



# ВЕРНИСЬ ДОМОЙ

**МОСКВА**  
**ВЕЧЕРНЯЯ**

Совместный проект  
Московского метрополитена  
и газеты «Вечерняя Москва»

СРЕДА

22 апреля 2020 года  
№ 44 (974)



Из личного архива

## Дадим

## плюшкам бой!

Певица Юлия Савичева точно знает: карантин скоро закончится. А сейчас самое время вспомнить о фигуре **с. 12**

**Последняя новость**

Завтра Театр на Таганке отпразднует свой день рождения в формате онлайн-конференции. Она пройдет на официальном сайте учреждения. Начало встречи запланировано на 15:00.

**vm.ru**

■ Выражение «Чистота — залог здоровья» в период борьбы с вирусом становится особенно актуальным. В том числе и для метро.

Столичный метрополитен увеличил частоту обработки вагонов. Однако пристальное внимание этому процессу уделяли всегда, еще до наступления карантинных мер. Чистоту снаружи поездов обеспечивает специальная вагономоечная машина. Ее конструкция относительно проста — это рама с закрепленными на ней вращающимися щетками, против которых не устоит никакая грязь. Все химические средства, которые используются в метро, проходят обязательную проверку Роспотребнадзором. Эффективность дезинфицирующих растворов очень высокая: большинство микробов чувствительно к их составу. Поезда моют и дезинфицируют не только снаружи, но и внутри.

— Происходит кварцевание следующим образом: в вагоне на поручнях на крью-

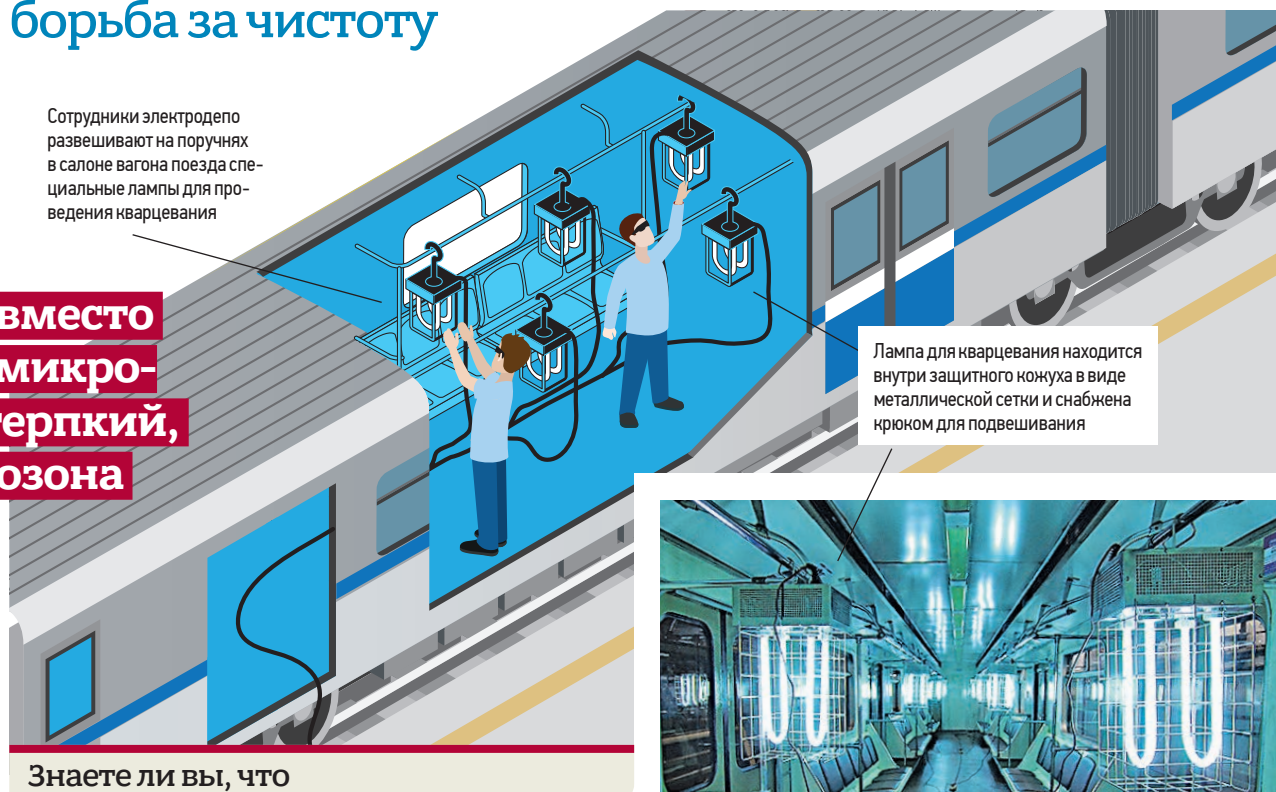
# Гнать вирусы тряпкой и лучом

## Как происходит невидимая для пассажиров борьба за чистоту

Сотрудники электродепо развешивают на поручнях в салоне вагона специальные лампы для проведения кварцевания



Антон Гербо



Лампа для кварцевания находится внутри защитного кожуха в виде металлической сетки и снабжена крюком для подвешивания

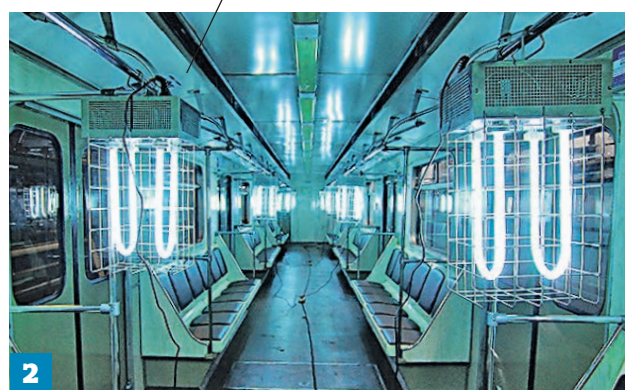
**После уборки вместо вредоносных микробов — только терпкий, свежий запах озона**

как развешивают специальные лампы, похожие на птиц в клетках, и оставляют их включенными на 30 минут — как в больничных палатах. Через эту процедуру регулярно проходят все составы. После кварцевания в вагоне никаких вредоносных микроорганизмов не остается, — сообщили в Московском метрополитене.

Вместо вредоносных вирусов — только терпкий, свежий запах озона. Самые большие трудности вызы-

**Знаете ли вы, что**

Кварцевание — процесс обработки помещений ультрафиолетовым излучением, которое разрушает микроорганизмы. Во время процедуры кварцевания людям находиться в помещении категорически запрещено.



Александр Казаков

25 марта 2020 года. Мойщица-уборщица подвижного состава метро Татьяна Крупенич дезинфицирует вагон (1) Кварцевые лампы в электропоезде (2)



Для участников Международного конкурса на разработку архитектурного облика станций московского метро «Проспект Маршала Жукова» и «Кленовый бульвар — 2» (рабочее название) 28 апреля проведут установочный вебинар.

📖 Подробнее читайте в следующем номере

**Цифра**

**12**

установок с кварцевыми лампами нужно для дезинфекции одного вагона метрополитена.

вают надписи на стеклах — химические маркеры оставляют очень стойкие следы, которые буквально встраиваются в стекло. Поэтому их приходится стирать специальными шлифовальными машинками.

**Геннадий Окорочков**  
vecher@vm.ru

**МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ**

Совместный проект Московского метрополитена и газеты «Вечерняя Москва»

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

**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, 5Б. Тираж 270 000 экз.  
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № ФС77-58565 от 4 июля 2014 года. Срок сдачи номера в печать 22.04.2020, 12:30. Дата выхода в свет 22.04.2020, № 44 (974)

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

**БКЛ**

## Второе рождение станции

■ Станцию «Каховская» откроют в составе южного участка Большой кольцевой линии (БКЛ) в 2021 году. Об этом вчера сообщили в Департаменте строительства Москвы.

В 2019 году станцию, как и «Варшавскую», и «Каширскую», закрыли для реконструкции и интеграции в БКЛ.

— В 2022 году вместе с восточным участком БКЛ откроются станции метро «Варшавская» и «Каширская», — подчеркнул ру-

ководитель Департамента строительства столицы Рафик Загрутдинов.

Длина южного участка БКЛ от «Проспекта Вернадского» до «Каховской» составляет 7 километров.

— Мэр Москвы Сергей Собянин отметил, что южный участок БКЛ от «Проспекта Вернадского» до «Каховской» соединяет три действующие радиальные линии метро, а также БКЛ со строящейся Коммунарской линией, — сказал Рафик Загрутдинов.

**Петр Баулин**  
vecher@vm.ru



13 февраля 2019 года. Москвичка Виктория Изе в вестибюле «Каховской» до закрытия станции

Наталья Феоктистова

# Врачам помогут студенты

Клиника МГУ примет пациентов с COVID-19



1

■ Вчера мэр Москвы Сергей Собянин открыл в городе 44-й коронавирусный стационар. Он создан на базе университетской клиники МГУ имени Ломоносова. Медицинский научно-образовательный центр МГУ переоборудовали в коронавирусный стационар за 11 дней.

## Полный набор

В здании поставили дополнительные двери, разграничив «чистые» и «грязные» зоны, усилили систему кварцевания. Кроме этого, рядом смонтировали станции обеззараживания машин скорой помощи. — Решение, принятое руководством университета, достойное и своевременное, — подчеркнул Сергей Собянин. — В медицинском корпусе прошли все необходимые мероприятия, связанные с обеспечением санитарной безопасности, логистикой передвижения пациентов. И сегодня боль-



2

## Справка

Еще одно нововведение касается волонтеров, помогающих с доставкой продуктов и лекарств. Теперь получить пропуск могут помощники, зарегистрированные не только в ГБУ «Моя карьера», но и в ГБУ «Мосволонтер».

ляци легких и 20 наркозно-дыхательных аппаратов. Всего клиника сможет принять 124 пациента.

21 апреля 2020 года. Мэр Москвы Сергей Собянин (слева), ректор МГУ Виктор Садовничий (в центре) и директор Университетской клиники МГУ Армаис Камалов в коронавирусном стационаре (1) Медработница в одной из палат клиники (2)

где будет отдыхать медперсонал. В штате стационара 145 сотрудников, но к работе подключат еще ординаторов, аспирантов и студентов факультета фундаментальной медицины МГУ. Пациентов будут размещать в отдельных палатах. Каждая из них оснащена системой подачи кислорода.

