоит у мужчин — курящие женщины несколько меньше подвержены подобной опасности.

Объясняется риск разрушения зубов банально — курение крайне негативно сказывается на состоянии десневой ткани. Эта привычка провоцирует такие заболевания, как пародонтит, пародонтоз, периодонтит. Все они ведут к потере относительно здоровых зубов, особенно если больной не обращает внимания на первичные симптомы. Однако если у здорового человека патологии проявляются довольно ярко с самых начальных стадий, у курильщиков болезни несут могут долго «маскироваться», что еще негативнее сказывается на ситуации.

Зубы курильщика подвергаются воздействию тысяч химических веществ, содержащихся в сигаретном дыме. Сюда входят окрашенные соединения дыма, которые могут попасть на поверхность зубов или проникнуть в твердые ткани зубов, вызывая изменение цвета. При сгорании табака образуются смола — твердые частицы, которые содержат никотин и воду, зато содержат пигменты, способные окрашивать и обесцвечивать ткани человеческого организма. Больше всего от их воздействия страдает кожа, ногти и зубы. При этом ученые обнаружили, что сигаретный дым вызывает так называемую «внутреннюю дисколорацию», которую в отличие от внешнего потемнения нельзя устранить с помощью обычной гигиены полости рта.

Что делать?

Самое главное — проводить эффективную регулярную индивидуальную гигиену полости рта. Чистые, гладкие зубы меньше подвержены воздействию красителей. Ведь окрашивается не сам зуб, а налет, который есть на нем.

Кроме того, повысить устойчивость эмали к внешним воздействиям можно с помощью реминерализации. При этой процедуре зубы покрываются специальными гелями с минералами — они проникают в структуру эмали и делают ее плотнее. Аналогичным реминерализующим эффектом обладают сыры. Поэтому их стоматологически рекомендуют есть почаще — главное, делать это без хлеба и не запивать сыр сладким чаем.

Важную роль для чистоты зубной эмали имеет сбалансированное питание в принципе: в вашем рационе должны присутствовать свежие овощи и фрукты, мясо, рыба, крупы.

Значительно портят эмаль вредные привычки, и это не только курение и страсть к алкоголю: некоторые люди грызут карандаши и ручки или открывают зубами бутылки. От такого рискованного поведения нужно отказаться.

Кислые и кисло-сладкие напитки лучше всего пить через соломинку и быстро глотать, не задерживая во рту, чтобы свести к минимуму их контакт с зубами. Что касается во многом полезных фруктов и ягод, то их не следует исключать из рациона, просто после употребления нужно сразу почистить зубы.

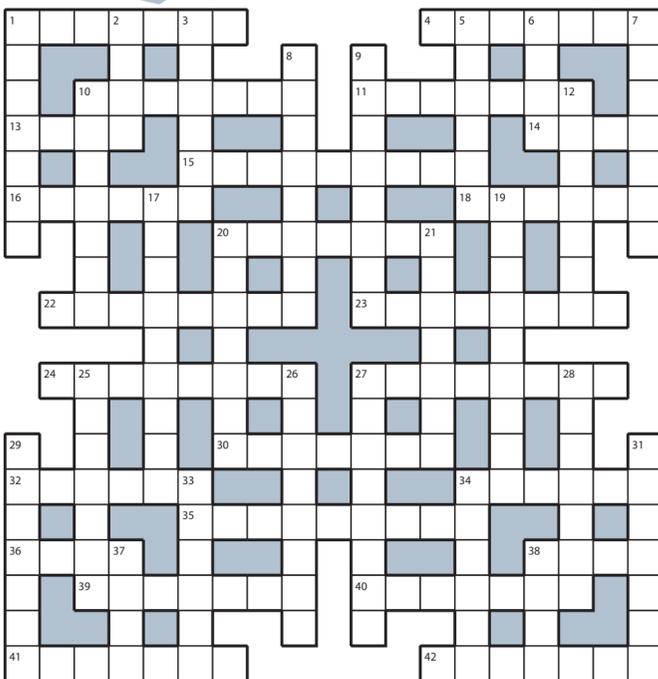
Удалить пятна с зубов поможет паста на основе масла кокоса и листьев мяты перечной. Лауриновая кислота, содержащаяся в кокосовом масле, эффективно борется с бактериями, а также легко стирает неприглядные пятна.

