

Сергей Майоров: Самое интересное в жизни – сама жизнь

Судьба каждого героя этой телепрограммы необычна и полна впечатляющих подробностей. Но все они объединены одним словом: «Однажды в Москве (Владивостоке, Нью-Йорке)... Однажды 20 лет назад... Однажды я чуть не умер...» Сергей Майоров вернулся на канал НТВ с программой «Однажды» – «эксклюзивными историями о харизматичных людях». Ему не так уж важно, кто в кадре – знаменитость или просто человек с улицы. Главное для него – неординарность в судьбе героя. Майоров говорит, что соскучился по своему зрителю и по своим героям. И что хочет обнять всех и каждого, напомнив, что «жизнь не заканчивается, если у тебя есть друг и пара историй, чтобы их рассказать».

НАТАЛЬЯ БОБРОВА

Я люблю свою работу. Мне нравится узнавать новых людей, слушать их, раскрывать характеры. Помню, в школе нас водили в театр. А потом я увлеченно «назначал» на роли в просмотренном спектакле своих друзей. Режиссером я не стал, но периодически у меня появляется возможность участвовать в творческих процессах. Грех этим не пользоваться. Я окончил театральный институт, но жизнь все расставила по своим местам.

– Тележурналист победил артиста?

– Скорее всего. Мне всегда было интересно докопаться до сути: не как жить, а зачем. В начале 90-х окончил институт. И моя подруга, актриса Таня Агафонова, притащила меня помогать ей в Гильдии актеров кино – раздавать продовольственные заказы известным актерам к праздникам. Мы фановали в пакеты колбасу, растворимый кофе, гречку, рис, конфеты. Голову поднимаю и вижу, что в очереди за пайками стоят Марина Ладынина, Лидия Смирнова, Петр Глебов, Михаил Глузский, Всеволод Санаев, Иван Рыжов, Любовь Соколова... У меня внутри все оборвалось. Понимаете? Я же молился на этих актеров, а они стоят в этой очереди! И тут возникло мощное чувство социального протеста: так относиться к кумирам нельзя. Мне захотелось изменить мир.

– И с чего вы начали?

– Мы на троих открыли кооператив, назвали его «Малые звезды». Ездили по регионам. Меня никто не знал, а Таню узнавали благодаря съемкам в «Интердевочке», она была нашей афишей. И пока большую и обаятельную Таню разглядывали, мы успевали рассказать владельцам заводов и пароходов о бедственном положении артистов. В тот момент советская ментальность еще не исчезла, у людей оставалось сострадание. И нам шли навстречу, давали в фонд деньги. Мы объездили весь Север, Урал, Поволжье, Северный Кавказ. В городе Ивдель в местном кинотеатре люди выломали двери, чтобы посмотреть на любимых артистов. Сидели на полу, друг на друге... В этот медвежий угол в 1946-м приезжал Николай Крючков – и больше здесь артистов не видели. Наш автобус три метра люди несли на руках. Странное было время...

– И что это вам давало?

– Многим актерам это возвращало веру в то, что их помнят, ждут, в них нуждаются. Кроме того, они зарабатывали, а аудитория получила общение.

– Наверное, именно в те времена вы на питались «историями в деталях»?



БЕДА В ТОМ,
что на ТВ сейчас очень мало лидеров, способных действительно менять мир к лучшему. Для многих телек – это просто тупо зарабатывать и уйти. А сделать что-то действительно значимое – это когда-нибудь потом...

ОЩУЩЕНИЕ

Про педагогов и педофилов

Чаще я включаю телевизор в режиме радио: в эфире о чем-то о своем говорят, я со своими делами разбираюсь, и всем хорошо. Главное, не вслушиваться. Но тут, грешен, распышал утром бодрый голос девушки, обещающей нам много хороших новостей. Между прочим, девушка вещает на госканале, который работает в том числе и за мои, стало быть, налоги. Ладно, думаю, милая, порадей. И девушка радуется большому сюжетом про учителей-педофилов.

ДМИТРИЙ ЛИХАНОВ
ПИСАТЕЛЬ

Сюжет очень подробный. С деталями. С некоторыми даже их смакованием. С обозначением количества совращенных школьников и намеками на то, что это только цветочки... Я сейчас не стану говорить о проблеме педофилов и педагогов в русских школах, поскольку это совершенно отдельная тема, связанная с качеством управления такой областью жизни, как образование. Я о другом. О том, какое после такого сюжета, выданного в эфир бодрой девушкой, должно у народа нашего остаться ощущение. Не ощущение даже, а убежденность: учителя – козлы! И, поскольку сюжет прошел на телевидении государственном, то убежденность эту надо умножить примерно на 50 млн зрителей и возвести в статус государственной точки зрения. Такой результат этого творчества. От которого детей хочется привязать

накрепко к юбке и в школу больше не отпускать, поскольку там опаснее, чем в джунглях.

Но педофилы есть не только в школе. Они есть и в спортивных секциях. И в балетных училищах. И в лагерях отдыха. И даже, представьте, на улице. Хотите об этом поговорить всерьез? Но тогда надо признать, что проблема вовсе не в местах, где они обитают. Проблема, во-первых, в том, что в стране в последние годы идет стремительный рост психических заболеваний.

Об этом вам любой психиатр скажет. А во-вторых, что из-за сокращения мест в психиатрических клиниках все эти люди находятся на свободе. И в-третьих, в том, что такой суровый психиатрический климат во многом формируют бодрые девушки с государственных телеканалов.

Я, кстати, узнал нашу героиню. Крепкая провинциалка с непростой наследственностью (без папы, мама не раз была неудачно замужем). Несколько лет девушка крутила за-

дом в программе «Одна на планете» и докрутилась до ведущей государственного канала, получила профессиональный приз и даже медаль «За заслуги перед Отечеством». Сорок лет. Детишек и мужа пока нет.

Вообще-то мне ее жаль. Покуда есть чем крутить, телемолох будет использовать ее в бодрых жанрах, а как только выйдет в тираж, выключит с экрана и забудет. Да она, наверное, и сама это знает. Но бодрится. А что еще ей остается? Законы жанра...

Эвалар **А какую валериану принимаете вы?**

Попробуйте усиленную валериану под названием Релаксозан от компании «Эвалар»! Она отличается:

- Максимальным успокаивающим и релаксирующим действием¹ за счет высокой дозировки стандартизированного экстракта валерианы (Германия) – 500 мг в сутки.
- Оптимальным сочетанием валерианы с мелиссой и мятой в одной таблетке, что обеспечивает их синергичное успокаивающее действие.
- Выгодной ценой.