## Контроль за передвижением

Также вчера мэр подписал указ, согласно которому уже сегодня власти города начнут отслеживать гео-

локацию не только больных с COVID-19, но и людей с симптомами ОРВИ и других респираторных заболеваний. Всем им необходимо строго соблюдать режим самоизоляции. Передвижение, в том числе по городу, возможно только по пропуску для получения медицинской помощи. Соблюдать самоизоляцию необходимо и тем, кто живет вместе с человеком с симптомами ОРВИ. Но им можно ходить в ближайший магазин или аптеку, выгулять собаку или вынести мусор.

Наталья Тростянская  
vecher@vm.ru

## Транспорт

### Велосипеду тоже нужен пропуск

■ Владельцы колесного транспорта — велосипедов, самокатов и другого — обязаны получать цифровые пропуска для передвижения по городу.

Об этом вчера рассказал министр правительства Москвы, первый заместитель руководителя аппарата мэра и правительства Москвы, руководитель Департамента торговли и услуг города Алексей Немерюк.

— Велосипед — это средство передвижения в любом случае. Для передвижения на нем необходимо получить пропуск. Но, когда вы заходите на портал mos.ru, вам не нужно выбирать ни один из пунктов — «общественный» или «личный» транспорт», — отметил он.

Алексей Немерюк добавил, что в Москве работают велопрокаты. Они нужны тем,

## Кстати,

проверить, привязана ли карта «Тройка» к цифровому пропуску, можно на портале transport.mos.ru. А убедиться, что к пропуску привязан номер вашего автомобиля, можно на mos.ru/covid-19-deptrans.

у кого есть постоянный пропуск для поездок на работу, волонтерам, которые помогают социальным службам и горожанам в период самоизоляции, а также курьерам служб доставки.

Пропускной режим в столице ввели 15 апреля. На сегодняшний день срок его действия продлен до 1 мая.

Анна Соловьева  
vecher@vm.ru

## Задай свой вопрос

Сегодня в 18:00 директор Центра занятости населения Москвы Роман Шкут проведет прямой эфир на портале ya-doma.ru. Он подробно расскажет о порядке оформления пособий

по безработице и ответит на распространенные вопросы горожан по этой теме. Также задать свой вопрос можно будет во время прямого эфира по форме обратной связи в трансляции.

## Погода вечером

+4°C

Ветер	6–9 м/с	
Давление	760 мм	
Влажность воздуха	76%	

Завтра утром +4°C, без осадков

## Тем временем в селе Шапкине

в Смоленской области погода плюс 7 градусов. — Пока прохладно, но почва влажная, что радует, — говорит преподаватель средней школы Ольга Огуренкова. — Наши жители надеются, что урожай должен быть хорошим. Пока школьники на дистанционном обучении. Им дали задание подготовить доклады о разных космонавтах. Это неспроста: школа находится в Гагаринском районе, названном в честь первого космонавта мира. Поэтому здесь регулярно проводятся конференции, посвященные Юрию Гагарину.

## Палаты оснащены системой подачи кислорода

ница МГУ вступает в борьбу с коронавирусом. В распоряжении стационара три томографа, 16 аппаратов искусственной вент-

— Для нас большая честь помочь городу, стране, — отметил ректор МГУ Виктор Садовничий. — Рядом находится общежитие,

■ Участники проекта «Активный гражданин» высоко оценили обновления сервиса «Социальный навигатор».

Специальный раздел на сайте Департамента труда и социальной защиты населения Москвы появился летом прошлого года. Им пользуются около 50 тысяч человек в месяц. — Москва — добрый город, здесь делается очень много хороших дел. Все эти добрые дела мы собрали на сайте Департамента труда и социальной защиты населения в нашем «Социальном навигаторе». Здесь можно найти бесплатные услуги для москвичей от государства, некоммерческих организаций и даже бизнеса. Мы площадка, где все добрые дела города собраны в одном месте, — отметила начальник управления информационной политики и коммуникаций Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Наталья Цымбаленко.

#### Психолог на связи

Один из самых востребованных разделов навигатора — психологическая помощь. Она особенно актуальна сейчас, когда в связи с угрозой распространения коронавируса уровень тревоги в обществе нарастает. В указанных на сайте организациях горожанам помогут в решении конфликтов, выстроить отношения с друзьями и близкими, пережить горе.

Получить консультацию психолога можно и позвонив на короткий номер 051.

#### Обратитесь к юристу

Юридическая помощь также востребована жителями столицы. Представить интересы москвичей в суде могут 19 городских организаций, а оказать юридическую помощь — 23 учреждения.

#### Нескучная самоизоляция

Как провести время в режиме самоизоляции, узнать самые последние новости о коронавирусе и посмотреть, как волонтеры помогают москвичам, — всю эту информацию можно найти на порта-



**Сервис подскажет, где получить бесплатные услуги специалистов**

## Помощь словом и делом

### Полезные функции социального навигатора



2

ле ya-doma.ru. Он создан Департаментом труда и социальной защиты населения Москвы. Книжки, обучающие видеоролики, онлайн-лекции, лента актуальных новостей, меры профилактики, помощь рабо-

тодателям и работникам, противодействие мошенничеству и многое другое можно найти на сайте. Все доступные на портале материалы бесплатны, они рассчитаны как на взрослых, так и на детей.

Навигатор поможет найти специалиста, если нужно наладить общение с детьми (1) или необходима психологическая поддержка (2)

#### Работа найдется

Выросла посещаемость раздела «Поиск работы и обучение». Сейчас некоторые москвичи потеряли работу, и теперь им предстоит искать новую. В «Социальном навигаторе» указаны адреса и контакты центров занятости, а также организаций, которые могут оказать помощь работодателям.

#### Экстренная помощь

В соответствующем разделе представлены как городские учреждения, так и некоммерческие организации, которые готовы оказать бесплатную помощь нуждающимся. Например, благотворительный фонд «Виктория» помогает семьям с подростками. Семьям с тремя и более детьми оказывает поддержку Объединение многодетных семей Москвы, медицинское сопровождение — организация «Ты ему нужен». Ребенка в случае необходимости даже можно временно отдать на проживание в учреждение, а после решения трудной ситуации забрать домой.

Марьяна Шевцова  
vecher@vm.ru

#### Братья меньшие

## Выбрать питомца можно удаленно

■ Выбрать питомца из городского приюта для животных в период самоизоляции можно онлайн.

Сейчас все московские приюты для животных закрыты на карантин. Но выбрать питомца можно в онлайн-каталоге — daesh.vsemposobake.ru. Также фото и видео животных публикуют в соцсети «Инстаграм» на страницах приютов «Зоорассвет» и «Зеленоград».

— В приютах «Зоорассвет» и «Зеленоград», которые подведомственны Департаменту жилищно-коммунального хозяйства Москвы, содержатся около 1200 собак и более 400 кошек, — рассказали в пресс-службе ведомства.

Чтобы забрать понравившееся животное в семью, нужно связаться по телефону с

кураторами. Они проведут с потенциальными приемными хозяевами собеседование, расскажут о выбранном животном и объяснят, как удаленно оформить договор владения.

В Департаменте ЖКХ отметили, что выбор питомца — решение непростое, и принимать его нужно, хорошо обдумав.

— Главное — подойти к этому вопросу максимально ответственно, а не рассматривать собаку как возможность лишней раз выйти на улицу, — подчеркнули в Департаменте ЖКХ.

С кураторами можно связаться по номерам: «Зоорассвет» — (909) 918-59-23, (977) 315-60-03; «Зеленоград» — (909) 918-59-23, (985) 029-83-65.

Алексей Хорошилов  
vecher@vm.ru



Выбрать себе четвероногого друга можно в онлайн-каталоге или в аккаунтах приютов в соцсетях

#### Наследие

## Увековечить память

■ В этом году в Москве установят две скульптурные композиции и одну мемориальную доску. Об этом рассказал руководитель Мосгорнаследия Алексей Емельянов.

Один из памятников украсит сквер на Комсомольской площади.

— Это монумент железнодорожникам — участникам Великой Отечественной войны и труженикам тыла, — уточнил Емельянов.

Авторский коллектив под руководством скульптора Салавата Щербачева уже сделал полноразмерную композицию в мягком материале. Сейчас идет литье скульптурной части.

Второй памятник, посвященный 100-летию Театра имени Вахтангова, появится в арочном проеме главного фасада здания театра на Арбате. Архитектурно-художественный проект утвержден. Группа скульпторов под руководством Александра Рукавишника приступила к изготовлению композиции в мягком материале. Мемориальную доску бывшему мэру столицы Юрию Лужкову повесят на доме № 48 по улице 3-я Тверская-Ямская, где он жил. А памятник актеру и режиссеру Михаилу Ульянову планируют установить в 2022 году на улице Бахрушина.

Наталья Тростьянская  
vecher@vm.ru

■ Российская православная церковь продлила запрет на посещение храмов до 28 апреля. «Вечерка» узнала, как проходят церковные службы онлайн.

Рекомендацию Роспотребнадзора не допускать больших скоплений людей в Московской городской епархии Русской православной церкви соблюдают строго. На сайтах столичных храмов — больших и малых, построенных недавно и имеющих многовековую историю размещены ссылки на прямые трансляции богослужений, которые проводятся с участием духовенства и минимальным количеством служителей. Убедиться в этом можно было в Пасху. Сотни тысяч верующих, о чем сообща-

# Благодать через экран монитора

Верующие продолжают участвовать в религиозной жизни онлайн

**Молитва потеряется, если смотреть трансляцию в майке, сидя на диване**

ли счетчики просмотров, встречали праздник в режиме онлайн.

— Это первая киберпасха! — писали пользователи в комментариях.

На православных сайтах оперативно публикуют тексты служб, чтобы верующие могли участвовать в них, находясь дома. Представители православного духовенства напоминают, что и в квартире верующие должны готовиться к службе.

— Потеря молитвы произойдет неизбежно, если смотреть трансляцию, как смотрят телевизор: сидя на



19 апреля 2020 года. Патриарх Московский и всея Руси Кирилл (второй слева) во время праздничного пасхального богослужения в храме Христа Спасителя

диване, нога на ногу, в майке или халате. Если вы слушаете богослужение, то надо соответствующим образом подготовиться: одеться как в храм, благоговейно встать перед иконами, зажечь свечу

или лампаду, — напоминает настоятель храма святых бессребреников Космы и Дамиана на Маросейке протоиерей Феодор Бородин. Несмотря на тяготящие некоторые верующих огра-

ничения, в комментариях к трансляциям прихожане благодарят духовенство, пишут записки о здравии и поддерживают друг друга. На сайте Московской городской епархии от имени свя-

щенноначалия дается важное пояснение.

