

КАПРЕМОНТ - ЭТО КОММУНАЛЬНАЯ АФЕРА? с. 24

ГУРЧЕНКО: ПРАВДА И МИФЫ О НЕЙ с. 47

АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ

№ 46 (1827)

11 - 17 ноября 2015 г.

Газета издаётся с 1978 года

В розницу цена свободная

МОСКВА

WWW.AIF.RU

ЭХО ТРАГЕДИИ



ЕГИПЕТСКАЯ СИЛА

Какие надо делать выводы после катастрофы над Синаем

с. 6-7

ОБЩЕСТВО

ОБОЖГЛИСЬ НА МОЛОКЕ

Отчего наши коровы не хотят доиться согласно плану чиновников

с. 4

ПЕРСОНА

БОГ ПРОСТИТ?

Протоиерей Всеволод Чаплин - о мистике, вере с кулаками и машинах священников

с. 16

МЕДИЦИНА



И ПУСТЬ ОНА НЕ КОНЧАЕТСЯ!

Что придумала наука для продления молодости

с. 42

ЛИЦА



ЮЛИЯ СНИГИРЬ

- о том, каково это - быть в «шкуре» императрицы Екатерины

с. 56

ПОТРЕБИТЕЛЬ

А ВАСЬКА СЛУШАЕТ, ДА ЕСТ

Почему в кормах для животных мяса больше, чем в еде для людей?

с. 66

УДАЧА

ГОСЛОТО разыграет 40 000 000 рублей

с. 53

На правах рекламы



Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА

ПЕРВО-НАПЕРВО



БОЛЕТЬ НЕЛЬЗЯ?

В Нижнем Новгороде это так. Как утверждают горожане, одна из местных больниц прекратила приём пациентов по полисам ОМС - то есть, проще говоря, всех, кто не может заплатить

за своё лечение. Объяснение такое: лечебное заведение уже выбрало лимит числа больных на 2015 г., и теперь до января у них нет денег на пациентов. Местные чиновники всё отрицают, но, по отзывам медиков из других регионов, этот случай не единичный. Во многих областях сложилась похожая ситуация. Денег, которых согласно утверждённому чиновниками планам выделили в этом году, катастрофически не хватает. А потому принимать пациентов в больницах, а порой и отправлять к ним «скорые» просто не на что.

Как такое могло случиться? Ведь согласно Конституции РФ каждому гражданину положена постоянная бесплатная медицинская помощь, которую мы, кстати, оплачиваем своими налогами. Да вот просчитались некоторые местные чиновники от здравоохранения. В рамках оптимизации заложили в бюджет меньшее, чем нужно, число больных... Теперь выделенные на лечение населения деньги в части российских регионов заканчиваются, а количество нуждающихся в медпомощи не уменьшается.

Если исходить из извращённой чиновничьей логики, то болеть людям следует только тогда, когда на лечение у чиновников найдутся средства. Это нормально?! Может, налоги или плату за ЖКХ и капремонт мы тоже будем вносить тогда, когда нам это будет удобно и не слишком накладно? Вряд ли: нас тут же обложат штрафами, натравят судебных приставов. А с власти спросить некому... Хотя если без шуток, то у государства, которое наплеватьски относится к здоровью граждан, просто нет будущего.

ISSN 0204-0476



9 770204 047002



15046



ПОЛУЧИ
АВТОГРАФ
ОТ ЗВЕЗДЫ

С ПОДПИСКОЙ НА «АИФ»

ДЕЙСТВУЮТ СПЕЦИАЛЬНЫЕ ЦЕНЫ!

для жителей Москвы Подробнее на стр. 17

Никас
Сафронов

13 ноября

Олег
Газманов

20 ноября

Владимир
Хотиненко

27 ноября

Татьяна
Устинова

реклама

В КАКИХ СТРАНАХ МОЖЕТ РВАНУТЬ?

ТЕРРОРИЗМ

Наших туристов эвакуируют из Египта. Но это что, единственная страна, где сейчас опасно?

К. Городова, Москва



«Где-то безопасность обеспечивается лучше, где-то хуже, но есть страны, где террористическая угроза сегодня особенно высока, - сказал «АиФ» Семён БАГДАСАРОВ, директор Центра изучения стран Ближнего Востока и Центральной Азии. - Кроме Египта это Тунис - небольшое

государство, которое лидирует по количеству граждан, воюющих за «Исламское государство» (запрещённая в России организация. - Ред.). В самом Тунисе уже были теракты, как и в Турции, - три серьёзных за последнее время. Не секрет, что турецкая разведка оказывает влияние на ИГ и другие экстремистские группировки в соседней Сирии, но это как игра с ядовитой змеей. Турция остаётся проходным двором для разнообразных боевиков, которые идут в Сирию и обратно. К грядущему саммиту «Большой двадцатки» там усилят меры безопасности, но возможен и «ответ».

Александр КОЛЕСНИЧЕНКО

ИЗ ТАНКА - ПО ИШАКАМ



В. БОНДАРЕВ, главком ВКС: «Игиловцы* - это высоко-мобильный бандитский сброд. Они на автомобилях, на велосипедах, на ишаках перемещаются. За ними на танках не нагоняешься. Другое дело - авиация».

За ишаком на танке гоняться только ослы. Орлы гонятся на самолётах!

Я. КУЗЬМИНОВ, ректор Высшей школы экономики: «Если в этих вопросах (наука и образование. - Ред.) мы сегодня затянем пояс, завтра не будет ни ракет, ни флота».



У нас чуть что - начинают затягивать пояс науке и образованию. Причём сразу на шее...



Г. ЗЮГАНОВ, лидер КПРФ: «Национализация минерально-сырьевой базы позволит нам удвоить бюджет. Мы должны поддержать всех, кто хотел бы работать, а не пьянствовать и воровать».

Не так давно в руках у коммунистов были и минералы, и сырьё, но это не помешало им начать пропивать и разворовывать СССР!

С. НЕВЕРОВ, зампред Госдумы: «20 лет назад я стучал шахтёрской каской у Дома Правительства, но к нам никто не вышел. И я представил себе не мог, что пройдёт совсем немного времени, и интересы человека станут основой государственной политики».



Если под этим человеком г-н депутат разумеет себя, то да, не зря шахтёры касками стучали: некоторые достучались до высоких кабинетов!



И. ЧЕРНЫШЁВ, сенатор: «Создаётся ощущение, что правительство, сокращая расходы на здравоохранение, ставит перед собой задачу - сократить количество бедного населения».

Это же тройная выгода! И деньги целы, и бедных меньше, и отрасль ритуальных услуг работой обеспечена!

С. РЕПОВ, А. ФУФЫРИН. Фото ЕРА

*Члены запрещённой в РФ террористической организации «Исламское государство».

Д. ТРАМП, кандидат в президенты США: «Женщины (мусульманки. - Ред.) хотят носить паранджу! Это проще - ведь с ней не нужно беспокоиться о макияже».

Не смотрел миллиардер «Белого солнца пустыни», иначе бы знал: под паранджой может скрываться не только Гюльчатай без макияжа, но и Чёрный Абдулла с маузером!

ЗА ЧТО ПРИБАЛТАМ КОМПЕНСАЦИЯ?

СОСЕДИ

Мало того что в странах Балтии идут очередные учения НАТО, под боком у России, так они ещё собираются требовать с нас компенсацию за годы «советской оккупации»! Не жирно?

С. Есин, С.-Петербург

Сообща оценить ущерб от «оккупации» договорились министры юстиции Литвы, Латвии и Эстонии. «У прибалтийских политиков есть некий комплекс неполноценности, - считает Виктор АЛКСНИС, в



прошлом депу-

тат ВС Латвии и депутат Госдумы РФ. - Но если уж мы начнём «отматывать историю назад», то Россия тоже может поставить ряд вопросов. Скажем, о законности получения этими бывшими республиками СССР ряда территорий - польского Вильно (ныне Вильнюс) или немецкого Мемеля (ныне Клайпеда). Можно потребовать и компенсацию за союзную собственность, оставшуюся у них после распада Союза, и напомнить, что в их экономику были вложены десятки миллиардов рублей: из Прибалтики же пытались сделать парадную витрину Советского Союза, в расчёте на одного жителя там вкладывалось больше средств, чем на одного жителя РСФСР».

Виктор ЮРЬЕВ

МНЕНИЕ НАРОДА

ЧЕГО ОПАСАЮТСЯ РОССИЯНЕ?

Как выяснил ВЦИОМ, растёт беспокойность международными конфликтами, прочие страхи у россиян отходят на второй план.

Главные проблемы сегодня такие:



Опрос проведён 24-25 октября 2015 г. при участии 1600 человек в 130 населённых пунктах в 46 регионах РФ.

Утром
ЭНЕРГИЧНЫЕ НОЖКИ

СПРАШИВАЙТЕ
В АПТЕКАХ!



КРЕМ ВЕНОЗОЛ - ПРИРОДНЫЙ ЭНЕРГЕТИК ДЛЯ НОГ

- ✶ ПРИДАЕТ ТОНУС ОСЛАБЛЕННЫМ ВЕНАМ
- ✶ ЗАБОТИТСЯ О КРАСОТЕ ВАШИХ НОГ
- ✶ ЗАРЯЖАЕТ НОГИ СИЛОЙ С САМОГО УТРА



Вечером
РАССЛАБЛЕННЫЕ НОЖКИ



ГЕЛЬ ВЕНОЗОЛ - ПРИРОДНЫЙ РЕЛАКСАНТ ДЛЯ НОГ

- ПОМОГАЕТ СНЯТЬ ОТЕКИ, ТЯЖЕСТЬ
- УСТРАНЯЕТ БОЛЕЗНЕННЫЕ ОЩУЩЕНИЯ
- СПРАВЛЯЕТСЯ С СИНЯКАМИ, ГЕМАТОМАМИ
- РАССЛАБЛЯЕТ НОГИ ПОСЛЕ АКТИВНОГО ДНЯ

ПОПРОБУЙТЕ КРЕМ-ПЕНУ ВЕНОЗОЛ. НОВАЯ ФОРМУЛА В НОВОМ УДОБНОМ ФОРМАТЕ

Телефон «горячей линии»: 8 (800) 333-10-33 (звонок по России бесплатный). Часы работы: пн.-пт. 10:00-19:00; сб., вс. - выходной.

СТЫДНО ЗА НАШУ ЗЕМЛЮ!

ЛИЧНОСТЬ



Фермер Сергей Пеньшин - о том, как накормить страну качественными продуктами.

«55% плодородных земель мира находится в России. А мы до недавнего времени были крупнейшим импортером продовольствия. Позор!» - говорит Сергей Пеньшин.

Фермерскому хозяйству Пеньшиных - 24 года. Выращивали картофель, морковь, пшеницу... А несколько лет назад перешли на горчицу, стали продавать её за границу и превратились в крупнейшего в России экспортёра этой культуры.

ТЕРЯЕМ ДЕНЬГИ

- Сергей Александрович, бытует мнение, что, кроме нефти и газа, России и продавать нечего. А вы, оказывается, горчицей мир снабжаете...

- Российская горчица сегодня занимает 15% мирового рынка. Хороший показатель, но ведь и здесь мы поставляем лишь сырьё! Мы свою горчицу отправляем в Германию по 30 руб. за кг. Они там её перерабатывают в порошок или пасту и продают обратно в Россию для расфасовки. Вот только килограмм переработанной продукции стоит уже 300 руб., вся прибыль остаётся в Германии, а мы теряем деньги. Да, построить завод по переработке горчицы дорого, но через несколько лет вложения окупятся. Плюс в России будут созданы новые рабочие места, сделан ещё один шаг в сторону пресловутой продовольственной безопасности.

АФОРИЗМ

Полюбил землю - ухаживай!

Прислал
Сергей Онегин, Магадан



«Земля должна использоваться и давать продукцию. Иначе это преступление».

Фото Геннадия МИХЕЕВА

Вопрос в том, кто будет делать такие вложения, когда кредиты банки дают минимум под 20%?!

- В российское сельское хозяйство пообещали влить миллиарды рублей. Вы эту помощь почувствовали?

- Я по телевизору тоже про эту помощь слышу, но она, видно, сильно засекречена. И про призывы регистрировать новых фермеров. А со старыми-то они что собираются делать? В этом году в моём хозяйстве прошёл сильный град.

22 «НАХЛЕБНИКА»

НА КАЖДОГО ФЕРМЕРА!

Убытки - десятки миллионов рублей. Пришлось продлить кредит в банке. Так вот, пока я был успешным, вовремя выплачивал займы, сельхозначальство мною интересовалось. Когда случилась беда, куда я только ни обращался - помощи никакой, наоборот, субсидии по кредиту лишили! Вы скажете: а как же система страхования? А не работает она у нас! Государство выделяет субсидии на страхование, но большая их часть уходит криминальным структурам. И ко мне приезжали «братки». Предлагали сделать взнос за моё хозяйство, получить на него субсидию от государства, а потом вместе «распилить» господомощь и исчезнуть.

Решить проблему со страхованием несложно. В Дании, например, сельхозпроизводители объединяются в страховые товарищества по виду продукции, которую они выращивают. Делают взносы в зависимости от величины своих земель (к этой сумме государство добавляет свои субсидии) и относят деньги на депозит в банк. А когда у кого-то из товарищества случается беда,

из общего котла человеку помогают. Никакого обмана и воровства нет. Люди в таком объединении и друг друга, и расходы с доходами, и беды хозяйств знают хорошо.

НА ПОЛЯХ МИГРАНТЫ

- От фермеров поступает много таких дельных предложений, но наверху их почему-то не слышат...

- У Министерства сельского хозяйства большое здание в центре Москвы. В каждой области в управлении сельским хозяйством - десятки чиновников. Но чем занимаются все эти люди, на которых государство тратит огромные деньги, мне непонятно. На мой взгляд, они должны помогать крестьянам выполнять свою главную задачу - производить качественную и здоровую еду для россиян, а для этого анализировать проблемы в отрасли и находить пути решения. Но вместо этого чиновники ещё и новые подкидывают. Сейчас все говорят об импортозамещении. Но почему до этого фермеров всячески поощряли покупать импортную технику, не создавая никаких условий для её обслуживания в стране? В итоге заработали все: фирмы, которые эти трактора продают, государство, получив деньги в виде таможенных пошлин и НДС, банки - в виде процентов по кредиту. А крестьянин проиграл. Любая поломка требует дорогостоящего ремонта и импортных деталей. И техника стоит. Неужели эту ситуацию нельзя было просчитать заранее?!

Или другой большой вопрос - кадры. В этом году, к примеру, единицы из выпускников агротехнологического университета в Рязани пошли работать в сельское хозяйство! И я молодёжь понимаю. Условий для проживания в деревне нет никаких. 80% тех, кто трудится на наших полях, - мигранты из Средней Азии. И что делают чиновники? Палец о палец не стукнув, чтобы привлечь мо-

лодёж в село, они ужесточают требования для гастарбайтеров. На обязательных экзаменах задают такие вопросы, что не каждый россиянин ответит. Не успел работодатель всё по новым правилам оформить - штраф...

Про штрафы и поборы хочу отдельно сказать. Я тут недавно подсчитал: над каждым фермером у нас стоит аж 22 контролирующих органа (пожарные, электрики, СЭС, прокуратура, налоговая, Россельхознадзор и пр.)... И каждый если не побор возьмёт, то бумажку потребует. Если столько бумаг писать, когда работать?!

ПОТЁМКИНСКИЕ ТРАКТОРА

- В России земли много, а получить в собственность небольшой надел очень сложно. Почему?

- У меня в хозяйстве 3 тыс. га, я их обрабатываю. А вокруг зарастающая земля. Но получить её в пользование я не могу - это чужая частная собственность. У нас в районе из 100 тыс. га используется 40 тыс., остальные простаивают. Сейчас вроде бы приняли закон,

по которому у собственника могут изъять землю сельскохозяйственного назначения, если он не использует её в течение определённого времени. Но этого мало! Нашлись умники, которые, чтобы обойти закон, для вида гоняют по полям трактор. Поэтому в законе нужно чётко прописать: земля должна использоваться, давать продукцию, и собственник обязан сдавать декларацию по производству. Иначе это преступление!

- Вы в сельском хозяйстве почти 25 лет. Меняется ли ситуация к лучшему?

- Все эти годы - борьба с ветряными мельницами. Приходится бороться с чиновниками, природой (за последние 5 лет у нас было три ЧС), общественным мнением. В той же Европе деревни чистенькие, ухоженные, по телевизору даже через мультфильмы занятие сельским хозяйством пропагандируют. А у нас крестьянский труд считается неблагодарным и непрестижным, в деревнях - непролазная грязь. К нам в деревню уже который год не могут построить дорогу. Мы сами вручную сделали 6,6 км, ежегодно тратим на неё по 300-400 тыс. руб., а больше ресурсов нет. Сейчас вот к нам французы просятся приехать, хозяйство посмотреть. Мы их под разными предлогами отговариваем. Стыдно...

- Но ведь не плюнули на всё это, не бросили дело. Почему?

- (Задумчиво.) Не знаю... Может быть, потому, что надежда умирает последней. А вообще, я когда поля засеиваю - как картину пишу или ребёнка ращу. Мне интересно удобрения заложить, первый росток увидеть, урожай собрать, накормить людей вкусной картошкой или морковкой. Часто вижу, когда приезжают из Москвы нувориши в село вкладывать, а в глазах только счётчик. Неправильно это.



Виктория
ГУДКОВА,
Рязанская обл. -
Москва

БОТОКС-ЭФФЕКТ без инъекций

Крем от морщин **БЕСПЛАТНО***



Хочу избавиться от морщин на лбу и носогубных складок. Все советуют ботокс, но я очень боюсь побочных эффектов. Может быть, существуют безопасные аналоги?

Алена, 37 лет

Алена, совсем недавно в России появился крем с эффектом ботокса «Биовен». В составе крема - новейшая разработка швейцарских ученых - аналог змеиного яда, который устраняет основную причину возникновения мимических морщин. «Биовен» эффективно расслабляет мышцы лица - так же, как ботокс, только без неприятных последствий, абсолютно безопасно! В результате - морщинки на лбу, вокруг глаз и губ разглаживаются. Вы выглядите на 15 лет моложе уже через пару недель! Никакого эффекта «маски»! С «Биовеном» вам никогда не понадобятся уколы красоты или пластическая операция!

Специально для читателей газеты «АиФ»: при заказе можете получить крем **БЕСПЛАТНО!**

Звоните по бесплатной горячей линии «Биовен»

8-800-100-33-36

НАЗОВИТЕ
КОД ПОДАРКА:
И.01.Б

ООО «Эзком», ОГРН 5087746339366 от 23.09.08 г. г. Москва, Варшавское ш., д. 36/В. Сроки проведения акции - с 01.01 по 31.12.2015 г. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, коп-ве призов, сроках, месте, порядке их получения можете узнать по тел. и/или на сайте WWW.BIOVEN.RU. Реклама. Три покупки 2 шт. и более «Биовен».

СЧЁТНАЯ ПАЛАТА СООБЩИЛА, ЧТО РОССИЯ НЕДОПОЛУЧИТ МЯСА, МОЛОЧНОЙ ПРОДУКЦИИ И СЫРОВА. ПОЧЕМУ ЖЕ ЗА ГОД С ЛИШНИМ МЫ ТАК И НЕ СМОГЛИ НАЛАДИТЬ МОЛОЧНОЕ ПРОИЗВОДСТВО?

ПОЗИЦИЯ



ФИСИНИНА

До импортозамещения в производстве молока и молочных продуктов пока далеко. При этом спрос на сыр может значительно упасть, так как покупатели недовольны качеством того, что выпускает отечественный производитель. Введение контрсанкций на поставки продовольствия обнажило проблему - наша зависимость от импорта глубже и сложнее, чем казалось правительству. Нам не хватает не только уже готовых сыра и масла, но и сырья, технологий, оборудования. И развитие отечественного молочного про-

О НЕНАЛИТОМ МОЛОКЕ

изводства не имеет быстрых и простых решений.

Можно ли ждать увеличения производства молока без роста поголовья коров хотя бы до уровня 1990 года, когда у нас их было свыше 21 млн? А оно ведь так и не выросло - по данным Росстата за 2014 г., в России всего 8,5 млн коров.

Поэтому министр сельского хозяйства ставит вопрос об увеличении дотаций производителям молока. Если этого не произойдет, то молока не будет. Помимо денег нужна хорошо продуманная программа, нацеленная на каждый регион: надо смотреть, как увеличить в каждой области или республике производство молока, улучшить

его качество. Причём отдельно для разных сегментов - для производства сыров, общепита и детского питания.

У нас же пока никак не получается стимулировать производителя. Не успело государство добавить полтора рубля субсидий на литр молока - приёмычки сразу снизили плату за приёмку молока на ту же сумму! Поэтому в выигрыше остаются только жулики, делающие «сыры» из растительных масел! Пока государство чётко не определит правила игры, никто не станет вкладываться в производство, и мы будем есть «пальму» вместо сметаны.

Но начать придётся в любом случае с государственных инвестиций. По-хорошему, субсидии и дотации на молоко

надо повышать не на пару тысяч рублей, а в 2-3 раза. Только такой подход поможет сдвинуть дело с мёртвой точки. Кроме того, надо организовать закупки, чтобы снизить потери того, что уже производится. Много молока дают фермерские и подсобные хозяйства. Но продукт это скоропортящийся, поэтому его нужно закупать централизованно. Ради этого стоит воссоздать сельскую потребкооперацию, которая имела бы молоковозы и холодильники. В идеале в каждом областном и даже районном центре должны быть свои молокозаводы. И молоко надо подвозить из ближайших точек - чтобы оно свежим шло в школы, детсады, больницы.

Если эта работа будет проделана, то мы через 10 лет сможем заместить импортные молоко и молочные продукты. Но не раньше. А если не вкладывать денег - не стоит даже говорить ни о качестве, ни о росте производства.

Владимир Фисинин, академик Российской академии наук

ВРЕМЯ ПОШЛО!

ДИАГНОЗ



КОКЛЮШКИНА

Чему только не учат в наших школах! И не учат самому главному - врать. И выходят люди из школьных стен совершенно неподготовленными к жизни.

За иного подчас даже неловко - здоровенный мужик, образование вроде бы высшее, высокая должность, а соврать грамотно не может. Глазёнки бегают, руками что-нибудь тербит. А чего проще: говоришь о своей любви к Родине - думай в это время о ветчине. Если сыт или врачи прописали меньше жра... потреблять энергетически активных продуктов - о женщины. Говоришь о полях, лесах, об экологии, а мысленно представляешь, как она раздевается. Вот очи твои уже поблёскивают, голос окреп - видно, что любишь своё Нечерноземье, сибирские просторы!.. Не позволишь губить пахотные земли, пропадать в пожарах лесам!

Если и с женщинами напряг или в предпочтении нечто нетрадиционное - считай деньги. Говоришь о здоровье народа, о необходимости помогать обездоленным, а мысленно - считаешь свои доллары, евро. И если ты в это время в прямом телеэфире, будь уверен, что кто-нибудь из хворых и обездоленных у экрана старенького телевизора сейчас заплачет. Тихо потекут у него слёзы по впалым щекам. И подумает он (она), что есть, есть ещё на Руси люди, щедрые сердцем и светлые умом! Но не сразу их разглядишь в потёмках жизни. И станет тому человеку на душе немножко полегче.

Это надо зарубить себе на носу, чтобы не хлопать потом ушами. Не корить себя. Семь лет (работа была такая) ходил я по разрушенным, разграбленным дворянским усадьбам. И думал: здесь жили неглупые, образованные люди. Почему проглядели надвигающееся? Не уберегли ни себя, ни страну?

Ныне Подмосковье (и не только оно!) застроилось богатыми дворцами, теремами. А я, травмированный виденным, думаю: неужели опять малая часть народа отстранится (да уже отстранилась!) от большей, от её бед и чаяний? И всё, за последние годы навороченное, построенное, постигнет та же участь?

Патриотизм, конечно, объединяет (на это власть, возможно, и рассчитывает). Однако его и в 1914-м было вдосталь. А чем кончилось? «Фабрики - рабочим, земля - крестьянам, мир - народам!» Ну а дальше: земля - колхозам, фабрики - государству и... Великая Отечественная война, которой могло бы и не быть.

В природе всё целесообразно. И узор на кончиках пальцев у людей индивидуальный неслучайно. Мы все помечены. Не для уголовного же розыска?! А для кого? И кто пометил? Так просто и так мастерски. Кто-то о-очень могущественный.

Вот Ему-то и надо повиноваться. Следовать заветам (иль забыли?) и поступки свои сверять с навигатором, коим является - совесть. Ура!

ШЕРШАВЫМ ЯЗЫКОМ ПЛАКАТА

КОНТРОЛЁРЫ

Среди 57 госорганов, осуществляющих надзорные и контрольные функции, есть и налоговая служба, и таможня, и прокуратура, и даже органы, ведущие контроль за семенным фондом или за наименованиями географических объектов. Но вот специальной организации, контролирующей только работу чиновников, среди госорганов нет. В Госдуме предлагают воссоздать существовавшую в СССР систему народного контроля. 10 млн контролёров, избираемых трудовыми коллективами, когда-то портили жизнь советским бюрократам. По результатам проверки можно было не только лишиться партбилета, но и «прославиться» на всю страну в сатирическом киножурнале «Фитиль». Неясно, попадут ли наши нерадивые чиновники на широкие экраны, но «попасть» на штраф и лишиться своей должности они смогут - современных контролёров хотят снабдить такими полномочиями.



Использованы плакаты В. Говоркова «Зорко охраняй соцурожаи!» (1936 г.) и А. Кокорекина «С каждым днём всё радостнее жить!» (1952 г.)

НА НЕДАВНЕЙ АНТИКОРРУПЦИОННОЙ КОНФЕРЕНЦИИ ООН В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ ОТМЕТИЛИ, ЧТО РОССИЙСКОЕ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО ОТВЕЧАЕТ МИРОВОМ СТАНДАРТАМ. ТАК ПОЧЕМУ МЫ НЕ МОЖЕМ ПОБЕДИТЬ КОРРУПЦИЮ?

ПОЗИЦИЯ



ЖВИРБЛИСА

В России и правда разработана достаточно основательная и качественная законодательная база противодействия коррупции. Даже без учёта так и не принятой в России 20-й статьи Конвенции ООН. Она, напомним, предлагает применять уголовное преследование за сам факт наличия имущества, стоимость которого нельзя объяснить официальными доходами.

А ГДЕ УСПЕХИ?

Но к законам - любым! - должно прикладываться безусловность правоприменения, несмотря на посты и заслуги. Последние истории с арестами губернаторов могут внушать лёгкий оптимизм, но общей картины пока не меняют. Более того, есть признаки движения в обратном направлении.

Российский реестр владельцев недвижимости был одной из и так немногих возможностей для гражданских активистов получить документально подтверждённые факты о расхождении официальных доходов с имуществом публичных должностных лиц или их родственни-

ков. Теперь же реестр собираются закрыть от «посторонних» глаз - чтобы граждане не докучали претензиями и не задавали неудобных вопросов.

Это значит, что обитатели каких-то высоких кабинетов сами будут решать, кто «берёт по чину», делится, а значит, остаётся в касте неприкасаемых и безнаказанных. А кого можно сделать жертвой закона - вроде тысяч ежегодно попадающих на мелких взятках рядовых чиновников, учителей, врачей, гаишников.

На деле выходит, что эффективная борьба с низовой корруп-

цией становится отвлекающим манёвром при саботаже войны с «верхушечной». «Верхушечная» - это, например, когда дорого и плохо на бюджетные миллиарды строится что-то ненужное, только чтобы привлечь к строительству «своих» людей и с их помощью положить на свои заграничные счета очередные десятки миллионов. Но насчёт «верхушечной» коррупции важно понимать, что речь порой идёт уже не просто об украденных деньгах. Если из-за коррупционной выгоды вам под окном строят завод, который отравляет воздух, то это уже вопрос не воровства бюджета, а жизни и смерти, причём сразу сотен и тысяч людей.

Андрей Жвирблис, замдиректора Центра антикоррупционных исследований и инициатив «Трансперенси Интернешнл - Россия»

Продолжение темы коррупции - на с. 8-9, 50



НА ЗЛОБУ ДНЯ

Какой длины
хвост у советской
власти?

СОЗДАНИЕ РОССИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ (РДШ), А ПО СУТИ ВОЗРОЖДЕНИЕ ПИОНЕРСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ, ВЫЗВАЛО В ОБЩЕСТВЕ НЕОДНОЗНАЧНУЮ РЕАКЦИЮ. ПОДОБНОГО НАКАЛА СТРАСТЕЙ И КРИТИКИ, ПОХОЖЕ, НЕ ОЖИДАЛИ И САМИ ИНИЦИАТОРЫ НОВОВВЕДЕНИЯ ИЗ РОСМОЛОДЁЖИ.

Сторонники РДШ разъясняют: новая организация не будет политической, но она повысит градус патриотического воспитания и отвлечёт молодые умы от пагубного (читай - западного) влияния. Менее официальные организации и лица встретили звук пионерского горна настороженно.

ОБРУБКИ ПРОШЛОГО

Никто не верит, что новая организация будет вне политики. Едва ли новые пионеры, словно гайдаровские тимуровцы, станут только пилить дрова для бабушек, носить воду одиноким женщинам, помогать сиротам и запускать вместе с беспризорниками воздушных змеев. Понятно, что новая структура будет по примеру моторизованных «Ночных волков» ещё одной группой поддержки для власти. Не знаю, какие песни они будут петь на своих съездах, но полезно вспомнить, что в нашей идеологизированной стране детей начинали учить политике, то есть правильно думать, правильно петь и, главное, правильно любить вождей с самого зелёного возраста. Кто не помнит знаменитые стишки?

Сколько у солнышка

ясных лучей,

Столько у Ленина нас -
детей...

Так было в детском саду. В школе к воспитанию относились ещё более вдумчиво. Там учили декламировать:

Сегодня праздник у ребят.

Ликует пионерия!

Сегодня в гости к нам придёт
Лаврентий Палыч Берия.

ПИОНЕРСКАЯ ЗОРЬКА

Критиков возрождения пионерии смущают, конечно же, не пионерская символика и обряды - галстуки, клятвы, ежедневные построения и рапорты, - настораживает суть проекта: не реставрация ли это советской системы? Согласитесь, ни во времена горбачёвской перестройки, ни в годы ельцинской ломки, ни в ходе президентства В. Путина так и не были обрублены хвосты этого красного дракона. Да, время от времени куски хвоста отпадали. На короткий период (при Б. Н. Ельцине) была запрещена КПСС (за участие в попытке путча 1991 г.). Но через некоторое время коммунистический хвост снова распушился, правда, в несколько изменённом виде. Недавние богорборцы из КПСС говорят, что они примирились с учением Христа и даже захаживают по праздникам в церковь.

На фоне сложностей становления рыночной экономики и разочарования населения результатами «шоковой терапии» стали пропадать и другие обрубки прошлого. Помните, сколько надежд было связано с расцветшей после 1991 г. многопартийностью, как радовало появление в политике новых имён? Какие же звёзды остались сегодня на некогда ярком небосклоне? Увы, на партийных небесах так же уныло, как и в советские времена. Все томятся под одной крышкой, в одной партийной кастрюле.

УЖ ЛУЧШЕ ТКАЧИХИ...

А что же с парламентом, с депутатами? Помните, как российская пресса в 80-90-е гг. иронизировала над «почётными ткачихами» и «почётными шахтёрами», заседавшими в Верховном Совете СССР, как они «в едином порыве» вска-



кивали с мест при появлении на трибуне партийных вождей? Но, голосуя в Верховном Совете за «линию партии», шахтёры и ткачихи, по крайней мере, не занимались дешёвым самопиаром и не выказывали своей глупости посредством безумных инициатив. Сегодня в Госдуме тот же «единый порыв» и то же единомыслие.

Ни новая Конституция РФ, ни новые законы, ни перемены в менталитете и поведении граждан, ни веяния европейской политической культуры так и не помогли демонтировать базовые основы советской влас-

ти. Советской по сути остаётся правовая система - суды, правоохранительные органы, система наказаний. Вернулась в советское русло и избирательная система с её безальтернативностью, предрешиённостью итогов и широким использованием административного ресурса. А чем нынешние губернаторы отличаются от первых секретарей обкомов КПСС? При полной возможности

ли возможно. Особенно если принять во внимание то, что и нынешний, живущий в XXI в. россиянин остаётся, по мнению социологов, и ментально, и социально, и политически по преимуществу советским человеком. Социологи отмечают наличие советских «обычаев и нравов» даже в среде нашей, казалось бы, по-европейски одетой и раскрепощённой молодёжи.

А ведь помимо советской преемственности есть и иные факторы. Мы же наследники не только СССР, мы ещё и наследники многовекового (и далеко не демократического) имперского прошлого. И от той, сидящей в нас вековой России и молчаливое послушание, и долготерпение, и вера в то, что «вот придет барин, барин нас рассудит». Оттуда, из «любезной нашему сердцу» России, не только великая культура, народные таланты, патриотизм. Оттуда же и нетерпимость к инакомыслию, ухарское шапкозакидательство, культ державного величия и, как следствие, подозрение ко всему тому, чем живут «прочие шведы». Даже если эти «шведы» ушли далеко вперёд от нас...

* * *

Если некоторое время спустя вы встретите на улице весёлую стайку пионеров, несущих цветы к Мавзолею, а ещё некоторое время спустя комсомольцев

с лопатами, отправляющихся осваивать «целинные земли Луны», не пугайтесь чрезмерно. Вспомните библейское, из Екклесиаста: «*Бывает нечто, о чём говорят: «смотри, вот это новое»; но это было уже в веках, бывших прежде нас.*». Пройдёт и это...

