

Внимание!

ПАНДЕМИЯ БЕРЕГИ СЕБЯ

Сделай прививку



Конкретная экология
Чем можно заменить вредный пластик **с. 8**



Посчитать миллионы
Сколько просят звезды за работу **с. 11**

МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ

Совместный проект
Московского метрополитена
и газеты «Вечерняя Москва»

ВТОРНИК

16 марта 2021 года
№ 27 (1117)

ПЯТЬ ВОПРОСОВ О ПОСТЕ

Вчера, после яркого праздника Масленицы, начался семинедельный Великий пост для всех православных. Все это время приходится жить по строгим устоявшимся правилам, особенно связанным с рационом питания. Для многих этот пост станет первым. С чего стоит начать, для кого предусмотрены небольшие послабления **с. 6**



Depositphotos

СЮРПРИЗ

С любовью от Орейро

Вчера знаменитая уругвайская певица и актриса Наталия Орейро выпустила новую песню на русском языке о пандемии.



Вячеслав Прокофьев/ТАСС

Звезда сериала «Дикий ангел» имеет гигантскую армию поклонников в России и очень любит у нас гастролировать. Наталия решила поддержать своих фанатов песней на русском о COVID-19: о том, как тоскует по россиянам из-за невозможности встретиться лично и предлагает «пуститьсь в пляс» вместе с ней в дистанционном формате. Песня так и называется «Будем танцевать». Кстати, ранее артистка подала документы на получение российского гражданства.

От суда не уйдешь

Скандалный футболист **Павел Мамаев** снова отправится в суд. Но в этот раз не с Александром Кокориным, а с супругой, которая подала на развод **с. 12**



Алана Мамаева (на фото) не раз уличала мужа в изменах, но доказательств не было. Теперь Павлу придется бороться за свое имущество

Сергей Бобылев/ТАСС

СЕЗОН

Отдохнем на веранде

С 1 апреля в столице официально стартует сезон работы летних веранд.

Монтаж самих конструкций разрешен с 15 марта, сообщает интернет-портал мэра и правительства столицы.

— На текущий момент в схему размещения включено порядка трех тысяч заведений, примерно столько же летних кафе и веранд было отражено в ней в прошлом году к моменту открытия сезона, — уточнил заместитель мэра Москвы по вопросам экономической политики и имущественно-земельных отношений Владимир Ефимов.

Летние веранды должны располагаться на расстоянии не более пяти метров от входа в основное помещение заведения общепита и не ближе 25 метров от входа в метро.

В прошлом году до пандемии было открыто 2100 летних кафе

На самом деле

Москвичи даже после пандемии остались трудоголиками, сообщает портал по поиску работы. Все дело в желании заработать еще больше. Ради этого они готовы забыть об отдыхе, друзьях и создании семьи **с. 7**

vm.ru

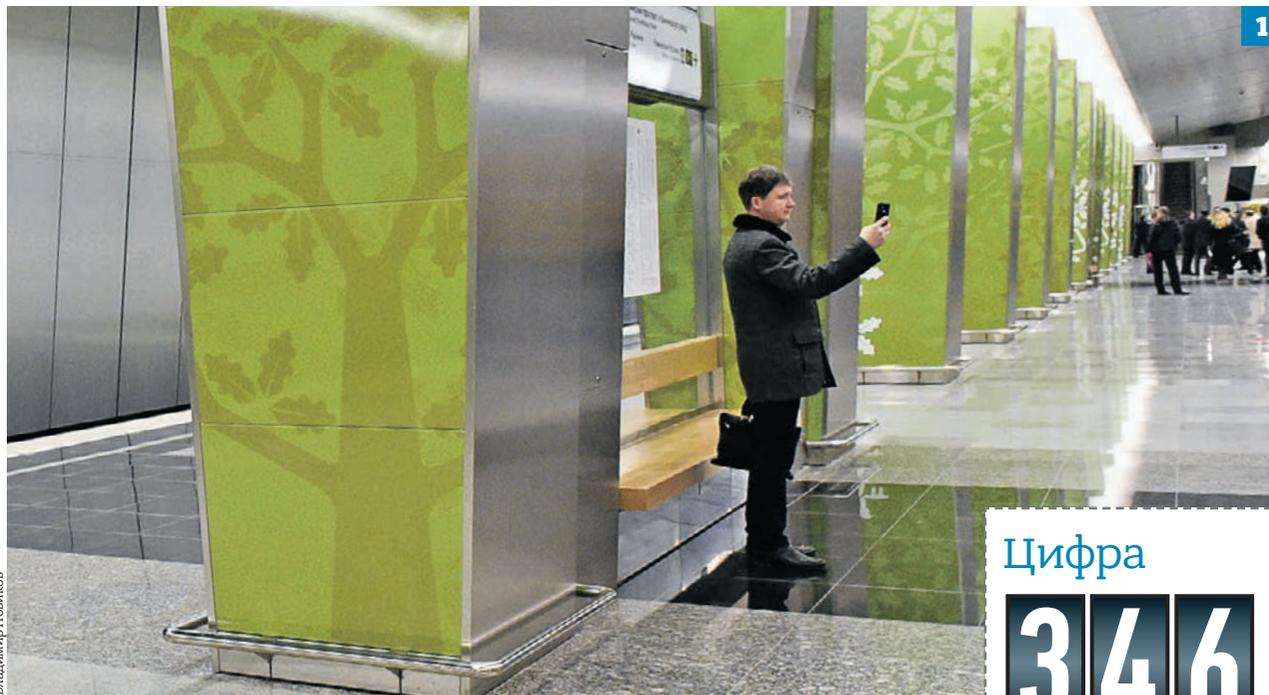
■ В этот день, 16 марта, четыре года назад открылся участок Солнцевской линии от станции «Парк Победы» до «Раменок». Город получил три новые станции — «Минская», «Ломоносовский проспект», «Раменки». О них рассказывает «Вечерка».

Солнцевская линия стала тринадцатой по счету в столичном метрополитене. Она была запущена 31 января 2014 года с открытием челночного движения между станциями «Деловой центр» — «Парк Победы». Желтый цвет на схеме метро носит и Калининская линия, которая, как ожидается, в будущем соединится с Солнцевской.

— Первый участок Калининской линии начали строить еще в 1975–1979 годах, в рамках подготовки городской транспортной инфраструктуры к московской Олимпиаде 1980 года. Возможно, заговорило желание познакомить гостей спортивных состязаний с русским народным творчеством. В оформлении «Перово», например, появились парные барельефы с изображением персонажей русского фольклора — птицами

Дубовая роща на платформе

Как создавали дизайн станций Солнцевской линии



16 марта 2017 года. Станция Московского метрополитена «Раменки» в день открытия (1) Станция метро «Минская» Солнцевской линии (2)

Цифра

346

километров достигла длина эксплуатируемых путей метрополитена после открытия трех станций.

района. Абстрактные силуэты деревьев на зеленом фоне напоминают о ранее располагавшихся в этой местности густых дубовых рощах. После открытия этой станции метро пришло в район Раменки, откуда за 17 минут делового центра «Москва-Сити».

Геннадий Окороков
vecher@vm.ru



Станции «Карамьшевская» и «Мневники» БКЛ подготовят к запуску с пассажирами в конце марта 2021 года. Об этом сообщил заместитель мэра Москвы по вопросам градостроительной политики и строительства Андрей Бочкарев.

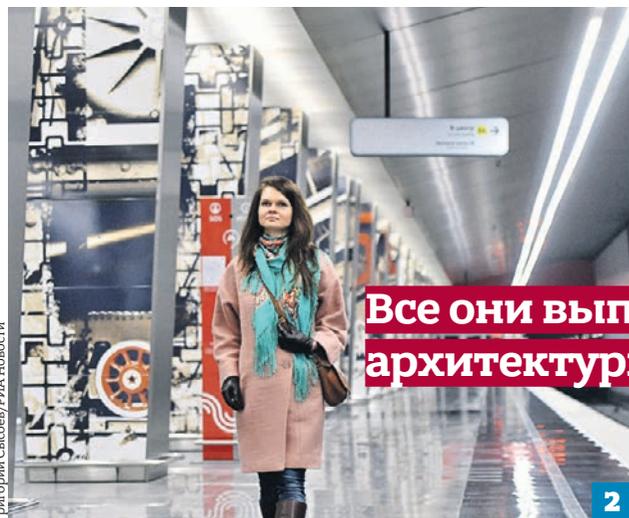
➔ Подробнее читайте в следующем номере

Кстати,

рядом со станцией метро «Солнцево» находится соединительная ветка (гейт) между путями метрополитена и железной дороги, через которую в метро попадают новые вагоны.

Знаете ли вы, что

при следовании в сторону станции «Расказовка» поезда могут доехать до станций «Солнцево» (при заходе в депо), «Говорово» (для оборота) или «Раменки» (для отстоя).



Все они выполнены в единой архитектурной концепции

Сирина и Гамаюн, — рассказала искусствовед Евгения Гершкович. Три станции Солнцевской линии — «Минская», «Ломоносовский проспект» и «Раменки» также несут в своем оформлении определенную идею. Они выполнены в еди-

ной архитектурной концепции, но у каждой свой индивидуальный дизайн. Построенные по типовому

проекту, они имеют один ряд колонн по центру платформы. Графика на «Минской» посвящена военной технике. Рисунки на «Ломоносовском проспекте» выполнены в виде пересекающихся рядов цифр, которые являются фрагментами последовательности чисел итальянского ученого Фибоначчи. Они символизируют точные науки и отражают связь станции с расположенным поблизости МГУ. Тема рисунков станции «Раменки» навеяна историей

Геннадий Окороков
vecher@vm.ru

МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ

Совместный проект Московского метрополитена и газеты «Вечерняя Москва»

Учредители ГУП г. Москвы «Московский ордена Ленина и ордена Трудового Красного Знамени метрополитен имени В. И. Ленина», 129110, Москва, пр-т Мира, 41, корп. 2
АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Издатель АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Главный редактор А. И. Куприянов Генеральный директор Георгий Рудницкий
Шеф-редактор Елена Прокина Редакционный совет Александр Шарно (1-й заместитель главного редактора), Сергей Серков (заместитель главного редактора), Алексей Зернаков (заместитель главного редактора, шеф-редактор утреннего выпуска), Юлия Тарапатта (заместитель главного редактора, редактор отдела «Московская власть»), Артем Чубар (шеф-редактор еженедельного выпуска), Александр Костриков (арх-директор), Александра Киричанова (шеф-редактор объединенной службы новостей), Ольга Кузьмина (обозреватель)
Выпускающий редактор номера Эльвира Суровяткина

VM.RU

© АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 2021. Любая перепечатка без письменного согласия правообладателя запрещена. Иное использование статей возможно только со ссылкой на правообладателя. Приобретение авторских прав: тел. (499) 557-04-24. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений, сообщений информационных агентств и материалов на коммерческой основе. Бесплатно. Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Департамента средств массовой информации и рекламы города Москвы.
Адрес редакции 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Тел. (499) 557-04-24, факс (499) 557-04-08. E-mail: vecher@vm.ru
Рекламная служба Тел.: (499) 557-04-01. E-mail: reklama@vm.ru
Отпечатано АО «Прайм Принт Москва», 141700, Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачевский пр-д, 5в. Тираж 270 000 экз.
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № ФС77-58565 от 4 июля 2014 года. Срок сдачи номера в печать 16.03.2021, 12:50. Дата выхода в свет 16.03.2021, № 27 (1117)

Средняя аудитория одного номера — 495 300 читателей в возрасте 16 лет и старше (по данным Mediascope, NRS-Москва, 16+, май — октябрь 2020)

Поезда

Кольцевая обновится

■ В этом году Московский метрополитен примет 44 поезда «Москва-2020». Треть из них уйдет на Кольцевую линию, остальные — на Калужско-Рижскую и БКЛ.

