

Внимание!

ПАНДЕМИЯ БЕРЕГИ СЕБЯ

Сделай прививку



Посмотри наверх!

Таинственные
майские созвездия с. 8



Красота проиграла

Алина Санько не стала
«Мисс Вселенной» с. 11

МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ

Совместный проект
Московского метрополитена
и газеты «Вечерняя Москва»

ВТОРНИК

18 мая 2021 года
№ 54 (1144)

Артистка
убеждена,
что нужно всегда
идти по жизни
с высоко
поднятой
головой

Певица
Валерия
отметила
свое 53-летие
и стала
бабушкой,
но утверждает,
что цифра
в паспорте ее
совершенно
не волнует.
О секретах
вечной
молодости,
воспитании
внучки
и гармоничной
жизни
артистка
рассказала
«Вечерке» с. 10

Секрет её молодости

ИЗРАИЛЬ ПОД КОЛПАКОМ

Палестино-израильский конфликт резко обострился. Сирены ПВО в Израиле воют уже около тысячи раз в день: ракеты летят, люди гибнут. В связи с этим в минувшие выходные состоялись экстренные консультации «ближневосточного квартета» в составе Евросоюза, России, ООН и США. Чем может обернуться конфликт с. 13

Тушение
пожара
на заводе
в секторе
Газа

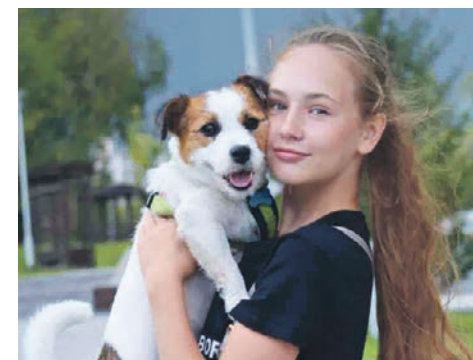


Ахмед Заюот/РИА Новости

ЗАКОН

Питомцев посчитают

Правительство России должно
до 1 декабря подготовить
поправки в закон о животных.



Наталья Фектистова

Такое поручение дал кабину президент РФ Владимир Путин. Речь идет о законодательстве о единой методике учета домашних питомцев и мониторинге бродячих животных.

Кроме того, правительство должно определить порядок передачи питомцев в приюты при невозможности их содержания либо изъятия, а также наладить систему реагирования на обращения о жестоком обращении с животными.

Москвичка
Ульяна
Ночевна
с джек-рассел-терьером
Гуффи

СЕЗОН

Погода жжет

Вчерашний день стал самым жарким 17 мая в Москве за последние 63 года. По-настоящему летний зной не покинул столицу и сегодня.

Однако жаркая погода продержится недолго, отмечают синоптики. По словам научного руководителя Гидрометцентра Романа Вильфанда, уже завтра в столицу придет похолодание. Станет облачнее, пройдут кратковременные дожди, а температура воздуха составит не более +25 градусов. А в четверг столбик термометра еще немного опустится — до +18 градусов. Тем не менее сейчас важно защитить себя от жары: пить больше чистой воды, избегать мест под открытым солнцем и пользоваться средствами с SPF-фильтрами с. 6

Уже завтра
жара спадет
и пройдут
кратковременные
дожди

фото предоставлено Валерией

На самом деле

На днях эксперты провели расчет и выяснили, что годами ждать «того единственного» человека — бессмысленно. Оказывается, у каждого из нас на протяжении жизни есть аж 48 шансов встретить свою вторую половинку с. 14

vm.ru

■ Западный вестибюль станции «Арбатская» Арбатско-Покровской линии был закрыт на реконструкцию в середине мая 15 лет назад.

«Арбатская», по словам искусствоведа Евгении Гершкович, — не что иное, как дворцовый зал, в самом имперском, классическом стиле.

— Открылась станция через месяц после смерти Иосифа Сталина, портрет которого вырос над головой каждого, кто поднимался на

Послевоенные станции более полно выражают патриотизм в творчестве

эскалаторе к выходу. Изображение Сталина работы Григория Опрышко было убрано со станции только спустя два года. Место до сих пор пустует, — поделилась Евгения Гершкович.

— Открылась станция через месяц после смерти Иосифа Сталина, портрет которого вырос над головой каждого, кто поднимался на эскалаторе к выходу. Изображение Сталина работы Григория Опрышко было убрано со станции только спустя два года. Место до сих пор пустует, — поделилась Евгения Гершкович. Источник вдохновения архитектора — причудливый словарь московского барокко с чередой упругих арок, перехваченных лепным жгутом, пышным декором из завитушек, бантиков, венков из листвы, цветочных букетов и фруктовых гирлянд, рядов люстр в золоченой оправе и изысканных картушей, предусмотренных для несостоявшейся мозаичной сюиты Павла Корина на тему «Становление Руси». Архитектором станции был Леонид Поляков, попавший как раз в момент постройки станции в опалу.

— Выстроенные вскоре после войны станции метро отражают веяния, возникшие в творчестве архитекторов. Пафос победы над фашизмом привел к стремлению более полно выразить патриотические настроения в архитектурном творче-



Росфото

Вдохновил мастера словарь

Архитектура «Арбатской» навеяна московским барокко

стве. Если прежде Леонид Поляков использовал международные мотивы классического ордера, то теперь он обратился к отечественной архитектурной традиции: русскому классицизму начала XIX века и к древнерусским мотивам, — рассказал историк метро Петр Новиков. — Начав чертеж с верх-

него левого угла, он скоро заканчивал его в нижнем правом углу. Графика его была безупречна. Апофеозом великолепия и помпы служил парадный вход на станцию в виде трехпролетной триумфальной арки, фланкированной парными колоннами и увенчанной балюстрадой.

Здание Министерства обороны, построенное в 1980 году, к сожалению, поглотило великолепие вестибюля. Путевые стены облицованы глазурованной керамической плиткой, белой сверху и черной внизу. Станционный зал освещается рядами подвесных люстр в золоченой бронзовой оправе.

Сотрудница Московского метрополитена на «Арбатской» убирает пыль со стен станционного зала пылесосом. 1955–1958 годы

Цифра

41

метр — глубина залегания станции «Арбатская» Арбатско-Покровской линии метрополитена.

Стены подходов коридоров облицованы серовато-белым пятнистым мрамором, а цоколь — из камня красного цвета. Возле каждого пилона со стороны бокового и со стороны центрального зала находятся скамейки. Пилоны отделаны внизу красным мрамором «салиэти» и украшены выполненными из керамики букетами цветов.

Геннадий Окороков
vecher@vm.ru



Транспортные карты «Тройка» в честь театра «Современник» появились в кассах столичной подземки, сообщает пресс-служба Московского метрополитена. Всего было выпущено 10 тысяч карт, которые продаются на центральных станциях внутри Кольцевой линии.

Кстати,

в июле 1941 года одна из бомб пробила перекрытие тоннеля между станциями «Арбатская» и «Смоленская». Этот случай послужил причиной закрытия участка и строительства параллельного.

Знаете ли вы, что

подземный переход под Садовым кольцом рядом со станцией «Смоленская», ныне не имеющий отношения к метро, был сам когда-то частью станции.

МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ

Совместный проект Московского метрополитена и газеты «Вечерняя Москва»

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

VM.RU

© АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 2021. Любая перепечатка без письменного согласия правообладателя запрещена. Иное использование статей возможно только со ссылкой на правообладателя. Приобретение авторских прав: тел. (499) 557-04-24. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений, сообщений информационных агентств и материалов на коммерческой основе. Бесплатно. Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Департамента средств массовой информации и рекламы города Москвы.
Адрес редакции: 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Тел. (499) 557-04-24, факс (499) 557-04-08. E-mail: vecher@vm.ru
Рекламная служба Тел.: (499) 557-04-01, E-mail: reklama@vm.ru
Отпечатано АО «Прайм Принт Москва», 141700, Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачевский пр-д, 5в. Тираж 270 000 экз.
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № ФС77-58565 от 4 июля 2014 года. Срок сдачи номера в печать 18.05.2021, 12:30. Дата выхода в свет 18.05.2021, № 54 (1144)



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

Транспорт

Дали полную свободу

■ Уличные художники работают над росписью одного из составов метро.

Граффити — это красиво, особенно когда проект целостный и продуманный. — Метрополитен — наше большое богатство, и нам очень важно сохранить его историю и красоту. Мы понимаем, что подземка вдохновляет самых разных авторов, но, к сожалению, еще метро часто становится мишенью вандалов. Поэтому в его день рождения мы решили позвать уличных ху-

дожников и дать им полную свободу воли, — сообщает пресс-служба Департамента транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры Москвы. — Ждите на одной из линий, — интригует пассажиры пресс-служба. Тем временем Транспортный комплекс столицы напоминает о необходимости ношения перчаток, масок и соблюдения мер предосторожности при поездках в метрополитене.

Егор Пряников
vecher@vm.ru



Райтер расписывает тематический состав в электродепо столичного метрополитена

Попутчик Каждый день в метро встречаются чужие друг другу люди. В этой рубрике мы знакомим читателей с теми, с кем однажды им будет по пути. Сегодня это ведущий программы «Квартирный вопрос» на НТВ Илья Западенец

Мне сложно проявлять циннизм

■ Илья рассказал «Вечерке» о своем отношении к карьере, дизайну, городу, а также почему столичное метро — одно из самых добрых мест в Москве.

Илья, какими были первые шаги в ТВ-карьере?

Я окончил журфак в Нижнем Новгороде, во время учебы работал в креативном агентстве, вел мероприятия, в общем, работал на живую публику. Как только я окончил магистратуру, моя знакомая предложила поработать редактором спецпроектов на Первом канале. Я решил воспользоваться этой возможностью, хоть меня и предупредили, что быть в команде ток-шоу непросто. Приходилось проявлять циннизм, задавать неловкие вопросы, провоцировать героев, накалять страсти. Я достаточно веселый и ироничный человек, мне было сложно работать в такой атмосфере. Потом я увидел, что на НТВ набирают команду в утреннее шоу. В штат меня не взяли, пришлось какое-то время поработать стажером. Вскоре продюсер предложил мне ставку младшего редактора, а через месяц мне дали возможность попробовать себя в кадре. Я вел рубрику о стартапах, находил интересных героев. Мы сняли два запланированных сезона, и шоу закрылось. Продакшен проекта предложил мне поработать в «Квартирном вопросе».

Наверное, чтобы вести такое шоу, нужно разбираться в дизайне. Как у вас с этим?

Я абсолютный дилетант, у меня есть какая-то насмотренность, немного помог опыт работы в мебельном цеху, когда я был еще студентом. Но в «Квартирный вопрос» меня взяли за любознательность, самоиронию, а не за знание в дизайне интерьеров. Для меня это новая сфера, в которой мне пока очень тяжело эмоционально и физически, но все это ужасно интересно.



Хочу доносить до зрителей мысль, что дом — лучшее место на земле

Для меня дом — лучшее место не земле, и хочется доносить эту мысль людям, показать им, что можно легко переделать условия, в которых ты живешь. Вы почти три года в Москве. Не хотелось когда-нибудь все бросить и уехать?

Конечно, хотелось, иногда я задумываюсь, зачем мне все это — бесконечная давка, циннизм, конкуренция. Часто думал уехать обратно, но возможность быть самостоятельным человеком, проявить себя оставалась.

Кем видите себя лет через пять?

Я не люблю строить профессиональные планы. Но есть цели на уровне ощущений. Я бы хотел, чтобы Москва стала мне родным городом, близкой подругой, чтобы я перестал чувствовать себя чужим здесь. За то время, что я здесь, я так и не обза-

ДОСЬЕ

Илья Западенец родился в Нижнем Новгороде в семье врачей. Планировалось, что Илья тоже свяжет жизнь с медициной, но с химией у будущего ведущего не сложилось. Окончил факультет журналистики Государственного университета имени Лобачевского. С 18 лет работал в ивент-индустрии, организовывал и вел массовые мероприятия.

велся этим ощущением, наверное, потому что очень сильно люблю свой родной город и людей оттуда.