Вздыхать и иронизировать по поводу возвращения в России советских практик сегодня и можно, и нужно. Это, пожалуй, даже модно. Но, понимая всю опасность этого явления, нельзя забывать, что советская система формировалась (в том числе и в мозгах людей) в течение почти целого века. И изменить её «в два прыжка» едва



Вячеслав
КОСТИКОВ

Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА

ТОЧНО В ЦЕЛЬ - КАК БЫСТРЕЕ ЛЕЧИТЬ АНГИНУ, ОТИТ И НАСМОРК?

Что делать, когда в горле уже покалывает, а в носу ощущаются сухость и жжение? Надо срочно воздействовать на очаг воспаления для уничтожения бактерий и вирусов.

Чтобы ускорить кровоток, необходимо прогревание. Для этого часто используют солевые мешочки или вареные яйца. Однако эти средства могут оставить ожог, они не поддерживают постоянную температуру, постепенно остывая.

Поэтому в лечении нужно использовать специальное средство - инновационный аппарат физиотерапии УНИЛОР от компании ЕЛАМЕД. С помощью специальных насадок УНИЛОР глубоко и равномерно прогревает слизистые оболочки. Тепло с постоянной температурой 40-55 °C способствует повышению активности защитных клеток. Как раз при такой температуре наступает гибель вирусов.

Уникальность УНИЛОРа состоит также в том, что лечебное действие тепла дополняется фото- и магнитотерапией. В тех случаях, когда нельзя применять тепло (например, при остром гнойном отите) или когда тепло не приносит нужного результата (ушная боль), следует использовать инфракрасное излучение и магнитное поле. Они тоже предназначены для того, чтобы быстрее справиться с воспалением и болью.

Применение УНИЛОРа дает возможность:

- ✓ Проводить физиотерапию в домашних условиях до полного выздоровления.
- ✓ Уменьшить вероятность возникновения ОРЗ даже во время эпидемий за счет повышения сопротивляемости инфекции. Может использоваться для профилактики ОРЗ.
- ✓ Лечить ангину, отит, гайморит, фронтит, аллергический ринит (поллиноз), аденоидит и многие другие лор-болезни.

Помогать при необходимости всей семье, в том числе малышам от года жизни, людям в зрелом возрасте, будущим и кормящим мамам.

УНИЛОР -
в новом сезоне обойдемся без аллергии и простуд!

Приобретайте УНИЛОР в аптеках, магазинах медтехники или заказывайте на заводе. Звоните на бесплатный круглосуточный телефон компании ЕЛАМЕД **8-800-200-01-13**.
www.elamed.com
Открытое акционерное общество Елатомский приборный завод:
Рязанская обл., р. п. Елатьма, ул. Янина, 25.
ОГРН 1026200861620. Реклама



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

АНЕКДОТЫ

Устное народное творчество - фольклор. Письменное народное творчество - донос.

* * *

- Раньше жена вечерами учила меня жить. Купил ей ноутбук, подключил Интернет. Теперь учит других!

ЭНЕРГОСБЕРЕГАЮЩИЕ ОТОПИТЕЛЬНЫЕ ЭЛЕКТРОУСТАНОВКИ

для водяного отопления жилых и нежилых помещений
от 20 до 750 кв. м, 220/380 В, вес от 2 до 7 кг
цена от 4000 до 9000 руб, гарантия 10 лет
Производитель: т/ф. 8 (3452) 43-65-77
www.termolife.com Реклама

КАТАСТРОФА

На борту А321, скорее всего, взорвалась бомба. Но где её следы?

К ВЕРСИИ ТЕРАКТА СКЛОНЯЕТСЯ ВСЁ БОЛЬШЕ ЭКСПЕРТОВ. НО К МОМЕНТУ ПОДПИСАНИЯ ЭТОГО НОМЕРА «АИФ» СЛЕДСТВИЕ НЕ НАШЛО СЛЕДОВ ВЗРЫВЧАТКИ НИ НА ОБЛОМКАХ РУХНУВШЕГО ЛАЙНЕРА, НИ НА ОСТАНКАХ ПАССАЖИРОВ. ТЕМ НЕ МЕНЕЕ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ УСИЛИЛИ. РОССИЯ ПРИОСТАНОВИЛА ПОЛЁТЫ В ЕГИПЕТ. ОСТАВИХСЯ ТАМ ТУРИСТОВ ВЫВОЗЯТ ОТДЕЛЬНО, ИХ БАГАЖ - ОТДЕЛЬНО.

хроника событий

31 октября

- Аэробус А321 «Когалымавиа» по неизвестным причинам потерпел крушение на Синайском полуострове. Все 217 пассажиров и 7 членов экипажа погибли.

1 ноября

- Борт со спасателями МЧС прибыл в Египет.

2 ноября

- По делу о катастрофе допрошено руководство «Когалымавиа».
- В «Ингосстрах», где был застрахован рейс, поступили первые обращения по страховым выплатам от родственников погибших. Максимальная сумма - 2,48 млн руб. Но есть и мнение о том, что по международным нормам выплаты должны составить 22 млн руб. на каждого погибшего.

3 ноября

- Начат анализ информации «чёрных ящиков».

4 ноября

- В Великобритании опасаются, что именно взрыв на борту привёл к крушению российского лайнера. Британский премьер провёл заседание чрезвычайного комитета по А321.

- Ирландия приостановила все полёты в Шарм-эш-Шейх и обратно.

- CNN: разведка США допускает, что на борту А321 могла взорваться бомба.

5 ноября

- Нидерланды и Франция приостановили полёты в Шарм-эш-Шейх.

6 ноября

- СМИ: Лондон отменил полёты в Шарм-эш-Шейх после перехвата сообщений ИГ, где боевики говорят, что готовят масштабный теракт в регионе.

- Источники в британских спецслужбах сообщили СМИ, что взрывное устройство могли поместить в грузовой отсек А321.

- В. Путин поддержал предложение главы ФСБ РФ приостановить полёты в Египет.

- Телеканал France 2 сообщил о звуке взрыва на записи с самописца А321.

7 ноября

- Следствие: анализ обломков свидетельствует о разрушении А321 в воздухе.

- Глава Ростуризма: в Египте находятся около 79 тыс. россиян.

8 ноября

- Вывезенный из Египта багаж туристов из РФ проходит усиленный контроль.

- В. Путин подписал указ о временном запрете перелётов из России в Египет.

9 ноября

- Американские и британские СМИ, ссылаясь на данные своих разведок, сообщают о вероятном виновнике гибели А321: это группировка «Вилаят Синай», подчиняющаяся ИГ*, но, возможно, действовавшая самостоятельно.

- Премьер-министр Д. Медведев допустил, что причиной катастрофы А321 мог быть теракт: «Вероятность террористического акта, естественно, сохраняется в качестве причины того, что произошло».

*Террористическая организация, запрещённая в РФ.



8 ноября, на 9-й день после авиакатастрофы, в Исаакиевском соборе Санкт-Петербурга прошла поминальная служба. Колокол собора звонил 224 раза - по числу погибших над Синайским полуостровом пассажиров и членов экипажа А321.

Фото РИА Новости

КАК ПРОВЕРЯТЬ БАГАЖ

Как нужно действовать, чтобы бомба не попала на борт самолёта вместе с багажом? И могут ли авиакомпании контролировать багаж самостоятельно, независимо от служб контроля иностранных аэропортов, куда летают российские лайнеры? Оказывается, могут. И израильский и американский опыт можно перенять российским авиакомпаниям.

Игорь ВАЙСБУРД, региональный директор восточно-европейского направления национальной авиакомпании «Эль Аль», Израиль:



- В нашей авиакомпании существует многоступенчатый контроль багажа. И неважно, откуда вылетает самолёт - из Тель-Авива, Москвы, Копенгагена или Стокгольма. Меры безопасности абсолютно одинаковые. Во всех аэропортах применяется единый стандарт. Во-первых, как только чемодан уходит по конвейеру, он попадает под визуальное наблюдение сотрудников безопасности нашей авиакомпании. Это происходит

всегда и не зависит от работы охраны аэропорта. Во-вторых, на каждом чемодане имеются два стикера. Помимо первого, который клеит работник аэропорта, чтобы багаж ушёл на нужный рейс, есть второй - его приклеивает служба безопасности авиакомпании, которая просветила чемодан на специальной машине. Для проверки мы используем газоанализаторы и рентген-аппараты, позволяющие очень быстро и эффективно проверить внутренность багажа, не вскрывая его. Ни один чемодан не может попасть в грузовой отсек самолёта без такого многоступенчатого контроля. И, в-третьих, все находящиеся на земле самолёты тщательно охраняются. Никто посторонний не может не только войти в них, но и приблизиться к ним. Уборщицы и работники аэропортов независимо от имеющихся у них пропусков также проверяются.

В нью-йоркском аэропорту JFK (США) весь багаж проверяет Администрация транспортной безопасности аэропорта. Её сотрудник, попросивший не называть его имя, рассказал «АиФ», как это делается:

- Весь багаж, который сдаётся в багажное отделение аэропорта, должен быть закрыт на молнию. В противном случае служба безопасности имеет право взломать замок, чтобы произвести досмотр.

Сумки, независимо от того, на какой рейс их доставят, досматриваются выборочно, но большая часть из них действительно вскрывается. Во всём досмотренном вручную багаже служба безопасности оставляет карточку, говорящую о том, что вещи проверены.

Эту службу и данные правила создали в 2001 г. после атаки 11 сентября, чтобы повысить эффективность предполётного контроля. Эта же служба, кстати, действует на железнодорожных и автобусных вокзалах.

Служба постоянно проводит тайные проверки своих сотрудников. Каждого, кто пропускает специально положенный на ленту «подозрительный» багаж (с поддельной бомбой), может ждать штраф и увольнение, поэтому стимул сильно стараться есть у всех. Причём многие не проходят эти тесты (например, газеты пестрят сообщениями о том, как 20 из 22 чемоданов с якобы бомбами пропустили на борт самолётов).



Препаратов с кальцием много, а «Горный кальций» один!

В отличие от других препаратов, «Горный кальций Д₃» с мумие насыщает кости не только кальцием и витамином Д₃, но и природными минералами, входящими в состав мумие. Мумие содержит более 30 микро- и макроэлементов, которые способствуют повышению прочности костей и выработке коллагена для придания костям упругости и эластичности, что снижает риск возникновения травм.

Недаром мумие издавна считали лучшим средством для укрепления костей. Именно сочетание кальция с мумие в 1 таблетке обеспечивает лучшее его усвоение, что способствует большему укреплению костей, волос, ногтей, зубов и более быстрому восстановлению костной ткани при травмах.

«Горный кальций» Эвалар — чтобы кости стали крепче гор!

Качество Эвалар: гарантировано международным стандартом GMP.



Спрашивайте в аптеках!
«Линия здоровья «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).
659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760
БАД. Реклама.

www.evalar.ru.



Заказывайте на сайте apteka.ru с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку.

ВЫГОДНАЯ
ЦЕНА



Теперь в новой упаковке

ОСТАВИЛА СЛЕДОВ?

ОРУЖИЕ ЗА ВЗЯТКУ

Семь чиновников, имеющих отношение к службе безопасности аэропорта Шарм-эш-Шейха, на условиях анонимности рассказали агентству «Ассошиэйтед Пресс» о проблемах с безопасностью.

Один из чиновников отметил, что полицейские, контролирующие сканы, брали взятки. «Я не могу сказать, сколько раз я сам ловил сумки, полные наркотиков или оружия, которые они пропустили за 10 евро», — отметил он.

Все сумки пропускаются через сканер при входе в аэропорт Шарм-эш-Шейха. Ручная кладь проходит через второй сканер у входа на посадку. Но он часто не работает. «Это человеческая глупость, а не технические проблемы», — сказал один из чиновников аэропорта. — Я видел людей, которые отключали сканер, чтобы

сэкономить электроэнергию». В то же время египетские власти начали опрашивать штат аэропорта и наземную команду, которая работала над подготовкой российского борта, некоторых сотрудников заключили под наблюдение.

Чиновники заявили, что в аэропорту Шарм-эш-Шейха часто были слабые проверки безопасности при доставке питания и топлива. Местные отели предоставляли бортовое питание для некоторых рейсов и доставляли еду самостоятельно прямо на борт самолета. Охрана на входе часто разрешала таким службам доставки пройти к самолету без должного контроля, заявили чиновники. Часто охранников можно было подкупить 1-2 блодами, чтобы пропустить грузы и пассажиры с питанием без проверки.



После катастрофы в египетском аэропорту усилен контроль за авиапассажирами и багажом. Фото Рейтер

КУДА ЛЕТЕТЬ

Ирина ТЮРИНА, пресс-секретарь Российского союза туриндустрии:



— Альтернативы Египту по цене и климату в пределах 5-часового полета, к сожалению, нет.

Сейчас турагентства предлагают Таиланд, Вьетнам, ОАЭ и Израиль. Но за все эти страны придется доплачивать. Например, тур в Израиль, хотя он и ближе, чем тот же Таиланд, обойдется дороже. Во-первых, туда летают не чартеры, а регулярные рейсы. Во-вторых, сама по себе эта страна требует больших затрат. Впрочем, у тех, кто взял путевки на Новый год, еще есть шанс ими воспользоваться, поскольку неизвестно, как долго будет закрыто это направление. Советую не торопиться сдавать новогодние туры.

P.S. Цены на туры в другие страны сильно отличаются от египетских. Например, в новогодние праздники 7 ночей в отеле 3* на полуострове в Таиланде будут стоить от 83 тыс. руб., во Вьетнаме — от 98 тыс. руб., в ОАЭ (Дубай) — от 70 тыс. руб. Эти же условия в Египте обошлись бы от 40 тыс. руб.

А КТО ЗАКАЗЧИК?

Британские СМИ назвали имя предполагаемого организатора теракта — это главарь террористической группировки «Провинция Синай» Абу Усама аль-Масри. Но эксперты задают вопрос: «А кто заказчик?»

По мнению Евгения САТАНОВСКОГО, президента Института Ближнего Востока, все радикальные формирования на Синае патронирует



эмират Катар: «Деятельность по поддержке гражданской войны в Сирии и другие громкие теракты курирует министр иностранных дел Катара Халид аль-Аттия.

Заказчиком теракта может быть только он и узкий круг его доверенных лиц... Нам послали черную метку, это называется объявлением войны. Не понимать или не замечать этого — преступно».

Глава МИД Катара известен тем, что в октябре этого года за-

явил, что его страна не исключает вооруженной интервенции в Сирию. Катар уже оказывает военную, финансовую, политическую поддержку суннитской оппозиции, противостоящей президенту Сирии Башару Асаду.

Кроме того, Катар не раз обвиняли в спонсировании исламистских террористических организаций, запрещенных в РФ.

Материалы подготовили: Екатерина БАРОВА, Татьяна БОГДАНОВА, Дарья БУРАВЧИКОВА, Татьяна КУЗНЕЦОВА, Владимир КОЖЕМЯКИН, Елена ПЛОТНИКОВА

ВОПРОС - ОТВЕТ

СТАБИЛЬНОСТЬ. УВЕРЕННОСТЬ. ЗДОРОВЬЕ! ЕРМАК.

Уникальный прибор «ЕРМАК», с помощью которого можно не только предотвратить, но и вылечить простатит. Вы забудете о ночных походах в туалет, бесконечных болях, начнете вести активную половую жизнь.

Заказ по телефону «горячей линии» (звонок по России бесплатный) **8-800-505-03-92**

Реклама. ООО «Эвирекс». 197110, г. Санкт-Петербург, Петрозаводская ул., дом 16, лит. А, помещение 1-Н. ОГРН 1147847260516

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ТАЙНА СЕКС-ТАБЛЕТКИ...

■ огромный выбор эрегаторов для повышения потенции на натуральной основе ■ мгновенная стойкая эрекция ■ мах количество половых актов.

ПОЛУЧИТЕ НЕОЖИДАННЫЙ УСПЕХ У ЖЕНЩИН.

ЗАКАЗ по телефону в Москве **8 (495) 724-70-93**.

ОГРН № 5117746015096. Реклама. ООО «Древо жизни».

127051, г. Москва, пер. Малый Сухаревский, д. 9, стр. 1, оф. 36.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

СЛЕПОТА НЕ НАСТИГНЕТ!

■ Сделал 5 лет назад операцию на глазах, заменил хрусталик. Сначала все было хорошо, но сейчас снова катаракта на том же глазу и левый глаз вообще перестал видеть — ставят диагноз «катаракта и глаукома»! Сказали, снова нужно делать операцию, но я уже боюсь: возраст не тот, сердце слабовато да и давление скачет. Слышал об аппарате для глаз «Яснозор», который может быть эффективен в комплексном лечении заболеваний глаз. Помогите его найти.

А. Н. Ковалев, 78 лет
«ЯСНОЗОР» — магнитотерапевтический офтальмологический аппарат для лечения органов зрения. ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ: глаукома, катаракта, дистрофия сетчатки, атрофия зрительного нерва, диабетическая ретинопатия и другие патологии глаз. «ЯСНОЗОР» прошел клинические испытания, прост в использовании пенсионерами, адаптирован к применению в домашних условиях.

Как и где приобрести «ЯСНОЗОР», уточняйте прямо сейчас по **БЕСПЛАТНОМУ** тел. **8-800-200-78-68**.

ООО «Фарматэк». ОГРН 1137746860217. 109548, г. Москва, ул. Гурьянова, д. 4, корп. 2 («ЯСНОЗОР» усовершенствован и разработан на базе аппарата магнитотерапевтического офтальмологического АМТО-01, рег. удост-е № ФСР 2011/12745, рег. № декларации соот-вия РОССТУ.ИМ38.Д00036). Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

«НОГТИВИТ» СНИМАЕТ ПОРАЖЕННЫЕ НОГТИ КАК ПЕНКУ С МОЛОКА. БЕЗ БОЛИ. В СЧИТАННЫЕ ДНИ.

«УСИЛЕННЫЙ НОГТИВИТ» — для сложных случаев. Крем «**ПОДГОТОВИТЕЛЬ**» после снятия пораженного ногтя заживляет ногтевое ложе, питает растущую ногтевую пластину и ускоряет ее рост в три раза! **«НОГТИВИТ»** в союзе с **«ПОДГОТОВИТЕЛЕМ»** — «скорая помощь» ваших ногтей! И никаких «грибов-мухоморов»!

«ПЯТКАШПОР»: ШПОРА ТАЕТ БУДТО САХАР В ЧАЕ!

Чтобы избавиться от «гвоздя в пятке» без следа — средство «Пяткашпор». В сложной ситуации — **«ПЯТКАШПОР УСИЛЕННЫЙ (НОЧНОЙ)»**. А **«ПЯТКАШПОР ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ»** закрепляет результат, чтобы проблема больше не возвращалась.

«ВАЛЬГУССТОП»: ШИШКА С ПАЛЬЦА — НОГАМ ЛЕГЧЕ!

Если болезненная «шишка» (косточка на ноге) увела палец ноги в сторону, крем **«ВАЛЬГУССТОП»** уменьшит неприятное ощущение и дискомфорт. И ного больше не кривиться от шишки!

ШЕЛУШЕНИЕ, ЗУД ДИАБЕТИЧЕСКИЙ, СУХОСТЬ КОЖИ...

Крем **«ЦИТОПСОРА»** сверхсильно увлажняет, смягчает, уменьшает зуд и воспаление, способствует обновлению кожи и надолго удерживает влагу. Вспомогательное средство при сухом псориазе. Не содержит солидола! В основе липидный комплекс, дублирующий функцию здоровой кожи.

«НОГТИНОРМ»: НОГоть РАСТЕТ ПРЯМО. БЕЗ ПРАВА НАЛЕВО...

Крем ослабляет болезненное внедрение в ткань, ускоряет вывод их из боковых валиков и задает росту правильное направление. Просто, быстро и без мучений!

«ДЕРМАВИТ» ВЫВОДИТ БОРОДАВКИ И ПАПИЛОМЫ. БЕЗ БОЛИ. БЫСТРО. НАВСЕГДА.

ДОСТАВКА ПОЧТОЙ
www.aelitashop.ru
тел. (495) 772-48-62

WWW.OOOPROBA.RU
(495) 789-14-89

ПРОБА-ЗАКАЗ.РФ

Врач-консультант:
(495) 792-43-93

Справки: Информационный центр
(812) 958-4054

Интернет-магазин «КРУГОВОРОТ»
WWW.KRUG4YOU.COM

Бесплатная доставка в удобную аптеку-партнера сервиса
WWW.APTEKA.RU

Москва: (495) 775-50-00, 917-51-60, 543-77-20, 766-70-74, (903) 179-75-51, (962) 935-55-44, (926) 602-99-97, (925) 063-97-61, (495) 795-51-52, (903) 017-87-39, (495) 664-44-21, (8(800) 333-89-80, (495) 799-41-30, (495) 508-69-54, 510-99-52, 652-21-09, 770-41-41 golden-bee.ru

Московская обл., г. Кашира (916) 356-70-20

Санкт-Петербург: Информационный центр — **(812) 958-40-54**, 703-45-30, 603 00-00, 305-33-33, 314-70-20, 714-72-72, 705-63-88, 449-68-70, 333-11-33

Альметьевск, Татарстан: (917) 851-83-02 (8553) 37-55-35

Ачинск, Красноярский край: (39151) 5-66-50, (923) 331-41-42

Барнаул: (3852) 77-01-10

Бердск: 38341-2-80-44

Волгоград: (8442) 50-09-30

Вологда: (8172) 54-77-00, 51-98-61, 74-19-45

Воронежская обл., г. Кантемировка: (4736) 76-33-09.

В. Новгород: (8162) 64-97-94, 73-82-66

Владивосток: 423-2-404-404, 8(902)555-04-91

Екатеринбург: справки по тел: 343-204-80-80

Ижевск: Узнать о наличии по тел справочной — (3412) 505-505

Казань: (843) 268-76-15, (843) 514-91-04

Казахстан, Алматы: (727)274-07-07 Справочная

Красноярск: (3919) 243-74-30, 201-04-55, 276-34-91, (902) 920-32-71, справки — **www.124apteki.ru**

р-н Кайеркан: 39-76-08

Калуга: (484) 290-60-40

Краснодар: 861-255-78-04, 255-44-95

Киров: (8332) 36-12-71

Мурманск: Справка о наличии в аптеках «Формула Здоровья» по тел.003

Минск (Респ. Беларусь): сеть «Зеленая аптека», +375-17-245-55-32, 245-95-29 **www.fito.by**, 291-38-01

Набережные Челны: (8552) 38-13-13

Нижний Новгород: (831) 277-68-87

Новокуйбышевск: (846-35) 7-29-09

Новосибирск: (383) 274-12-20

Норильск: (3919) 460439, 482794

Омск: (3812) 66-20-82, 66-20-83, 308-508

Приморский край **www.100Sp.Ru**

Пенза: (8412) 54-11-40, 54-11-50

Петрозаводск: (8142) 74-15-43

Самара: (846) 270-54-04, 8-800-1001-112

Саратов: (8452) 27-81-15, 23-44-83, 29-33-02, 27-98-68, 73-62-88, (8452) 41-67-07

Тольятти (8482) 70-54-04, (8482) 48-70-99

Томск (3822) 25-03-05

Тверь: (4822) 32-06-84

Тюмень: единая городская аптечная служба **www.500432.ru** тел. 3452-500-432

Ульяновск: (8422) 46-03-03

Хабаровск: (4212) 333-991

Челябинск: (351) 232-33-13, 225-10-10

Энгельс: (8453) 76-80-59

РАСПРОДАЖА ОСТАТКОВ со склада производителя — stokproba.ru (495)125-28-38

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ТЕМА НОМЕРА

Обогащаются здесь,
а тратят там?

У СБЕЖАВШИХ ЗА ГРАНИЦУ ЭКС-ЧИНОВНИКОВ ПОЛНО ВИЛЛ, ОСОБНЯКОВ И ПЕНТХАУСОВ КАК В ЕВРОПЕ, ТАК И ЗА ОКЕАНОМ, НО НАШИ ПРАВООХРАНИТЕЛИ НЕ МОГУТ ДОБИТЬСЯ ВОЗВРАЩЕНИЯ ЛЬВИНОЙ ДОЛИ УКРАДЕННЫХ В РОССИИ СРЕДСТВ.

На днях швейцарская прокуратура заявила об аресте в рамках расследования дела об отмывании незаконно нажитых средств (60 млн франков) на счетах экс-министра сельского хозяйства РФ Елены Скрынник. У нашей прокуратуры пока вопросов нет. Бывшая чиновница живёт в роскошном особняке на Лазурном Берегу, но говорит, что купила его на деньги, честно заработанные в бизнесе, которым занималась ещё до госслужбы. Вот только в ту пору, когда она была министром, в её декларации ни о каком доме во Франции ни слова не было...

Как правило, те, кто пришёл на госслужбу из бизнеса, декларируют заграничную недвижимость не стыдясь. Но есть и такие высокопоставленные чиновники, которые «скромно» указывают, что вилла или особняк у них просто в собственности. И не беда, что в Монако или в Лондоне они арендуют сотни квадратных метров у фирм, которые контролируют их жёны. Кстати, ни в одной декларации чиновников нет ни строчки о доходах, счетах и недвижимости совершеннолетних наследников. Закон от них этого не требует. Удобно, А правда ли? А зайства Елена Скрынник живет на Лазурном Берегу.

млн долл. находятся, то верфи в Германии, как у сына экс-министра энергетики Игоря Юсупова, всплывают...

НЬЮ-ЙОРК, НЬЮ-ЙОРК...

Кстати, в Америке неплохо обустроились многие наши бывшие начальники. Так, в своё время сенатор Александр Сабашин, оказавшийся обладателем вида на жительство в США, просто сбежал от российских правоохранителей за океан. Правда, потом вернулся и в мае 2014 г. был арестован по делу о покушении на мошенничество на сумму 7 млрд руб. Сейчас отбывает назначенные судом 6 лет.

А вот его коллега сенатор Андрей Вавилов оказался более предусмотрительным: решил все вопросы с правоохранителями и теперь спокойно наслаждается жизнью. В этом году газета The New York Times опубликовала расследование под заголовком «Российский министр и его друзья», посвящённое скупке

элитного жилья в центре Нью-Йорка. Министр - это тот самый Вавилов, который успел поработать 1-м замминистра финансов (1992-1997). В 1997-м, когда Вавилов ещё занимал этот пост, Генпрокуратура возбудила уголовное дело о хищении около 231 млн долл., выделенных из госбюджета. Чиновник упоминался в деле, но обвинение ему так и не предъявили. В 2007 г. Верховный суд признал наличие признаков мошенничества и злоупотребления полномочиями в действиях Вавилова, но в 2008 г. дело было закрыто... за истечением срока давности.

Американские журналисты рассказали о пентхаусе (770 кв. м, панорамный вид на 360°) почти на самой вершине Time Warner Center, который Вавилов купил за 37,5 млн долл. в 2009 г. Кстати, в том же Time Warner Center жильё за 15,65 млн долл. у ещё одного экс-сенатора - Виталия Малкина. Наши борцы с коррупцией любят рассказывать, как тяжело вернуть украденные капиталы из-за границы: мол, даже если власти той или иной страны идут навстречу и накладывают арест на имущество, то его ещё надо продать, чтобы в Россию вернулись деньги. А тот же Вавилов свои роскошные метры недавно благополучно сбыв, причём гораздо дороже, чем купил, - за 50,9 млн долл.

НАШ ЛОНДОНГРАД

Справедливости ради отметим, что правоохранителям действительно порой не просто вернуть украденные капиталы, особенно если экс-чиновники бегут в Англию. Например, никак не удаётся добиться экстрадиции экс-главы фактически государственного Банка Москвы Андрея Бородина, объявленного в международный розыск в 2011 г., после того как обнаружилась «пропажа» 366 млрд руб.! После бегства из России он приобрёл в Лондоне один из самых дорогих особняков. В мае 2012 г. ему было отказано в политическом убежище, однако уже в феврале 2013-го прошение Бородина было-таки удовлетворено британскими властями.

У беглого экс-сенатора Сергея Пугачёва (по иску российского Агентства по страхованию вкладов есть приказ Высокого суда Лондона об аресте его имущества на 1,171 млрд фунтов стерлингов) с «крышей» в Британии не

ЗАГРАНИЧНЫЕ

у правоохранителей к этим чиновникам вроде бы пока нет, но поверить в кристальную чистоту денег, потраченных на покупку таких метров, сложно.

ПОД ЗАПРЕТ?

В Госдуме коммунисты готовят законопроект, вообще запрещающий чиновникам владеть заграничной недвижимостью. Но только практика показывает, что такая антикоррупционная мера - как мёртвому припарки. Многие казнокрады сначала громко рассказывают о своей любви к Родине, «честно» несут государству службу, а потом бегут с миллиардами, не имея за душой ни единого квадратного метра. Достаточно вспомнить

историю братьев Билаловых, которые неплохо «заработали» на строительстве олимпийских объектов в Сочи. Сейчас с ними желают побеседовать следователи, но братья давно за границей.

Есть и чиновники, которые вкладывают нажитое непосильным трудом в недвижимость, но записывают её на взрослых детей и бывших жён. При таком раскладе можно подавать декларацию о доходах и расходах хоть раз в месяц, за руку вряд ли кто поймает. Хотя, безусловно, само по себе наличие заграничной недвижимости не криминал. Криминал - когда она приобретена на левые доходы, которых у чиновников и парламентариев не должно быть по определению, и записывается на один из офшоров, чтобы особо рьяные борцы с коррупцией не нашли.

Впрочем, иностранные квартиры и дома тех же депутатов и министров в основном давно уже на виду у СМИ - в отличие от имущества топ-менеджеров большинства госкорпораций, которые сведения о нём тупо не публикуют. И редко кто присматривается к чиновникам второго эшелона - заместителям министров, их замам, начальникам департаментов и проч. (см. инфографику). А ведь у них порой и виллы получше, и география проживания пообширнее...



Екатерина
БАРОВА

Фото Светланы ПРИВАЛОВОЙ, Дмитрия ДУХАНИНА, Валерия ЛЕВИТИНА/Коммерсантъ, Бориса ТРОПИНА/PhotoXPress.ru

НЕ ДАВАТЬ
КРАСТЬ

В РОССИЙСКИХ «ЭЛИТАХ» ЕСТЬ ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ПО-ПРЕЖНЕМУ РАССМАТРИВАЮТ ЗАПАД КАК «ЗАПАСНОЙ АЭРОДРОМ», А РОДИНУ - ЛИШЬ КАК МЕСТО, ГДЕ МОЖНО ПОБОЛЬШЕ ХАПНУТЬ.

ПОЗИЦИЯ



АБРАМОВА

Ежегодный отток капиталов из России - десятки миллиардов долларов. И есть основания думать, что значимая часть этих денег - результат незаконной деятельности, в том числе чиновной коррупции. Некоторое время назад чиновникам запретили иметь за границей счета и активы, но оставили возможность владеть заграничной недвижимостью. Впрочем, подозреваю, и с активами у многих из тех, кто нечист на руку, по-прежнему всё «в порядке». И недвижимость тоже есть, хотя в декларациях всё «чисто». Ведь мало кто оформляет её на себя. Никому не хочется отвечать на вопрос, на какие деньги покупаются виллы и дворцы. Теневые схемы владения счетами и домами, кроме прочего, делают наших чиновников уязвимыми перед возможным влиянием чужих спецслужб. Вот и возникает вопрос: не поставить ли больше заслонов на границе, а то и вовсе закрыть её на замок? Жили ведь так при СССР...

Но Россия сама себя видит органичной частью большого современного мира. Огораживание может привести лишь к обратному эффекту: для увода денег придумают новые схемы, а приток инвестиций из-за границы прекратится. Нужно посмотреть на проблему иначе: чтобы вывести краденые деньги, их нужно сначала... украсть. Поэтому нам важно сделать максимум, чтобы возможностей красть стало как можно меньше, - повышать эффективность антикоррупционных расследований со стороны правоохранительных органов, продолжать совершенствовать законодательство, делать систему гострат как можно более прозрачной. В этом направлении уже многое делается. Но иногда возникает ощущение, что чиновники специально оставляют лазейки в законах, через которые государственные деньги продолжают утекать в чьи-то карманы.

Руслан Абрамов, руководитель кафедры государственного управления РЭУ им. Плеханова

37,5
млн долл.

15,6
млн долл.

