

**Вершина за вершиной**  
Флаг газеты подняли  
над горой Аконкагуа **с. 6**



**Ландыши, ландыши**  
Цветы в букете  
умеют говорить **с. 8**



**Что тебе подарить**  
Звезды знают, чего хочет  
прекрасный пол **с. 14**

# МОСКВА ВЕЧЕРНИЙ

Совместный проект  
Московского метрополитена  
и газеты «Вечерняя Москва»

**СРЕДА**

4 марта 2020 года  
№ 23 (953)



Актер Никита  
Ефремов  
попробовал  
себя в роли  
опасного  
преступника  
**с. 10**

## Обаяние злодея

**Последняя новость**

Сегодня в России вводится запрет на экспорт ряда медицинских изделий, в том числе масок. Соответствующее распоряжение правительства РФ вышло на фоне ситуации с распространением коронавируса.

**vm.ru**

Personastars



■ Большая кольцевая линия становится все более популярной у пассажиров метрополитена. Сегодня москвичи и гости столицы совершают около 120 тысяч поездок по БКЛ в день, тогда как в первый год с момента открытия насчитывалось 70 тысяч в сутки.

Всего за два года пассажиры Московского метрополитена совершили около 58 миллионов поездок по Большой кольцевой линии. — Новое кольцо столичной подземки становится все более востребованным у пассажиров. Если в первый год с момента его открытия по Большой кольцевой линии ежедневно совершали в среднем 70 тысяч поездок, то сейчас — уже 120 тысяч. Самой популярной станцией стала «ЦСКА». За последний год москвичи и гости столицы воспользовались ее более 11 миллионов раз, — рассказал заместитель мэра Москвы, руководитель Департамента транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры столицы Максим Ликсутов.

Он подчеркнул, что станция, в том числе, пользуется популярностью из-за футбольного стадиона, расположенного неподалеку.

**Через станцию «ЦСКА» в дни футбольных матчей проходит много фанатов**



Андрей Герасимов

## Число поездок возросло

Пассажиры стали чаще пользоваться Большой кольцевой линией

### Знаете ли вы, что

Большая кольцевая линия — крупнейший в мире проект в области метростроения. Длина линии составит 70 километров. Так, БКЛ станет самой протяженной кольцевой линией метро в мире, обогнав вторую линию пекинского метро, протяженностью 57 километров.

— В дни матчей через нее проходит большое количество фанатов, — пояснил Максим Ликсутов.

Станция «Деловой центр» заняла второе место по популярности среди пассажиров метро, а на третьем расположились «Петров-

ский парк» и «Шелепиха». Совсем немного отстает от них «Савеловская», однако благодаря этой станции БКЛ удалось значительно разгрузить одноименную станцию Серпуховско-Тимирязевской линии. Ранее через вестибюли «Савеловской»

серой ветки метрополитена в будние дни заходили около 60 тысяч раз, а после открытия станции Большой кольцевой линии Московского метрополитена — чуть более 50 тысяч.

**Петр Баулин**  
vecher@vm.ru

23 марта 2018 года. Москвичи Ольга Петрова и Артем Мартишин впервые посещают станцию Большой кольцевой линии Московского метрополитена — «ЦСКА»



В первые дни работы парка «Остров Мечты» станцией «Технопарк» воспользовались 75 тысяч человек. В аналогичный период прошлого года количество пассажиров за три дня составило порядка 37 тысяч человек.

🔍 Подробнее читайте в следующем номере

### Цифра

31

станция расположится на БКЛ после завершения всех этапов стройки.

### Кстати,

со станций БКЛ можно будет совершить 23 пересадки на другие ветки, четыре на МЦК, шесть на МЦД-1 и МЦД-2 и 11 пересадок на другие линии железной дороги.



**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** Юлия Репкина **Редакционный совет** Александр Шарно (1-й заместитель главного редактора), Сергей Серков (заместитель главного редактора), Алексей Зернаков (заместитель главного редактора, шеф-редактор утреннего выпуска), Юлия Тарапата (заместитель главного редактора, редактор отдела «Московская власть»), Вардан Оганджанян (шеф-редактор еженедельного выпуска), Александр Костриков (арт-директор), Алена Прокина (шеф-редактор объединенной службы новостей), Ольга Кузьмина (обозреватель)  
**Выпускающий редактор номера** Светлана Карамнова

**VM.RU**

© АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 2020. Любая перепечатка без письменного согласия правообладателя запрещена. Иное использование статей возможно только со ссылкой на правообладателя. Приобретение авторских прав: тел. (499) 557-04-24. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений, сообщений информационных агентств и материалов на коммерческой основе. Бесплатно. Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Департамента средств массовой информации и рекламы города Москвы.

**Адрес редакции** 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2  
Тел. (499) 557-04-24, факс (499) 557-04-08. E-mail: edit@vm.ru  
**Рекламная служба** Тел.: (499) 557-04-01. E-mail: reklama@vm.ru  
**Отпечатано** АО «Прайм Принт Москва», 141700, Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачевский пр-д, 5В. Тираж 270 000 экз.  
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № ФС77-58565 от 4 июля 2014 года. (2)  
Срок сдачи номера в печать 04.03.2020, 12:30. Дата выхода в свет 04.03.2020, № 23 (953)

Средняя аудитория одного номера — 776 600 читателей в возрасте 16 лет и старше (по данным Mediascope, NRS-Москва, 16+, май — октябрь 2019)

### Праздник

## Женщинам — бесплатно

■ Проезд на общественном транспорте для женщин 8 Марта будет бесплатным.

Об этом вчера в личном блоге сообщил мэр Москвы Сергей Собянин.

— Немного забегая вперед — о подарке к 8 Марта. Мы договорились с Андреем Воробьевым (губернатор Московской области. — «МВ»), что в этот день проезд на общественном транспорте Москвы, Подмосковья и в пригородных электричках для всех женщин будет бесплатным. Парковка на

столичных улицах 8 и 9 марта тоже будет бесплатной, — написал Сергей Собянин.

Так, оставить автомобиль можно будет на любой улице, которая входит в зону городского платного парковочного пространства, в том числе и на парковках с повышенным тарифом.

Кстати, в преддверии Международного женского дня столицу украсят яркие плакаты — на билбордах, остановочных павильонах и афишных стендах.

**Алина Тукан**  
vecher@vm.ru



7 ноября 2019 года. Студентка МГУ Тамара Масалимова на Московском центральном кольце

Екатерина Ягель



■ **Второй в метро склад забытых вещей — на станции «Деловой центр» — работает уже месяц. «МВ» узнала у старшего кладовщика Натальи Леонович (на фото), можно ли по забытым вещам составить портрет среднестатистического москвича.**

**Наталья, расскажите о себе. Вы москвичка?**

В Москве живу с 2006 года. А родилась в городе Бельцы Молдавской ССР, в семье военных. Много переезжала, жила и за полярным кругом. Работала в разных сферах. По образованию — инженер-эколог. С 2019 года работала на складе забытых вещей на станции «Котельники». А здесь с открытия. **Чувствуете себя волшебницей, возвращая потери?**

Конечно! Люблю, когда пассажир приходит, а у нас его вещь. Уходит он, излучая счастье. Такой положитель-

ный заряд энергии для нас! Помню, пришли две пассажирки, у обеих нашлись вещи. Подошла еще одна и без зависти, с грустью, говорит: «Как вам хорошо. Мои, наверное, не найдутся». Но и они тут были! Показываю, а у нее буря эмоций: смеется, плачет. Уже не надеялась: ехала покупать себе новые, но решила заглянуть.

**Какова в мегаполисе ценность вещей?**

Для всех по-разному. Некоторые спокойно относятся: «Найдется — будем

**Склады забытых вещей есть на станциях «Деловой центр» и «Котельники»**

рады; нет — ничего», воспринимают все с юмором. Другие переживают. **Каких качеств требует эта работа? Стрессоустойчивости!** В день приходит много народу, они могут бы недовольны. Но обычно успокаиваются, когда объясняешь, к примеру, в какие сроки может поступить вещь. **Требуются рассудительность и человечность, чтобы найти нужные слова, поддержать.**

**Случалось, что прямо здесь люди что-то забывали?**

Да. Пришел пассажир уточнить, не поступала ли его вещь на склад. Ее не было, он расстроенным ушел, оставив паспорт и все, что в него было вложено. Всю свою жизнь, как я говорю. Стала искать, на другой день дозвонилась. Узнав, что документы у нас, он крайне удивился. До этого не спохватился! А раз женщину, забравшую свою сумку, проводили, как и всех, со словами: «Будьте внимательны».

## Бюро находок

Оставленные пассажирами вещи надежно хранят

Она кивнула, оставила свой паспорт и ушла.

**Все от рассеянности?**

Пассажиры рассказывают нам истории разные: отвлекся на телефон, был расстроен, задумался... На станции выбежал, обернулся — двери закрылись, а вещь дальше поехала. Понимаю, многие работают далеко от дома, устают. Но берегите себя и вещи, меньше «уходите» в телефоны.

**У вас есть любимая станция метро?**

Любимая станция метро — конечно, «Деловой центр»! Теперь это для меня центр всего метро. Сюда стекаются артефакты со всех веток...

**Какие необычные предметы в последнее время поступали?**

Глюкометр, лыжные палки, костыль, напольная вешалка. Был плюшевый медведь с меня ростом.

**Можно ли по всем предметам, как по приметам, составить портрет москвича?**

Думаю, да! Он был бы вечно спешащим, суетливым. Но обаятельным!