На общем состоянии зубов сказывается и старение. Даже в том случае, если человек не имеет вредных привычек и не пьет напитки, которые содержат стойкие красители, с годами эмаль может стать тоньше и пожелтеет.

Неадекватный уровень гигиены полости рта может спровоцировать появление желтого оттенка на зубах. Факторами данного явления могут служить сокращение количества ежедневного ухода за зубами, подмена зубной щетки жевательной резинкой, неподходящая зубная паста и прочее.

Екатерина ПИЧУГИНА.

КРОССВОРД



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Маслянистый плод в салате с креветками. 4. Переходник, торчащий в розетке. 10. Верный гражданин своего Отечества. 11. Байка про любовника в шкафу. 13. Щегольство позера в любую погоду. 14. Право Китая не согласиться с решением ООН. 15. Поздний «банкет» в квартире у сокурсника. 16. Первая серия многосерийного фильма. 18. Шеф Косого в банном наборе. 22. Лопатка для раствора в руке штукатура. 23. Муж, которому везде мерещится измена жены. 24. Машина, которой пули не страшны. 27. Тонус после контрастного душа. 30. Жертва волчьего аппетита в басне Крылова. 32. «Бездна», откуда вытязгивали бегемота. 34. Крупная добычка «артеля» троплодитов. 35. «Капкан» для лыжного ботинка. 36. Номер отеля, достойный суперзвезды. 38. Камень, выжигающий сыворотку из творога. 39. Россия для Англии в составе Антанты. 40. Зона для малолетних преступников. 41. Сельщик раздора в коллективе. 42. Сапожник, напивающийся в стельку.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Красавчик, живущий на деньги любовницы. 2. Летний лимонад из желтойбочки. 3. «Материал» медали за четвертое место. 5. Полу часовой монолог ученого на съезде. 6. Горка риса с кусочками баранины. 7. «Кривошейка» среди лабораторных склянок. 8. Сторона, выступающая против иста. 9. Тонкая «веточка» кровеносной системы. 10. Капризное желание вальмовской барыни. 12. Помощь или препятствие для пловца. 17. Младший офицер из песни Ирины Аллегровой. 19. Отделка камина мрамором. 20. Исход спора в духе пацифистов. 21. Арочный водовод древнеримского образца. 25. Мигание от попавшей в глаз соринки. 26. Записи урока в тетради учителя. 27. Мягкая скамейка у туалетного столика. 28. Место работы честного Верещагина в фильме «Белое солнце пустыни». 29. Безалаберный детина, слоняющийся без дела. 31. Раздел механики, изучающий «спокойные» тела. 33. Удобный случай для передачи подарочка. 34. Разменные монеты в кармане. 37. «Слава» из капуста «ассортимента». 38. Хит, звучащий в честь олимпийского чемпиона.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ 6 СЕНТЯБРЯ
ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Растяля. 4. Обморок. 10. Оптовик. 11. Агроном. 13. Лось. 14. Дата. 15. Ускорение. 16. Коралл. 18. Разряд. 20. Заначка. 22. Каменщик. 23. Красавец. 24. Проселок. 27. Нехватка. 30. Атрофия. 32. Творок. 34. Ангина. 35. Арендатор. 36. Урок. 38. Ваза. 39. Валенки. 40. Инженер. 41. Аппарат. 42. Львенок.
ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Разлука. 2. Топь. 3. Прогул. 5. Брокер. 6. Овод. 7. Кувалда. 8. Склячок. 9. Налетчик. 10. Строга. 12. Макраме. 17. Лакейство. 19. Аквармарин. 20. Защелка. 21. Анархия. 25. Рыболов. 26. Карантин. 27. Нафталин. 28. Кулинар. 29. Стружка. 31. Кабачок. 33. Газета. 34. Артель. 37. Каша. 38. Вече.

С 1 СЕНТЯБРЯ ОСНОВНАЯ ПОДПИСКА НА «МК» НА 1-Е ПОЛУГОДИЕ ИЛИ ВЕСЬ 2023 ГОД!