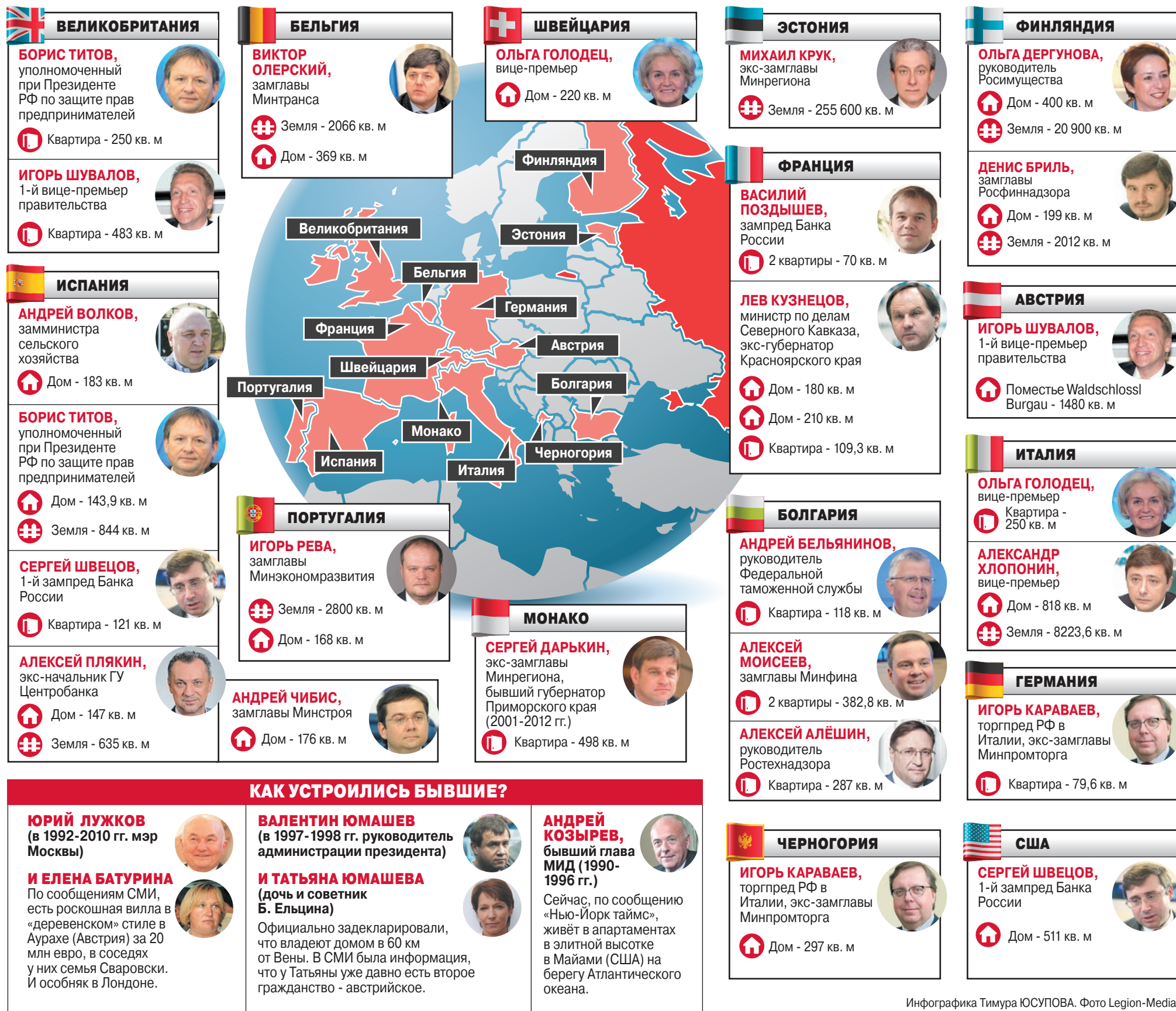
60
млн
франков

366
млрд
руб.

Экс-банкир Андрей Бородин скрывается от нашего правосудия в Англии.

МЕТРЫ НАШЕЙ «ЭЛИТЫ»

ГДЕ У КОГО «ЗАПАСНОЙ АЭРОДРОМ»?



Инфографика Тимура ЮСУПОВА. Фото Legion-Media

Эвалар

**Только Сабельник Эвалар «отсекает»
боль в суставах, не повреждая желудок!¹**

«Настойка Сабельника» Эвалар — это единственное лекарство на основе сабельника², которое:

- лечит суставы, не повреждая слизистую желудка
- оказывает выраженное противовоспалительное действие и устраняет боль в комплексном лечении артритов и артрозов
- при совместном приеме с нестероидными противовоспалительными средствами усиливает их эффект и позволяет снизить дозу

Настойка Сабельника Эвалар бережно лечит суставы, не повреждая желудок!

Спрашивайте в аптеках!

www.evalar.ru.

«Линия здоровья «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный)

Заказывайте на сайте **apteka.ru** с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку.

¹Среди лекарств на основе сабельника ²По данным государственного реестра ЛС, зарегистрированных в РФ, на ноябрь 2013г. Реклама. 659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», тел./факс: (3854) 39-00-50. ОГРН 1022200553760.



ВЫГОДНАЯ
ЦЕНА

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

ВОЛШЕБСТВО - КАЖДЫЙ ВЕЧЕР

НАСТРОЕНИЕ

С 1 ноября
в столице включили
суперподсветку.

1 НОЯБРЯ НА ПЛОЩАДЯХ, В СКВЕРАХ И ПАРКАХ МОСКВЫ ВКЛЮЧИЛИ КРАСИВУЮ ОСЕННЕ-ЗИМНЮЮ ПОДСВЕТКУ. ОГНИ, СОЗДАЮЩИЕ ОСОБОЕ НАСТРОЕНИЕ, БУДУТ РАДОВАТЬ НАС ВПЛОТЬ ДО 1 АПРЕЛЯ.

Теперь мои дети постоянно просят «вернуться домой через центр», пусть даже едем мы с Фрунзенской на Профсоюзную. «Огненные» декорации столицы совершенно заворожили малышей. «Смотри, смотри, как красиво!» - то и дело слышу с заднего сиденья. Моей семье подсветка подсказала «воспитательный трюк»: теперь детям надо не только любоваться домами и мостами, «закутанными» в лампочки, но и знать, что это такое и когда появилось. Так что иллюминация помогает моим дочерям знакомиться с Москвой. Старшая, например, уже поняла, где будет учиться - в МГУ. Почему? Да потому что по вечерам это «самое красивое здание в городе»!

О ЧЁМ «ПЛАЧУТ» ДЕРЕВЬЯ

Вот уже третий год осень и зиму мы проводим с декоративной иллюминацией. И с каждым годом она становится всё интереснее, сложнее и, если так можно сказать, эlegantнее. До самого конца марта жители Москвы и её гости каждый вечер смогут любоваться световыми перетяжками, 3D-фигурами, деревьями в скверах, парках и на бульварах, тысячами причудливых световых арок.

У «московской иллюминации» уже появилась и своя традиция: так, кроны высоких деревьев при «входе» на бульвары, как и все эти годы, украсили светодиодными гирляндами. Да-да, теми самыми, «плачущими». Их «капающий» эффект многих заставляет перейти с быстрого шага на



Подсветка создаёт у горожан совершенно особое настроение, возвращает в детство, радует глаз.

медленный, а то и вовсе остановиться. Да, смотреть на это можно бесконечно...

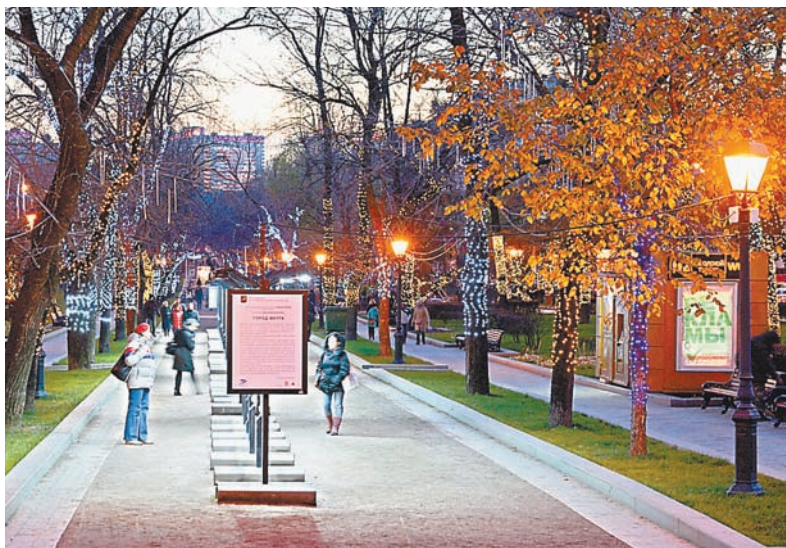
Время от времени читатели спрашивают нас: а не вредны ли такие гирлянды для деревьев? Отвечаем: в них используют напряжение 12 и 24V, а это абсолютно безопасно для роста и развития любых зелёных насаждений и, самое главное, неспособно причинить ни малейшего ущерба ни людям, ни животным.

В «СТАРОМ» И «НОВОМ» СВЕТЕ

Концепцию «комплексного светового оформления города в осенне-зимний период»,



«Плачущие» деревья полюбились и большим, и маленьким москвичам.



В 2016-м к бело-синей подсветке добавится ещё один цвет.

если говорить официальным языком, приняли в 2013 г. То, как будет выглядеть столица, когда дни становятся всё короче, а солнце не показывается неделями, решали ведущие эксперты в области светодизайна и архитектуры. В конце концов, концепцию согласовали на Художественном совете города.

Что она определяет? Например, основную гамму цветов, которые столица будет использовать при оформлении своих улиц, бульваров, площадей, - это холодный и тёплый белый, синий и голубой. Кстати, этот сценарий декора Москвы рассчитан всего на 3 года, то есть 2015-й - последний год «старой» концепции. Уже в следу-

ющем, 2016-м декоративная иллюминация продвинется ещё дальше не только географически и количественно, но и качественно. Например, деревья не будут обматывать гирляндами (порой это выглядит не самым выигрышным образом).

ВСЕ ОТТЕНКИ ЖЁЛТОГО

Москвичам также предложили решить самим, каким должно быть световое оформление Первопрестольной накануне Нового года. По традиции ответ на этот вопрос искали на портале «Активный гражданин». Так, 77% участников голосования поддержали предложение расширить бело-синюю цветовую палитру зимнего освещения столицы. Своё мнение за три недели голосования высказали почти 300 тыс. жителей города. На их выбор представили 4 цвета дополнительной подсветки: фиолетовый, красный, жёлтый и зелёный.

Самым популярным оказался фиолетовый цвет - его выбрали 24% участников голосования. Поровну (по 17%) набрали зелёный и красный цвета. 11% участников проекта посчитали, что новогоднюю подсветку нужно дополнить

24%

ОТДАЛИ ГОЛОСА
ЗА ФИОЛЕТОВУЮ
ПОДСВЕТКУ.

оттенками жёлтого. Кроме того, москвичи проголосовали за единую цветовую гамму праздничной иллюминации для всей столицы. И теперь нам осталось насладиться «старыми» цветами сверкающей сказки в этом году, потом немного подождать и встретить вечернюю Москву уже в новом цвете и свете.



Елена
СЕМЁНОВА

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО



В городе провели большую работу по световому оформлению мостов. 22 объекта заново оборудованы архитектурно-световой подсветкой. Установлены светодиодные светильники, которые изготовлены в России и по энергопотреблению в 2,5 раза более эффективны, чем энергосберегающая подсветка.

ВСЯ МОСКВА В НОУТБУКЕ И СМАРТФОНЕ

ИННОВАЦИИ

Интернет-порталы превращаются в единую систему городских решений.

НЕДАВНО МОСКВА ЭЛЕКТРОННАЯ ПЕРЕШЛА НА СОВСЕМ ИНОЙ УРОВЕНЬ: ВСЕ ОНЛАЙН-СЕРВИСЫ И САЙТЫ «СОБРАЛИСЬ» НА ЕДИНОЙ ГОРОДСКОЙ ПЛОЩАДКЕ.

Как выглядит «Новая электронная столица», на что способна, с помощью чего и кого работает?

ЭЛЕКТРОННЫЕ СЕРВИСЫ НА СЛУЖБЕ МОСКВИЧЕЙ

«Сегодня всё переходит на один ресурс - портал MOS.RU (в обновлённом режиме он заработал с 26 октября. - Ред.), - рассказал на форуме «Открытые инновации» Евгений КОЗЛОВ, заместитель руководителя аппарата мэра и правительства Москвы. - Электронные сервисы правительства Москвы превращаются в единую систему городских решений. Чтобы москвичам было удобно, появляются электронные каналы, которые позволяют высказаться».

Сделать столицу электронной помогают система ГЛОНАСС, городские системы видеонаблюдения и, конечно, Интернет. Москвичи готовы пользоваться этими услугами и сервисами - вот так и происходит революция в управлении мегаполисом.

Сегодня в столице в электронный вид переведены 130 государственных услуг и сервисов - это половина от их общего числа. Востребована ли такая форма? Судите сами: 60 млн обращений было сделано за последние годы, 6 тыс. организаций и 5 млн физических лиц воспользовались новыми возможностями. Причём они могли сделать это в любой час дня и ночи. И элек-



Каждый десятый москвич - активный гражданин. Это официально!

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

КТО КОГО КОНТРОЛИРУЕТ?

Сегодня можно говорить о «тотальном контроле» за городом - благо в арсенале и камеры видеонаблюдения, и ГЛОНАСС. В поле зрения - улицы, дворы, подъезды. Можно сказать, что система претерпела эволюцию - от выборочного человеческого контроля до сплошного автоматизированного. И поскольку это направлено не против человека, а ему во благо, москвичи и сами с удовольствием контролируют. А о результатах сообщают на портал «Наш город». За 4 года работы удалось решить 750 тыс. проблем (при-

чём 80% из них - в течение 4-5 дней). 680 тыс. пользователей вошли в «тесный контакт» со 150 органами власти. Каждую неделю сюда поступает 20 тыс. сообщений.

Система электронных референдумов «Активный гражданин» - тоже своеобразный способ контроля за тем,

как развивается столица. 1,2 млн пользователей приняли участие в 700 с лишним голосованиях (а на проекте «Моя улица» проголосовало более миллиона человек), высказали 35 млн мнений. 300 народных решений уже стали действительностью. А

прямо сейчас москвичи решают, как дворцы культуры и дома творчества будут занимать наш досуг в следующем году, а также каким именно способом собирать опавшие

листья во дворах. Кроме того, жители столицы выбирают лучший отреставрированный объект, решают, надо ли дому заводить спецсчёт, чтобы копнуть на нём средства на капремонт, и др. Мелкие вопросы? Нет, ведь важно всё.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ И УСЛЫШАНЫ!

Отдельная история - краудсорсинг-проекты (когда идеи обсуждают и специалисты, и простые москвичи - в конечном итоге потенциальные потребители тех или иных услуг). Crowd.mos.ru работает год, а предложения участников проекта (более 5 тыс. дельных идей) уже включили в 5 городских программ, среди которых Экологическая стратегия Москвы, Модели формирования управляющих советов школ и Московские поликлиники.

за 4 года

УДАЛОСЬ РЕШИТЬ БОЛЕЕ 750 ТЫС. ПРОБЛЕМ.

Если говорить о последнем, то более 58 тыс. москвичей обсуждали, как сделать приём в поликлиниках удобнее. Затем самые популярные предложения вынесли на голосование в «АГ». По его итогам сформировали новый стандарт комфортного обслуживания, который сегодня внедряется во всех амбулаториях Москвы. Соблюдается ли он? Здесь уже подключается портал «Наш город»...

Теперь каждому, кто побывал в поликлинике, приходит электронное письмо, в котором пациенту предлагают оценить качество работы врача и других сотрудников медицинского учреждения, чистоту и порядок. И каждую неделю таких писем рассылают более 100 тысяч.

Ольга ОРЛОВА

КОНТРОЛЬ ЧЕРЕЗ ПОРТАЛ «НАШ ГОРОД»

4 года работы → **750** тысяч решённых проблем



150 органов власти в системе

80% вопросов решаются за 4-5 дней

20 тысяч сообщений в неделю

175 тем для жалоб

680 тысяч пользователей

Эффективность управленческих решений

Удобство и доступность госуслуг

Интернет (e-mail и push-уведомления)

Государственные информационные системы

Контроль на высоком уровне

Участие горожан в управлении

Система видеонаблюдения

ГЛОНАСС/GPS

Мобильные технологии (SMS, мобильные приложения)



МОБИЛЬНЫЕ СЕРВИСЫ МОСКВЫ

Запись к врачу и напоминание о дате посещения

Ввод показаний счётчиков, информирование о начислениях за ЖКУ, получение электронной платёжки

Информирование родителей об успеваемости школьника

Подписка на штрафы ГИБДД и их оплата с мобильного телефона

Парковки Москвы >1 400 000 скачиваний
Госуслуги Москвы > 560 000 скачиваний

ЭЛЕКТРОННЫЕ УСЛУГИ И СЕРВИСЫ

130 госуслуг и сервисов

Доступность 24x7
Экономия времени

Предотвращение коррупции

Информация о статусе оказания услуги

Фото Legion-Media

Я НЕ**...ЗАЧЕМ СМЕЯТЬСЯ НАД СМЕРТЬЮ?****ВОПРОС НЕДЕЛИ**

На днях французское издание «Шарли Эбдо» опубликовало две карикатуры на авиакатастрофу рейса А321 «Когалым-авиа» (на одной из карикатур изображён бедуин с автоматом за плечами. Он в панике схватился за голову, а сверху на него сыплются обломки самолёта, тела пассажиров. Венчает всё надпись: «Российская авиация усилила свои бомбардировки». - Ред.). А ведь там погибли целые семьи, маленькие дети. Неужели журналу не над чем больше посмеяться? Если бы упал французский самолёт, разве они бы про это шутили?

О. Лопатина, Москва



- Не исключено, что они и над этим бы смеялись, - уверен писатель **Сергей ШАРГУНОВ**. - Хотя над своими коллегами, убитыми в их редакции, они тем не менее смеяться не стали. Все знают, что в Европе существуют табуированные темы. И если бы они, например, посмея-

лись над теми же сексуальными меньшинствами, думаю, у них были бы реальные проблемы.

Дело не в том, что редакторы этого издания - эдакие вольтерьянцы или наследники Сартра, храбрые бунтари, не знающие границ. Это люди, существующие в стерильном, политкорректном мире, которые прекрасно знают, над чем им дозволено смеяться, а что лучше не трогать. Их издевательства над Россией, которые сопровождаются вбросом лозунгов по поводу бомбёжек, вписываются в систему той пропаганды, которая присутствует в западных СМИ. Я не моралист. Но то, что они сделали, представляется мне гадким и пошлым, потому что в катастрофе погибли несчастные, ни в чём не повинные люди, дети.

Накалякать хамский рисунокчик в стиле «настенной живописи» в

50% сирийцев вынуждены были поменять место жительства из-за конфликта.

сортуре - это уровень этого издания. Тут ещё возникает и большой вопрос к тем, кто в своё время кричал: «Я - Шарли!», выражая солидарность с убитыми в редакции журналистами, - продолжают ли они выкрикивать эти слова после опубликованных карикатур?



А это ответ нашего художника Павла КАЗАКОВА (главный редактор «АиФ-Кузбасс») французам.

...ОТКУДА СТОЛЬКО ТЕРРОРИСТОВ?**ПРАВО**

Нам то и дело рассказывают, что в Москве, Ингушетии, Дагестане и т. д. раскрыли подпольную террористическую группу ИГИЛ*. Если их так много, почему раньше не ловили?

В. Смирнов, Ижевск

- Есть вещи, которые нельзя рассказывать широкой публи-

*Террористическая организация, чья деятельность в РФ запрещена.



ке, - говорит **Олег ДЕНИСЕНКО**, зампред Комитета Госдумы по безопасности. - Спецслужбы

потому так и называются, что не могут раскрывать все подробности своей деятельности - например, даже мне, хотя я депутат и выходец из этих структур. Потому и эти как бы совпадения, уверяю вас, неслучайны. Об успехах рассказывают, когда появляется возможность, а вове-се не в угоду публике.

...У НАС СПЕЦИАЛЬНО ДУШАТ БИЗНЕС?**НАЛОГИ**

Малому бизнесу хотят повысить налоги. Один раз так уже делали, и предприниматели ушли в тень. Зачем повторять ошибку?

А. Басаев, Москва

Почти на 16% предлагают повысить единый налог на вменённый доход для малого бизнеса. «Малый производственный бизнес и так находится на грани, - считает **Антон**



СТЕПАНОВ, член генсовета «Деловой России». - Любое повышение налогов ухудшит его существование, а столь высокое

- убьёт. Или вынудит уйти в тень. Будет как с повышением нагрузки на индивидуальных предпринимателей: власти через полгода отменяют решение, но число бизнесменов, а значит, и налогооблагаемая база, сократится».

...ГДЕ НАШИ МУЛЬТИКИ?**ТЕЛЕВИДЕНИЕ**

Почему на наших детских каналах так много иностранного? Неужели нельзя крутить только российские мультфильмы? Это было бы самое нужное импортозамещение! Ведь речь идёт о формировании вкусов и здоровой психики у малышей.

Л. Логунов, Дмитров

- На «Карусели» ежедневно идут и новые российские, и классические советские мультфильмы, - ответила «АиФ» **Татьяна ЦЫВАРЕВА**, генди-



ректор канала «Карусель», главный продюсер канала «Мульт». - Но, даже если мы задейству-

ем весь существующий объём отечественной анимации, это не позволит нам заполнить эфир круглосуточного федерального канала так, чтобы не повторять мультики слишком часто. Кстати, при участии канала уже было создано несколько новых анимационных фильмов, поэтому количество российских мультфильмов в эфире будет расти.

...ЗАЧЕМ КИТАЙЦАМ «МММ»?**ДЕНЬГИ**

Говорят, китайцы вступают в «МММ» Мавроди? С ума сошли?! Ю. Захарова, Городец

Отвечает **Алексей МАСЛОВ**, китаист:

- Китайцы всегда были очень азартным народом, они играют на протяжении всей истории. Последняя всенародная игра на



бирже привела к кризису, частные инвесторы потеряли миллионы долларов. Поэтому потенциальных клиентов «МММ» там достаточно. Но это вряд ли допустит правительство КНР. И наказание для господина Мавроди там может оказаться гораздо жёстче, чем в России.

ОТЛИЧНЫЙ

**ОТ ДРУГИХ ПРЕПАРАТОВ
ДЛЯ МУЖЧИН!**



Капсулы «СПУЛАН» — оригинальный продукт для зрелых мужчин, которые стремятся сохранить молодость и сексуальную активность на долгие годы. Капсулы «СПУЛАН» помогут поднять уровень тестостерона, увеличить время близости, вернуть остроту чувственных ощущений, повысить количество и качество интимных контактов. Через несколько минут после приема одной капсулы «СПУЛАН» почувствуете себя 20-летним юношей!

КАПСУЛЫ «СПУЛАН» ПРОДАЮТСЯ В АПТЕКАХ!

Адреса аптек можно узнать по телефонам: (495) 220-26-80, 226-54-60

Горячая линия **8-800-555-00-96/69** (бесплатно по России)

ОДНОЙ СТРОКОЙ

Насморк, лечи или нет, длится неделю. Как так?
Н. Мосина, Архангельск

- Насморк - физиологический процесс, который должен пройти все стадии, - говорит **Екатерина ОСИПЕНКО**, руководитель отдела Федерального научно-клинического центра отоларингологии. - И в среднем это действительно занимает 7 дней.

Сегодня многие при встрече целуются. Зачем?
И. Сукреев, Тобольск

- Порой неприятно, если едва знакомый человек допускает интимные прикосновения, - уверена **Светлана ШИШКОВА**, нейропсихолог, кандидат психологических наук, руководитель НПЦ «Дом». - Однако это стало социальной нормой. Чтобы не допустить поцелуя, заранее протягивайте руку для рукопожатия.

Почему от контактных линз глаза краснеют?
О. Метелин, Киров

- Линзы могут быть неправильно подобраны по размеру или оптической силе, - объясняет **Владимир ЗЕЛЕНОВ**, врач высшей категории МНТК «Микрохирургия глаза». - Или вы носите их свыше 6 часов в день.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ
ГР № RU.77.99.11.003.E.004586.05.14 от 30.05.2014 г. РЕКЛАМА

ПОНИМАЮ...



МЫСЛЬ ВСЛУХ?

Жизнь - это праздник, а разве можно работать по праздникам?

ФОТООТВЕТ



На днях продан за 3,5 млн долл. редчайший экземпляр марки - Тбилисская уника - первая марка Российской империи. Сегодня сохранились только три экземпляра, выпущенные в 1857 г. Так там Георгий Победоносец на коне никого не убивает!

В. Васильев, Пенза



Да, традиционное изображение Георгия Победоносца предполагает наличие змея (дракона), которого он пронзает копьем. Именно так он, кстати, изображён на скульптуре, установленной в сквере Победителей в Архангельском переулке в Москве (см. фото). Однако обязательным наличием чудовища не является. Существуют иконы, где святой и вовсе пеший, без коня.

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

...КОГО ПРОНЗИЛ ГЕОРГИЙ?

...ЗАЧЕМ
НУЖНЫ ИЛЫ?

АВИАПРОМ

Будут ли в России строить новые отечественные самолёты?

А. Максимков, Тула

Продолжается выпуск суперджетов, и компания «ГСС» заявляет об увеличении производства. Весной 2016 г. корпорация «Иркут» проведёт летные испытания лайнера МС-21. С новым Илом на базе Ил-114 - сложнее. «Он не выдержит конкуренции с Boeing 777, 777X и Airbus A350-1000, которые скоро появятся, - считает Алекс



сей СИНИЙ, главред журнала «Авиатранспортное обозрение».

...БУДЕТ ЛИ У НАС ДЕНОМИНАЦИЯ?

ДА

В Белоруссии проводят деноминацию - уменьшают число нулей на купюрах. Может, и в России это нужно?

И. Таранов, Пушкино

НЕТ



Александр ХРЕБТОВ, руководитель экспертной группы Российского союза промышленников и предпринимателей:

- Если российским властям понадобится пополнить бюджет или скрыть какие-либо расходы, то деноминация будет. Вроде бы интерес к изъятию средств у населения для покрытия дефицита есть, и пример соседей здесь пришёлся весьма кстати. Но деноминация - это ведь прежде всего отъём денег у населения. Как говорили мои родители в таких случаях: «Опять нас будут дурить!»

Дмитрий АБЗАЛОВ, президент Центра стратегических коммуникаций:

- Деноминация при существующих рублёвых ценах невозможна, в результате просто цены повысятся. Для деноминации необходимо, чтобы рубль обесценился не настолько, насколько сейчас, а раз в 50. Система денежного оборота на сегодняшний день стабильна, действующие купюры справляются со своей задачей. Кроме того, это взбудоражит население, увеличит социальную напряжённость и вызовет лишние расходы госбюджета.



...РОССИЯ ДОПРЫГАЛАСЬ?

СПОРТ

Всемирное антидопинговое агентство (WADA) заявило, что наши легкоатлеты балуются допингом, и хочет отстранить Россию от участия в международных соревнованиях. Не прыгать нам больше на чемпионатах мира?

А. Сушили, Краснодар

WADA действительно рекомендовало отстранить российских легкоатлетов от соревнований под эгидой Международной федерации лёгкой атлетики. Кроме этого,

организация просит пожизненно дисквалифицировать 5 наших бегунов и 5 тренеров, а также лишить антидопинговую лабораторию в Москве аккредитации (за уничтожение проб в преддверии проверки).

Министр спорта Виталий МУТКО заявил: «Комиссия WADA не имеет права кого-либо отстранять, она дала только рекомендации, на которые Министерство спорта отреагирует позднее». В свою очередь представитель Всероссийской федерации лёгкой атлетики сказал, что ситуация с обвинениями похожа на политический заказ.

КАКОЙ ХРУСТАЛИК ВЫБРАТЬ?

В лечении катаракты важную роль играет искусственный хрусталик. В ходе операции он имплантируется на место помутневшего и выполняет его функции. Как подбирают хрусталик, чем они отличаются друг от друга и почему нельзя обойтись вообще без него?

КАК ПОЯВИЛИСЬ ИСКУССТВЕННЫЕ ХРУСТАЛИКИ

Хрусталик - одна из естественных линз человеческого глаза, пропускающая световые лучи и участвующая в формировании правильного изображения, которое мы получаем. При катаракте он мутнеет, теряя способность пропускать свет. Идея заменять при катаракте помутневший природный хрусталик искусственным принадлежит английскому офтальмохирургу Гарольду Ридли. Во время Второй мировой войны он, проводя обследования летчиков, получивших ранения глаз, обратил внимание, что при попадании осколков пластика от остекления колпака кабины самолета, даже если они находятся в глазу длительное время, воспаления не возникает. Первый искусственный хрусталик Ридли имплантировал в ноябре 1949 года.

РЕШИТЬ И ДРУГИЕ ПРОБЛЕМЫ
СО ЗРЕНИЕМ

За 66 лет искусственные хрусталики, или интраокулярные линзы, сильно изменились. Теперь они состоят из оптического элемента, обеспечивающего зрительные характеристики, и опорного, который надёжно фиксирует искусственный хрусталик и не даёт ему сместиться внутри глаза. С помощью современных технологий производители создают линзы как можно более похожими по своим свойствам на хрусталик человека. Например, линзы с жёлтым фильтром защищают сетчатку, как и естественный хрусталик глаза, от ультрафиолетового и опасной части синего спектра светового излучения. Мультифокальная модель позволяет хорошо видеть предметы, расположенные и на близком, и на дальнем расстоянии. А значит, у пациента после операции не будет зависимости от очков. Это важно для тех пациентов, которые хотят избавиться от возрастной дальнозоркости и не пользоваться очками для чтения. Не менее популярны и линзы с асферической поверхностью. Специфические свойства поверхности такой линзы позволяют получать чёткое и контрастное изображение без

искажений днём и вечером. Тем, у кого помимо катаракты присутствует ещё и астигматизм, врачи предлагают торические линзы, которые решают одновременно обе проблемы.

КАК ПОДБИРАЮТ
ИНТРАОКУЛЯРНУЮ ЛИНЗУ

Как правило, высокотехнологичные модели линз сочетают в себе несколько характеристик. Однако не существует искусственных хрусталиков «лучше» или «хуже». Модель интраокулярных линз подбирается каждому пациенту индивидуально лечащим врачом, исходя из образа жизни, профессии пациента и многих других аспектов. Расчёт параметров хрусталика проходит на современном оборудовании - и это тоже важно для успешного лечения. Ведь цель лечения катаракты - не только удаление помутневшего хрусталика, но и возвращение пациенту максимально хорошего и комфортного зрения. Поэтому при выборе модели интраокулярной линзы обязательно посоветуйтесь со своим лечащим врачом, и с учётом ваших потребностей будет подобран подходящий именно вам хрусталик.

ПОЧЕМУ НЕЛЬЗЯ ОБОЙТИСЬ
БЕЗ ХРУСТАЛИКА?

Природный хрусталик имеет оптическую силу примерно 19 диоптрий. Если удалить хрусталик, не заменив его на искусственный, оптическая система глаза не сможет справиться с такой «потерей»: лучи света не сфокусируются на сетчатке и зрение будет размытым. Представьте: чтобы компенсировать эти диоптрии без замены хрусталика, потребовались бы очки со стеклом толщиной в несколько сантиметров! Носить такие очки было бы просто невозможно.

ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКАЯ
КЛИНИКА «ЭКСИМЕР»

Москва, ул. Марксистская,
д. 3, стр. 1
(495) 620-35-55
www.excimerclinic.ru



Лиц. № ЛО-77-01-004624 от 13.02.2012,
выдана ООО «СовМедТех», департамент ЗО. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

«МЫ РАЗРУШИЛИ МИФЫ!»

ГОРЯЧАЯ ТОЧКА



Как Донбасс живёт без Украины?

О ТОМ, ПОЧЕМУ ДОНЕЦК НЕ СТАЛ ВТОРЫМ КРЫМОМ, В ИНТЕРВЬЮ «АИФ» РАССКАЗАЛ ГЛАВА ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ АЛЕКСАНДР ЗАХАРЧЕНКО.

РАДИКАЛЫ ТРЕБУЮТ ВОЙНЫ

- Каковы шансы, что Минские соглашения будут реализованы?

- Мы понимаем: это единственный бескровный путь решения конфликта. Но Украина должна найти в себе силы, чтобы измениться. Украинский народ должен искоренить фашизм, парламент должен принять поправки в Конституцию с учётом наших рекомендаций, Донбассу должно быть обеспечено право на самоопределение. Быть частью того хаоса, которым сегодня является эта страна, мы не хотим и не будем. Минск даёт шансы обеспечить это путём переговоров. Мы надеемся, что у Киева хватит благоразумия отказаться от авантюрных планов захватить Донбасс силовым путём. Время принять соответствующие законы у украинских парламентариев пока есть. Если установленные сроки будут сорваны, мы будем решать проблему в соответствии с ситуацией.

- Франция и ФРГ не могут надавить на Порошенко, чтобы добиться выполнения Минска-2?

- Главным спонсором и, по большому счёту, хозяином Порошенко являются отнюдь не

уважаемые политики Олланд и Меркель. Порошенко получает прямые приказы из Вашингтона. А у США свой интерес. Кроме того, Украина находится в состоянии дефолта. Начинается зимний период, а Киев не смог заполнить хранилища углём и газом. Зима у них будет очень страшная. На фоне социального напряжения, которое растёт, назревают политические процессы, при которых радикалы из карательных батальонов требуют продолжения войны. А военные в окопах, наоборот, начинают прозревать и не понимают, почему они здесь воюют. Причём, обратите внимание, на тех участках, на которых стоят ВСУ (Вооружённые силы Украины. - Ред.), перемирие соблюдается неукоснительно. Мы со своей стороны тоже его везде соблюдаем. А вот там, где стоят батальоны, которые не подчиняются ни МВД, ни Минобороны, жди «сюрпризов».

70%

ПАХОТНЫХ ПОЛЕЙ БЫЛО ЗАМИНИРОВАНО.

- А почему в Донбассе не реализовался крымский сценарий?

- По-моему, Украина никогда не считала Крым той территорией, за которую надо бороться. Крым не был тем регионом, от которого Украина получала деньги. Да и расположение полуострова удобно для того, чтобы сказать «нет» Украине. С Донбассом иначе. Здесь уголь, металл, порт в Мариуполе - это энергетическая безопасность государства. Донецкая область всегда была одной из немногих областей-доноров. Причём за полтора года мы разрушили мифы об убыточности угольной отрасли - у нас она почему-то прибыльная. Угольная промышленность Донбасса при Украине служила одной цели - набиванию отдельных карманов. При тех разрушениях и закрытых



Пока Киев тянет резину с выполнением Минских соглашений, в Донецке убирают госсимволику Украины. Фото РИА Новости

из-за боевых действий предприятий мы получили угля больше, чем за тот же промежуток 2013 г.

«НЕМА НІ ГРОША»

- С Киевом экономические связи поддерживаются?

- Только уголь и частично электричество. Причём за наш уголь они платят так же, как за ваш газ: «Нема ні гроша, нема!»

- То есть ДНР стала самодостаточной?