### Рабочие обязанности

В обязанности старшего кладовщика входят приемка потерянных вещей, взаимодействие с кладовщиками, дежурными по станциям, курьерами, руководством и документооборот. За вещи, которые хранятся на складе, он несет материальную ответственность. Срок хранения, кстати, шесть месяцев, по истечении этого срока невостребованные предметы утилизируются. Сюда не поступают животные, не принимаются документы.

**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.**



Календарная весна уже наступила, но, даже несмотря на аномально теплую зиму, природа расцветает, как обычно, медленно. Однако люди ждать не любят, поэтому подгоняют весну своими теплыми цветочными нарядами.

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

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

### Музыка в Метро

#### Мужчина с гитарой

■ **Завтра с 12:00 до 14:00 на площадке между эскалаторами станции метро «Таганская» выступит музыкант Роман Чернов (на фото).**

Роман — гитарист-академический музыкант, окончил музыкальное училище по классу контрабаса, а сейчас играет на шестиструнной гитаре, а также на бас-гитаре. Исполнитель зани-

мается переложением популярной музыки для соло на гитаре, делает аранжировки и занимается преподаванием музыки. Пассажиры метрополитена смогут насладиться популярными песнями в исполнении Романа Чернова, а также его собственными сочинениями.

**Петр Баулин**  
[vecher@vm.ru](mailto:vecher@vm.ru)







Игорь Генералов

# Школьники бьют рекорды

## Качество столичного образования продолжает расти

■ Вчера мэр Москвы Сергей Собянин (на фото) провел заседание президиума столичного правительства, на котором обсудили итоги образовательных программ в городе.

Среди результатов прошедшего учебного года — рост качества школьного образования, высокий уровень читательской, математической и естественно-научной грамотности, высокие результаты выпускных экзаменов у школьников, победы на олимпиадах различных уровней.

Всего же сегодня в столичной системе образования обучаются свыше 1,5 миллиона человек. Около трети из них — воспитанники детских садов. С 2011 года городская система образования получила 97 новых школьных корпусов и 275 зданий для дошкольников. Только в прошлом году для юных москвичей открыли свои



двери 8 школьных блоков и 33 детских сада.

Московские власти отмечают, что качество знаний и конкурентоспособность московских выпускников продолжают расти. Так, за прошедший учебный год по итогам выпускных экзаменов порядка 40 процентов школьников набрали 220 и более баллов по трем предметам. Итогом 2018/2019 учеб-

ного года стали 204 диплома Всероссийской олимпиады, завоеванные москвичами. Это абсолютный ре-

**В городе учатся более полутора миллионов детей**

корд в истории проведения олимпиад.

— Благодаря повышению качества образования растет доля москвичей, поступающих в столичные вузы

на бюджетной основе, — отметили в мэрии Москвы. Городские власти поощряют и педагогов, в том числе за счет грантов мэра Москвы, ежегодно присуждаемых школам за вклад в повышение качества столичного образования. Их размер варьируется от 15 до 40 миллионов рублей.

Среди приоритетных задач этого года власти города называют дальнейшее повышение качества управления школами для достижения массовых высоких образовательных результатов, улучшение условий для профессионального развития учителей, реализацию проекта «Школа старшекласников», включая модернизацию школьных зданий старше 50 лет.

На заседании президиума правительства Москвы принято решение об установке мемориальной доски государственному деятелю, полному кавалеру

19 ноября 2019 года. Пятиклассники Алиса Казаченок и Илья Чернявский занимаются в кружке по робототехнике при Московском государственном колледже электромеханики и информационных технологий

### Кстати,

в настоящее время в общем доступе библиотеки Московской электронной школы находятся свыше 42 тысяч сценариев уроков, более 1600 учебников и учебных пособий, свыше 99 тысяч интерактивных приложений.

ордена «За заслуги перед Отечеством», мэру Москвы в 1992–2010 годах Юрию Лужкову. Памятный знак появится на доме, где он жил, по адресу: 3-я Тверская-Ямская, 48.

— Решение об установке мемориальной доски было также одобрено городской комиссией по увековечению памяти выдающихся событий и деятелей отечественной истории и культуры, — уточнили в мэрии столицы.

Василиса Чернявская  
vecher@vm.ru

## Здравоохранение

### Диагностика и лечение пройдут с комфортом

■ Больница в Коммунарке примет людей с симптомами ОРВИ, приезжающих из стран с неблагоприятной эпидемиологической ситуацией. Об этом вчера сообщила заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития Анастасия Ракова.

Решение о размещении людей, которые могут быть носителями коронавируса, в новом больничном комплексе приняли для улучшения условий пациентов, уточнила заммэра.

— Больничный комплекс в Коммунарке полностью готов к приему таких больных, — рассказала Анастасия Ракова и добавила, что в это медучреждение перевозят и пациентов, которых ранее направили в инфекционную клиническую больницу № 1.

По словам заместителя мэра Москвы, в медкомплексе в Коммунарке есть все условия для разобщенного пребывания пациентов.

### Справка

Строительство первой очереди больничного комплекса в Коммунарке было завершено в конце 2019 года. Сейчас он включает четыре корпуса, в том числе палатный на 606 коек. В нем есть профильные отделения по основным видам медпомощи для взрослых, оснащенные самым современным оборудованием.

Больница оснащена необходимым оборудованием и укомплектована медицинскими специалистами.

— В дальнейшем все люди с симптомами ОРВИ, прибывшие из стран с неблагоприятной эпидемиологической обстановкой, будут госпитализированы в этот комплекс, — рассказала Анастасия Ракова.

Марьяна Шевцова  
vecher@vm.ru

## Внимание на указатели

На портале «Наш город» появился раздел «Некачественное содержание улично-дорожных информационных указателей». В нем можно оставить жалобы и сообщения о сломанных

или грязных указателях на дорогах и улицах. Обращения на портал обрабатываются оперативно. За время его работы решено около 4 миллионов городских проблем.

### Погода вечером

# +6°C

Ветер	4–6 м/с
Давление	749 мм
Влажность воздуха	87%



Завтра утром +3°C, небольшой дождь

### Тем временем в селе Хреновое,

которое расположено в Бобровском районе Воронежской области, ждут тепла. «Вечерка» дозвонилась до главы Хреновского муниципального образования Любови Коровиной, которая ответила на вопрос о погоде: «Не поверите, 12 градусов тепла! Считаю, что это хорошее начало весны!»



ОФИЦИАЛЬНО

**Николай Кудрявцев**

Начальник отдела экологического просвещения дирекции ПТ «Долина реки Сетунь»



**Чтобы извести опасного вредителя, нужны годы**

Мосприрода контролирует произрастание борщевика только на своих подведомственных территориях. На особо охраняемых природных территориях места произрастания борщевика Сосновского каждый год подвергаются кошению. Территории обходят специалисты, еще используют дроны, которые облетают ее сверху. Если москвичи обнаружили место произрастания борщевика Сосновского,

нужно обратиться в Мосприроду, в Департамент природопользования и охраны окружающей среды Москвы. Дачникам нужно как можно раньше начать окашивать борщевик Сосновского, в молодом возрасте его сок не опасен для человека. Также можно применить гербициды, так как только многолетнее систематическое окашивание может извести борщевик Сосновского.

Экология

**Пора наводить порядок**

■ **Научное издание Proceedings of the National Academy of Sciences опубликовало материал, предупреждающий о том, что к 2070 году треть видов животных и растений может исчезнуть.** Связывают это с глобальным потеплением: 44 процента видов вымирают при повышении температуры на 0,5 градуса. — Повышение температур идет и будет продолжаться, — считает Алексей Кокорин, директор климатической программы Всемирного фонда дикой природы (WWF). — Правда, большее внимание здесь стоит обращать не столько на рост средних показателей, сколько на опасные метеорологические явления, связанные особенно с повышением температур. Именно они оказывают

наиболее пагубное влияние на жизнь и здоровье животных, растений и, конечно, человека. Причин изменений климата по мнению ученых множество. Например, в какой-то год может произойти выброс тепла из океана в атмосферу, а в другой извержение вулкана немного остудит планету. В третий год ключевым экологическим фактором станет солнце. Но все эти явления разовые, частные, и главным виновником глобальных перемен, оказывающим постоянное влияние на окружающую среду, остается человек, действующий одновременно в двух направлениях: загрязнение — в сторону похолодания, выброс парниковых газов — в сторону потепления.

**Наталья Белова**  
vecher@vm.ru



Экологи уверены, что треть видов животных исчезнет

**Коварный гигант среди сорняков**

Будут ли наказывать за борщевик на огороде

■ **Недобросовестных дачников, допускающих разрастание борщевика на своих участках, собираются штрафовать.**

Такое предложение направил Совет Федерации в Минюст, и, если его одобряют, физическим лицам грозит штраф до трех тысяч рублей, а должностным — от пяти до десяти тысяч. Индивидуальных предпринимателей накажут на сумму от семи до двенадцати тысяч рублей, юридических лиц — на двадцать или тридцать тысяч. — Инициатива Совфеда хорошая, непонятно только, как этот закон будет исполняться. Штрафовать бабушку, у которой в огороде вырос этот сорняк, жалко. С другой стороны, если человек купил 50 гектаров земли с целью ее перепродажи и она заросла борщевиком — его надо наказывать, — считает натуралист Александр Хабургаев.

**Растение называется Heracleum sosnowskyi. Оно почти «неубиваемо»**

Борщевик быстро рос, был неприхотлив, коровы ели его хорошо. Потом обнаружилось, что их молоко горчит, и с переселенцами начали бороться. Но было поздно. — Истребить борщевик невозможно. Он плодovit, у него завязывается на зонтиках до 80 тысяч семян. К тому же он многолетний, — объяснил Хабургаев. — И у него нет естественных врагов. Неубиваемый. Сок, который выделяют ворсинки растения, разрушает слой кожи, защищающий нас от УФ-лучей. А на месте поражения образуется сильнейший ожог. — Когда сок борщевика попадает на кожу, самое главное — уберечь пораженный участок от солнца. Надо сделать сухую стерильную повязку и направиться в ближайшее медучреждение, — советует Николай



Цветет с июля по август, плоды созревают с июля по сентябрь. Борщевик не требует полива и качества почвы.