— В этом году на Кольцевой линии метро будут обновлены все поезда, старых составов на этой ветке вообще не останется, — сообщил заммэра Москвы, глава Департамента транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры Максим Ликсутов.

Составы «Москва-2020» — новейшая модификация метропоезда, названного в честь столицы. Они отличаются от предыдущей версии более широкими дверными проемами, наличием большего количества розеток для зарядки электронных гаджетов и интерактивных плоских экранов, в них также внедрена самая современная система обеззараживания воздуха в вагонах, что немаловажно в условиях пандемии.

Егор Пряников
vecher@vm.ru



2 августа 2019 года. Пассажиры метрополитена в вагоне поезда «Москва»

Попутчик Каждый день в метро встречаются чужие друг другу люди. В этой рубрике мы знакомим читателей с теми, с кем однажды им будет по пути. Сегодня это актриса Маргарита Аброськина.

■ Актриса Маргарита Аброськина (на фото) знакома зрителям по сериалам «Толя-робот» и «Настя, соберись!». Она рассказала «Вечерке» про свои будущие проекты, уход из театра и конкуренцию.

Маргарита, вы снимаетесь в романтической комедии «Быть» режиссера Александра Ковтунца, а еще вы будете главной героиней в новом спортивном сериале «Регби». У вас за спиной серьезные занятия художественной гимнастикой. Спорт ваш постоянный спутник?

Да, он меня не оставляет, чему я рада. Для этого проекта я хожу на тренировки по боксу, а еще нас поместили в самые настоящие «голлиудские» условия — во время самоизоляции мы с другими актрисами жили с настоящими регбистами. Мы занимались по их системе и жили по их распорядку дня. А какой вид спорта для вас сейчас ближе всего?

Летом влюбилась в бег благодаря тренерам регбисток, которые занимались с нами. Для меня это своеобразная медитация, я не

Да, действительно, я играла там четыре года у Валерия Фокина. Но в какой-то момент поняла, что мне стало сложно совмещать

пишем об этом, скидываем нужные контакты или сами рассказываем продюсерам друг про друга.

Скажите честно, в метро часто ездите?

Сейчас мне удобнее ездить на такси, потому что на съемки я всегда собираю огромный рюкзак, так как съемочный день длится по 12 часов. Часто случаются переработки, и хочется, чтобы все необходимое было у меня под рукой. А с большим рюкзаком в метро не очень удобно.

А может, есть какие-то станции, которые нра-

Из-за съемок пришлось месяц жить по расписанию настоящих регбисток

стремлюсь ставить рекорды и выигрывать марафоны. Вы долго работали в Александринском театре в Санкт-Петербурге. Не скучаете по сцене?

съемки и репетиции. Мне тогда дали главную роль, а параллельно с этим — два проекта в Москве. Были дни, когда я ночью снималась в фильме, утром летела

Отдам роль подруге

на самолете на репетицию, а после опять на ночную смену. Но я поняла, что совмещать не получается. Поэтому пришлось сделать выбор. Съемки мне приносили больше удовольствия — все же там почти каждый день новые сцены, динамика. Я в тот момент выбрала кино. Но все же я скучаю по театру, по его энергетике и атмосфере. У вас есть настоящие друзья в актерской среде или вы воспринимаете их как соперников?

Во мне есть соревновательный дух, но я научилась бороться с ним. Головой-то я понимаю, что в кино нет такого понятия — «первая», но мне хочется, чтобы все хорошие роли были моими. Но если мне не досталась какая-то роль, значит, за ней последует что-то «мое». А насчет дружбы... Мне повезло найти замечательных людей, которые меня окружают. Я с института, уже лет десять, дружу с Настей Уколовой. Да, мы можем не так часто списываться и видеться, но всегда поддерживаем друг друга. А еще у нас есть такая договоренность — если одна из нас идет на пробы и понимает, что роль не ее и другой она подходит больше, то всегда

ДОСЬЕ

Маргарита Аброськина родилась в Москве 25 июня 1994 года. Окончила Театральное училище имени Щепкина в 2015 году. С этого же года начала работать в Александринском театре в Санкт-Петербурге, где сыграла в спектаклях «Три сестры», «Ревизор», «Преступление и наказание». Снималась в фильмах «Хороший день», «Спасти Пушкина» и других.

входятся вам, например, по внешнему виду?

Да, мне нравится «Маяковская». Если на ней встать на разные концы платформы и начать тихо говорить, то из-за структуры помещения человек на другой стороне все равно тебя услышит. Я помню, как в институте мы с друзьями выходили на ней и переговаривались. А «большие» станции с несколькими переходами меня немного пугают.

Беседу вела Юлия Панова
vecher@vm.ru

Инфраструктура

Начнем новую ветку

■ Сооружение Рублево-Архангельской линии метро планируется начать до конца года. Подробности рассказали в Стройкомплексе столицы.

В настоящее время власти прорабатывают проекты новых радиальных линий метро для улучшения транспортного обслуживания динамично развивающихся районов города.

— В этом году планируется начать работы по сооружению нескольких станций на Рублево-Архангельской линии, — рассказал заместитель мэра столицы по вопросам градостроительной политики и строительства Андрей Бочкарев.

Он отметил, что к настоящему времени утверждена трассировка линии, ведутся работы по сооружению переходных камер между станциями Большого коль-

ца метро и будущей Рублево-Архангельской линии на станции «Улица Народного Ополчения», а активные работы на самой линии начнутся до конца года.

— Совершенно новый для столицы радиус, который пройдет от делового центра «Москва-Сити» до Рублево-Архангельского. Линия будет востребована жителями не только района Хорошево-Мневники, но и территории Рублево-Архангельского в районе Кунцево на западе города, — сказал Бочкарев. Он рассказал, что на ветке протяженностью почти 20 километров расположатся станции «Пресня», «Улица Народного Ополчения», «Бульвар Генерала Карбышева», «Живописная», «Строгино», «Троице-Лыково», «Рублево-Архангельское» и «Ильинская».

Василиса Чернявская
vecher@vm.ru

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



Фотографию выложил в социальные сети Александр Левин. Похоже, что этот пассажир на снимке объявил настоящую войну коронавирусной инфекции или кому-нибудь еще, очень опасному. Даже оделся для этого соответствующим образом.



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

vecher@vm.ru



Максим Мишин/пресс-служба мэра и правительства Москвы

Переезд станет выгодным

Почти половина жителей Кузьминок отпразднуют новоселье

■ Вчера мэр Москвы Сергей Собянин осмотрел новостройку по программе реновации в Кузьминках, а также посетил новый многофункциональный центр «Высота» в этом же районе.

Менять Кузьминки к лучшему власти города начали несколько лет назад — здесь обустроили бульвары, привели в порядок парк, отремонтировали дворы. Очередь дошла и до пятиэтажек. Район Сергей Собянин назвал столицей реновации — здесь самое большое количество домов, которые предстоит расселить.

— В новые квартиры должны переехать свыше 64 тысяч человек — более 40 процентов жителей района, — подчеркнул мэр столицы. — Поэтому не случайно, что переселение в Кузьминках началось раньше, чем во многих других районах Москвы, еще в конце 2018 года. Сейчас идет заселение уже пятого дома, построенного для местных жителей по программе реновации на Волгоградском проспекте. Новый дом переменной этажности (10–13 этажей) располагается совсем рядом со старенькой пятиэтажкой. Среди главных преимуществ постройки — счетчики, которые позволя-



2 15 марта 2021 года. Мэр Москвы Сергей Собянин (справа) и депутат Госдумы Петр Толстой (слева на заднем плане) пообщались с семьей новоселов (1) Детская площадка у новостройки (2)

Умные счетчики передадут показания самостоятельно

ют очень точно рассчитать все потребляемые ресурсы. С такими системами легко следить за коммунальными расходами — они могут передавать все данные коммунальным службам сами. Умные счетчики не допустят неточностей в показаниях и помогут жильцам сэкономить на ежемесячных

платежах. Кроме этого, в кварталах, что прилегают к новостройке, планируется построить семь социальных объектов, в том числе школу, детский сад, ледовый дворец с катком и другие. Продолжится и благоустройство района. Также Сергей Собянин открыл многофункциональный общественный центр «Высота». Он появился на месте устаревшего кинотеатра, построенного в 1965 году, со временем оборудованные и уровень комфорта

Работа кипит

Для строительства домов по программе реновации в Кузьминках было подобрано 19 стартовых площадок. Сегодня возведено шесть домов, идет переселение жителей восьми пятиэтажек. На остальных 13 стартовых площадках идут строительство, проектирование или другие работы. Всего в районе Кузьминки переселению подлежат 290 домов.

кинозалов перестали отвечать современным требованиям, здание постепенно утратило значение центра притяжения жителей района. Вдохнуть жизнь в него решил инвестор, который превратил это место в современный комплекс.

— Мы настояли, чтобы здесь сохранился кинотеатр, но с торговлей, кафе, ресторанами, детскими игровыми площадками, — отметил мэр. — Первая очередь уже сдана, в августе заработают и все кинозалы. Украсила новый центр вывеска — ее исторический облик восстановили благодаря технологиям 3D-сканирования. Помимо четырех кинозалов в «Высоте» заработают супермаркет, точки общепита, магазины одежды и обуви, развлекательные центры.

Василиса Чернявская
vecher@vm.ru

Торговля

Ярмарки выходного дня готовятся к открытию

■ Ярмарки выходного дня вновь заработают в столице 2 апреля. Горожане смогут приобрести продукты российских и зарубежных фермеров.

Такие ярмарки появятся во всех округах Москвы — всего будет распределено больше 1,5 тысячи торговых мест. Прислать свои заявки, чтобы продукция попала на прилавок, фермеры могут до 23:59 19 марта. Места на ярмарках они получат по принципу очередности: места достанутся тем, кто раньше подаст заявку на портале mos.ru и при этом будет соответствовать всем требованиям. Тех, кому не хватит мест, внесут в лист ожидания.

— В этом году первая сессия ярмарок продлится до 27 июня, — сообщается на

официальном сайте мэра Москвы mos.ru.

Одно из ключевых требований к продавцам — документы, которые подтверждают качество и безопасность продукции, а также медицинские книжки с полными данными обследований и другие документы, предусмотренные законодательством.

Московские ярмарки выходного дня традиционно будут работать по пятницам, субботам и воскресеньям. Найти адрес ближайшей к дому ярмарки можно будет на портале открытых данных (data.mos.ru) или на сайте проекта «Наш город» (gorod.mos.ru).

Работа ярмарок выходного дня продлится до декабря.

Анна Соловьева
vecher@vm.ru



2019 год. Наталья Гайданова за прилавком на ярмарке выходного дня, расположенной на улице Щепкина

Погода вечером

0°C



Ветер	2–4 м/с
Атмосферное давление	744 мм
Влажность воздуха	86%

Завтра утром **-1°C**, небольшой снег

А в это время в Вишневом Тамбовской области 0°C

— В селе проживают около полутора тысяч человек, — рассказывает краевед Николай Тюрин. — Здесь работают храм, школа, два магазина: продовольственный и промтоварный, а еще почта и отделение банка. Село знаменито тем, что здесь живет известный поэт Александр Макаров. У него еще в 1980-е годы издавались книги в Центрально-Черноземном книжном издательстве. Но при этом он всю жизнь работал столяром.

Дозвонился Андрей Обьедков
vecher@vm.ru

■ Для большинства людей при словах «плановая прививка» чаще всего возникает ассоциация с детством. Однако врач высшей категории, кандидат медицинских наук Елена Кац уверена, что считать, будто все необходимые прививки нам сделали, пока мы были малышами, — опасное заблуждение.