Но наверняка есть любимые места в Москве.

Да, это Таганский детский парк. Он недалеко от дома, там спокойно, много зелени, можно отдохнуть или почитать книгу. Это мое место силы. И Останкинский пруд. Мне кажется, даже если человек не имеет отношения к ТВ, смотреть на башню с другой стороны пруда — кайф.

А как относитесь к столичному метро?

Удивительно, но именно там чаще всего у людей происходят порывы доброты и нежности. Я был приятно удивлен, когда увидел, что на станции «Площадь Революции» каждый выходящий из вагона гладит нос бронзовому псу. В метро все спешат, куда-то бегут, толкаются. А тут люди выстраиваются в очередь, чтобы прикоснуться к собаке пограничника, подзарядиться и пойти дальше по своим делам. Еще люблю станцию «Сретенский бульвар», там часто уличные музыканты исполняют саундтреки к известным фильмам.

Беседу вела **Маргарита Мартовская** vecher@vm.ru

Инфраструктура

Масштабное озеленение

■ Вчера в Комплексе городского хозяйства рассказали о планах по благоустройству территорий у станций метрополитена.

В сентябре завершатся работы у станций «Улица Новаторов», «Зюзино», «Проспект Вернадского», «Народное Ополчение», «Петровский парк». Благоустройство будущих участков Большого кольца начали в прошлом году и завершат за лето.

В скором времени начнется благоустройство у станций «Аминьевское шоссе», «Давыдовское», «Сокольники», «Электrozаводская», «Мичуринский проспект», «Воронцовская», «Кунцевская», «Бутырская». Завершить его планируют во второй половине следующего года.

— В ходе работ обустроят новые удобные тротуары, заменят асфальтобетонное

покрытие дорог. Предусмотрено масштабное озеленение — высадка деревьев и кустарников, обустройство газонов, на маршрутах к метро установят лавочки, — сообщил заместитель мэра столицы по вопросам жилищно-коммунального хозяйства и благоустройства Петр Бирюков.

Помимо этого, Комплекс городского хозяйства отвечает за снабжение станций ресурсами.

Так, московские энергетики обеспечивают электроэнергией строительство участков метро и создают инфраструктуру для электроснабжения новых станций — в 2020 году энергией обеспечили 11 станций Московских центральных диаметров и три станции метрополитена.

Василиса Чернявская vecher@vm.ru

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



Елена Ди часто делится своими необычными кадрами в социальных сетях. На этот раз она запечатлела двух персонажей, которые явно устали. Манекены едут в метро, он сломался, это вообще асана йоги... А что думаете вы?



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



ДЕПАРТАМЕНТ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ГОРОДА МОСКВЫ

1

Евгений Бабакин/РИА Новости

Обучать будут строже

У медиков появился Центр подготовки и аттестации кадров

■ Вчера мэр Москвы Сергей Собянин открыл Кадровый центр Департамента здравоохранения столицы.

У столичных врачей теперь появились новые возможности для обучения. Ведь именно от опыта и знаний медиков зависит в будущем здоровье пришедших к ним пациентов. В Москве решено создать все условия для повышения квалификации медицинских специалистов. Для этого в Успенском переулке открылся Кадровый центр Департамента здравоохранения города. Здесь планируется проводить обязательные и добровольные процедуры аккредитации и аттестации специалистов с высшим медицинским образованием. Контроль за направлениями медиков на работу сделают строже. Аккредитацию и другие процедуры оценки будут проводить



17 мая 2021 года. В Кадровом центре Департамента здравоохранения. Мэр Москвы Сергей Собянин (на фото слева) и министр здравоохранения РФ Михаил Мурашко (1) Медтренажер в Кадровом центре (2)

Сергей Савостьянов/ТАСС

Эксперты оценят профпригодность врачей 88 специальностей

эксперты из числа врачей медицинских организаций Москвы, федеральных клиник и преподавателей вузов, которые входят в состав аккредитационных

подкомиссий, ежегодно утверждаемых приказом Министерства здравоохранения России. — Процесс очень сложный, необходимо выработать базу тестирования, требований к навыкам врачей, —

подчеркнул Сергей Собянин. — Думаю, что в течение года это будет один из лучших центров в нашей стране, очень необходимый для московского здравоохранения, повышения его качества. Возможности учреждения позволяют проводить профоценку по 88 врачебным специальностям. Ранее первичная специализированная аккредитация ординаторов проходила только в федеральных медицинских вузах и медицинских организациях, а также в Боткинском центре. Пандемия коронавирусной инфекции, по словам мэра, только усилила необходимость постоянной работы

Больше ярмарок

В соцсети «ВКонтакте» Сергей Собянин анонсировал открытие новых торговых площадок.

— Сейчас в Москве работает 45 круглогодичных ярмарок, к концу года откроем еще около 20, — заявил мэр города. — Это уже не просто торговля, а новое культурное явление совсем с другой атмосферой. Он подчеркнул: вместо старых сезонных рынков с палатками появятся комфортные теплые павильоны.

врачей, в том числе и в плане обучения, получения новых компетенций. — Этот центр — еще одна составляющая, изюминка в системе московского в частности и российского здравоохранения в целом, — отметил в свою очередь министр здравоохранения страны Михаил Мурашко. — Мне кажется, что та коммуникация, которая была налажена между ведущими специалистами федерального уровня и их московскими коллегами, позволила создать такой хороший качественный и инновационный центр. В нем есть все необходимое — манекены, симуляторы, с помощью которых врачи разных специальностей смогут повышать квалификацию и демонстрировать уровень своего профессионализма.

Василиса Чернявская
vecher@vm.ru

Отдых

На водоемах открылись лодочные станции

■ Сезон лодочных прокатов открылся вчера в столичных парках. Взять судно в аренду будет можно на берегах девяти водоемов города. Прокаты начали работать в Парке Горького на Пионерском пруду, в усадьбе Воронцово на Большом Воронцовском, музее-заповеднике «Царицыно» на Верхнем, Среднем и Нижнем Царицынских прудах, в Лианозовском парке на Живописном, в музее-усадьбе Кусково на Большом Дворцовом пруду, в парках «Кузьминки» и Измайловском соответственно на Шибаевском и Круглом прудах. Почти на всех этих водоемах можно арендовать лодки и катамараны, исключение — Голицынский пруд, где есть только катамараны, и Большой Воронцовский,

где только лодки. Кое-где есть водные велосипеды и другие приспособления для плавания. Стоимость проката колеблется от парка к парку, за лодку — от 250 до 550 рублей в будни. Кроме того, в течение лета большие и маленькие станции работают на других водоемах столицы. К примеру, мини-прокат катамаранов ежегодно открывается на Чистом пруду возле кафе, а на лодке можно покататься на 3-м Каменском пруду ВДНХ. Один из самых крупных прокатов обычно работает на Живописном пляже Москвы-реки. Здесь можно не только самостоятельно сесть за весла или покрутить педали, но и покататься, например, на банане.

Евгений Бабакин
vecher@vm.ru



Прогулка на лодке по 3-му Каменскому пруду у лодочной станции «Алые паруса» на ВДНХ

Антон Гердло

Погода вечером

+25°C



Ветер	5–7 м/с
Атмосферное давление	741 мм
Влажность воздуха	43%

Завтра утром +20°C, малооблачно

А в это время в Лесном Краснодарского края +21°C

— Село было основано в 1872 году скрывавшимися тогда в горах адыгами, — рассказывает сотрудник Адлерского районного архива города Сочи Юрий Иващенко. — Им было разрешено обосноваться на берегу реки Псахо с условием получения российского подданства и сдачи всего имеющегося у них оружия. Вскоре в селе поселились греки, которые довольно быстро отстроили там каменную церковь, действующую и поныне.

Дозвонился Андрей Обьедков
vecher@vm.ru

■ Весна окончательно вступила в свои права, вот-вот наступит лето, и лучшее тому свидетельство — цветочные ковры, которые устилают парки, сады, площади и бульвары столицы. «Вечерка» выяснила, какие цветы будут украшать город в этом году.

До недавнего времени любоваться декоративными цветами можно было только в оранжереях, а на открытых клумбах одними из первых они появились в Аптекарском саду. По словам директора этого ботанического сада Алексея Ретеюма, город сейчас — на пике цветения.

— Сегодня большинство людей предпочитают проводить время на открытом воздухе из-за красоты окружающей природы, — уверен он. — Стоит бросить все и пойти наслаждаться прекрасными растениями. На улицах города еще в самом начале мая зацвели тюльпаны. Они ожидали своего часа с осени прошлого года, когда озеленители

Улицы украсят композиции в виде ДНК, атомов и шестеренок

посадили луковицы этих нежных цветов, и с приходом по-настоящему теплой погоды одними из первых порадовали москвичей. Появилась виола — приход весны цветы встретили в теплицах, а едва погода устоялась, переселились на клумбы. Всего в этом году высадят 54 миллиона цветов, их композиции будут сменять одна другую до глубокой осени.

Сквер у Большого театра

Площадь: более 400 квадратных метров
Цветы: бегония красная клубневая, цинерария серебристая
Количество: более 30 тысяч



Сергей Мамонтов/РИА Новости

Роскошь майского цветения

В столице высадят более 54 миллионов декоративных растений



Наталья Феодосиева

Манежная площадь

Площадь: 900 квадратных метров
Цветы: агератум, астильба Арендса, астра итальянская, бегония изящная, вербена буэнос-айресская, пеларгония зональная, физостегия, цинерария приморская, шалфей
Количество: более 50 тысяч



Анна Быкова

Двор Института скорой помощи имени Н. В. Склифосовского

Площадь: около 350 квадратных метров
Цветы: агератум, бегония изящная, овсяница сизая, сальвия блестящая, хоста гибридная, цинерария
Количество: около 30 тысяч



Сергей Петров/ТАСС

Главные цветники — на Манежной площади, в Ново-Пушкинском сквере, на Новом Арбате, Триумфальной площади, в сквере у Большого театра, на Поклонной горе. В ознаменование Года науки и технологий на вылетных магистралях озеленители создадут композиции в форме молекул ДНК, атомов и шестеренок. Самый большой цветочный ковер — на Кутузовском проспекте, у Триумфальной арки. По традиции, зародившейся в 2012 году, когда Россия праздновала 200-летие победы над Наполеоном, растения подбираются под цвета мундиров русских гвардейских полков.

Рената Лебедева
vecher@vm.ru

У Триумфальной арки

Площадь: 6000 квадратных метров
Цветы: агератум, бегония изящная, канна, колеус гибридный, кохия, пеларгония зональная, тагетес отклоненный, цинерария
Количество: 400–500 тысяч

Происшествие

Лисят вернут на природу

■ Незваных гостей выдворили в понедельник столичные спасатели с территории детсада на северо-востоке столицы.

Как сообщили в Департаменте гражданской обороны, чрезвычайных ситуаций и пожарной безопасности Москвы, накануне маленькие хищники обосновались под верандой детского сада в Заревом проезде (Северное Медведково).

Получив звонок, спасатели выехали на место. Лисята при прибытии специалистов восприняли, мягко говоря, без энтузиазма. При попытке вытащить их из убежища рыжие зверьки разбежались в разные стороны. Спасатели были к этому готовы и за несколько минут переловили их сачками и посадили в клетки. В пресс-службе ведомства заверили, что в ходе проведения операции ни одно четвероногое не пострадало. Спасатели передали самовольных переселенцев специалистам Департамента природопользования и охраны окружающей среды столицы, в ближайшие дни лисята будут выпущены в свою естественную среду.



Департамент по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности города Москвы

Детсадовский лисенок готов к отправке в естественную среду

Предпоследний подобный случай произошел меньше недели назад: в минувший четверг семейство лисиц поселилось под верандой детсада в Южном округе столицы. Лисята этой семьи были менее резвыми и после прибытия спасателей продолжали прятаться в своем укрытии. Чтобы достать их из-под пола, деревянную веранду пришлось приподнять домкратом. Сейчас пушистые зверьки обживаются в лесах Троицкого и Новомосковского округов столицы.