Произведено Эвалар: выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP²
Спрашивайте во всех аптеках! www.evalar.ru
«Линия здоровья «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).
Заказывайте на сайте arteka.ru с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку

¹ В ассортименте «Эвалар». ² Сертификат GMP №С0170889 – 03, NSF International (США). 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760 БАД. Реклама

ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ АРИФМЕТИКА

Максим БАШНЕЕВ
специальный корреспондент



У управляющей компании сорвало вентиль

В Екатеринбурге чета пенсионеров получила от своей управляющей компании «письмо счастья» – счет за водоснабжение на 160 тысяч рублей. Абсурд? Но в компании уверяют, что никакой ошибки нет и что пенсионеры вылили воды именно на такую астрономическую сумму. А в случае если жильцы откажутся погасить свой долг, обещают подать на них в суд.

Пенсионеры Гуревы пребывают в шоке с того самого дня, как достали из почтового ящика злополучную платежку. Сначала, как водится, не верили своим глазам и надеялись, что в счет за воду вкралась опечатка. Но надежды быстро улетучились: управляющая компания «Верхне-Исетская» грозит судебным иском и обещает в случае проволочки с выплатой 160 тысяч рублей прибавить к этой невероятной сумме еще и пени.

Гуревы впадают в ярость, приводят аргументы: чтобы набежала такая сумма, все водопроводные краны в их квартире не должны были закрываться в течение нескольких лет. Призывают в свидетели слесаря-сантехника, подтверждающего: сантехника в квартире Гуревых исправна, пользуются они ею исключительно по мере надобности. Так откуда же взялась астрономическая задолженность?

Управляющей компании на это отвечают просто: в последние три года пенсионеры якобы передавали в расчетный центр неверные данные об израсходованной воде. Заместитель начальника управления по расчетам с населением УК «Верхне-Исетская» Надежда Бубнова конкретизировала: граждане Гуревы в течение трех лет занижали показания счетчиков. Известно это стало после того, как сотрудники УК попали в квартиру и сверили показания счетчиков со своими.

Впрочем, кто, что и с чем сверял, все равно остается тайной, покрытой мраком. Давайте посчитаем. Допустим, претензия в размере 160 тысяч рублей состоятельна. Допустим, пенсионеры действительно сдавали в расчетный центр не те показания, которые было нужно. Предположим (для простоты расчетов, хотя это и не совсем корректно), что горячей и холодной воды Гуревы лили поровну. В таком случае, 160 тысяч рублей – это около 1600 кубических метров использованной воды. Делим эту цифру на 36 месяцев и получаем, что пенсионеры ежемесячно выливали по 22 кубометра холодной и столько же горячей воды. Поверить в такое очень и очень сложно. Лично я редко когда трачу больше 10 кубов, а родители и вовсе укладываются в пять.

Несмотря на всю абсурдность ситуации, управляющая компания продолжает стоять на своем и требовать уплаты долга. Максимум, на что они согласились, – предоставить пенсионерам рассрочку. Те, в свою очередь, уверены в своей правоте и в том, что они физически не могли 36 месяцев кряду передавать в УК неверные данные, поскольку в состоянии, несмотря на возраст, корректно снять показания со счетчиков. Окончательную точку в этом вопросе, скорее всего, придется ставить суду, куда и Гуревы, и представители управляющей компании собираются обратиться.

Что самое обидное, для одних это не будет иметь практически никаких последствий. Даже в случае проигрыша управляющей компании ей всего лишь откажут в ее требованиях, а юрист в любом случае получит зарплату. А вот пожилым людям, уже истратившим кучу времени и нервов на доказательство непонятно чего, придется и дальше расхотывать силы и здоровье, да еще нести судебные расходы. И даже выигрывают в суде первой инстанции не принесет им ровным счетом ничего, потому что есть еще апелляция, кассация и так далее. А значит, что разбирательство и доказательство очевидного может затянуться на месяцы и даже годы.



Вместо послесловия

Получить представление о качестве работы управляющих компаний в нашей стране можно по простейшему запросу к главной из отечественных поисковых систем. И первые же ответы рассказывают, что в Астрахани местную управляющую компанию заставляют выполнять свои обязательства суд и прокуратура, в Мурманской области УН обвиняют в многомиллионных хищениях, в Новосибирске УН крайне избирательно подходят к уборке снега, а в Амурской области руководители сразу 12 управляющих компаний рискуют стать фигурантами уголовных дел за долги перед ресурсоснабжающими организациями... И это неполный список новостей всего за один день.



Сергей Майоров:

Самое интересное в жизни – сама жизнь

«Стр» – Конечно! К примеру, мы могли сутки просидеть в аэропорту по причине отсутствия керосина.

Добраться до места в неотапливаемых поездах на подножном корму (есть в вагонах-ресторанах было смертельно опасно). Помню, под Новый год возвращались из Новороссии, и Ивану Рыжову бригадир поезда подарил коробку ирисок «Золотой ключик». Вы не представляете, как это вкусно – чай с ирисками! Да еще под разговор о Мейерхольде, у которого учился Рыжов, о Шукшине, с которым он дружил. И такое было в каждой поездке.

– А теперь то время называют «лихими девяностыми»...

– Да, были ситуации, когда мы и в полуподвальных ресторанах братву веселили. А однажды уважаемым киноартистам заплатили... колбасой. Это случилось в Белгороде, где мы с Маргаритой Тереховой, Иваном Петровичем Рыжовым, Натальей Варлей, Любовью Соколовой отработали концерт на 9 Мая. Вместо гонорара нам пригнали фуру колбасных изделий. Очень хорошая, кстати, колбаса была. Но что с ней делать, мы не знали. Пришлось надеть белые халаты и встать с весами у АЗЛК и ЗИЛа (эти заводы тогда еще работали в Москве). Кое-как продали все и рассчитались...

Это время, как его ни называй, стало частью меня. И когда о своих приключениях я начинал где-то рассказывать, люди слушали открыв рот.

Так во мне поладили актерство и журналистика. Получился маленький театр. Я заново проживаю эти истории и снимаю новые. У меня замечательные партнеры, одна из них, Люба Камырина, мой соавтор. Мы звучим с ней в одной тональности и дышим синхронно.

– «Однажды» на НТВ для вас реванш?

– Это прежде всего возможность снова начать рассказывать аудитории истории, которых за последнее время поднакопилось изрядно.

– А в чем отличие этой передачи от «Историй в деталях»?

– Формат у нас такой же – истории. Кстати, без нашего старания это слово проникло в сознание телевизионщиков, сейчас даже в новостях говорят не сюжет, а история. Это – королева телевизионного жанра. Ни одно ток-шоу не будет успешно, если в его основе не будет истории.

– Согласна. Но ведь и истории можно делать по-разному. Можно вытащить на экран говорящую голову или две. А у вас практически каждая история – документальный фильм.

– Мне хочется, чтобы наши истории были подробные, объемные, с привязкой к местности. Дело трудоемкое, но оно того стоит.