- 70% пахотных полей было заминировано. Плюс к тому у нас пока большая нехватка техники. К сожалению, во время боевых действий очень много людей покинуло территорию, а это рабочие руки, это высококлассные специалисты в определённых отраслях... Мы испытываем большой кадровый голод. Если бы не было боевых действий и мы не получили бы таких разрушений, то Донецкая народная республика за очень короткий срок стала бы самодостаточной, это правда.

- А с Россией получается наладить интеграцию?

- Киев сам подтолкнул нас к этому, когда организовал жес-

тую экономическую блокаду. Сегодня основная валюта ДНР - рубль. Основной товарооборот у нас идёт с РФ. Сырьевые базы также переориентированы на Россию. Что касается промышленности, то Донбасс всегда в большей степени ориентировался на Россию: экономико-промышленные связи здесь сохранялись ещё со времён СССР. Учитывая, что украинская власть нового практически ничего не построила и не создала, эти связи остались актуальны и сегодня.

- Донецк начал учиться по российским учебникам. Как это было воспринято?

- Хорошо. Теперь родителям не нужно после каждого урока истории в школе рассказывать детям, что на самом деле Бандера - не герой, а предатель, что СССР не напал на фашистскую Германию, а освободил от оккупации большую часть Европы. Теперь мы можем изучать родную литературу в том объёме, в каком считаем нужным, а не в рамках пары уроков иностранной литературы. При этом мы не принижаем значение и украинской литературы: в Конституции

ДНР прописаны два государственных языка - и это также учтено в учебных программах.

- Сейчас идёт восстановление разрушенных зданий и инфраструктуры. Откуда ресурсы?

- Частично стройматериалы приходят с гуманитарными конвоями из России, и огромное спасибо за это. На территории Донецкой области были стекольные заводы, но сейчас они не под нашим контролем. Сами мы можем производить цемент, шлакоблок, шифер. Мы перешли к восстановлению своего жилья. Когда едешь, видишь, что ещё недавно на каком-то доме не было крыши, а сейчас она уже стоит, и понимаешь, что через неделю в этот дом вселится семья, и это непередаваемые чувства. Появляется чувство гордости, что это не Украина сделала, это сделали мы.



Екатерина
ЛАРИНА
Донецк -
Москва

Полностью интервью читайте на сайте www.aif.ru

СУПЕРНОМЕР «АИФ»!

ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Жанр «Вопрос - ответ» - фирменный и самый любимый в «АИФ».

Вот почему мы четыре раза в год готовим уникальные, не знающие аналогов выпуски, полностью состоящие из ваших «Когда?», «Почему?» и «Зачем?». Работа над суперномером в самом разгаре, и у вас ещё есть возможность подключиться к ней. Если у вас вдруг возникли вопросы к вопросам, вот ответы.

КАКИЕ ВОПРОСЫ МОЖНО ЗАДАВАТЬ?

Абсолютно любые. Злободневные, детские, вечные. И даже те, на которые, кажется, нельзя ответить. Мы попробуем это сделать.

КТО БУДЕТ ОТВЕЧАТЬ?

Самые авторитетные эксперты, известные люди, а иногда и сама жизнь. Также мы призовём к ответу и власть.

КАК ЗАДАТЬ ВОПРОС?

Их можно задать по телефону 8-800-200-20-35 (он бесплатный и круглосуточный!). Или прислать по адресу: 101000, Москва, ул. Мясницкая, 42, «Аргументы и факты». Или по электронной почте super@aif.ru

ЖДАТЬ ЛИ В ЭТОТ РАЗ «ЭНЦИКЛОПЕДИЮ ЖИЗНИ «АИФ»?

Обязательно. Шестой том аифовской энциклопедии мы посвятим вашим правам на выплаты и пособия. Профессиональные юристы расскажут всё о больничных, декретных... Впрочем, не будем раскрывать все тайны.

**2 НЕДЕЛИ
ОСТАЛОСЬ
ДО ВЫХОДА**

**СУПЕРНОМЕР «АИФ»:
ПРИСЫЛАЙТЕ ВОПРОСЫ.
НЕ ПРОПУСТИТЕ
В КИОСКЕ!**



ПЕРСОНА

Почему Запад не понимает Россию?



ОБ УРОКАХ ИСТОРИИ И ГЕОГРАФИИ МЫ ГОВОРИЛИ С ГЕОРГИЕМ МИРСКИМ, ИЗВЕСТНЫМ УЧЁНЫМ-МЕЖДУНАРОДНИКОМ, ЗАСЛУЖЕННЫМ ДЕЯТЕЛЕМ НАУКИ РФ.

ПАМЯТЬ ПОДВОДИТ?

- Георгий Ильич, недавно в стране прошёл Всероссийский географический диктант. Вы как-то посетовали, что молодёжь не дружит с географией: одна ваша студентка заявила, что Украина граничит с Арменией, а другая - что Албания находится на Ближнем Востоке. Не странно? В СССР мы смотрели на мир глазами Сенкевича, а сегодня границы открыты, на ТВ полно программ о путешествиях, но уровень знаний о мире низок.

- Для меня самого это загадка. Люди приходят из школы, прекрасно разбираются в компьютерах, но их знания по географии, по истории удручают. Как-то речь зашла о Вифлееме. Спрашиваю: «Знаете такой город?» Полное молчание. Смотрю на список студентов - судя по фамилиям, все русские, видимо, православные... Но в итоге только один человек из 60

сказал, что Вифлеем - родной город Иисуса Христа! В другой раз принимаю зачёт, спрашиваю студентку: какой персонаж из древних времён запомнился? Молчит... Ни фараонов, ни библейских героев не помнит! Наконец говорит: Иуда. Единственное имя, которое ей запомнилось!

- Зато, скажем, имя Сталина сегодня вновь на слуху, а для многих его фигура опять стала культовой. Почему? Потому что подлинного Сталина они не помнят, зато верят в мифы о великом «отце народов»?

- Большинство людей ничего не знают о сталинских преступлениях, хотя об этом написано множество книг. Я студентам рассказываю, как Сталин перед войной уничтожил всю верхушку Красной армии: были расстреляны 3 маршала из 5, 14 командармов из 16, 58 командиров корпусов из 62, 122 комдива из 201, 8 заместителей наркома обороны, начальники 13 военных академий, а всего в должностях от комбрига до маршала репрессированы 412 человек. Но это не производит впечатления. Твердят своё: Сталин выиграл войну, а ещё при нём не было воровства и коррупции. И это отчасти верно: что было воровать? Я помню, как жил в коммуналке: 7 семей, в передней стояло 7 сундуков с бархатом, никакой дурак ничего не брал. Карманные, конечно, были, но по-крупному не воровали... Наконец, Сталина считают сильным человеком, который задавил всех врагов, боролся против американцев. Я, конечно, не верю, что у нас вернутся сталинские времена. Но дух времени сейчас снова такой - кругом враги, Америка «только и мечтает», чтобы России не стало на свете. Это говорит на самом верху. И внизу антиамериканизм тоже жуткий.

КОВАРСТВО ИЛИ ГЛУПОСТЬ?

- Вы в 90-е годы работали в США, читали лекции. И что, не разглядели в американцах «коварных врагов», замаскированных под союзников, но вына-

ОТ ИУДЫ ДО СТАЛИНА



«Большинство людей ничего не знают о сталинских преступлениях...»

Фото Елены ПАЛЫМ/PhotoXPRESS.ru

шивающих планы по дальнейшему расчленению России?

- Нет, что вы! У Америки, конечно, много плохих сторон, но народ там очень доброжелательный. Я чувствовал себя как дома - и не только среди простых американцев. На мои лекции приходили Бжезинский, Фукуяма, Пол Нитце, я выступал в конгрессе... И все, начиная с какого-нибудь водителя-негра и заканчивая университетской профессурой, говорили с уважением о нашей стране. О том, что у нас великая культура, великий народ.

- Говорить-то можно разное. Но ведь те же США и их союзники после распада СССР так бесцеремонно повели себя по отношению к России, не считаясь с нашими комплексами, дербаня постсоветское пространство, расширяя НАТО на Восток...

- Расширение НАТО, конечно, ошибка. Но, боюсь, оно было неизбежно. Ведь эти страны - Польша, Чехия, Венгрия, прибалты - сами требовали их при-

нять! И, если бы американский президент им отказал, оппозиция его просто загрызла бы.

Я думаю, дело не в какой-то злобе по отношению к нам. А в том, что на Западе просто не понимают Россию. Никто! Даже самые умные представители их элиты! Они не понимают нас точно так же, как мы не понимаем их. Скажем, когда англичане

412 ВЫСШИХ

ВОЕНАЧАЛЬНИКОВ РЕПРЕССИРОВАЛИ ПЕРЕД ВОЙНОЙ.

не выдают нам каких-нибудь чеченских сепаратистов, в Кремле наверняка думают, что это из вредности: стоит британскому премьеру позвонить судье - и судья тут же выдаст. Хотя в Англии так не бывает. Точно так же и западники меряют нас по себе. Один знакомый мне говорил: что вы, русские, никак не наладите своё сельское хозяйство? Дайте, мол, землю фермерам - и они завалят весь мир продуктами! Там не понимают, что в России почти не осталось крестьянства, что Сталин уничтожил его как класс, что в нашей деревне воруют и пьют...

Если в чём-то и упрекать американцев, то скорее в глупости, а не в коварстве. Сколько ошибок они наделали в Ираке, не слушая не только наших - своих экспертов! Распустили партию Саддама Хусейна, распустили его армию - нажили столько врагов!

- Не было бы иракской авантюры - не было бы там сегодня и радикальных исламистов?

- Конечно. Хотя, с другой стороны, «Аль-Каида», которая пришла в Ирак после того, как американцы наломали

дров, - она откуда взялась? Из Афганистана. А тут свою роль сыграли товарищи Брежнев, Андропов и другие. В арабском мире захолустный Афганистан никого особо не волновал, пока туда не вошла Советская армия. И тогда уже мусульмане бросились туда, появились бен Ладен и прочие. Конечно, и американцы подсустились - стали исламистам помогать бороться с СССР. Но первым-то звеном было именно наше решение ввести войска. А потом уже люди, которые убивали советских солдат в Афганистане, стали убивать американских в Ираке.

ХОЛОПСТВО В ГЕНАХ?

- Вы сказали, что на Западе нас не понимают. А сами-то себя мы понимаем? Знаем ли, кто мы такие - всё-таки часть европейской цивилизации или некая «духовная» альтернатива ей?

- Я категорически считаю, что мы часть европейской цивилизации. Независимо от того, какая кровь в нас течёт - русская, татарская... Но в то же время мы евроазиатская страна с особыми историческими традициями, ментальностью... Салтыков-Щедрин подметил, характеризуя наших людей: «...участвуют во всех накомостях и хоча приговаривают: ну где такое безобразие видано?!» Это верно, но это не значит, что мы обречены всегда быть такими. Я видел многих русских в Америке - они другие. Не согласен, что в наших генах заложен какой-то дефект, который благоприятствует появлению Ивана Грозного, Петра Первого, Сталина...

- В конце концов деспотов хватало и в Европе, но она этим переболела.

- И так, и не так. Да, английский король мог рубить головы своим герцогам. Но ни один герцог не написал бы ему такое письмо, какое писал боярин Ивану Грозному: «Холоп твой Васья челом бьёт». Рыцарские традиции в Европе были сильны. В нас, конечно, холопство сидит очень глубоко, но не может же это быть навсегда!

Взять отдельного человека: как понять, что по наследству передаётся, а что нет? Вот у меня отец умер в 52 года - сердце. Мать умерла в 86 - рак. Мне самому через несколько месяцев будет 90. Как мне удалось дойти до таких лет, проживая такую тяжёлую жизнь? Я 4 года голодал, два раза болел дизентерией в войну - я должен был, наверное, давно умереть. Значит, есть во мне что-то такое, что поддерживает жизнь. Так и с народом: в нём есть гены холопства, раболепия. Все это признавали - Достоевский, Толстой, Чехов, Бердяев... Но это не значит, что мы обречены с этим жить вечно. Никогда с этим не соглашусь!



Виталий ЦЕПЛЯЕВ

АИФ ДОСЬЕ

Георгий МИРСКИЙ.

Родился в Москве в 1926 г. Окончил Московский институт востоковедения в 1952 г. Сотрудник Института мировой экономики и международных отношений с 1957 г., преподаёт в НИУ ВШЭ. Доктор исторических наук, заслуженный деятель науки РФ. Владеет 9 языками.



НА ПРОШЛОЙ НЕДЕЛЕ В США УМЕР МИХАИЛ ЛЕСИН. ЕМУ БЫЛО 57 ЛЕТ, ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ПРИЧИНА СМЕРТИ - СЕРДЕЧНЫЙ ПРИСТУП. ИЗВЕСТНО, ЧТО ОН ДОЛГО БОЛЕЛ, ПЕРЕНЁС НЕСКОЛЬКО ОПЕРАЦИЙ НА ПОЗВОНОЧНИКЕ.

В госуправление Лесин пришёл из бизнеса - был одним из основателей рекламного агентства «Видео Интернешнл», позже ставшего почти монополистом на рынке продаж телевизионной рекламы. Начало чиновной карьеры было положено в 1996 году во время президентских выборов, где

БИЗНЕСМЕН, МИНИСТР И ЖИЗНЕЛЮБ

разнообразные таланты медиаменеджера пригодились во время кампании Бориса Ельцина «Голосуй или проиграешь». На старте кампании казалось, что у президента не было шансов переизбраться на второй срок. Вскоре Михаил Лесин возглавил управление Президента России по связям с общественностью, позже перешёл на работу первым замом главы Всероссийской государственной телерадиокомпания.

В 1999 г. был назначен министром по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. С его именем связывают отстранение олигархов от эфира - в частности, победу над В. Гусинским в

борьбе за НТВ. Именно Михаил Лесин визировал «протокол № 6», по которому арестованный Гусинский получал свободу в обмен на акции компании. С именем Лесина связано серьёзное реформирование российского медиарынка, в котором почти не осталось былой «вольницы».

В 2004-2009 гг. Лесин работал советником Президента России, в 2013-2015 гг. был председателем правления холдинга «Газпром-Медиа». Михаил Лесин был непростым и даже жёстким человеком, но неумным в том, что касалось новых идей, и, казалось, неспособным к жизненным переменам. Выражаем соболезнования его родным и близким.

СВОБОДА ГРЕШИТЬ КОНЧИТСЯ

ПЕРСОНА

Без великой миссии наша страна обречена?



МЫ СКАТЫВАЕМСЯ В ЗАСТОЙ, А ЭТОГО НЕЛЬЗЯ ДОПУСТИТЬ, УВЕРЕН ПРОТОИЕРЕЙ ВСЕВОЛОД ЧАПЛИН, ГЛАВА СИНОДАЛЬНОГО ОТДЕЛА ПО ВЗАИМООТНОШЕНИЯМ ЦЕРКВИ И ОБЩЕСТВА РУССКОЙ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ.

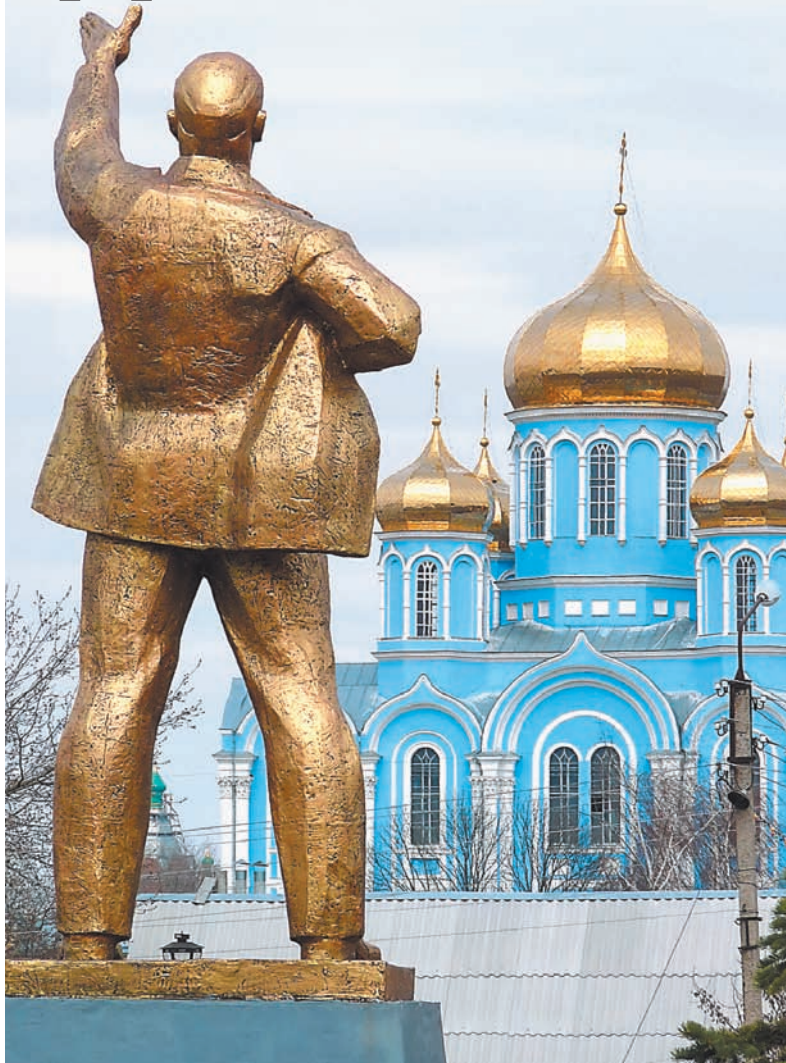
- Накануне Хеллоуина много спорили о том, надо ли в России отмечать этот праздник. И вот прямо в Хеллоуин становится известно об авиакатастрофе в Египте. Что это, мистика?

- Нельзя пытаться понять, что происходит с нами, только умом. Есть таинственная связь между игрой с некоторыми символами и тем, что за этим следует. Большевики, которые оскверняли иконы в 20-е годы, часто умирали страшной смертью, и даже их потомство жило крайне тяжело, если не становилось на путь покаяния. Заигрывая с нечистой силой, ты можешь сколько угодно думать, что происходящее - шутка. Но эта сила - коли ты пустил её в свою жизнь - будет шутить с тобой совсем по-другому. Вспомним, что произошло в Бухаресте накануне Хеллоуина (загорелся ночной клуб, как раз когда там звучала песня о смерти, погибли святыне 40 человек. - Ред.). Наши соотечественники, которые в день траура продолжали надевать на себя изображения нечистой силы и вести себя подобно одержимым этой силой, могут очень скоро увидеть, как эта сила с ними «поиграет».

БОГ КОЩУНСТВА НЕ ПРОЩАЕТ

- Православные активисты разгромили выставку в «Манеже», утверждая, что она задела чувства верующих. А где же тут христианское всепрощение?

- Давайте разберёмся. Про погром я ничего не знаю. Возможно, повредили один экспонат, и этого, конечно, делать было нельзя. Но сама выставка, как я убеждён, являлась правонарушением, и его следовало пресечь. На этой выставке была в чудовищном виде представлена голова Иоанна Крестителя, а изображение Христа носило порнографический характер... Есть закон: в нашей стране не допускается намеренное публичное осквернение почитаемых верующими предметов, знаков и эмблем мировоззренческой символики. Нельзя высмеивать то, что бесконечно дорого людям, будь они верующими или неверующими, - Вечный огонь, икону, образ живого человека, память усопшего. Бог кощунства не прощает - если



Пагубная привычка к стабильности убивает существующий строй.
Фото Геннадия МИХЕЕВА

человек не покается и не остановится.

- С законом понятно, а с теми, кто кулаками отстаивает свою веру, - не очень...

- Никто, насколько я знаю, кулаками не махал. Да, на выставку пришли верующие. Если они нарушали закон, то они поступили неправильно, но противостоять кощунству - это не только их право, но и долг. Я вас заверяю, что мы всегда будем иметь дерзновение так поступать, не оглядываясь ни на какие окрики из высоких кабинетов и на ложь политкорректности. Кстати, насчёт окриков. Сегодня очень много говорят о стабильности, но не всякая стабильность хороша.

- Разве?

- Однозначно! В жизни нашей страны появляется аромат нового застоя. Многие похожи на середину брежневских времён, которые я застал уже в сознательном возрасте и к концу которых понимал: режим обречён, он способен только на охранительство, а значит, очень скоро проиграет. Уже даже не при Черненко, а при Андропове стало ясно: жизнь уходит из властной системы. Потому-то мы, молодые полудиссиденты, одержали тогда полную победу над системой, которая была сильнее нас в тысячи, в миллионы раз. Она обладала кучей оружия, неплохой экономикой, огромным репрессивным аппаратом, тщательно разработанной идеологией - но ушёл, говоря сегодняшним языком, драйв. Появилась пагубная привычка к стабильности. Вот что в итоге убило тот строй. Чтобы сегодня тот сценарий не повторился,

очень важно раскрыть дремлющие силы народа, дать ему новую глобальную миссию, новый прорыв. Что бы это ни было. Хоть строительство новой двухэтажной России. Хоть установление справедливого мира в разных регионах планеты, что мы уже, слава Богу, начали делать. Хоть переустройство мировой экономики на более справедливых началах. Хоть научный и интеллектуальный взлёт. Без великой миссии Россия будет обречена на череду застоев и революций. А и то и другое плохо, причём первое не может не смениться вторым. Конечно, власть должна вести диалог с обществом, как говорится, безо всяких предварительных условий. Без этого она рухнет. Но и общество должно в ответ воспринимать власть как свою, как часть одного с народом государства, а не как чуждого начальника, который тебе по определению враг.

СМЕНУ ЭЛИТ НЕ ОСТАНОВИТЬ

- Как далеко Россия может и должна зайти в Сирии?

- Россия всегда играла особую роль на Ближнем Востоке. Защищала угнетённых, в том числе христиан. В Сирии есть разные этносы, религиозные группы. И есть прекрасная модель сосуществования этих общин, которая очень хорошо работала несколько столетий. Следует попробовать мирным путём отрегулировать отношения между этими группами. Если Россия сможет сделать это, а не только применять военную силу, то это будет высший пилотаж глобального игрока.

- РПЦ совместно с мусульманами собирается развивать беспроцентную систему финансов. Заманчивая идея, но ведь религиозная организация не банк?

- Речь и не идёт о церковном банке. В рабочих органах, которые обсуждают планы создания этической, религиозно обоснованной финансовой системы, состоят в основном предприниматели, экономисты и парламентарии. Вопрос гораздо шире. Современная экономическая система, в которой основная прибыль достигается за счёт спекуляций, несправедлива и безнравственна. Об этом сегодня говорят даже такие генералы бизнеса, как Олег Дерипаска, недавно упомянувший слово «ростовщичество». То, что мы предлагаем, - это возвращение к норме, которая присутствовала в хозяйственных процессах на протяжении большей части истории человечества. Деньги должны быть эквивалентом труда, а не самодовлеющим фактором, который закручивает всю экономику. Нужно вернуть в экономические процессы понятие справедливости. Возможно ли альтернатива доминанте доллара, например, на основе новой глобальной резервной валюты, которую Нурсултан Назарбаев предложил ввести в рамках ООН? Возможен ли отказ от ростовщичества, по крайней мере, в его крайних формах? Уверен - да! Пора во

всеуслышание сказать о нравственной нелегитимности Федеральной резервной системы США, которая никем не избрана и никому не подотчётна. Пора прекращать играть по их правилам. Свобода возможна только вне их влияния, и эта свобода гораздо лучше, чем жизнь под тотальным внешним контролем.

- Недавно вы сказали, что следует элиту менять, потому что много плохих чиновников. А лично вы знаете в нашей элите хороших чиновников, не слишком ли сильно она уже поражена коррупцией?

- Знаю хороших, знаю плохих. Бывают в этой среде потрясающие примеры изменения жизни. Вдруг понял человек: всё, что он делает, неправильно - и начинает вкладывать силы в свой интеллект, в интеллект окружающих или в дела милосердия. Но есть и те, кто на словах ратует за нравственность и патриотизм, а на самом деле даёт и берёт взятки, принимает кадровые и политические решения исходя из интересов личного бизнеса. И они очень боятся прихода в общественное пространство мощного нравственного и религиозного измерения. Боятся, что сын придёт из школы и скажет: «Папа, ты живёшь неправильно». Боятся, что свобода грешить явно или тайно закончится. Именно поэтому пытаются заткнуть верующим рот... Тем не менее процесс смены элит идёт - и сверху и снизу. Я вспоминаю, как в Кимрах священник Андрей Лазарев в одиночку победил наркомафию в неравной борьбе с властями, судами и бизнесменами. Всё возможно, главное - проявить волю и не бояться.

ОСТАНОВИТЬ КОЩУНСТВО - НЕ ТОЛЬКО ПРАВО, НО И ДОЛГ ВЕРУЮЩЕГО.

- А можно ли священникам пользоваться дорогим авто или часами, даже подаренными прихожанами? Это не коррупция?

- Есть монахи, которые не имеют никакого имущества, кроме нескольких книг. Есть епископы, которым в силу их служения нужно достойно принимать и главу государства, и посла, и муфтия - понятно, что не в обносках. А приходской священник, как сказал Святейший Патриарх, должен жить ровно так же, как живёт средний его прихожанин. Не лучше, но и не хуже.



Юлия ТУТИНА, Виталий ЦЕПЛЕВ

НА ЗАМЕТКУ

БУДЕМ ЕСТЬ И УМИРАТЬ!

В этом году, по сообщению СМИ, в продаже обнаружено большое количество загрязнённых радиацией продуктов. Лидерами в этом опасном списке стали черника и грибы. С чем связан подобный всплеск?

Максим, Тамбов Всплеска нет, эта актуальная проблема существовала всегда и связана с Чернобыльской катастрофой. Увеличение количества случаев обнаружения опасных продуктов объясняется тем, что у населения появились доступные приборы радиационного контроля. Наиболее известен и популярен прибор экотестер Соэкс, в котором совмещены функции нитрат-тестера и дозиметра. Недавно в Брянской области с помощью экотестера Соэкс были обнаружены «фонящие» грибы. Ра-

диационный фон от них превышал норму в десятки раз! Этот случай был зафиксирован на видео и выложен в YouTube. На вопрос покупателя: «Как Вы такое продаёте?» Был получен ответ: «А мы сами это едим! Будем есть, и умирать...»

Экотестер Соэкс поможет быстро обнаружить опасные продукты и исключить их из Вашего рациона. Деньги, игрушки, строительные материалы, драгоценности, заражённые радиацией, никогда не появятся в Вашем доме, если Вы используете экотестер Соэкс. Приборы Соэкс экспортируются в Японию, Вьетнам, США, Германию и ещё более чем в два десятка стран мира. Приборы Соэкс имеют не только российские сертификаты, но и сертификаты качества Европейского союза, выданные в Германии».

Узнать подробнее о приборах "SOEKS" можно на сайте производителя www.soeeks.ru и по тел.: 8 (495) 223-27-27, 8-800-555-02-85 (круглосуточно, бесплатно) ООО «Соэкс», ОГРН 10879847030503, 127566, г. Москва, Алтуфьевское шоссе, д.48, корп. 1, пом. 1, комната 39 Реклама. 16+

«ВЫЖИВУ - УЙДУ В МОНАСТЫРЬ»

ВЕРА

Как фронтовики после Победы становились монахами и священниками.

70 ЛЕТ НАЗАД БЫЛО НЕМАЛО ТЕХ, КТО, ПРОЙДЯ ПУТЬ ОТ МОСКВЫ ДО БЕРЛИНА, ДОБРОВОЛЬНО ПОСВЯТИЛ СВОЮ ЖИЗНЬ БОГУ.

Великую Отечественную войну с первых дней называли священной. Символично, что немецкое командование начало переговоры о капитуляции 6 мая - в день православной Пасхи, символизирующей победу жизни над смертью.

Светлое воскресенье 1945-го, которое пришлось на 6 мая, совпало с празднованием дня святого великомученика Георгия Победоносца, покровителя русского воинства. Георгий Победоносец был и небесным покровителем маршала Георгия Жукова, который и подписал 9 мая 1945 г. в Берлине от имени СССР акт о полной капитуляции Германии. Святой изображается на иконах (в том числе и на гербе Москвы) восседающим на белом коне. И именно на белом коне Георгий Жуков принимал Парад Победы на Красной площади.

То, что Жуков - человек крещёный и верующий, в армии было известно. Хотя, понятно, что в реалиях того времени он не мог себе позволить, как нынешний министр обороны Сергей Шойгу, всенародно наложить на себя крестное знамение перед началом Парада в честь 70-летия Победы в Великой Отечественной войне.

70 лет назад война привела к вере многих фронтовиков. Из военной шинели 1941-1945 гг. вышли известные священники и монашествующие. Некоторые из них до сих пор на посту.

АРХИМАНДРИТ КИРИЛЛ (ПАВЛОВ) (1919 г. р.)

Прошёл всю войну в пехоте. Был дважды ранен. Во время Сталинградской битвы, в которой погибло 2 млн человек, на развалинах одного из домов Иван (имя старца до пострига. - Ред.) обнаружил Евангелие. Прочитал. Вспоминал потом: «Евангелие легло мне на душу, как елей. До конца войны я с ним не расставался, оно всегда было у меня в кармане».



В семинарию Иван приехал поступать в военной форме. Закончил её с отличием, а затем и



Январь 1943 г., Сталинград. Меньше месяца до полного освобождения города.

духовную академию. Принял постриг.

В 1995 г., в день 50-летия Победы, старец Кирилл, будучи духовником покойного патриарха Алексия II и находясь в патриаршей резиденции в Перedelкине, забрался на крышу котельной, чтобы увидеть салют на Поклонной горе.

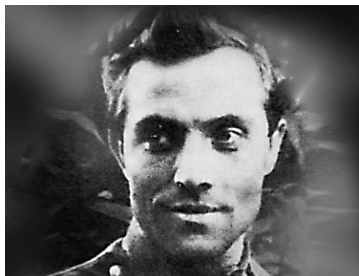
Много лет старец был духов-

ником братии Свято-Троицкой Сергиевой лавры. Своим духовным наставником батюшку избирали три патриарха: Алексий I (1877-1970), Пимен (1910-1990) и Алексий II (1929-2008). Сейчас архимандрит Кирилл прикован к постели из-за тяжёлой болезни, которую переносит с терпением истинного солдата.

АРХИМАНДРИТ АЛИПИЙ (ВОРОНОВ) (1914-1975)



Наместник Псково-Печорского монастыря (1959-1975), он прошёл всю войну от Москвы до Берлина. Именно на фронте ему и пришла мысль о монашестве. «Я видел столько смертей, столько крови, что дал слово: если выживу, буду оставшуюся часть жизни служить Богу и уйду в монастырь», - рассказывал потом архимандрит Алипий. Древнюю Псково-Печорскую обитель он вместе с братией поднял из руин. Сумел вернуть из Германии похищенные немцами святыни. Будучи профессиональным художником, писал иконы, занимался реставрацией храмов древнего монастыря. Благодаря батюшке Псково-Печорская обитель стала



единственным в нашей стране монастырём, который за всю свою 600-летнюю историю ни разу не закрывался. Когда во время хрущёвских гонений на Церковь наместнику принесли бумагу с официальным приказом закрыть монастырь, архимандрит Алипий бросил её в огонь. Предупредил, что монастырь закрыть не позволит: «У нас две трети братии - фронтовики. Займём круговую оборону». Штурмовать монастырь партийные чиновники не решились.

СВЯЩЕННИК ГЛЕБ КАЛЕДА (1921-1994)



Воевал под Сталинградом, Курском и Кёнигсбергом. Сан священника принял, будучи известным учёным в области геолого-разведки. Стал одним из первых, кто навещал в тюрьмах смертников. Воспитал 6 детей, одна из дочерей - настоятельница монастыря, двое сыновей - священники.



МАТУШКА АДРИАНА (1921-2012)



Монахиня Адриана (в миру Наталья Малышева) всю войну прослужила в разведке. За это время 18 раз переходила линию фронта. Вспоминала: «Ситуаций, когда каждый шаг мог оказаться последним, было множество». Накануне Курской битвы девушка перешла линию фронта, чтобы подключиться к телефонной линии противника и прослушивать переговоры (она в совершенстве владела немецким). Наталья сидела на коленях около телефонного



провода, когда прямо перед ней вырос немец. Посмотрел в упор и... так же исчез. Почему он не расстрелял её, почему сохранил разведчице жизнь? У Натальи был только один ответ: Бог спас. Она дослужилась до капитана. В мирное время окончила авиационный институт, работала вместе с легендарным С. Королёвым, участвовала в создании двигателей космических кораблей. А потом сделала свой главный выбор - приняла монашество с именем Адриана.



Мария ПОЗДНЯКОВА

Фото РИА Новости, www.stsl.ru, www.rostov-monastir.ru, www.pravmir.ru

ВСТРЕЧАЕМСЯ НА ПОЧТЕ!

13 ноября

с 15.30 до 16.30 вас ждёт известный художник **НИКАС САФРОНОВ**, а с 17.00 до 18.00 - певец и композитор **ОЛЕГ ГАЗМАНОВ**

20 ноября

с 12.00 до 13.00 с читателями «АиФ» встретится известный режиссер **ВЛАДИМИР ХОТИНЕНКО**

27 ноября

с 13.00 до 14.00 всех подписавшихся порадует автографом известная писательница **ТАТЬЯНА УСТИНОВА**

«АиФ» приглашает жителей Москвы **подписаться на любимую газету по специальной цене и встретиться со звёздами.** Каждый подписавшийся получит автограф.