Николай Акимов
vecher@vm.ru

Новопушкинский сквер

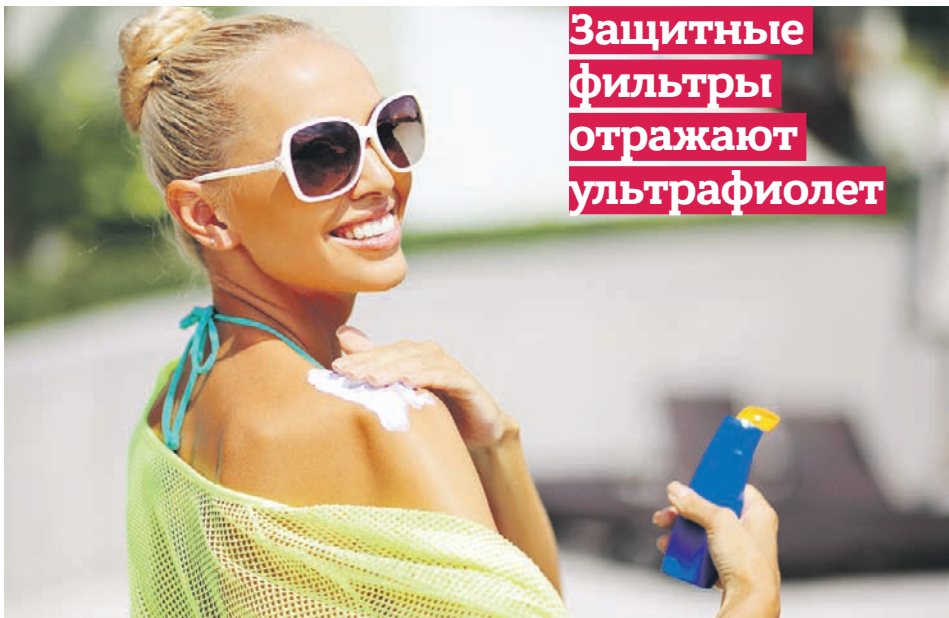
Площадь: 320 квадратных метров
Цветы: астильба, хоста, пеларгония зональная
Количество: около 30 тысяч

Сергей Мамонтов/РИА Новости



Поход в магазин за продуктами или другими товарами — ежедневный ритуал каждого москвича. И многообразие на полках порой вводит в ступор. «Вечерка» в новой рубрике «По ГОСТу» решила разобраться, что нам предлагают производители на самом деле.

Солнце под вопросом



Защитные фильтры отражают ультрафиолет

Даже в наших широтах уже в мае под палящим солнцем кожа может обгореть. Поэтому специалисты рекомендуют защищать ее специальными средствами

■ **Лето приближается стремительно, и в столицу уже пришла жара. В такую погоду важно помнить, что состояние кожи и волос от воздействия прямых солнечных лучей может ухудшиться. «Вечерка» узнала, как защитить себя от вреда при помощи косметических средств.**

Часто на упаковках кремов, спреев и другой косметики можно встретить маркировку SPF (англ. Sun Protection Factor — «солнцезащитный фактор»). Она обозначает, что средство не только выполняет свою основную, косметическую, функцию, но и спасает кожу от солнечных ожогов.

Глава департамента исследований Роскачества Людмила Викулова рассказала, что существует два типа фильтров ультрафиолета. — Химические (авобензон, бензофенон) поглощают ультрафиолетовые лучи, что повышает риск повреждения кожи на клеточном уровне. А физические (диоксид титана, оксид цинка)

Прямая речь



Карина Огаджанян
Косметолог

Вся косметика со SPF-защитой работает, но ее эффективность зависит от типа кожи и уровня защиты. Отмечу, что важно летом использовать защитные спреи для волос, особенно тем, у кого они окрашены: волосы тоже подвергаются воздействию ультрафиолетовых лучей.

создают экран и таким образом отражают лучи, — поясняет эксперт. — К тому же последние не раздражают кожу и не вызывают аллергии, поэтому средства с ними выбирать наиболее предпочтительно.

При этом, подчеркнули в Роскачестве, ультрафиолет имеет и положительное влияние на организм. Например, он обеспечивает синтез витамина D, который важен для формирования костей и играет важную роль в предотвращении злокачественных опухолей, заболеваний печени, сердца. Поэтому использовать SPF-защиту надо с умом и в меру.

На заметку

Загорай и время засекай

■ **Выбирая косметику, мы практически всегда ориентируемся на свой вкус. Точно так же нужно действовать и при покупке средств со SPF-защитой.**

В первую очередь отталкиваемся от того, как быстро загорает ваша кожа.

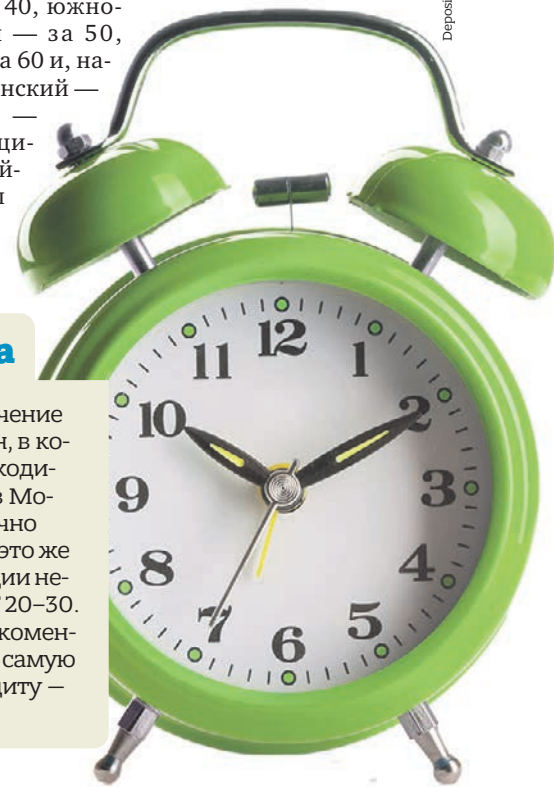
— Кельтский тип (очень светлый) обгорает в среднем за 20 минут, светлокотный европейский — за 30, темнокожий европейский — за 40, южно-европейский — за 50, азиатский — за 60 и, наконец, африканский — за 70 минут, — поясняют специалисты «Российской системы качества».

Цифра после аббревиатуры

SPF, например 10, обозначает, что вы можете находиться на солнце в 10 раз дольше обычного, то есть если бы не воспользовались защитной косметикой. Таким образом, если вы обгораете за 30 минут, то это время нужно умножить на цифру после аббревиатуры SPF, и получится время, в течение которого можно находиться на солнце при использовании данного средства.

Справка

Большое значение имеет регион, в котором вы находитесь. Утром в Москве достаточно SPF 4–10, а в это же время в Турции необходим SPF 20–30. Для детей рекомендуется брать самую высокую защиту — SPF 50.



Уход

Сыворотка вместо тонального крема

■ **В магазинах косметики можно найти кремы, тональные средства, пудру, спреи и другие товары со SPF-защитой. Но пользоваться всеми сразу не нужно.**

Профессиональные косметологи отмечают, что лучше выбрать какой-то один продукт с эффектом защиты от солнца, потому что накопительного при нанесении одновременно нескольких средств все равно не будет.

В жаркую погоду специалисты рекомендуют отказаться от

использования тонального крема, потому что у него слишком тяжелая текстура. Лучше всего в такой ситуации — увлажняющая сыворотка, а после нее нанести солнцезащитный крем или эмульсию со SPF-защитой.

Обладателям жирной кожи эксперты рекомендуют отказаться в жару от тяжелых кремов и отдать предпочтение средствам с легкой текстурой. Прекрасный вариант — те же сыворотки.

Наносить защитное средство необходимо не менее чем за 30 минут до выхода из дома.



Кстати,

пользоваться средствами со SPF-фильтрами нужно не только для того, чтобы защититься от ожогов. Прямые солнечные лучи провоцируют фотостарение кожи — она становится сухой, появляются морщины.

В противном случае никакого эффекта использование продукта не принесет. Поэтому косметологи советуют всегда иметь при себе средство в компактной упаковке, которое с легкостью может уместиться в сумочке.

Страницу подготовила **Марьяна Шевцова**
vecher@vm.ru

Живые Квартиры 495 241 92 81

ИПОТЕКА ОТ 0,1%
НА ВЕСЬ СРОК

РЕКЛАМА 24-ФЗ. ЗАСТРОЙЩИКИ ООО «А101», ООО «СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ ЗАСТРОЙЩИК «А101» ИПОТЕКУ С ПРОЦЕНТНОЙ СТАВКОЙ 0,1% ГОДОВЫХ ПРЕДОСТАВЛЯЕТ АО «РОССЕЛЬХОЗБАНК» ПРИ СТРАХОВАНИИ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ. БЕЗ СТРАХОВАНИЯ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ СТАВКА СОСТАВИТ 1%. ГЕНЕРАЛЬНАЯ ЛИЦЕНЗИЯ №3349. МИНИМАЛЬНЫЙ ПЕРВОНАЧАЛЬНЫЙ ВЗНОС БОЛЕЕ 50%. СУММА КРЕДИТА ОТ 100 000 Р. ДО 12 МЛН Р. СРОК КРЕДИТОВАНИЯ ОТ 1 ГОДА ДО 5 ЛЕТ. ПРЕДЛОЖЕНИЕ НЕ РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ НА ПОКУПКУ КВАРТИР ПО АКЦИИ, ПО ПЕРЕСТУПКЕ. ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ПО 31.05.21. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ПУБЛИЧНОЙ ОФЕРТОЙ. ПРОЕКТНЫЕ ДЕКЛАРАЦИИ НА САЙТЕ НАШДОМ.РФ. ПОЛНЫЙ СПИСОК СТРАХОВЫХ КОМПАНИЙ, ПОДРОБНОСТИ И УСЛОВИЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ИПОТЕКИ НА САЙТЕ WWW.A101.RU

A101

■ Долларовая инфляция резко ускорилась. Цены в апреле 2021 года в США стали более чем на 4 процента выше, чем в этом же месяце год назад. В какой валюте стоит хранить сбережения? «Вечерка» узнала у экспертов.

Управляющий активами «БКС Мир инвестиций» Андрей Русецкий считает, что для защиты от долларовой инфляции за американскую валюту стоит покупать на бирже сырье. Тут Россия и наши акции выглядят очень привлекательно. Эксперт Комитета Госдумы по финансовому рынку Ян Арт пояснил: чтобы зарабатывать на бирже, нужно как минимум понимать — акции каких компаний покупать, а каких нет. Это понимание есть только у профессионалов. Кандидат экономических наук, преподаватель МГУ Виктор Кудрявцев, уточнил: — Правительство США в пандемию активно раздавало «вертолетные» деньги, потому что многие граждане не работали. Эта раздача и привела к ускорению инфляции. Но го-

Рада доллару копилка

Что происходит с курсом американской валюты



В средней и долгосрочной перспективе курс американского доллара относительно рубля все равно будет расти

Евро стоит откладывать, если вы собираетесь за границу за покупками

ворить о том, что доллар рухнет, я бы не стал. Ян Арт считает, что обычным москвичам доллары нужно продолжать покупать — несмотря на то, что в Штатах их покупательная способность снижается.

— Приобретать доллары в качестве средства инвестиционно логично, потому что в средней и долгосрочной перспективе их курс относительно рубля будет расти, — убежден эксперт. — Да, в истории были слу-

чай, когда доллар к рублю снижался. Но, во-первых, несильно, а во-вторых, ненадолго. Если не спеша копите на машину, квартиру, на старость, то покупать американскую валюту — вполне логично. Евро, по словам Яна Арта, не лучшее средство инвестиций, так как это валюта потребления. Ее стоит копилить, если вы собираетесь ехать в Европу, чтобы делать там какие-то покупки.