– Как подбираете персонажей? Они у вас очень разные – тут и актриса, и космонавт, и певец, и монахиня...

– Я не знаю. Нет рецепта. Все зависит от энергии и обаяния. Если исходит от человека импульс, он тебя цепляет, ты очарован, влюблен в историю – тогда история рождается мгновенно. Вот, скажем, случай с матушкой Ариадной. Мы летом снимали фильм о визите в Россию баронессы Елены Андреевны Строгановой, последней представительницы знаменитого рода. Работали с группой в Пермском крае. И вдруг в городке Усолье я обратил внимание на красивую женщину, рассекающую на машине по полям. Узнал, что это матушка Ариадна, кандидат технических на-

ук, доцент университета. В Усолье она восстанавливает монастырь и строгановские палаты. Подошел и попросил рассказать мне ее историю. Сняли за полтора часа. После эфира сюжет получил огромный резонанс: матушка Ариадна вызвала не меньший интерес, чем эксклюзивная история о Дмитрие Хворостовском из Вены.

– Как бы вы сами определили свой жанр?

– Мы точно не желтые и не светские. Мне ближе такое определение: человеческая журналистика. Это когда про людей. Мы, конечно же, не родоначальники жанра. Мы его в чем-то усовершенствовали, приспособили ко времени на дворе. Но задолго до нас на ЦТ были подлинными мастера жанра, да и позже тоже: взглядоуловцы, Владимир Молчанов, Леонид Парфенов. Их работы дали профессиональные эталоны.

– А какими качествами должен обладать хороший журналист в первую очередь?

– В первую очередь – не быть пофигистом. То есть равнодушным, нелюбопытным. Журналист обязан пропускать все, о чем рассказывает, через себя. Сейчас таких не так много,



1 С теледокументалистом Любовью Намыриной.

2 С актрисами Людмилой Чурсиной (слева) и Ольгой Волковой на презентации авторского проекта Сергея Майорова «Бабье лето». 2011 год.

в профессии кризис. Сегодня принято не создавать и не открывать что-то новое, а совершать постоянные репосты. Не погружаться, а барахтаться на поверхности.

– Вы можете взять персонажем, скажем, известного политического деятеля?

– Можем, но не хотим. Понимаете, люди, идущие в политику, во власть, катастрофически утрачивают искренность. Они перестают говорить по-человечески, у них меняется тембр голоса и манера поведения. С ними очень сложно выстраивать интересный диалог: они же вещают, ставят на место, отстаивают то, во что сами не очень-то верят. Так стоит ли заниматься в обслуживающий персонал? У нас замечательная ниша: человеческие истории. Мир прекрасен. Давайте говорить о людях, которые вызывают у зрителя чувство восторга



1 С теледокументалистом Любовью Намыриной.

2 С актрисами Людмилой Чурсиной (слева) и Ольгой Волковой на презентации авторского проекта Сергея Майорова «Бабье лето». 2011 год.

не заставляют злобно переключать программы.

– Но мало кто на современном ТВ следует этому принципу.

– Мне кажется, таких проектов и документальных фильмов, какие делаем мы, должно быть больше. Посмотрите, что происходит в социальных сетях. Скромно снятый, но неожиданный ролик, акция или благородный человек взрывает многомиллионную аудиторию. Вот, например, недавно финалистами шоу «Британия ищет таланты» стали потрясающие ребята из Томска, перевернувшие представление британцев о том, что такое Сибирь. А ведь у них уже своя школа и 700 учеников. Они сами выросли в детских домах и интернатах и помогают таким же ребятам. Вы видели хоть один фильм о них?

Сейчас огромное количество людей видят жизнь в интернете, а не в телевизоре. Меня часто люди останав-

дома телевизор либо не работает, либо его просто нет. Сейчас смотрят не каналы, а конкретный контент. За ним будущее. Поэтому ТВ заинтересовано в форматах, которые были бы успешны и в Сети. Беда в том, что на ТВ сейчас очень мало лидеров, способных действительно менять мир к лучшему. Для многих телек – это просто тупой заработок и уйти. А сделать что-то действительно значимое – это когда-нибудь потом...

– Вижу у вас на полке аж восемь ТЭФИ! Уникальный запас трофеев.

– Поначало грело душу. Не скрою, в какой-то момент крышу стало соснобить. Почему-то думал, что каждая ТЭФИ как минимум обеспечивает работой на долгие годы. Оказалось, все не так. А честолюбие мое тешит племянница Лиза. Когда ее спрашивают, кем она хочет быть, она отвечает: хочу быть Сереей. Вот это – приятно!

ПОРТРЕТ ЯВЛЕНИЯ

Старые песни о главном

Ровно четверть века назад в заповедных белорусских Вискулях, где тогдашние руководители России, Украины и Белоруссии после обильного застолья и банкеты подписывали Соглашение, официально оформившее развал страны по имени СССР, больших споров не возникло.

ВЛАДИМИР ПЕТРОВ, СЕРГЕЙ БИРЮКОВ

Взвешенный на старенькой пишущей машинке, взятой из котроля заповедника, правок внесено было немного. Разве что первый президент Украины Леонид Кравчук потребовал убрать из документа абзац про дружбу народов. С ним спорить не стали. Людям, чтобы спеть «Когда весна придет, не знаю...», «Я люблю тебя, жизнь!», «Спят курганы темные...» и прочие чудесные песни, с которыми жили наши родители, дедушки и бабушки в ту пору, когда дом был общий. Но ведь поют не пенсионеры – совсем еще молодые люди. Конечно же, в украинских СМИ и здесь нашли руку Москвы. Но вы сами, Кравчук и Шукшевичем изложена на стр. 11 этого номера «Труда». Но мы сейчас о другом – не об истории, а о дне сегодняшнем. Увы, Кравчук оказался прав. То, что оста-

лось между нами, бывшими советскими людьми, дружбой уж точно не назовешь. И добрососедством тоже. Если брать взаимоотношения России и Украины, то они ближе к войне, чем к миру. Иногда кажется, что это уже не поправимо. Градус ожесточения зашкаливает. Русский язык с Украины гонят, за русские песни штрафуют, все, что связано с прежней, советской жизнью, безжалостно выкорчевывается и сверху для верности заливается хлоркой – чтобы ничего не проросло. Но оно – прорастает! Это не официальный оптимизм, а впечатление от запущенного по украинским вокзалам флешмоба: десятки и сотни людей приходят сюда, чтобы спеть «Когда весна придет, не знаю...», «Я люблю тебя, жизнь!», «Спят курганы темные...» и прочие чудесные песни, с которыми жили наши родители, дедушки и бабушки в ту пору, когда дом был общий. Но ведь поют не пенсионеры – совсем еще молодые люди. Конечно же, в украинских СМИ и здесь нашли руку Москвы. Но вы сами, Кравчук и Шукшевичем изложена на стр. 11 этого номера «Труда». Но мы сейчас о другом – не об истории, а о дне сегодняшнем. Увы, Кравчук оказался прав. То, что оста-



Песня на Киевском вокзале в Москве.