наименование издания	в пунктах «МК»		на почте	
	индекс	цена	индекс	цена
«Московский комсомолец» (6 мес., 5 раз в неделю)	MK277	1400,00 руб.	ПН277	1634,28 руб.
«Московский комсомолец» для ветеранов и участников ВОВ, инвалидов I и II групп (6 мес., 5 раз в неделю)	MK277B	1200,00 руб.	ПН277	1405,38 руб.
«Московский комсомолец» (12 мес., 5 раз в неделю)	MK301	2800,00 руб.	ПН301	3155,28 руб.
«Московский комсомолец» для ветеранов и участников ВОВ, инвалидов I и II групп (12 мес., 5 раз в неделю)	MK301B	2350,00 руб.	ПН301	2675,16 руб.

ПОДПИСКА В РЕДАКЦИИ ГАЗЕТЫ «МК»
по будням с 10.00 до 17.00
м. «Улица 1905 года», ул. 1905 года, д. 7, центральный вход в редакцию «МК» со стороны ул. Костикова.

ПОДПИСКА В АВТОМОБИЛЬНЫХ ПУНКТАХ «МК»
7 сентября с 8.30 до 19.00
перерыв с 13.00 до 13.30
м. «Коломенская», пр-т Андропова, д. 27, у к/л «Орбита»
м. «Первомайская», ул. Первомайская, д. 77
8 сентября с 8.30 до 19.00
р-н Бескудниково, Бескудниковский б-р, д. 12
м. «Пражская», ул. Кировоградская, д. 17, у м-на «Пятёрочка»
9 сентября с 8.30 до 19.00
м. «Бунинская Аллея», с правой стороны от входа в метро, на автостоянке
м. «Алма-Атинская», ул. Братевская, д. 16, к. 1, на автостоянке у метро
р-н Бибирево, ул. Лескова, д. 16, у супермаркета «EUROSPAR»
11 сентября с 8.30 до 18.30
м. «Петровско-Разумовская», Дмитровское шоссе, д. 49, у к/л «Комсомолец»
м. «Свиблово», ул. Снежная, д. 13, к. 1, у ТЦ на автостоянке
12 сентября с 8.30 до 19.00
м. «Коньково», ул. Профсоюзная, д. 115, к. 1, на автостоянке
м. «Митино», Пятницкое шоссе, д. 27, к. 1, у м-на «Пятёрочка», с ул. Дубравная
м. «Марьино», Новочеркасский б-р, д. 41, к. 4, у супермаркета «Лента»
13 сентября с 8.30 до 19.00
м. «Кунцевская», ул. Молдавская, д. 4, у м-на «Пятёрочка»
м. «Печатники», ул. Гурьянова, д. 2А
м. «Булвар Дмитрия Донского», ул. Старокачаловская, д. 5, у ТЦ «Квартал»

ПОДПИСКА НА ПРАЗДНОВАНИИ ДНЕЙ ГОРОДОВ!
10 сентября с 10.00 до 15.00
ВИДНОЕ, Советский проезд
ДЗЕРЖИНСКИЙ, площадь Дмитрия Донского, д. 6, напротив банка «ВТБ»
ЕГОРЬЕВСК, в парке 200-летия Егорьевска
КОРОЛЕВ, ул. Тереховской, д. 1, у ДСК им. Калинин
КРАСНОГОРСК, ул. Ленина, д. 3, на площади ДК «Подмосковье»
ЛЮБЕРЦЫ, Октябрьский пр-т, д. 200, перед ЛДК
МЫТИЩИ, ул. Мира, д. 2а, стр. 13, в парке у фонтана
РЕУТОВ, ул. Победы, в районе дома 2
НОГИНСК, ул. 3-го Интернационала, д. 65, у р/л «Волконка»
ФРЯЗИНО, площадь Победы, напротив ДС «Олимп»
ХИМКИ, Ленинский пр-т, д. 2а, у ДК «Родина»
11 сентября с 10.00 до 15.00
ЮБЛЕЙНЫЙ, ул. Тихонравова, д. 19, перед Домом культуры
17 сентября с 10.00 до 15.00
БАЛАШИХА, площадь Славы, д. 1, рядом с библиотекой им. Ф.И. Пучкова
ЗВЕНИГОРОД, ул. Московская, д. 11, в районе Культурного центра им. Л. Орловой
ЛОБНЯ, ул. Ленина, д. 65, у Дворца спорта «Лобня»
ОРЕХОВО-ЗУЕВО, Октябрьская площадь, д. 4
СЕРПУХОВ, ул. Советская, д. 90, в фойе ДК «Россия»
СОЛНЕЧНОГОРСК, Советская площадь
ШАТУРА, сквер «Олимпийский»
18 сентября с 12.00 до 15.00
ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНЫЙ, ул. Пролетарская, д. 8, в фойе библиотеки им. А. Белого