Приходите на почту по адресу: ул. Мясницкая, 26

Только в эти дни - уникальные условия от «АиФ»

РЕПОРТАЖ**Террористы
пленных не берут?****ПУБЛИКУЕМ ПРОДОЛЖЕНИЕ РЕПОРТАЖА ИЗ СИРИИ (СМ. «АИФ» № 45), ГДЕ ПРАВИТЕЛЬСТВЕННЫЕ ВОЙСКА ПРИ ПОДДЕРЖКЕ РОССИЙСКОЙ АВИАЦИИ ВЕДУТ БОРЬБУ С ИСЛАМИСТАМИ.****ОРЛЫ С ОРЛИНОЙ
ГОРЫ**

Утром мы отправляемся из Латакии на турецкую границу. Там не прекращаются бои с отрядами боевиков из «Ан-Нусры»*. Забираемся в горы всё выше, пока не останавливаемся у частного дома, на крыше которого развевается огромный сирийский флаг. На порог выходит невысокий поджарый мужчина. Это генерал Шариф, командир 144-го пехотного корпуса. Воевал в Хомсе три года. Потом его переправили сюда, на северо-запад страны.

Покои командира корпуса скорее солдатские, чем генеральские. Рабочий стол с картой, старый советский военный проводной телефон ТА-57, умывальник, кровать. У окна ещё один стол, обеденный. Посередине комнаты - печка-буржуйка с трубой, уходящей в потолок. Комкор водит указкой по карте:

- Вот смотрите, мы находимся прямо у турецкой границы. Из 800 км её протяжённости 500 - под контролем боевиков. Отсюда, - генерал тычет указкой в горные массивы, - мы их отогнали. Держим плацдарм, по фронту 23 км, в глубину 18. Обороняемся. Бои идут каждый день. Сейчас поедem посмотрим.

Едем по грунтовому серпантину, который ведёт нас к горной вершине.

- Эту гору мы отбили у «Ан-Нусры». Дороги уже мы сделали, - поясняет генерал.

Наша колонна подъезжает к артиллерийской позиции. Генерала Шарифа встречают несколько офицеров и солдат. Они

*Террористическая организация, запрещённая в РФ.



Пейзажи в горах Сирии напоминают наш Кавказ. Но грохот орудий возвращает к реальности.

приветствуют командира на английский манер - шагнув на месте правой ногой, подтянув при этом колено чуть ли не к груди, а потом резко опустив ступню на землю и громко топнув. Командир корпуса жмёт каждому руку.

- Это Орлиная гора, позиции моей артиллерии, - продолжает он свой рассказ. - Сейчас как раз будет стрельба. Враг зашевелился, и мы не хотим ему отдавать инициативу. Ударим на опережение.

Из пробитой в горе норы выскакивают два бойца с боеприпасами на руках и быстро заряжают гаубицу Д-30. Стоящий рядом офицер что-то спокойно говорит в рацию, и, оглушив нас, гаубица выплёвывает огонь и дым в сторону склонов стоящей напротив горы. Генерал удовлетворённо кивает. Километрах в трёх перед нами из горного леса вырос столб дыма.

Мы переезжаем от одной позиции к другой. Танки, зенитные установки, другие гаубицы - МСТА (побольше калибром, чем Д-30). Генерал спокойно, словно в музее, обращает наше внимание на разные направления.

- Граница с Турцией вот тут, прямо под нами. Видите деревню на той стороне? Так вот в бинокль видно, что над домами чёрные флаги «Ан-Нусры». Они там. Отдыхают, набираются сил, а потом опять приходят к нам



Генерал Шариф обещает автору статьи не давать боевикам спуска.

воевать. Мы ведь здесь заодно и границу защищаем.

- А где основные силы боевиков? - Перед нами. Вон, видите дорогу? Она ведёт на их позиции. Их там тысячи три - четыре. А дальше ещё одна группировка, там уже до десяти тысяч.

- А зачем они рвутся сюда? - Им к морю нужно. Причалы - вот их мечта.

Оказывается, всё дело в сирийской нефти. Боевики качают её и продают. Возят по суше. Но если будет возможность подогнать танкеры, то объёмы награбленного значительно вырастут. Хотя у них и так получается в день под два миллиона долларов дохода. Пока хватает и на войну, и на строительство «всемирного халифата».

Командир корпуса закуривает и продолжает разговор уже без моих наводящих вопросов.

- Мы с ними вряд ли когда-нибудь договоримся.

- Почему?

- Вот смотрите: здесь, на этой позиции, ещё год назад росло дерево. К нему исламисты привязали нашего солдата, пленного. И знаете, что сделали? Они его облили бензином и сожгли! Звери. Да даже звери просто так не убивают. А эти... Режут глотку только за то, что человек думает по-другому. Изверги.

- А наступление? В атаку когда пойдёте?

- (Генерал указывает антенной рации куда-то в небо.) Там решают. Мои солдаты - орлы. Они готовы. Но... Наше дело - держать оборону. Не дать возможность врагу прорваться к морю. И в Кесаб.

ПОЧТИ СОЧИ

Кесаб - это город, находящийся сейчас в тылу у отрядов Шарифа. В прошлом году исламисты взяли его, но через

два месяца правительственными силами удалось его отбить.

Улицы города вычищены, подметены. Но людей на них немного. То женщина пройдёт вдаль, закутавшись в длинный чёрный платок. То прошаркает дед в белых одеждах, опирающийся на длинную высокую палку... Мы проезжаем мимо безжизненных зданий и поворачиваем на площадь. Приближаемся к группе пожилых горожан. С гор доносится артиллерийская канонада.

- Я сам из Кесаба, - рассказывает нам мужчина лет 60. - Видите, на вывеске магазина написано: «Мурат Аликан». Это я. Вся Сирия мою косметику покупала! И гостиница, вот рядом, тоже моя. Теперь всё, мы в бедности. Брат в Америке есть, он присылает деньги, на то и живём.

- Много людей бежало год назад?

- Да почти все! Остались старики, 27 человек. Их тут же схватили и уволокли в Турцию. Хорошо, не убили. Но держали у себя два месяца.

- А что ж вы не оборонялись?

- (Мурат Аликан разводит руками.) Как?! Они ринулись сюда как саранча! Церкви все наши разрушили.

- А почему вы вернулись?

- Я армянин! Мой родной город Кесаб! Я хочу жить здесь и здесь умереть.

Мы говорим долго. К нам подходят всё новые люди и рассказывают, что жить трудно, туристов нет.

- Каких ещё туристов?

- Да у нас тут шейхи арабские отдыхали! До войны. Природа у нас шикарная! Море!

И я вдруг понимаю, что мне напоминает окружающий пейзаж. Сочи! Те же поросшие ельником красивые горы. И только развалины вокруг и несмолкающая канонада напоминают о том, что это совсем не курорт, а место, где давно идёт война. Жестокая и беспощадная.

Александр СЛАДКОВ,
военный корреспондент
телеканала «Россия-1»,
специально для «АиФ»

Фото автора

Юрий СОЛОМИН:**«АиФ» заботится о читателях!»**

- Аналитика, критика, прогнозы - всё это, конечно, важно, и всё это есть на страницах «АиФ». Но я читаю и люблю эту газету прежде всего за то, что она всегда старается помнить о такой важной категории своих читателей, как пенсионеры. Я не имею в виду публикации только на тему льгот, ЖКХ, пенсий. Внимание к пожилым прослеживается и в материалах по многим иным вопросам. Это очень важно и ценно - уметь выдерживать баланс не только тематический, но и баланс в ориентировании на разновозрастные группы читателей.

Фото Сергея ИВАНОВА

ОСЕННИЙ ПРИЗЫВ ВСЕХ ЧИТАТЕЛЕЙ!

Друзья, уже 3212 читателей «Аргументов и фактов» выиграли в конкурсах «Подпишись на «АиФ» - и выбери себе приз!». Этой осенью мы разыгрываем

видеорегастраторы, мультиварки, планшеты, пылесосы, ноутбуки, сертификаты на приобретение ювелирных изделий, телевизоры. Главный приз

- путёвка на двоих в Турцию. Единственное условие для участия в конкурсе - оформление подписки на наш еженедельник. Подробности смотрите в № 44 «АиФ».

ПОДПИШИСЬ НА «АиФ» - И ВЫБЕРИ СЕБЕ ПРИЗ!

ВЫБЕРИТЕ ОДИН ИЗ НАШИХ ПОДАРОКОВ И УЧАСТВУЙТЕ В РОЗЫГРЫШЕ СУПЕРПРИЗ!

Важнейшим условием для участия в конкурсе является оформление подписки на еженедельник «Аргументы и факты» (№ 46, 2015 г.) до 30 декабря 2015 года. Подписка оформляется на 12 месяцев. Стоимость подписки - 1200 руб. (включая доставку).

В конкурсе участвуют все подписчики, оформившие подписку до 30 декабря 2015 года. Победители определяются по жребию.

10 мультиварок
5 ноутбуков
5 планшетов
10 пылесосов
10 видеорегастраторов
10 сертификатов на ювелирные изделия

ГЛАВНЫЙ ПРИЗ
ПУТЁВКА В ТУРЦИЮ НА ДВОИХ

ЗАПОЛНИТЕ АНКЕТУ ПРИШЛИТЕЕЕ ВМЕСТЕ С КСЕРТОКОПИЕЙ ПОДПИСАНОГО КУПОНА В РЕДАКЦИЮ ПО АДРЕСУ: 101000, Москва, ул. Мясницкая, дом 42, с обязательной пометкой: **ВЫБЕРИ СЕБЕ ПРИЗ!** до 30 декабря 2015 года! Анкету можно также загрузить на сайте www.aif.ru/priz

АНКЕТА УЧАСТНИКА РОЗЫГРЫША

фамилия: _____ имя: _____ отчество: _____ дата рождения: _____

Место жительства: _____ дата оформления подписки: _____

Я выбрал подарок: _____

Домашний телефон: _____

Сотовый телефон: _____

Супруг/партнёр/родственник: _____

Внимание! Анкета без подписки участником конкурса приниматься не будет!

Победители определяются по жребию. Победители будут объявлены на сайте www.aif.ru/priz

ПРОЩАЙ, ГОРОД!

НЕВЕРОЯТНЫЕ ИСТОРИИ

Как построить свой мир?

ТРИ ГОДА НАЗАД МОЛОДОЖЁНЫ ПОЛИНА И АЛЕКСЕЙ КОСЕНКО БРОСИЛИ ЖИЗНЬ В ГОРОДЕ И УЕХАЛИ В ДЕРЕВНЮ.

В село Кушалино Тверской обл. они попали благодаря молодёжному проекту «Переселение в поселение». До переезда они были вполне успешными жителями Твери. Алексей владел небольшим мебельным производством, а Полина трудилась в газете журналистом. Зарегистрировавшись фермерами, они с азвом начали освоение сельских профессий – научились ухаживать за козами и огородом, завели пасеку, кур.

ДАЙТЕ СВЕТА!

Главным учителем стал Интернет. Как делать козий сыр, где купить кормушки для кур с дозатором, что такое электропастух – в Сети найдётся всё. Прелести жизни в деревне хотели бы испытать многие, но горожан страшит отсутствие заработка на селе, первоначального капитала для приобретения техники или семян, проблемы с рынком сбыта для выращенной продукции. Со всем



Деревня прокормит любого, кто не боится работы.

«Бумстартер» мы собрали 350 тыс. руб. Эта площадка создана для тех, кто ищет спонсоров под свои творческие идеи. Люди жертвуют деньги, получая взамен подарки. Мы дарили спонсорам свой мёд, мыло ручной работы, кукол-обереги. Собранные деньги истратим на



травяных отварах, придумали дизайн упаковки и этикеток. Есть и другая продукция на основе трав и мёда. Продаёт ребята всё на ярмарках, организованных Союзом фермеров России. Проходят они в Москве и Твери. Стоит удивить покупателя качественной продукцией один раз, и он становится постоянным клиентом. Полина говорит, что, имея хотя бы 50 постоянных покупателей, хозяйство уже может быть безубыточным.

20 НОВЫХ СОСЕДЕЙ

Главная их проблема сейчас – отсутствие электричества. При свете керосиновой лампы да с помощью дров производство не развернёшь. Помогли ветряки и солнечные батареи. Но их мощностей не хватает, хотя именно это привлекает сюда городского туриста, желающего посмотреть, как можно обустроить жизнь на пустом месте.

У маленького хозяйства огромные планы. В ближайшее время сюда переезжают ещё 20 семей энтузиастов, люди разных профессий – программисты и юристы, дизайнеры и учителя. И тогда тут появятся ботанический сад, музеи игрушки и муравья, творческие мастерские. А пока живут уже три семьи, среди которых есть даже англичане!

Евгения СИДЕЛЬНИКОВА,
«АиФ в Твери»

Фото из личного архива Полины Косенко

50 ПОКУПАТЕЛЕЙ

НЕ ДАДУТ ПРОПАСТЬ.

этим столкнулись и наши герои, и оказалось, что всё решаемо.

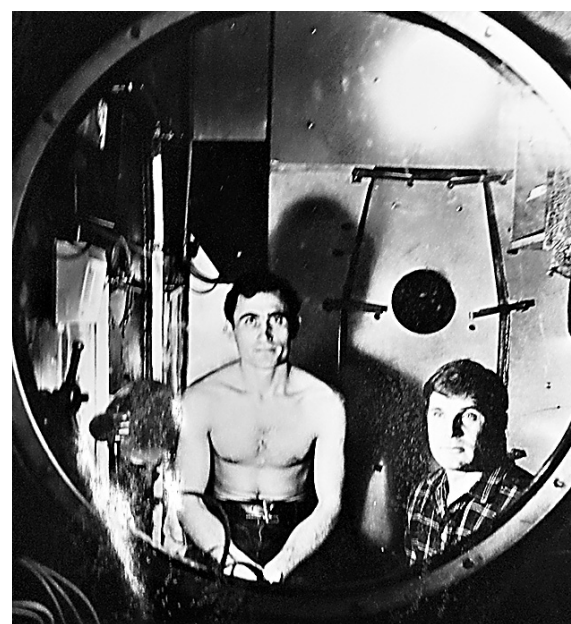
– Деревня – это поле возможностей, – говорит Полина Косенко. – Интернет помогает не только идеями, но и деньгами. Недавно с помощью платформы

строительство фермерского магазина, ремонт трактора, покупку доильного аппарата.

Жить в деревне нелегко, очень много монотонного и тяжёлого физического труда. Но ребята стараются по возможности его механизировать. Автоматические кормушки для птиц позволяют заглядывать в курятник не каждый день. Сад от прожорливых коз охраняется по периметру проволокой под напряжением – это и называется «электропастух». Чтобы разнообразить продукцию хозяйства, наладили выпуск мыла и шампуней на

13 МЕСЯЦЕВ ЗАТОЧЕНИЯ

30 ЛЕТ НАЗАД КРАСНОЯРСКИЕ УЧЁНЫЕ ИЗ ИНСТИТУТА БИОФИЗИКИ РАН ПРОВЕЛИ УНИКАЛЬНЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ. ОНИ СОЗДАЛИ АБСОЛЮТНО ГЕРМЕТИЧНУЮ БИОЛОГИЧЕСКУЮ СИСТЕМУ (БИОС), В КОТОРОЙ ЖИЛИ МЕСЯЦАМИ, ПОЛНОСТЬЮ ОБЕСПЕЧИВАЯ СЕБЯ ВОДОЙ, ВОЗДУХОМ И ЧАСТИЧНО ПИТАНИЕМ.



Всего было испытано три модели БИОС: Николай Бугреев с коллегой во время эксперимента. Первые две в 70-х гг., третья в 1984-м.

Дольше всех своих коллег, 13 месяцев, в БИОС-3 пробыл **Николай БУГРЕЕВ, инженер-механик второй категории.** Сегодня он на пенсии, но всё ещё занимается исследованиями.

– Ещё до института я работал рулевым мотористом, потом 4 года служил на корабле, привык к замкнутому пространству. А для работы БИОС нужен был механик, вот меня и взяли.

Цель эксперимента – создать замкнутую экосистему, которая управляется изнутри. Своеобразный космический полёт в наземном варианте. Система должна была позволить космонавтам не зависеть от кислородных баллонов (воздух дают растения) и запасов продуктов питания (их можно выращивать самому). Отходы человеческой жизнедеятельности преобразовывались бы в удобрения.

Внешне БИОС-3 представляет собой коробку в 120 кв. м, напоминающую гараж, только с иллюминаторами. Она разделена на 4 части, в которых есть культиваторный отсек, где растут низшие растения – водоросли хлорелла; два фитотрона с насаждениями овощей; бытовой отсек; 3 каюты, общий зал и сантехнические помещения. Работа системы была выстроена так, что высокие и низкие растения по-

глощали выдыхаемый людьми углекислый газ и отдавали кислород, воду и питание. Главное достижение – удалось наладить круговорот воды: запас 200-300 л за время жизни в изоляции команда (3 чел.) употребляла и перерабатывала 2-3 раза.

В фитотронах выращивали огурцы, помидоры, морковь, зелень, чуфу, которую добавляли в хлеб вместо растительного масла. За время эксперимента успевали собрать несколько урожаев, раз в 3-4 дня убирали пшеницу, мололи и пекли хлеб. Специально для БИОС биофизик Г. Лисовский вывел низкорослую пшеницу. Жиры, белки, крупы брались с собой в виде консервов.

Учёные из других стран пробовали повторить опыт красноярцев. Американцы в замкнутую систему поместили растения и землю со всего мира: горные массивы, болота. Но затея провалилась. Китайцы в прошлом году повторили наш эксперимент, но дальше того, что было 30 лет назад, не ушли.

– В БИОС-3 впервые в мире достигли полной герметичности, она остаётся лучшей в России, – отмечает Николай Бугреев. – Сейчас система законсервирована, но её можно снова запустить.

Роман МИНЕЕВ
 («АиФ на Енисее»)

БЫЛ ЛИ АТЛАНТОМ УРАЛ-БАТЫР?

ВЕРСИЯ
МУЛДАШЕВА
НЕ НУЖНО ЕЗДИТЬ НА О. ПАСХИ ИЛИ В ТИБЕТ, ЧТОБЫ СТОЛКНУТЬСЯ С ЗАГАДОЧНЫМ И НЕПОЗНАННЫМ. ЕГО ДОСТАТОЧНО В РОССИИ. НА ПРИМЕР, В БАШКИРИИ ЕСТЬ СВОИ ВХОДЫ В ПОДЗЕМНЫЙ МИР, КОТОРЫЕ ОБНАРУЖИЛИ И НА О. ПАСХИ.

профессора **Эрнста МУЛДАШЕВА.** На этот раз объектом исследований стала Башкирия, где и живёт учёный. Исследователей заинтересовало то, что именно здесь, в селе Чандар, около 10 лет назад была найдена необычная плита, похожая на фарфоровую, на которой была изображена карта России. Эта плита подверглась тщательному исследованию в лабораториях, вплоть до МГУ, но однозначного ответа о её происхождении дать не удалось.



Группа Э. Мулдашева обратила внимание на схожесть этой плиты с окантовкой входов в подземный мир на острове Пасхи, которые она изучала во время экспедиции 2005 года. Возникло предположение, что чандарская плита имеет отношение к проходам в подземный мир и что таковые могут быть не только на о. Пасхи, но и в Башкирии.

Экспедиция вскоре завершит исследования. Учёные проводят водолазные работы



Фрагмент чандарской плиты.

на нескольких озёрах совершенно круглой формы, которые овеяны легендами и считаются у местного населения проходами в подземный мир. Даже башкирский эпос «Урал-батыр» свидетельствует о том, что мистический конь Акбузат вылетел из-под земли через такое круглое озеро и вывел с собой всё живое, что населяет Землю. Стали появляться свидетельства существования здесь некогда гигантов, возможно атлантов, сказаниями о которых наполнен башкирский эпос.

О результатах работы экспедиции читайте в ближайшем номере «АиФ».

**ВНЕЗАПНАЯ
ПРОВЕРКА****ВЛАСТЬ**

Народ
Карелии
требует
изменений
в жизни.

**«АИФ» ПРОДОЛЖАЕТ СЕРИЮ
ВНЕЗАПНЫХ ИНСПЕКЦИЙ РЕ-
ГИОНОВ, ЧТОБЫ УВИДЕТЬ, КАК
РЕАЛЬНО, ВНЕ РАПОРТОВ ЧИ-
НОВНИКОВ, ЖИВУТ ТАМ ЛЮДИ.
СЕГОДНЯ НАШИ ВПЕЧАТЛЕНИЯ
О РЕСПУБЛИКЕ КАРЕЛИЯ.**

На одном из перекрёстков Петрозаводска, у здания МВД, студентка **Оля Фадеева** собирает подписи за отставку главы республики Александра Худилайнена. «Чем он тебе насолил?» - спрашиваю девушку. С её слов, глава взялся за улучшение качества междугородних перевозок. Часть этого промысла была в руках среднего бизнеса. Отец Оли, например, купил в кредит микроавтобус, чтобы возить из Сегежи в Петрозаводск пассажиров. «Благодаря» внезапно объявленному тендеру семья осталась без денег и с огромным долгом банку.

Мелкий частник был отстранён от конкурса, потому что лоты на право осуществлять пассажирские перевозки были разделены на огромные пакеты, вступать за них в борьбу могли только крупные игроки, которыми, по слухам, стали питерские компании, дружественные власти. Дело, правда, кончилось справедливостью. Антимонопольная служба откликнулась на вопль народа, и результаты тендера отменили. Но обида у людей осталась.

Подписи против главы собирают многие: от малоизвестной Оли до **депутата Законодательного собрания Республики Ка-**

релия Эмили СЛАБУНОВОЙ. «Губернатор многие вопросы решает с позиции силы, по странному стечению обстоятельств уголовные дела на неугодных заводятся на раз-два, - рассказывает она «АиФ».

18,36 млрд

**РУБЛЕЙ -
ГОСДОЛГ
КАРЕЛИИ.**

- Год назад в докладе главы Совбеза Николая Патрушева прозвучала такая оценка карельской экономики: «высокая степень криминализации в горнопромышленном и лесном комплексе», что правда. Но план «по декриминализации» появился только через год. Получается, торопиться некуда? Социальная политика - чистые слёзы! Дооптимизировались до того, что жители деревень тратят от 1,5 до 6 тыс. руб. на дорогу, чтобы доехать до врача. В Суоярви люди, живущие

в гнилых бараках довоенной поры, с туалетом на морозе, устали просить помощи власти. Местный депутат Заваркин на митинге в сердцах закончил речь мыслью: мол, если власти наплевать, так, может, нам к соседней Финляндии за помощью обратиться? Знаете, каков результат? На него заведено дело как на экстремиста, призванного к свержению власти...»

ПРОЩАЙ, ДОМ!

Средняя зарплата в Карелии - 29,5 тыс. руб. Таким заработком на Север не заманить, да и саму работу найти трудно. Гигант ОАО «Кондопога» на грани разорения. Когда-то это предприятие делало всю газетную бумагу страны. Сейчас потребность в ней сократилась на 60%. А перевести предприятие на изготовление другого типа бумаги почему-то не смогли. Но лес продолжает кормить республику. Его добыча отдана в частные руки. Частники всё модернизировали так, что 2 человека, управляющие мощными машинами, заменили 250 лесорубов леспромхоза с бензопилами из недалёкого прошло-

го. Лес вывозится в Финляндию. Это близко и выгодно, ибо оплата в евро. Чем ниже рубль, тем выше прибыль. Опустели и зверосовхозы, где работали жёны лесорубов. Пособия по безработице - часто главный источник семейных финансов. Жители посёлка Раугалаhti говорят, что у многих это пособие - 900 руб. в месяц. И, чтобы его получить, надо отметить на бирже труда в Сортавале, потратив на проезд 400 руб. Но даже 500 оставшихся рублей при чудовищной нужде - сумма. При этом зарплата чиновников - до 80 тыс. руб. Кстати, их число в республике зашкаливает. На 10 тыс. населения - 208 слуг народа. Для сравнения: в соседней Ленобласти только 94.

«В Карелии 11 моногородов, где единственное предприятие кормит население. Вернее, кормило. Никто не знает, как спасти их, чем помочь людям. Например, в Надвоицах, известных алюминиевым заводом, акционеры предлагали людям переезд в другие регионы на подобное производство. Подъёмные - 800 тыс. руб., даже личные кредиты обещали погасить. Но народ не согла-

сился тронуться с насиженного места», - рассказывает **политолог, экономист Олег РЕУТ.**

Кто-то подсчитал, что каждый день из Карелии уезжают за лучшей долей 8-11 молодых человек - в основном выпускники Петрозаводского университета. Вуз давно в пятёрке лучших в России по международному обмену, престижный на всём Севере. «Качественное образование - главная причина отъезда молодёжи. После стажировки за рубежом, после победы на международном конкурсе айтишников, например (а такое бывает часто), чем здесь выпускника прельстить? Они нарасхват в Питере, в Москве. Знающие английский находят работу за рубежом, благо Финляндия рядом. А у финнов можно любое образование получить бесплатно, если знаешь финский или английский, стипендия - 1000 евро. Увидев другое качество жизни, молодёжь не желает возвращаться в край, где не живёшь, а выживаешь», - сетует **Илья КОСЕНКОВ, руководитель Объединения профсоюзов Карелии.**

ЧТО ХОРОШЕГО?

Хорошо, что никому не по силам отнять у Карелии природные красоты, привлекающие сюда 700 тыс. туристов в год. Киж и Валаам, сказочный мраморный каньон Рускеала, 60 тысяч чистых озёр, леса, полные ягод и грибов. Зарабатывает на туристе в основном частник: лодку даст, в домик поселит. Но и денег слерёт. Билет до Кижей на катере - 2500 руб. в один конец. Санкции помогли рыбным хозяйствам: 80% российской форели - карельская. А в деревне Хайколя, где давно нет света, проводят фестиваль документального кино. Республика контрастов...



**Наталья
БОЯРКИНА,
Петрозаводск -
Москва**

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ**ГЛАВНОЕ — НЕ ПЕРЕПУТАТЬ!**

1. Если кашель есть, а мокрота не отходит, надо ее сделать менее вязкой. Сбор **ФИТОПЕКТОЛ® №1 (ГРУДНОЙ СБОР №1)** - проверенное временем средство, которое разжижает мокроту, помогая ее отделению, а также уменьшает неприятные ощущения в дыхательных путях, снижая интенсивность воспаления.

2. Если кашель влажный, мокроты много, ее необходимо как можно быстрее вывести, а также прекратить воспаление, которое провоцирует ее образование. **ГРУДНОЙ СБОР №4** - стимулирует отхождение мокроты и борется с воспалением, помогая кашлю очистить дыхательные пути.



Упаковка с трилистником - это знак качества авторитетного производителя трав и сборов.

Будьте внимательны! Выбирайте средство, подходящее именно вам, и строго следуйте назначению.

Эксклюзивный дистрибьютор: АО «Европлант»,
Ижевский филиал: АО «Красногорский завод»,
143444, Московская обл., г. Красногорск, мкр.
Опалиха, ул. Мира, 25. Реклама.

ПОМОГИТЕ... КАШЛЮ!

Человек может кашлять... 3-5 месяцев в году! Считайте сами: при простуде кашель длится 2-3 недели, а допустимо болеть до 6 раз в год. Отчасти виноваты мы сами: вместо того, чтобы заняться причинами, мы начинаем бороться с симптомами. Остановите бесполезную борьбу - помогите кашлю!

КАК ПОМОЧЬ КАШЛЮ

Здоровый человек вырабатывает в день до 100 мл мокроты, а при воспалении ее объем увеличивается до 1 литра. Решение одно - помочь кашлю избавиться нас от излишков мокроты. Для этого применяют муколитические и отхаркивающие средства, в том числе растительного происхождения.

Нам с вами повезло, потому что в России фитотерапия имеет давние традиции, бережно хранимые старейшим производителем трав и сборов заводом «Красногорсклексредства». Его специалисты обеспечили нам возможность выбора решения для разных видов кашля.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

НАУКА

Ими могут сделать
всё человечество.

ПРОГРЕСС НЕ СТОИТ НА МЕСТЕ. ОН ВЕДЁТ НАС К ТОМУ, ЧТО МЫ БУДЕМ ЖИТЬ «ПОД КОЛПАКОМ».

Некоторые интернет-СМИ распространили информацию, что в ближайшие два года всё население Италии должно быть чипировано, т. е. снабжено имплантированными под кожу электронными метками. А тем, кто будет уклоняться, грозят штрафы и даже тюремное заключение! Похоже, пока это всего лишь плод журналистской фантазии. Но сама тема поголовного чипирования актуальна, как никогда. Ведь технологии приближают эту фантастическую, казалось бы, идею к тому, чтобы она стала реальностью.

«МИСТЕР КИБОРГ»

Не секрет, что RFID-метки (так называется технология идентификации объектов, где данные записывают и считывают с помощью радиосигналов. - Ред.) давно применяются в животноводстве. Это упрощает подсчёт поголовья, контроль за перемещением стада и многое другое. На такую метку можно записывать информацию о страховке животного, обязательных прививках и лечении. Чип вживляют, например, в ухо овце - и вот она уже «под колпаком» у фермера. Всё, что ему нужно знать о ней, он узнаёт с помощью сканера. А подключённые к компьютеру, эти считывающие устройства дают ему полную картину того, что происходит с отарой овец в данный момент.

Между прочим, поголовное чипирование братьев наших меньших становится обязательным в Европе и Америке. Так, Евросоюз уже запретил ввоз нечипированных животных на свою территорию. В случае с людьми этого пока, слава богу, не произошло. Да и вообще, внедрять в свой организм электронику или не внедрять - дело сугубо добровольное.

Первым, кто это сделал, был чудачковатый британский кибер-

нетик Кевин Уорик. В 1998 г. он вживил себе в руку микрочип, который помогал ему открывать дверь в квартиру и включать в ней свет. Журналисты называли его «мистер Киборг».

В наше время чипы-импланты находят более разнообразное применение. Некоторые из этих устройств по размерам сравнимы с рисовым зёрнышком, а процедура их вживления выглядит как обычный укол. В Европе увеселительные заведения предлагают такие метки своим VIP-клиентам - получается одновременно и пропуск, и «кошелёк», откуда списываются деньги за выпивку. Есть спрос на микрочипы со стороны полицейских, спасателей и других силовиков. Но основное использование приходится на медицину. Ведь на подобный носитель информации, который «всегда с собой», можно записать историю болезни пациента, данные о группе крови, перенесённых заболеваниях и аллергических реакциях. И если человек попадёт в больницу в бессознательном состоянии, вшитый под кожу чип способен в прямом смысле слова спасти ему жизнь. Правда, для этого нужно, чтобы в больнице имелся необходимый сканер, а он стоит денег. И это ответ на вопрос, почему медицинские RFID-метки пока не получили широкого применения.



Некоторые чипы по размерам сравнимы с рисовым зёрнышком.

ЧИП-КЛИЕНТЫ



«Просту нет инфраструктуры, которая позволила бы использовать чипы-импланты, - говорит Сергей ВИЛЬЯНОВ, эксперт в области компьютерных технологий. - Да и сами эти носители пока способны не на многое. Максимум, что можно на них записать, - некую личную информацию и данные по кредитной карте».

БЛАГИЕ НАМЕРЕНИЯ

Но прогресс на месте не стоит: можно не сомневаться, что ёмкость микрочипов будет расти. А при наличии определённого заказа она вырастет стремительно. И вся нужная инфраструктура тоже появится. Что же это за заказ?

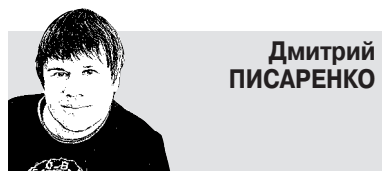
Правозащитники обращают внимание, что повсеместное внедрение чипов-имплантов может использоваться для тотального контроля за личностью (вспомним фермера с его отарой овец). Конспирологи идут ещё дальше. Они убеждены, что теневая элита, которая правит миром (кланы Рокфеллеров, Ротшильдов, Бушей и примкнувший к ним Джордж Сорос), только и

ждёт повода, как бы вживить каждому из нас индивидуальную электронную метку. Для этого годятся любые благие предлоги - борьба с терроризмом и преступностью, забота о больных людях или детях, которые могут потеряться, а вшитый чип поможет их найти.

Американский режиссёр Аарон Руссо, погибший при странных обстоятельствах в 2007 г., рассказывал, что Рокфеллер лично говорил ему: они хотят создать всемирное правительство, при котором люди будут иметь вживлённый в тело RFID-чип. Все деньги будут храниться в нём, и если властям покажется, что вы экономите на налогах, с вашего чипа просто спишут нужную сумму. А будете протестовать - электронный «кошелёк» отключат, и всё.

Но конспирологи твердят и о других угрозах: чип-имплант можно использовать для дистанционного воздействия на человека. Об этом пишет Дэвид Айк, британский писатель: «Компьютер может взаимодействовать со встроенным чипом, изолируя человека или группу людей, и посылать частоты, которые могут вызывать сильные боли или серьёзные заболевания, манипулировать разумом и эмоциями человека и даже убить его. Чип может делать людей послушными или агрессивными, влиять на их мысленные процессы таким образом, что они не смогут нормально думать, а их действия будут подчиняться той информации, которую получает чип».

Как говорится, добро пожаловать в светлое будущее!



Дмитрий ПИСАРЕНКО

Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА

КУРАМ НА СМEX ПО-СОВЕТСКИ



Власти украинского города Волноваха, подконтрольного Киеву, «декоммунизировали» памятник герою Гражданской войны Василию Чапаеву, переименовав его в «Казака», сообщает tass.ru. Ранее одесский памятник вождю мирового пролетариата Владимиру Ленину превратили в героя фильма «Звёздные войны» Дарта Вейдера. На борьбу с памятниками советской эпохи украинцы бросились с таким коммунистическим задором и классовой ненавистью - ну как большевики - с наследием царизма, ей-богу!

НА ИЗМЕНЕ



В Непале нескольких футболистов сборной обвинили в госизмене из-за предполагаемого участия в организации договорных матчей в квалификационном турнире чемпионата мира 2011 г., передаёт «Интерфакс» со ссылкой на BBC. Игроков арестовали, после того как следователи обнаружили крупные суммы денег на их банковских счетах, полученные якобы за проигрыши в матчах. А иначе мир никогда бы не узнал, что в Непале есть своя сборная по футболу.