Виктор Кудрявцев согласен: — Доллар — основная валюта, к которой привязано все и вся. Между ним и евро логичнее выбрать доллар. Что касается рублей, то, по мнению экспертов, депозиты в банках не позволяют сохранить деньги от инфляции, так как ставки по ним редко превышают 5 процентов. А потребительская инфляция достигает 10–15.

Никита Миронов
vecher@vm.ru

КОМПЕТЕНТНО

Алексей Корнев
Аналитик группы компаний «ФИНАМ».



Игры с криптовалютой напоминают казино

Мировые биржи криптовалюты реагируют на высказывания миллиардера Илона Маска снижением курса биткойна. Цена самого популярного криптоактива резко снизилась и дошла до 46,2 тысячи долларов. Напомню, миллиардер заявил, что его компания не будет использовать криптовалюту, пока майнеры не перейдут на более экологичные способы выработки энергии. Он не исключает, что в будущем Tesla вернется к работе с биткойном, однако для этого методы майнинга (создания) валюты должны перейти на «зеленые» стандарты.

Лично я подозреваю, что Илон Маск как очень крупный игрок рынка сознательно пытается играть с курсом биткойна, чтобы на нем заработать. Дело тут не в «зеленой» энергетике, а в личной выгоде. И все же вопрос в другом — а стоит ли нам, простым людям, вкладываться в криптовалюту? Видов таких «денег» сегодня много. Не только биткойн. Набирает популярность так называемый эфир. Свою криптовалюту в свое время создала Венесуэла, пытается справиться с гиперинфляци-

ей валюты обычной. Ольга Бузова создала бузкойн — криптовалюту имени себя. Суть этих «денег» — полнейшая эфемерность. Если обычные средства обеспечены какими-то товарами и услугами, на которые их можно обменять, то криптовалюта не обеспечена вообще ничем. Ее курс зависит от того, как ее майнят и как часто используют в транзакциях, то есть сделках. Можно ли на криптовалютах заработать? Да, конечно. Когда, например, курс биткойна вырос с 10 до 20 тысяч долларов, многие ахнули: «Ах, как круто! Ну, наверное, больше уже не будет». А он вырос аж до 70 тысяч. Другой вопрос, что игры с криптовалютой очень напоминают игры в казино. Если вы любите рулетку — риск, адреналин, возможность быстро разбогатеть, то вам, конечно, можно в криптовалюту вложиться. Но при этом нужно понимать, что шанс выигрыша — примерно, как в казино. Да, возможно, повезет, но шанс проиграть все — значительно, несопоставимо, выше. Выбор за вами. Но лично я с криптовалютой никогда не связывался.



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

ЮВЕЛИРНАЯ ВЫСТАВКА

JUNWEX

НОВЫЙ РУССКИЙ СТИЛЬ

19–23 мая 2021 • ВДНХ, павильоны 55, 57

Время работы с 11:00 до 20:00 (23 мая до 17:00)

ПРИГЛАСИТЕЛЬНЫЙ БИЛЕТ

ОРГАНИЗАТОР: ООО «РЕСТЭК ИВЕНТ МЕНЕДЖМЕНТ ТЕХНОЛОДЖИ»

JUNWEX
ОТРАСЛЕВОЙ МЕДИА-ХОЛДИНГ

junwex.com



CHAMOVSKIKN
JEWELLERY HOUSE

0+

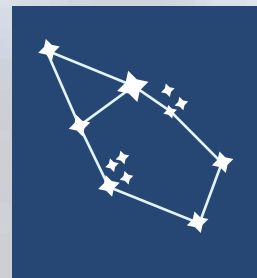
В минувшие выходные мир отметил День астрономии. Праздник отмечают после весеннего равноденствия в субботу, при условии, что уже видна первая четверть Луны. Что еще, кроме спутника Земли, можно разглядеть на майском небе, «Вечерке» рассказал глава Московского астрономического клуба и организатор Всероссийского астрономического фестиваля Андрей Остапенко (на фото).



— К сожалению, огни столицы мешают астрономическим наблюдениям. Сегодня, чтобы найти по-настоящему темное небо, очень сложно, но если уйти подальше от городских магистралей, вглубь какого-нибудь парка, — то уже возможно понаблюдать, например, за планетами. Так, 17 мая Меркурий удалится на максимальное расстояние от Солнца, и теперь его можно увидеть даже невооруженным глазом на фоне вечерней зари, он на западе над горизонтом. И помните: у вас примерно неделя. Потом он обратно приблизится к Солнцу и потеряется в его лучах. К слову, великий астроном Николай Коперник, доказавший, что именно Солнце находится в центре мира, а все планеты вращаются вокруг него, за всю свою жизнь так и не увидел Меркурий. На западном небе сейчас также виден Марс, правда, для этого лучше вооружиться телескопом. Планета перемещается на фоне созвездия Близнецов и, честно говоря, выглядит как не очень яркая звезда. После 20 мая очень низко над западным горизонтом из-за Солнца появится Венера. Она начнет удаляться от светила, и с каждой неделей условия ее видимости будут улучшаться. И уже в июне, хотя и не в идеальных условиях, будут видны Юпитер и Сатурн. Если повезет, до конца месяца можно увидеть Майские Аквариды, рожденные кометой Галлея. Она оставила после себя пылевой след, и когда Земля проходит сквозь него, мы видим на небе метеорный поток. Пик «звездпада» уже прошел, но шанс увидеть быстрый яркий метеор, оставляющий после себя длинный след, все же есть. Кстати, следующий красивый метеорный поток — Персеиды — будет в августе.

Персей

Где искать: на севере у горизонта
Созвездие названо в честь Персея, который победил Горгону медузу, взглядом обращавшую человека в камень. Ярчайшая звезда — Мирфан (в переводе с арабского — «локоть»), она в 5000 раз ярче Солнца. Алголь (в переводе с арабского — «чудовище» или «дьявол») на древних картах обозначает глаз головы Горгоны. Может показаться, что она подмигивает. В действительности это две близко расположенные звезды, которые периодически затмевают одна другую.



Возничий

Где искать: слева (западнее) от Персея
Самая яркая звезда: Капелла (в переводе с латыни — «коза»). Когда-то рядом с Возничим находилось созвездие Козы с козлятами, названной так в честь козы Амалфеи, вскормившей самого бога Зевса-громовержца. Однако постепенно созвездие стало неотъемлемой частью Возничего, поэтому в астрономических атласах колена преклоненного человека нередко изображали с козой на спине и двумя козлятами, сидящими на его левой руке, а в правой держащего узду и стремя.

Кассиопея и Цефей

Где искать: на северо-востоке
Кассиопея состоит из 150 звезд. Пять ярчайших образуют букву «М». Кассиопея, жена царя Кефея (Цефея), решила, что она красивее всех, и за это обречена кружиться вокруг Северного полюса. Цефей — неправильный пятиугольник. Чтобы его найти, нужно мысленно провести линию от звезды Шедар через Каф. Следующая яркая звезда — Альдемарин. По прогнозам ученых, в 8300 году к ней перейдет роль Полярной звезды.



Пегас

Где искать: под созвездиями Цефей и Кассиопея, вблизи горизонта
Пегас — крылатый конь. По легенде, он выпрыгнул из туловища Горгоны, когда Персей отрубил ей голову. Основную часть созвездия составляет большой квадрат, образованный четырьмя звездами, самая яркая из которых — Альферац (от арабского «конь») — принадлежит также созвездию Андромеды.



Смотри внимательно



Для наблюдений за небом астроном-любителю нужен телескоп. При выборе прибора обращайте внимание на диаметр объектива — как минимум 70 миллиметров. В него можно увидеть кратеры Луны, фазы Венеры, спутники Юпитера, кольца Сатурна и яркие туманности. Бинокуляр с 7–10-кратным увеличением и диаметром объектива от 30 миллиметров тоже понадобится. В него можно увидеть Луну, Млечный Путь, при оптимальных условиях — туманности галактики и пылевые прожилки.

Полное суперлуние

Самый живописный в этом году лунный диск украсит ночное небо 26 мая. В этот день мы увидим не просто полнолуние, а суперлуние: естественный спутник Земли приблизится к ней на максимально возможное расстояние. Это небесное явление совпадет с другим — полным затмением Луны. Правда, в России его увидят только жители Дальнего Востока и частично — юго-востока Сибири. В Москве же в это время будет день. К моменту затмения Луна будет находиться в созвездии Скорпиона над Антаресом, его главной звездой.



Чем больше о Луне, тем что жизни тельную то рат «Луна-авший 7 обратную

Великий астроном Николай Коперник никогда не видел Меркурий

Большая Медведица

Где искать: высоко на западе
Это созвездие, пожалуй, может найти любой человек. Большая Медведица — это не только семь звезд ковша, в созвездие входят более 120 звезд. Древние греки верили, что Большая и Малая Медведицы — две нимфы, спрятавшие маленького Зевса от его жестокого отца Кроноса. За это их и вознесли на небо.



Лев и Гончие Псы

Где искать: под Большой Медведицей
Шумеры называли Льва Большой собакой, но все же закрепилось древнегреческое название. Чтобы увидеть Льва, ищите звезды, выстроившиеся в виде повернутого вправо знака вопроса. Точка внизу — Регул, самая яркая звезда созвездия. Гончие Псы — Астерион и Хара, их Волопас натравливал на Большую Медведицу. В созвездии — одна из самых красивых двойных звезд, Сердце Карла.

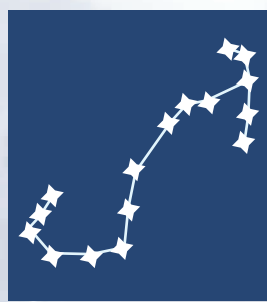
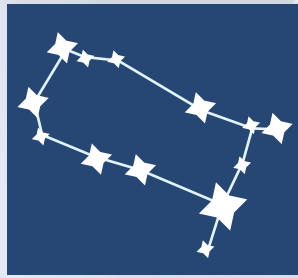
Звезда мне подмигнула

Созвездия майского неба хранят красивые легенды

е люди узнавали
и яснее понимали,
там нет. Оконча-
чку поставил аппа-
-3», сфотографиро-
октября 1959 года
сторону Луны

Близнецы

Где искать: на северо-западе
Выглядит созвездие как большая наклоненная буква «П», в основе которой лежат две яркие звезды-«близнецы» Кастор и Поллидевк. Родители этих мифологических братьев — царица Леда и Зевс, явившийся к ней в образе лебедя, а сестра — Елена Прекрасная, вино-вица знаменитой Троянской войны. По легенде, именно они научили юного Геракла обращаться с ору-жием. За все их подвиги Зевс-отец вознес братьев на небо.



Скорпион

Где искать: вблизи горизонта
Однажды охотник Орион по-ссорился с богиней Артемидой. Чтобы отомстить обидчику, она отправила к нему своего скорпи-она. Орион погиб, но на небе он не сдается: как только на востоке появляется Скорпион, Орион скрывается на западе так, что уви-деть оба созвездия одновременно не получится.

Дева

Где искать: на юго-западе
Это второе по размерам созвездие, первое место принадлежит Гидре. Дева за-нимает целую треть небосвода. В древних звездных атласах созвездие изображали в виде крылатой девушки, держащей в руке колос зрелой пшеницы, поэтому самая яркая звезда созвездия называется Спика, в переводе с латыни — «колос».

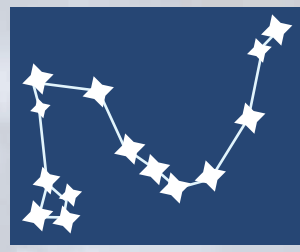


Лебедь

Где искать: на востоке
Названия главных звезд Лебеда в переводе с арабского означают различные части тела птицы: Ги-енах — крыло, Садр — грудинка, Альбирео — клюв, Денеб — хвост. Все они образуют Северный крест, который вытянут вдоль Млечного пути. Древние люди сравнивали его с летящей птицей. Денеб — ярчай-шая звезда Лебеда, она в 140 раз ярче Солнца.