Соцветие борщевика представляет собой зонтик, состоящий примерно из 50 лучей. Цветки белого или розового цвета. Каждое соцветие имеет до 150 цветков. Таким образом, на одном растении может быть более 80 тысяч цветков.

Борщевик — инвазивный, то есть запрещенный к перевозке, вид. Крупное растение высотой более метра, иногда вырастает до четырех метров.

Борщевик любит расти на открытой местности — по берегам рек, лугам и полянкам. Предпочитает пустующие поля под солнцем. В лес этот вредный сорняк не пускают деревья. Несколько лет назад борщевик исключили из реестра сельскохозяйственных культур. Раньше он числился силосной культурой.

Борщевик многолетний. Его можно сколько угодно выкашивать, из старого корневища все равно всходят новые почки.

Лебедев, хирург ГБУЗ МО «Краснознаменная городская поликлиника». — Этот ожог особенно опасен для детей, у них нежная кожа. Впрочем, в пасмурную погоду борщевик не опасен. Лечебными качествами он не обладает, статус гипоаллергена тоже не приобрел. Сорняку можно и нужно противостоять. Но пока все используемые меры борьбы с ним, к сожалению, малоэффективны.

**Евгения Попова**  
vecher@vm.ru

Корневая система этого растения стержневая. Стебель ворсистый, целиком пурпурного цвета или с пурпурными пятнами. Листья очень крупные, мясистые, желтовато-зеленые.

Схема распространения борщевика



4 метра



■ В феврале в Андах побывала команда горного клуба «Альпиндустрия». Как прошла эта удивительная экспедиция, в ходе которой на высочайшей в мире (за пределами Азии. — «МВ») вершине был развернут флаг с логотипом «Вечерней Москвы», рассказал член Ассоциации горных гидов России, мастер спорта международного класса Сергей Ковалев.

— Это традиционная экспедиция клуба на высшую точку двух Америк, — пояснил Сергей. — Когда у нас в России зима, восхождения совершаются в Южном полушарии — там, где лето. Вообще мы на разные точки поднимаемся, но группа на Аконкагуа собирается ежегодно. Ведь это магия цифр — высшие точки континентов всегда привлекают людей вроде нас.

#### «Вечерка» в деле

Летом прошлого года у участников одного из сетевых эфиров, которые проводит «Вечерняя Москва», посвященного альпинизму, родилась идея поднять флаг старейшей столичной газеты на самые выдающиеся вершины мира. Для альпиниста поднять на гору флаг — прежде всего жест уважения к партнерам, друзьям. Так «Вечерка» стала участником экспедиции на Аконкагуа.

#### Команда что надо

Как рассказал Сергей Ковалев, команда собралась интернациональная: русскоязычные американцы и французы, русские — всего 13 участников. Подъем на такие высокие горы не бывает простым. Всегда есть проблемы, связанные, например, с погодой. Поэтому



1

Из личного архива Сергея Ковалева

**Отважные путешественники уверены: альпинизм доступен всем без исключений**

## Покорили Аконкагуа

**Флаг «Вечерней Москвы» подняли на самой высокой горе Южной Америки**

маршрут, включая время, отведенное на акклиматизацию, занял у команды 16 дней.

#### Несмотря на усталость

Поскольку участвовали непрофессиональные альпинисты, их сопровождали опытные инструкторы под руководством Сергея Ковалева. У большинства участников экспедиции небольшой опыт восхождения, а для некоторых оно вообще стало первым. Были приступы горной болезни, усталость, желание повернуть назад, но команда не сдавалась и свое восхождение завершила.

#### Кстати,

в ближайшее время флаг «Вечерней Москвы» отправится с командой альпинистов на высшую точку Африки — Килиманджаро, и после восхождения на нем добавится еще одна памятная надпись. Желаем путешественникам удачи!

— Главная фишка Аконкагуа в том, что это самая высокая гора на планете из тех, на которые можно подняться без специальной подготовки, — рассказал Сергей Ковалев. — Там нет крутых



2

На восхождение на Аконкагуа отправилась целая группа горного клуба «Альпиндустрия» (1) На самой вершине команда развернула флаг с логотипом редакции газеты «Вечерняя Москва» (2)

скал, крутого льда, а значит, необходимости использовать альпинистское снаряжение. Абсолютно любому физически здоровому человеку под силу подняться на вершину.

#### Матрица веселья

Самое прекрасное в альпинизме, утверждает главный гид, — когда восхождение позади, и ты на вершине. Осознание того, что добился,

победил свой страх, ни с чем не сравнимо. Как высказалась после восхождения одна из участниц, группа попала в матрицу веселья!

**Дарья Пиотровская**  
vecher@vm.ru

#### Дом

На правах рекламы

**РЕМОНТ КВАРТИР**  
КОМНАТ, КУХОНЬ, ВАННЫХ  
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ Договор.  
ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА - БЕСПЛАТНО Гарантия.  
НОВОСЕЛАМ, ПЕНСИОНЕРАМ Скидка до 40% Качество.  
**8(962) 900-00-91**  
Доставка материалов! Передвижная мебель!

**САНТЕХНИК МАСТЕР УНИВЕРСАЛ**  
УСТАНОВКА ВСЕХ САНТЕХНИЧЕСКИХ ПРИБОРОВ  
ПРИ УСТАНОВКЕ НАШЕГО СМЕСИТЕЛЯ Скидка  
ВОДОСНАБЖЕНИЕ ОТОПЛЕНИЕ КАНАЛИЗАЦИЯ  
СВАРОЧНЫЕ РАБОТЫ  
**8(926) 052-59-71**

АКЦИИ! СКИДКИ!  
**МЕБЕЛЬ НА ЗАКАЗ**  
www.mir-mebely.ru  
СРОК ИСТОПОВЛЕНИЯ ОТ 1 ДНЯ  
8(495)589-57-82  
8(495)589-57-83  
СКИДКА до 30%  
ВЫЕЗД, ДОСТАВКА - БЕСПЛАТНО

**ЗАМКИ**  
ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ  
8(495)920-63-34  
8(499)204-85-49  
ВСКРЫТИЕ · ЗАМЕНА · ВРЕЗКА  
· ОБИВКА ДВЕРЕЙ ·

## Смотрящая на свои пески снежная вершина

Один из самых поразительных рекордов, связанных с покорением Аконкагуа, установил чешский скайраннер Мартин Згорж в 2019 году. Он поднялся на высочайшую гору Американского континента бегом за 3 часа 38 минут и 17 секунд, стартовав от лагеря Пласа де Мулас на отметке 4400 метров. Автор предыдущего

рекорда — Карл Эглофф, восхождение и спуск заняли 11 часов 52 минуты. История подъемов на эту вершину началась в 1883 году. Ее предпринял немец Пауль Гюссфельдт. Он выбрал для восхождения северо-западное направление, покорил высоту 6560 метров, но в целом обе попытки, совершенные им, были неудачны. Спу-

стя 13 лет американец Эдвард Фицджеральд отправился на поиски лучшего маршрута для покорения этой горы. Зная об опыте Гюссфельдта, он решил зайти с юга на вершину. С шестой попытки это почти удалось, но участникам восхождения оказались не под силу последние несколько сотен метров. Это смог сделать только швейца-

рец Маттиас Цурбригген. Первый удачный подъем на Аконкагуа и поныне считают классическим. Название горы, по одной из версий, пришло из языка кечуа и переводится как «каменный страж», «белый страж» или «смотрящая на свои пески». А индейцы амара называют вершину «снежная гора» или «белый ручей».



**Внезапно**

**В моде — продуктовые букеты**

■ Подарки женщинам на 8 Марта в виде букетов из продуктов будут уместны в деловой и домашней обстановке, полагает эксперт по этикету Элеонора Басманова.

Букеты из фруктов или итальянских колбас сегодня являются настоящим хитом среди любителей оригинальных подарков. — Букет из фруктов формирует эмоцию, потому что у нас северная страна, мы любим цветы, фрукты, солнце, море, это нас очень радует, — рассказывает Басманова.

При выборе подарка по случаю грядущего праздника важно, чтобы подарок поднимал настроение и ни в коем случае ни на что не

намекал. Вкусный букет уместен для близкого человека и при абсолютном попадании во вкусы одариваемого.

Бизнес-консультант по этикету Татьяна Николаева согласна с тем, что вкусный букет — отличный подарок, если вы идете в гости. Главное — не превращать его в «продуктовую корзину». Пусть он лучше будет деликатесным, экзотическим. — Дарить сладости и слабый алкоголь стоит в последнюю очередь, когда «фантазия совсем подводит», — резюмировала эксперт.

**Ростислав Зубков**  
vecher@vm.ru

Идеи для подарка любимой → стр. 14

**В жизни всегда есть место тушенке**

Как определить качественный продукт



20 августа 2018 года. Ярмарка региональных продуктов. Мясная консерва, изготовленная по ГОСТу, не должна содержать слово «тушенка» на упаковке

■ Роскачество проверило 23 образца тушеного говяжьего мяса. И только пять из них рекомендовало к покупке.

Специалист службы коммуникации Росконтроля Алина Осьмак прокомментировала результаты исследования.

— Согласно ГОСТу доля мяса и жира в консервах высшего сорта должна составлять не менее 58 процентов, — объяснила Алина. — Однако этому показателю отвечают только 20 процентов протестированных брендов.