ВНИМАНИЕ! Ветеранам ВОВ и инвалидам первой и второй группы для оформления льготной подписки необходимо предъявить оператору оригинал соответствующего документа.

ПОДПИШИСЬ НА «МК» ИЗ ДОМА ЗА ТРИ ПРОСТЫХ ШАГА!
Оформи подписку на «МК» на 1-е полугодие или весь 2023 год.
Шаг 1. Передай по QR-коду или же зайдя на сайт www.mk.ru/podpiskaMK.
Шаг 2. Заполни все поля обзвонки.
Шаг 3. Назови на звонок «Фасельт онлайн» и следуй дальнейшим инструкциям для онлайн-оплаты банковской картой.
Обработка заказа по подписке на сайте mk.ru осуществляет ООО «Агентство МК»: 105043 г. Москва, ул. Первомайская, д. 69, ОГРН 1067760593560. Тел. 8(495)665-40-80

Подробности по оформлению подписки по телефону 8(495)665-40-80

#35 Страница Артура Гаспарина и Илья Легостаева о модной и популярной музыке ВУКОВАЯ ОРОЖКА выпуск 1362 XLVI год издания сентябрь 2022

КИРКОРОВ ЗАЛОЖИЛ КВАРТИРУ

Вайсберг и Бардо привезли из Америки сына

с друзьями пойдём играть в боулинг. Мама с папой подарят компьютер, а сестра — косметику... Когда речь идет о звездном стиле, на ум сразу приходят несколько персонажей...



Не всегда можно увидеть звезд шоу-бизнеса на кинопремьере. Обычно они ходят по увеселительным мероприятиям...

Немалый ажиотаж вызвало появление певицы Глюк оза. Простой артистка пришла со всем семейством. Сначала она представила публике двух красавиц дочерей...

«Это стоит — как вся презентация сегодняшняя. Это все Louis Vuitton», — не без гордости рассказывал артист перед просмотром фильма «Ирония судьбы в Голливуде»...

Персонал Гаррика Харламова в последнее время вызывает особый интерес у поклонников. То он развелся с Кристиной Асмус, то встретился с сестрой актрисы Анны Ковальчук...

«Критерии — это все врунда. Это же вопрос души: совпало, не совпало. С человеком надо пообщаться. А вдруг я не подхожу под ее критерии?» — улыбался Харламов.

Юрию Шатунову 6 сентября исполнилось бы 49 лет, и легендарный артист получал бы поздравления и признания в любви от сотни поклонников...

Большая утрата для многих все еще сильна, а память об артисте, который стал олицетворением яркой страницы в истории российской поп-музыки...

В 90-е Юра Шатунов на несколько лет пропал из поля зрения публики, но в начале нулевых произошло его громкое возвращение с альбомом «Седая ночь»...

«Да, в этот день нам что-то удалось, еще начать делать на студии, хотя, конечно, прибежал Аркаша и повел меня показывать комнату, в которой я буду жить»...

ЗД-ПЕРСОНА



Ульяна КАЛАШНИКОВА.



КАК ЮРА ШАТУНОВ ВОЗВРАЩАЛ СВОЮ МУЗЫКУ ИЗ 80-Х

пропущенным, это можно услышать на альбоме. Что-то кроме музыки его интересовало тогда? На то время он очень любил играть в solopsp, это такая портативная игра...

Кем известные люди из жизни культового артиста? Дробыш, Крутой, Матвиенко — всё. А композитором намного больше. Получается, Юра шел на встречу публике, сохраняя эти звуки «Ласкового мая»?