По словам специалиста, говорить о том, что вакцинация важна только детям, неправильно.

— Прежде всего речь идет о формировании иммунитета против болезней, которые довольно опасны в любом возрасте. Надежный и научно доказанный способ сделать это — своевременная вакцинация. Так что если кто-то пропустил положенную в детстве прививку, желательно восполнить этот «пробел», — отметила Елена Кац.

Бойтсся корь, дрожит свинка

Какие прививки нужно обновить после совершеннолетия



2 сентября 2020 года. Старшая медицинская сестра городской поликлиники № 5 Гузель Исхакова вакцинирует пациентку — перед тем как сделать прививку, москвичка получила консультацию врача

Болезни, которые дети переносят легко, опасны для взрослых

В зависимости от возраста меняются и схема вакцинации, и перечень необходимых прививок.

— Некоторые из них обязательны для тех, кто работает в определенных отраслях, например в пищевой промышленности или на предприятиях общественного питания, в медицинских учреждениях, в торговле и так далее. Есть обязательные прививки и в экстренных случаях либо по эпидемическим или иным показаниям: при укусе диким животным, контакте с носителями различных инфекций, поездке в отдельные страны и регионы, — добавила врач. Кроме того, нужно знать, что отдельные заболева-

ния, которые относительно легко переносятся в детстве, у взрослых людей протекают намного тяжелее. Например, те же ветряная оспа, корь, эпидемический паротит (свинка) и некоторые другие инфекции вполне способны вызвать серьезные осложнения у непривитого человека.

Елена Кац рассказала, что все необходимые важные

прививки указаны в Национальном календаре профилактических прививок. — Есть прививки обязательные, а есть те, что делаются по показаниям. Например, вакцинация от гепатита А после контакта с инфицированным человеком или перед поездкой в определенные страны, — пояснила она. — Следует задуматься над тем, чтобы

сделать прививки от кори, краснухи и паротита, от гепатита В (схему вакцинации и ее необходимость врач определяет индивидуально), а также от коклюша беременным женщинам, если они ранее не прививались и не переболели, — в данном случае инфекция опасна не столько для мамы, сколько для новорожденного.

Прививка от туберкулеза, которую в обычном режиме делают только детям, взрослым может быть показана при высоком риске контакта с больными людьми. — При принятии решения о вакцинации нужно предварительно проконсультироваться с врачом, — уточнила Кац.

Марьяна Шевцова
vecher@vm.ru

Кстати,

некоторые прививки не дают пожизненно-го иммунитета, что связано с разными факторами. Так, прививку от столбняка и дифтерии надо повторять через каждые 10 лет. А вакцина от гепатита В действует в течение 5–7 лет.

Происшествия

Успели вовремя

Сотрудники Московского авиационного центра (МАЦ) помогли пожилой женщине, которой стало плохо с сердцем. Спасателей вызвала дочь пенсионерки. Она сообщила, что ее 70-летняя мама не может встать с кровати и с трудом разговаривает. Специалисты прибыли по адресу, вскрыли дверь квартиры, где проживает пенсионерка, и впустили туда работников скорой помощи. Врачи успели вовремя.

Благодаря слаженным и оперативным действиям пожилая женщина была спасена.

Ограбление ребенка

Правоохранители задержали 27-летнего москвича, который украл телефон у 11-летнего мальчика. Злоумышленник зашел в подъезд вместе с ребенком и открыто вырвал

смартфон прямо из его рук. Преступника задержали уже через несколько часов. Похищенное устройство у него изъяли и вернули владельцу. Возбуждено уголовное дело о грабеже. Фигурант находится под подпиской о невыезде.



Где мои туфли

У 21-летнего посетителя столичного караоке-бара похитили туфли элитного бренда. По словам потерпевшего, сумма ущерба составила 80 тысяч рублей. Полиция решает вопрос о возбуждении уголовного дела.

«Пацанка» не исправилась

Столичные полицейские возбудили уго-

ловное дело в отношении участницы телешоу «Пацанки» Дианы Субботиной. Правоохранители задержали девушку на улице Казакова и обнаружили у нее под вязаной шапкой пакет с наркотиком мефедроном массой около 0,9 грамма. Также пакет со следами этого вещества нашли в ее бюстгальтере. Против Субботиной возбуждено уголовное дело. Девушка под подпиской о невыезде.

Анна Балук
vecher@vm.ru

Весне дорогу!

Вырос лес на кузове троллейбуса

■ Музей транспорта Москвы выпустил на исторический маршрут Т новый арт-объект — троллейбус, который оформила художница Ирина Корина. Она украсила кузов машины лесными мотивами.

Троллейбус курсирует по так называемому Музейному маршруту. Прежде чем разукрасить экспонат, художница неделю путешествовала на нем, делала зарисовки мелькающих за окном пейзажей и изучила старинную карту кварталов. — Еще в XIX веке здесь были рощи лип, берез и ольхи, текла речка Ольховка и целый каскад запруд реки Череры, — рассказала Ирина Корина. — Лесной троллейбус, который теперь ездит по асфальтированным дорогам, будет напоминать о прошлом этих улиц.

Живописный троллейбус курсирует по кольцу: от площади трех вокзалов через станцию «Красносельская», Нижнюю Красносельскую улицу, Елоховскую площадь с Богоявленским собором, Новорязанскую улицу и обратно вдоль Казанского вокзала к станции метро «Комсомольская». Полный круг он делает за 20 минут. Оплатить проезд можно обычной картой «Тройка».



Троллейбус украсили изображения рощи лип, берез и других деревьев

— Сейчас московский троллейбус вместе с жителями столицы находится в ожидании первой зелени и теплого солнца, — подчеркнула директор Музея транспорта Москвы Оксана Бондаренко. — Пусть наш экспонат на колесах станет первой весточкой весны.

Лесной троллейбус ходит по «Музейному маршруту» каждый день с 8:30 до 20:00.

Наталья Тростьянская
vecher@vm.ru

ТРАДИЦИИ

Отец Макарий
Иеромонах



Ограничьте пищу и поток информации

Про ограничения в питании в период Великого поста и так сегодня знают, мне думается, все: на это время положено отказываться от скоромной пищи, продуктов животного происхождения. В первую неделю поста в монастырях вообще практически отказываются от пищи или едят только сухое — то есть то, что не подвергалось обработке, не приготавливалось специально. Но, конечно, высший смысл поста не в этом. Песнопения, предворявшие Великий пост, и богослужения первых дней напоминают нам о том, что пост есть не только отложение брашен — то есть пищи, а отложение в первую очередь лжи, ненависти, вражды, клятвоступлений. Современному человеку важно также хотя бы временно ограничить потребление бесконечного потока информации и сосредоточиться на внутреннем своем состоянии. Послушать себя и Божие слово, что отдается в сердце каждого, задуматься о том, всегда ли мы ему следуем. Особое внимание москвичей я хотел бы обратить на то, что первая, очень строгая седмица Великого поста, отличается также особенными богослужениями. Утренние службы

в это время проходят очень подолгу, не все горожане могут позволить себе присутствовать на них, но вечерние службы начинаются в удобное время — в 5–6 часов вечера. В храмах по четверг включительно будут читать Великий канон Андрея Критского, известного христианского богослова, проповедника, автора духовных гимнов. Текст этого канона пронизан чувством искреннего, глубокого раскаяния за грехи и охватывает события всего Ветхого Завета: от

грехопадения Адама и Евы до земной жизни Иисуса Христа. Причем ветхозаветные и новозаветные сюжеты преломляются здесь через чувства человека: повествование идет от первого лица. Так каждый день особые тропари этого канона настраивают всех нас на покаянное чувство. Сопровождается чтение канона пением необыкновенной красоты и проникновенности. Хочется, чтобы москвичи прикоснулись к этой красивой и уникальной традиции. Пройти же пост вам поможет и сама природа: ее постепенное пробуждение к Пасхе, появление свежих, зеленых ростков на до того скованных морозом ветвях напоминает нам наглядно о воскресении души.

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



Александр Колбасов/ТАСС

Это не только запрет на некоторые блюда, но и духовная работа над собой

Важны вера и мера

Пять вопросов о Великом посте

■ **Вчера у православных христиан начался Великий пост. Как правильно его соблюдать и не навредить себе, «Вечерке» рассказал протоиерей Максим Первозванский (на фото).**

Должны ли поститься дети и беременные женщины? Нужно помнить, что пост не должен ухудшать здо-



ровье. Если у ребенка или взрослого есть медицинские противопоказания, то лишать себя каких-либо продуктов не стоит. Пост не вреден беременным и кормящим матерям, но опять же если их здоровье позволяет его переносить. В случае, если речь идет о школьниках, то тут должны решать родители. Если у ребенка нет выбора, на-

пример, в школьной столовой, то пусть ест суп на мясном бульоне, а сам кусок мяса отложит. **Какие могут быть послабления в пост и почему?** Послабления возможны, когда человек не имеет выбора. Например, находится в путешествии. Допустим, в самолете не оказалось в меню постных блюд. Что тут делать? Съешьте курицу. Только постарайтесь хотя бы не приправлять ее любимыми специями.

Полностью отказываться от скоромной пищи можно, если это не нанесет вред здоровью

Можно ли посещать развлекательные мероприятия во время поста? В дореволюционной России на этот вопрос однозначно отвечали: нет, это запрещено. Сегодня таких строгостей нет, поэтому стоит вспомнить слова апостола Павла, что «все мне позволительно, но не все полезно».

Потому советуйтесь о полезности с духовником. Ведь могут быть и очень хорошие концерты, которые, пробуждают духовные чувства.

Что делать, если в пост человек съел что-то скоромное? Это грех? Это не смертный грех. Если такое произошло случайно, то покайтесь и поститесь дальше.

Что делать, если кажется, что держать пост — ограничивать себя в пище — уже нет сил? И снова мы вспомним, что пост — это не просто употребление каких-то продуктов, а духовная работа над собой, которая должна быть сильна и разумна. Советуйтесь с духовником. Лучше недопустить, чем перепоститься, когда чувство голода вытесняет мысли о Господе. Такое состояние связано с озлоблением и вредом для здоровья. Соблюдайте меру.

Записал
Геннадий Окороков
vecher@vm.ru

Календарь

Семь недель, очищающих душу

Все недели Великого поста проходят по особым правилам, с соблюдением давно устоявшихся традиций.

■ **Первая неделя** называется Сборной. В понедельник (Чистый) люди ходили в баню, очищаясь. А воскресенье Первой недели по-особенному встречали в Москве — тут существовала необычная традиция: в этот день устраивать торги певчими птицами: их и про-

давали, и показывали зевакам на базарах «говорящих» скворцов, соек-пересмешниц и поющих дроздов.

■ **На Второй неделе** Великого поста особо выделялся только понедельник, когда женщины занимались рукоделием, приводили в порядок украшения.

■ **На Третьей неделе** прославляют Крест Господень, вынося его из алтаря. По пятницам и субботам, не нарушая, конечно



В Вербное воскресенье освященной в храме вербой украшают все дома

же, традиций поста, устраивали все же «обзорные» дни — пекли постные блины и варили кисели.

■ **В Четвертую, Средокрестную, или Крестопклонную, неделю, самой важной считается** ночь среды на четверг — это самая середина поста. В среду пекли постное печенье в виде креста и по одному в этот же день и съедали. Скармливали угощение и скотине, чтобы та была здорова.

Часть печенья хранили до времени посадок и съедали в поле, чтобы урожай был на зависть.

■ **Пятую неделю** часто называли Похвальной, поскольку в субботу в храмах читали «Похвалы Пресвятой Богородице». Из-за всеобщего бдения с канонном Андрея Критского день называли «Андреевым стоянием».