В ЗАВЯЗКЕ



Организация экономического сотрудничества и развития (ОЭСР) сообщила, что самый высокий в мире показатель потребления алкоголя зафиксирован в Литве, сообщает британское издание Independent. Далее в рейтинге следуют Австрия, Эстония и Чехия. Россия в этом списке занимает пятое место. Меньше всего пьют в Индонезии, Турции, Индии и Израиле. Тут в любом случае можно порадоваться. Мы и в пятёрку вошли, и не такие уж алкоголики.

Владимир ПОЛУПАНОВ

АртроФон

Двигаться, а не передвигаться!



- Создан для курсового лечения заболеваний суставов и позвоночника
- Обладает противовоспалительным и обезболивающим действием
- Снижает частоту обострений суставного заболевания

Горячая линия:
8 (495) 681-93-00, 8 (495) 681-09-30



P N000373/01 от 07.06.2010

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
К ПРИМЕНЕНИЮ
НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ

РЕПОРТАЖ

Вождь революции
роскоши
не любил?

7 НОЯБРЯ, В ГОДОВЩИНУ РЕВОЛЮЦИИ 1917 Г., БЫЛ ТОРЖЕСТВЕННО ОТКРЫТ ПОСЛЕ РЕМОНТА И РЕСТАВРАЦИИ МУЗЕЙ-УСАДЬБА «ГОРКИ ЛЕНИНСКИЕ».

Образ Ленина после четверти века в лучшем случае равнодушия, а в худшем - презрения и злобы сейчас заново возвращается в нашу историю. А в случае с музеем ещё и заново въезжает в Горки. Здания и интерьеры здесь постарались привести в тот самый вид, в каком их мог впервые увидеть Владимир Ильич. Ситуация воссоздана следующая: бывшая хозяйка усадьбы, вдова знаменитого Саввы Морозова Зинаида, свою резиденцию уже покинула. Горки национализированы - там сделали партийный дом отдыха. И завтра туда прибудет Ленин.

ЧЬИ ГОРКИ?

Известно, что Ленин не раз подчёркивал: «Горки - не моя собственность! Оставьте всё так, как было при прежних хозяевах!» Перед приездом Ленина дочь Инессы Арманд попыталась затеять перестановку в бывшем будуаре Зинаиды Морозовой, который выделили

под спальню Ленина. Для начала велела убрать гигантские зеркала. Ильич, будучи человеком спокойным и неконфликтным, тогда всерьёз рассердился: «Ничего не трогать! Ни единой вещи! Вплоть до портретов на стенах! Всё принадлежит народу!»

- Это решение Владимира Ильича ажуруется до сих пор, - говорит **Тамара ШУБИНА, главный научный сотрудник музея-усадьбы.** - Есть два вопроса, без которых не обходится ни одна экскурсия. Первый: не страдал ли Ленин нарциссизмом и самолюбованием, и если не страдал, то зачем ему в спальне такие зеркала? Ответ



Впоследствии здесь разместили охрану. Столовую перенесли, и выглядела она гораздо скромнее. Стол, например, застилали клеёнкой.

КАКОГО ХОЗЯИНА



Такой увидел усадьбу Владимир Ильич 25 сентября 1918 г. в первый свой приезд для отдыха и лечения после покушения Фанни Каплан.

на него вы уже знаете. Второй: почему рядом с главным домом асфальт красного цвета, нет ли здесь революционного подтекста? Ответ: это решение Морозовой - дорожки и двор при ней были засыпаны краснокирпичной крошкой. Асфальт лишь воспроизводит её цвет.

Надо признать, что со вкусом у Зинаиды Морозовой, воспитанной в семье купца второй гильдии, были явные проблемы. Неизвестно, какие деньги она уплатила архитектору Фёдору Шехтелю, но этот виднейший представитель русского модерна разом подзабыл свои увлечения и выдал из себя модерниста не по

капле, как советовал Чехов, а тугой струёй. И по настоянию Зинаиды Григорьевны сотворил такую роскошную безвкусицу, что диву даёшься. Сразу становится ясно, почему Ленин, пока позволяло здоровье, предпочитал отдыхать и жить не в главном доме усадьбы, а в северном флигеле. А работать, когда позволяли сезон и погода, - на террасе и в парке. Это весьма корректно объясняла Крупская: «Обстановка была непривычная. Мы привыкли жить в скромных квартирках, в дешёвеньких комнатах и дешёвых заграничных пансионатах и не знали, куда сунуться в этих покоех...»

Вклад
в надёжном
Банке!



МКВ.RU

МОСКОВСКИЙ
КРЕДИТНЫЙ БАНК

От хорошего к великому — один Банк!

495 777 4 888

* 12% годовых действует при размещении от 1000 руб. во вклад «Сберегательный+» с 191 по 380 день нахождения средств на счете вклада. Срок вклада 380 дней. Процентная ставка по вкладу в период с 1 по 190 день — 9% годовых. Без возможности внесения доп. взносов во вклад и совершения расходных операций по вкладу. Выплата процентов в конце срока вклада. Досрочное расторжение по ставке «До востребования» 0,1% годовых — при расторжении до истечения соответствующего периода действия ставки. ОАО «МОСКОВСКИЙ КРЕДИТНЫЙ БАНК». Ген. лиц. Банка России №1978 от 21.01.2013 г. Не является публичной офертой. Реклама.

ПОМНЯТ ГОРКИ?

Действительно, вот роскошный зимний сад в стиле ампира с итальянскими, каррарского мрамора скульптурами. Вот столовая со столом карельской берёзы. Столовую, кстати, воссоздали на прежнем месте. После того как Ленин въехал в Горки, её перенесли на второй этаж, а здесь разместили охрану - чуть ли не единственная перепланировка усадьбы, со скрипом одобренная вождём. Забавная деталь - сервиз на столе. Как положено, фарфор Гарднера: расцветка зимняя, синий кобальт. Но сервиз не Зинаиды Морозовой.

И ПОСЛАЛ ПО АДРЕСУ

Дело в том, что она избегала нанимать местных мужиков - они, мол, вороваты, пьют, да и пахнут от них некультурно. Взамен наняла латышей. Когда грянула революция, прибалты отчалили, прихватив солидную

часть хозяйских вещей. В том числе и фарфор. Конкретно - столовые приборы. По-настоящему ценные вещи, например коллекционные вазы, остались на месте.

Ленин в отличие от прежней хозяйки с местными общаться любил. Изначально, во избежание ажиотажа, наспех слепили легенду: новый жилец Горок был объявлен профессором, а его охрана - студентами. Но в первый же день легенда лопнула - местные крестьяне сразу пошли за советом к Ильичу.

В музее рассказывают о нескольких эпизодах такого общения. Скажем, сюжет, воспетый Твардовским в поэме «Ленин и печник». Печник - реальная фигура, местный крестьянин. Но впервые они с Лениным встретились не на поле, как у Твардовского, а в парке рядом с усадьбой. Печник рубил там деревья на дрова. На замечание Ленина, что

делать так не следует, он вальяжно сказал: «Дак до леса-то лень идти». И послал Ильича по известному русскому адресу.

Другой сюжет показывает, что Ленин и впрямь любил хорошую шутку и обладал самоиронией - редчайшее качество для руководителя государства. Как-то раз на прогулке его автомобиль упёрся в овраг, через который был перекинут мостик. Ильич спросил проходящего крестьянина, выдержит ли мост машину. Тот якобы ответил: «Да кто ж его знает? Раньше, может, и выдержал бы. А сейчас власть советская, значит, и мостик тоже советский». По воспоминаниям родных и близких, это прилагательное Ленин употреблял с особой интонацией, когда хотел упрекнуть в работе тят-ляп и в показухе. Кроме того, есть мнение, что именно после этого и ещё нескольких похожих случаев Ленин всерьёз

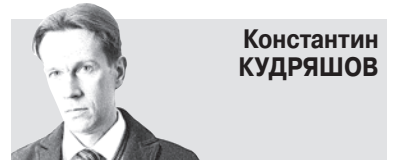


Отсюда, из Горок, Ленин отправился в свой последний путь.

задумался о сворачивании военного коммунизма и переходе к нэпу.

За исключением мостика и мужиков, в усадьбе сегодня всё так же, как при Ленине. Хотя нет. Когда-то с балюстрады открывался вид на фруктовые и вишнёвые сады, что за рекой. В полном соответствии с пьесой Чехова вишнёвый сад вынес всё - и революцию, и советскую власть. А вот реставрация капи-

тализма его подкосила. Сейчас там стоят дома, часть из которых в плане пышности может составить конкуренцию усадьбе Зинаиды Морозовой...



Константин Кудряшов

Фото Валерия ХРИСТОФОРОВА

КРИЗИС

СОЦИАЛЬНАЯ БОМБА

ИЗ-ЗА ПРОБЛЕМ С ОБСЛУЖИВАНИЕМ НАБРАННЫХ КРЕДИТОВ РУКОВОДСТВО РОССИЙСКОЙ КОМПАНИИ «УРАЛХИМ» ГОТОВО ПРОВЕСТИ КРУПНЫЕ СОКРАЩЕНИЯ ПЕРСОНАЛА СРАЗУ В НЕКОЛЬКИХ ГОРОДАХ СТРАНЫ.

Кризис многих уже лишил работы. Любопытно другое: в то же самое время владелец «Уралхима» Дмитрий МАЗЕПИН намерен взять новые кредиты для покупки очередных пакетов акций. Эксперты рынка предупреждают: это может ещё больше усложнить финансовое положение компании и не только.

С EBITDA - БЕДА...

Сегодня долги «Уралхима», в том числе и за приобретённые в кредит акции предприятия «Уралкалий», оцениваются примерно в 253 млрд рублей. Эта сумма почти в 5 раз превосходит объём прибыли до вычета расходов (EBITDA). Осложняет долговую ситуацию и неоднократное нарушение ковенантов - условий предоставления кредита. «Для скорейшего увеличения EBITDA компании реального сектора могут использовать, например, демпинг. Но резко повысить её сложно. Нужно развивать бизнес», - советует независимый финансовый эксперт Вячеслав ПУТИЛОВСКИЙ.

Дмитрий Мазепин из всех возможных вариантов выбрал минимизацию издержек.

«ЗОЛОТЫЕ ПАРАШЮТЫ» - НЕ ВСЕМ

«Непонятно, с какого перепуга менеджеру выплачивают бонус размером в несколько миллионов рублей в случае увольнения, а обычному работ-



Владелец компании предпочитает сам «химичить» с долгами и кредитами, а работники его химических предприятий могут остаться без работы. Фото ТАСС

нику - двухмесячное пособие заработной платы, часто это не более 60 тысяч?» - недоумевает генеральный секретарь Союза профсоюзов России Евгений КУЛИКОВ. Он считает: надо сокращать «золотые парашюты» и бонусы для менеджмента.

В компании решили сэкономить не на руководстве, а на рядовых сотрудниках. «Самый простой и быстрый способ снижения издержек - значительные сокращения персонала на основных предприятиях холдинга в разных регионах - Перми, Кирово-Чепецке и на лишь недавно возобновившем работу заводе в подмосковном Воскресенске», - пояснил гендиректор Центра политической информации Алексей МУХИН. - По сообщениям прессы, «Уралхим» намерен провести сокращения уже в ближайшей перспективе. «Уралкалий», в свою очередь, уже подтвердил, что готов сократить 20% персонала».

Такое решение вызывает немало вопросов, предупреждает политолог. В наших непростых

экономических условиях российское руководство неустанно советует бизнесу внимательнее относиться к социальным проблемам. В противном случае владелец компании спровоцирует социальный взрыв.

253 млрд

**РУБЛЕЙ
ЗАДОЛЖАЛА
КОМПАНИЯ.**

«Некоторые предпочитают избавляться от простых рабочих, что может быть чревато серьёзными очагами социальной напряжённости в регионах присутствия. Видимо, владелец компании считает, что эффект для бизнеса от увольнения специалистов-технологов будет выше, чем от «урезания» бонусов и «золотых парашютов». Возможно, Дмитрий Мазепин уверен:

если возникнет социальная напряжённость, ему поможет государство, как это было, например, в печально известном Пикалёво, - пишет Алексей Мухин. - Сегодня стремление не рисковать собственными средствами, а принести в жертву судьбы и благополучие тысяч семей не является уникальным примером для российского бизнеса. Однако большинство олигархов всё же давно поняли, что социальная ответственность - не просто красивые слова для годового отчёта, а важная часть миссии бизнеса».

«ЭФФЕКТИВНЫЙ» МЕНЕДЖМЕНТ

Чем чреват путь, выбранный Дмитрием Мазепиным, наглядно показывает пример «Трансаэро», год назад оказавшегося в аналогичной ситуации. Авиаперевозчик тоже нарушал ковенанты и «отрачивал» долг. Крах больно ударил по всему персоналу авиакомпании.

Расхлёбывать ошибки «эффективного» менеджмента

«Трансаэро» в итоге пришлось государству. В противном случае могло повториться уже упомянутое Пикалёво, когда Владимиру Путину пришлось лично разрешать трудовой конфликт, спровоцированный безответственностью бизнесменов.

Об этом же предупреждает и Евгений Куликов: «Если работники «Уралхима», как в своё время в Пикалёво, перекроют транспортную магистраль, тогда президент либо председатель правительства обратит внимание на ситуацию и в ручном режиме сможет повлиять на зарвавшегося частника с целью недопущения социального конфликта либо взрыва».

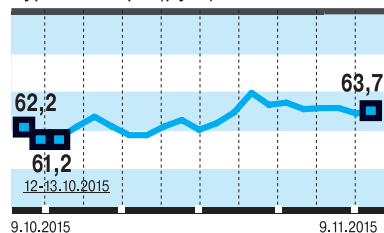
ГОЛОВУ - В ПЕСОК

Однако пресс-служба компании предсказуемо опровергла информацию о готовящихся сокращениях. В такой стратегии корпоративной обороны нет ничего удивительного, ведь сейчас Дмитрий Мазепин находится в активном поиске новых кредиторов. Очередные займы должны пойти на выкуп нового пакета акций «Уралкалия» у группы «Онэксим» Михаила ПРОХОРОВА. Приведёт ли дальнейший рост задолженности компании к ещё более крупным увольнениям, неизвестно, но аналитики рынка восторженно намекают, что положение компании Мазепина станет сложнее.

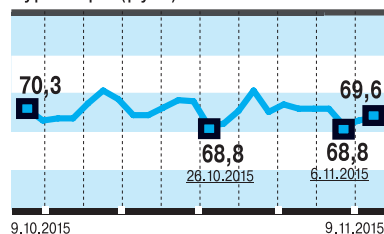
Сегодня, когда экономическое положение в стране, мягко говоря, непростое, правительству нужно обратить особое внимание на методы работы некоторых капиталистов, уверен Алексей Мухин. «Ведь проигравшими в этой игре могут оказаться простые российские рабочие», - считает он.

Ольга ОРЛОВА

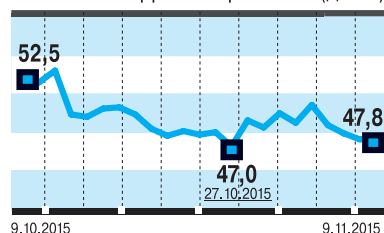
Курс доллара (руб.)



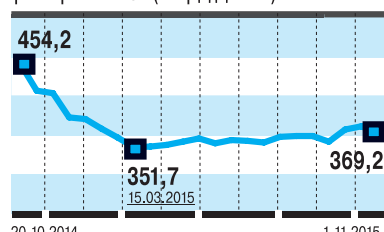
Курс евро (руб.)



Стоимость барреля нефти Brent (долл.)



Объём золотовалютных резервов РФ (млрд долл.)



По данным ЦБ РФ
и других открытых источников

КАПИТАЛЬНЫЙ ОБМАН?

Перечисленные
на капремонт
деньги никто
не контролирует.

**ИНФОРМАЦИЯ О ПОСТУПЛЕНИИ
И РАСХОДОВАНИИ СРЕДСТВ
ЗАКРЫТА, А ТРАТЯТСЯ ОНИ НЕ-
ЭФФЕКТИВНО, ВЫЯСНИЛ «АИФ».**

По данным экспертов, за 2014 г. на счетах региональных операторов капремонта было собрано 17 млрд руб., а за 10 месяцев 2015 г. - более 61 млрд.

ЕСТЬ ЧТО СКРЫВАТЬ?

На недавнем заседании рабочей группы Общероссийского народного фронта (ОНФ) «Качество повседневной жизни» эксперты рассказали о проверках деятельности региональных операторов (РО), которую провели «фронтовики». Были проверены 82 сайта РО, опрошено 3390 человек, проверено 610 домов в 63 регионах. «На сайтах никакой информации, данные о поступлении и расходовании



средств закрыты, - рассказала «АиФ» Светлана КАЛИНИНА, член рабочей группы. - А если скрывают, значит, есть что скрывать. На сегодняшний день РО может прокручивать деньги, использовать их не по назначению, и никаких нормативных актов, обязательных к исполнению, по этому поводу нет. Есть только рекомендации Минстроя, но их игнорируют. Надеемся, что до конца года соответствующие поправки в закон всё же будут внесены».

Там где лежат капремонтные миллиарды? Согласно законодательству в коммерческих банках, чей уставный капитал свыше 20 млрд руб. и деятельность которых гарантирована государством (список есть на сайте Фонда содействия реформированию ЖКХ). Процентная ставка, как правило, в пределах 5% годовых. Сейчас обсуждается вопрос: можно ли размещать эти средства под более высокую ставку? «На самом деле плохо, что деньги россиян лежат и дешевают. Но, с другой стороны, чем выше ставка, тем выше риск, - объясняет Николай НИКОЛАЕВ, руководитель центра ОНФ «Народная экспертиза». - Ситуация с контролем деятельности РО в плачевном состоянии. По сути, в стране появился новый огромный финансовый инсти-



тут, который аккумулирует сотни миллиардов рублей. И если банки подпадают под финансовый контроль Центробанка, то почему эти организации - нет?»

тут, который аккумулирует сотни миллиардов рублей. И если банки подпадают под финансовый контроль Центробанка, то почему эти организации - нет?»

ЛАТАНИЕ ДЫР? ДОРОГО!

Что же получается? Сбор денег с россиян контролируется, должникам выставляют пени и штрафы (кстати, среди злостных неплательщиков - государство: самая низкая собираемость как раз с квартир,

78 млрд

**БЫЛО СОБРАНО
ПОЧТИ ЗА 2 ГОДА.**

принадлежащих муниципалитетам). А на что тратятся эти деньги - тут контроля нет! «Нет четко прописанных нормативов по работам и стоимости их проведения. В перечень работ по капремонту часто входят те, которые должны осуществляться в рамках текущего ремонта, за что жители платят отдельно. За одни и те же работы население платит дважды!» - возмущается Н. Николаев.

Мало того, подрядчиков региональные фонды выбирают сами, нередко это аффилированные к руководству фондов компании, их сметы на капремонт завышены в разы.

Низкое качество работ, несоблюдение объема работ,

технологий ремонта и низкое качество материалов - самые распространённые жалобы от россиян, в чьих домах провели капремонт. Таковы результаты проверки ОНФ. Вот один типичный пример того, как за наши же деньги нам делают капремонт дома. Дом 231 по ул. Розы Люксембург в Иркутске сверкает свежей краской фасада. Весь ремонт, согласно смете, обошёлся в 7 млн 159 тыс. руб. Из них 3,5 млн как раз потратили на фасад. Но краска столько не стоит! И жильцы утверждают, что никаких утеплительных работ не велось. Ещё 2,5 млн потратили на крышу и 896 тыс. на внутридомовые инженерные системы. А дому 52 года, трубы и электропроводка прогнили. Их не меняли, и, если они окончательно превратятся в труху, ремонтировать их жильцы будут уже за свой счёт.

Или вот на днях в общественную организацию «ЖКХ Контроль» пришло такое письмо из Ростова-на-Дону: «В нашем доме 31/1 по Коммунистическому пр-ту в этом году производится капремонт: замена лифта, систем водоснабжения, водоотведения и теплоснабжения. На сайте Фонда содействия реформированию ЖКХ размещён отчёт о том, что все работы завершены к 20.09.15 г. При этом в нашем доме нет лифта в принципе (!), отопление у нас не подключено до сих пор... При обращении в Фонд ЖКХ получаем ответ - работы подрядной организации не приняты, срок приёмки - 01.12.15 г.».

Таких примеров много. Только за 2014 г. в одной Брянской обл. прокуратура вынесла 200 представлений о некачественном ремонте.

Налицо огромная коммунальная афера. Государство заставило россиян платить немалые деньги за капремонт, но не взяло на себя обязательства контролировать этот процесс. Возможно, потом будут уголовные дела, вскрыются случаи многомиллионных мошенничеств. Но деньги людям не вернут и рассыпающиеся жилища не отремонтируют.



Татьяна
КУЗНЕЦОВА

ДОСЛОВНО

КАК ВЫБРАТЬ БАНК?

Меня сократили на работе, выплатив 5 месячных окладов. Сумма крупная, хочу положить её на вклад, но не могу решить, в какой банк.
А. Логачёва, Тула

За ответом на вопрос нашей читательницы мы обратились в ПАО «Совкомбанк», который работает на финансовом рынке уже 25 лет и имеет развитую региональную сеть. **Андрей СПИВАНОВ, управляющий директор банка,** сказал:



- Конечно, нужно выбирать надёжного парт-

нёра. И в этом смысле опыт имеет важное значение. Ведь те финансовые учреждения, которые работают более 20 лет, прошли проверку надёжности разными, зачастую непростыми условиями российской экономики, у них за плечами все последние кризисы. Кроме того, хорошо провести сопоставительный анализ предложений разных банков. В госбанках ставки обычно значительно ниже, чем в коммерческих. Между тем, вкладывая деньги в коммерческий банк, вы получаете точно такие же гарантии сохранности сбережений - все вклады до 1 млн 400 тыс. руб. застрахованы государством.

Подписка без очереди! Это удобно!



Подпиши родителей!

Дорогие читатели!

Вы можете оформить подписку на любимую газету везде и всегда за минуту, отправив SMS с кодом на короткий номер 3116 или на сайте: AIF.RU/PODPISKA

Код SMS	Срок подписки (месяцев)	Стоимость SMS (подписки)
aif 1	1	175 р.
aif 3	3	525 р.

Услуга доступна абонентам «Билайн», «Мегафон», «МТС», «ТЕЛЕ2», «Ростелеком».

В стоимость включены все налоги и сборы. Дополнительная комиссия за подписку не взимается.

Реклама

После проведения платежа с Вами свяжется сотрудник редакции для уточнения адреса доставки. Доставка осуществляется ФГУП «Почта России» с 1-го числа месяца следующего за месяцем зачисления денежных средств на р/с ИД «Аргументы и факты».

СНОВА ПОДОРОЖАЛИ ЛЕКАРСТВА?

Снизить зависимость от лекарств поможет медицина будущего - лазеротерапия! Уникальный лазерный мини-аппарат «УЗОРМЕД» максимально эффективно лечит заболевания суставов, сердца, позвоночника, сахарный диабет, избавляет от проблем с органами мочеполовой системы, опорно-двигательного аппарата и пищеварения.

Клинически доказано! Рекомендован к использованию в домашних условиях!

ТЕЛЕФОН БЕСПЛАТНОЙ ЛИНИИ 8-800-100-12-78 (с 8.00 до 20.00 по мск)

Реклама. ОГРН 730235100396. 433510, Ульяновская область, г. Димитровград, пр. Автостроителей, 51 «В», офис 77.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

КРИЗИС В СОЕВОВОМ СОУСЕ

ЗАРУБЕЖЬЕ

Спецрепортаж:
как Китай борется
с проблемами
в экономике?

**ПОДНЕБЕСНАЯ ПОПА-
ЛА В ЗНАКОМУЮ НАМ
СИТУАЦИЮ: ПАДАЕТ
ЮАНЬ, ИДУТ УВОЛЬ-
НЕНИЯ, ЛЮДЯМ
НЕЧЕМ ОТДАВАТЬ КРЕДИТЫ.
ОБОЗРЕВАТЕЛЬ «АИФ» РЕШИЛ
ВЫЯСНИТЬ, КОГДА КНР НАМЕ-
РЕНА ПОБЕДИТЬ КРИЗИС И ЧЕМ
СЛОЖНОСТИ НА ВОСТОКЕ МОГУТ
ГРОЗИТЬ РОССИИ?**

ТОЛЬКО
В «АИФ»



Китайцам не привыкать к тяжёлой работе, но даже такую найти теперь становится всё труднее.

25-летний Чжоу Хань недавно лишился работы в Шанхае: и ему, и 5 тысячам его соотечественников из региона Гуанси пришлось покинуть стройки «витрины китайского социализма». Сначала 3 месяца задерживали зарплату, а потом объявили: «Кризис, люди перестали покупать квартиры, вы можете ехать домой». «Такого здесь никогда не случалось, - удивляется Чжоу Хань. - Мы работали по 15 часов в сутки и были нарасхват, в Шанхае воздвигаются целые кварталы элитного жилья. Сейчас всё заморожено. Я ночую на улице, мне не на что вернуться в родную деревню». С начала года рост экономики Китая замедлился больше чем на треть, впервые за 11 лет юань упал к доллару на 5%. В бутиках с айфонами, куда раньше стояли очереди, запустение, зато скверы переполнены тысячами бездомных.

МИНУС СВИНИНА

- В том-то и проблема, что у нас строили целые «города-призраки», - рассказывает Вэй Лаочжу, консультант шанхайской биржи. - Жильё стояло пустым, но владельцы не снижали цены, а ждали, пока оно подорожает. Теперь этот пузырь лопнул, потянув на дно всё остальное: обвалились котировки биржи, стали оста-

строительные фирмы, зависли кредиты. В чём тут сложности для России? Китайская экономика переводится с угля на российский газ, и, если промышленность сократится на треть, ваш бюджет потеряет около 130 млрд долл. Хотя США будет ещё хуже. КНР понадобится много денег: во имя спасения юаня власти могут забрать назад 2 трлн баксов, вложенных в американские облигации, что обесценит доллар. Потребление в стране сокращается, разоряются фермерские хозяйства, выращивающие свиней. России, покупающей мясо в КНР, придётся искать новых поставщиков. Вот и считайте: минус свинина, минус газ, минус доллар.

Следует отдать должное КНР: первый шок прошёл, и там не сидят сложа руки. Китайский Центробанк потратил почти 100 млрд долл. на поддержку курса юаня, не допустив его дальнейшего падения. Впрочем, такого ажиотажа, как в России со скупкой валюты, тут всё равно бы не было - в Китае не существует обменников, где можно свободно купить доллары. Правитель-

ство обещало влить в экономику гигантскую сумму - 235 млрд долл. (!), стараясь избежать массовой безработицы. Метод, надо сказать, действенный: в 2008 г. именно он спас страну от кошмара мирового финансового кризиса. Ну и, как всегда, сражаться с кризисом помогает наличие 1,4 млрд местных потребителей. Экспорт Китая рухнул на 10% - снижение доходов в России и Европе не позволяет им покупать китайские товары, однако бизнес Поднебесной спокоен. Почему? Их в основном интересуют покупатели внутри страны.

Скажем, в моей гостинице из постояльцев я единственный европеец, остальные китайцы, и служащие едва говорят по-английски: иностранный туризм составил лишь 0,6% от ВВП КНР за 2014 г., зато местный - 4%.

300 МЛН ДЕТЕЙ

- Постановление от 29 октября ЦК Компартии Китая, позволяющее каждой китайской семье иметь двоих детей вместо одного, тоже вызвано кризисом, - уверен Хао Бань, профессор

Университета Шанхая. - Экономике нужны новые потребители. Согласно прогнозам, в ближайшие 5 лет в Китае родятся от 100 до 300 (!) млн детей, и это быстро оздоровит промышленность: начнут покупать детскую одежду, питание, игрушки. Посему от российского газа мы вряд ли откажемся: на угле больше работать невозможно, уровень загрязнения атмосферы достиг в КНР критического уровня. Кроме того, государство запланировало открытие новых фабрик в отдалённых районах вроде Синьцзяна и приграничного с Россией Хэйлуцзяна, желая уравновесить трудовую миграцию. Сейчас люди едут сугубо на юг и восток - в Шанхай, Гуанчжоу и Шэньчжэнь, поскольку там находится основное производство популярных марок электроники. Решается вопрос и с «закредитованностью»: регионам запрещено брать кредиты без серьёзных оснований. Увы, соревнуясь в количестве небоскрёбов в своих городах, губернаторы многих провинций накопили долги и не в состоянии их отдать.

«ПРИЕЗЖАЙТЕ К РУССКИМ!»

Стало быть, главный для нас эффект от «сдвнувшейся» экономики соседа - снижение потребления газа (недостаток свинины

уж как-то переживём). Но есть и другие неприятности. Сейчас китайские туристы вышли на первое место среди иностранных гостей в России и тратят у нас кучу денег: улицы КНР завешаны рекламой «Приезжайте к русским!». Что выгодно - китайцы посещают РФ большими группами, поскольку им нельзя гулять по зарубежью в одиночку (разве что в Гонконге и Макао). В случае ослабления юаня гостям с Востока станет не до туризма. Ну и, разумеется, наши банки не получают кредитов, а экономика - желаемых инвестиций из Поднебесной... Впрочем, самые худшие прогнозы могут и не оправдаться. Благо Китай всю работу над решением проблем. Стоит напомнить: промышленность страны уже хоронили в 2008 г., а в результате китайская экономика стала первой в мире.

Тут, можно сказать, испытываешь зависть. Да, способ борьбы с кризисом тупой донельзя - «дай денег и разреши рожать детей», но ведь действует же. Наверное, и нам помогли бы строительные промышленные центры в регионах, продолжение стимулирования рождаемости, а также поддержка бизнеса и внутреннего туризма. Вот только кто этим будет заниматься и где гарантия, что деньги не пропадут? И ещё один вывод для России: не следует класть все яйца в одну корзину. Газ и нефть у нас с удовольствием купят Индия (тоже, кстати, страна с миллиардным населением), соседние с ней Пакистан, Бангладеш и Таиланд - не следует полагаться только на китайцев. Само собой, Китай - выгодный и нужный партнёр. Однако иметь «запасные аэродромы» не помешает.



Георгий ЗОТОВ,
Пекин - Шанхай
(Китай)
Фото автора

«У нас бы чиновнику Васильеву расстреляли». В Китае ввиду экономического кризиса теперь могут казнить даже за взятку в 10 тыс. долл. Читайте в следующем номере.



ЛУЧШИЙ
РАДИОЖУРНАЛИСТ
ПРЕМИЯ ПОПОВА



ЛУЧШИЙ
ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
ПРЕМИЯ ПОПОВА



ЛУЧШИЙ
ЗВУКОРЕЖИССЕР
ПРЕМИЯ ПОПОВА



ЛУЧШИЙ
РАДИОСПЕКТАКЛЬ
ПРЕМИЯ «РАДИОМАНИЯ»



РАДИО
МОСКВЫ

ВСЯ МОСКВА
НА ТРЕТЬЕЙ КНОПКЕ

РАДИОТРАНСЛЯЦИОННОЙ СЕТИ

Лицензия РВ No23059 от 13.03.2013, Федеральной службой по надзору в сфере связи информационных технологий и массовых коммуникаций.

12+

Реклама

БИЗНЕС

Можно ли одеться и обуться только в российское?

КОРРЕСПОНДЕНТ «АИФ» ПОПЫТАЛАСЬ СОСТАВИТЬ СЕБЕ ОСЕННИЙ ГАРДЕРОБ ОТЕЧЕСТВЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА.

По данным Росстата, в прошлом году отечественная лёгкая (или скорее, как верно подметил герой Андрея Мягкова в «Служебном романе», «лёгонькая») промышленность для 146-миллионного населения России выпустила 4,5 млн курток и пальто и 20 млн пар кожаной обуви. Для 78 млн женщин сшито 9 млн платьев, а для 68 млн мужчин - 5 млн рубашек. Несложно подсчитать: стать счастливым обладателем одежды российского производства суждено далеко не каждому.

СУРОВЫЕ КОЛГОТКИ

Два года назад организаторы киевского майдана вывели на него студенток с плакатами «Хочу кружевные трусики и в ЕС». Если бы российским девушкам пригрозили, что они останутся исключительно с трусиками отечественного производства, они бы, наверное, тоже замитинговали.

«Красивое кружевное бельё в России шьют», - не согласи-



Своя рубашка к телу, конечно, ближе, но где её взять?

Фото РИА Новости

лись со мной в **Российском союзе предпринимателей текстильной и лёгкой промышленности**. Конечно, шьют! Я видела его в нескольких фирменных магазинах. Но в большинстве своём отечественное нижнее бельё добротное, сшитое из экологических материалов, но по лекалам времён бабушкиной молодости. Впрочем, в этой нише наши трусики и бюстгалтеры успешно конкурируют по цене с исподним из Китая и Беларуси.

С капроновыми колготками тоже проблема. В супермаркетах - в основном китайские, итальянские и даже сербские. После долгих поисков нашла и наши, родом из Калининград-

ской обл. Цена в два раза ниже, чем у конкурентов, - 65 руб.! Колготки плотные, «суровые». Думаю, в них можно и коня на скаку остановить, и в горящую избу войти - не порвутся.

Чем сполна обеспечили нас отечественные фабрики, так это носками. По цене от 50 до 150 руб. можно купить лёгкие и тёплые, мужские и женские - и все качественные.