— Трансляции ни в коей мере не станут заменой участию в таинствах, молитве в храме вместе со всей общиной, но помогают не

замкнуться в четырех стенах собственного сознания, ощутить единство Церкви, а также единство приходской общины, — сообщает сайт Московской городской епархии.

## Прямая речь



Иларион Митрополит Волоколамский

Мы не сомневаемся, что и в нынешнее трудное время воскресший Христос не оставит нас своей помощью. Мы переживем эту напасть, которая к нам пришла, и с новыми силами вернемся к нормальной жизни. Сам Господь будет давать нам силы. И сейчас, вне зависимости от того, в храме мы или вне храма, воспеваем Воскресение Христово, радуясь о воскресшем Господе.

## Кстати,

за богослужением в режиме онлайн часто наблюдает даже большее количество людей, чем присутствует на службах в реальности. Трансляции даже из небольших московских храмов набирают по несколько тысяч просмотров.

## История

### Церкви уже закрывали врата перед прихожанами

■ В истории Русской православной церкви уже были случаи, когда доступ в храмы ограничивался.

В 1770–1772 годах Москва переживала эпидемию чумы, которая была принесена из региона Средней Азии. Тогда на церковь была возложена обязанность информировать жителей города о мерах, принимаемых для спасения от «прилипчивой болезни».

— Архиепископ Амвросий приказал священникам при исповеди и причастии совершать эти таинства через двери или окна. Им запретили прикасаться к боль-

ным, брать в руки детей при крещении. А умерших от чумы Амвросий поручил не отпевать, а сразу отправлять прямоиком на кладбище, — рассказывает преподаватель кафедры церковной истории Московской духовной академии, клирик храма Иверской иконы Божией Матери в Очаковом Мат веевском иерей Илия Письменюк.

А во время вспышки холеры, которая случилась в Москве в 1830–1833 годах, по распоряжению Синода были приняты меры по ограничению присутствия верующих на массовых службах. Пропускали на них не всех.



Император Николай I усмиряет холерный бунт в Санкт-Петербурге в 1831 году. Литография, 1839 год

## Все вместе

### Религии объединились

■ К ограничению посещения храмов присоединились общины многих конфессий столицы.

Духовное управление мусульман России приостановило коллективные богослужения с 18 марта.

— Мы призываем всех присоединиться к онлайн-трансляции. Очень важно сохранить духовный настрой и связь со Всевышним, — призвал главный имам-хатыб Московской Соборной мечети Ильдарахазрат Аляудинов.

Были введены ограничения и в столичном Римско-католическом соборе Непорочного Зачатия Пресвятой

Девы Марии. Там организованы трансляции служб.

— В этом году воскресший Христос стал для нас «компанией» в лице наших близких — мужа, жены, ребенка, бабушки, дедушки, друга, товарища, коллеги — через добрые дела, повседневные и незаметные, которые укрепляют общение, распространяют прощение и примирение, — ободрил митрополит архиепархии Божией Матери в Москве Павел Пецци.

Священноначалие и других московских конфессий также обратилось к верующим людям с просьбой соблюдать режим ограничения.

■ Некоторые европейцы начали усыплять домашних питомцев, боясь заразиться от них мутировавшим видом коронавируса, который четвероногие, в свою очередь, якобы подцепили на улице. Есть москвичи, которые тоже едва удерживаются, чтобы не поддаться панике, распространяющейся по социальным сетям. «Вечерка» решила узнать, стоит ли беспокоиться владельцам кошек и собак.

На самом деле, по словам ветеринаров, собаки и кошки действительно переносят коронавирус, заражаются им и передают друг другу, но звериная «зараза» ничего общего не имеет

вирусам. Более того, кошки могут быть носителями кишечной формы коронавируса альфа, который, мутируя у них в организме, превращается в смертельную для животного форму, а человеку этот опасный мутант хоть бы хны. Именно поэтому ни одного доказанного случая заражения коронавирусом человека от домашнего животного не зафиксировано. А вот несколько питомцев за период пандемии действительно подцепили его от своих хозяев. И это доказанный факт. Так что хозяевам собак и кошек стоит прежде всего подумать, как уберечь питомцев, а не ставить себя перед невыносимым выбором «усыпить любимую Мурку, поддавшись пара-

нойе, или пожалеть». Ответ очевиден — нет, не усыплять, но самим соблюдать гигиену, вовремя делать питомцам прививки, избавлять от глистов и, если дома находится инфицированный коронавирусом человек, держать домашних животных от него подальше. Для их же блага.

— Существует ряд вирусных заболеваний, которыми человек может заболеть от домашнего питомца, такие заболевания называются зооантропонозы, — поясняет ветеринарный врач Вера Заслонцева. — Опасны бешенство, ящур, чума, но регулярная вакцинация животных защищает четвероногих, а следовательно, и их хозяев от заражения болезнью.

## Прямая речь



**Иван Кришвалов**  
Заместитель  
главного врача  
ветеринарной  
клиники

Согласно последней информации, обнаруженной Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ), нет никаких прямых доказательств того, что коронавирус может передаваться человеку от домашних животных. На основании всех имеющихся данных, ВОЗ сегодня утверждает, что передача вируса от человека к человеку остается основной движущей силой эпидемии.

Вирусы гриппа и ОРВИ специфичны для конкретных видов, а значит, передача их от человека к любимцу и наоборот практически невозможна

# Руки прочь от Мурки

## Почему надо беречь домашних животных во время пандемии

с виновником пандемии, держащим в напряжении весь мир. Поэтому никого усыплять не нужно, не терзайте себя и не пугайте псин и котеек. Они создания чувствительные, настроение хозяина считывают на раз по каким-то только им доступным энергетическим волнам.

Кроме разве что названия. Эти два вируса — разного рода-племени. «Собачьи» коронавирусы принадлежат к роду альфа, ими человек не болеет в принципе, а COVID-19, держащий планету в напряжении, относится к бета-корона-

### Справка

Некоторые владельцы собак наловчились извлекать пользу из жестких правил самоизоляции. Поскольку они не запрещают выводить питомцев на прогулку, ушлые граждане дают псин соседям напрокат.



### Инфекция

## Ученые шьют дело дворняжкам

■ Канадские ученые предположили, что COVID-19 переносят бездомные собаки. Эта идея подверглась жесточайшей критике научного сообщества во всем мире.

Согласно сенсационному умозаключению специалистов из Университета Оттавы (Канада), коронавирус мог передаваться людям

и такая спекуляция преступна. Такие утверждения могут плохо закончиться для тысяч собак во всем мире, предупредили умы из Британского Королевского общества.

Однако и Сюхуа Ся называют разбередившее научную общественность

предположение лишь «умозрительной возможностью» и снимают с себя ответственность за возможные последствия

сделанного заявления, утверждая, что рассуждение о различных возможностях часто способствует более широкому взгляду на проблему. И действительно, никто же не запрещает ученым умам выдвигать гипотезы.

С тех пор как скандальная статья появилась на сайте журнала «Молекулярная биология и эволюция», Сю пришлось опубликовать на своем личном сайте 11 страниц дополнительных объяснений, в которых он просит людей внимательно прочитать, что же именно он хотел сказать. В частности, он заявил, что, если кто-то примет решение уничтожить бездомных собак, будет не только упущена возможность детального изучения поведения вируса в естественной среде, но и совершена неоправданная жестокость по отношению к этим собакам.

через бездомных собак. И если это так, то справиться с заразой практически невозможно. Ведь больше чем бродячих собак в городах только крысы и мыши. Профессор Сюхуа Ся — главный генератор идеи, и его коллеги предположили, что четвероногие могли быть промежуточным звеном между летучими мышами, инфицированными SARS-CoV-2, и гомо сапиенс. Эксперты пришли к подобному предположению, исходя из следующей теории: собака могла съесть мясо летучей мыши, зараженной коронавирусом, затем произошла мутация в кишечнике четвероногого, и в результате появилась возможность заражать людей.

Эта теория вызвала множество критических замечаний со стороны других специалистов, занимающихся изучением вирусов. Так, профессор Джеймс Вуд, руководитель отдела ветеринарной медицины и исследователь динамики инфекций в Кембриджском университете, в интервью для The Edinburgh News прямо заявил о том, что заключения канадских ученых основаны на «слишком большом количестве выводов и слишком малом числе прямых данных».

Сукором в адрес канадского коллектива творчески мыслящих ученых выступило и Британское Королевское общество защиты животных (RSPCA). Согласно заявлению англичан, канадцы просто спекулируют на острой теме, которая волну-



# Познакомься со мной

## Скрасить серые будни поможет общение в сети

■ **Приложения для видеозвонков и знакомств восполняют недостаток общения в режиме самоизоляции, заявляют эксперты из Роскачества. «Вечерка» протестировала эти сервисы.** Пандемия коронавируса повлияла на способы знакомства в интернете. «У меня есть гречка и туалетная бумага, а значит — со мной ты не пропадешь», «Давай самоизолируемся вдвоем» — такие сообщения

можно встретить в анкетах пользователей приложений для поиска второй половинки. В одно из таких заглянула и я. Скачала приложение, которое выдал мне поисковик по запросу «онлайн-знакомства». После пары минут в нем возникло ощущение, что люди здесь просто соревнуются в шутках о коронавирусе. «Как твоя самоизоляция?» — писал мне каждый второй парень. Не выдержав потока юмора про пандемию, я спешно удалила приложение. Следующий шаг — видеочаты. Устанавливаю