Абсолютно разную. Как-то сочинялись с ним, он говорил, что ему The Weeknd нравится, они как раз стреляли тогда с саундом из 80-х годов. Он знал все течения, всех модных и современных исполнителей и слушал все.

«Да, недостойные музыкантов. И я с такой мыслью ехал, что сейчас я вас научу делать нормальную музыку, современную то время. Мы ездили на концерты и тестировали старые песни в новом звучании»...

С ума сошли, конечно. Однажды мы поехали на день какого-то города, и я слышал, как там люди меж собой обсуждали: «Этот Шатунов не настоящий! Я Шатунова видел, он не такой!»...

Саттвический человек

Друзья и знакомые Юры Шатунова часто отмечают именно его простоту в общении и спокойное отношение к своей популярности, без самолюбования и заносчивости.

«Как вы думаете, в чем феномен «Ласкового мая»? Так как в течение последних лет я постоянно работаю с молодыми музыкантами у себя на лейбле, я наблюдаю движуху в музыкальной эволюции и вижу смешные вещи»...

«Она ворвалась в мою жизнь, когда мне было лет пятнадцать-шестнадцать, и сделала меня тем, кем я сейчас являюсь. Я наслаждаюсь своей жизнью каждый день»...

МАРКО МЕНДОЗА: «РОК ВСЕ ЕЩЕ ЗДЕСЬ»

По-рокерски черный прикид, белоснежная американская улыбка, наушники вместо головного убора. Марко Мендоза совсем не похож на человека, который буквально день назад был бездомным проститутком.

В рок-н-рольном мире мистер Мендоза — значительная величина. В разных рейтингах он входит в десятку лучших бас-гитаристов, поэтому работы у него немало.

«Конечно, да еще одного музыкального проекта потребовалось время. Но все можно организовать так, чтобы и работать, и отдыхать. Конечно, тяжело постоянно летать через океан к моей семье»...

ЗНАМЕНИТЫЙ БАС-ГИТАРИСТ ПРОРВАЛСЯ В РОССИЮ СКВОЗЬ «ЖЕЛЕЗНЫЙ ЗАНАВЕС»

«Я помню, как впервые услышал по радио в Калифорнии их еще в девяностых. Понятия не имел, кто это, но звук был просто вау какой крутой. И я потом понял, почему он таким получился»...

«Я не верю в домыслы, я верю в цифры. Мои давние друзья Kiss продают билетов на свои шоу больше, чем за всю мою историю»...

«Я очень занятый человек! Даже слишком занятый! Наверное, на моем месте кто-нибудь обязательно пожаловался бы на усталость. Но я не

Об услугах и продажах Classifieds вам все расскажет! Москва, ул. 1905 года, д. 7, (ст. м. "Улица 1905 года") с 10.00 до 19.00

ПРИЕМ ОБЪЯВЛЕНИЙ ПО ТЕЛЕФОНУ. Предлагаю: книги б/у, значки, монеты, иконы. Старинные вещи. Книжки б/у. Выезд от 200эк. Оплата сразу. 8(495)128-50-09

ТРЕНЕРСКАЯ КУХНЯ



с Сергеем АЛЕКСЕЕВЫМ

Восьмой тур РПЛ завершился скандальным матчем «Торпедо» — «Ростов». Единственный гол был забит в ворота торпедовцев в дополнительное время...



У «Зенита» нет соперников в РПЛ.



ПРИНЦИПАЛЬНО ПО ПОНЯТИЯМ

Обзор восьмого тура РПЛ от Евгения Бушманова

укреплять состав до начала чемпионата. В этом основная проблема. Когда с ней столкнуться непосредственно в матчах, стали понимать, что состава не хватает.

«Спартак» — «Зенит»

Мы с нетерпением ожидали встречи «Спартака» и «Зенита». Матч эти ожидания оправдал?

В целом хороший матч получился. Наверное, большего ждали от «Спартака», что он сумеет навязать равную игру сопернику.

Вы можете отметить какие-то характерные черты работы Абаскаля в «Спартаке»? Что изменилось в игре команды по сравнению с прошлым сезоном?