■ **Вербная неделя, Шестая** по счету, именовалась также Вербницей. По приметам, если она выдалась холодной, урожай будет богатым. Субботу этой недели, «Лазареву», встречали вербой, за которой утром ходили в лес, а затем освящали в храме. В этот день пекли постные хлебцы, в один из которых

запекали монетку: кому такой хлебец достанется, тот будет счастлив. В воскресенье дома украшали вербой.

■ **Седьмая неделя** поста — Страстная — как известно, считается самой строгой. С понедельника наводят порядок в доме, перестирывают белье, а в Великий (Чистый) четверг обязательно идут к причастию. В самый скорбный день церковного года, Великую пятницу, день распятия Иисуса Христа, в храмах выносят из алтаря плащаницу. Главное же событие Страстной субботы — сошествие благодатного огня в храме Воскресения Христова в Иерусалиме, которого так ждут верующие.

Ольга Кузьмина
vecher@vm.ru

■ Портал по поиску работы и найму сотрудников в ходе опроса выяснил, что 28 процентов готовы ограничить общение с друзьями, а 12 процентов — отложить создание семьи. «Вечерка» с помощью экспертов выяснила, откуда взялась такая тенденция.

Такие ответы дали социологам люди 1981–1996 годов рождения. Около 30 процентов респондентов 1997–2012 годов рождения готовы ради работы отказаться от отдыха и развлечений. Четверть опрошенных согласна ограничить общение с друзьями, а повременить с рождением детей — 24 процента. К ненормированному графику и занятости 12–16 часов в сутки готовы 22 процента респондентов 1997–2012 годов рождения и 18 процентов опрошенных 1981–1996 годов рождения. — Я не удивлен результатами опроса, — рассуждает кандидат социологических наук, преподаватель МГУ Виталий Караев. — Начнем с того, что чем моложе люди, тем их общение с друзьями носит более виртуальный характер — общаются в основном в мессенджерах и соцсетях. И это виртуальное общение, разумеется, весьма поверхностное. Пожертвовать им будет не так уж трудно: просто в переписке станет меньше картинок, ссылок и смайликов. А еще, возможно, исчезнет с полсотни «друзей», которых они видели три раза в жизни. Что касается семьи, то тренд на ее более позднее создание не новость, и он

Период детства в последнее время сильно удлинился

связан не только с карьерой. Современное общество, нравится нам это или нет, становится более гедонистическим. Молодые люди хотят сначала пожить для себя, а семья — это всегда ограничения.

Социальный психолог Алексей Рошин уверен, что период «детства» у людей удлиняется.

— В мегаполисах для молодежи оно заканчивается в 25 лет, а некоторые демографы уверяют, что и в 30, — пояснил эксперт. — Неудивительно, что люди не хотят заводить семью, ведь психологически они еще дети.

К тому же, как пояснил психолог Алексей Рошин, в последние годы резко и очень заметно сдвинулись так называемые границы возрастов у людей.

Денег дайте, да побольше

Социологи узнали, чем готовы пожертвовать москвичи ради работы



Регина Бинюкова (слева) и Дарья Амелина так же, как и многие молодые люди сейчас, хотят пожить для себя и пока не думают о будущей семье

— Раньше человек в 50 лет считался уже пожилым человеком, а сейчас — просто мужчина, даже еще и не «в годах», — пояснил эксперт. — Продолжительность жизни выросла, поэтому молодые люди понимают:

ривают или просто не понимают, как проходит их день. — Они трудятся сейчас в основном за компьютером. Но ведь и вне рабочее время проходит у таких людей за смартфоном или перед экраном. И многие, я уверен, считают, что их сидение за компьютером и работа — примерно одно и то же. Так чего бы и 16 часов не посидеть, если за это деньги платят? Они просто не понимают, что включенный компьютер — это одно, а работа за ним — совершенно другое.

А вот Виталий Караев менее оптимистичен в рамках этого вопроса. Он уверен, что такие результаты опроса вызваны тем, что наше общество становится все более потребительским.

— Главная его ценность не семья, не личные отношения, а именно деньги. Чтобы их зарабатывать, нужна карьера. Вот молодые люди и готовы ради нее отказаться от многих радостей жизни, — пояснил эксперт. — Но будут ли они, сделав эту карьеру, потом счастливы — вот это большой вопрос, на который никто ответа не даст.

Никита Миронов
vecher@vm.ru

Кстати,

по результатам другого опроса стало ясно, что 53 процента россиян построили карьерные планы 10 лет назад, только у 10 процентов из опрошенных карьера пошла по плану и у 5 процентов лучше, чем они ожидали. Больше трети план не осуществили.

Наш опрос От чего вам пришлось отказаться из-за профессии?



Игорь Ружейников
55 лет,
радиоведущий

Ради карьеры мне приходилось жертвовать отдыхом: надо было его планировать не так, как хотел. Также я отказался от некоторых увлечений. Я люблю музыку: играть, музицировать, выступать. Но из-за работы откладывались репетиции и не шло мое музыкальное развитие. Еще я увлекаюсь альпинизмом, но и путешествия пришлось переносить.



Юрий Феклистов
59 лет,
фотограф

От сна. Нужно все время рано вставать, чтобы успевать больше сделать. Особенно зимой, когда световой день короткий, а съемка запланирована при дневном свете. Иногда очень хочется поспать подольше, особенно в выходные, но я все равно по привычке встаю рано. Так счастливо совпало, что ради карьеры мне ничем больше жертвовать и не пришлось.



Владимир Пресняков-старший
75 лет, композитор

Никогда ничем не жертвовал. Все развивалось естественно — учился, женился, работал. Прадедушка музыкант, дедушка музыкант, я сам музыкант. И с самого начала меня посадили за инструмент, который мне нравился — кларнет. Не на тубу какую-нибудь или валторну, а кларнет — он саксофону родственен. И дальше вся жизнь в музыке!



Полина Шамаева
33 года,
оперная певица

Оперная певица должна совершенствоваться каждый день. И я для этого стала заниматься йогой. Ведь наша работа — это такой же спорт, только своих голосовых мышц мы не видим. А еще я люблю вкусную еду, но любимыми пирожками и прочими сладостями мне приходится жертвовать ради своей профессии. Надо постоянно держать себя в тонусе.



Феликс Шведовский
51 год,
буддийский монах

Можно сказать, что я пожертвовал всем ради «карьеры» буддийского монаха, которая таковой не считается. Пожертвовал своим положением в обществе, работой. Стал жить на подавание. Но ничуть не жалею. Ибо это того стоит. Но к той жизни, которая было до моего увлечения буддизмом, возвращаться не хочется.



Александр Силин
53 года,
бизнесмен

Постоянно жертвовал свободным временем. Работа с иностранными компаниями требует четкого понимания, как устроена англосаксонская модель построения бизнеса. А бизнес там ведется совсем не так, как в России. Чтобы разобраться — ушла уйма времени.

Москвичей опрашивал
Сергей Шахиджанян
vecher@vm.ru

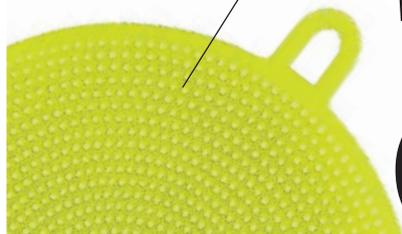
Вчера, 15 марта, по всему миру отмечали День защиты прав потребителей. В этом году он был посвящен борьбе с загрязнением пластиком материалами. О том, как начать жить экологичнее и зачем это нужно, «Вечерка» узнала у координатора движения «Мос-Эко» Анны Нафиевой (на фото).

Только за один год каждый россиянин оставляет после себя порядка 400 килограммов отходов. В том числе и пластиковых. Это колоссальная нагрузка на экологию, ведь весь мусор свозится на свалки и полигоны. А на создание все новых и новых пластиковых товаров тратится уйма ресурсов. Поэтому, чтобы помочь окружающей нас природе, нужно следовать трем простым правилам: перерабатывай, используй повторно, рационализируй потребление. Последнее не означает, что нужно сбегать из города и пытаться прожить на лесных ягодах. Следует ответственнее относиться к товарам, которые вы покупаете. Например, заказывать продукты не в десятки разных маленьких упаковках, а взять один большой набор. Тогда отходов будет меньше. И отказаться от одноразовых вещей. Например, пластиковых трубочек для коктейлей. Есть много альтернатив из бумаги и металла. Одноразовые пакеты тоже лучше не использовать. Ходите за покупками со своей тканевой сумкой или рюкзаком. Собирайте и сдавайте на переработку пластиковые бутылки и крышки.

Только за один год каждый россиянин оставляет после себя порядка 400 килограммов отходов. В том числе и пластиковых. Это колоссальная нагрузка на экологию, ведь весь мусор свозится на свалки и полигоны. А на создание все новых и новых пластиковых товаров тратится уйма ресурсов. Поэтому, чтобы помочь окружающей нас природе, нужно следовать трем простым правилам: перерабатывай, используй повторно, рационализируй потребление. Последнее не означает, что нужно сбегать из города и пытаться прожить на лесных ягодах. Следует ответственнее относиться к товарам, которые вы покупаете. Например, заказывать продукты не в десятки разных маленьких упаковках, а взять один большой набор. Тогда отходов будет меньше. И отказаться от одноразовых вещей. Например, пластиковых трубочек для коктейлей. Есть много альтернатив из бумаги и металла. Одноразовые пакеты тоже лучше не использовать. Ходите за покупками со своей тканевой сумкой или рюкзаком. Собирайте и сдавайте на переработку пластиковые бутылки и крышки.

Мочалка для сковородки

Более трудные загрязнения на посуде с тефлоновым покрытием отлично отмоет силиконовая мочалка. Она имеет ребристую поверхность, за счет чего хорошо оттирает жир и засохшие частички пищи. **Цена:** от 50 рублей.



Волосок к дереву

Самые экологичные расчески — деревянные. В отличие от металлических, они не поглощают тепло во время сушки феном. А натуральные зубчики хорошо массируют кожу головы. **Цена:** от 150 рублей.

Новая авоська

Широко распространилась мода на экосумки для покупок. Они могут заменить пластиковые пакеты из супермаркетов. Польза опять же в сокращении отходов. **Цена:** от 560 рублей.



Покупай без упаковки

Последний экологичный тренд по всему миру — магазины товаров без упаковки. Покупатели приходят со своими многоразовыми контейнерами. В них обычно можно найти все, что не требует особых условий хранения: крупы, мука, чай, кофе, печенье, макароны, специи,

мед, масло, уксус, орехи, сухофрукты, шоколад. Все продается на развес. Польза от такого умного потребления заключается в сокращении количества отходов. Больше всего люди выбрасывают именно упаковку от продуктов. Но что с ней делают в магазине? Тоже выбрасывают? С постав-

щиками товаров продавцы договариваются. Упаковка должна быть из бумаги и биоразлагаемых материалов, либо поставщик забирает ее с собой после доставки для повторного использования. Кроме того, владельцы стараются закупать крупы в больших оптовых мешках.

Хлебный мешочек

Вместо стандартной пластиковой хлебницы борцы за экологию призывают использовать специальные хлебные мешочки, которые закрываются при помощи ленты. Они сделаны из льна и пропускают воздух, так что продукт в них «дышит» и дольше хранится. **Цена:** от 450 рублей за штуку.

Взвесить овощи и фрукты

Такие мешочки используются для мелких товаров, которые в супермаркетах обычно принято складывать в полиэтиленовые пакеты. Их часто шьют самостоятельно. В качестве материала подойдут экоткани типа органзы, вуали, сетки, тюля, фатина, подкладочной ткани, бязи, сатина, льна и других. **Цена:** от 60 рублей за штуку.