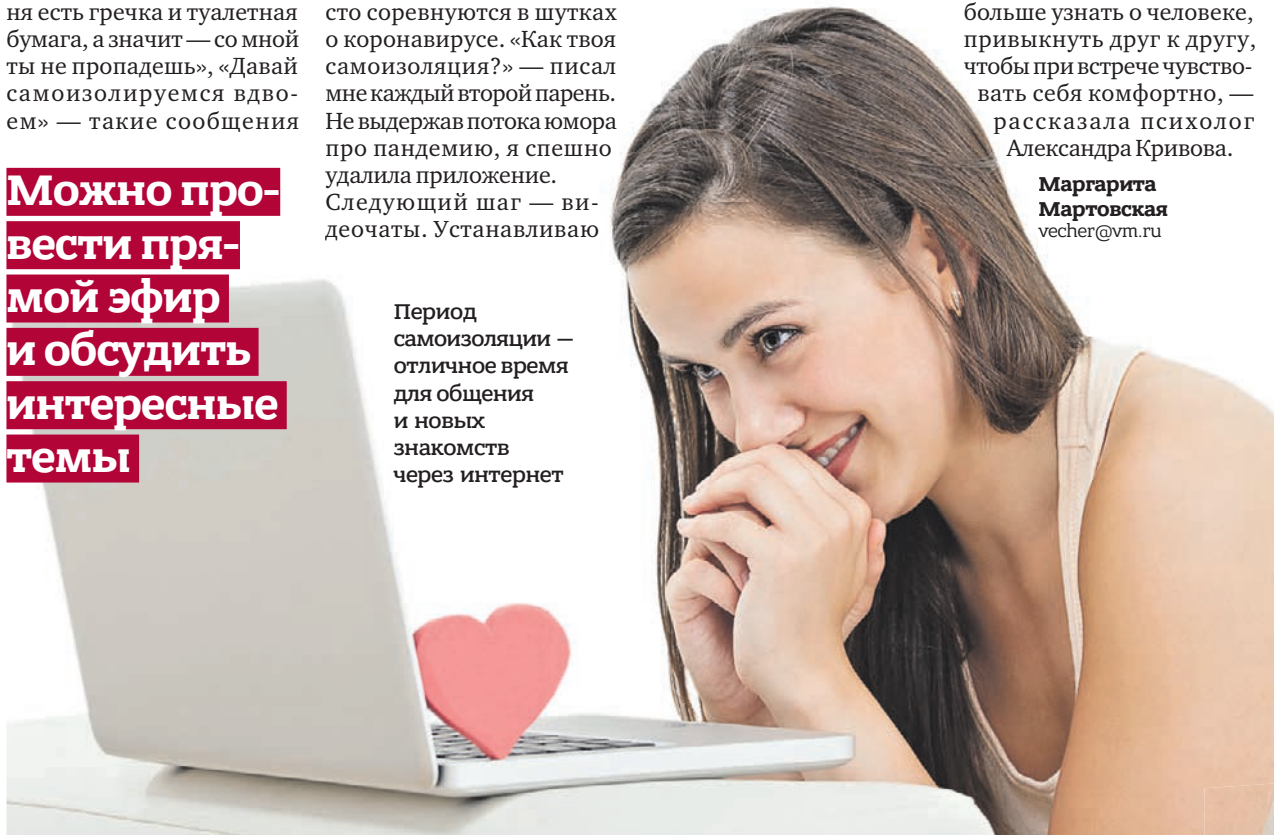
одно из приложений, в котором пользователи выходят в прямой эфир со зрителями. Здесь можно обсуждать интересные темы сразу с несколькими людьми. Спрашиваю у своих виртуальных знакомых, кто чем сейчас занимается. И тут же посыпался поток сообщений. К слову, если

с кем-то здесь налажилось общение, его можно продолжить уже в личном чате. Неплохой способ найти друзей! Психологи советуют не пренебрегать такими вариантами общения в период самоизоляции. — Это отличная возможность познакомиться, побольше узнать о человеке, привыкнуть друг к другу, чтобы при встрече чувствовать себя комфортно, — рассказала психолог Александра Кривова.

Маргарита Мартовская  
vecher@vm.ru

**Можно провести прямой эфир и обсудить интересные темы**

Период самоизоляции — отличное время для общения и новых знакомств через интернет



### Знаменитости

## Виртуальные истории любви

■ **Благодаря интернету образовались и многие звездные пары. Если вы все еще сомневаетесь, стоит ли регистрироваться на сайтах знакомств, эти примеры вам подскажут.** Так, роман юмориста Гарика Харламова и актрисы Кристины Асмус начался с переписки в социальной сети. Они долго общались в интернете, затем перешли на телефонные разговоры, после чего начали встречаться. И вот уже семь лет пара состоит в браке. Российский рэпер Мот и фотомодель Мария Гураль тоже познакомились в социальной сети. Матвей (насто-

ящее имя певца) подписался на симпатичную девушку и поставил лайки всем ее фотографиям. После этого написал ей личное сообщение, завязалась переписка. Похожая история произошла у хоккеиста Александра Овечкина. Однажды он увидел фотографии модели Настасьи Шубской в социальной сети и решил ей написать. Сначала они долгое время общались, находясь за сотни тысяч километров друг от друга. Но после первой встречи уже не расставались. Участник музыкальной группы «Корни» Алексей Кабанов получал сотни писем от поклонниц в соци-

альных сетях. На все ответить было невозможно, но одно сообщение привлекло внимание артиста. Он написал обратное сообщение студентке Розалии Коноян, затем пригласил девушку на первое свидание в кино. А спустя 11 месяцев предложил ей выйти за него замуж. Западные звезды тоже не отстают. Например, известная американская стендап-комедиантка Эми Шумер познакомилась со своим возлюбленным на сайте знакомств. Она рассказала, как ее привлекла фотография молодого человека, где он танцевал с бабушкой. Они списались, после чего быстро стали парой.

Молодая американская актриса Сара Хайланд тоже нашла любовь благодаря социальным сетям. Пара долго общивалась комплиментами виртуально, а потом молодые люди решили встретиться. У звезд бывали и курьезные случаи, связанные с сервисами знакомств. Например, известный американский актер Зак Эфрон когда-то создал свою анкету в популярном приложении. Он был удивлен, что никто не выразил ему симпатии. Вероятно, пользователи подумали, что это не настоящий аккаунт.

Мария Кошкина  
vecher@vm.ru

### НАБОЛЕЛО

Наталья Науменко  
Обозреватель



## Совесть ушла на карантин

Я точно знаю, кому в самоизоляции стало жить веселее, ну прямо поперло. Альфонсам! Есть у меня подружки, бороздящие в поисках хоть какого-то кусочка счастья просторы сайтов знакомств. Хотя бы Людмила — 47, 175, 50, № 5 (возраст, рост, размер одежды, бюста) — регулярно навещает подобные интернет-площадки. Что называется, баба-ягодка опять. Похоронив не очень верного мужа, она резко вспомнила, что бабий век не долг. И начались бдения у компьютера. А там — прямо рассадник всяких Саш, Петь, Вась. В режиме полной самоизоляции мужики совсем обнаглели, под добропорядочных маскируются с конкретными корыстными целями. Недавно напращивался к Людмиле скоротать вечер на ее уютной дачке кареглазый Ашот. «День рождения у меня, — писал — давай, дорогая, отпразднуем его вместе у тебя». Действительно, здорово придумал! Рестораны на карантине, магазины только продовольственные работают. Бутылка вина с него, а все остальные условия дама, понятное дело, ему обеспечит. Даже на цветы раскошелиться не на-

до. Сплошная ему экономия и плюс масса удовольствий. Или вот еще один кандидат два дня назад нарисовался, грустные истории Людмиле писал — о том, что скоро есть ему, бедному, нечего будет из-за вынужденного рабочего простоя на Митинском радиорынке. Опять злосчастный карантин во всем виноват. Казалось бы,



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

нет возможности достойно с барышней встретиться, нечего и губу раскатывать. Но не там-то было. Он пошел в откровенную атаку: «Вы при-

влекательны, я чертовски привлекателен...» Совесть оказалась на самоизоляции. Доходит до смешного. Под предлогом свить семейное гнездышко норвят шмыгнуть к даме отнюдь не в постель, продезинфицированную ее же духами, скорее за стол, гостеприимно ею накрытый. Сама сходи в магазин со спецпропуском, все купи, приготовь и его еще без справки, что коронавируса не имеется, жди дома. Кто-то еще интересуется, продолжает ли избраница деньги зарабатывать на удаленке. А кому-то не зазорно и последние запасы подбросить. По принципу: каждый выживает, как умеет.



Рэпер Мот и фотомодель Мария Гураль вместе благодаря социальной сети

# Ваши 6 соток на подоконнике

Как сочетать полезное с приятным, занимаясь хобби

В этом году увлечение различными посадками может приобрести совершенно иные масштабы — особенно в секторе комнатного садоводства и огородничества.



— Если люди на дачах и могут выходить на участки, это, конечно, большое облегчение, — рассказывает биолог Михаил Краснов (на фото). — Но если вы остались в квартире, дома, обустройство домашнего сада-огорода может вас привлечь. Сейчас многие вещи можно заказать с доставкой, не нарушая самоизоляции. Так вы можете получить и семена, рассаду и фитолампы, которые пригодятся и сейчас, и следующей зимой. Кроме того, с доставкой может приехать к вам и земля для огородничества. Конечно, в выигрышном положении находятся сейчас счастливые обладатели балконов. Но если у вас его нет, огород можно разбить на подоконнике кухни, а комнату украсить настоящим мини-садом. Вопрос только в том, что подскажет вам ваша фантазия.

Если у вас есть декоративные фигурки, например из «киндеров», можно разбить настоящий «сад гномов», в котором будут и дорожки, и домики — их можно сделать из разрисованных красками маленьких баночек, — или даже целые замки — наконец-то вы используете по назначению те камешки и ракушки, которые когда-то привезли из отпуска с моря! Ну а то, что собственная «зеленушка» украсит ваш стол — очевидность!

## Помидоры черри

Аккуратные растения, чем-то похожие на дурецца, будут радовать глаз и могут принести не слишком большой, но все же урожай ароматных некрупных плодов. Такие помидоры отлично удаются на балконе, хотя некоторые умудряются выращивать и высокорослые сорта.

## Фитолампы

Это не просто дань моде, а очень полезное приспособление. Такие источники света максимально приближены по характеристикам к естественному, «полному» свету. Они излучают свет в диапазоне, нужном для растения, и очень экономичны в финансовом смысле. Есть несколько видов фитоламп, все они обладают плюсами и минусами, самые распространенные — светодиодные. Стоимость изделий колеблется от 500 до 3600 рублей.

## Лук

Кроме классики — проращивания лука-репки — вы можете посеять в горшочках или на балконе лук-чернушку. Его тонкие росточки ароматны и нежны, они украсят и блюда из картофеля, и салат.

## Мелисса и мята

Сейчас многие пряные травы продаются или доставляются в баночках с землей и семенами. Наборы для проращивания микрозелени стоят от 950 до 3500 рублей, пакетик семян мелиссы — от 14 рублей, баночка «все включено» — от 50.