«Спартак» стал больше играть в атаку. Больше прессинговать, больше играть в агрессивный футбол.

Я думаю, что «Торпедо» оказалось не совсем готовым к Премьер-лиге. Нужно было

Компер. Какое у вас впечатление оставила игра с «Ахматом»?

«Локомотив» играет очень нестабильно. У них на старте сезона была пара неплохих матчей. А потом пошел провал.

В этой игре на 28-й минуте за вторую желтую был удален игрок «Ахмата» Конате. Неужели игроки гостевой команды так сильно нервничали?

«Ахмат» — боевая команда. Сверхнастрой на каждый матч и зачастую жесткая игра — сильные стороны «Ахмата».

Армейцы одержали победу с минимальным счетом в Самаре за счет гола в концовке матча.

С приходом Федотова начал строиться новый ЦСКА. И уже видна четкая организация игры в обороне и атаке.

Как вы считаете, может ли именно ЦСКА стать той командой, кто сможет навязать «Зениту» борьбу за чемпионство?

На сегодняшний день я пока не вижу команды, способной реально соперничать с «Зенитом» как в очном противостоянии, так и на длинной дистанции.

«Локомотив» — «Ахмат»

«Локомотив» дома проиграл «Ахмату», после чего произошли перестановки в тренерском штабе — ушел Марвин

Как оцениваете игру динамовцев? И действительно ли Захарян так хорош, что им серьезно интересуются «Челси» и другие европейские гранды?

Захарян действительно талантливый парень. Может быть, сейчас, в этом чемпионате, не так ярко себя проявляет, как в прошлом сезоне.

А что касается матча с «Уралом», то «Динамо» в этом сезоне тоже меняется с приходом нового тренера.

«Динамо» победило, взяло свои законные три очка. Гол Макарова был великолепен. Такие голы мы не часто видим.

«Краснодар» — «Сочи»

В краснодарском дерби «быки» оказались сильнее «Сочи». Чем эта игра была для вас интересна?

Южное дерби и правда получилось интересным. Было много моментов у обеих команд. «Краснодар» больше реализовал и победил заслуженно.

Сперцяна стал лидером команды. Однозначный лидер, хоть еще и молодой. Великолепный гол он «Сочи» забил.

Table with 2 columns: Команда, Очки. Lists teams like Zenit, CSKA, and their points.

с ходу пробил по воротам, перекинул вратаря. Великолепная комбинация, великолепное взаимодействие футболистов.

Еще в составе «Краснодара» отмечу вратаря Сафонова. Он важное звено в команде, надежный голкипер. Это половина успеха.

К слову, на днях две известные международные статистические компании опубликовали рейтинг молодых игроков, в котором в первую десятку 2004 года рождения включили вратаря «Локомотива» Даниила Худякова.

Учитывая возраст Худякова, он покаывает очень зрелую игру. Мне он тоже очень нравится.

«Оренбург» — «Химки»

«Химки» потерпели очередное крупное поражение. В команде с начала этого сезона уже третий тренер. Что вообще происходит с подмосковной командой?

Понятно, что происходит. Когда за такое короткое время меняется уже третий тренер, притом что при первом, Юране, все было хорошо — команда играла и давала результат, на нее было интересно смотреть.

САНКЦИИ

А вот притаился как-то последнее время президент МОК Томас Бах. Дуррацкий, конечно, вопрос: хорошо это или плохо? Он уже наговорил так много, что помолчать — не грех.

Два года до игр Олимпийских игр. Станислав Поздняков, глава Олимпийского комитета России, говорит, что страна готовится к Парижу-2024, несмотря на рекомендации МОК...

АЛЬТЕРНАТИВА НА РАСПУТЬЕ

Что ожидает наших спортсменов: Олимпиада в Париже или «импортзамещение»?

спортсменов в отборочных турнирах — задача номер один. Настрой у спортсменов не опускать руки есть, летние турниры, кстати, это показали.

Но ясности мало. Потому что допуска к турнирам нет, когда будет, никто не знает. А квалификационные турниры — это то, на чем мы можем сплотиться даже при возвращении на международные старты.