КИТАЙСКОЕ КЛЕЙМО

За платьями, юбками и брюками я первым делом отправилась в магазины недорогих марок - российских, хотя их названия и написаны иност-

ранными буквами. Разочарование: почти на всех вещах ярлык «Мэйд ин Чайна». И снова помог Интернет. Как в Москве, так и в регионах отыскались производители повседневной одежды. Цены разнятся. Вещи «с претензией на моду» стоят от 7 тыс. руб. (юбка) до 15 тыс. руб. (платье), обычные - 1,5-3 тыс. руб. Адреса магазинов, которые их продают, нужно искать на сайтах. Другой вариант - заказать доставку. Но нужно быть внимательными при выборе размера: как правило, отечественные размеры больше аналогичных европейских.

В российские ботинки (продавец заверила, что шьют их в городе Ростове) я влюбилась с

первого взгляда. Качественная замша, изящный каблук. От немедленной покупки остановила только цена - 8 тыс. руб. Вспомнила, что немецкие, пусть и менее красивые, купила со скидкой за 5 тыс. руб.

Куртка (8 тыс. руб.) и пальто (6 тыс. руб.) после долгих поисков нашлись в небольшом торговом центре недалеко от дома. Кстати, именно в таких центрах могут прятаться наши производители - аренда дешевле.

5 млн

РУБАШЕК НА ВСЕХ НАШИХ МУЖЧИН?

С шапками и перчатками долго не везло - везде стояло «китайское клеймо». А потом я поехала в Архангельск и у бабушки на рынке купила самовязанные и вполне дизайнерские шапочку и рукавички! Бабушки - они ведь тоже отечественный производитель...



Виктория
ГУДКОВА

ТОРГОВЫЕ ПАЛАТКИ В ШАГОВОЙ ДОСТУПНОСТИ ИЛИ НЕСТАЦИОНАРНЫЕ ТОЧКИ ФАСТФУДА - ЭТО УДОБНО. НО БЕЗОПАСНО ЛИ?

ПОЧЁМ КАРТОШКА?

Продуктовых палаток, которыми когда-то были облеплены все людные пятачки Москвы, сегодня почти не видно. И тем не менее они есть. Прилепились к длинному дому с большими магазинами на первом этаже на Уральской улице в Восточном округе столицы. Здесь продают хлеб, кондитерские изделия, фрукты-овощи. Овощная палатка спряталась между жилыми домами на Шоссейной улице в ЮВАО.

Получается, что они исчезли с площадей у метро и из других многолюдных мест, но в жилых кварталах остались. Не надо бежать до ближайшего супермаркета за хлебом или тащить из него до дома огурцы-помидоры. И в этом очевидное преимущество малых торговых форматов. Но при этом покупатель заведомо ждёт от них низких цен - тогда это удобство шаговой доступности уместно в его глазах.

«Хлеб ещё можно здесь купить, - говорит Марина, прогуливающаяся по Уральской улице с непоседливым джекарасселом. - Но больше я ничего не покупаю - очень дорого».

Палаточные овощи в Печатниках стоят практически столько же, сколько и в магазинах: картошка - 30 руб. за кг, огурцы - 150 руб., помидоры - 200 руб., яблоки - 120-150 руб., абхазские манда-

рины - 200 руб. В магазинах - с учётом сезонных акций - можно купить даже дешевле. Например, отечественный картофель продаётся в них сейчас и по 19 руб. за кило, и даже по 11 руб.

«Зато у нас качество выше, - лихо аргументирует краснощёкая продавщица в замызанной телогрейке. - В магазины овощи завозят фурами, и они там неделями лежат, пока не распродадут. А у нас каждый день подвозят свеженький товар».

В 87%

СЛУЧАЕВ САЛАТЫ В ПАЛАТКАХ ОПАСНЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ.

Покупательница Ирина в пальто поверх домашнего халата берёт пакет со свёклой и луком. Говорит, что особой разницы в качестве не видит. Для неё аргумент в пользу покупок здесь единственный: до подъезда - 30 метров.

МОЮЩИЕ СРЕДСТВА? А ЗАЧЕМ?

Впрочем, не только цены волнуют москвичей. Не менее

обеспокоены они и соблюдением санитарных норм при торговле вне стационарных объектов. Палатки активно обсуждаются на интернет-форумах, а в микрорайоне Волгоградский люди

даже сами затеяли опрос в Сети по поводу целесообразности нескольких конкретных точек. Кто-то просто выбирал вариант ответа, кто-то оставлял ещё и комментарий: «Я однозначно против. Не понимаю, кто голосует за!», «Такой антисанитарии, как в палатках, ещё поискать надо», «Это мой протест!!!»

Полгода назад столичный Роспотребнадзор внепланово за неделю проверил около 110 палаток, в которых торговали едой. И многие закрыли сразу

же - на срок от 15 до 90 дней. Причины - антисанитария и испорченные продукты. Палатки



не подключают к водопроводу и канализации. Как тамошние кулинары моют руки, специалисты по гигиене так и не узнали. Не увидели даже самых обычных моющих средств! Зато нашли просроченные продукты и заметили, что лаваш хранят в коробках из-под сырых куриных тушек. А пробы салатов в 87% случаев не соответствовали микробиологическим нормам.

Происхождение продуктов, которые продаются в палатках, тоже чаще всего остаётся неизвестным. Специалисты Роспотребнадзора так и не выяснили, откуда мясо в некоторых из них. И если схемы поставок трудно просчитать даже проверяющим органам, то покупателю определить самостоятельно, заслуживает ли товар доверия, вообще невозможно.

Да и продавцы часто тоже становятся частью непрозрачных «схем», поскольку получают «чёрные» или «серые» зарплаты. Конечно, сейчас уже горожане не жалуются на то, что в палатке, торгующей молочкой, живёт её продавец, как было ещё 5-7 лет назад. Но по-прежнему, по информации контрольных органов, работают в палатках очень часто мигранты.

Роман СЕРГЕЕВ

Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА
Фото Legion-Media, Fotolia/PhotoXPRESS.ru

ГДЕ ХРАНЯТ ЛАВАШИ?

ДОМИК ДЯДЮШКИ ТЫКВЫ

СОЦИУМ

18 кв. м - квартира или кладовка?

В РОССИИ ПОЯВИЛОСЬ ЖИЛЬЁ КЛАССА «ЖЁСТКИЙ ЭКОНОМ».



Предложение ввести в Москве новый класс жилья - площадью от 18 кв. м - прозвучало в конце лета. «Классификацию жилья необходимо пересматривать», - согласна Эльвира ЕПИШИНА, руководитель службы консалтинга Российской гильдии риэлторов. - В экономклассе уже появились подклассы. Например, «жесткий эконом». Так, в Подмосковье продают квартиры-студии от 18 кв. м, в регионах запросы чуть побольше - от 25 кв. м. Они пользуются спросом у молодежи, но распродают далеко не все. Так что, думаю, этот сегмент будет занимать не более 5% на рынке».

По словам эксперта, разница в цене между классами составляет 20-30%. Поэтому, выбирая квартиру, проверьте, не обманывают ли вас (см. инфографику).

КАКИМ КЛАССОМ ЖИТЬ БУДЕТЕ?

МАССОВОЕ ЖИЛЬЁ

ЭКОНОМ

Архитектурный проект: используется неоднократно.

Материал: в основном панели.

Окна: отечественные деревянные или пластиковые двойные рамы или стеклопакеты.

Квартиры: от 28 кв. м, кухня - до 8 кв. м, высота потолков - менее 2,7 м.

Общие зоны: стандартная отделка.

КОМФОРТ

Архитектурный проект: усовершенствованный серийный, повторного использования, индивидуальный.

Материал: панели, керамический кирпич, монолит, допустимо использование пеноблоков.

Окна: импортные пластиковые стеклопакеты.

Квартиры: от 34 кв. м (студии - от 28), кухня - от 8 кв. м, высота потолков от 2,7 м, комнаты изолированные, кладовки, большие балконы.

Общие зоны: улучшенная отделка.

ЖЁСТКИЙ ЭКОНОМ

Квартиры площадью от 18 кв. м освещаются солнцем 1,5 часа (вместо 4), удалённые от детских садов, школ, поликлиник, магазинов, остановок общественного транспорта.

ЖИЛЬЁ ПОВЫШЕННОЙ КОМФОРТНОСТИ

БИЗНЕС

Материал: керамический кирпич, монолит, допустимо использование пеноблоков.

Архитектурный проект: индивидуальный, с дизайнерской проработкой.

Окна: импортные пластиковые или деревянные стеклопакеты с энергосберегающими стёклами. Повышенная площадь остекления.

Квартиры: от 45 кв. м, кухня - от 12 кв. м, высота потолков - от 2,75 м, свободная планировка, не менее 2 санузлов в квартирах свыше двух комнат.

Общие зоны: высококачественная отделка (декоративная штукатурка, керамическая плитка и т. д.).

ЭЛИТ

Архитектурный проект: авторский, известного архитектора, с глубокой проработкой элементов здания с учётом рельефа и ландшафта.

Материал: керамический кирпич, монолит.

Окна: импортные фиброгласовые и деревянные стеклопакеты с энергосберегающими стёклами. Повышенная площадь остекления.

Квартиры: от 60 кв. м, кухня - от 20 кв. м, высота потолков - от 3 м, эксклюзивные планировки, зимний сад, хозяйственные помещения в цоколе здания, не менее 2 санузлов.

А КАК У НИХ?

- В Гонконге продаются апартаменты площадью около 17 кв. м. Цена - 33 млн руб.
- В Китае можно арендовать микроапартаменты площадью 2-4 кв. м (помещается кровать, столик). Цена аренды - от 2,5 тыс. руб. в месяц.
- В Японии популярны капсульные отели с номерами площадью 2 кв. м и высотой потолков 1 м. Там есть телевизор, Интернет, телефон. Цена за ночь - около 1,5 тыс. руб.

Источник: Федеральный фонд содействия жилищному строительству, Единая классификация многоквартирных жилых новостроек
Инфографика Марии КЛЕМЕНТЬЕВОЙ
Фото Legion-Media



Полина МОЛОТКОВА

КВАРТИРА ВНЕ НОРМЫ

В новостройках продают квартиры меньше 20 кв. м. А как же социальная норма - разве можно в такие клетушки людей загонять?
Р. Бедринский, Пермь

Понятие социальной нормы жилой площади используется для того, чтобы установить минимальный размер помещения, которое государство выделяет нуждающимся гражданам по договору соцнайма. Этот показатель устанавливается регионами. Федеральный стандарт соцнорм (он используется для определения размера оплаты жилья и коммунальных услуг)

- 18 кв. м общей площади жилья на одного члена семьи, состоящей из трёх и более человек.

При покупке квартиры свою «норму» вы определяете сами в зависимости от возможностей кошелька. Вам никто не запретит приобрести небольшую студию и поселиться туда со всеми домочадцами. Если другого жилья у вас нет и на одного человека приходится меньше квадратных метров, чем установлено местными властями, то через 10 лет проживания в регионе вы сможете встать в очередь на получение жилья. Но регионы могут выдвигать и другие требования к «очередникам».

КОГДА ОСТАНОВЯТ КОЛЛЕКТОРОВ?

Когда наконец примут закон против коллекторов? Это же целый криминальный бизнес!

Л. Зарипова, Коломна

Проект закона «О деятельности по взысканию задолженности» сейчас проходит стадию оценки. По мнению органов исполнительной власти, законопроект сырой и требует доработки.

«Большинство предложенных в документе норм в идеале должны облегчить жизнь заёмщика, - считает **Денис КАЛУГИН, основатель общественного движения «Россия без**



долгов». - Это, например, установление максимальной частоты контактов коллектора с заёмщиком. Кроме того, есть норма о создании реестра профессиональных взыскателей - законодателями таким образом стремятся к удалению небольших и недобросовестных игроков с рынка. Считаю, что нужно прописать в законе и ответственность банка - первоначального кредитора - за работу с недобросовестным коллектором, который взыс-

кивает долги с помощью угроз. При этом ответственность заёмщика за невыполнение требований кредитного договора также может найти отражение в новой редакции законопроекта. По статистике «России без долгов», более 30% заёмщиков, имеющих просроченный кредит, предпочитают прятаться от коллекторов. А риски получить таких заёмщиков банки обычно включают в процентную ставку по кредиту. Выходит, что добросовестный гражданин, взявший кредит, переплачивает за того, кто предпочитает кредит не отдавать».

ПОЛИЕН - ПРИВЫЧКА В ПОЛЬЗУ ЗДОРОВЬЯ.

Современная жизнь стала настолько активна, что мы зачастую не успеваем восстанавливать силы и энергию для нового дня. Каждый знает, что занятия спортом, сон не менее восьми часов, система здорового питания - всё это меры для поддержания сил и энергии. Однако многие отмечают, что организму нужна дополнительная поддержка.

Важно: одна маленькая полезная привычка способна ежедневно поддерживать ресурсы организма и его работоспособность.

Многие уже знают о пользе полиненасыщенных жирных кислот Омега-3, особенно об их благотворном действии на сердечно-сосудистую систему. Но они имеют и другие не менее важные качества:

Ежедневный приём Омега-3 в значительной степени повышает силовой ресурс организма, помогает накапливать клеточную энергию, формирует защиту от свободных радикалов, увеличивает выносливость организма.

Исследования показали, что наш организм каждый день нуждается в кислотах Омега-3, однако самостоятельно производить их он не умеет. Выхода два: либо 3 раза в неделю иметь в рационе свежую океаническую рыбу, либо взять в

привычку ежедневный приём специальных капсул с Омега-3.

Наиболее интересной разработкой, содержащей кислоты Омега-3, является **ПОЛИЕН**. На его создание у российских учёных ушло более 20 лет. Капсулы ПОЛИЕН - это высокотехнологичный продукт, в котором удалось сохранить все полезные свойства свежей рыбы.



Рыбный жир для капсул **ПОЛИЕН** проходит тщательную проверку в собственной лаборатории компании-производителя.

Перед капсулированием жир в несколько этапов очищается, при этом его ценные вещества не просто сохраняются, но и усиливаются в разы.

Капсулы **ПОЛИЕН** не требуют специальных условий хранения, поэтому их можно носить даже в сумочке.

Одна-три капсулы **ПОЛИЕН** способны обеспечить организм суточной нормой Омега-3.

ПОЛИЕН - ПОЛЕЗНАЯ ПРИВЫЧКА НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ.

ОТКУДА СПИШУТ ДЕНЬГИ?

Если я вовремя не внесу плату по кредиту, имеет ли банк право снять эти деньги с моей зарплатной карты?

Л. Чуйкин, Кинешма



Отвечает **Андрей ВОРОНИН, адвокат:**

- Уточните условия предоставления кредита и зарплатной карты. Если в них не прописана оговорка о безакцептном списании, то списание средств с вашей карты в счёт просроченных платежей возможно лишь по решению суда.

БЕЗОПАСНАЯ ДОРОГА

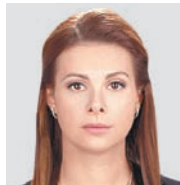
За детскую
безопасность
отвечают
взрослые.

ПОЧЕМУ НАДО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ РЕМНЯМИ БЕЗОПАСНОСТИ И ПЕРЕВОЗИТЬ МАЛЫШЕЙ В ДЕТСКИХ УДЕРЖИВАЮЩИХ УСТРОЙСТВАХ? ОТВЕТЫ НА ЭТИ ВОПРОСЫ ЗНАЮТ ВСЕ, КТО ПОБЫВАЛ НА СПЕЦИАЛЬНЫХ ТРЕНАЖЁРАХ ГИБДД.

РЕБЁНОК - КАК СНАРЯД

Несчастные случаи в транспорте занимают первое место в списке причин смертности и травматизма детей в возрасте до 14 лет. Несмотря на то что эксперты постоянно приводят доказательства того, что удерживающие устройства (автокресла) снижают степень травматизма на 52%, используют их по-прежнему не все родители. Некоторые до сих пор перевозят младенцев на руках, надеясь, что мать удержит своё дитя в любой ситуации. Однако при столкновении на скорости 60 км/ч 6-килограммовый младенец превращается в снаряд весом более 100 кг. Тут никакой инстинкт не спасёт.

Наталья АГРЕ, руководитель организации «Движение без опасности», основываясь на данных ВЦИОМ, утверждает, что за последние 3 года



родители-автомобилисты стали на 30% больше пользоваться удерживающими устройствами для маленьких пассажиров (с 20 до 50%). Нередко родители, чтобы избежать лишних трат, просто приобретают накладки на штатные ремни безопасности, чтобы они не проходили по шее ребёнка, и считают, что обезопасили детей. Но при использовании таких накладок нижний ремень оказывается выше пояса, и при ДТП дети получают тяжёлые травмы живота. А есть взрослые, которые покупают дешёвые кресла - как говорится, для инспектора, - чтобы избежать штрафа в 3 тыс. руб. Это в большинстве случаев пластмассовая штамповка, которая не просто не даёт никаких гарантий безопасности своему пассажиру, но ещё может осколками нанести дополнительные травмы. «Мы хотим убедить родителей не просто пользоваться детскими креслами безопасности, но выбирать качественные, сертифицированные изделия, которые наверняка сохранят жизнь и здоровье ребёнка», - настаивает Наталья Агре.

Выбирая детское удерживающее устройство, необходимо соблюдать несколько простых правил:

✓ **автокресло должно соответствовать весу и росту вашего малыша;**

✓ **в автокресле ребёнку должно быть удобно (иначе он начинает капризничать и отвлекать водителя),**



В автобусе-тренажёре школьники могут почувствовать, что бывает с непристёгнутыми пассажирами.

теля), поэтому возьмите его с собой в магазин, чтобы он «примерил» покупку;

✓ **помните, что для детей до 3 лет обязательны внутренние Y-образные или пятиточечные ремни, так как только они смогут предохранить малыша от характерных повреждений брюшной полости и травмы позвоночника;**

✓ **на маркировке должен быть значок ECE R44/03 или ECE R44/04, свидетельствующий о его соответствии действующему Европейскому стандарту безопасности;**

✓ **детское автокресло должно без проблем переноситься и просто устанавливаться в ваш автомобиль.**

Кроме того, важно ещё и правильно пользоваться автокреслом. Например, на прошлой неделе в городе Ревда Свердловской области иномарка на перекрёстке протаранила «Запорожец» с тремя детьми. Старших - 3 и 5 лет - отец перевозил по всем правилам: пристёгнутыми как ремнями безопасности детских автокресел, так и штатными. А автокресло младшей девочки двух лет не было прикреплено к автомобилю. При ДТП ребёнка вместе с креслом бросило вперёд, девочка получила травму и была госпитализирована. Несмотря на то что таких примеров немало, взрослые по-прежнему больше думают о себе. Так, ГИБДД провела опрос: стоит ли законодательно запретить перевозку детей на переднем сиденье авто? 55% из 14,5 тыс. опрошенных ответили, что водитель должен решать сам. Ещё 17% сказали категорическое «нет», потому как «так удобнее». И лишь 27% родителей-автомобилистов согласились с законодательным запретом.

АВТОБУС-ТРЕНАЖЁР

Отдельная тема - безопасность в общественном транспорте. Особенно это касается детишек постарше, которым родители доверяют самим добираться, например, до школы. Казалось бы, нехитрая наука: сел и поехал. Но ребёнку следует знать и соблюдать правила. Взрослые

должны объяснять, что основная опасность для маленького пассажира - резкое торможение, к которому надо быть готовым:

✓ **ожидать общественный транспорт безопасно только на остановке, причём не на обочине, а подальше от проезжей части;**

✓ **входить и выходить можно только после полной остановки транспортного средства;**

✓ **в салоне общественного транспорта необходимо крепко держаться за поручни;**

50%**РОДИТЕЛЕЙ ПЕРЕВОЗЯТ ДЕТЕЙ В АВТОКРЕСЛЕ.**

✓ **уступать места пожилым и больным людям - это не только вежливо, но и одно из правил безопасности, ведь при резком торможении им труднее среагировать и удержаться на ногах;**

✓ **запрещается отвлекать водителя от управления, а также открывать двери во время движения транспорта.**

Эти вроде бы банальные знания для взрослого человека могут уберечь ребёнка от серьёзных травм.

В российской Госавтоинспекции есть единственный в стране автобус-тренажёр, который «гастролирует» по школам России и наглядно демонстрирует детям все ЧП, которые могут произойти с пассажирами. Автобус помогает отработать опасные ситуации - например, безопасный выход из транспортного средства. Даёт понимание важности использования ремней безопасности - для этого салон оборудован специальной системой имитации отрыва сидений в момент столкновения. Кроме того, автобус укомплектован генератором дыма для имитации задымления салона, необходимыми наглядными материалами и мультимедийной аппаратурой для демонстрации обучающих фильмов. Столь необычные за-

нятия, проводимые в игровой форме, пользуются большой популярностью у школьников. Тем более что сотрудники ГИБДД помогают ребятам обыграть те стандартные ситуации, в которые чаще всего попадают дети при ДТП. К слову, таких автобусов-тренажёров в мире всего два.

«СВЕТИТЬСЯ» НАДО

Кроме правил поведения в транспорте есть незыблемое правило для пешеходов на улице, особенно в тёмное время суток: водитель должен увидеть человека, желающего перейти дорогу, заранее! Проведённые эксперименты показали, что в ближнем свете фар человек без светоотражающих элементов становится заметен всего за 25-50 метров. Если же на одежде пешехода есть такие элементы, водитель его увидит за 200 метров и успеет затормозить. Если одежду для самых маленьких, декорированную такими элементами, уже можно найти в магазинах, то подростков и взрослых ни в какую не заставишь «светиться» в темноте. В одежду для них такие элементы не вшивают, а отдельные аксессуары со светоотражающими элементами мы не приучены. «А сейчас темнеет рано, пешеходов не видно», - посетовала Светлана Орлова, губернатор Владимирской области. Она призналась, что обратилась в Минпромторг для продвижения нового стандарта верхней одежды, производимой в нашей стране. Пока речь идёт о детской одежде, но и о нашивках специальных полосок на взрослые модели стоит задуматься. «Вопрос с Минпромторгом, я думаю, нам удастся решить. Кроме того, будем использовать торговые сети - то-



же пригласим их к этой акции, а не только производителей», - пообещала губернатор.

ЗАДЕЙСТВОВАТЬ БУНТАРЕЙ

В ГИБДД понимают, что одними тренажёрами проблемы детской безопасности не решить. «Вопрос детской безопасности в течение уже нескольких десятков лет не уходит на второй план. Недавно мы отметили 40-летие движения юных инспекторов движения. Через этот неформальный вид объединения мы пытаемся научить детей, а также тех, кто находится рядом с ними, правильному дорожному поведению, - рассказывает Виктор Нилов, начальник Главного управления по обеспечению безопасности дорожного движения МВД России,



генерал-лейтенант полиции. - Ещё один важный момент: надо обучать не только теории, но и практике.

Ведь у ребят навыки применения полученных знаний с учётом сложного городского движения, массы отвлекающих моментов, неправильного поведения взрослых очень слабы. Поэтому мы нацелили воздействие на детей дошкольного возраста и начальных классов. И сегодня самая младшая часть наших школьников - до 12 лет - оказывается законопослушнее своих старших товарищей. Старшеклассники же, напротив, начинают пренебрегать не только правилами, но и навыками. Это в какой-то степени юношеское противопоставление себя окружающим, бунтарство, и здесь уже должны работать другие методы. Нужно максимально задействовать всё, что касается схожих юношеских увлечений: картинг, вело- и мотоспорт. Тогда ребята в рамках любимого дела начнут понимать необходимость правильного поведения на дороге.

Сотрудники Госавтоинспекции в связке с воспитателями и учителями не только детей, но и их родителей учат быть дисциплинированными участниками дорожного движения. В этом здорово помогают такие акции, как «Шагающий автобус»: группа детей, проживающих в одном микрорайоне, проходит от дома до школы под руководством одного из родителей, который должен обращать внимание ребят на встречающиеся опасности. Дети привыкают к маршруту и правильному поведению на нём, а родители, сменяя друг друга ежедневно, тоже начинают задумываться о своём поведении на дороге. И вспоминают золотое правило - за детскую безопасность на дороге отвечают взрослые!



Материалы подготовлены Главным управлением по обеспечению безопасности дорожного движения и ЗАО «Аргументы и факты» в рамках совместного проекта по реализации мероприятий Федеральной целевой программы «Повышение безопасности дорожного движения в 2013-2020 годах»

СОЦСТРАХ

Как сегодня
помогают
инвалидам.

«В ТОПКАХ РАБОТНИК ТРАНСПОРТНОГО ПРЕДПРИЯТИЯ ПО НЕОСТОРОЖНОСТИ ПОПАЛ ПОД ПОЕЗД И ЛИШИЛСЯ ОБЕИХ НОГ», - ЗА КРАТКИМ СООБЩЕНИЕМ ЦЕЛАЯ ЖИЗНЬ ЧЕЛОВЕКА, КОТОРОМУ НИКАК НЕЛЬЗЯ СТАНОВИТЬСЯ ИНВАЛИДОМ.

34-летнего топкинца сразу же доставили в местную больницу, а на следующий день - в Областной клинический центр охраны здоровья шахтёров, оснащённый по последнему слову науки и техники, где не используют понятия «неотвратимая смерть». Здесь выхаживают и ставят на ноги самых безнадежных, по крупицам собирают раздробленные кости горняков и возвращают людей на работу здоровыми.

Тяжёлые производственные травмы в Кузбассе не редкость. Промышленный регион, больше 100 тыс. человек - только горняки, а ещё сталевары, машиностроители, железнодорожники... Всего около 280 тыс. человек ежедневно подвергают свою жизнь опасности.

ВОЗВРАЩЕНИЕ

В Кемеровской области и ещё в 15 регионах России с

НЕСЧАСТЬЕ ПОМОГЛО?

июля нынешнего года действует пилотный проект по совершенствованию системы медицинской, социальной и профессиональной реабилитации пострадавших на производстве. В Кузбассе работают 14 филиалов Фонда социального страхования, а в каждом из них по 1-2 менеджера (всего 24 по области), которые должны вести каждого пациента с производственной травмой от «скорой» до максимально возможного восстановления работоспособности.

БОЛЕЕ 1 МЛРД

**РУБ./ГОД - ВЫПЛАТЫ
ИНВАЛИДАМ
КУЗБАССА.**

Иван КОЛДЫШЕВ, газосварщик ОАО «Кем-Вод», в свою смену шёл по гаражу, поскользнулся, угодил в работавшую фрезу, подцепленную к трактору, - ногу оторвало. Ивана не бросил коллектив. Начальство решило, что он после выздоровления продолжит трудиться на предприятии. Да и сам Иван был уверен, что будет

работать. И очень скоро его настрой поддержали работники ФСС. Иван прошёл медосвидетельствование и получил 60-процентную утрату здоровья. Уже через две недели ему назначили все полагающиеся выплаты, началась реабилитация: протезирование, костыли, спецобувь - всем этим его обеспечили в соцстрахе. Менеджер обосновал необходимость выделить Ивану автомобиль «Лада-Гранта». С местным вузом заключили договор на его переобучение по специальности «машиностроение и производство сварочного оборудования». Сам Иван Колдышев уже вышел на работу, получает зарплату, играет в футбол, занимается плаванием.

СУДЬБЕ НАПЕРЕКОР

По словам **Сергея АЛЕЩЕНКО, зампреда Фонда социального страхования РФ**, который на неделе посетил Кузбасс с рабочим визитом, пилотный проект, действующий сейчас в области, призван делать из фактических инвалидов здоровых членов общества, самостоятельных, независимых, обеспеченных работой и будущим. «Заинтересованность фонда и государства в этом оче-



Каждый день на Кузбассе так или иначе рискуют жизнью на производстве около 280 тыс. человек. Фото Fotolia/PhotoXPRESS.ru

видна, - говорит Сергей Иванович, - ведь оптимизированы затраты на выплату страхового обеспечения, снижена инвалидизация трудоспособного населения. Да и сам пострадавший получает высококачественную комплексную реабилитацию, имеет возможность возвратиться к труду и активной жизни в обществе с минимальными потерями для здоровья. Государство при этом сохраняет экономически активное население в стареющем обществе, а у работодателя сохранён сотрудник».

Сейчас под присмотром менеджеров соцстраха проходят реабилитацию и лечение 73 человека, пострадавших на разных производствах. Промежуточные итоги пилотного проекта дают надежду, что большинство из них вернётся к работе. Сегодня программу реабилитации прошли уже 86 кузбассовцев, травмированных на производстве. 30 из них восстановились полностью, 30 удалось вылечить и не получить инвалидность, 26 её получили, но и из них для шестерых найдут работу. Ещё 12 вышли на пенсию.

Так, из 86 пострадавших на работу вернулись 60 человек, большинство из них - на прежние места.

Павел КАЗАКОВ

АВТОПРОРЫВ

ДРУГОЙ ВО ВСЁМ

НОВАЯ LADA ПОЛУЧИЛА ИМЯ РИМСКОЙ БОГИНИ - VESTA. ПОЭТОМУ НЕУДИВИТЕЛЬНО, ЧТО ПЕРВЫЙ ТЕСТ-ДРАЙВ АВТОМОБИЛЯ ПРОХОДИЛ ПО ДОРОГАМ ИТАЛЬЯНСКОЙ ТОСКАНЫ.

СТИЛЬНЫЙ «ИКС»

Журналисты, участвовавшие в тест-драйве, остановились на обед в маленьком городке у озера Трасимено и читали новости о том, как президент страны опробовал новую машину цвета «лайм» близ Сочи. И одновременно наблюдали, что происходило на улочке у входа в ресторан, где стоял такой же автомобиль и такого же «фирменного» цвета. Местные жители подходили, рассматривали, трогали, заглядывали внутрь и выражали восторг.

Действительно, внешний вид, исполненный **Стивом МАТТИНОМ, директором по дизайну Lada**, сразу ставит новинку в один ряд с достойными образцами мирового автопрома. А стильный «Икс», читающийся и на капоте, и сбоку, создаёт ту самую узнаваемость, к которой и стремился дизайнер. С предшественницами-сёстрами машину роднит, пожалуй, только ладья на знаке, но и она изменилась - стала более современной.

Автомобиль принципиально другой во всём. Просторный салон, в котором удобно водителю: правильное жёсткое сиденье имеет поясничную поддержку, а руль регулируется по высоте и вылету. Удобно и всем пассажирам: даже когда пере-



К замкам в горах машина взбиралась по узким серпантинам весьма бодро.

днее сиденье сдвинуто, у тех, кто сзади, нет проблемы, куда девать ноги.

ЭТО ВАМ НЕ РОБОТ!

Но как же вела себя эта чудомашина на горных серпантинах Тосканы? Вопреки насторожен-

ности многих журналистов - отлично. Конечно, в рамках возможностей двигателя объёмом 1,6 л и мощностью 106 лошадей.

В варианте механической коробки Renault всё было предсказуемо, поскольку она знакома уже многим автомобилистам. Но особый интерес вызвала автоматизирован-

ная механическая трансмиссия - АМТ. Это собственная разработка «АвтоВАЗа» в содружестве с ZF. Традиционное название «робот» здесь отвергают. **Владимир ПЕТУНИН, главный разработчик**, объяснил: «Наша АМТ отличается от обычных роботов как механизмами переключений, так и

28 АЛГОРИТМОВ

**РАБОТЫ
У РОССИЙСКОЙ
АМТ.**

программными компонентами. Здесь всё гораздо сложнее - 28 алгоритмов работы. Автомобиль подстраивается под манеру езды владельца: если она агрессивная, передачи переключаются быстрее, если спокойная - более плавно».

Имея опыт вождения робота на иностранных авто, я сразу поверила ему, как только села за руль. Никаких притормаживаний и ощутимых щелчков! Даже мой нынешний автомат (!) работает грубее. Трогаться на горке - без проблем. Автомобиль удерживается 2 секунды, поэтому отката назад нет. Но сокровенный вопрос экс-вла-

дельца робота, который менял сцепление через 45 тыс. км пробега и знает, что этой беды не избежали даже мировые лидеры, конечно, касался ресурса АМТ. «Мы знаем эти проблемы, - ответил В. Петунин. - И уверяем, что с нашей коробкой их не будет».

И всё же один вопрос о новой Lada Vesta так и остался без ответа - цена. «Поймите меня правильно, - сказал **Бу Инге АНДЕРССОН, президент «АвтоВАЗа»**. - Если мы объявляем цену, то должны удерживать её как минимум 9 месяцев. Поэтому за время, оставшееся до начала продаж, т. е. до 25 ноября, я должен встретиться со всеми поставщиками и получить от них подтверждение о том, что условия не изменятся».

Марина НАБАТНИКОВА

КСТАТИ

Некоторые этимологи считают, что Веста была и у славян. Она покровительница семьи и домашнего очага. Так называли и замужнюю, имевшую детей, мудрую женщину (соответственно «невеста» - та, у которой всё ещё впереди). И в этом смысле название вполне соответствует семейному автомобилю, как позиционирует его производитель.

ИЗБАВИТЬСЯ ОТ БАНКОВ?

ЭКОНОМИКА

5 шагов к выходу из кризиса.

КАК ВОССОЗДАТЬ ПРОИЗВОДИТЕЛЬНУЮ ЭКОНОМИКУ? ПРЕДЛАГАЮ ПЯТЬ НЕОТЛОЖНЫХ МЕР.



Владимир КАШИН, профессор РЭУ им. Г. Плеханова, государственный советник налоговой службы II ранга

САНКЦИИ И ВЗЯТКИ

Первое: Добиваться безоговорочного снятия всех санкций с России. По общим нормам права никто не может быть наказан без обвинения, предъявленного в суде и рассмотренного при участии адвоката.

Второе: Покончить с коррупцией. Для этого нужно ввести безусловную конфискацию всех доходов от коррупционной деятельности, в ходе следствия выявлять все активы

обвиняемого и те, что были переданы им другим лицам. Тех, кто наворованное вернуть государству не готов, должна ждать конфискация всех сумм взяток, плюс компенсация следственных и судебных расходов, плюс штрафные санкции, плюс тюремное заключение.