Экоподгузники

Обычные одноразовые памперсы в природе будут разлагаться порядка 500 лет. Поэтому активисты решили заменить их на экологически безопасные альтернативы. Существуют многоразовые модели, которые можно стирать после использования. **Цена:** от 800 рублей.



Чем можно заменить в быту опасный для природы пластик

Спасу планету силиконом

Помочь окружающей среде можно лишь отказавшись от пластика

Прямая речь



Лидя С.
Спикер
«РазДель»

Люди в Москве и Московской области за год оставляют около 17 миллионов тонн отходов. Это огромная нагрузка на экологию и площадь свалок. В России постепенно увеличивается количество свалок, которые загрязняют атмосферу и грунтовые воды. Сортировка отходов может помочь улучшить ситуацию. В столице синие баки для раздельного сбора мусора. Если выбрасывать туда металл, бумагу и пластик, то их переработка будет проще. Они не попадают на свалки, и это уменьшает

Если собрать весь пластик, который ежегодно выбрасывают люди — 300 миллионов тонн, — им можно было бы обернуть Землю четыре раза.



...ающей среде несложно. Достаточно отказаться от некоторых товаров

Многоразовые бахилы

Пока на улице снег или слякоть, перед входом в помещения просят надеть бахилы. Лучше использовать многоразовые из прочного полиэстера. Их удобно носить с собой — прилагается чехол. **Цена:** от 300 рублей.



Возьми с собой баннер

В Москве активисты стали использовать для создания сумок, рюкзаков и чехлов старые рекламные баннеры из поливинилхлорида (ПВХ). Этот материал сложно переработать, поэтому ему дают вторую жизнь. **Цена:** от 1290 рублей.

Щетки из бамбука

Привычные зубные щетки невозможно переработать. Более экологичными считаются зубные щетки, корпус которых сделан из бамбука. А сами щетинки уже давно делают из усовершенствованного биоразлагаемого полимера. **Цена:** от 145 рублей.



Одна на всех

Почти все проекты активистов направлены на сокращение экологического следа человека. Так называют меру воздействия людей на окружающую среду. Этот показатель нужен, чтобы суммировать весь негативный и позитивный эффект от человека для природы. Чем экологический след меньше, тем лучше. Значит, человек расходует не слишком много ресурсов планеты и не создает лишних отходов. Измеряется след в глобальных гектарах (гга). Например, в среднем такой показатель для каждого жителя Земли равен 2,6 гга. При этих значениях человечеству нужно столько ресурсов, сколько смогли бы выработать 1,6 планеты. Однако Земля у нас одна, и ее экологии ежегодно наносится существенный ущерб.



Одежда из мусора

Активисты стараются даже одеваться в вещи из органики и вторсырья. И этому тренду стали следовать крупные бренды. Они выпускают одежду из органического хлопка или переработанного пластика, который постоянно вылавливают из океана. **Цена:** от 1500 рублей.

Вместо ватных дисков

Ватные диски плохо разлагаются. А на производство килограмма хлопка уходит столько же воды, сколько в среднем выпивает человек за три года. Поэтому экологи придумали заменять вату на ткани из бамбука и муслина. **Цена:** от 260 рублей.

Смартфон активиста

Новое поколение чехлов для смартфонов — из биоразлагаемых материалов, на основе кальция, лимонной кислоты, шелухи пшеницы. Такие чехлы совсем не оставляют после себя частиц микропластика и не вредят окружающей среде. **Цена:** от 1200 рублей.

Спасибо пчелам

Для смазывания форм для выпечки можно использовать воск вместо растительного масла. У него не большой расход, но при этом он полностью натуральный и не боится нагрева. **Цена:** 200 рублей.



Металлические трубочки

Потягивая газировку на фудкорте, мало кто задумывается, что одноразовые пластиковые соломинки не перерабатываются. Они пополняют число отходов на свалке. Загрязняют океаны. Активисты предлагают использовать многоразовые металлические трубочки, а также экземпляры из стекла и бамбука. **Цена:** от 200 рублей за 6 штук.

Джут все отмочет

Мочалки для посуды из джута экологичны и разлагаются в естественной среде. Они впитывают влагу, но на ощупь остаются сухими. Посуду не царапают, а с загрязнениями справляются хорошо. Такая мочалка почти не деформируется, так что менять ее часто не придется. Сплошные плюсы! **Цена:** 100 рублей.



Свой стакан

Многие покупают кофе утром по пути на работу. Но одноразовые бумажные стаканчики не перерабатываются. Они покрыты пластиком изнутри, и только за сутки на свалку отправляется порядка миллиона таких тар. Для их производства нужно вырубить около 200 деревьев. Лучше используйте термкружки. **Цена:** от 800 рублей.



...ая

Эзерская движения льный Сбор»

ве и Под- од созда- иллионов . Количе- дь свалок оянно я. Они тмосфе- е воды. тходов ашить си- лице есть я мусо- асывать стекло, стик, бота- падут агрязне- тся.

■ 18 марта на большой экран выходит фильм «Пальма», основанный на событиях 1970-х годов, когда брошенная в московском аэропорту овчарка много лет ждала хозяина на взлетной полосе. Одну из главных ролей в картине сыграл Виктор Добронравов, который недавно отметил 38-летие. Актер рассказал «Вечерке» о собственном питомце, зоне ответственности и принципах воспитания.

Виктор, что подумали, когда прочитали сценарий «Пальмы»?

Хорошая история, светлая, добрая, щемящая, настоящее семейное кино. Это трогательная история отношений мальчика и собаки, через дружбу которых мой герой — отец мальчика — находит взаимопонимание со своим новообретенным сыном.

Как вы с Пальмой нашли общий язык?

Действительно, когда находишься в одном кадре с собакой, нужно соответствовать ее природной органике, а это весьма непросто. Нашу собаку в жизни зовут Лили, она уже опытная «актриса», и с ней было очень комфортно работать.

Вы собачник или кошатник?

Я собачник, хотя и к кошкам прекрасно отношусь, но дома у меня живет собака. А в детстве у меня вообще был целый зоопарк — кошка, собака, попугайчики. Родители в этом плане были очень понимающими и шли навстречу нашим с братом желаниям.

А сейчас вы собаку для себя завели или дочки выпросили?

Это решение моей жены Саши, она давно мечтала о лабрадоре, и вот недавно он у нас появился. Сейчас ему три месяца, назвали Рэем. Саша у нас главная по соба-

ке, именно она ответственна за воспитание щенка, а мы с дочками ей помогаем. Это не первый питомец в нашей семье, до Рэя у нас много лет жил шпиц.

История получилась очень сентиментальная, я даже всплакнула при просмотре. А у вас самого что сегодня может вызывать сильные эмоции? На что вы реагируете?

Я вообще с возрастом стал очень сентиментальным, особенно после рождения детей, меня многие вещи могут довести до слез. Но в нашем фильме мне осо-

Дома стараюсь разгрузить супругу: готовлю, глажу, мою посуду

бенно ценны слезы радости, когда собака возвращается, бежит по летному полю... Вот такие слезы положительного характера я люблю. Недавно вышел фильм «Огонь» с моим участием, там тоже много эмоциональных моментов, пробирающих на слезы. Еще на меня всегда сильно влияла классическая музыка, слушая ее, тоже могу заплакать. Недавно мы в Театре Вахтангова выпустили премьеру спектакля «Король Лир» в постановке Юрия Бутусова. Вот там очень много музыки, которая задевает струны моей души.

Вам повезло родиться 8 марта! Приходилось отвоевывать свой день рождения и внимание? Наоборот, день рождения в такой праздник трудно забыть. Все всегда помнят, подкалывают, поздравляют, так что мне ситуация, наоборот, только в плюс. Вот если бы я родился 23 февраля, то, считай, был бы минус праздник, а тут — нет.

Сейчас, когда вы в семье единственный мужчина, среди жены и двух дочек, кто кого 8 марта поздравляет?



Виктор Добронравов сыграл пилота Вячеслава Лазарева в лирическом кино о предательстве и вере «Пальма»

Я чересчур сентиментальный

Актер Виктор Добронравов о разделении обязанностей, эмоциональности и приоритетах

Они меня, конечно! У меня праздник главное, как мне кажется (смеется). Но и я, разумеется, стараюсь не обойти их подарками в этот день.

Какая у вас зона ответственности как у главы семейства?

Когда я бываю дома, то стараюсь выполнять всю ту работу, которую ежедневно выполняет Саша, чтобы хоть чуть-чуть ее разгрузить. Помоему, это нормально для любого мужчины. Мою посуду, готовлю, глажу, не разделяя работу на женскую

и мужскую. Готовить я вообще очень люблю, могу приготовить все что угодно — супы, салаты, пасту, мясо. А как часто удается собираться всей семьей — с родителями, семьей брата (отец Виктора — народный артист РФ

Федор Добронравов, брат — актер Иван Добронравов. — «МВ»)?

Собираемся раз в год — на Новый год, чаще редко получается, только если сильно повезет. Вот у меня день рождения 8 марта, а папа в это время, скорее всего, окажется на гастролях и брат Ваня на съемках. Вы с братом сегодня близки? В детстве и юности, в период становления, были у вас моменты соперничества?

Детали к портрету Виктора Добронравова

■ **Баскетбольное прошлое.**

В юности актер увлекался баскетболом и даже становился чемпионом Москвы. Когда объявили кастинг на фильм «Движение вверх» (2017 года), Виктор очень хотел в нем сняться. Однако его не взяли из-за невысокого роста — 175 сантиметров.

■ **Своя музыкальная группа.** Виктор — солист коллектива «Ковер-Квартет». Группа исполняет песни в стиле джаз, соул, фанк и делает каверы на известные зарубежные хиты. Идея создать свой творческий проект появилась у актера еще в детстве — он играл главные роли в мюзиклах и много лет пел в юношеском джазовом ансамбле.



■ **Однолюб во всем.** В отличие от многих коллег по цеху Виктору Добронравову неинтересны романы «на стороне». Он характеризует себя как консервативного человека — однолюба. Актер уже более десяти лет в браке с профессиональным фотографом Александрой Торгушниковой. Познакомились они еще в школе. Также Виктор не изменяет и своему выбору в плане автомобиля. «Люди, которые часто меняют партнеров, так же быстро меняют машины», — говорил он.



Сергей Фадеев/ТАСС

■ **С удочкой через 20 лет.** В свободное время актер предпочитает играть в шахматы, русский бильярд, ходить в баню и заниматься спортом. А одно из главных увлечений Виктора — это рыбалка. Добронравов признавался, что через двадцать лет хотел бы видеть себя в окружении детей, внуков и собак, сидя на берегу с удочкой и бокалом хорошего вина.



■ **Против «надутых губ».** Виктор убежден, что красота женщины должна быть естественной. «Меня удивляет мода на надутые губы. Женщины это делают для мужиков? Значит, есть те, которым это нравится. Но я не встречал таких. Не представляю, чтобы я своей жене сказал: «Дорогая, пойдди накачай себе губы!» В женщине должна быть натуральная красота».

ДОСЬЕ

С годами возрастная граница стирается, и это совсем не то, что в детстве, когда тебе 12 лет, а ему шесть. Соперничества у нас быть не могло, шесть лет — слишком большая разница в возрасте для детей. Мы очень тесно начали общаться во время карантина, четыре месяца просидели все вместе взаперти на даче, и это было благословенное время.

Самое большое открытие, сделанное вами за десять лет отцовства?

С появлением детей изменилось все. Я всегда очень хотел стать отцом. Мне нравится фраза «Не воспитывайте детей, они все равно будут похожи на вас. Воспитывайте себя». Я уверен, что ребенок познает мир именно через родителей. У меня перед глазами есть пример моего папы, который всегда был и остается для нас эталоном, на который хочется равняться. И я не помню, чтобы папа и мама читали мне нотации, хотя я и не был самым примерным ребенком. У меня было абсолютно счастливое детство.