Голоса

● ЯРОСЛАВ СУМИШЕВСКИЙ создатель песенного интернет-конкурса, организатор флешмобов

– Мы сейчас в Сибири поем, но вернемся и обязательно включим украинские песни в концертную программу. Организовать флешмоб не так сложно – обзвонил коллег, те друзей пригласили, глядишь, сотня-другая явилась. Главное, это делается без денег, от души. Думаю, те, кто начал флешмоб на Украине, не ставили политических целей. Просто очень захотелось вот так, вместе, спеть любимую песню, связанную с историей родного города, с металлургией. Ведь там, в Запорожье, улица Заречная до сих пор есть. А другие эту волну подхватили, откликнулись сердцем. Кстати, в нашем интернет-конкурсе «Народный махор» Ерболат Турлубенов прекрасно спел «Ніч яна місячна», а талантливый парень с Украины Давид Назинян исполнил русскую народную «Ах ты, душечка». Наши народы хотят дружить и петь песни друг друга, и этого не отнять!

● АЛЕКСАНДР ЩЕРБАНОВ солист группы «Ярилов зной», участник флешмоба на Киевском вокзале Москвы

– Организаторов со стороны не было. Когда я увидел ролик из Запорожья, сразу позвонил друзьям-музыкантам: давайте сделаем ответный шаг. Понажем, что дружба между славянскими народами – не пустое место. Не все, на кого рассчитывал, пришли, но человек 50 собралось, благодаря сарафанному радио подключились и участники православного движения за восстановление храмов «Сорок сороков». Не было репетиций, просто выбрали песню, которую все знают, вышли и спели. Снимали на айфоны. Но как-то информация просочилась на НТВ, те тоже приехали снимать. Потом мне домой явилась – я и не думал, что будет такой резонанс. Пона с украинскими участниками флеш-

мобов, кроме комментариев в YouTube, у нас контакта не было. Монет, опасаются, все-таки у них с этим жестко. Комментарии есть всякие, попадают злобные. Но хороших больше.

● СЕРГЕЙ ШАРГУНОВ писатель, депутат Государственной думы

– Очень сильное впечатление от этих анций. Особенно от той, что была в Донецке, где пели «От героев былых времен» – на том самом вокзале, который помню в первые дни войны: там стреляли, прилетел снаряд и женщина оторвало голову... Да и сейчас стреляют, только пресса уже перестала об этом писать. Я только что оттуда, буквально накануне в Горловке понюхал мундирную застрелил снайпер. Три дома сгорели от прямого попадания снарядов. И вдруг – таная добрая восточка, такие родные напевы, и сами голоса, их поющие, тоже становятся родными.

Назвалось бы, ну что там – вышли и спели. Но сегодня в Запорожье, Харькове, Одессе, других городах Украины, где после так называемой революции достоинства Верховная Рада первым делом ужесточила закон, направленный против русского языка, где запрещена советская символика и с ветеранов в День Победы срывают медали и георгиевские ленточки, это требует мужества и твердости. В той же Одессе на днях не дали назначить руководителя Одесского академического русского театра: пришли нацины из партии «Свобода» и сорвали утверждение... Важность этой истории в том, что она народная. Из того же ряда, что «Бессмертный полк». Посмотрите, сколько молодежи вышло петь! Очень здорово, что в России люди подхватили этот порыв, спели украинские песни. Я понимаю, рознь, поселянная войной – реальной и информационной, – от этого в одностороннюю явилась – я и не думал, что будет такой резонанс. Пона с украинскими участниками флеш-

Холестерин может быть в норме и без статинов!

Высокий холестерин – бич современного общества. Люди с повышенным его уровнем вынуждены вести с ним беспощадную войну, ведь на кону здоровья их сердца и сосудов, а значит, и всего организма в целом. «Лидером по борьбе с холестерином по праву считаются статины (синтетические лекарства).

Однако все больше людей вынуждены отказываться от их приема или искать им альтернативу. Причина этого кроется в большом количестве побочных действий: это и головные, мышечные боли, и хроническая усталость с бессонницей, проблемы с пищеварением (тошнота, рвота), регулярные аллергические реакции. И это далеко не весь список.

Всем, у кого повышен уровень холестерина и кто ищет альтернативу статинам, стоит обратить внимание на лекарственное средство Атероклефит от компании Эвалар. Атероклефит выводит холестерин из организма и препятствует его отложению на стенках сосудов в виде атеросклеротических бляшек. Более того, Атероклефит нормализует проницаемость сосудистой стенки. Хорошей новостью является то, что Атероклефит переводит «плохой» холестерин – низкой плотности в «хороший» – высокой плотности, который жизненно необходим человеку для правильного функционирования головного мозга и производства гормонов, таких как тестостерон и эстроген.

И что самое важное – Атероклефит имеет более высокий профиль безопасности, чем статины!

Принимайте натуральное лекарство Атероклефит – пусть сосуды будут чистыми, а сердце здоровым! Холестерин может быть в норме и без статинов!

www.avalor.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.



Актриса Мария Голубкина, дочь Андрея Миронова и Ларисы Голубкиной, рассказывает, как она была ребенком именитых родителей, в ток-шоу «Мой герой» Чт, 13.40, «ТВ-Центр»

НАШИ РЕКОМЕНДАЦИИ

Мария Шукшина

★★★★★
«Американская дочь», Сб, 00.25, НТВ

Холли Хантер

★★★★★
«Манглхорн», Вс, 02.00, ТНТ

Сергей Жигунов

★★★★★
«Принцесса на бобах», Пт, 15.30, «ТВ-Центр»

Жан Рено

★★★★★
«Васаби», Пт, 23.10, СТС

ДО И ПОСЛЕ ЭФИРА



Карлсон вернется?

На недавно состоявшемся Петербургском культурном форуме с сенсационным заявлением выступил исполняющий обязанности директора «Союзмультфильма» Глеб Давыдов. Она зывается, в планах студии – выпуск продолжений нескольких всенародно любимых мультфильмов. Речь, в частности, идет о «Простоквашино», «Малыше и Карлсоне» и «Котенке с улицы Лизюкова». Вроде бы неплохая затея. Однако кое-что в ней настораживает. Говоря о знаменитых персонажах, господин Давыдов

зачем-то обзвал их франшизой, а также выразил намерение работать над синквелами с зарубежными партнерами. В частности, к работе над историей про Карлсона будут привлечены шведы. С одной стороны, выбор понятен. Все-таки упитанный мужчина в самом расцвете сил живет не на московской, а на столичной крыше. Но с другой стороны, такой Карлсон, что нам так дорог, мог появиться только у нас. Вспомним пример Винни Пуха. Разве может сравниться советский медвежонок с голосом Леонова с аналогом из диснеевского проекта?! Кроме того, в планах «Союзмультфильма» – сериал «Крылья победы», приуроченный к чемпионату мира по футболу 2018 года.