Дракон

Где искать: голова Дракона нахо-дится прямо над созвездием Лебедь. Она напоминает ковш Малой Медведицы, за ней — длинный дугообразный хвост. С юга Дракон огибает Малую Медведицу, многим кажется, что он ее таким образом защищает. Одна из самых извест-ных звезд созвездия, Этамин, ярче Солнца в 471 раз. Ученые считают, что всего через несколько миллионов лет она станет самой яркой на небе.



Волопас

Где искать: в южной части неба
Волопас — первый земледелец, который обучил чело-вечество своим премудростям, за что и удостоился места на небе. В безлунную и безоблачную ночь в созвездии Волопас невооруженным глазом можно увидеть до 90 звезд. Самые яркие из них (в том числе Арктур — третья по яркости звезда на небосводе) сложились в подобие веера.

рник



Геркулес и Северная Корона

Где искать: рядом с созвездием Волопас
Соединяем яркие точки созвездия в трапеции с общим основанием. Греки дополняли рисунок еще не-сколькими звездами, и получался Геракл. В правой руке — палица, в левой — змеи, что напали на него в колыбели. Северная Корона — незамкнутое кольцо из 36 звезд. По легенде, она принад-лежала Ариадне, которая помогла Тесею выбраться из лабиринта.

Змееносец

Где искать: ниже Северной Короны и Геркулеса
Одно из немногих созвез-дий, косвенно связанное с исторической личностью. Несколько тысяч лет назад в Египте жил известный врач и архитектор Имхотеп. Говорят, именно он стал прообразом бога медицины и врачевания Эскулапа.

Лири

Где искать: на юго-востоке высоко над горизонтом
Если мысленно соединить самые яркие звезды Лиры, получится правильный параллелограмм, в верхнем углу — Вега. Она в 2,5 раза больше Солнца.
Звездная лира когда-то принадле-жала Орфею.

Орел

Где искать: под созвездием Лиры
Хищная птица по приказу Зевса похитила Гани-меда и доставила его на Олимп. Ярчайшая звезда созвездия, Альтаир, в переводе с арабского — «парящий орел». Одна из самых близких к нам звезд: всего 16 световых лет. Альтаир с Вегой из созвездия Лиры и Денебом из созвездия Лебеда образуют на небе летне-осенний треугольник.

Прямая речь

Сергей Рязанский
Летчик-космонавт, Герой России

На МКЗ звезды видно постоянно, их гораз-до больше, чем мы наблюдаем с Земли. Впервые прилетев на станцию, я посмо-трел в иллюминатор и не смог сразу найти Большую Медведицу: созвездие затерялась среди огромного ко-личества ярких звезд, которые скрывает ат-мосфера. Больше всех мне нравится созвез-дие Скорпиона: я сам по гороскопу Скорпи-он, а еще оно безумно красивое.

■ **Певица Валерия в апреле отметила день рождения, а не так давно на свет появилась ее первая внучка. Артистка рассказала «Вечерке» о том, как она ощущает себя в роли бабушки, о своей всеядности и стройности.**

Валерия, с прошедшим вас днем рождения!

Что обычно ощущаете в этот праздник?

Какое-то двойственное чувство. Наверное, лет с 25 можно начать испытывать и некую грусть. Ведь день рождения напоминает о том, что мы становимся старше, годы летят... С другой стороны, получаешь много поздравлений, люди шлют тебе свою добрую энергию. И часто она идет от тех, кто знает тебя не лично, а лишь как артиста. Поэтому день все равно счастливый. Понимаешь, что ты нужен, любим, жизнь продолжается, и она прекрасна — наполняется какими-то новыми красками, событиями. Какими своими творческими проектами могли бы поделиться?

Например, дуэтной песней «До предела», которую мы записали вместе с Максом Фадеевым в апреле того года и создали клип. Был разгар пандемии, поэтому снимали нас отдельно — каждого в своем доме. В итоге почти за год видео набрало более 14 миллионов просмотров. И сейчас идет активное накопление материала. Я точно знаю, что моя аудитория всегда со мной и она не ждет от меня каких-то резких перемен. Порой, когда артист выпускает что-то нестандартное, это может почитателей его творчества и разочаровать. Конечно, у каждого времени свои герои. Ни я, ни какой-то другой человек моего поколения не станет сегодня кумиром для 16-летних ребят. Это нормально. К такому по-

ложению вещей отношусь с пониманием.

Аудитория у Валерии сегодня какая?

18 лет назад к уже существующим поклонникам присоединилось большое количество молодежи, после того как на свет появилась песня «Часики». Моя аудитория растет, и она моложе меня. Это очень приятно. Сейчас время требует, чтобы новый материал появлялся чуть ли не каждые две-три недели. Я активна, но не стремлюсь работать в подобном режиме, потому как невозможно творить шедевры с такой периодичностью. Буду и дальше развиваться, создавать что-то новое, но я хочу существовать в своем мире, делать то, что мне

но, хожу к косметологу, делаю процедуры. Но самое основное — это ощущения. Нужно стремиться к молодости и легкости. Не в плане легкомыслия, какой-то легковесности и невосприятности

действительности, просто мы должны уметь отгонять от себя негатив. Я стараюсь идти по жизни с высоко поднятой головой. Надо смотреть на небо и солнце и радоваться жизни. Но это не значит, что она у меня простая, что все прекрасно и замечательно и ничего не заботит. В любом случае нельзя сгибаться и унывать. Иначе процесс старения будет происходить быстрее.

Буду продолжать существовать в своем мире и делать то, что мне нравится

Забочусь о внучке и радуюсь жизни

Певица Валерия о секретах молодости, своей аудитории и принципах

нравится. Нет желания размениваться.

Выглядите вы потрясающе. Как удается? Про вас можно точно сказать — «паспорт долой».

Я так и живу — «паспорт долой» (улыбается). Как и все женщины, естествен-

Люди порой сами ему еще и помогают.

А определенного питания придерживаться стараетесь?

Не скажу, что я фанатка какой-либо молекулярной кухни — это нельзя, то нельзя. Может, прозвучит странно,

Предоставлено Валерией



Детали к портрету Валерии

■ **Золотая медалистка.**

Валерия росла девочкой любознательной. Она с большой охотой посещала школу, и у нее была отличная успеваемость по всем предметам. Особенно нравилась математика. Школу будущая певица окончила с золотой медалью и планировала поступать на исторический факультет МГУ имени М. В. Ломоносова (на отделение истории искусств), но в итоге планы на жизнь изменились.



■ **Увлечение йогой.** Гордость Валерии — ее здоровый образ жизни и великодушная физическая форма. При росте 170 сантиметров она поддерживает вес 58 килограммов. Ее девиз: «Вместо сладкого — спорт!» Валерия серьезно увлекается йогой: в 2010 году написала и издала книгу о йоге, которая пользуется большой популярностью.



■ **Автобиография-сенсация.**

В 2006 году Валерия издала свою автобиографическую книгу «И жизнь, и слезы, и любовь». Певица впервые поделилась шокирующими и сенсационными подробностями семейной жизни с бывшим мужем-продюсером, отцом троих детей Александром Шульгиным. В книге рассказывается о том, сколько ужаса пережила Валерия — экс-супруг ее избивал. Эта история бурно обсуждалась публикой и чуть было не стала причиной завершения карьеры певицы. Но, несмотря ни на что, Валерия всегда старалась сохранить чувство юмора. И сегодня на многие вещи смотрит с улыбкой и надеется только на лучшее.



ДОСЬЕ

но я, наоборот, абсолютно всеядна. Ем все, но контролирую порции. Если вдруг произошел перебор, чего-то переела, на следующий день делаю разгрузку. Вообще, стараюсь питаться сбалансированно, правильно, и для меня важно, чтобы пища была легкой, нежирной и не только полезной, но и вкусной. Употреблять пресную, унылую еду — не моя история. Например, я обожаю авокадо. Во время пандемии этот продукт стал для меня самым любимым. Ела его и на завтрак, и на обед, и на ужин. И еще по утрам в моем меню всегда есть каша.

Вместе с известным певцом и предпринимателем Эмином Агаларовым вы создали систему питания. В чем ее суть?

Вопросу здорового образа жизни и питанию я уделяю большое внимание на протяжении многих лет, экспериментировала на себе. У меня и возникла идея создать свою программу. Наш сервис для тех, кто хочет питаться правильно, но у кого нет возможности и времени составлять сбалансированный рацион и готовить полезные блюда самим. Чтобы идею осуществить, нужно было найти классного ресторатора. С Эмином мы дружим давно, вот я к нему и обратилась. Он мою задумку поддержал с удовольствием.

Сами готовите какие-либо блюда?

Когда-то делала это каждый день, и получалось прекрасно. Просто если есть возможность не стоять у плиты, зачем тратить время? Его можно провести с большей пользой. Но иногда в праздники, если близкие хотят отведать что-нибудь мое, тогда, конечно, их радую.

В первый день нового 2021 года вы стали бабушкой. Как ощущаете себя в такой роли?

Прекрасно! В нашей семье появилось чудо — точка

Валерия Перфилова (сценическое имя — Валерия) родилась 17 апреля 1968 года в Аткарске Саратовской области. В 1990 году окончила Государственный музыкально-педагогический институт имени Гнесиных. Народная артистка России, Чеченской и Кабардино-Балкарской республик, член Совета по культуре и искусству при президенте РФ. Лауреат и обладательница 13 премий «Золотой граммофон», четырех премий «Муз-ТВ», двух премий MTV Russia Music Awards, 13 премий «Песня года».

притяжения. Хочется находиться с Селин каждую свободную минуту. Девочка чудная, активная, общительная, с отличным характером, не капризничает беспричинно, а только подает голос, когда желает спать или есть. И ей нравится, как я пою. Она подключается, все понимает, пытается звуки повторять. Не помню, как себя вели мои дети, будучи крохами. Я никогда не имела нянь и помощниц, в основном с младенцами находилась одна. И в день надо было переделать тысячу дел. Наблюдать за тем, как растут дочка и сыновья, и вникать в детали их поведения времени просто не оставалось. А сейчас я это делаю, безумно интересно исследовать, следить за процессом. И получаю большое удовольствие, когда внучка меня узнает.

Беседу вела
Динара Кафискина
vecher@vm.ru

■ Музыка и спорт. Валерия росла ребенком разносторонним. Успешно обучалась в музыкальной школе по классу фортепиано и еще посещала уроки танцев. Привлекал ее и спорт — занималась волейболом и лыжами.

Обидно за Алину

Почему «Мисс Россия» Алина Санько не прошла в полуфинал «Мисс Вселенная»

■ Один из самых престижных в мире конкурсов красоты «Мисс Вселенная» прошел 16 мая в американском штате Флорида. Представительница России, 22-летняя Алина Санько, не попала даже в полуфинал, что вызвало негодование у россиянок.

Титул «Мисс Вселенная» завоевала 26-летняя Андреа Меза из Мексики. А вот Алине Санько из города Азова Ростовской области не дали даже блеснуть в полуфинале конкурса. Однако ее параметрам завидовали многие конкурентки.

— Конкурс красоты — это достояние государства, — комментирует «Вечерке» продюсер международных конкурсов красоты Вадим Хусаинов. — В нашей стране очень много красивых девушек, но на конкурсе «Мисс Вселенная» мы никак не можем занять призовое место, потому что такая ситуация сложилась вокруг России. Возьмите «Евровидение», Олимпиаду... Нас везде задвигают. Очень обидно, что страна, в которой проживает более 180 на-

Внешним данным нашей конкурсантки завидовали даже многие другие участницы

циональностей, выбирает одну участницу, она едет на конкурс и в итоге выступает массовой для филиппинок, бразильянок, мексиканок... Еще до объявления этой новости было понятно, что Алина Санько не попадет в полуфинал. И это зависело не от нее, а от организаторов конкурса. Красавицы из России не могут выиграть априори. Им в этом году даже близко не дали бы подойти к пьедесталу, еще и потому, что в жюри не было представителя от нашей страны. То есть мы там

Внешний Проксифей/ТАСС



Нашу страну задвигают на «Евровидении», Олимпиаде и на конкурсах красоты

выступили как статисты. Алина Санько — девушка очень красивая, достойная. Если ее поставить рядом с тройкой победивших конкурсанток, все скажут, что Алина лучше всех.