кавалерия смогут далеко не все. И МОК честно заглянул глазами ответственных лиц: квалификацию ведь не прошли, в чем вопрос?

А есть ли та самая губительная для спорта России на Олимпийских играх в Париже точка невозврата? Тот день их час, когда stanno очевидно: России на летних Играх ни в каком варианте (с флагом страны, без флага и гимна) не будет.

квалификационная система, поэтому фраза «точка невозврата» не подходит к нынешней ситуации», — считает Поздняков.

Говорят, все же готовим и запасной вариант к Парижу. Альтернативные игры. «Сборная России продолжает готовиться к Олимпийским играм. Если не допустят, то будут альтернативные соревнования, как мы это сделали с Паралимпийскими играми в Ханты-Мансийске».

«Не могу говорить всего, но мы были в контакте с МОК с 24 февраля. Эти контакты никуда не делись», — утверждает президент ОКР. (Тут поднимая в тему оптимизм.) Да, когда сам посыл — готовимся к Играм — может раздражать: зачем строить планы, которым не суждено сбыться? Кого-то — может утешить: не отобрана прямо сейчас мечта у сборных команд, не заявлено с трибуны: не будет нас на

Играх в Париже (для начала — в Париже, а там и зимний Милан-2026 близко)!

Пока есть эта надежда, наш спорт будет надеяться. Пропадет — уйдут многие титулованные, начнут искать себя в обыденной жизни. Кто-то уедет. Не потому, что не патриот, хотя рискует им оказаться. Отсутствие самореализации губительно. А чтобы добиться максимума в своем деле, домашняя Спартакиада, притом, что она важна, слышном уюта. Мы ведь не о всех спортсменах сейчас говорим, а о тех, кто претендует на попадание в олимпийскую сборную, — элите отечественного спорта.

Вокруг России, как метко сказал один из специалистов, все тонет в цунами русофобии. А мы готовимся к Олимпийским играм в Париже-2024. А что, есть возражения? Никто наверняка не знает, как все будет. И все же два оставшихся года до Олимпийских игр — это время. Которое может работать как на наш спорт (очень оптимистичный вариант), так и против него (ближе к реальности).

Ирина СТЕПАНЦЕВА.

ПОЕХАЛИ!

МАЛЬДИВИАНА ДЛЯ БЕДНЫХ

Дешево, трезво и без бикини

Отдохнуть на Мальдивах можно дешевле, чем в Турции с Египтом, но о бикини и алкоголе придется забыть — таким наблюдением удивила пользовательница Рунета возвращаясь с люксовых островов...

большинства россиян Мальдивы ассоциируются с тем, что это дорого-богато, но мало кто в курсе, что на Мальдивах есть сезон дождей, штормов и ураганов, а дешевый сегмент размещения находится в строго мусульманской зоне.



— На самом деле женщины у нас вообще редко купаются, да и мужчины тоже, — уточняет мальдивский рабочий туротрасли, владеющий русским.

— А что ж вы с туристами так? Им же неудобно в футболках плавать!

— До пандемии наша туротрасль вообще существовала только в сегменте люксов. А люксовые отели — на отдельных островах, где местные не живут, а только работают.

По словам мальдивца, поскольку его страна размещается на 1192 островах, в том числе

совсем маленьких, каждый остров имеет свой профиль. Большой остров со столицей Мале — это остров-сити (то есть город с учреждениями), есть острова-деревни, острова-фермы, остров-аэропорт и остров-тюрьма.

— Туристам контактируют только мужчины, а их жены и дети живут в специальном городке для персонала, там же, на острове, но туристов они не видят, — делится местный житель. — Женщин до рассвета вывозят на уборку территории и пляжей, после чего они вместе с детьми из городка не выходят.

— А как же ваши мужчины, работающие на островах-курортах? Всевышний не накажет их за то, что они наблюдают голых и пьющих туристов?

— Туда отбирают только специальных людей, окончивших специальный факультет нашего университета и прошедших специальную психологическую подготовку.

Оказывается, до начала «нулевых» нога простого смертного туриста на Мальдивы вообще не ступала: на островах, вдали от любопытных глаз, отдыхали лишь короли, шахи и самые богатые люди планеты.