**Съесть и не отравиться**

Эксперты проверяли качество тушеного мяса по более чем 130 показателям. По результатам исследования из 23 марок признаны без-

**Из 23 марок эксперты признали безопасными только пять**

опасными только пять: «Микоян», «Честный продукт», ГРОДФУД, СОВОК и «Барс». При этом специалисты отметили, что ни одна из проверенных торговых марок не соответствует ГОСТу.

**Сомнительный состав**

В ряде «отбракованных» консервов эксперты нашли следы антибиотиков, ДНК

свиньи, курицы и лошади, крахмал, костные частицы. Это признаки низкокачественного продукта.

**Как выбрать самому**

■ Отдайте предпочтение продукции в жестяной банке. Она не должна быть помятой, вздутой, ржавой.

■ Потрясите банку. Если слышите, как булькает бульон, есть шанс купить хорошую тушенку. Недобросовестный производитель «спаивает» продукт загустителями.

■ На нормальном продукте этикетка проклеена по всей длине.

■ Берите тушенку с печатью на жести. Такое могут себе позволить старые проверенные заводы.

**Марина Первухина**  
vecher@vm.ru

**Прямая речь**

**Павел Сюткин**  
Историк русской кухни

ГОСТ на тушенку появился еще в 1937 году и с небольшими изменениями действует до сих пор, но носит уже рекомендательный характер. Производитель сегодня не обязан следовать ему. Но должен не обманывать потребителя и не писать на банке ГОСТ, если это не так. А вот тушенка остается по-прежнему востребованным продуктом.

**Справка**

Тушенка, изготовленная по ГОСТу, называется «Свинина тушеная» или «Говядина тушеная». Само слово «тушенка» на упаковке — повод усомниться в его качестве и соответствии ГОСТу.



**Рацион**

**Вкусная профилактика**

■ Профессор Сергей Курбатов, заведующий кафедрой химии природных и высокомолекулярных соединений ЮФУ, назвал холодец лучшей альтернативой БАДам с коллагеном.

— Нет более эффективного способа насытить организм коллагеном, чем съесть кусок холодца, — поделился Курбатов. — После 30–35 лет запасы

коллагена в организме начинают постепенно истощаться. Их приходится пополнять самостоятельно. Многие прибегают к специальным инъекциям и препаратам. В то время как холодец готовится из копыт, хвостов и мозговых костей, а эти продукты содержат большое количество коллагена.

**Полина Гребенникова**  
vecher@vm.ru



Приготовленный из качественных продуктов холодец — лучшая профилактика дефицита коллагена

**16 АПРЕЛЯ в 19:00**

**ДИСКОТЕКА СОЮЗ**

РАДИО ДАЧА 92.4 FM

**Концертный Зал Россия**  
Лужники, 24 стр. 2

«Позишн номер ТУ» <b>Кай Метов</b>	«Кони в яблоках/Островок» <b>Виктор Салтыков</b>	«Электричка/Узелки» <b>Алена Апина</b>
«Американ Бой/Бухгалтер» <b>ГР. Комбинация</b> Татьяна Иванова и группа	«Я Больше не прошу» <b>ГР. Мираж</b> Е.Болдышева/А.Горбачев и группа	«Вспомни Капитан»/«Школьная пора» <b>Татьяна Овсиенко</b>
«Седая Ночь, Белые Розы» <b>ГР. Ласковый май</b> Андрей Разин и группа	«Ах какая женщина» <b>ГР. Фристайл</b> Сергей Дубровин и муз.группа	«Как упоительны в России» <b>ГР. Белый Орел</b> А.Ленский/Д.Косыкин и группа
«Гранитный камушек» <b>ГР. Божья коровка</b> Владимир и Наталья Воложенко и группа	«Розовые розы светке соколовой» <b>Александр Добрынин</b>	«Лётчики» <b>ГР. Мечтать</b> Олег Пругло и группа

**ЛЕГЕНДАРНЫЕ ЗВЕЗДЫ 80-90 x**





### Астра

Символ любви, изящества, а также — воспоминаний. Существует миф, согласно которому астры («звезды» в переводе с латыни) были созданы из космической пыли, когда Дева смотрела с неба и плакала.

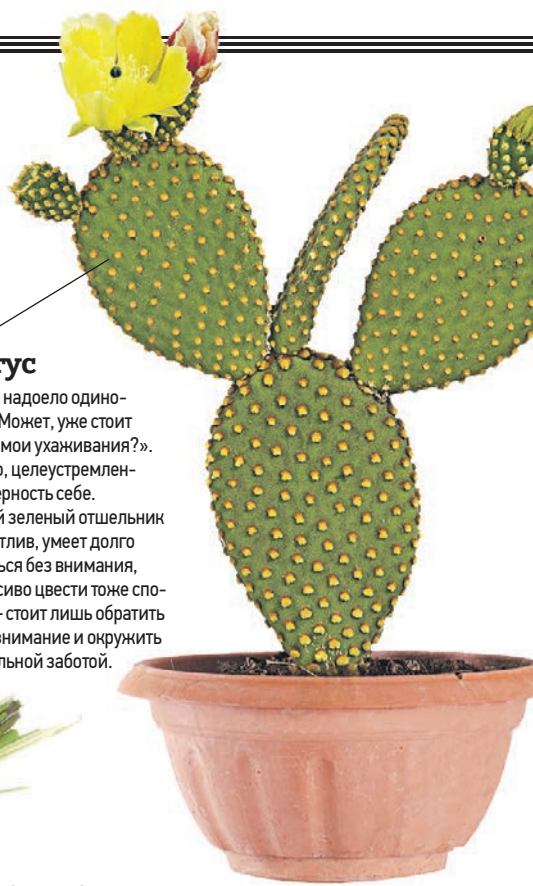


### Ландыш

Чистота и скромность. Ландыши в подарок — демонстрация чистоты помыслов и чувств. «Я ни на что не рассчитываю, но не могу удержаться от восхищения».

### Кактус

«Тебе не надоело одиночество? Может, уже стоит принять мои ухаживания?». Упорство, целеустремленность, верность себе. Колючий зеленый отшельник неприхотлив, умеет долго обходиться без внимания, но и красиво цвести тоже способен — стоит лишь обратить на него внимание и окружить минимальной заботой.



### Гвоздика

Белая — пожелание удачи и успеха во всем. «Пусть все твои желания сбудутся». Желтая — «Ты избегаешь меня?», «Ты обиделся?». Красная — победа, успех, лидерство. Большим букетом красных гвоздик принято поздравлять людей авторитетных и уважаемых, руководителей, директоров. Возлюбленным же лучше дарить красные гвоздики в смешанных букетах.

## Прямая речь



Александр Федорович  
Психолог

Женщины любят цветы, потому что для них это символ романтики. Если мужчина дарит им букет, значит, он серьезно настроен. Букет в руках женщины говорит о том, что она не обделена вниманием и поклонниками. Это символ нужности и востребованности. Многим девушкам важна внешняя демонстрация того, что ее любят. Самый простой способ продемонстрировать восхищение — подарить цветы.



### Роза

Белая — чистота, невинность, скромность. Желтая — счастье, радость, «Ты мое солнце»: никакого отношения к разлуке. Красная — любовь, страсть: «Я не могу без тебя». Кремовая — элегантность, гармония, совершенство. Розовая — наивысшее счастье.

# С цветочного на русский

## Как правильно составить (букет из растений, намеков и знаков



8 Марта уже в выходные — пора подумать о цветах. Цена здесь не главное, уверена Валентина Сафронова, президент Ассоциации российских флористов (на фото). Главное — правильный выбор цветов в букете.

Молодой девушке на 8 Марта я бы советовала подарить что-то оригинальное. Например, специальные «крашенные» тюльпаны необычного цвета — скажем, коричневого или золотого. Или, скажем, розу с лепестками разных цветов — они сейчас тоже появились в продаже. Поверьте, такой подарок она запомнит надолго, да еще и всем подругам про него расскажет. Молодой женщине лучше подарить не абы какие, а ее любимые цветы — с возрастом у человека складываются вполне определенные предпочтения.

Женщине элегантного возраста лучше подарить горшечный цветок или целую композицию — сейчас довольно широкий выбор. Гиацинты, тюльпаны, ирисы. Они, во-первых, ярко выгля-

### Знаете ли вы, что

флюорографика — наука, которая раскрывает значение, символику различных цветов и растений. Проще говоря — это язык цветов, с помощью которого выражают идеи, чувства, настроение.

дят, во-вторых, могут долго радовать, а в-третьих, требуют определенного ухода, который женщинам в возрасте обычно доставляет настоящую радость.

При этом надо понимать, что есть язык цветов, и каждый имеет определенное значение. Составляя букет, помните об этом! А если вы не уверены, что ваша женщина этот язык знает, вложите в букет визитку или открытку с признанием в любви и коротким пожеланием.



### Вместо трав и кореньев

Психологи считают, что любовь женщин к цветам имеет первобытные корни. Люди жили собирательством, мужчины приносили травы и коренья. Это сформирова-

ло ассоциацию: пришел не с пустыми руками. Сейчас травы и коренья мужчины не приносят, но когда женщине дарят цветы, она воспринимает презент как заботу.



### Такие разные лилии

У разных народов один и тот же цветок может иметь совершенно одинаковое и подчас противоположное значение. Древние египтяне, например, украшали белыми лилиями... тела умерших молодых девушек. А чуть позже, в Древнем Риме, эти цветы считались сим-

волом роскоши и богатства, их даже изображали на монетах. Французы от белых лилий вообще без ума! На старом королевском гербе Франции изображены щит и три перекрещенные лилии, символизирующие милосердие, правосудие и сострадание.