Скандал

Куда делись деньги?

■ Экс-солист легендарного ансамбля «Песняры» Леонид Борткевич ушел из жизни 13 апреля. И сейчас за его состояние начинается борьба.



Известно, что Леонид Леонидович был женат трижды. У него трое сыновей, одного из которых родила поклонница его творчества Ирина Померанцева, не будучи с ним в браке. И мало кто знает, что у Борткевича есть также

внебрачная дочь. Однажды мама девочки хотела рассказать об этом публике, но не стала. Есть предположения, что ее запугали. Кому-то из окружения артиста невыгодно, чтобы общественность узнала о существовании дочери, из-за наследства. Незадолго до смерти артист продал дом за миллион долларов, приобрел квартиру в Минске стоимостью около 100 тысяч долларов. Сделку по продаже жилья совершила бывшая супруга Борткевича Татьяна. С ней он развелся полтора года назад. Близкая подруга Леонида Леонидовича недоумевает, куда же делись остальные деньги. Не мог же он их потратить... По ее словам, в последние годы Борткевич был очень одинок и жил в кошмарных условиях. Оба холодильника в его квартире пустовали.

Покупка

Целое состояние на авто



■ Рэпер Тимати приобрел авто, стоимость которого в салонах стартует от 20 миллионов рублей.

Тимати готов радовать своих детей бесконечно и не жалеет на них никаких денежных купюр. Вот и эту машину, на которую потратил целое состояние,

он взял для годовалого Ратмира. В принципе, звездный рэпер может позволить себе любую покупку. Ведь он давно преуспевает не только в творчестве, но еще и в бизнесе. Имеет сеть тату-салонов, владеет автомобильными ресторанами... И его бизнес развивается успешно.

Подготовила **Динара Кафискина** vecher@vm.ru

АТМОСФЕРА

Екатерина Рощина

Обозреватель



Пять минут до лета

Календарное лето еще не наступило — можно еще сказать, сейчас самое чудесное время: пять минут до лета... Это время очень счастлирое, очень радостное. Радуются дети — скоро каникулы. Радуются дачники: можно безбоязненно высаживать рассаду. Радуются влюбленные, ведь пора сирени и тюльпанов в разгаре. А какое веселье и шум в природе! Ночью оглушительный хор соловьев соперничает с хором лягушек, какие-то насекомые стрекочут в спящих одуванчиках. А перед рассветом вдруг все замолкает,

и стоит торжественная, просто предпремьерная тишина. Занавес ночного тумана расступается; и вот оно, солнце. Поднимается стремительно и осматривает свое цветочное войско. Вместе с ним сад обожуживает какой цветок сегодня еще удивит и порадует? Капельки росы дрожат на листьях, от земли поднимается пар. Набухают пионы, и ужасно хочется узнать, как будет цвести тот, загадочный, который три года чего-то себе думал и не хотел показывать цветки. Отрастает подмерзшая за зиму лаванда. Зацветает клубника, а с черешни, наоборот, уже падают лепестки, так похожие на снег. Пробиваются

ирисы, похожие на острые копыя. Подернута розовым дымом старая яблоня. И еще большое удивление и радость: вернулись ласточки. Лепят новое гнездо прямо под коньком крыши. Эти ласточки уже жили здесь в прошлом году и вывели птенцов, поставили на крыло. Покружились над домом и, собравшись в стаю, улетели в теплые края... Как грустно было

тогда не слышать уже привычного щебетания, не видеть снующих зигзагом птиц! Жизнь приучилась расставаться навек. Мы не даем друг другу обеща-

ний «до скорой встречи». Как получится — так и ладно. Но в глубине души всегда надеемся на то, что все еще повторится. И вот эта поздняя весна, или раннее лето, — как угодно, — уверенно говорит: повторится! Обязательно все повторится, и все еще будет. Вот и ласточки вернулись на старое место. Они бодрые, веселые и «взяли ипотеку» — лепят свой домик. Работают слаженно, дружно. Еще позавчера только приступили к работе, а сегодня вот уже полностью могут спрятаться в свое гнездо. Милое ласточкино личико выглядывает из домика. Все будет хорошо, чирикает мне она. Впереди еще — целое лето!

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

Море

Шлаки — прочь!

■ Санатории для похудения есть и в Крыму. Там предлагают множество программ — детоксикация организма, лечебное голодание, оздоровительная физкультура, массаж.

Все это поможет очистить организм от шлаков, нормализовать обмен веществ и избавиться от ненавистных килограммов. Кстати, крымские курорты часто выбирают российские звезды. Актрисы Дарья Мельникова (на фото), Екатерина Шпица, стилист Влад Лисовец отдыхали там в прошлом году.



Евгения Новоженина/РИА Новости

■ На днях сервис по бронированию отелей назвал самые лучшие курорты для желающих похудеть. В первую тройку вошли Алушка, Пятигорск и Лоо. «Вечерка» вместе с экспертами выяснила, где москвичам помогают сбрасывать вес во время отдыха и как это происходит.

Директор туристической фирмы Диана Фердман рекомендует — если вы не хотите ехать далеко, то есть вариант отдохнуть и привести себя в форму в Подмосковье. Например, одна из клиник-санаториев предлагает разные программы — «очищение и омоложение организма», курс по коррекции фигуры с массажем, бассейном и оздоровительной физкультурой, а также детокс-питанием. Стоимость пребывания там зависит от количества дней и варианта номеров. Стандартная программа на неделю обойдется в 90 тысяч рублей. В стоимость будут включены все процедуры, питание и проживание.

— Можно также отправиться на Алтай в знаменитый центр лечебного голодания, — рассказывает Фердман. — Одна из его программ называется «сбросить лишнее». В ее основе лечебное голодание, рассчитанное на четыре дня. По словам специалистов центра, такая практика запускает особые процессы клеточного очищения в организме — сжигает жировую ткань, используя ее в качестве источника энергии.



Стоимость программы — от 30 тысяч рублей

Голодай, турист

Набирают популярность курорты для похудения

В курорт также включены массаж, целебные ванны, фитобочки, пилинги, бассейн, физкультура и многое другое. Снижение веса происходит под наблюдением врачей. Стоимость недельной программы там — 94 тысячи рублей.

Врачи предупреждают: лишние килограммы нужно сбрасывать аккуратно.

— Прежде чем начинать худеть, необходимо оценить

состояние организма, исключить возможные противопоказания, — говорит врач эндокринолог-диетолог Виктор Жилиев. — У людей с избыточным весом часто встречаются камни в почках, сердечно-сосудистые заболевания, повышенный сахар. Многие люди даже не подозревают об этом. И если человек начнет резко ограничивать себя в еде и подвергать организм

В основе терапии — омоложение и очищение организма посредством минеральных вод

интенсивным нагрузкам, то это может привести к обострению заболеваний и даже необходимости хирургического вмешательства.

Диетолог Елена Соломатина считает, что выбирать санаторий и программу нужно с учетом ваших пожеланий. — Если вы хотите сбросить 3–5 лишних килограммов, вы молоды и достаточно натренированы, то вам подойдет интенсивное похудение. Но если у вас много избыточного веса, есть сопутствующие заболевания, то худеть нужно постепенно и под строгим присмотром врачей, — отметила диетолог.

Горы

По примеру Лещенко

■ Один из санаториев Ставропольского края расположен прямо у подножия горы Машук.



Personas

Специалисты учреждения предлагают провести в нем сначала подробную диагностику всего организма, а только потом выбрать нужную программу. Этот вариант идеально подходит для тех, кто хочет сбросить лишнее, но имеет еще и сопутствующий недуг. Стоимость недельного пребывания в санатории составляет около 30 тысяч рублей. За некоторые лечебные услуги придется доплатить. На курортах Ставропольского края можно встретить знаменитого артиста Льва Лещенко.

Природа

Банька с Басковым

■ Один из самых знаменитых санаториев Карелии расположен в 55 километрах от города Петрозаводск.

Что интересно, этот курорт был создан еще Петром Великим. Санаторий предлагает множество лечебных программ. Например, спортивно-оздоровительный массаж, плавание в бассейне, лечебную физкультуру, обертывания лечебными грязями и курс приема воды из минеральных источни-



@nikolabaskov

ков. Стоимость недельного пребывания там — около 30 тысяч рублей. К слову, карельские бани предпочитает знаменитый певец Николай Басков (на фото), а телеведущий Андрей Малахов даже отметил там свое сорокалетие.

НАДО ПОНИМАТЬ

Александр Хохлов
Обозреватель



**В чешском пиве
слишком много пены**

Неуловимые российские су-перагенты «Петров» и «Боширов» тихо смеются в сторонке: ситуация с расследованием давних взрывов на складе в нежданно прославившейся на весь мир деревушке Врбетице становится все более анекдотичной. Министр юстиции Чехии Мария Бенешева опровергла заявление президента страны Милоша Земана о наличии нескольких версий в расследовании взрывов во Врбетице в 2014 году. Земан сказал всего-то, что подрыв арсеналов мог быть не только происками коварных российских спецслужб, но и банальной попыткой скрыть нехватку оружия. То есть своровали его свои, а затем свои же рванули склады, чтобы концы — в воздух. О том, что после взрывов на складах во Врбетице в 2014 году недосчитались большого количества вооружений, на днях сообщило пражское издание Mladá fronta DNES. «По данным фирмы Imex Group, пропало около одной тысячи ручных противотанковых гранатометов РПГ-7, 800 автоматов, 500 пулеметов, 100 пистолетов и множество сопутствующего оборудования, в частности штык-ножей к автоматам. Все они, полагают на фирме, исчезли после взрывов в конце 2014 года и могли оказаться в руках торговцев оружием на черном рынке», — говорится в сенсационной публикации. Ущерб от пропажи вооружения Imex Group оценила в 100 миллионов крон (4,7 миллиона долларов). Значительную часть этой суммы фирма намерена взыскать с правительства Чешской Республики. В свете этих вскрытыхся товарно-денежных отношений становится понятной неуклюжая попытка чешских властей выставить России счет за «диверсию». Министр финансов страны Алена Шиллерова заявила, что Прага собирается получить от Москвы денежные средства «в соответствии с международным правом». Но не все так просто в этом сложном мире. «Если мы

пойдем путем, например, компенсации ущерба в уголовном судопроизводстве, это займет много времени», — рассудила госпожа министр. Поэтому Шиллерова предложила без разбирательств взять и потребовать у России миллиард крон (около 47,5 миллиона долларов). Прямое вымогательство идет на фоне раздора в чешской элите. Отповедь главы миноста Марии Бенешевой на заявление президента страны — это уже второе «опровержение» неудобных фактов. Первым возмущился премьер-министр Чехии Андрей Бабиш, вновь напомнив Земану, что правоохранительные органы страны расследуют только одну версию — связанную с российскими спецслужбами. Следить за этой перепалкой было бы забавно, если бы скандал не вызвал таких катастрофических последствий в отношениях двух стран. Обвинив российские спецслужбы во взрывах

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

2014 года, в апреле 2021-го Чехия выслала 18 сотрудников российского посольства. В ответ наш МИД объявил персонами нон грата 20 чешских дипломатов. На прошлой неделе Россия включила Чехию в список недружественных стран. Но в Праге все никак не уймется. «Обвинения нашей страны — это все бесосновательно, это все противоречиво, это похоже на бесконечную внутреннюю возню, которая ведется под внешним присмотром, — заявила официальный представитель МИД РФ Мария Захарова. — Каждое заявление, когда они посыпались несколько недель назад, мы комментировали, потом мы поняли, что это уже невозможно комментировать не только извне — уже само чешское общество запуталось в тех версиях и той жуткой риторике, которые они слышат каждый день и получают от своих политиков». Что здесь добавить? Разве что только это: дорогие чешские бывшие друзья, вы или «крестик снимите», или «трусы наденьте».