— Туалет один на этаж — главный минус? — Зависит от предпочтений туриста. Гест-тоуризм не дала пляжам страны удержать свою туротрасль в сегменте люксов, пришлось строить бюджетные гестхаусы, а под них, конечно, отдельный остров не выделяли, как под дорогой отель.

— Если хочется искупаться в бикини и поужинать с вином, можно сплывать на остров с роскошным курортом? — Смотря на какой. Многие элитные resorts чужаков вообще не пускают.

нельзя купальники, мужчинам — плавки. Также у гостей дорогих отелей трансфер до аэропорта включен в стоимость тура, а у бюджетных туристов нет. А из некоторых мест добраться до аэропорта в Мале сложно, долго и дорого.

Россиянка, восхитенная дешевыми Мальдивами, тоже об этом упоминает: ей до терминала пришлось добираться 3,5 часа на пароме.

— Это еще нормально, а с некоторых островов можно улететь только легкомоторным самолетом, а межостровная авиация нас вся принадлежит одному местному богачу, это дорого.

— А если хочется искупаться в бикини и поужинать с вином, можно сплывать на остров с роскошным курортом? — Смотря на какой. Многие элитные resorts чужаков вообще не пускают.

— Да, платите в кассу. — А вы заверните его покрасивее, подарок все-таки!

Жанна ГОЛУБИЦКАЯ.

КУРС ВАЛЮТ

По курсу ЦБ на 7.09.2022 1 USD — 60,854433; 1 EURO — 60,4929.

ДНИ РОЖДЕНИЯ

- Глория Гейнор (1949) — певица и актриса Константин Затулин (1958) — политик, депутат Госдумы, директор Института стран СНГ Андрей Ковальчук (1959) — скульптор, педагог, профессор, председатель правления Союза художников России Александр Куприн (1870—1938) — русский писатель и драматург Кирилл Молчанов (1922—1982)

ПОД ГРАДУСОМ

По информации Гидрометцентра России, сегодня температура ночью в Москве 4...6°, днем 11...13°. Облачно. Небольшой дождь, местами умеренный. Ветер западный, 6—11 м/с. Восход Солнца — 5.45, заход Солнца — 19.08, долгота дня — 13.23. По данным ИЗМИРАН и Лаборатории магнитобиологии, ожидаются небольшие возмущения геомагнитного поля.

ДАТСКИЙ УГОЛОК

Всемирный день уничтожения военной игрушки Всемирный день распространения информации о мышечной дистрофии Дюшенна Международный день чистого воздуха для голубого неба 1812 г. — состоялся Бородинское сражение, крупнейшая битва Отечественной войны и самое кровопролитное из односторонних сражений 1837 г. — в день 25-летия Бородинского сражения в Москве состоялась торжественная закладка грандиозного храма Христа Спасителя 1907 г. — слущен на воду броненосец «Император Павел I». Это первый в мире корабль, оборудованный гиперлобными многосекционными стальными сетчатыми мачтами конструкции знаменитого инженера В.Г.Шухова 1947 г. — в честь 800-летия Москвы в столице одновременно заложены восемь сталинских высоток 1992 г. — в газете «Коммерсантъ» впервые использован термин «новые русские» 2002 г. — футбольные сборные Южной и Северной Кореи впервые больше чем за 10 лет провели в Сеуле товарищеский матч, который закончился весьма символично — с ничейным счетом 0:0

ГОРЯЧАЯ ПЯТЕРКА АНЕКДОТОВ «МК»

- 1 Чем старше становишься, тем яснее понимаешь, что день рождения раз в году — не так уж и редко... 2 — Теперь я старая дева. — Петрович, ты что, бредишь? — По гороскопу я дева, да еще на пенсию выхожу.

2007 г. — день создания Следственного комитета при прокуратуре РФ

— Какая разница между дураком и гением? — Возможности гения не безграничны.

4 В прошлые годы отопление в домах включали в октябре. Теперь — в сентябре. Это всё, что вам следует знать о глобальном потеплении.

5 — У вас есть средство от блох? — Да, платите в кассу. — А вы заверните его покрасивее, подарок все-таки!

Footer containing contact information for MK newspaper, subscription rates, and editorial details.