### Фиалка

Голубая — осторожность и лояльность. Белая — робкая надежда на взаимность.



### Петуния

Раздражение, гнев. «Ты меня не слышишь», «Я недоволен твоим поведением!». Эти цветы сегодня не используются в букетах массово. Они радуют глаз на приусадебных участках и балконах и символизируют совсем другие вещи — лето, город, уютный дворик.

## Новые, выведенные ботаниками сорта цветов в растительной азбуке участия не принимают



### Хризантема

Хорошо сочетается с разными цветами, хризантема придает оттенки общему смыслу букета. Красная — любовь. Желтая — хрупкая любовь. Белая — надежда.



### Георгин

Каприз, непостоянство, мимолетное увлечение. Дарящий георгины говорит: «Ты мне очень нравишься, но я ничего не обещаю».

### Тюльпан

Символ чистой любви на всю жизнь, большого счастья. Но есть в нем и момент самолюбования: тюльпан может означать намек на то, что даритель — превосходный любовник.



### Справка

Россия наряду с США, Германией, Нидерландами, Великобританией и Францией входит в число крупнейших в мире потребителей срезанных цветов. Емкость российского цветочного рынка — 40 млрд долларов.

### Цикламен

Расставание, отставка. «Видеть тебя больше не хочу!».





■ Актер, полюбившийся зрителю по телесериалам и фильмам «Лето», «ВМаяковский» и многим другим, Никита Ефремов (на фото) рассказал «Вечерке» о том, каково это быть продолжателем актерской династии и почему он не афиширует свою личную жизнь.

**Никита, над чем вы сейчас работаете?**

На данный момент играю в театре «Современник». Еще сейчас завершаются съемки телесериала Константина Богомолова «Хороший человек». В нем я исполняю главную роль — играю серийного убийцу. В основе сюжета история «ангарского маньяка» — бывшего милиционера Михаила Попкова, который был осужден на пожизненный срок за убийство 56 женщин.

**Какие роли отражают вашу личность?**

В каждой роли есть часть меня. Был момент, когда я чересчур серьезно относился к своей работе, к себе, много драматизировал. И в итоге каждая роль становилась не игрой актера, а площадкой для самоанализа. Но творчество должно быть легким. Помогло ли вам то, что вы из актерской династии (отец Никиты — заслуженный артист России Михаил Ефремов, дед — народный артист СССР Олег Ефремов. — «МВ»)?

У меня не было возможности знать, как бы все сложилось, будь я не из династии

Какое качество вам самому в себе не нравится?

К сожалению, мне, как и многим другим, свойственно вешать на людей ярлыки. Могу заранее судить о человеке по его одежде. Или не смотреть фильм или сериал, который посоветовал человек, мнению которого не доверяю. Или если сюжет изначально кажется неинтересным. Понимаю, что это не всегда правильно и стараюсь над собой работать. Нужно сначала исследовать, а потом оценивать.

**А на критику в сети как реагируете?**

Бывает, тяжело справиться с первой реакцией. Сначала воспринимаю эмоционально, в штыки — видимо, срабатывают защитные механизмы. Но я понимаю, что если что-то меня задевает — это повод прислушаться к себе, может быть, что-то стоит поменять.

**Чем вы занимаетесь на досуге?**

Медитирую, хожу на йогу. Притом не ради спортивной нагрузки, а именно

ради самого процесса. Люблю импровизировать на музыкальных инструментах, в основном на гитаре, читаю книги. Телевизор не смотрю, нет такой потребности. Все новости можно узнавать из интернета.

**Что вы бы пожелали читателям «Вечерки»?**

Как можно чаще прислушайтесь к своим ощущениям. Живите сегодняшним днем. Следите за тем, что происходит в данный момент. Это и есть самая настоящая жизнь.

## Жить нужно сейчас

**Никита Ефремов: Болезненно отношусь к критике**

**Про вас часто пишут как о человеке, у которого было много романов, но женаты вы были один раз, и все закончилось разводом. Удалось ли снова построить личную жизнь?**

Я против того, чтобы выносить личную жизнь напоказ. Не понимаю, зачем поклонникам знать, с кем я встречаюсь. Мне, например, если нравится актер, то я интересуюсь его творчеством. Конечно, мы с Машей (Мария Ивакова — ведущая шоу «Орел и Решка. Шопинг». —

## Иногда переживаю, что не смогу стать лучше отца и деда

актеров. Конечно, я очень горжусь тем, что родился в такой семье. А порой — борюсь со страхами от того, что не смогу переплюнуть своих отца и деда. То, что зрители сравнивают меня с отцом и дедом — это их дело. А сам я об этом задумываюсь, только когда такой вопрос задают журналисты. **А общение с отцом поддерживаете?**

Конечно, общаемся. Иногда я могу спросить у него мнение по поводу своего творчества. Он всегда очень корректно дает оценку. Никогда просто так не возьмется комментировать, если я об этом не просил. Это очень правильная позиция.

**А как мама относится?**

А маме просто все нравится. Она своих замечаний по поводу моей актерской игры не делает.

«МВ») публичные люди, поэтому тут уж отношения не скроешь.

**Многие медийные личности активно высказываются в социальных сетях по поводу событий, происходящих в стране, мире. Как вы к этому относитесь?**

Я не понимаю, зачем все это нужно. В социальных сетях я только просматриваю новостную ленту. Какую-то заметную активность проявляю в Инстаграме. И то хотелось бы, чтобы виртуальной жизни было как можно меньше. Как-то я спустился в метрополитен и увидел, как почти все пассажиры погружены в свои смартфоны. Не хочу сказать, что это неправильно. Просто тогда очень удивился, насколько современные люди зависят от гаджетов.

### Досье

Никита Ефремов родился 30 мая 1988 года в Москве. В 2005 году поступил в Школу-студию МХАТ. После чего актера пригласили к себе сразу несколько столичных театров. Выбрал театр «Современник», где служит до сих пор. Снимался более чем в 30 фильмах.

Беседу вела  
Анна Балюк  
vecher@vm.ru

Photoexpress





## Детали к портрету Никиты Ефремова

■ **Выходные — дома.** Барам, клубам и шумным тусовкам Никита Ефремов предпочитает спокойный отдых дома. Также старается часто видеться с друзьями, но в спокойной обстановке, где можно без шума пообщаться.



■ **О вкусах не спорят.** Из музыкальных стилей предпочитает лаунж — легкую фоновую музыку, творчество британского певца Джеймса Блейка, русских и иностранных рэп-исполнителей.

■ **Увидеть мир.** Сожалеет о том, что мало ездил по России — не был во многих уголках нашей страны. Из зарубежных стран хочет увидеть Непал, Индию, США, Канаду. Последнее место отдыха — Бали — оставило приятные впечатления.



■ **Любимые актеры.** Олег Ефремов, Олег Табаков, Олег Янковский.

■ **Москва большая.** Самое любимое место в столице — Крылатские холмы. Оттуда открывается красивый панорамный вид на Златоглавую. Актер также любит бывать за городом.



■ **Сам себе критик.** Никита часто пересматривает фильмы со своим участием и анализирует свою игру. Такая самокритика дается нелегко, но помогает шлифовать актерское мастерство.

■ **«Любовь» — это глагол.** Актер считает, что любовь должна побуждать к действию — в этом ее суть. Ради возлюбленной может отложить все дела.



■ **Последняя прочитанная книга.** «Исследование действием» Билла Торберта. Книга рассказывает, как личности и организации могут прогрессировать, если анализировать окружающий мир и вовремя реагировать на все происходящее в нем.



# Королева океана

## Фильм «Один вдох» про границы возможностей и преодоление себя

Кадр из фильма «Один вдох», реж. Е. Хазанова. Победить себя — цель героини биографической киноленты

■ **Завтра на экраны кинотеатров выходит биографическая спортивная драма «Один вдох» Елены Хазановой.**

новый чемпион мира по фридайвингу, консультант фильма Алексей Молчанов. — Мама ныряла на небольшой глубине у берегов Испании. Всего-то метров тридцать, но там есть сильные течения. Я думаю, ее просто оттащило на большую глубину. А потом она потеряла сознание.

### Ценой жизни

История «королевы фридайвинга» Натальи Молчановой известна всему миру. 22-кратная чемпионка мира, обладательница 41 рекорда, единственная женщина, погрузившаяся на глубину 100 метров «на одном вдохе», она пропала без вести в 2015 году во время рядового тренировочного погружения. — Есть официальная версия, — рассказал «Вечерке» сын спортсменки, 14-крат-

### Победа над «монстрами»

В фильме Елены Хазановой о трагедии есть лишь титр в финале, следующий за кадрами хроники, где счастливая Молчанова только что вынырнула после погружения на 100 метров — такой глубины не достигала ни

одна женщина мира! Картина Елены Хазановой рассказывает о том непростом пути к победе, который пришлось преодолеть главной героине фильма в исполнении Виктории Исаковой.

преодолевались собственные фобии детства — «монстры», оживающие при кислородном голодании мозга ныряльщика — и все это, заметьте, уже после сорока лет. Именно в этом возрасте героиня решила изменить свою жизнь и добиться победы над самой собой. — Мы хотели, — говорит продюсер Ольга Данова, — донести широко-

**Это спорт, где в 80 лет результаты могут быть лучше, чем в 20**

Изнурительные месяцы тренировок в бассейне, растянувшиеся во времени часы борьбы с психологическими травмами юности, секунды вечности, когда

му зрителю идею скрытых возможностей нашего удивительного человеческого организма.