## Салат и шпинат

Эти посадки образуют веселую зеленую полянку. Посадите салат густо, а когда он подрастет, прореживайте, удаляя лишние растения вместе с корешками. Обратите внимание: все травы нуждаются в обильной поливке, тепле и освещенном месте. Поливать растения нужно отстоявшейся водой.

Дайте простор воображению, и у вас дома появится уголок настоящей сказки





### Горох

Этим растением можно себя развлечь — оно красиво вьется. Урожай не исключен. Впрочем, если что, можно съесть и его молодые росточки — они очень вкусные.

### Гранат

Не поверите, но косточка граната может наградить вас растением удивительной красоты. Гранат прорастает довольно быстро, со временем начнет формироваться деревце. Не исключено, что оно принесет и плоды!



### Сельдерей

Корни сельдерея отлично прорастают в горшке. Ароматной зелени очень много не нужно, пара листочков станет незаменимой «фишкой» первого блюда или салата.

## Цветочный бал

Вьющаяся фасоль и настурция — истинные короли, а точнее королевы балкона и, в некоторых случаях, подоконника. Изумительно красивые, они быстро растут и начинают цвести. Обе требуют достаточного количества воды, а также нуждаются в подкормках. Фасоль, как правило, нуждается в подпорках или подвязке, настурция будет стелиться по земле, но если вы закажете настурцию высокорослую, то подвязать придется и ее. В домашних условиях хорошо себя чувствуют и низкорослые бархатцы, петуния.



### Земляника мелкоплодная

Она легко прорастает дома, быстро развивается, отлично перезимует в ящиках и может радовать вас ароматными ягодами уже в конце лета. Крупноплодная земляника капризна, а вот мелкая, как белоплодная, так и красноплодная, классическая, по сути неприхотлива, а на солнечной стороне так вообще удивит вас щедростью!

### Огурцы

Для домашнего подоконника не самый подходящий овощ, но для балкона он подходит вполне. Важно, чтобы огурцы были самоопыляемые, партенокарпические, а на насекомых-опылителей в условиях города рассчитывать вряд ли стоит.



### Петрушка и укроп

Прекрасно прорастут, а насколько будут обильными — вопрос удачи. Иногда петрушка образует настоящие заросли, а укроп часто капризничает.

## Прямая речь



**Татьяна Заклевная**  
Повар русской кухни

Даже добавление небольшого количества свежей зелени к блюдам делает их вкус неповторимым. Зелень в первые блюда можно добавлять и при варке, но главное — сделать это при подаче. Например, если в серединку тарелки с домашним борщом вы положите ложку сметаны, а на нее — зелень, блюдо будет выглядеть не просто как рядовое первое, а как парадное праздничное! Укроп, петрушка и лук — «золото» нашего стола.



### Бasilik

Растение непростое для выращивания, но, как ни странно, посадки на окне или балконе бывают очень благодарными. Хороши сорта как с зелеными, так и с красными листочками.

## Невероятный имбирь

Если у вас в холодильнике есть корень имбиря, возьмите и рассмотрите его внимательно. Скорее всего, вы легко увидите на нем небольшие округлые почечки. Если так, то у вас есть шанс получить растение им-

биря, красоту цветения которого вы оцените уже через несколько месяцев. Корень с росточками нужно недолго подержать в воде, затем положить в горшок на землю поверх дренажа. Сверху корень засы-

пается землей сантиметров на десять, посадка регулярно увлажняется. Через какое-то время вы увидите чудо — стрелочки плотно скрученных листочков, которые поднимаются из-под земли.



# Страдаю из-за своего эгоизма

Прохор Шаляпин привык выставлять жизнь напоказ

■ Певец Прохор Шаляпин (на фото) в беседе с «Вечеркой» рассказал о своих скандальных выходках, об отношении к деньгам и образе идеальной женщины.

Прохор, как для вас проходит самоизоляция?

Два дня в неделю езжу в Останкино — я веду прогноз погоды на канале НТВ. У меня есть спецпропуск для выхода на улицу. Честно признаюсь, в тонкостях метеорологии я практически ничего не понимаю — просто произношу на камеру заранее подготовленный к выпуску текст. В кадре чувствую себя очень комфортно. В оставшееся время читаю книги, на данный момент — рассказы Ивана Тургенева. Литература, которую приятно читать и осмысливать. После думаю обратиться к произведениям Федора Достоевского. Еще занимаюсь спортом. У меня дома есть тренажер эллипс, гантели, гриф — в общем, все, что нужно. Стараюсь жирком не обростать. Не забываю и о диете, недавно весь день просидел на голодании. Так помогаю своему организму почиститься.

Какое место в вашей жизни сейчас занимает музыка?

Сказать, что у меня сейчас есть вдохновение, чтобы творить, не могу. В прин-

ципе никто из моих коллег, с кем я общаюсь, в данный момент особо не занимается музыкой. Как-то им не до этого сейчас, несмотря на большое количество свободного времени. Нет полета, вдохновения.

В 22 года вы стали призером конкурса «Звездный шанс»,

который проходил в Нью-Йорке.

В 23 года — призером

проекта «Фабрика звезд». Какую цель вы тогда ставили для себя как для артиста?

Добиться невероятных высот в музыке, посвятить свою жизнь народной песне, романсам. Многие мои мечты развеяны жестокой реальностью. Розовые очки пришлось снять, шоу-бизнес, как мы видим, не настроен на поиск новых молодых талантливых людей. Ему вообще плевать на все и на всех. Самое страшное, что и на зрителей тоже. Сами видите, что происходит в интернете после каждого «Новогоднего огонька». Судя по публикациям, людям надоело одно и то же. Но ничего поделать нельзя: кому это приносит деньги, очень крепко вцепились в возможность их зарабатывать.

Какую цель вы ставите для себя уже сейчас?

Я все еще хочу реализовать себя как артист. Я делал все эти годы максимум, что от меня зависело. Возможно, мне в чем-то не повезло. Но то, что у меня получается развлекать людей, — уже данность. Поет много кто, но их забывают. А Прохор Шаляпин запоминается.

Участие в скандальных телешоу — это мой осознанный выбор

Если была бы возможность не участвовать в череде скандальных телешоу, вы бы этого не делали?

Если была бы возможность просто петь на всех каналах, конечно. Тогда участвовать в таких шоу было бы глупо. Но так как возможности нет, приходится это делать. Я так тоже применяю свою творческую энергию. Зрители смотрят, и многим нравится тот «Дом-2», который я устраиваю. И там ничего не придумано. В моей жизни все очень интересно, и я даю возможность подглядеть за собой. Это мой осознанный выбор, так делают американские звезды. Если кто-то не верит, увы, моя жизнь гораздо интереснее, чем вы думаете.

Расскажите о самом дорогом подарке, который дарили вы и который вручили вам.



Нет ничего дороже любви. Это самое главное на Земле. Мы в эту жизнь приходим ни с чем и уходим ни с чем. Например, недавно меня потрясла смерть Паши Петеля (блогер погиб в ДТП в Подмосковье 4 апреля. — «МВ»). Он следил за собой, занимался творчеством, и тут совер-

шенно внезапная гибель. Это заставило меня еще раз убедиться в том, что жизнь может оборваться в любой момент. Остаются квартиры, дома, деньги, счета, и что дальше? А любовь — это святое чувство, которое делает тебя по-настоящему богатым.

У вас есть образ идеальной женщины?

Она может жить только в вашей голове. Потому что идеальных людей не бывает. Мы часто выдаем желаемое за действительное, а потом сами же обжигаемся. Счастье — оно внутри, только так вы сможете его ощутить.

## Детали к портрету Прохора Шаляпина

■ Новая пассия.

Сейчас СМИ активно связывают Прохора Шаляпина с 40-летней владелицей сети адвокатских бюро из Канады Татьяной Девис, чье состояние оценивается в 35 миллионов долларов. Поводом для слухов стала их совместная поездка в Лос-Анджелес. Однако официально об отношениях объявлено еще не было.



■ Сменил имя. В Волгограде 26 ноября 1983 года родился не Прохор Шаляпин, а Андрей Захаренков. Под своим псевдонимом артист впервые явил себя публике на «Фабрике звезд — 6». Позже Захаренков стал Шаляпиным официально, вписав новые имя и фамилию в паспорт.

■ Знаменитый родственник. Прохор не раз за свою эстрадную карьеру утверждал, что является родственником легендарного оперного певца Федора Шаляпина (на фото). После подобных заявлений на артиста валился шквал критики. В начале апреля этого года Прохор Шаляпин вновь заявил о родстве с Федором Ивановичем, причем готов это доказать с помощью ДНК-теста.



■ Обожает метро.

В разговоре с «Вечеркой» артист признался, что часто пользуется этим видом общественного транспорта. Чтобы Шаляпина не узнали, он еще до эпидемии надевал медицинскую маску и капюшон. Особенно певцу нравятся поезда «Москва». Для поездок на метро у певца две карты «Тройка», на каждой он старается выдерживать баланс не менее тысячи рублей.



**Досье**

Прохор Шаляпин родился 26 ноября 1983 года в Волгограде. В 1998 году переехал в Москву и поступил в ГМПИ им. Ипполитова-Иванова на отделение «Народное пение», окончил РАМ им. Гнесиных. Участник всероссийских и международных конкурсов. Был удостоен награды «За возрождение России. XXI век», ордена Святой Софии и медали «Талант и призвание».

и я к этому стремлюсь — получать удовольствие от самой жизни, красоты вокруг нас. Скучаю по долгим прогулкам по Москве. Именно во время них я стал понимать, как нам везет, что мы живем в таком красивом городе. Надо ценить все то, что нам дает Бог.

**Информация о том, что миллионерша из Канады Татьяна Девис подарила вам четыре квартиры в Москве, — правда?**

Это странная информация. Мне никто ничего не дарил. Татьяна — моя подруга. Мы с ней решили заняться неким бизнесом, она инвестировала в российскую недвижимость. И это ее квартиры, просто технически, «на бумагах», их владельцем пока числюсь я. Это не элитное жилье. Скорее всего, квартиры будут сдаваться в аренду.

**Есть что-то, чего вы боитесь?**

Не реализоваться в жизни и творчестве. Смерти бояться нет смысла, она наступает внезапно и никого из нас не спрашивает. Очень боюсь терять тех, кого любишь. Это самое страшное. Поэтому цените своих родных и близких!