ВМЕСТЕ У ЭКРАНА

Если б не Горбачев, жили бы на улице Киркорова

Наши сериалы часто рассказывают о советских временах. Оно и понятно: большинство зрителей родом оттуда, им хорошо понятны герои 30-40-летней давности, их проблемы, чаяния, ход мыслей. Из последних примеров – «Таинственная страсть», «Мосгаз», «Семейный альбом». В этот же ряд можно поставить и «Обратную сторону Луны 2». И все же она явно выделяется на фоне всех прочих. Смотришь, и становишься за державу обидно, пусть уже и несуществующую.

СЕРГЕЙ БЕДНОВ

На первый взгляд, «Обратная сторона» располагает к разговору о проектах, в основе которых лежит путешествие во времени. Уже столько их было! От «Гости из будущего» до «Мы из будущего». Да что там – всеми любимый «Иван Васильевич меняет профессию» о том же. Тема благодатная. Ведь если человек, адаптированный к определенному времени, вдруг оказывается совершенно в другой эпохе, он неизбежно попадет во множество экстраординарных ситуаций. Дальше делай из этого, что душа пожелает: хочешь – комедию, хочешь – драму. И то, и другое все равно будет фантастическим.

В первом сезоне «Обратной стороны» лейтенант полиции Соловьев попадает под машину, после чего мистическим образом переносится в СССР 1979 года. Там у него случается множество приключений, в том числе и достаточно приятных, но он все равно хочет вернуться назад в будущее. И мечта осуществляется. Вот только оказывается он не в нынешней России с ее «вертикалью» и «скрепами», а в Советском Союзе образца 2011-го, который напасть перестройки обошла стороной, и теперь страна впол-



не себе процветает и даже расширяет свои пространства. Лейтенант сам виноват: очутившись в другой эпохе, сделал там что-то такое, что история пошла другим путем. Это как с бабочкой у Брэдли.

В сериалах о недавнем прошлом, в том числе и тех, что были упомянуты выше, наряду с чисто бытовыми приметами времени неизменно присутствуют и негативные составляющие советского периода: партийная бюрократия, вездесущее КГБ, формализм, идеологический пресс, тотальный дефицит и т. д. И хотя в качестве героев там могут быть выведены люди, прекрасные во всех отношениях, эпоха в целом выглядит если не мрачной, то уж наверняка серой. А светлой – только на включенных в кадр ретротелевизорах с Гагариным во весь экран. Единственное исключение – «Оттепель», где улицы 60-х кажутся почти такими же сверкающими и радостными, как в «Я шагаю по Москве».

СССР в параллельной реальности «Обратной стороны» мог бы вызвать снохобитную улыбку. Портреты генсека здесь по-прежнему украшают стены кабинетов, только теперь он молод и не увешан цитоностасом». В столице есть свой Сити, состоящий из небоскребов самых причудливых контуров. Студенты живут в общежи-

только на батарейках. А батарейки – в дефиците, их нужно четыре штуки, а выдают только по три в руки. Есть и компьютеры отечественного производства, выглядящие примерно как в 80-е годы прошлого века. А еще герои «Обратной стороны» ездят на «копейках» и «Волгах». Получается, авторы «Обратной стороны» сделали из СССР пародию на Северную Корею, и это кажется уже обидным.

Что же такое должно было произойти в стране за 30 гипотетических лет, что она столь успешно деградировала? Куда делись ее гениальные ученые, которые при этой альтернативной истории не смогли бы уехать за рубеж? Что случилось с мощнейшими НИИ? Чем все эти годы занималась разведка, прежде достаточно успешно отыскивающая самые передовые технологии на загнивающем Западе? И уж совсем не верю, что даже три десятилетия непрерывного падения всего и вся смогли бы заставить Макаревича петь про сонные дубравы с красным флажком в петлице белого пиджака.

А, может, «Обратная сторона» – это такой месседж, адресованный тем, кто все еще вспоминает советскую жизнь с теплотой?

Только что к 25-летию распада СССР Левада-Центр провел опрос об отношении к этому событию. Так вот, 56% респондентов по-прежнему жалеют о нем, а 51% полагают, что Союз можно было спасти. Понятно, что люди старшего поколения высказывают такое мнение чаще. Но и среди тех, кто моложе сорока, этой же точки зрения придерживаются целых 40%. А вот тех, кто желал бы восстановления великой державы – всего 12%. В сравнении с первыми двумя цифрами эта свидетельствует скорее о здравомыслии опрошенных, нежели об их приоритетах. Но «Обратная сторона», боюсь, всех этих людей скорее обидит, чем переубедит.

«Друзей» похоронили гаджеты

Звезда «Друзей» Дженнифер Энистон объяснила, почему не будет продолжения этого ситкома. Его последний эпизод вышел 12 лет назад, и с тех пор слухи о том, что вот-вот знаменитая шестерка соберется вместе и с прежней непринужденностью начнет обсуждать свои дела, возникали постоянно. По мнению Дженнифер, успех «Друзей» во многом был связан с «душевностью

90-х», когда очень ценилось живое общение. Сегодня же, в эпоху гаджетов и интернета, оно выглядело бы анахронизмом. Согласитесь, зачем канדים день собираться в кафе, когда можно любой новостью немедленно поделиться в социальной сети! С актрисой согласен и Метью Перри, еще одна звезда сериала. «История закончена, – считает он, – все, что мы хотели сказать, было сказано».



12 ДЕКАБРЯ ПОНЕДЕЛЬНИК

Table with TV channel logos and program schedules for channels like ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР.

Table with TV channel logos and program schedules for channels like МОСКВА 24, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ.



13 ДЕКАБРЯ ВТОРНИК

Grid of TV channels and their programs for Tuesday, December 13. Channels include ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР.

Grid of TV channels and their programs for Tuesday, December 13. Channels include МОСКВА 24, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ.



Улика из прошлого
Маяковский
Официальная версия смерти поэта – самоубийство. Однако ходили слухи об убийстве: все важнейшие улики исчезли с места происшествия...



90-е. Врачи – убийцы
Документальный фильм
«Самое страшное – заболеть», – говорили в России в 90-е. В больницах не было бинтов и ваты, врачи получали колпачки. Владимир Ивашов умер после операции по вине хирурга...

14 ДЕКАБРЯ СРЕДА

Grid of TV channels and their programs for Wednesday, December 14. Channels include ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР.