Хаос под куполом

Дипломаты большого квартета пытаются потушить арабо-израильский конфликт



10 мая 2021 года. Город Газа, израильская система ПВО «Железный купол» перехватывает ракеты выпущенные палестинским исламистским движением ХАМАС

■ В связи с резким обострением палестино-израильского конфликта на минувших выходных состоялись экстренные консультации «ближневосточного квартета». В группу входят Евросоюз, Россия, ООН и США. Они обсудили практические шаги, необходимые для прекращения огня и защиты населения. В МИД РФ отметили

**Сейчас сирена ПВО в Израиле
воет около тысячи раз в день**

необходимость встречи четверки на уровне министров. С 10 мая по Израилю было выпущено более 3000 ракет, почти треть из них перехвачена системой ПВО «Железный купол». Сирена в зоне конфликта сейчас

звучит в среднем тысячу раз в сутки, а авиация Израиля регулярно бомбит сектор Газа. Обострению предшествовал ряд, казалось бы, позитивных перемен. В конце 2020 года усилиями США Израиль был официально

**Прямая
речь**

Алексей Мартынов
Политолог

Нынешнее обострение — следствие внутриполитической обстановки в Израиле. В их регионе светимость трактуют как слабость. А слабость не прощают. Чем закончится, непонятно. Возможно, внеочередными выборами. Это если удастся усилиями мирового сообщества предотвратить полноценную войну.

признан ОАЭ, Марокко, Бахрейном и Суданом. Мировому сообществу это было подано как укрепление мира. Но это сделало палестинское движение ХАМАС радикальней и закрыло его двери для переговорщиков из стран, установивших с Израилем дипотношения. Теперь Тель-Авиву, Палестине, всему региону и миру предстоит расхлебывать плоды триумфальной дипломатии США. А сирены тем временем воют, ракеты летят, люди гибнут.

Андрей Казаков
vecher@vm.ru

Социальные услуги

На правах рекламы

САМОЕ ВАЖНОЕ понимать, что говорят ОКУЖАЮЩИЕ!
СЛЫШАТЬ, что говорят по **ТЕЛЕВИЗОРУ** ТЕПЕРЬ ЛЕГКО!

ПРЕДЛАГАЕМ
СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ
С ПОВЫШЕННОЙ РАЗБОРЧИВОСТЬЮ РЕЧИ!

МИР СЛУХА
www.mirsluha.ru

со скидкой до **50%**

8 (495) 411-90-16

Бесплатная консультация • Выезд специалиста на дом
«Курская», ул. Казакова, д. 6, стр. 1
«Третьяковская», ул. Пятницкая, д. 28
«Сухаревская», ул. Сретенка, д. 27, стр. 1
«Белорусская», ул. 1-я Брестская, д. 62

19017, г. Москва, улица Пятницкая, дом 28, помещение № 1/1, ООО «МИР СЛУХА Пятницкая», ОГРН 11574652953, получено 15.06.2015

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ПЕНСИОНЕРАМ! 27 мая

Иду узнавать о договоре ренты
Послушаю и Сама решу

26 лет стабильной работы!

Все о договоре ренты
на Дне открытых дверей в "Жилсоцгарантии" 27 мая
Записывайтесь по телефону: **8 (495) 626 45 55**

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

■ У россиян в среднем есть 48 шансов встретить свою любовь. К такому выводу пришел британский математик Бобби Сигалл, проводивший исследование по заказу одной из международных сетей знакомств. Психологи рассказали «Вечерке», насколько эта цифра может быть реальной.

Исследование показало, что идея найти своего единственного спутника очень популярна в стране: 52 процента ищут «того самого» человека, однако некоторые опасаются, что

шансы в реальные встречи с разными людьми для построения отношений, то эта цифра окажется существенно завышена, — говорит эксперт. — В условиях мегаполиса, где проживают миллионы, люди закрыты, им трудно найти общий язык, так как сейчас интернет существенно заменил реальное общение.

Вопрос в том, на основе чего формируются шансы. По мнению Алины Солдатенковой, если речь идет о привлекательности партнера (физической), то испытать глубокое чувство 48 раз невозможно.

— Такая любвеобильность, открытость новому чаще свойственны людям с подвижной психикой, а также подросткам, которые никак не могут определиться в своем интересе: сегодня нравится один молодой человек, завтра другой. Для

Люди часто влюбляются не в человека, а в свой образ о нем

меня это скорее исключение, чем правило, — делится психолог.

Очень часто люди влюбляются не в человека, а в свой образ о нем. В таком случае после окончания старых отношений новые найти гораздо проще. Однако построению отношений всегда что-то мешает. Это и высокие требования, и чрезмерная заикленность, и неумение увидеть другого рядом, негативные установки относительно отношений, различные страхи.

— Отчасти встреча того самого человека связана

с удачей и судьбой. Не все могут найти партнера, даже если хотят этого. Качества, способствующие построению здоровых отношений, — это умение любить, сотрудничать, мириться с недостатками другого, любовь, терпение, честность, умение идти на компромиссы, — пояснила Алина Солдатенкова. Поэтому даже если вам выпал шанс и вас охватило то самое чувство влюбленности, над отношениями придется работать, чтобы сохранить их на долгие годы.

Юлия Зькина
vecher@vm.ru

Советы от профи

Ошибок можно избежать

■ Люди часто задаются вопросом, как встретить свою любовь или избежать «не тех» отношений. Клинический психолог Екатерина Толмачева (на фото) рассказала «Вечерке» несколько рекомендаций.



Не стоит занимать пассивную позицию и, например, не пользоваться сайтом знакомств. Поиск любви — это скорее про навыки получать удовольствие от процесса.

— Если свидание не заканчивается предложением руки и сердца и вас это очень сильно расстраивает, заставляет сомневаться в себе и в принципе возможности обрести счастье, то что-то тут не так. Такое количество напряжения в этой теме будет мешать установлению контакта с другим человеком, — поясняет эксперт. Важно не ставить цель с помощью потенциальных отношений бежать из жизни, которая не удовлетворяет, а наполнять ее, менять.

— То есть не искать вторую половинку, а самому стать целостным. Чтобы, встретив такого же наполненного человека, получить шанс на здоровые крепкие отношения, — советует Екатерина Толмачева.

Еще качество, которое стоит в себе развить, — умение говорить о чувствах и проявлять их. Даже на первом свидании это может стать причиной сближения. Если вы волнуетесь, смущены и растеряны — скажите. Тот, кто пришел на встречу с вами, скорее всего, чувствует то же самое.

Юлия Рыжанушкина
vecher@vm.ru

Попытаюсь еще раз

За жизнь выпадает почти полсотни шансов найти свою половину

уже упустили свой шанс. В основном этого партнера можно охарактеризовать как честного, надежного, верного, заботливого и умеющего поддержать. При этом процент тех, кому важны внешность и финансовое благополучие, достаточно мал. Психолог Алина Солдатенкова согласна с результатами исследования, если говорить о шансах, как, к примеру, количество совпадений пар на сайтах знакомств. Она уверена, что тогда цифра может быть вполне реальной.

— Однако если речь идет о том, чтобы превратить эти

Процент людей, кому важны внешность и финансовое благополучие, мал



Depositphotos

Наш опрос: Стоит ли ждать «того самого» человека?



Нелли Восканян
студентка, 20 лет

Ждать никого не нужно, ни своего единственного, ни кого-либо другого. Нас питали иллюзиями об идеальном принце, но в действительности есть ли гарантия, что это ожидание оправдается? Любые отношения — это постоянная работа, это уважение, это доверие и честность. Поэтому лучше не ждать и постоянно задаваться

вопросом «Это тот единственный?», а просто чувствовать сердцем.



Елена Вербина
искусствовед, 43 года

Принцев нет, и идеальных людей не бывает: ни мужчин, ни женщин. А тот единственный — вот происходит в жизни встреча, и это работа двух людей. Они оба стараются стать лучше ради другого. И не потому, что другой этого требует.

Просто хочется радовать друг друга! Я счастлива со своим любимым! Мне с мужем повезло!



Анастасия Баранова
вожатая,
20 лет

Планка девушек к мужчинам очень завышена, и как итог — понимание того, что ни один «меня недостойн»; во-вторых, часто дружеская граница между парнем и девушкой долго стирается, и оба осознают,

что им просто классно дружить друг с другом; и в-третьих, люди, как правило, домоседы, поэтому процесс встречи на середине пути долгий.



Валерия Купцова
студентка, 21 год

Ждать не стоит, нет того самого «идеала», который будет соответствовать всем требованиям, которые могут и меняться со временем. Нужно быть с тем человеком,

с кем вам будет комфортно, кто будет разделять ваши увлечения и поддерживать в трудную минуту. Найти мешает отношение молодых людей к самим «отношениям». Большинству в моем возрасте хочется свободы, легкого флирта, мало кто настроен на серьезные отношения. Я и сама не готова пока войти в отношения.

Москвичей опрашивал
Сергей Шахиджания
vecher@vm.ru

Кстати,

раздражение сигнализирует о том, что партнер нарушил ваши личные границы, а вам не хватило смелости их отстаивать. Злость приведет к ссоре. Постарайтесь успокоиться и откровенно поговорить.



Корреспондент «Вечерки» Александр Кудрявцев в рамках цикла «Наш век», посвященного 100-летию газеты, расскажет об интересных экспонатах музея редакции.

«Вечерка» носит орленка

■ Отдельная часть редакционного музея посвящена педагогам. Среди прочих предметов в экспозиции представлены берет и нагрудный знак юнармейца.

Эти атрибуты участника общественного движения журналистам нашей газеты подарили в 2017 году. Руководители школы № 1329 передали экспонаты на очередном заседании Клуба

Кстати,

не все юнармейцы носят красные береты. Цвет головного убора зависит от рода войск, к которому себя относит отряд. Красный — сухопутные, зеленый — пограничники, оранжевый — МЧС и так далее.



Берет и значок юнармейца, переданные музею газеты отрядом «Путь» из столичной школы № 1329

учителей газеты «Вечерняя Москва».

— На базе нашей школы как раз в 2017 году был образован юнармейский отряд «Путь». Поэтому мы решили, что будет символично скрепить дружбу с «Вечеркой» именно таким подарком и посвятить коллектив газеты в ряды юнармейцев, — рассказала Татьяна Захарова, которая была руководителем юнармейского отряда «Путь» в 2017 году. Берет должен носить каждый участник движения «Юнармия». В этом есть определенное сходство с пионерскими галстуками. Нагрудный знак юнармейца по форме напоминает голову орла, а в его центре изображен контур звезды. Так создатели символа хотели подчеркнуть связь молодежного движения с Вооруженными силами Российской Федерации.



Игорь Иваничкин

Наследники пионерии



Максим Анюсов

23 января 2019 года. Юнармейцы Серафима Седина (слева) и Екатерина Башмур в Диалоговом центре

Движение «Юнармия» многое позаимствовало у советской пионерской организации.

В XX веке школьники с удовольствием играли в «Зарницу». Команды «сражались», пытаясь захватить флаг противника. Чтобы вывести соперника из игры, достаточно было сорвать с него бумажные погоны. Сейчас участниками игры стали юнармейцы. Они демонстрируют навыки в строевой подготовке, сборке и разборке оружия и оказании

первой помощи. Преемственность есть и в символике. Пионерский галстук заменили на удобный берет. Значок с языками пламени пионерского костра стал знаком «орленок». Но есть и отличия. В воспитании пионеров большой уклон был сделан в сторону приверженности одной партии. Сейчас же молодежь учит патриотизму и любви к Родине. Для этого ребята изучают географию, историю и биографии великих людей.