И это чувство никак образом не связано с внешними факторами.

**Вы часто чувствуете себя несчастным?**

Иногда, из-за своего эгоизма. Часто из-за него мы и страдаем. Видите ли, что-то в этом мире не так, как я хочу. Надо научиться,

**Рано женился.** Первый брак в жизни Прохора Шаляпина случился, когда ему стукнуло всего 18 лет. Однако он продлился недолго. В жизни певца было немало громких, скандальных романов. На всю страну Шаляпин прогремел в 2013 году, после свадьбы с бизнесвумен Ларисой Копенкиной (на фото). То, что ему на тот момент было 30, а ей — 57, артиста нисколько не смутило. В 2015 году они развелись.



Сергей Виноградов/ТАСС

# Неравный брак

**Знаменитостям разница в возрасте не помеха**

**Уже 17 лет длится отношения народной артистки РСФСР Надежды Бабкиной с певцом Евгением Гором. Однако у этой пары все не так однозначно.**

Их красивая история началась в 2003 году с Первого Всероссийского конкурса молодых исполнителей в Саратове. Бабкина была там членом жюри, Гор приехал выступать на фестиваль со своей группой. Надежду Георгиевну молодой человек покорилом своим талантом, всенародная певица тут же пригласила юного исполнителя покорять Москву.

Тогда-то между ними и вспыхнула страсть. Уже через год артисты предстали перед публикой как пара. И даже 30-летняя разница в возрасте крепким отношениям не помеха. Правда, до загса за 17 лет



1



2

**Артистка старше своего спутника на 30 лет, но это ее не смущает**

дело так и не дошло. Пара не видит в этом нужды. — Женья делал предложение, но замуж я не собираюсь, — рассказывала Надежда Бабакина. — Зачем парню портить доку-

Народная артистка РСФСР Надежда Бабкина (1) встречается с 40-летним певцом Евгением Гором (2)

мент? Пусть у него в памяти я останусь такой, какая есть...

А недавно народная артистка РСФСР впервые рассказала, что с Евгением Гором они не живут под одной крышей. Но не спешите с выводами. В отношениях пары по сей день все хорошо. Просто Надежда Георгиевна периодически любит побыть в одиночестве, да и жесткий рабочий график не позволяет видеться с любимым человеком чаще. А ее молодой спутник частенько приезжает к ней в гости.

Сейчас Евгений Гор всецело поглощен заботой о своей спутнице, которая в начале апреля была госпитализирована с пневмонией. Поначалу у Бабкиной врачи подозревали коронавирус, однако диагноз, к счастью, не подтвердился.

— Ситуация была сложная, но все страшное позади. Она умница и со всем справилась, — написал Евгений Гор на своей странице в социальных сетях. — Всю эту неделю она уже в полном сознании, самостоятельная, находится вне реанимации, без ИВЛ и других поддерживающих средств. С каждым днем она набирается сил и восстанавливается.

**Долгая история**

## Закованная Лолита

**Певица Лолита Милявская (на фото) никак не может развестись со своим мужем, фитнес-тренером Дмитрием Ивановым. И на этот раз всему виной — коронавирус.**

Пара вместе почти десять лет, но в июле 2019 года стало известно о разладе в их отношениях.

— Мы с Димой решили, что наступила пора расстаться, — написала тогда Лолита в социальных сетях. — Мы очень ровно стали относиться друг к другу в последнее время. Чтобы не превратиться в людей, не относящихся друг к другу, относительно выясняющих отношения, это выход! У меня был замечательный молодой муж целых девять лет. Я ему желаю всего самого наилучшего совершенно искренне. Однако почти год супруги по разным причинам никак не могут оформить свое расставание офи-



Кирилл Калинин/РИА Новости

циально. Очередное заседание должно было состояться в конце марта в Басманном суде, однако коронавирус спутал все планы. На сегодняшний день рассмотрение иска о разводе перенесено на 30 апреля. Но учитывая развитие ситуации с распространением инфекции, далеко не факт, что супруги «разведут» и в этот раз. Для Лолиты Милявской брак с Дмитрием Ивановым стал пятым по счету.

**Крепкая семья**

## Обрел гармонию

**Телеведущий Дмитрий Дибров начал ухаживать за своей женой Полиной, когда ей было всего 17 лет.**

В самоизоляции у пары появилась возможность про-

водить больше свободного времени вместе. Недавно счастливые супруги отметили 11-ю годовщину совместной жизни.

Для Дмитрия Диброва этот брак стал уже четвертым по счету, и, похоже, с Полиной звездный 60-летний телеведущий наконец-то обрел гармонию.

За 11 лет пара стала многодетной. Так, к 31 году Полина Диброва родила супругу трех сыновей. На данный момент у телеведущего пятеро детей от разных браков.

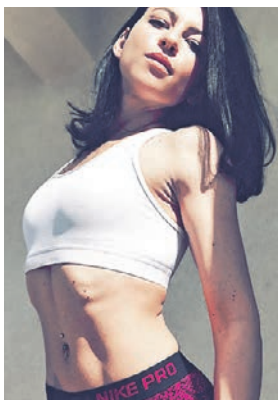
**Дмитрий Дибров обожает свою супругу и помогает Полине реализоваться в творчестве**



Екатерина Чеснокова/РИА Новости

## Фитнес по средам

## У пончика есть недостатки...



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 устан розами...

Вы достаточно много двигаетесь?

В одном исследовании 2014 года испытуемых просили бежать и менять темп от легкого до максимально интенсивного, ориентируясь на собственные ощущения. Измерив пульс бегунов, исследователи выяснили, что более 70% участников переоценивали собственные усилия и напрягались меньше, чем требовалось. Участники другого исследования рапортовали о 40 минутах физической активности в сутки. Потом эти данные проверили, и стало ясно, что испытуемые промахнулись примерно на 180% — на физическую активность они тратили не более 15 минут в день. Находясь на самоизоляции, мы вряд ли пройдем рекомендованные 10 тысяч шагов в день. Не собираемся в спешке на работу. Не поднимаемся по лестницам. Не ходим по офису из одного кабинета в другой. Недостаток привычных движений нужно компенсировать. И тут придется прибегнуть к самодисциплине. Носить фитнес-браслет и отслеживать уровень точной активности. Вести дневник тренировок и делать упражнения ежедневно. Чередовать силовые тренировки с кардионагрузками. И помнить, что лето пока никто не отменял.

Мне никогда не хочется съесть что-то вредное. По-



тому что вредная еда — это то, что опасно для жизни и здоровья.

У вас когда-нибудь возникало непреодолимое желание навернуть поганок? У меня — нет. А пончик — он не вредный. Пончик ни в чем не виноват! В частности, пончик не виноват в том, что он вкусный. И за то, что он калорийный, его тоже нельзя клеймить. Пончик не ядовитый!

Но некоторые недостатки у него все-таки есть. Он вкусный, а значит, таких, как он, хочется съесть много. Он обладает высокой энергетической ценностью, и можно легко перебрать норму по калориям на одних только пончиках. Он не насыщает — с точки зрения долгосрочного утоления голода толку от пончика мало.

Он не сбалансирован по макронутриентам — белка в нем мало, а жира много. И все же пончик не опасен для жизни. Если очень хочется, его можно съесть. То же самое касается шоколада, эклеров, попкорна, чипсов — всего того, что принято относить к вредной еде.

Потому что она не вредная! В умеренных количествах она не опасна ни для экстерьера, ни для здоровья. А вредная еда — это икра рыбы фугу и мухоморы. Бойтесь их.

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

# Настало время прессы

Юлия Савичева  
Певица

— При малоподвижном образе жизни нужно обязательно следить за питанием и физической формой, чтобы не стать похожим на плюшку к концу самоизоляции! При этом не обязательно тренироваться каждый день, поддерживать себя в форме можно и занимаясь через сутки. Но если будете лежать совсем без дела, то вас может захлестнуть апатия. Поэтому я предлагаю, так сказать, размять бока и сделать следующий комплекс упражнений.

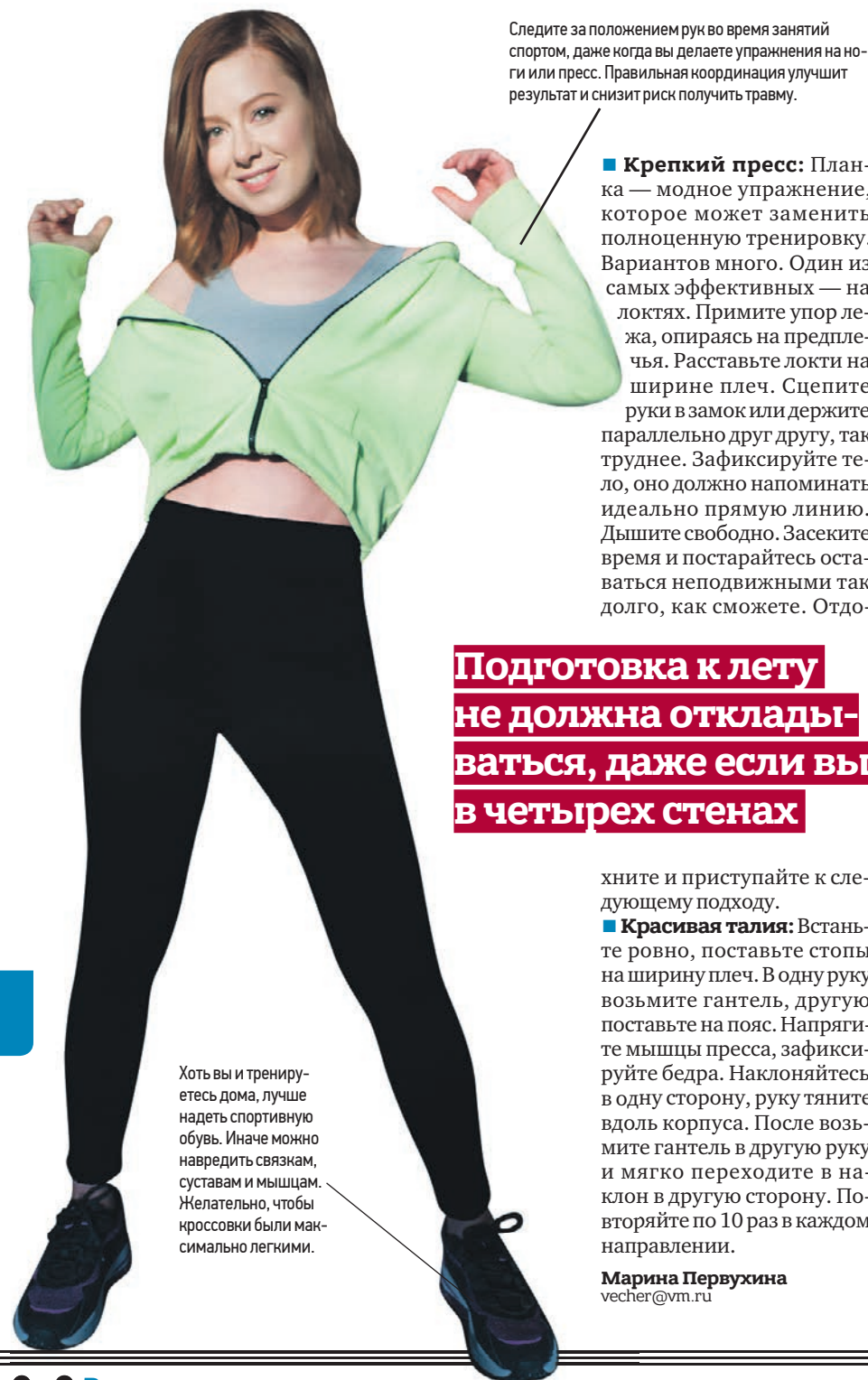
**Подтянутое тело:** Делаем приседания. Встаньте прямо, ноги на поставьте на ширине плеч, стопы прямо. На вдохе, отводя таз назад, согните ноги в коленях до прямого угла. Затем вернитесь в исходную позицию. Делайте три подхода по десять раз.