Grid of TV channels and their programs for Wednesday, December 14. Channels include МОСКВА 24, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ.



15 ДЕКАБРЯ ЧЕТВЕРГ

Grid of TV channels and their programs for Thursday, December 15. Channels include ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР.

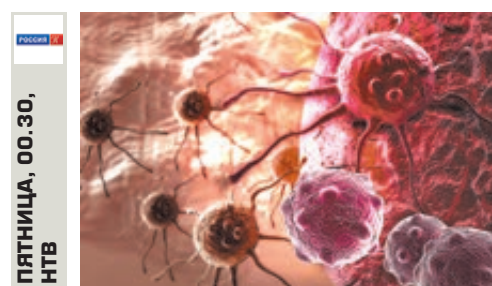
Grid of TV channels and their programs for Thursday, December 15. Channels include РАДИО РОССИИ, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ.



Легенды космоса

Юрий Гагарин

Летчик-испытатель, старший лейтенант Юрий Гагарин был счастлив, что ему доверили важную государственную задачу! «Можно ли мечтать о большем?» – писал он жене накануне полета. За эти 108 минут он не раз был на волосок от гибели... Однако преодолел все нештатные ситуации и вернулся на Землю невредимым. Героем на все времена.



Мы и наука. Наука и мы

Победа над раком

Ведущие выяснят, возможно ли победить рак в ближайшие 10 лет, и вместе с учеными расскажут о методах, которые помогут людям вылечить страшный недуг.

16 ДЕКАБРЯ ПЯТНИЦА

Grid of TV channels and their programs for Friday, December 16. Channels include ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР.

Grid of TV channels and their programs for Friday, December 16. Channels include МОСКВА 24, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ.



17 ДЕКАБРЯ СУББОТА

ТВ-канал ПЕРВЫЙ. Программа: 05.30, 06.10 «Наедине со всеми», 16+; 06.00 Новости; 06.30 «ГАРФИЛД: ИСТОРИЯ ДВУХ КОШЕЧЕК»...

ТВ-канал РОССИЯ 1. Программа: 04.50 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ», Художественный фильм; 07.05 Диалоги о животных; 08.00, 11.20 Вести. Местное время...

ТВ-канал МАТЧ ТВ. Программа: 06.30 Смешанные единоборства. Вейбао М. «Динг Мо»; 07.30, 08.00 Новости; 07.35 Все на Матч! События недели...

ТВ-канал НТВ. Программа: 05.00 Их нравы. О+; 05.40 СЕРИАЛ «АДВОКАТ», 16+; 07.25 Смотр. О+; 08.00, 10.00, 16.00 Сегодня...

ТВ-канал 5-Й КАНАЛ. Программа: 05.55 «Раз-горюх, два-горюх...»; «Сардее хэбэреда»; «Нам грибы с Горюхи везали»...

ТВ-канал РОССИЯ К. Программа: 06.30 «Евроныус»; 10.00 Библейский сюжет; 10.35 «СНАЗНИ... СНАЗНИ... СНАЗНИ СТАРОГО АРБАТА»...

ТВ-канал ТВ-ЦЕНТР. Программа: 06.05 Марш-бросок. 12+; 06.40 АБВГДейна; 07.10 «САДНО»...

ТВ-канал МОСКВА 24. Программа: 06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00 Новости...

ТВ-канал РЕН ТВ. Программа: 05.00, 17.00, 03.20 «Территория заблудений» с Игорем Прокопенко. 16+; 06.20 «ДЕРЖИ РИТМ»...

ТВ-канал СТС. Программа: 06.00 «Ералаш». О+; 06.45, 09.00 «Финсики». Мультсериал. О+; 07.30 «Инстры против овощей»...

ТВ-канал ДОМАШНИЙ. Программа: 06.30, 05.30 «Днейми у себя дома». 16+; 07.30 «ЦВЕТКИ И КАМЕНЬ»...

ТВ-канал ТВ-3. Программа: 06.00, 10.00, 05.45 Мультфильмы. СМФ. О+; 09.30 Школа доктора Комаровского. 12+; 11.00 СЕРИАЛ «АННА-ДЕТЕКТИВ»...

ТВ-канал ЗВЕЗДА. Программа: 06.00 «Ту-160. «Белый лебедь» стратегического назначения». Док. фильм; 06.50 «Рыбий хвост». 6+; 07.15 «ОДИНИМ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕНИЕ»...

ТВ-канал ТНТ. Программа: 07.00 «ТНТ. MIX». 16+; 09.00 «Агенты ООЗ». 16+; 09.30 «Дом-2. Live». 16+; 10.30 «Дом-2. Свадьба на миллион»...



Мавр сделал свое дело Детектив (Россия, 2016) Ольга жила обычной жизнью, пока не узнала, что умерший отец оставил ей вынужденное наследство...



Тесты для настоящих мужчин Мелодрама (Россия, 1998) Анна – профессиональный психолог. В молодости муж не сумел защитить ее от нападения хулиганов...

18 ДЕКАБРЯ ВОСКРЕСЕНЬЕ

ТВ-канал ПЕРВЫЙ. Программа: 05.30, 06.10 «Наедине со всеми», 16+; 06.00 Новости; 06.30 «НО МНЕ, МУХТАР!», Драма; 08.10 «Смешарики. ПИН-код»...

ТВ-канал РОССИЯ 1. Программа: 05.00 «ДОЧЕНЬНА МОЯ». Художественный фильм. 12+; 07.00 Мульт-утро. «Маша и Медведь»; 07.30 «Сам себе режиссер»...

ТВ-канал МАТЧ ТВ. Программа: 06.30 Безумный спорт с А. Пущиным; 07.00, 07.35, 08.40, 09.15, 10.05, 10.55, 15.45 Новости; 07.05 «Бесконечные истории»...

ТВ-канал НТВ. Программа: 05.00 СЕРИАЛ «АДВОКАТ», 16+; 07.00 «Центральное телевидение». 16+; 08.00, 10.00, 16.00 Сегодня; 08.20 Лотерея «Счастливое утро»...

ТВ-канал 5-Й КАНАЛ. Программа: 07.50 «Ух ты, говорящая рыба!»; «В лесной чаще»; «Маугли. Равнина»; «Маугли. Похищение»; «Маугли. Последняя охота Анжели»...

ТВ-канал РОССИЯ К. Программа: 06.30 «Евроныус»; 10.00 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Ффиоровым»; 10.35 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ»...

ТВ-канал ТВ-ЦЕНТР. Программа: 05.35 «НАГРАДИТЬ (ПОСМЕРТНО)». Худ. фильм. 12+; 07.10 «Фантор низзя». 12+; 07.45 «СУДЬБА НАПРОКАТ»...

ТВ-канал МОСКВА 24. Программа: 06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 04.30, 05.00 Новости...