Вашей старшей дочери десять лет, в какой области вы бы могли попросить у нее совета?

Наверное, в фигурном катании. Если я захочу прыгнуть аксель, я точно попрошу Варю меня этому научить. Дочь довольно серьезно занимается, сдает на разряды и прочее. Младшая, Василиса, тоже увлеклась фигурным катанием, глядя на старшую сестру. Но ни о какой спортивной карьере мы не говорим, все занятия — исключительно для общего развития, мышечного скелета и становления характера. Вырастить чемпионом мы никогда не хотели, поскольку знаем, что профессиональный спорт не имеет ничего общего со здоровьем и чреват серьезными травмами. Еще Варя занимается конным спортом, но это скорее хобби, ей

Заслуженный артист РФ Виктор Добронравов родился 8 марта 1983 года в Таганроге. В 2004 году окончил Театральное училище имени Б. Шукина (курс Е. В. Князева). В том же году был принят в труппу Театра имени Евг. Вахтангова, где служит и по сей день. Снялся более чем в 70 фильмах и сериалах. Лидер музыкальной группы «Ковер-Квартет».

нравится проводить время с лошадьми.

Вы родились в творческой семье и впервые вышли на театральную сцену еще ребенком.

В своих детях видите актерские задатки?

Я на эту тему уже не то что говорю, просто кричу — я не хочу, чтобы мои дети занимались актерской профессией! И актерские задатки тут ни при чем. Не хочу, чтобы они шли по проторенной дорожке, когда всем все понятно, типа «папа артист, значит, и дети туда же». Моя задача как родителя — дать детям понимание, что в мире существует много всего, от чего можно и нужно получать удовольствие. Хочу, чтобы у них был выбор, и они сами к этому пришли, даже если в один прекрасный день услышу: «Папа, я хочу быть актрисой». Пожалуйста, только я в этом участвовать не буду. Потому на съемки и в театр я детей не таскаю лишний раз, чтобы они не подумали и не решили, что это и их будущее тоже. К счастью, они и сами большого интереса пока не проявляют.

Беседу вела
Арина Яковлева
vecher@vm.ru

■ Российские звезды телевидения, кино и сцены очень не любят вопросы про их гонорары, поэтому они их занижают или скрывают. Но журналистам удалось узнать, сколько зарабатывают топы российского шоу-бизнеса после пандемии.

Так, меньше всего в нашей стране пострадал заработок артистов театра и кино.



Personastars

Парочка миллионов, и готовы

Стали известны гонорары самых востребованных артистов кино и шоу-бизнеса

Сократились гонорары всего на 20 процентов, а у самых популярных актеров цифры остались прежними. Средняя ставка для актеров ряда Саша Бортич, Никита Ефремов, Кристина Асмус, Юрий Борисов составляет 100–200 тысяч рублей за 12-часовую смену. Ирина Горбачева, Юлия Пересильд, Павел Деревянко, Саша Петров получают от 200 до 300 тысяч. А вот топы с запредельны-

спектакля, например, Павел Прилучный, Мария Порошина или другие, получают от 100 тысяч за один антрепризный спектакль. Но об этом артисты предпочитают умалчивать и афишируют свои официальные оклады в театрах, а они ну очень скром-



2

На телевидении пострадал как раз телеведущие: оклады срезали безжалостно. Но топы остались при своем. Андрей Малахов и Иван Ургант как получали по 50 тысяч долларов (примерно 3,6 миллиона рублей) в месяц, так и получают. Такие ведущие, как Юлия Барановская и Лера Кудрявцева, поскромнее — 1–2 миллиона. Зато отрываються на корпоративах. Проведение одной вечеринки может стоить несколько миллионов.

Самой богатой, несмотря на кризис, осталась эстрада. Топовые артисты берут за один концерт, корпоратив от 4 до 6 миллионов рублей. Это Дима Билан, Светлана Лобода и Полина Гагарина.

Чуть менее требовательны Лолита, группа «Руки Вверх!», Любовь Успенская. Им хватает 2–3 миллионов. Ну а самой-самой высокооплачиваемой остается Земфира — придется заплатить 10 миллионов за концерт.

Актеры афишируют лишь свои официальные оклады — от 25 тысяч рублей

ми ставками, от 500 тысяч рублей за смену — Дмитрий Нагиев, Евгений Миронов, Константин Хабенский.

1 На театральных подмостках все скромнее. Звезда

новые. В труппе гостеатра средний оклад-зарплата 25–30 тысяч. В «Ленком» на время пандемии всех актеров перевели на оклад 50 тысяч рублей с надбавками за отыгранные спектакли.

Пополнение

Удивила так удивила

■ 41-летняя певица, экс-солистка группы «Виагра» Альбина Джанабаева ждет ребенка от Валерия Меладзе. Супруги станут родителями в третий раз — это их первый общий ребенок. Они также воспитывают двух сыновей Альбины от предыдущего брака: 17-летнего Костю и шестилетнего Луку. Три дочери Меладзе от бывшей жены уже взрослые.

Сообщила радостную новость певица у себя в «Инстаграме», выложив фотографию в элегантном черном платье и с округлившимся животом. Судя по всему, событие случится уже очень скоро.

Альбина еще несколько лет назад говорила о желании родить еще одного ребенка — желательно девочку. Тогда же она и придумала ей имя. Пока пол ребенка держится в секрете, но это ненадолго.



Екатерина Чеснокова/РИА Новости

Новое амплуа

Решил помочь стране

■ Певец Денис Майданов пойдет на выборы в Госдуму. Выдвигаться артист намерен от одного из подмосковных округов.

По словам композитора и певца, баллотироваться он решил еще в прошлом году. И теперь намерен свою затею довести до конца. Как подчеркнул Майданов, он много поет о своей позиции к жизни в стране в песнях, и теперь пришло время помочь Рос-



Сергей Виноградов/ТАСС

Денис Майданов известен своим патристически настроенным творчеством

сии не словом, а делом. Направить свои усилия артист намерен на молодежную политику и культуру. А выдвигаться он будет от Одинцовского округа, где и живет.

За звездами наблюдала **Елена Соловей** vecher@vm.ru

■ Пивовар. Недавно Виктор опубликовал на своей странице в «Инстаграме» фотографию с новой домашней пивоварней. Снимок он подписал так: «В жизни всегда надо находить место для хобби. Важно найти свой фетиш. Вот я всегда мечтал варить собственное пиво!»

Записала
Анна Михайлова
vecher@vm.ru



Depositphotos

О ПРАВЫ!

Екатерина Рощина
Обозреватель



Дефективная ярмарка тщеславия

В ночь на субботу, 13 марта, Москва содрогнулась: бурно отмечали день рождения Насти Ивлеевой. Ведущая телешоу «Орел и решка», а теперь — самая главная блогерша России, оторвалась так, что ее «вечеринка» явно войдет в число самых дорогих и вычурных. Гуляли в легендарном ресторане на Арбате. Изысканное и очень дорогое меню дополнила шоу-программа. Показ мод, выступления артистов, эротические танцы, байкеры, а в одном из залов даже было организовано казино! Дресс-код — кибербарокко. Гости старались соответствовать. Ксения Собчак с иглами-коронай на голове, которые «благодарные подписчики» тут же окрестили «гроблями со стразами». Сама Примадонна в дерзких микрошортиках и черной шляпке. Регина Тодоренко с оленьими рогами. Басков, Лолита, одиозный Моргенштерн... Именинница нарядилась «развратной монашкой», подарила сама себе новый автомобиль и устроила праздничный салют в нескольких городах России. Ну, чтобы вздрогнули везде... Ну и что ж, вздрогну-

ли. Богема гульнула. Как говорится, «страшно далеко они от народа»... Самый частый комментарий в сети к «днохе Ивлеевой» — «пир во время чумы». На втором месте — сравнение с балом Сатаны в «Мастере и Маргарите». А кто-то воскликнет: а что ж она, Настя, не имеет права? Заработала.

Вот она, простая девочка из Ленобласти, дочь доярки, без какого-то блата, была маникюршей и хотела стать массажисткой. Скидывалась с подружкой деньгами на шоколадку за 23 рубля. А теперь вот — королева бала. 19,5 миллиона подписчиков. Мечта, да и только. Правда, Олю Бузову так и не переплюнула. И ведь последняя накануне тоже устроила себе не день рождения, а шоу, светский раут с тем же самым бомондом. Того гляди, Настя решила хоть тут дать фору. Жизнь удалась.

И это все выглядит чрезвычайно смешно и нелепо. Весь цивилизованный мир не идет, а буквально бежит по пути глобального упрощения, но наш «бомонд» будто застрял в начале двухтысячных, иллюстрируя поговорку, что можно вывезти девушку из деревни. Но деревню из девушки вывести нельзя.

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



Левый фланг Мамаева

Конфликт в семье футболиста довел до суда

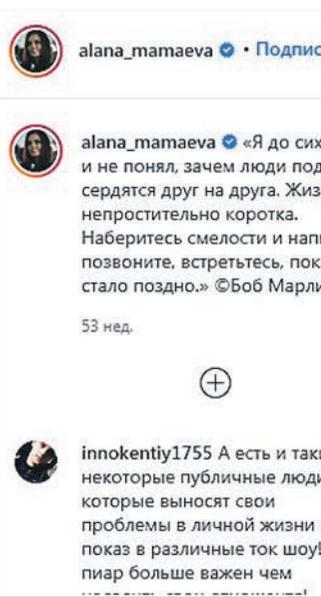
■ **Скандал вокруг отношений футболиста Павла Мамаева, его супруги Аланы и испанки Ирен Гарсии Морена не утихает. Любовница спортсмена заявила о своей беременности и открыто обратилась к жителям России.**

В начале марта темпераментная Алана Мамаева уличила мужа в измене и выложила в «Инстаграм» личные данные его 29-летней любовницы, модели из Испании Ирен Гарсии Морено: фотографии, паспортные данные, номер телефона. Позже пришла «ответочка»: Ирен опубликовала снимок

положительного теста на беременность, чем спровоцировала еще больший гнев законной супруги Павла. Увидев «две полоски», Алана публично объявила

Адвокат любовницы Павла требует наказать его супругу

о разводе. А после начала и угрожать сопернице. На это отреагировала адвокат испанки Тереза Буэйес — она заявила, что будет до-



бываться трех лет лишения свободы для Мамаевой, если та въедет в Испанию.

— Ирен продолжает получать угрозы убийства от Аланы, которая не может усмирить свою ревность. Возможно, она человек с психическими расстройствами, так что в суде я буду требовать мер безопасности, — сообщила адвокат.

А вчера Ирен опубликовала в своем «Инстаграме» обращение к россиянам: «Это прискорбное зрелище вызывает у меня только отторжение и смущение.

Я не хочу думать, что такое поведение и способ достижения роскошной жизни, основанные на лживых слезах и дешевом театре, свой-

Павел Мамаев (слева) и раньше изменял Алане, но сейчас терпение супруги не выдержало

Прямая речь

Александр Толмачев
Заместитель председателя Союза юристов Москвы, доктор юридических наук

То, что Алана Мамаева не требует разделения имущества и алиментов, — это скорее исключение из правил. Чаще бывает, что женщина, которая родила ребенка от состоятельного человека, считает, что он должен содержать ее до конца жизни. Поэтому жены нередко изображают из себя жертв, чтобы получить компенсацию. Конечно, экс-мужьям это не нравится, и они намеренно защищают себя от раздела имущества. Например, регистрируют недвижимость на своих ближайших родственников.

даже ничтожному проценту этой прекрасной страны с населением почти 150 миллионов человек». К слову, Алана Мамаева утверждает, что после развода не претендует на имущество своего супруга и даже не просит алименты на их общую дочь Алису.