**Сильные бедра:** Встаньте на четвереньки, спину держите прямо. Поднимите правую ногу, согнутую под углом 90 градусов, пока



Советы от звезды

бедро не будет находиться параллельно полу. Напрягите мышцы и задержитесь в этой позе на секунду. Вернитесь в исходное положение и повторите движение левой ногой. Повторяйте по десять раз на каждую конечность.



Следите за положением рук во время занятий спортом, даже когда вы делаете упражнения на ноги или пресс. Правильная координация улучшит результат и снизит риск получить травму.

**Крепкий пресс:** Планка — модное упражнение, которое может заменить полноценную тренировку. Вариантов много. Один из самых эффективных — на локтях. Примите упор лежа, опираясь на предплечья. Расставьте локти на ширине плеч. Сцепите руки в замок или держите параллельно друг другу, так труднее. Зафиксируйте тело, оно должно напоминать идеально прямую линию. Дышите свободно. Засеките время и постарайтесь оставаться неподвижными так долго, как сможете. Отдо-

**Подготовка к лету не должна откладываться, даже если вы в четырех стенах**

хните и приступайте к следующему подходу.

**Красивая талия:** Встаньте ровно, поставьте стопы на ширину плеч. В одну руку возьмите гантель, другую поставьте на пояс. Напрягите мышцы пресса, зафиксируйте бедра. Наклоняйтесь вдоль корпуса. После возьмите гантель в другую руку и мягко переходите в наклон в другую сторону. Повторяйте по 10 раз в каждом направлении.

Марина Первухина  
vecher@vm.ru

Хоть вы и тренируетесь дома, лучше надеть спортивную обувь. Иначе можно навредить связкам, суставам и мышцам. Желательно, чтобы кроссовки были максимально легкими.

## Рецепт звезды

## Рыбные тефтели как в детстве

**Секрет вкусного и низкокалорийного блюда от Юлии Савичевой.**

Понадобится 400 граммов белой рыбы. Ножницами удаляем плавники. Отделяем филе от хребта, удаляем кожицу. Промываем. Хребет и плавники варим 45 минут. Хлеб

заливаем водой и оставляем для набухания. Головку репчатого лука нарезаем и обжариваем на растительном масле. Филе рыбы измельчаем в мясорубке. Добавляем обжаренный лук, хлеб, куриное яйцо и перемешиваем. Лепим тефтели, обваливаем их в муке, выкладываем

в глубокую форму и отправляем в духовку (200 градусов) на 10 минут. Готовим соус: обжариваем морковь и лук, добавляем рыбный бульон и сметану. Доводим до кипения. Соусом заливаем тефтели и отправляем в духовку на 45 минут при температуре 180 градусов.





■ Народная мудрость гласит: «Не купи дом — купи соседа». Для москвичей эта истина прежде была не очень актуальна. «Мы и соседей-то своих не знаем!» — типичная фраза для жителей столицы. Мол, мы такие занятые и независимые! Однако этой весной злодей-коронавирус заточил нас надолго в родных многоквартирных «муравейниках». И все сразу осознали: за нашими четырьмя стенами тоже кипит жизнь. И под полом, да и над потолком.

— Наши соседи оказались исчадием ада! — рассказывает москвичка Татьяна Васильева. — Во-первых, они складывают свои мусорные пакеты у двери и копят их неделю. Вонь стоит невыносимая. Во-вторых, они курят у себя дома, но так много, что пахнет на весь коридор. Татьяна писала заявление участковому, тот провел профилактическую беседу, а после москвичка нашла на коврике у двери горку окурков. Отомстили... Еще одна примета «карантинного» общежития —

## Конфликты между жильцами одного подъезда уже стали народной забавой

обострение войны между собачниками и соседями без домашних питомцев. — У нас на восьмом этаже живет дамочка с таксой. — говорит Григорий Михайлов. — Собаку она выводит перед подъездом, и никог-

# Ребята, давайте жить дружно!

## Как самоизоляция повлияла на отношения с соседями

### Кстати,

согласно свежему опросу ВЦИОМа, в ходе пандемии 90 процентов москвичей отказались от встреч с друзьями, 75 процентов — с пожилыми родственниками и знакомыми. И 88 процентов стали меньше гулять.

да за ней не убирает. Мы ругались, но потом плюнули. А сейчас собачница решила взять реванш. Моя мама с внуком выходит подышать воздухом — и сразу эта тетка: «Вы с ума сошли! Полицию вызову».

Теперь Григорий сам выгуливает ребенка поздно вечером, опасаясь столкнуться со склочной соседкой. — Я обнаружила, что у меня сосед певец! — делится Валентина Самойлова. — Голосит под караоке до обеда. Не фальшивит, но это так громко! Вряд ли найдется человек, который ни разу не поругался с соседом. Подобные конфликты уже стали народной забавой. — Мы склонны относиться к тем, с кем делим подъезд, как к посторонним, которые нарушают наше личное пространство. Этот подход нужно поменять. К соседям надо идти не с угрозами, а с горячими пирогами и добрыми намерениями. Надеюсь, самоизоляция научит нас быть терпимее друг к другу, — отметила психолог-конфликтолог Ирина Петрова.

Дарья Завгородняя  
vecher@vm.ru

Психологи рекомендуют научиться договариваться с соседями (1) Персонаж Кот Леопольд (2)



## Прямая речь



Светлана Бояринова  
Психолог, писатель,  
ведущая тренингов

Запретить соседям курить или мусорить мы не можем. Но мы можем настоять, чтобы они учитывали интересы других. Например, «Открывайте окна, когда курите». Главное — настойчивое повторение своих требований в доброжелательном тоне.

## ПО ХОДУ

Екатерина Рощина  
Обозреватель



## Вечерний концерт открывает сюита дрели

«Сiju целый день дома в изоляции, а эта сволочь сверлит! Ремонт, видите ли!» — таких воплей в сети — тысячи. Жалоб на соседей, и правда, много. По-другому и быть не может, ведь соседи — это как некая данность. Мы вынуждены сосуществовать. И хорошо, если соседи адекватны. А то ведь по-всякому бывает...

У меня в подъезде вот то, что я называю «ежевечерним концертом». Каждый день, как по расписанию, часовой эдак в шесть вечера. Сначала дрель: бз-з-з. Потом, через пять минут, осторожно, а потом все сильнее по батаре — дзынь, дзынь, дзынь чем-то металлическим. Потом собака «поет» с третьего этажа. И так — каждый день. В рабочие будни мы слушаем эти «концерты», не особо заикливаясь. Большая часть сил расходуется вне дома. А в самоизоляции мимотакое не пропустишь. Все развлекаются в меру своих возможностей и фантазии. У кого-то продолжается ремонт. У кого-то дети скачут, как молодые кенгуру. Кто-то шумно выясняет супружеские отношения. Жалко всех, признаться. Ну какой можно дать совет? Если ты такой уж раздражительный, вставь в уши беруши. Не за-

цикливайся на соседях. Им тоже как-то надо пережить этот сложный период. Желательно — с минимальными потерями, и в наших силах минимизировать по крайней мере эти вот негативные эмоции. Вот итальянцы тоже страдают по-соседски, но совсем от другого. Они не имеют возможности собрататься с любимыми соседками, обняться и выпить винца. И что же они придумали: на длинные тонкие палки привязали бокалы с шампанским и чокаются с балкона с соседями.

Смешно и грустно. Хроники изоляции проявляют самые разные наши черты. Кто был и без того как оголенный нерв, накалился уже просто добела. Общительные — жаждут контактов еще сильнее. Но все же мы, люди, существа «стадные». Ну, или коллективные. Как пчелы там какие-нибудь или муравьи. Мы все — в одном улье, сидим, гудим недовольно. Пройдет все это. Надо пережить. Наступят теплые деньки, вылетим на цветущий луг по своим делам. Я, признаться, уже даже жду привычного «вечернего концерта» в шесть вечера. Дрель, дзынь и собачий лай. С — стабильность. Ничего нет лучше.

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

## Дом, строительство, ремонт

Реклама

ЗаводЗаборов.ру

**ВОРОТА**  
СЕКЦИОННЫЕ  
РУЛОННЫЕ

СКИДКИ  
до 50%\*

**АВТОМАТИКА**

**(495) 132-44-33**

\*Информацию о скидках и акциях уточняйте на сайте или в офисах продаж

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...

## Протопоповский пер., 25



1892



2020



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.**

Недалеко от проспекта Мира, в Протопоповском переулке, спряталось красивое здание с массивными колоннами — дом под номером 25. Кажется, что это здание барской усадьбы. На самом деле — богадельня, построенная по инициативе братьев-купцов Федора и Василия Набилковых. Они много жертвовали на строительство общественных учреждений. Как сказал историк Михаил Вострышев: «Богадельня строилась долго — в 1827 году купцы приобрели землю, а окончательный вид она приобрела уже

к 1835 году. Это был целый комплекс зданий, где были и больница, и квартиры, и храм».