ТВ-канал РЕН ТВ. Программа: 05.00 СЕРИАЛ «МЕЧ-2», 16+; 23.00 «Двор в эфире». 16+; 00.00 «Соль». 16+; 01.20 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. 16+...

ТВ-канал СТС. Программа: 06.00 «Ералаш». О+; 06.20 «УПС НОЙ УПЫЛ...». Анимационный фильм (Германия-Бельгия-Люксембург-Ирландия); 6+; 07.55 «Робонар Поли и его друзья»...

ТВ-канал ДОМАШНИЙ. Программа: 06.30, 05.30 «Днейми у себя дома». 16+; 07.30 «НАЖДА МЕСТИ». Мелодрама (Индия). 16+; 10.00 «МИСС МАРПЛ. УБИЙСТВО В ДОМЕ ВИНАРИЯ»...

ТВ-канал ТВ-3. Программа: 06.00, 09.00 Мультфильмы. СМФ. О+; 07.30 «Школа доктора Комаровского». 12+; 08.00 «Места силы. Республика Беларусь». 12+; 09.30 «МОСКВА-НАССИОПЕЯ»...

ТВ-канал ЗВЕЗДА. Программа: 06.00 «ДЕЛО ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН». Худ. фильм. 12+; 07.20 «ВМОР-ЗАДАНИЕ». 16+; 09.00 «Новости недели с Юрием Подкопаевым»...

ТВ-канал ТНТ. Программа: 07.00 «ТНТ. MIX». 16+; 07.30 «Агенты ООЗ». 16+; 08.00 «ТНТ. MIX». 16+; 08.00 «Дом-2. Live». 16+; 10.00 «Дом-2. Свадьба на миллион»...

ЗНАЙ НАШИХ!

Подвиг честного человека

Исполняется 250 лет со дня рождения Николая Михайловича Карамзина

Он писал стихи и прозу, перевел Шекспира, издавал журналы, был «отцом русского сентиментализма» и реформатором литературного языка. «Вот о ком из наших писателей можно сказать, что он весь исполнил долг, ничего не зарыл в землю и на данные ему пять талантов истинно принес другие пять. Карамзин первый показал, что писатель может быть у нас независим и почтен всеми равно, как именитый гражданин в государстве», — восхищался Николай Васильевич Гоголь. «Он сделал литературу гуманною», — писал о Карамзине Александр Иванович Герцен. «Первым историком и последним летописцем» называл Карамзина Александр Сергеевич Пушкин, великая «История государства Российского» «подвигом честного человека». И все чаще мы, люди XXI века, обращаемся к великому историку, с изумлением находим мысли, словно сегодня написанные.

ЕЛЕНА ГУБАЙДУЛЛИНА



ФОТО ИЗ ОПЫТА ГЛАВНОЙ РЕДАКЦИИ

Главный труд своей жизни Карамзин начал писать в 1803 году, уединившись в кабинетной тиши со старинными манускриптами (помощники приносили ему документы из архивов и монастырей). Прославленный 37-летний писатель («Письма русского путешественника», «Бедная Лиза», еще более десятка повестей), успешный издатель «Московского журнала» и «Вестника Европы» отказался от многого, сосредоточившись на занятиях историей. Император Александр I произвел Карамзина в придворные историографы, назначив ежегодное жалование в две тысячи рублей ассигнациями.

Написание и издание восьми томов ушло 15 лет. Начало 1818 года отмечено книжной сенсацией — тридцатитысячный тираж «Истории государства Российского» разошелся всего за месяц. Тома доречатывают, продают по двойной цене, «Историей» Карамзина зачитываются. О Древней Руси, о монгольском нашествии, о князьях и боярах, первых царях (восьмой том оканчивался первой третью царствования Ивана Грозного) впервые было написано свободным русским языком, без тяжеловесных архаизмов, захватывающе и интересно. «Чистой, плавной и сильной прозой» называл труд Карамзина поэт Константин Батюшков. Через три года вышел девятый том, пожалуй, самый страшный, о злодействах Ивана Грозного. Потом — еще три. «История государства Российского» остановилась на периоде Смутного времени. Смертельная болезнь помешала писателю-историку продолжать работу. В июне 1826-го его не стало.



«Начало 1818 года отмечено книжной сенсацией — тридцатитысячный тираж «Истории государства Российского» разошелся всего за месяц. Тома доречатывают, продают по двойной цене, «Историей» Карамзина зачитываются»

По роковому стечению обстоятельств Николай Михайлович Карамзин застудил легкие на Сенатской площади 14 декабря 1825 года. Противник бунтов, он страшно переживал за участников восстания, уговаривал мятежников разойтись.

В молодости, путешествуя по Европе, Николай Карамзин оказался свидетелем Великой французской революции. Потрясенный кровавыми событиями, стал убежденным противником радикальных политических перемен. «Рабство — зло. Но быстрая, неестественная отмена его — тоже зло», — писал Карамзин. — Всякие насильственные потрясения гибельны, и каждый бунтовщик готовит себе эшафот». Он мечтал, что люди «уверятся в изыскании законов чистого разума». Был сторонником самодержавия, но самодержавия с твердыми законами, самодержавия просвещенного. И против резкой отмены крепостного права возражал, считая, что крестьян прежде необходимо просветить — и только потом освободить. Карамзин был убежден, что к свободе «надобно готовить человека исправлением нравственным».

Декабристы, пристально изучавшие «Историю государства Российского», были главными оппонентами монархических взглядов Карамзина. А он относился к ним как мудрый отец — руководителю декабристского движения он знал с детских лет. И ходатайствовал потом перед Николаем I об их освобождении: «Ваше величество! Заблуждения и преступления этих молодых людей суть заблуждения и преступления нашего века!»

Серьезные исследователи наследия Карамзина обратили внимание на странные «рифмы» в его судьбе. Историк литературы, доктор философских наук Вадим Перельмутер посвятил этой теме свою публичную лекцию, прошедшую в юбилейные карамзинские дни в московском Музее А.С. Пушкина на Пречистенке. Лектор напомнил, что тома «Истории государства Российского» были последними книгами, читаемыми приговоренными декабристами. И, быть может, при многократном перечитывании от их внимания уже не ускользнула карамзинская мысль, проигнорированная в революционном запале: «Сердцу человеческому свойственно доброже-

лательствовать республикам, основанным на коренных правах волюности, ему любезной».

Вадим Перельмутер четко акцентировал границу, проводимую Карамзиным между единовластием и деспотией: «Из первого есть выход в республику, из второго — только на тот свет». И напомнил нам начало десятого тома «Истории государства Российского». «Первые дни по смерти тирана (говорит римский историк) бывают счастливейшими для народов: ибо конец страдания есть живейшее из человеческих удовольствий». Страдания и ужасы эпохи Грозного Карамзин описал так, что волосы встают дыбом. Читали ли это те, кто сейчас с пенной у рта ставит памятники кровавому царю?