Елена Булова  
vecher@vm.ru

### Недвижимость

На правах рекламы

## УЗНАЙТЕ, ЗА СКОЛЬКО МОЖНО ПРОДАТЬ ВАШУ КВАРТИРУ!

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

28 лет на рынке! КУТУЗОВСКИЙ АГЕНТСТВО ПРОСПЕКТ  
+7 (499) 348-95-51 www.kutuzov.ru

### Туризм и отдых

На правах рекламы

8 (4852) 43-72-03, 43-72-43  
www.redholm.ru  
Санаторий на Волге  
**КРАСНЫЙ ХОЛМ**

Питание по системе «шведский стол»

Бассейн с минеральной водой из собственного источника + сану/хаммам

Водолечение, ЛФК, аппаратный массаж «Кресло Радуга», лечебный массаж, физиотерапия, галотерапия, консультации специалистов

Семейная анимация, мастер-классы, интерактивные программы

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

ПРОГРАММА «ДЕТИ — НАШЕ БУДУЩЕЕ» от 1950 руб./сутки от 6 суток

Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения по тел. 8 (4852) 43-72-03. Акция действительна с 1.03 по 15.06.2020 г. Реклама



Премьера рубрики Все-таки мы плохо знаем город, в котором живем и работаем. А так хочется во время прогулки блеснуть и рассказать друзьям, приехавшим в гости издалека, про родную улицу и вон тот красный дом, в котором раньше было...

## Ул. Знаменка, 19



1870



2020

Сергей Шахиджян



Сергей Шахиджян

**Сильно ли изменилась Москва за 20 лет? Кто помнит, какой она была пять или семь десятилетий назад?.. Специальный корреспондент «Вечерки» фотограф Сергей Шахиджян предлагает сравнить архивные и современные снимки столицы.**

Есть в нашем городе дома, изменившиеся так сильно, что для того, чтобы узнать их, нужно иметь большое воображение. Такова судьба усадьбы Апраксиных. Дом возвели в 1791–1801 годах, и принадлежал он долгое время генерал-майору Степану Апраксину. В 1812 году в нем размещался штаб, и здание не пострадало от пожаров. С 1814-го в доме был Императорский Московский театр. В 1818-м его посетил Александр I. Бывал здесь и Александр Сергеевич Пушкин. В 1827 году генерал-майор скончался, те-

атр отсюда съехал, а поселился Александровский сиротский институт. — В 1919-м, после победы революции, Каменев встречался с Лениным. Не тот Каменев, которого осудили вместе с меньшевиком Зиновьевым, а Сергей — выпускник Александровского училища, — говорит историк Михаил Вострышев. В доме расположился Реввоенсовет, позже — Наркомат обороны. После войны дом увеличили — надстроили еще три этажа, продлили колонны. Его стало не узнать — похож, но намного мощнее.

Тут работал маршал Георгий Жуков. Сейчас в доме находятся второстепенные структуры Минобороны РФ. В 2016 году в одной из комнат возник пожар, тушили девять часов. Дом не состоит в списке объектов культурного наследия — много перестроено. Но, если прищурить глаз и закрыть ладонью «лишние» этажи, — схожесть с домом на фотографии 1870 года прослеживается.

**Как добраться:** — «Арбатская» → 5 минут пешком

## Бабий городок на берегу реки



Олег Фочкин

**Журналист и автор нескольких книг о Москве Олег Фочкин обращает внимание на названия столичных улиц и удивляется их истории.**

1-й и 2-й Бабьегородские переулки названы по местности Бабий городок между рекой Москвой и Большой Якиманкой, недалеко от Крымского моста. Самая интересная версия происхождения названия принадлежит историку Василию Татищеву: якобы в 1382 году, когда на Москву шел Тохтамыш, в этом месте укрепились сбежавшие с окрестных деревень несколько сотен баб — их не пустили в город из опасения голода. Появившиеся на третий день татары захотели их тотчас взять, но бабы попросили, чтобы



**Спасаясь от Тохтамыша, здесь собрались несколько сотен баб**

к ним выехали 50 татар, а когда те, «понахалившись», явились, бабы их убили. Красивая история, но, скорее всего, местность называлась так в XVII–XIX веках из-за того, что берег-то в этом месте

был болотистый, топкий, и его приходилось укреплять. Укрепление производилось с помощью свай, которые «городили», т. е. вбивали, подвесным чугуном молотом — бабой. Еще одна версия — в древности бабой называли старицу реки. А тут

как раз неподалеку Водоотводный канал, который был прорыт в конце XVIII века на месте старицы. 1-й Бабьегородский переулок возник в Панской слободе в XVII–XVIII веках, до середины 1980-х годов имел продолжение до Крымской набережной, но был укорочен из-за Парка искусств.



### ПРИЗВАНИЕ

**Роман Булавко**  
Москвовед и врач

### Живое пространство

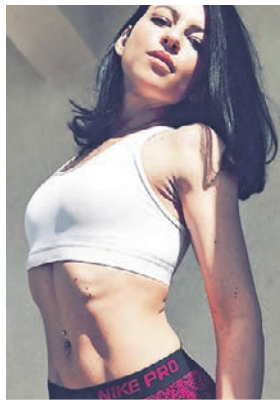
Я стал изучать Москву всерьез в 50 с лишним лет. И неожиданно выяснилось, что многие места Москвы, которые я считал своими и давно известными, имеют историю, напрямую связанную с важнейшими событиями в истории страны. Что некоторые здания когда-то были дворцами царственных особ да и самих государей. И находятся они прямо тут, в местах моих детства и юности, мимо них мы гуляли с друзьями и подружками. Невозможно изучить среду в отрыве от событий и персоналий. Одно цепляется за другое, и ты уже поглощен историей, на многие исторические события и целые периоды смотришь совершенно иначе. События и места складыва-

ются в единую картину, город перестает быть нагромождением зданий и улиц, он превращается в единое живое пространство, которое оказывается живым и продолжающим жить. В какой-то момент любовь к городу, помноженная на полученные знания, становится уже одной из сущностей, и хочется поделиться своим пониманием пространства города в контексте времени с другими людьми. Как-то само собой получилось, что я стал проводить экскурсии по любимым местам — сначала в рамках событий сообщества Басманного района и акции Архнадзора. А когда понял, что мои прогулки интересны кому-то, начал свою экскурсионную деятельность.



Фитнес по средам

## Не всю еду мой мозг считает едой



Полина Гвоздева  
polina\_gvozdeva

Меня зовут Полина, и я худею, обжираясь на ночь! Я не хожу в фитнес-зал на работу, я хожу в фитнес-зал после работы. Всем хочется жрать и не толстеть. Но как? Если бы способ был, все люди выглядели бы как античные боги. Хакнуть систему никому еще не удалось, поэтому придется выкручиваться. Буду рассказывать, как это делаю я. Хочу сразу предупредить, что этот путь отнюдь не устлан розами...

Я очень люблю поесть — центр голода у меня в гипоталамусе вполне рабочий. Но не всю еду мой мозг считает едой. Проголодавшись, мы не рассматриваем кусок мыла или, например, дворового голубя как вариант. Когда я думаю, что бы мне съесть, мой мозг игнорирует майонезные горки в отделе кулинарии, колбасу, выпечку, пиццу и еще много чего. В принципе в этих продуктах ничего вредного нет, но я так давно их не ем, что мой мозг их забыл и перестал хотеть. В магазинах я не вижу ни холодильников с пирожными, ни полок с чипсами. Могу сказать, что мне удалось победить свою нездоровую тягу к арахисовой пасте, которую я не ем уже больше года. Я приучила себя смотреть на пасту не как на источник гастрономического удовольствия, а как на банку плотно утрамбованных калорий, которые мне потом надо будет куда-то деть. Поэтому в магазине я больше не думаю, стоит покупать банку пасты или не стоит. Я не думаю об этом в принципе. И как ни странно, совершенно не страдаю.

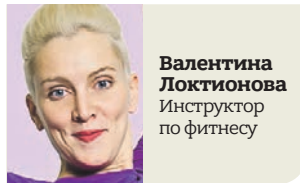
Для худеющего дробное питание не имеет смысла. По одной из многочисленных версий, если организм сядет на измену, что, например, зима близко и еда будет случаться редко, он станет делать запасы из любого капустного листа.



Поэтому в теории, чтобы снизить тревожность организма и похудеть, есть нужно небольшими порциями раз в три часа. Научных доказательств версии нет. Исследования либо не подтвердили пользу дробного питания для потери веса, либо подтвердили, но выяснилось, что сами исследования проводились с большими погрешностями. Для меня дробное питание оборачивается перманентным голодом. Жрать хочется не раз в три часа. Жрать хочется всегда — что поела, что радио послушала! Дробное питание хорошо работает для людей с сахарным диабетом второго типа, позволяя им избегать всплесков инсулина. И, конечно, питаюсь по шесть раз в день, можно утрамбовать в себя больше еды, чем за три приема пищи. Актуально для тех, кто набирает массу. А худеют те, кто тратит больше калорий, чем поедает — не важно, за один раз или за шесть. И тратить мы эти калории можем, скорее всего, только в спортивном зале.

## Премьера рубрики Однажды наступает момент, когда, глядя в зеркало, ты понимаешь: пора что-то делать. И не с понедельника, а прямо сейчас. «Вечерка» нашла людей, которые помогут вам заняться физкультурой

# Тренировка в памперсе



Валентина Локтионова  
Инструктор по фитнесу

Мамам требуется восстановить форму после родов, но на пути встает препятствие в виде неугомонного чада. Малыши не мешают,



Советы от профи

а лишь помогают, уверена организатор тренировки «Мама + Малыш» Валентина Локтионова. — У меня занимаются мамы с детьми самого разного возраста. Занятие начинается

с кардиоразминки, переходящей в зумбу. В начале детям разрешают немного поиграть: они бродят по залу с игрушками, разглядывают друг друга, приплясывают под музыку. Но вот наступает время силовых упражнений: мамы берут малышей и готовятся выполнять упражнения.