Семейная верность стала трендом у россиян → стр. 14

Победа

Судью на мыло!

■ **Жена экс-капитана московского «Спартака», игрока «Химок» Дениса Глушакова (на фото) Дарья при разводе чуть не осталась без детей.** После девяти лет брака Дарья Глушакова решила разорвать отношения с футболистом. Она застала мужа с неизвестной дамой и сняла этот момент на видео. С чем и пошла в суд. Глушаков ей угрожал «превратить жизнь в ад», обещал подключить «серьезных людей». По-



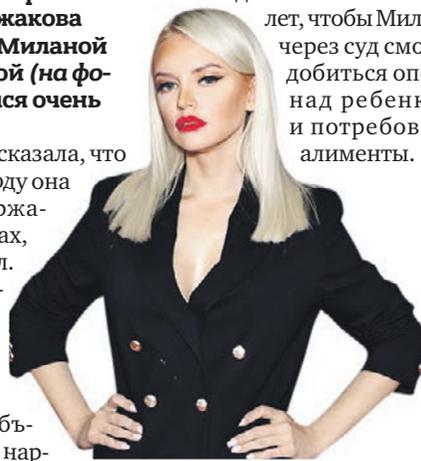
началу суд и правда принимал сомнительные решения, но судью удалось заменить, хотя это стоило огромных усилий. Дарья осталась с детьми и получила половину имущества.

Без принципов

Немужское поведение

■ **Разрыв экс-футболиста сборной России, тренера Александра Кержакова с супругой Миланой Тюльпановой (на фото) получился очень громким.** Девушка рассказала, что еще в 2016 году она уличила Кержакова в изменах, а тот ее избил. Но они помирились. После того как у Миланы умер отец, футболист объявил, что она нар-

козависимая, и попытался отобрать ребенка. Понадобилось несколько лет, чтобы Милана через суд смогла добиться опеки над ребенком и потребовала алименты.



Поворот

Он женился, она запела

■ **История скандальных разводов была бы неполной без футболиста Дмитрия Тарасова и певицы Ольги Бузовой.** Этот развод превратился в настоящее шоу. Ольга после измены Дмитрия рассказала о горе всему свету, рыдая на камеру. Тарасов переписывал на своих родственников все имущество, и Ольга ушла ни с чем. Зато теперь Бузова звезда, а Тарасов просто женился.



За разводами следила **Елена Соловей**
vecher@vm.ru



Газета «Вечерняя Москва» с читателями уже почти 100 лет. Долгие годы она была и путеводителем, и всезнающим «Справочным бюро». Эта рубрика давала читателям уникальную возможность получить ответы на важные вопросы. Накануне векового юбилея редакция вспоминает, что волновало жителей Москвы в разные годы.

Ларьки и бомба со словарем

■ Общине «Вечерки» с аудиторией развивалось и усложнялось со временем. И это была отнюдь не праздная болтовня. Благодаря совместным усилиям читателей и главной городской газеты удавалось решать серьезные проблемы или привлекать внимание к, казалось бы, несущественным, но важным для горожан моментам. Интересно, что некоторые из них знакомы москвичам и сегодня.

Ларьки и мусор не смущают?

Письмо товарища Петрова было опубликовано в «Вечерке» 12 мая 1925 года. «Ларьков на улицах и площадях Москвы становится все больше, — начинает свое письмо Петров, — Это бы, пожалуй, и хорошо. Плохо же то, что уж очень беспечно относятся распределители этих ларьков к интересам улиц и площадей». Неравнодушный читатель сообщил: Арбатская площадь и Страстная (Пушкинская) запружены пустыми ящиками, витринами и прочим хламом. «Все это загромождает, уродует, грязнит, стесняет улицы и площади. Следовало бы внести больше разумного порядка в распределение мест для ларьков». В постреволюционную эпоху Новой экономической политики (НЭПа) улицы Москвы действительно наводнились



1 Читателей возмущало, что улицы Москвы были похожи на рынки, наполненные многочисленными афишами. Улица Тверская, 1929 год (1) Тот самый чешско-русский словарь из упавшей бомбы (2)

развалами, киосками и барахолками — точно так же, как это случилось в 1990-х и начале 2000-х. Житель же спросил у «Вечерки», к кому обращаться и куда писать жалобы, чтобы улицы наконец привели в порядок, а ларьки демонтировали. Редакция тогда адресовала письмо местным властям, правда, о результатах этой инициативы история умалчивает.

Кто отвечает за полфунта?

Читатель под псевдонимом Пролетарий 9 апреля 1925 года обратился в газету с вопросом — жалобой на порядки, принятые в кооперативной и государственной торговле: «В магазине Мясохладобойни Наркомвнуторга на углу Тверской рыбу предлагают брать только по полфунта». То есть малыми порциями. На что «Вечерка» остроумно ответила в ответе читателю:

«Очевидно, в магазине Хладобойни чрезвычайно хладнокровно рассуждают: раз ты покупаешь такое мизерное количество, как 1/4 фунта — значит, можешь легко обойтись вовсе без товара! Резонно. Хотя чересчур прохладно». Это письмо стало важным звончком, и спустя некоторое время

торговцев обязали продавать покупателям нужное количество продуктов. Без ограничений.

2 **Внутри снаряда оказался чешско-русский разговорник**



1 Что послали немцы?

Москвич С. Пирожков попросил «Вечерку» рассказать о судьбе дома № 4 по Большой Грузинской улице. Сотрудники редакции выяснили, что этот дом, построенный в 70-х годах XVIII века, имеет очень занимательные факты в своей биографии. В нем жили историк и государственный деятель Михаил Щербатов и автор бессмертного словаря русского языка Владимир Даль. Здание пережило две отечественные войны — оно пострадало при пожаре 1812 года, а во время Великой Отечественной в него угодила фашистская бомба. «Упала и... не разорвалась. В бомбе оказался речной песок и чешско-русский словарь, положенный чьей-то дружеской рукой» — сообщила газета. «Этот дом — один из старейших памятников истории и культуры. А чешско-русский словарь, «посланный» в бомбе, экспонируется в Центральном музее Революции СССР». Об этих фактах корреспонденту «ВМ» рассказали в Центральном музее истории и реконструкции Москвы. Кстати, нередко «Вечерке» удавалось даже найти ответы на вопросы, с которыми не могла справиться Мосгорсправка.

Материалы на странице подготовил **Андрей Казаков** vecher@vm.ru

Редакция отвечает

Газета «Москва Вечерняя» как неотъемлемая часть истории газеты «Вечерняя Москва» возрождает на своих страницах рубрику «Справочное бюро». Присылайте любые вопросы и предложения на почту vecher@vm.ru, и мы обязательно на них ответим в очередном номере.

Юля Фомина
Жительница ЦАО, 35 лет

Вопрос: Что такое экопродукты и где их сегодня можно купить?

Ответ редакции «МВ»: Экопродукты — это экологически чистые продовольственные товары. Они производятся без ис-

пользования противоястных веществ, ускоряющих рост, усилителей вкуса, химических (неорганических) удобрений, консервантов и методик генной инженерии. Из-за этих ограничений их стоимость, в сравнении с другими продуктами на прилавках магазинов,

довольно высока. Их производители, как правило, не занимаются массовой поставкой продовольствия в сети, и найти их можно либо в специализированных магазинах, либо на крупных городских рынках. На экопродуктах должна быть маркировка: «ОРГАНИК», «БИО» или «ЭКО».

Павел Пискун
Житель ЗАО, 10 лет

Вопрос: Какая самая длинная улица в Москве?
Ответ редакции «МВ»: В Москве более трех с половиной тысяч улиц. На вопрос, какая самая длинная, некоторые ответят — Московская кольцевая автодорога (МКАД). Ее длина 109 км. Но это,

строго говоря, не улица, а автомагистраль. Если же говорить именно об улицах, то самой протяженной остается Профсоюзная — ее длина 14 км. Интересно, что она могла бы быть еще длиннее, если бы в 1977 году от нее не «отрезали» кусочек, переименовав его в проспект 60-летия Октября.

Советы

Вспомните, как все начиналось

■ Чтобы отношения оставались здоровыми, их нужно постоянно подогревать. Психолог Галина Хафизова (на фото внизу) поделилась с «Вечеркой» советами, как поддерживать огонь любви на протяжении долгих лет.

Для начала нужно понимать, что каждый человек нуждается во внимании, особенно в кругу близких ему людей.

— Чтобы годами сохранять романтику, важно искренне интересоваться любимым человеком — отмечает Галина Хафизова. — Не просто слушать, но и слышать его, стараться понять, каждый день по-новому узнавать своего партнера. Психолог отмечает, что в период самоизоляции из-за однообразия и рутины у большинства



семейных пар практически не было тем для разговоров друг с другом. И привычка поддерживать беседу могла сойти на нет. Но выход у заинтересованных супругов есть всегда.

— Чувства выражать можно на всех пяти языках любви: прикосновения, подарки,

слова поддержки и одобрения, совместное проведение времени, забота, — делится Хафизова.

Если чувства угасают, можно вспомнить, как все начиналось, почему именно этого человека вы выбрали и полюбили. Отличной идеей будет сходить вдвоем в то место, где вы впервые поцеловались или провели незабываемое свидание.

А еще, когда в стелу придёт настоящая весна, можно устроить романтические прогулки в парках. Если свободного времени не так много, выделите его, например, просто на просмотр фотографий или разговор о мечтах и планах.

Юлия Рыжанушкина
vecher@vm.ru



Больше не бесит

Почему россияне стали сильнее ценить семейную жизнь

■ Хорошая новость для супружеских пар: свежее исследование российских психологов говорит о том, что после длительной самоизоляции граждане стали больше дорожить семейными отношениями и перестали ходить «на сторону». «Вечерка» разобралась, действительно ли верность стала главным трендом.

Пандемия качнула браки как в одну, так и в другую сторону: кто-то развелся, поняв, что нужно двигаться в другом направлении, а другие же, наоборот, только укрепили свою ячейку общества.

— Я вижу, что сейчас в вопросе отношений количество меняется на качество, — говорит «Вечерке» психолог и сексолог Алек-

Конфликты помогли выйти на новый уровень взаимодействия

сандра Миллер. — Люди уже отвыкли от меняющихся лиц на сайтах знакомств, им хочется чего-то более серьезного, теплого. Члены семьи стали более терпимыми друг к другу, так как они смогли преодолеть конфликты, тем самым выйдя на другой уровень отношений.

Практикующий системный семейный терапевт Елена Максимова добавляет, что после самоизоляции мож-



Во время самоизоляции многие супруги ругались и разводились, но самым крепким парам удалось найти компромисс и укрепить свои отношения

но выделить три типа отношений: пары, сумевшие сблизиться; те, кто понял, что им вместе не по пути; и супруги, которые хотели бы развестись, но не могут. — Первым повезло, они вместе открыли секрет семейного счастья и выявили свою формулу взаимопонимания. В самоизоляции они наконец-то смогли восполнить тот дефицит внимания, который накопился из-за работы или маленьких детей, — объясняет эксперт. — Другие же, кто избегал партнера, проводя время в офисе или в спортзале, наконец встретились лицом к лицу и поняли, что существует большая проблема. В результате они могли как сблизиться, так и развестись. Третьи же — самые несчастные — не могут разорвать отношения, хотя и поняли, что уже не любят друг друга. Причинами могут служить и денежные трудности, и раздел имущества.

Однако обращений по поводу измен меньше не стало, отмечает Максимова.

— Некоторые люди стали придумывать изощренные выходы из трудной ситуации — например, искать решение своих семейных проблем на стороне. Но в таком случае гораздо лучше обратиться к семейному психологу, — утверждает специалист.