Просуществовала богадельня до 1920-х годов — после революции в здании долгое время размещалось министерство. Дом хорошо сохранился — сравнение с фотографией 1892 года показывает, что и фасад, и колонны дошли до нас в первозданном виде. Как вспоминает местная жительница Ольга Чугаева, сам переулок за последнее столетие несколько раз менял название.

— В советское время его переименовали в Безбожный — в одном из зданий здесь была редакция журнала «Безбожник». В 1992 году ему вернули прежнее имя, — сказала Ольга Чугаева. Переулок был назван в честь домовладельца Протопопова. Тем не менее советская власть решила переименовать его из-за религиозного звучания.

**Как добраться:** — «Проспект Мира» → № 7, 50 → ост. «Ботанический пер.»

## Свечной заводик у Полянки



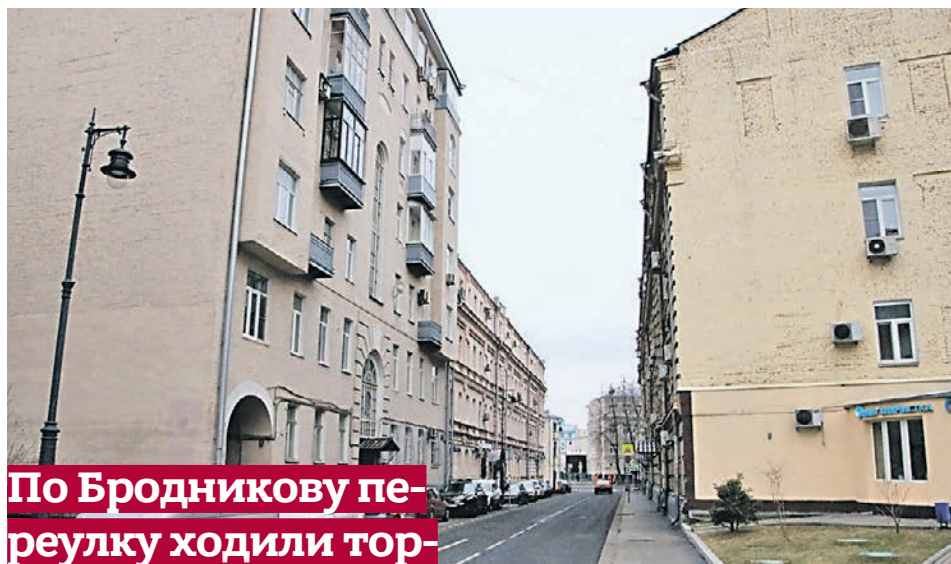
Олег Фочкин

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

Свое имя Бродников переулок получил по фамилии купца Федора Бродникова — владельца свечного завода, находившегося здесь в XVIII веке. До 1922 года переулок носил другое имя — Полянский.

С середины XIX века до начала XX параллельно использовалось название Бородинский, по домовладельцу Семену Бородину.

В 1983 году к нему был присоединен расположенный в его продолжении переулок Полянского Рынка, чье название напоминало о существовавшей до 1935 года



**По Бродникову переулку ходили торговцы и даже сам сыщик Шарапов**

площади Полянского Рынка. Бродников переулок начинается напротив церкви Григория Неокесарийского, проходит на юго-запад,

переулок, а слева — Малая Якиманка и Полянский переулок, выходящий на Большую Якиманку. Кстати, здесь, на углу Бродникова и Малой Полянки,

справа к нему примыкает Малая Якиманка и Полянский переулок, выходящий на Большую Якиманку. Кстати, здесь, на углу Бродникова и Малой Полянки, снимали сцену из фильма «Место встречи изменить нельзя»: Шарапов подходит к магазину, где банда собиралась поживиться, якобы по наводке Фокса. Вот только черный ход киноволшебством переместился за два километра отсюда.

### ПРИЗВАНИЕ



**Анна Панкова**  
Гид-переводчик

### Как я стала гидом

В детстве я на одном дыхании прочитала «Москва и москвичи» Гиляровского. И забыла.

До конца 90-х преподавала студентам английский, больше интересовалась англоязычным миром. Все поменялось с рождением ребенка и драматическими изменениями в стране. Кризис для меня оказался входом в новую жизнь.

На курсах гидов-переводчиков, позже в Музее Кремля, Третьяковской галерее, Пушкинском музее, Новодевичьем монастыре опытные преподаватели предупредили нас, что это серьезно, и последующие несколько лет мы будем читать преимущественно профессиональные материалы, поскольку, чтобы остаться в этой профес-

сии, ей надо посвятить всю жизнь.

С годами количество аккредитаций в музеях росло: Еврейский музей, Музей космонавтики, Коломенское и многие другие. Добавились авторские экскурсии по Немецкой Слободе и ее окрестностям. Москва стала не только местом проживания. Это любовь!

За годы работы я научилась показывать и объяснять свою страну иностранцам, удивлять и радовать соотечественников.

В условиях самоизоляции онлайн-рассказ о городе — это как анонс нового фильма. Москва с ее достопримечательностями — это шкатулка с драгоценностями. Жду вас в реальном прекрасном мире!



**Постоянная ведущая рубрики Алена Прокина уверена: надо чаще смотреть на звезды и прислушиваться к их советам. Накануне Всемирного дня дочерей выясняем вместе с астрологами, какими чертами характера обладают девочки по знаку зодиака и как родителям с ними лучше управляться.**



**Овен**

Девочки-Овны отличаются очень напористым характером и безудержной энергией — родителям часто нелегко с этим справиться. Они вихрем проскакивают по всему, что видят. При этом за такой дерзостью и, казалось бы, непоколебимостью скрывается очень ранимая натура, которая требует поддержки.



**Лев**

Дочки-Львы не дадут соскучиться родителям. Они везде требуют внимания, поклонения, уважительного отношения ко всем пожеланиям. Главное — вовремя понять, когда Львица готова уже окончательно сесть на шею, и аккуратно ее усадить на стул. При этом не поранить ее самолюбие резкими словами.



**Дева**

Девочки-Девы с самого раннего возраста стараются свою жизнь выстроить по идеальному плану, упорядочить все и следовать инструкции. Их желание быть лучшими во всем часто пугает родителей — они не шумят, не устраивают бардак, прилежно учатся. А потом строят идеальную жизнь.



**Весы**

Весы-кокетки начинают пользоваться тем, что у них прелестная внешность, детского сада — там

у них уже первые поклонники. Благодаря отличному вкусу всегда знают, как одеться и вести себя в обществе. Отлично реализуются в творчестве.



**Скорпион**

Скорпионы-девочки любят проверять окружающих на прочность. Устраивают им постоянно тесты на правдивость, доброту. Часто их называют манипуляторами: с помощью виртуозных уловок они добиваются успеха в жизни.



**Стрелец**

Главное в жизни девочки-Стрельца — веселье и приключения. И она их часто находит там, где и не стоило бы. Так что за такой дочкой глаз да глаз. Правда, родителей она слушает, пока не погружается снова в череду путешествий.



**Козерог**

Девочки-Козероги хотят, чтобы к ним относились серьезно, как к взрослым, и без всяких побрякушек. Очень к себе требовательны и любят приносить пользу семье. Рано начинают зарабатывать деньги и жить самостоятельно.



**Водолей**

Дочки-Водолеи проявляют свою творческую натуру очень быстро. И лучше их в этом не ограничивать, иначе конфликта не избежать. А там она может и из дома рвануть, чтобы вам доказать свою правоту. С этими девочками лучше сразу установить границы свободы и поговорить по душам.



**Рыбы**

Рыбки — это воплощение женственности и элегантности. С детства проявляются как творческие и желающие попробовать себя в разных профессиях. Им удается хорошо учиться и успевать бегать на кружки.



# Дочки-матери



**Телец**

Девочки-Тельцы любят познавать мир тактильно — все трогают, везде пытаются помочь родителям: месим вместе тесто, стираем, убираем, исследуем мамину косметичку. Такая дочка требует глубокой эмоциональной привязанности, которая ей помогает во взрослой жизни.



**Близнецы**

Настоящая почемучка-Близнецы постоянно находится в поисках ответов на любые вопросы. Ее волнует буквально все — почему солнце встает, а соседка вешает белье не как мама. Если вовремя направить энергию в созидательное русло, то можно вырастить гения.



**Рак**

Дочки-Раки невероятно эмоционально привязаны к своему дому и семье. Раки очень ранимы и легко погружаются в уныние. Так что воспитание стойкости — главная задача родных. А также создание комфорта.

## 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 подойдет 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).

**Ирина, 43 года, Рыбы, родилась в с. Черниговское (Приморский край)**  
Встречаюсь с молодым человеком, который почти на 10 лет младше меня. Отношения развиваются с переменным успехом уже третий год. И я хочу понять, стоит ли их продолжать. Может, пора обратить внимание на кого-то другого?

Несмотря на разницу в возрасте, у вас есть очень хорошие точки взаимопонимания. Из-за них вы до сих пор и держитесь за эти отно-

шения. Этот мужчина старается вас окружить заботой, помочь с решением повседневных задач, но часто это выглядит как холодное решение вопросов. А вам нужна глубокая эмоциональная связь и отдача. На этом фоне возникают противоречия: там, где нужно тепло, возникает дискомфорт. Мужчина вас хочет и любит, но не способен сделать вас счастливой — разные представления о личной жизни. Скоро вы встретите другого мужчину: с ним вы обретете недостающий комфорт.

**Инна, 18 лет, Лев, родилась в Москве**  
Очень хочу знать, как сложится моя личная жизнь в этом году.

Этот год у вас достаточно сложный — вы погрузились в отношения, которые для родных кажутся разрушительными. Нынешний партнер — «фатальный» — для вас лишь этап, который нужно пройти и забыть. Впереди у вас много интересного и любовь, которая принесет радость. Цените своих близких, они всегда помогут.

**Частности**

**Авто, запчасти, транспортные услуги**

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

**Астрология, магия, гадания**

**Софья Михайловна** (г. Кольчугино, Владимирская обл.). Принимаю в Москве. Сохранение семьи, помощь близким и детям. Охранение от колдовства. Работа со сложными случаями. При себе иметь бутылку воды и яйцо. Т. 8 (495) 508-15-71

**Коллекционирование**

● Книги. Выезд от 400 экз. Оплата сразу. Т. 8 (495) 241-19-52

На правах рекламы