**Упражнение 1: никому не отдам.** Малыш в объятиях мамы, которая начинает приседать и делать упражнение. Ребенок — дополнительная нагрузка на мышцы бедер и ягодиц.

**Упражнение 2: самолетик.** Хватаем малыша под мышки и поднимаем

вверх — качаем дельтовидные мышцы и бицепс. Качаем трицепс: кладем малыша на спину, крепко берем его за руку и за ногу и делаем движение руками к себе и от себя.

**Упражнение 3: лошадка.** Ложимся на спину, полусогнутые ноги на ширине плеч. Ребенка сажаем на таз, придерживая за ручки. И начинаем подъемы таза вверх, качая ягодичные мышцы. Если ребенок грудной, кладем его на таз.

**Упражнение 4: вверх-вниз.** Лежим на спине, согнув ноги в коленях и прижав их к себе. На голени



Спортивный коврик убережет от переохлаждений, смягчит поверхность для удобства, а еще обеспечит необходимую безопасность. Коврик не должен быть скользким.

Как известно, дети растут не по дням, а по часам. Поэтому правильно рассчитывайте физическую нагрузку, особенно в случае долгих перерывов.

### Кстати,

подобные упражнения не только принесут пользу в плане физического развития, но и помогут создать прекрасные взаимоотношения между мамой и ребенком. К тому же таким образом легко приучить ребенка к активности, привить любовь к физкультуре.

сажаем малыша. Поднимаем и выпрямляем ноги, придерживая ребенка руками. **Упражнение 5: ку-ку!** Спина — самое уязвимое место мамы. «Прокачать» ее можно так: сидя, сажаем ребенка себе на спину. Ложимся на живот, вытягиваемся в струнку, руки вперед. Синхронно поднимаем вверх конечности на максимальную высоту. Чтобы малыш не сучал, показываем ему игрушку, а опуская руки, прячем ее. — Используя ребенка как груз, вы естественным образом будете увеличивать нагрузку из месяца в месяц. К тому же малыш всегда под рукой, — продолжает Валентина. — Главное — не забывайте хвалить деток, ведь они работают вместе с вами!

Евгения Попова  
vecher@vm.ru

### Фитнес-факт

## Кубическая ошибка

**Спортсмен и фитнес-тренер Озгур Гюнес назвал три популярные ошибки, которые мешают избавиться от лишнего жира на животе.** Он опроверг распространенную точку зрения о том, что съеденные вечером углеводы «превращаются» в жир.

— Организму все равно, в какое время человек употребляет углеводы. Важным является лишь то, чтобы количество потраченных калорий превышало съеденные, — сказал специалист. Другая ошибка — отказ от полезных жиров, которые содержатся в рыбе и орехах.

Они необходимы для нормального пищеварения. При грамотном потреблении они способствуют похудению. И последнее: для появления «кубиков» на прессе нужно иметь низкий процент жира во всем организме.

Полина Гребенникова  
vecher@vm.ru





Частности

Недвижимость

**Квартиры на набережной от 5,6 млн Р**

**Домашний**  
МЕТРО «МАРЬИНО»  
495 280 03 00

\*Группа ПСН, застройщик АО СЗ «Мосстройнаб». Проектная декларация на сайте: домашний.рф.

- Аренда магазина всего за 20 000 руб. ВДНХ. Т. 8 (925) 929-69-69
- Хочешь продать или сдать квартиру? Звони риелтору. Т. 8 (906) 710-71-74
- Сниму кв., комнату Т. 8 (916) 647-80-96
- Куплю. Сниму. Т. 8 (495) 925-75-04
- Сниму квартиру. Т. 8 (925) 059-52-18
- Помогу продать. Т. 8 (495) 779-17-57

Работа и образование

- Ваша работа. Т. 8 (967) 070-35-81

Юридические услуги

**ГОРОДСКАЯ КОЛЛЕГИЯ ЮРИСТОВ**  
бесплатная консультация

**АКЦИЯ\***: бесплатное составление заявления

действует до конца месяца, подробности по телефону

Для льготных категорий граждан на остальные виды услуг **-50%**

**8(495)117-07-17**

Городской межведомственный **ПРАВОВОЙ КОМИТЕТ**

- ВОЗВРАТ ВКЛАДОВ
- ЖИЛИЩНЫЕ И СЕМЕЙНЫЕ СПОРЫ
- МОШЕННИЧЕСТВО
- ВЗЫСКАНИЕ ДОЛГА
- ПЕРЕРАСЧЁТ ПЕНСИИ

для льготников до конца месяца **скидка 70%**

юридическая консультация - БЕСПЛАТНО

**8 (495) 177-97-07**

Консультация по вопросам финансов и получения **ДЕНЕГ**

**8 (916) 909-77-14**

ч/л Пьянков А.Н.

**ФЕДЕРАЛЬНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ СЛУЖБА**

Помощь юристов и адвокатов консультация бесплатной!

- Возврат вкладов МФО, МКК, КПК, АСВ, Банки
- Защита от мошенников
- Возврат долгов
- Защита в суде
- Защита бизнеса

м. «Ольховая», «Смоленская»  
+7 (968) 806-17-77  
сайт: [fjoc.moskva.ru](http://fjoc.moskva.ru)

- 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
- Обманули юристы-аферисты? Поможем! Оплата по рез. Т. 8 (495) 220-56-66

**БЕСПЛАТНАЯ**  
юридическая поддержка граждан г. Москвы

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЕЖУРНОГО ЮРИСТА**

ЕСТЬ ВОПРОСЫ? ЗВОНИТЕ!  
звонок бесплатный

**8 (495) 136-76-26**

предъявление купона скидка 20%

Строительство и ремонт

**РЕМОНТ**  
квартир, кухонь, прихожих, ванн

СМЕТА ДОГОВОР ГАРАНТИЯ

**ПЕНСИОНЕРАМ - СКИДКИ**  
**8(495) 925-90-58**

**ОКНА РЕНАУ**  
от производителя БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ + ПОДАРОК\*

**ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ «под ключ»**  
Вынос, шкафы, крыши, отделка

Пенсионерам - скидки

**8 (495) 649-97-67**  
**8 (499) 394-31-94**  
[www.lineokna.ru](http://www.lineokna.ru)

Завод «СтройБалконСервис»

**ОКНА ПВХ**  
Балконов, поджиий

**ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ**  
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

[www.balkona.ru](http://www.balkona.ru)  
Без выходовных

**8(495)543-53-97**  
**8(495)961-39-25**

Медицинские услуги

**МЦ «АлкоСпас»**  
Москва и Московская область

Лицензия № ЛО-77-01-010680  
ООО «АлкоСпас»

**НАРКОЛОГ НА ДОМ 24 ЧАСА**  
**8-495-171-02-14**

Бесплатная консультация

Анонимная помощь специалиста при АЛКОГОЛЬНЫХ и НАРКОТИЧЕСКИХ ЗАВИСИМОСТЯХ, ПОХМЕЛЬЕ и ЗАПОЯХ.  
о возможных противопоказаниях проконсультируйтесь со специалистом

Здоровье и красота

Изготавливаем ортопедические стельки

**БЕСПЛАТНО**

Консультация специалиста

**при боли в спине и ногах**

[www.extempo.moscow](http://www.extempo.moscow)  
**8(967) 098-09-88**

Мебель

- Ремонт мебели. Т. 8 (925) 504-54-71

Транспортные услуги

- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 744-78-52

На правах рекламы

**Выкуп авто** всех марок: в любом тех. состоянии, также сильно битые, горелые, с проблемными документами. Кредитные, Залоговые. Выезд, оформление и эвакуация бесплатно. Т.: 8 (968) 974-59-59, 8 (495) 506-48-68

- Автовыкуп 24 ч. Т. 8 (925) 013-29-97
- Ваз, ремонт. Т. 8 (916) 450-27-17

Магия, гадания

**МАГ-ПРОФЕССИОНАЛ Илья Н. ГЕРМАН**

- Инвюльтрированный приворот особой силы за 1 день.
- Полный развал отношений с соперниками навсегда.
- Абсолютная защита от воздействий врагов.
- Решение нестандартных проблем.

ЧЕСТНО. НАДЕЖНО. ОПЫТ 25 ЛЕТ. РЕЗУЛЬТАТ ВСЕГДА.

**8 (495) 743-96-04**  
[www.factorlive.ru](http://www.factorlive.ru)

Через газету благодарю ясновидящую **бабушку Аню** Дар от бога!

Многих я прошла, но реально только она помогла: муж бросил пить, сестра родила долгожданного ребенка, 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**

**Ясновидящая Раиса**

- Сниму порчу, сглаз + Верну любовь
- Сохраню семью, верну мужа, устрою разлад с детьми
- Избавлю от пагубных привычек
- Обряды на счастливое замужество
- Считаю очно и по фото

[Gadalka\\_raisa](http://Gadalka_raisa)

**8 (495) 532-64-70; 8 (926) 189-69-95**

- Гадаю. Вопрос бесплатно. Лично и по фото. Медиум! Т. 8 (925) 676-21-20
- Гадание на таро. Т. (967) 967-60-77
- Гадалка. Т. 8 (914) 431-88-11

Коллекционирование

**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**

- Покупка и оценка предметов старины: фарфора, картин, значков, икон, серебра, военной формы, бронзы, знамен, мебели, советской атрибутики, чугуна, монет и др. Срочный выкуп! Возможен выезд эксперта. Т.: 8 (929) 599-84-81, 8 (916) 298-77-24
- Покупаем все: картины, иконы, открытки, значки, марки, монеты, банкноты, статуэтки, бижутерию, часы, самовары, елочные, игрушки, кино-, фотоаппаратуру, документы, акции, золото, серебро, бронзу, янтарь, нуклол, солдатиков и др. Т. 8 (495) 641-67-21
- Антиквариат, книги, открытки, архивы, фото, полки. Т. 8 (495) 585-40-56
- Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Т. 8 (495) 241-19-52
- Книжки покупаем, домашние библиотеки. Выезд. Т. 8 (495) 961-36-02
- Купим книги. Т. 8 (495) 721-41-46

Разное

- Место на ярмарке, каждые выходные за 1000 руб. ВДНХ. Т. 8 (925) 929-69-69

Рейтинг

Идеи для сюрприза

■ Крупная торговая интернет-площадка провела среди покупателей опрос на тему того, что россиянки мечтают получить в подарок на 8 Марта и что они, скорее всего, получат. Участники имели возможность выбрать несколько вариантов.