Николай Михайлович Карамзин был не только придворным историографом, но и постоянным собеседником Александра I. Сказавшим государю среди прочих и такие слова: «Ваше величество, у Вас много самолюбия — у меня никакого. Мы равны перед Богом... Я люблю только ту свободу, которой ни один тиран не сможет меня лишиться...»

Между тем на вопрос Карамзина о цензуре Александр I ответил: «Я сам буду твоим цензором». Ту же фразу позже повторил Николай I, обращаясь к Пушкину... Помня о верховном цензоре, Карамзин, тем не менее, на страницах своей «Истории» ни разу не поступил против чести и совести. Недаром Александр Тургенев писал, что «одному Карамзину дано жить жизнью души, ума и сердца. Мы все поем вполголоса и живем не полною жизнью; оттого и не можем быть вполне довольны собою».

Николая Михайловича Карамзина называют поэтом мысли. Вадим Перельмутер произнес на своей лекции пушкинскую фразу: «История принадлежит поэту» — и два ее опровержения. Карамзин считал, что царю, а декабрист Никита Муравьев не сомневался, что «история принадлежит народу». Лектор и ведущая встречи, замдиректора Музея А.С. Пушкина по научной части академик Наталья Михайлова говорила о том, что сейчас карамзинское время. Уповать возможно только на просвещение. И на вопрос, кому принадлежат история, можно ответить, вновь и вновь обращаясь к «Истории государства Российского». Потому как, по словам самого Карамзина, «мудрость человеческая имеет нужду в опытах, а жизнь кратковременна. Должно знать, как искони мятежные страсти волновали гражданское общество и какими способами благотворная власть ума обуздывала их бурное стремление, чтобы уредить порядок, согласить выгоды людей и даровать им возможное на земле счастье».

Что нам к этому добавить? P.S. Продолжение темы — на стр. 11 «Труда» в репортаже из Нижнего Тагила.

ЗДОРОВЬЕ

Что-то руки, ноги зябнут...

Довольно распространенная ситуация, когда ноги и руки становятся ледяными даже при комнатной температуре и независимо от времени года. Главные виновники подобных проблем — периферические сосуды и капилляры, которые не работают так, как нужно. Наладить нормальное кровообращение быстро, по мнению врачей, вряд ли получится. Но если установить причину такого некомфортного состояния, со временем можно будет избавиться и от самого недуга.

ВИКТОРИЯ КАЛИНЕВИЧ

Некоторые врачи убеждены, что главный виновник подобных проблем — это возраст. «Вечную мерзлоту» они объясняют тем, что с годами многие процессы в организме замедляются, что приводит к изменению циркуляции крови, особенно в мелких сосудах и капиллярах. Как следствие — наиболее отдаленные участки, в числе которых кисти рук и стопы, «остаются на обочине». Однако помимо возраста существуют и другие причины.



ФОТО ИЗ ОПЫТА ГЛАВНОЙ РЕДАКЦИИ

По мнению доктора Владимира Хорошева, ощущение зябкости в руках может быть вызвано нарушением артериального кровотока в руках. Если проблема в этом, устранить последствия можно, принимая гипотензивные препараты. «Температура конечностей определяется достаточным поступлением к ним крови», — объясняет кардиолог Герман Гандельман. И если существует, например, порок развития аорты (коарктация аорты, или ее сужение), кровь к ногам поступает в недостаточном количестве. Диагностировать это заболевание можно, измерив и сравнив цифры давления на руках и ногах. В норме оно должно быть практически одинаковым, разница не должна превышать 20 мм рт. ст., а при коарктации она будет значительной.

И прежде всего необходимо изменить образ жизни. Нужно больше ходить пешком, делать зарядку, а еще эффективнее будут регулярные занятия в спортзале. Хорошим помощником, если нет противопоказаний, в прогревании является баня. Она не только согревает, но и омолаживает. После посещения бани все системы начинают работать с удвоенной силой, поэтому холодные ноги и руки согреваются. Добиться лучшего самочувствия можно еще и с помощью сбалансированного питания. Следует забыть про вредные привычки: курение и алкоголь. Ну и, конечно, одеваться нужно по погоде.

На заметку

- Чтобы ноги согрелись, поможет гимнастика.
- Сядьте на стул, вытяните ноги и руки перед собой и потрясите стопами и кистями несколько минут.
- Лягте на живот, ноги согните в коленях и расслабьте.
- Поболтайте ими в воздухе.
- Сядьте на стул, поставьте правую стопу поверх левой. Медленно поднимайте левую ногу, преодолевая сопротивление правой. Сделайте 10 раз и поменяйте положение.

ЭФИР

Пир на весь «МИР», или Рекордный «Оливье» в Сокольниках

Москвичам в эти выходные устроили настоящий праздник живота. В Сокольниках прошел ежегодный фестиваль еды. Ведущая телеканала «МИР» Александра Македонская вдохновляла участников на кулинарный подвиг — приготовления самого большого салата «Оливье» в России.

ИРИНА НАЛАШНИКОВА

«Когда делаешь этот салат, всегда ощущаешь присутствие праздника и радуешься, что делаешь что-то для близких и друзей», — отметила Александра Македонская. Салат-гигант готовили пять команд. Взрослые и дети, вооружившись ножами и тазиками, соревновались не в быстроте, а во вкусе. Кто-то добавляет немного перца, кто-то — соус табаско. Рябчики или колбаса, соленый огурец или свежий. У каждой семьи он свой — самый зимний, самый новогодний и самый русский салат, хоть и при-



ФОТО РЕДАКЦИИ «МИР»

думал его француз. Под руководством ведущей утреннего эфира и программы «Триш-тест» Александры Македонской на самом вкусном фестивале России — пир на весь мир. Феодосий Ячменев — самый юный участник праздника. Ему 9 лет. Почти половину из них он — незаменимый шеф-повар для своей семьи. В команде отвечает за самый важный ингредиент — колбасу. По его мнению, ингредиенты надо резать именно куби-

ками: «Если дольками, то их не будет удобно вилкой брать».

Пока продукты превращались в полтонны любимого россиянами салата, в зрительном зале Александра Македонская раскрывала не только кулинарные, но и поэтические таланты москвичей. Задание — придумать четверостишие со словами «Оливье» и «МИР».

Одно из самых креативных стихотворений рассказала команда под на-



званием «Майонез»: «Оливье, ты целый мир, для меня в еде кумир. Мир большой, как оливье, наш кумир в большой семье».

Активным участником поэтического конкурса достались брендовые подокорки от телеканала «МИР» — рюкзаки, майки, термкружки, значки с логотипом — и порция салата, приготовленного с душой целой командой кулинаров. Понравилось даже самым маленьким.