Частности

Недвижимость

- Срочная продажа, аренда квартир на ваших условиях. Т. 8 (495) 925-75-04
- Куплю квартиру, дачу срочно в Москве и МО. Т. 8 (495) 773-46-35
- Риелтор Надежда. Т. 8 (906) 710-71-74
- Сниму кв., комнату. Т. 8 (916) 959-13-08

Транспортные услуги

- Авто Выкуп 24ч. Т. (925) 013-29-97

Работа и образование

- Офис. Т. 8 (916) 108-54-68

Юридические услуги

ГОРОДСКАЯ КОЛЛЕГИЯ ЮРИСТОВ

ДО КОНЦА МЕСЯЦА! **БЕСПЛАТНОЕ** СОСТАВЛЕНИЕ ЗАЯВЛЕНИЯ

на остальные услуги **-50%**

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ ЮРИСТА

звоните прямо сейчас:

8 (495) 145-55-45

Городской Центр ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

- помощь обманутым вкладчикам
- расторжение договора с юристами
- жилищные и наследственные споры
- улучшение жилищных условий
- расторжение договоров аренды
- помощь по списанию долгов

8 (499) 938-96-26

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

ГОРОДСКОЙ МЕЖВЕДОМСТВЕННЫЙ ПРАВОВОЙ КОМИТЕТ

ЮРИДИЧЕСКАЯ консультация бесплатно

- возврат вкладов
- жилищные и семейные споры
- мошенничество
- взыскание и списание долгов

для льготников скидка 70% до конца месяца

8 (499) 938-84-13

Высококвалифицированные Юристы Адвокаты

8 800 7000 813

(бесплатная горячая линия)

- Честность
- Грамотность
- Порядочность

Первая консультация бесплатная!

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЕЖУРНОГО ЮРИСТА

ЕСТЬ ВОПРОСЫ? **ЗВОНИТЕ!**

звонки бесплатны

8 (499) 399-39-45

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

КОЛЛЕГИЯ ЮРИСТОВ «УСПЕХ И ДЕЛО»

- возврат вкладов и долгов
- перерасчет пенсионного стажа
- расторжение договоров с юристами
- оспаривание наследства
- защита прав потребителей
- улучшение жилищных условий

льготникам скидка до 50%

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ:

8 (499) 938-47-88

Товары и услуги

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

Мебель

- Ремонт мебели. Т. 8 (925) 504-54-71

НАРКОХЕЛП ЗАПОИ

ВЫЗОВ НАРКОЛОГА НА ДОМ ПО МОСКВЕ И ПОДМОСКОВЬЮ

Круглосуточно. Приезд врача от 30 мин.

РЕАБИЛИТАЦИЯ НАРКОЗАВИСИМЫХ АНОНИМНО

+7 (495) 776-30-03

www.n-help.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТОВ. ООО «НаркоХелп» лицензия №10-77-01-002153

Строительство и ремонт

- Строительные работы** и ремонт старых домов. Дома, бани, сайдинг, пристройки к дому, установка тумб под дом, террасы, кровля, ремонт полов, фундамент. По желанию предоставим свои материалы! Пенсионерам скидка! Т. 8 (903) 622-05-02 и 8 (968) 441-09-98

Оконный завод ООО «Лидер Пласт»

ОКНА ПВХ ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ И ЛОДЖИЙ

САЙДИНГ ОТДЕЛКА БАЛКОНОВ, КРЫШИ, ВЫНОС ЖАЛЮЗИ

ВНИМАНИЕ Акции! СКИДКА с 20 апреля до 31 мая Москвитин для сетки в подарок

без выходов, гарантия, договор

8 (495) 532-71-88

ООО «ЕВРОСТИЛЬ» ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ

- окна ПВХ
- остекление балконов
- все виды работ

ДОГОВОР. ГАРАНТИЯ. КАЧЕСТВО

(495) 940 75 60 (495) 782 66 58

Тверькурорт

ОТДЫХ И ЛЕЧЕНИЕ в санатории КАРАЧАРОВО (на Волге)

ПЕНСИОНЕРАМ — СКИДКИ

8 (495) 784-06-84 8-800-200-48-45

Коллекционирование

- Купим дорого старые янтарные бусы до 150 000 р. Т. 8 (929) 216-44-24

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

Светлана купит книги до 1930 года за 120 000 руб. Детские книги до 1960г. Журналы, плакаты, автографы, антиквариат, серебро, бронзу, янтарь, часы, иконы, фарфор, значки, игрушки, машинки и др. Оценка бесплатно. Т. 8 (925) 835-80-33

Купим военную форму и форму министерств и ведомств СССР, КГБ, военный антиквариат, награжденные знаки, трофеи ВОВ, атрибутику СССР. Самовар, икону, картину, портсигар, бюсты, старинные награды, антиквариат. Т. 8 (916) 809-01-04

Букинист купит книги до 1933г. за 150 000р. Журналы до 1945 г. Детские книги до 1965г. Архивы, автографы, плакаты. Куплю антиквариат, серебро, картины, иконы, фарфор, игрушки, бронзу, знаки и др. Оценка бесплатно. Т. 8 (925) 795-57-97

● **Покупаем все:** картины, иконы, открытки, значки, марки, монеты, банкноты, статуэтки, бижутерию, часы, самовары, елочные игрушки, кинофотоаппаратуру, документы, акции, золото, серебро, бронзу, янтарь, куклы, солдатиков и др. Т. 8 (495) 641-67-21

На правах рекламы

- Книги, полки, ноты, архивы, знаки, иудаики, фото. Т. 8 (495) 585-40-56
- Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Т. 8 (495) 241-19-52
- Книги покупаем, домашние библиотеки. Выезд. Т. 8 (495) 961-36-02

Магия, гадания

Через газету благодаря ясновидящую бабушку Аню Дар от бога!

Многих я прошла, но реально только она помогла: муж бросил пить, сестра родила долгожданного ребенка, сын нашел работу. Хорошо гадает, предсказывает, воздействует на поведение человека на расстоянии и лично.

Консультация бесплатно. Не опускайте руки: ДОРОГУ ОСИЛИТ ИДУЩИЙ!

8 (968) 946-78-64

Нана. Сниму порчу, сглаз, предскажу судьбу, восстановлю мир в семье, верну мужа, удачу в бизнесе. Прием по записи и на расстоянии. Пенсионерам скидка.

8 (925) 502-47-51

- Сельская чудотворица Анна,** потомок слепого предсказателя Серафима, опыт работы более 30 лет. Настоящее, прошлое, будущее. Называет имена. Решает семейные проблемы. Не спрашивает, говорит сама, прием 300 руб. Т. 8 (966) 350-46-81
- Гадаю. Верну любимого! Вопрос бесплатно по тел. Т. 8 (925) 676-21-20
- Провидица. Просмотр бесплатно. Любая помощь! Т. 8 (969) 079-66-10

«Вечерка» предлагает читателям познакомиться друг с другом! К 100-летию газеты мы



запустили акцию «Читатель с «Вечеркой». Присылайте свои фотографии со свежим номером

газеты на нашу почту vecher@vm.ru. Укажите, как вас зовут, за что любите «Вечерку», а мы опубликуем ваши фото.

Анне Месропян 25 лет, она студентка, учится в магистратуре Российского университета дружбы народов (РУДН). Работает репетитором, преподает английский язык. В будущем планирует открыть Центр по изучению иностранных языков. Анна часто читает нашу газету, с удовольствием берет ее в метро. Ей нравится узнавать новости столицы. «Неинтересных номеров нет, что говорит о стремлении журналистов радовать читателей содержательными материалами, которые остаются в памяти», — написала нам на почту девушка о работе редакции. Еще Анна рассказала, что в числе ее увлечений — любовь к кулинарии. Приготовление пищи дает ей массу положительных эмоций и новых открытий, поэтому она не пропускает наши рецепты.



Анекдоты



— Как прошли выходные?
— Жря.

Если жена вам изменила только один раз, то вы не олень, а единорог.

Вчера сделала прививку от коронавируса, но не выложила в инстаграм, так что, думаю, она не будет работать.

Больше всего я люблю есть семью и не пользоваться запятыми.

— Мужчина, вы где такую масочку брали?
— Я сварщик.

■
— Иванов, тебя начальник вызывает.
— Да я же только что от него.
— Теперь на дуэль!

■
Как незаметно поесть во время секса?

■
— Ты будешь делать уроки?
— После кино.
— После кино — поздно.
— Учиться, мама, никогда не поздно!

■
Когда Катя увела пятого чужого мужа из семьи, то в почтовом ящике обнаружила приглашение на шабаш.

■
Хотите стать красивой бабочкой — ешьте больше!

■
— Что это было?
— Супружеский долг.
— Две минуты — это не долг, а милостыня!

■
— Пап, а куда девается аист после того, как ребеночка приносит?
— Как куда? Обратно, в труссы!

Сканворд

Составил Олег Васильев / vecher@vm.ru

СЛУЖАЩИЙ ОТЕЛЯ	СУДЬЯ В ГЕТРАХ	«И ГУДИТ ЗА КОРОГОДОМ НА ЛУГАХ ВЕСЕЛЫЙ ...»			ФРАНЦУЗСКИЙ ПИСАТЕЛЬ БЕРНАР ...						
			СМОТРИТЕ ФОТО	БОРЕЦ ЗА МЕДАЛИ				«ВЕСЕННИЕ ГОЛОСА» У ИОГАННА ШТРАУСА			НЕПРИМЕННОЙ КОМПОНЕНТ МИНИСТРОНЕ
САЛАТ, СТАВШИЙ СИМВОЛОМ НОВОГО ГОДА		«КОПИ НЕ МИЛО – ОТВОРАЧИВАЙ ...!»					«БУДЕТ ДЕНЬ, БУДЕТ И ...»				
				КОРМИЛО СОВРЕМЕННОГО ЗВУЧАНИЯ					ДРУГ МУЛЬТЯШНЫХ ПУЗЫРЯ И СОЛОМИНКИ		НА ЧТО ВЕГЕТАРИАНЦЫ ТАБУ НАЛОЖИЛИ?
«ИЗ ДВУХ БЕД ВЫБИРАЮ ...!»		«ХОТЬ МАЛА ИГОЛКА, А ... БОЛИТ ДОЛГО»				СЕРИАЛ С ЗАКАДРОВЫМ СМЕХОМ					
				ЧТО ПРОСЯТ ПРИНЕСТИ ОФИЦИАНТА, СОБИРАЯСЬ УХОДИТЬ?		ТРУДОВОЙ ...	ПРОСЛАВИТЬ СВОЕ ...			ПРАВЫЙ ИЛИ ЦЕНТРИСТ	ГЕРОИНЯ КОМЕДИИ «ПИКСЕЛИ»
	ОВСЯНЫЕ ... ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ		ЧТО ВЫПАДАЕТ НА ДНО ПРОБИРКИ?								
	ОТВОРОТ ХИТОНА	ПЛОД ОТ АРИТМИИ			«SECOND HAND» ПОСЛЕДНЕЙ СТАДИИ	ЧТО ОСА ВОНЗАЕТ В ЖЕРТВУ?		КОМПОНЕНТ НЕМЕЦКОГО РАДЛЕРА			
										ЧТО НАПОМИНАЕТ МЕРЕНГА?	ДРЕВЕСНОЕ ПОКРЫТИЕ
ПРЕТЕНДЕНТ НА РУКУ ПУШКИНСКОЙ ЛЮДМИЛЫ		БОЧОЧНАЯ ИГРА	ПИСЬМО ИЗ ТЕЛЕФОНА					«ЗОНТ» НАД ПЕСОЧНИЦЕЙ			
	ПИТЬЕВАЯ ИЛИ КАУСТИЧЕСКАЯ								ЧЕМ МОЖНО НЕЖНО ПРИЛЬНУТЬ?		
МЯСНАЯ ШАЙБОЧКА									НИЧТОЖНО МАЛО		
«ПРОВИЗИЯ ДЛЯ ДОМНЫ»										КАКАЯ РЫБА ПОСТАВЛЯЕТ САМУЮ НЕЖНУЮ КРАСНУЮ ИКРУ?	



Ответы на сканворд

Валек, Имя, Понитник, Брокколи, Беэе, Вайонет, Миско, Копра, **Поварка**: Овё, Арбитр, Персик, Укол, Лото, Лодка, Перезимья, Факс, Спортсмен, Стак, **Полномочия**: Пляс, Вербер, Портье, Липа, Рыло, Липот, Оливье, Руль, Счет, Ситком, От-