Юлия Зыкина
vecher@vm.ru

Социальные услуги

На правах рекламы

забота ОСНОВАНА В 2008 ГОДУ

ПАНСИОНАТЫ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

Подарите Уход и Заботу Вашим родным!

МЫ ЗАБОТИМСЯ:

- о пожилых на время отдыха
- маломобильных людей
- о пожилых с деменцией
- болезнью Альцгеймера
- болезнью Паркинсона
- о лежачих больных

РЕКЛАМА

8 (495) 127-39-78

000 «ЗАБОТА ЮГО-ВОСТОК» ИНН 7702808793 ОГРН 11774612760 www.pansion-zabota.ru

НОВЫЕ ЗУБЫ

без обточки за 10 дней!

Многие пациенты боятся лечить зубы, а уж тем более их обтачивать. Но современные технологии позволяют не прибегать к обточке зубов. Что в таких случаях предлагают в «Верастоме»?

Отвечает главный врач клиники «Верастом», доктор стоматологии высшей категории, ортопед Сергей Александрович БЕЛИКОВ.

У нас в клинике предлагают восстановить утраченные зубы при помощи мягких протезов, не требующих обточки, всего за 10 дней. Также активно применяется немецкая технология вантового протезирования. Это очень актуально для пациентов, страдающих пародонтитом.

А как можно помочь этим пациентам? Во-первых, пародонтальные карманы, которые мучают наших пациентов по падению пищи и неприятным запахом, лечим итальянским лазером без боли в одно посещение.

Сейчас на эту процедуру идет АКЦИЯ: СКИДКА 50%.

Во-вторых, подвижные зубы шинируем стекловолоконными нитями, что позволяет продлить жизнь даже безнадёжным зубам. Также делаем виниры, не требующие обточки, которые закрывают все дефекты, в том числе и оголенные шейки, и устраняют чувствительность зубов.

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ!

Москва, ул. Островитянова, д. 9, ст. м. «Коньково»
8 (499) 737-30-77, 8 (495) 795-93-23, 8 (985) 226-00-15

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

www.verastom.ru. Лиц. ЛО-77-01-013191. РЕКЛАМА

???

26 лет стабильной работы!

Есть вопросы о договоре ренты?
Приходите 31 марта на День открытых дверей в «Жилсоцгарантию»
Запись по телефону: **8 (495) 626 45 55**

РЕКЛАМА 18+

Телефон рекламной службы
(499) 557-04-04
доб. 132, 158



Купи слона Корреспондент «Вечерки» **Александр Кудрявцев** продолжает собирать для вас самые диковинные и оригинальные объявления, которые можно встретить на интернет-сайтах.

Игра настоящих королей



На доске сражаются майя и ацтеки (1)
Каждая фигурка создана вручную (2)

■ В Москве выставили на продажу шахматы за пять миллионов евро. «Вечерка» выяснила, чем примечателен этот экземпляр и почему он так дорого стоит. Конструкция представляет собой квадратный шахматный стол со стороны 160 сантиметров. Его высота порядка 65 сантиметров. Все фигуры созданы вручную. Они изображают легендарных зверей

и воинов древних народов майя и ацтеков. Высота самой большой фигуры — 45 сантиметров. Все выполнено из обсидиана. Создатели потратили примерно 10 тонн этого черного камня. Кроме того, фигуры украшены серебром и золотом. — Комплект создавали в течение двух лет. Это не антиквариат, а совершенно новое



Кстати,

самый дорогой шахматный набор в мире стоит 9,8 миллиона долларов. Его заказала компания Jewel Royale в Великобритании. Фигуры сделаны из золота, платины, белого и черного жемчуга, сапфиров, изумрудов и бриллиантов.

произведение искусства, — рассказал автор объявления Григорий Кожеников. Общий вес всего комплекта составляет порядка одной тонны. Только серебра на отделку деталей было потрачено 50 килограммов. Сейчас стол находится в разобранном состоянии. Чтобы посмотреть его в полном виде, придется заплатить 30 тысяч евро. Столько стоят работы по сборке.

Доска объявлений

Железный Человек и Римский-Корсаков



■ Москвич продает статую супергероя из комиксов и фильмов. А другой — плакат старого советского фильма. Об этих объявлениях подробнее узнала «Вечерка». Пользователь, представившийся как Алекс, хочет выручить 219 тысяч рублей за костюм Железного Человека, как из кинофильмов. Он выставил на продажу его статую в масштабе 1:2. С подставкой макет достигает в высоту одного метра. Есть подсветка реактора

и глаз. Жаль только, примерить на себя костюмчик не получится. Для тех, кто современным фильмам о супергероях предпочитает советскую классику, свое объявление разместил москвич Анатолий. Он продает старый плакат фильма «Римский-Корсаков» (на фото). Афишу нарисовали в 1953 году. Фильм посвящен биографии композитора Николая Римского-Корсакова. Размеры плаката большие: 156 на 207 сантиметров. Цена — 100 тысяч рублей.

Частности

Недвижимость

- Срочная продажа, аренда квартир на ваших условиях. Т. 8 (495) 925-75-04
- Сниму кв., комнату. Т. 8 (916) 959-13-08
- Риелтор Надежда. Т. 8 (906) 710-71-74

Финансовые услуги

ДЕНЬГИ
под залог авто, ПТС, ЦБ
Рефинансирование
(495) 295-10-73
ООО МКК «Турбозайм»
ИНН 7702820127 ОГРН 1137746702367

Деньги всем сегодня за час! Без предоплаты! Быстро. Надежно. Работающим и безработным. Спецпредложения и скидки пенсионерам! Работаем до результата. ООО МКК «НовоФинанс», № 317 в реестре членов СРО. ОГРН 1137017028169. Т. 8 (964) 715-54-44

Строительство и ремонт

- Строительные работы, ремонт старых домов. Дома, бани, сайдинг, пристройки к дому, установка тумб под дом, террасы, кровля, ремонт полов, фундамент. По желанию предоставим свои материалы! Пенсионерам скидка Т. 8 (968) 687-67-71, 8 (968) 441-09-98

Товары и услуги

- Купим, вывезем радиодетали, провада, металл. Т. 8 (903) 125-40-10

Юридические услуги

ЗАКОННАЯ
ОТСРОЧКА
от призыва
в армию
8 (918) 665-51-85

ГОРОДСКОЙ МЕЖВЕДОМСТВЕННЫЙ
ПРАВОВОЙ КОМИТЕТ
ЮРИДИЧЕСКАЯ
консультация
бесплатно
• возврат вкладов
• жилищные и семейные споры
• мошенничество
• взыскание и списание долгов
для льготников скидка 70% до конца месяца
8 (495) 177-97-07

Городской Центр ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

- ✓ помощь обманутым вкладчикам
 - ✓ расторжение договора с юристами
 - ✓ жилищные и наследственные споры
 - улучшение жилищных условий
 - расторжение договоров аренды
 - помощь по списанию долгов
- 8 (499) 938-96-26**

- Возврат квартир. Т. 8 (495) 210-25-63

ГОРОДСКАЯ
КОЛЛЕГИЯ
ЮРИСТОВ
до конца
МЕСЯЦА! **БЕСПЛАТНОЕ**
СОСТАВЛЕНИЕ
ЗАЯВЛЕНИЯ
БЕСПЛАТНАЯ
консультация
ЮРИСТА
-50% на остальные услуги
звоните прямо сейчас:
8 (495) 117-07-17

БЕСПЛАТНАЯ
ЮРИДИЧЕСКАЯ
ПОМОЩЬ
консультация
ДЕЖУРНОГО
ЮРИСТА
ЕСТЬ ВОПРОСЫ?
ЗВОНИТЕ!
звонки бесплатны
8 (499) 399-39-45

● Московская социальная юридическая служба. Бесплатные консультации. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т.ч. поможем вернуть или расслужебить квартиру, выписать из квартиры. Наследство. Семейные споры. Банкротство физлиц. Т. 8 (499) 409-91-42

Мебель

- Ремонт мебели. Т. 8 (925) 504-54-71

Работа и образование

- В офис. Т. 8 (916) 108-54-68

ТРЕБУЮТСЯ
на АЗС
Заправщики от 40 000 р.
Уборщики от 30 000 р.
Дворники от 20 000 р.
подробности по тел:
8 (999) 913-59-87

Туризм и отдых

Тверькурорт
ЛЕТНИЕ ПУТЕВКИ
на отдых и лечение
в санаторий
КАРАЧАРОВО
(на Волге)
по доступным ценам
8 (495) 784-06-84
8-800-200-48-45

Магия, гадания

- Бабушка Пелагея — ведунья, знахарка. Работу провожу бесплатно, 40 лет помогаю. Снятие любых вредных воздействий. Рост карьеры и благополучие. Верну мужскую силу. Верну мир и покой в семью. Открываю денежные потоки. Т. 8 (906) 044-11-52
- Провидица. Просмотр бесплатно. Любая помощь! Т. 8 (969) 079-66-10
- Гадаю. Верну любимого! Вопрос бесплатно по тел. Т. 8 (925) 676-21-20
- Гадаю. Т. 8 (965) 335-42-91

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

Нана. Сниму порчу, сглаз, предскажу судьбу, восстановлю мир в семье, верну мужа, удача в бизнесе. Прием по записи и на расстоянии. Пенсионерам скидка.
8 (925) 502-47-51

● Сельская чудотворица Анна, потомок слепого предсказателя Серафима, опыт работы более 30 лет. Настоящее, прошлое, будущее. Называет имена. Снимет сглаз, порчу, родовое проклятие. Решение семейных проблем. Не спрашивает, говорит сама, прием 300 руб. Т. 8 (966) 350-46-81

Искусство и коллекционирование

- Антиквариат, книги, открытки, архивы, фото, полки. Т. 8 (495) 585-40-56
- Книжки покупаем, домашние библиотеки. Выезд. Т. 8 (495) 961-36-02
- Куплю часы. Т. 8 (495) 649-17-59

На правах рекламы

МосГорСкупка
ДОРОГО КУПИТ!
♦ Иконы. Статуэтки Будды.
♦ Янтарь, янтарные бусы до 250 т.р.
♦ Статуэтки, фарфор.
♦ Серебро, бронзу, часы.
♦ Монеты, значки, автографы.
♦ Картины, соцреализм.
♦ Старинную мебель.
♦ Любой антиквариат и многое др.
Оценка. Выезд бесплатно. Оплата сразу.
8-925-403-68-83

Букинист купит книгу до 1927 г. за 50 000 руб. Журналы и детские книги до 1945 г. Архивы, автографы, плакаты. Бесплатно оценю библиотеку. Куплю дорого антиквариат, серебро, картины, иконы, фарфор, игрушки, бронзу, значки и др. Т. 8 (925) 795-57-97

Купим все: книги до 1930 г. за 70 000 руб. Детские книги до 1960 г. Журналы, плакаты, автографы, антиквариат, серебро, бронзу, часы, иконы, фарфор, значки, игрушки, машинки и др. Светлана. Т. 8 (925) 835-80-33

- Покупаем все: картины, иконы, открытки, значки, марки, монеты, банкноты, статуэтки, бижутерию, часы, самовары, елочные игрушки, кинофотоаппаратуру, документы, акции, золото, серебро, бронзу, янтарь, нуклы, солдатиков и др. Т. 8 (495) 641-67-21
- Купим военную форму и форму министерств и ведомств СССР, КГБ, военный антиквариат, наградные знаки, трофеи ВОВ, атрибутику СССР. Самовар, икону, картину, портсигар, бюсты, старинные награды, антиквариат. Т. 8 (916) 809-01-04
- Книжки. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Т. 8 (495) 241-19-52
- Книжки до 1940 г. Т. 8 (985) 275-43-33