41% женщин хотят ювелирные украшения



31% высказались за сертификат

40% девушек мечтают о косметических наборах или парфюме



23% женщин хотят в подарок путешествие

16% опрошенных рады гаджетам или новой технике



Что готовят к празднику мужчины?\*

- 43% приготовились дарить косметику и парфюмерию
- 26% присмотрели для своих женщин ювелирное украшение
- 22% приобрели для них подарочные сертификаты
- 10% приготовили в подарок новые телефоны и планшеты
- 9% собираются сделать шуточный подарок или подарок с намеком
- 2% подарят женам домашнее животное



\* Мужчины, поздравляющие нескольких женщин, выбирали несколько ответов.

Астролог отвечает читателю

В этом году «Вечерка» дарит своим читателям уникальную возможность заказать предсказание или гороскоп на волнующую их тему. Хотите узнать будущее своего ребенка? Не уверены, стоит ли вкладывать средства в то или иное дело? Пытаетесь понять, кто из поклонников лучше других годится вам в мужа? Пишите по адресу:

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

с пометкой «Гороскопы Алены Прокиной», и на ваши вопросы ответят наши эксперты-астрологи. В письме обязательно укажите точную дату своего рождения (день, месяц, год и место рождения).

**Алексей, Скорпион, 47 лет**

Когда я наконец найду вторую половинку и женюсь?

2020 год для вас станет богатым на яркие впечатления и знакомства. Тема семьи будет главной. Вы морально готовы к тому, чтобы рядом появилась верная ступница. Вам захочется поменять что-то и в домашней обстановке — сделать ремонт, приобрести дачный участок, то есть создать максимально комфортную обстановку вокруг. Женщины же будут к вам тянуться.

**Ольга, 67 лет, Козерог**  
Как сложится в этом году моя танцевальная карьера и стоит ли сменить деятельность?

В вашей жизни наступило время, когда нужно остановиться, оглянуться вокруг и понять, есть ли у вас силы и желание тратить энергию на танцы. Этот год для вас — самое время осваивать новые дисциплины, учиться, чтобы расширить границы своих возможностей.

Подготовил **Ростислав Зубков**  
[vecher@vm.ru](mailto:vecher@vm.ru)





**Постоянная ведущая рубрики Алена Прокина уверена: надо чаще смотреть на звезды и прислушиваться к их советам. Чего хочет женщина? Постичь эту истину нереально, но приблизиться к разгадке легко, если определить ее характер. Как это сделать? Конечно же, при помощи гороскопа!**

**Овен**  
Женщина-Овен — это вечный двигатель. Сней непросто, но интересно. Она ждет, что мужчина рядом с ней будет сильным, мужественным, заинтересованным, при этом не потерпит контроля. Любая попытка сделать ее домохозяйкой чревата проблемами и крахом отношений. Баланс — вот о чем нужно помнить, если твоя женщина — Овен.

**Телец**  
Женщины-Тельцы — завоевательницы. Если вы сдадитесь на ранней стадии знакомства, не видать вам близких отношений. Тельцы ценят то, что добывают. Нужно немного «поиграть» в неприступность. В паре же они очень заботливы, любят создавать комфорт и наслаждаться обществом своего партнера.

**Рак**  
Раки — романтические натуры, любят ласку, уют, быть рядом с партнером рядом как можно больше времени. Они влюбляются долго. Поначалу пристально изучают объект, поскольку не ищут случайных связей и желают влюбиться раз и навсегда. Раки очень преданные, они отличные матери, с удовольствием погружающиеся в семейные дела.

**Лев**  
Женщины-Львы — примадонны, которые хотят восхищения и всепоглощающей любви. Не дай бог дать повод для ревности — прощения не будет. Мужчина должен быть под стать: яркий, амбициозный, и при этом под ее острм каблучком. В отношениях не скупится на эмоции и проявление чувств.

**Весы**  
Весы любят мужчин, искусственных в искусстве. Чтобы быт не заедал, оставалось время на парижские выходные и бокал вина под чтение стихов томным вечером. Все должно быть красиво. И ваш внешний вид в первую очередь. Получив в партнеры женщину-Весы, будьте спокойны: она успеет и на работе карьеру строить, и вить уютное гнездышко.

**Скорпион**  
Женщина-Скорпион — искусительница. Если она решила выбрать вас, а происходит это именно так, то вы не сможете удержаться от этих опасных, но таких привлекательных отношений. У Скорпионов нужно заслужить авторитет и доверие. Тогда весь ее мир будет у ваших ног.

**Стрелец**  
Неусидчивые женщины-Стрельцы все время ищут приключения. Если приключений нет, женщина-Стрелец их со-

даст. Так что приготовьтесь к тому, что ваша жизнь будет как один большой кругосветный вояж. Однако если вы такой же необузданный авантюрист, то отношения сложатся отлично.

**Козерог**  
Женщина-Козерог очень предприимчива и прагматична. Она умеет позаботиться о себе сама и ищет партнера, с которым сможет создать стабильный союз во всех аспектах. Она отлично помогает мужчине добиться вершин в карьере или бизнесе. Такого партнера еще поискать надо.

**Водолей**  
Женщины-Водолеи жутко не любят, когда их пытаются посадить на одно место и заставить делать то, чего в этот момент ей не хочется. Она как пришла, так и уйдет, если не будет хватать воздуха и духа авантюризма. А так как поклонников много, то даже не будет вспоминать о неудачном опыте. Чтобы быть с ней, нужно давать свободу и доверять.

**Рыбы**  
Идеальная женщина для долгих отношений и крепкого брака. Сначала кажется закрытой и не заинтересованной в отношениях — так она присматривается, чтобы не допустить ошибку. Если удастся проникнуть в ее тонкую, ранимую душу, она подарит вам невероятные эмоции и создаст все условия, чтобы всегда хотелось возвращаться домой.

Дежурный астролог  
**Анна Ковалева**

# Лучший мой подарочек

**Близнецы**  
Женщины-Близнецы загадочны и ненавидят рутину. Они ищут умного собеседника, с которым можно хоть на острова, хоть на Марс. Часто испытывают терпение мужчины наличием большого количества поклонников. Не ревнуйте. Когда она поймет, что вы ее принимаете, все внимание будет отдано только вам.

**Дева**  
Девы могут казаться холодными. С такой женщиной не забалуешь, ведь нужно быть аккуратным, уметь зарабатывать и копить деньги, быть интеллектуалом. Ее строгий взгляд часто пугает и не дает понять, что нужно просто проявить немного заботы и теплоты. А Девы это очень ценят.



## Дом, строительство, ремонт

На правах рекламы

**ЗАВОД МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИЙ от 3400 Р**  
**СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ**  
ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА • РЕШЕТКИ  
СТАВНИ • КОЗЫРЬКИ • ОГРАДЫ  
ОТДЕЛКА: порошковое напыление  
NEW! КРОКОДИЛ, винилискожа,  
ламинат, МДФ, шпон, филленка  
массив дуба, кованные изделия  
**ПРОТИВОПОЖАРНЫЕ ДВЕРИ**  
ЗАМЕР, доставка, установка — **БЕСПЛАТНО**  
КИТАЙСКИХ ДВЕРЕЙ НЕТ • СПЕЦУСЛОВИЯ ОПТОВИКАМ И ДИЛЕРАМ  
8-495-792-29-89 • 8-495-960-52-72 • 24 ч

ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ  
**ДВЕРИ** МЕЖКОМНАТНЫЕ И ВХОДНЫЕ  
ДЕРЕВЯННЫЕ И СТАЛЬНЫЕ  
РЕКЛАМА  
✂ ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА  
**СКИДКИ до 30%**  
ВETERANAM, НОВОСЕЛАМ СТАРШЕМУ ПОКОЛЕНИЮ  
БОЛЕЕ 500 МОДЕЛЕЙ от ПРОСТЫХ до ЭЛИТНЫХ  
Для ветеранов и людей с ограниченными возможностями  
действует специальная программа «НАРОДНЫЕ ДВЕРИ»  
**ЗАМЕНА ЗАМКОВ**  
**8 (495) 208-03-88**

КАЧЕСТВЕННЫЕ, ЗАВОДСКИЕ, СОВРЕМЕННЫЕ ДВЕРИ  
**ДВЕРИ**  
ВХОДНЫЕ  
МЕЖКОМНАТНЫЕ  
для КУХНИ  
ВАННОЙ и ТУАЛЕТА  
**ШКАФЫ-КУПЕ**  
СКИДКИ-ПЕНСИОНЕРАМ  
= **БЕСПЛАТНО:**  
ЗАМЕР+ДОСТАВКА  
www.zakaz-dverej.ru  
Телефон: **8(495) 151-10-03**

**РАСПРОДАЖА**  
по низким оптовым ценам  
более 1000 моделей

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