Третье: Налоговое бремя для реального сектора экономики должно быть немедленно снижено хотя бы до уровня Мексики или Китая. Из тех мер, что необходимы, приведу в пример лишь основные. Надо завершить наконец налоговый

НДС пусть остаётся - но по ставке не более 10%, с отменой всех льгот и возмещения налога для экспортёров сырья. Тогда поступления в бюджет от «урезанного» налога даже возрастут против нынешних. А если одновременно будет введён и прогрессивный налог на доходы, то поступления пре-

на могла или установить для своей валюты такой же золотой паритет, или присоединиться к доллару. Можно и сейчас установить постоянный курс 1 рубль = 1 доллар США. Тогда цены автоматически станут американскими. И если у них инфляция меньше 1% в год, такой же она будет и

каяться в биржевые игры с деньгами населения и государства.

В НПС должны быть сконцентрированы все расчёты между населением и государством: уплата налогов, выплата пенсий и пособий, зарплаты работникам бюджетных учреждений и госкорпораций, взыскание штрафов и т. д. Затем эта система будет открыта для пользования физическим и юридическим лицам, но при условии их отказа от анонимности. Физлица должны будут предоставить паспортные данные и отпечатки пальцев, юрлица - раскрыть полный состав своих конечных собственников. Если мы можем управлять своими счетами в частном банке с помощью Интернета, что мешает пользоваться теми же средствами для регулирования финансовых отношений с государством?

Сразу станет понятно, что коррупционеры, мошенники, неплатежники налогов - только среди тех, кто имеет денежные поступления, проводит свои средства вне каналов НПС.

Эти меры успешно реализовывались во многих странах. Без сомнений, они доступны и для России.

Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА

1 РУБЛЬ

РАВЕН
1 ДОЛЛАРУ?



высят сборы нынешнего НДС не менее чем в 2 раза.

НАСТОЯЩИЕ ДЕНЬГИ

Четвёртое: Перейти к настоящим деньгам как единой мере стоимости, такой же постоянной, как метр или литр. Вплоть до 1971 г. такая мера стоимости в мире составляла приравненный к золоту доллар США (1 долл. - примерно 1 г золота). Любая стра-

у нас. А если какой-то магазин вдруг решит продавать джинсы по 15 руб., тогда как в США их цена 10 долл., то люди будут покупать джинсы по Интернету за 10 долл. плюс 1 долл. за доставку, и наш торговец вернётся к цене не выше 11 руб.

Пятое: Сформировать и ввести в действие Национальную платёжно-расчётную систему (НПС) - полностью принадлежащую государству, без какого-либо участия банков. Её операторам запретить вовле-

КУДА ВЛОЖИТЬ СБЕРЕЖЕНИЯ ПОД БОЛЬШИЕ ПРОЦЕНТЫ?

После того как вы накопили определённую сумму, с ней нужно что-то делать. Лучший способ - надёжные и прибыльные вложения.

Вклад в банк или покупка квартиры не дадут прибыли сразу. Это инвестиции, которые начнут приносить доход только через 3-5 лет. К тому же инфляция за 2015 год составит 16,7% (по официальным данным Росстата). Стоит задуматься: а куда вообще сейчас с выгодой для себя инвестировать деньги?

ВЫГОДНЫЕ ВЛОЖЕНИЯ БЕЗ РИСКА ПОТЕРЬ

Компания «СитиТрейд» предлагает вам возможность инвестировать 500, 200 или даже 100 тысяч под 10% и более в месяц.

Мы занимаемся торговлей на фондовом рынке с 2012 года. (Нашим клиентам мы выдаём страховые полисы, как гарант сохранности их средств. / Договора с клиентами страхуются с полной суммой покрытия инвестированных средств.)

В нашей компании работают высококвалифицированные российские и западные специалисты с опытом торговли более 10 лет.

Надёжные инвестиции

11%

от в месяц

8 (495) 608 19 86 8 (495) 608 32 15

ВО ЧТО ВЫ ИНВЕСТИРУЕТЕ

Основным инструментом торговли служит ETF (торгуемый на бирже фонд). Возможно, вы об этом что-то слышали. Простыми словами, это акции многих компаний с мировым именем, таких как Газпром или Sony, в одном порт-

феле. При правильном подходе - это самый надёжный инструмент в настоящее время. Независимо, что происходит с фондовым рынком, благодаря сбалансированному портфелю акций компания всегда зарабатывает.

Возможно, вы также слышали что-то о Forex и ПАММ-сче-

тах. В отличие от них, мы можем гарантировать сохранность ваших средств. Любая другая финансовая деятельность, будь то быстрое кредитование или Forex, сопряжены с большими рисками, чем деятельность нашей компании. Только за 2015 год более 300 банков и компаний по микрокредитованию были лишены лицензий.

По мнению аналитиков РБК и Российской фондовой биржи, в настоящее время ETF - это самый прибыльный, надёжный и дешёвый инструмент для торговли в России и во всём мире.

Инвестируя в «СитиТрейд», вы можете быть спокойны, занима-

С ЧЕГО НАЧАТЬ? »

Чтобы получить консультацию или назначить личную встречу, звоните по телефону. Или приходите к нам в офис по адресу. Не забудьте с собой паспорт и ИНН.

Ждём вас по адресу: Москва, ст.м. «Цветной Бульвар», Цветной Бульвар, д. 28, стр. 1 (вход со двора)

График работы
Пн-Пт 10.00-19.00
Сб 11.00-18.00, Вс 12.00-17.00

Контактные телефоны
8 (495) 608 19 86
8 (495) 608 32 15
8 800 333 86 17
с 10.00 до 19.00

www.citytrade.ru

ясь планированием своих дел, не переживая о рисках.

ETF будет стремительно расти ближайшие 2 года

Эксперты Российской фондовой биржи прогнозируют рост ETF в ближайшие 2-3 года. Это связано с падением рубля, повышенными колебаниями цен на нефть и золото. Те, кто инвестирует сейчас в дорогие акции крупных компаний, либо нужные ETF, в ближайшие 2 года смогут получать стабильную высокую прибыль.

Предложение не является публичной офертой. Сумма инвестиций от 10 000 до 10 000 000 рублей. Средства принимаются по договору займа на срок 4, 6 и 12 месяцев. На срок 4 месяца выплата процентов и суммы инвестиций осуществляется в конце срока договора. На срок 6 и 12 месяцев выплата процентов осуществляется ежемесячно, первоначальная сумма инвестиций выплачивается по окончании срока договора. ООО «СИТИТРЕЙД» ОГРН 1127746440854 ИНН 7728809833. Инвестиции застрахованы страховой компанией «Инвест-Альянс» (ООО СК «Инвест-Альянс») лиц. ЦБРФ СИ № 3747 от 23.01.2015 г. До заключения договора займа заинтересованные лица могут ознакомиться с условиями управления активами, получить сведения о лице, осуществляющем управление активами, и иную необходимую информацию по адресу: Москва, Цветной Бульвар, дом 28, строение 1 или по телефону 8 800 333 86 17. Реклама 18+

ПОКОНЧИМ С НАСЛЕДИЕМ

ЭНЕРГЕТИКА

Эксперты ядерных стран обсуждают безопасность отрасли.

АТОМНАЯ ОТРАСЛЬ 70 ЛЕТ РАЗВИВАЛАСЬ УВЕРЕННО И НАПОРИСТО. НО ВРЕМЯ РАЗБРАСЫВАТЬ КАМНИ ПРОШЛО - НАСТАЛА ПОРА СОБИРАТЬ ИХ. И СРЕДИ НАПРАВЛЕНИЙ РАЗВИТИЯ ПОЯВИЛИСЬ ТАКИЕ, КАК ВЫВОД ЯДЕРНЫХ ОБЪЕКТОВ ИЗ ЭКСПЛУАТАЦИИ ИЛИ РЕШЕНИЕ ОТЛОЖЕННЫХ ПРОБЛЕМ В ОБЛАСТИ ОБРАЩЕНИЯ С РАДИОАКТИВНЫМИ ОТХОДАМИ.

УБРАТЬ ЗА СОБОЙ

Озеро Карачай в Челябинской обл. называли вторым Чернобылем. С 1951 г. оно было хранилищем радиоактивных отходов (РАО). Но теперь построили сложные инженерные сооружения и 200 тыс. м³ высокорadioактивных техногенных илов и шлагов ложат в водоём суглинков изолировали. Реабилитированную таким образом территорию постоянно мониторят.

Не менее опасны были и водоёмы Теченского каскада в той

же Челябинской обл. В 2008 г. риск прорыва плотины специалисты считали высоким, а в потенциальной зоне затопления радиоактивными водами находились 62 тыс. человек, 20 тыс. га сельхозугодий и 10 тыс. га леса. Но теперь угрозы нет - водоёмы перевели в контролируемое безопасное состояние. А всего безопасными с 2008 г. в стране стало около 280 га заражённых земель.

50 новых

ТЕХНОЛОГИЙ -
для ликвидации
ядерного наследия.

«Обеспечение ядерной и радиационной безопасности на период до 2015 г.», или «ЯРБ», - так называется федеральная целевая программа, к которой уже ставят приставку «1», потому что в ближайшее время Правительство РФ должно принять аналогичную - на 2016-2030 гг. И если «ЯРБ-1» решила самые кричащие проблемы советского ядерного наследия, то у «ЯРБ-2» задачи уже не форс-мажорные. Нужно упорядочить работу и завершить формирование единой госсистемы обращения с РАО.

В принципе это логичный этап развития атомной отрасли. Когда она появилась, все были увлечены задачей создать надёжный «ядерный щит», желанием достичь новых рубежей, не очень думая о том, какой ценой это даётся и что делать с отработанным ядерным топливом (ОЯТ), радиоактивным «мусором» или атомными объектами по завершении их жизненного цикла. Но прошли годы - отходов накопилось изрядно, а объекты «постарели», и у отрасли появилась новая задача: убрать за собой, чтобы не навредить ни земле, ни людям.

Процессы эти идут параллельно во всех ядерных странах. На VIII Международной выставке и конференции «АТОМЭКО-2015» 9 и 10 ноября в Москве выступали представители Японии, Франции, Италии, Германии, Великобритании, Словакии, Швейцарии.

НИКТО, КРОМЕ НАС

«Нам удалось переломить ситуацию в отношении экологической безопасности отрасли, - сказал на форуме **Сергей КИРИЕНКО, глава «Росатома»**. - Мы перестали наращивать проблемы и перешли к их поэтапному сокращению».

По словам **Валерия ЯЗЕВА, 1-го зампреда Комитета Госдумы по природным ресурсам, природо-**



РАО превращаются... в стекло-видные кристаллы на ПО «Маяк».

пользованию и экологии, чтобы оценить успехи «ЯРБ-1», нужно посмотреть вокруг. Другие федеральные целевые программы выполнены на 10-20%, не достигнув целей, которые в них ставились. А эта - на 108% при сокращении госрасходов и привлечении внебюджетных средств. И все поставленные цели достигнуты.

На 96% в 2008 г. были заполнены хранилища отработанного топлива промышленных и исследовательских реакторов - критический уровень. Сегодня - на 49% - резерв примерно на 20 лет. Более 10 тыс. специалистов заняты в работах по ликвидации ядерного наследия. 50 новых технологий разработали за это время, в т. ч. 10 по переработке ОЯТ.

Уран-графитовый атомный реактор ЭИ-2 в Томской обл. остановили ещё в 1992 г., но он оставался в Северске, так как технология по выводу из эксплуатации таких реакторов попросту не было. Но в сентябре российские атомщики сделали то, чего до них никто в мире не делал, - безопасно вывели его из эксплуатации до состояния «зелёной лужайки». Ядерные материалы удалили, наземную часть ликвидировали, графитовую кладку надёжно законсервировали. Теперь своей очереди ждут ещё 12 аналогичных реакторов. Но это уже «ЯРБ-2».

Марина НАБАТНИКОВА

На водочных этикетках часто встречаю информацию о фильтрации углём, серебром, золотом. А что это такое?

Г. Белов, Москва

Да, от фильтрации, её вида во многом зависят органолептические свойства, качество водки и массовая концентрация токсичных веществ (сивушного масла, уксусного альдегида и сложных эфиров).

13 м для чистоты

То, что активный древесный уголь - лучший материал для фильтрации, доказали ещё в XVIII веке. Только водно-спиртовой раствор, прошедший обработку таким углём, мог называться водкой в классическом понимании. Долго он был единственным адсорбентом для очистки водки. Но сегодня не все наши производители его применяют, а за границей и вовсе обходят стороной. Завод «Традиции качества» - один из немногих, где водно-спиртовой раствор проходит обработку на угольно-очистительных батареях. Технология эта настолько же эффективная, насколько и хлопотная. Для неё требуются не только солидные площади производства (одна угольная колонка - более 4 м в высоту), но и постоянство работы. Это по плечу только крупным игрокам: угольно-очистительные батареи должны работать круглосуточно, с определённой скоростью, иначе на вы-



Будущая «Беленькая» проходит через уголь со строго определённой скоростью. Фото автора

ходе получится совсем другой продукт. Строгость контроля фантастическая. Когда водно-спиртовую смесь пропускают через промытый умягчённой водой активированный берёзовый уголь, нужный состав и вкус водка получает не сразу - первые порции непригодны для производства. И наоборот, когда уголь отработает, его надо будет заменить на другой.

24 часа

В СУТКИ ДОЛЖНЫ РАБОТАТЬ УГОЛЬНО-ОЧИСТИТЕЛЬНЫЕ БАТАРЕИ.

«По вкусу водка, обработанная углём, очень сильно отличается от той, что такую обработку не прошла, она приобретает характерный водочный вкус и аромат, - объясняет **Римма БУКВАРЁВА, директор производства завода «Традиции качества»**. «Беленькая Люкс» проходит целых 13 м угольного фильтра, а «Беленькая ворона» - 21 м. Чем длительнее продукт соприкасается с углём, тем гармоничнее получается напиток. Уголь имеет

очень разветвлённую систему пор (от макро до микро), их площадь только на 1 кг этого вещества сопоставима с площадью целого стадиона. Уголь адсорбирует примеси и одновременно катализирует окислительные процессы, благоприятно влияет на качество водки, придаёт ей иной вкус, ту самую мягкость».

ЗОЛОТОЙ КАСКАД

Есть и другие способы фильтрации. Выморозка была чисто русским и весьма эффективным приёмом. Это конёк водки «Русский лёд» (МЛВЗ). С помощью теплообменников температуру продукта снижают до -6...-12 °C и выдерживают 2-4 часа. При этом растворимость коллоидных веществ в нём падает, и тогда во время фильтрации происходит более качественное очищение от токсичных примесей.

А водка «Поморская» (Архангельский ликёро-водочный завод) проходит 3-ступенчатую фильтрацию, в том числе финальную «полировочную» - серебром и золотом. ООО «НПП Технофильтр» совместно с ВНИИ пищевой биотехнологии разработали патронные угольные фильтры, удаляющие микропримеси. Фильтрующий

материал в них - кокосовый уголь, импрегнированный серебром или золотом. Так фильтруют и водку «Государев заказ» (Уралалко).

Аналогичная очистка и у «Георгиевской» - у неё три этапа фильтрации. Водку пропускают через 3 слоя высококачественного кварцевого песка, а в конце - через каскад золотых фильтров. Фильтрация через белый кварцевый песок происходит до и после угольно-очистительных батарей. Во втором случае она служит для задержания мелкодисперсных частиц и придания напитку характерного водочного блеска.

Каждая фильтрация по своему ценна, но для потребителя, вероятно, важнее всего, чтобы в результате продукт не только очищался, но и на вкус становился лучше, мягче. А вот для этого действительно необходима серьёзная технология, а не только надпись на этикетке.

Елена АНДРИЕВСКАЯ

КСТАТИ

В № 43 «АиФ» мы допустили неточность в статье «В поисках качества», указав неверный ГОСТ. Конечно же, речь шла о ГОСТе Р 12712-2013. Приносим свои извинения.

ptica.tv **В** **f** **o** /tvptica

реклама 0+



Синяя птица

открытый всероссийский конкурс
юных талантов

РОССИЯ **1** РОССИЯ **Ж**

12 ДЕКАБРЯ
СК «ОЛИМПИЙСКИЙ»

RICCHI E ROVERI YAKI-DA
ПАЙМА ВАЙКУПЕ BONEY M
С.С. СATCH ДМИТРИЙ МАЛИКОВ
НАТАША КОРОЛЁВА LOU BEGA
GILLA ВАДИМ КАЗАЧЕНКО
АННЕ ВЕСКИ GIBSON BROTHERS
IN-GRID НАТАЛИЯ ГУЛЬКИНА
ЕВГЕНИЙ ОСИН ВИКТОР САПТЫКОВ
ПАДА ДЭНС FANCY И ДРУГИЕ

ПОДРОБНОСТИ НА RETROFM.RU, LEGENDY.RETROFM.RU И В ЭФИРЕ РЕТРО FM

12+ **БИЛЕТЫ CONCERT.RU (495) 644 2222** **OLIMPIK.RU** **КАССЫ СК «ОЛИМПИЙСКИЙ» ЭЛЕКТРОННЫЙ БИЛЕТ (495) 786 33 33**

ПОНЕДЕЛЬНИК, 16 НОЯБРЯ

В конце передач обозначена возрастная категория для данной программы

Полина Гагарина
сильно похудела

КАК? ЧИТАЙТЕ

В №11 ЖУРНАЛА
«ПРО КУХНЮ»

5.00 Телеканал «Доброе утро».

9.00 Новости.

9.20 «Контрольная закупка».

9.50 «Жить здорово!». 12+

10.55 «Модный приговор».

12.00 Новости (с субтитрами).

12.15 «Сегодня вечером» с Андреем Малаховым. 16+

14.25 «Время покажет». 16+

15.00 Новости (с субтитрами).

15.15 «Время покажет». Продолжение. 16+

16.00 «Мужское/Женское». 16+

17.00 «Наедине со всеми». Программа Юлии Меньшовой. 16+

18.00 Вечерние новости (с субтитрами).

18.45 «Давай поженимся!». 16+

19.50 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. 16+

21.00 «Время».

21.30 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». Т/с. 16+

23.30 «Вечерний Ургант». 16+

0.00 «Познер». 16+

1.00 Ночные новости.

1.20 Стив Мартин в комедии «ОПТОМ ДЕШЕВЛЕ». 12+

3.00 Новости.

3.05 «ОПТОМ ДЕШЕВЛЕ». Х/ф. 12+

3.15 «ВЕГАС». Т/с. 16+

4.05 «Контрольная закупка».



5.00 Утро России.

9.00 Вести.

9.15 Утро России.

9.55 «О самом главном». Ток-шоу. *Головная боль. Гипертония. Боль в мышцах. Болезнь Шегрена.*

11.00 Вести.

11.35 Местное время. Вести-Москва.

11.55 «ТАЙНЫ СЕРИАЛА СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+

14.00 Вести.

14.30 Местное время. Вести-Москва.

14.50 Вести. Дежурная часть.

15.00 Премьера. «Наш человек». 12+

16.00 «ЗЕМСКИЙ СЕРИАЛ ДОКТОР». Т/с. 12+

17.00 Вести.

17.30 Местное время. Вести-Москва.

17.50 Вести.

18.15 «Прямой эфир». 16+

19.35 Местное время. Вести-Москва.

20.00 Вести.

20.50 Спокойной ночи, малыши!

21.00 «ЛЮДИЛА СЕРИАЛ ГУРЧЕНКО». Т/с. 12+

23.00 «Честный детектив». 16+

0.00 Ночная смена. «Частные армии. Бизнес на войне». Премьера. «Следственный эксперимент. Смертельный автограф». 12+

1.30 «ДОРОГА, ВЕДУЩАЯ К СЧАСТЬЮ». Х/ф. 12+

3.25 «СЫН ЗА ОТЦА». Т/с. 16+

4.25 Комната смеха.



6.00 «Настроение».

8.15 «УЛИЦА ПОЛНА НЕОЖИДАННОСТЕЙ». Х/ф.

9.40 «ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ». Х/ф.

11.30 События.

11.50 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым. 16+

12.50 «В центре событий» с Анной Прохоровой. 16+

13.55 «Европа. Кризис воли». Специальный репортаж. 16+

14.30 События.

14.50 Городское собрание. 12+

15.35 «МАРАФОН ДЛЯ ТРЕХ ГРАЦИЙ». Х/ф. 12+

17.30 Город новостей.

17.40 «РАЗВЕДЧИЦЫ». Т/с. 16+

19.40 События.

20.00 «Право голоса». 16+

21.45 Петровка, 38. 16+

22.00 События.

22.30 «Родина майда-нов». Специальный репортаж. 16+

23.05 Без обмана. «Мечта хозяйки». 16+

0.00 События. 25-й час.

0.30 «СРАЗУ ПОСЛЕ СОТВОРЕНИЯ МИРА». Х/ф. 12+

4.55 «Екатерина Фурцева. Женщина в мужской игре». Д/ф. 12+



5.00 «АДВОКАТ». Т/с. 16+

6.00 Сегодня.

6.05 «АДВОКАТ». Т/с. 16+

7.00 «НТВ утром».

8.10 «Утро с Юлией Высоцкой». 12+

9.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+

10.00 Сегодня.

10.20 «ЛЕСНИК». Т/с. 16+

12.00 Суд присяжных. 16+

13.00 Сегодня.

13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.

14.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Т/с. 16+

16.00 Сегодня.

16.20 «ЛИТЕЙНЫЙ». Т/с. 16+

18.00 «Говорим и показываем». Ток-шоу с Леонидом Закошанским. 16+

19.00 Сегодня.

19.40 «ВЫСОКИЕ СТАВКИ». Т/с. 16+

21.35 Премьера. Игорь Петренко, Сергей Бурунов и Кирилл Плетнев в остро сюжетном сериале «НЕПОДСУДНЫЕ». 16+

23.30 «Анатомия дня».

0.10 Детективный сериал «ШАМАН». 16+

2.05 «БИТВА ЗА СЕВЕР». 16+

3.00 «ПОД ПРИЦЕЛОМ». Т/с. 16+



6.00 «Сейчас».

6.10 «Утро на «5». 6+

9.30 «Место происшествия».

10.00 «Сейчас».

10.30 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». Х/ф. 12+

12.00 «Сейчас».

12.30, 13.25, 14.20, 15.15, 16.00, 16.40, 17.35 «КРИК СОВЫ». Х/ф. 16+

15.30, 18.30 «Сейчас».

19.00 «ДЕТЕКТИВЫ. БЛИЖНИЙ КРУГ». Т/с. 16+

19.30 «ДЕТЕКТИВЫ. ТРЕФОВАЯ ДАМА». Т/с. 16+

19.55 «ДЕТЕКТИВЫ. ЗДРАВСТВУЙ, ДОЧКА». Т/с. 16+

20.25 «СЛЕД. ЗАМЕНА». Т/с. 16+

21.15 «СЛЕД. БЕССОННИЦА». Т/с. 16+

22.00 «Сейчас».

22.25 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». Х/ф. 16+

23.15 «Момент истины». 16+

0.10 «Место происшествия. О главном». 16+

1.10 «День ангела». 0+

1.35 «ДЕТЕКТИВЫ. БЛИЖНИЙ КРУГ». Т/с. 16+

2.10 «ДЕТЕКТИВЫ. ТРЕФОВАЯ ДАМА». Т/с. 16+

2.40 «ДЕТЕКТИВЫ. ЗДРАВСТВУЙ, ДОЧКА». Т/с. 16+

3.15 «ДЕТЕКТИВЫ. ВНУЧКА-СНЕГУРОЧКА». Т/с. 16+

3.45 «ДЕТЕКТИВЫ. СМЕРТЕЛЬНАЯ ДОВЕРЧИВОСТЬ». Т/с. 16+

4.25 «ДЕТЕКТИВЫ. ШАНТАЖ». Т/с. 16+

4.55 «ДЕТЕКТИВЫ. ЗДРАВСТВУЙ, ПАПА». Т/с. 16+

5.25 «ДЕТЕКТИВЫ. СТРАХОВКА». Т/с. 16+



6.00 «Том и Джерри. Комедийное шоу». М/с. 0+

6.45 «Энгри Бердс - сердитые птички». М/с. 12+

7.30 «Клуб Винкс - школа волшебниц». М/с. 12+

8.00 «КУХНЯ». Т/с. 12+

9.00 «ПОСЛЕДНИЙ СЕРИАЛ ИЗ МАГИКАН». Т/с. 12+

10.00 «Большая маленькая звезда». Развлекательное шоу. Ведущий Николай Басков. 6+

11.00 «ГОЛОДНЫЕ ФИЛЬМЫ ИГРЫ. СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ 1». Х/ф. 16+

13.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+

14.00 «ПОСЛЕДНИЙ СЕРИАЛ ИЗ МАГИКАН». Т/с. 12+

15.00 «КУХНЯ». Т/с. 12+

16.00 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». Т/с. 16+

16.30 Шоу «Уральских пельменей». 16+

18.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+

19.00 «МОЛОДЕЖКА». Т/с. 16+

21.00 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». Т/с. 16+

22.00 «МАЙОР ПЕЙН». Х/ф. 0+

0.00 «ДАЕШЬ МОЛОДЕЖЬ!». Т/с. 16+

0.30 «Кино в деталях» с Ф. Бондарчуком. 16+

1.30 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+

1.45 «РЕВОЛЮЦИЯ». Т/с. 16+

3.25 «ДАЕШЬ МОЛОДЕЖЬ!». Т/с. 16+

3.55 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+

5.25 «Том и Джерри». М/с. 0+

5.45 Музыка на СТС. 16+



7.00 «Евроныюз».

10.00, 15.00, 19.30, 23.20 Новости культуры.

10.15, 1.40 «Наблюдатель».

11.15, 0.10 «ОТВЕРЖЕННЫЕ». Т/с.

12.15 «Ускорение. Пулковская обсерватория». Д/ф.

12.45 «Линия жизни». Дмитрий Крымов.

13.40 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». Х/ф.

14.50 «Томас Кук». Д/ф.

15.10 «Твербуль, 25. Литературный институт имени А. М. Горького». Д/ф.

15.50 «Хирург Валерий Шумаков - звезда в созвездии Скорпиона». Д/ф.

16.15 «ПЕЧКИ-ЛАВОЧКИ». Х/ф.

17.55 Мировые звезды скрипичного искусства. Леонидас Кавакос.

18.45 Живая вселенная. «Луна. Возвращение».

19.15 «Спокойной ночи, малыши!».

19.45 Главная роль.

20.05 Майе Плисецкой посвящается...» Сати. Нескучная классика...»

20.45 Премьера. «Живое слово».

21.30 «Карл Великий». Д/ф.

22.25 «Фидий». Д/ф.

22.30 «Тем временем».

23.35 Худсовет.

23.40 Уроки русского. Чтения. Никита Михалков читает рассказ Ивана Бунина «Солнечный удар».

1.00 «Орсон Уэллс: столетний поединок со временем». Д/ф.

2.40 «Грахты Амстердама. Золотой век Нидерландов». Д/ф.



7.00 «Губка Боб Квадратные штаны». 12+

7.30 «Турбо-Агент Дадли». «Птица любви/Лучший пес». М/с. 12+

7.55 «Турбо-Агент Дадли». «Назад в будущее/Камера, мотор, крашнуйт!». М/с. 12+

8.25 «Пингвины из «Мадагаскара». 12+

9.00 «Дом-2. Lite». 16+

10.30 «Битва экстрасенсов». 16+

11.30 «ОРЛЕАН». Т/с. 16+

14.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». Т/с. 16+

14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 «ИНТЕРНЫ». Т/с. 16+

20.00 «ДЕФФОНКИ». Т/с. 16+

20.30 «ОЗАБОЧЕННЫЕ, ИЛИ ЛЮБОВЬ ЗЛА». Т/с. 16+

21.00 «БЕЗ АНСАМБЛЯ». Х/ф. 16+

22.35 «Комеди Клуб». 16+

23.00 «Дом-2. Город любви». 16+

0.00 «Дом-2. После заката». 16+

1.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-5». Х/ф. 16+

2.45 «ТЕРМИНАТОР: БИТВА ЗА БУДУЩЕЕ-2». Т/с. 16+

3.40, 4.10 «Холостяк. Пост-шоу «Что хотят мужчины». 16+

5.30 «ЛЮДИ БУДУЩЕГО». «ЛЕГКАЯ ДОБЫЧА». Т/с. 12+

6.20 «ПРИГОРОД-3». Т/с. 16+



5.00 «Семейные драмы». 16+

6.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+

7.00 «С бодрым утром!». 16+

8.30 «Новости». 16+

9.00 «Военная тайна». 16+

11.00 «Вся правда о Марсе». Д/ф. 16+

12.00 «Информационная программа 112». 16+

12.30 «Новости». 16+

13.00 Звонкий ужин. 16+

14.00 «ПОДАРОК». Х/ф. 16+

16.00 «Информационная программа 112». 16+

16.30 «Новости». 16+

17.00 «Тайны Чапмана». 16+

18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+

19.00 «Информационная программа 112». 16+

19.30 «Новости». 16+

20.00 «БЕГЛЕЦ». Х/ф. 16+

22.30 «Водить по-русски». 16+

23.00 «Новости». 16+

23.25 «ОТ ЗАКАТА ДО РАССВЕТА». Т/с. 16+

3.00 «Семейные драмы». 16+



6.30 Ангелы красоты. Мейковер. 16+

7.30 «Одна за всех». 16+

7.50 «По делам несовершеннолетних». Судебное шоу. 16+

9.50 Давай разведемся! Судебное шоу. 16+

10.50 «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ». Т/с. 16+

12.00 «Эффект Матроны». Д/с. 12+

13.00 «Присажные красоты». Ток-шоу о моде и стиле. 16+

14.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА». Х/ф. 16+

16.00 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». Х/ф. 16+

18.00 «Одна за всех». 16+

18.05 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». Т/с. 12+

19.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». Х/ф. 16+

21.00 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». Х/ф. 16+

23.00 «Рублево-Бирюлево». Реалити-шоу. 16+

0.00 «Одна за всех». 16+

0.30 «БЕЛЫЙ НАЛИВ». Х/ф. 16+

2.20 «АЛЫЙ КАМЕНЬ». Х/ф. 12+

3.50 Нет запретных тем. Медицинское ток-шоу. 16+

5.50 «Одна за всех». 16+



6.00 Мультфильмы. СМФ. 0+

9.30 «Слепая». Д/с. 12+

10.00 «Слепая». Д/с. 12+

10.30, 11.00 «Гадалка». Д/ф.

11.30 «Вокруг света. Места Силы». Д/ф. 16+

12.30 «Колдунья мира». Д/ф. 12+

13.30 «Городские легенды. Самарканд. Гробница Тамерлана». Д/ф. 12+

14.00 «Охотники за привидениями». Д/ф. 16+

14.30 «Охотники за привидениями». Д/ф. 16+

15.00 «Мистические истории». 16+

16.00, 16.30 «Гадалка». Д/ф.

17.00 «Слепая». Д/с. 12+

17.30 «Слепая». Д/с. 12+

18.00 «Х-версии. Другие новости». 12+

18.30 «ПЯТАЯ СТРАЖА». Т/с. 16+

19.30 «УМНИК». Т/с. 16+

20.30 «УМНИК». Т/с. 16+

21.30 «КОСТИ». Т/с. 12+

22.20 «КОСТИ». Т/с. 12+

23.15 «ГЛУБОКОЕ СИНЕЕ МОРЕ». Х/ф. 16+

1.15 «Х-версии. Другие новости». 12+

1.45 «ГАРАЖ». Х/ф. 12+

3.45 «Городские легенды. Самарканд. Гробница Тамерлана». Д/ф. 12+

4.15 «ДОКТОР МАФИИ». Т/с. 16+

5.15 «ДОКТОР МАФИИ». Т/с. 16+



6.00 «Военная приемка». 6+

6.55 Новости. Главное.

7.35 «СУМКА ИНКАССАТОРА». Х/ф. 6+

9.00 Новости дня.

9.15 «СУМКА ИНКАССАТОРА». Х/ф. 6+

9.50 «СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ». Х/ф. 12+

10.00 Военные новости.

10.05 «СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ». Х/ф. 12+

12.40 «ГРАНИЦА. ТАЕЖНЫЙ РОМАН». Т/с. 16+

13.00 Новости дня.

13.15 «ГРАНИЦА. ТАЕЖНЫЙ РОМАН». Т/с. 16+

14.00 Военные новости.

14.05 «ГРАНИЦА. ТАЕЖНЫЙ РОМАН». Т/с. 16+

17.30 «Специальный репортаж». 12+

18.00 Новости дня.

18.30 «Панфиловцы. Правда о подвиге». Д/ф. 12+

19.30 «ОШИБКА РЕЗИДЕНТА». Х/ф. 0+

23.00 Новости дня.

23.20 «Легенды советского сыска». Д/с. 16+

1.00 «Военная приемка». 6+

1.45 «МАФИЯ БЕССМЕРТНА». Х/ф. 16+

3.35 «ШАГ С КРЫШИ». Х/ф. 0+

5.25 «Хроника победы». Д/с. 12+



6.00 Мультфильмы. 0+

6.30 Никогда не повторяйте это дома. 16+

8.30 «100 великих». 16+

9.45 «ШЕРЛОК ХОЛМС И ДОКТОР ВАТСОН - ЗНАКОМСТВО». Х/ф. 0+

11.15 «ШЕРЛОК ХОЛМС И ДОКТОР ВАТСОН - КРОВАВАЯ НАДПИСЬ». Х/ф. 0+

12.35 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА - КОРОЛЬ ШАНТАЖА». Х/ф. 0+

14.00 КВН на бис. 16+

14.30 Утилизатор. 12+

15.00 Среда обитания. 16+

16.00 Доброе дело. 12+

16.30 Мужская работа. 16+

17.30 Выхить в лесу. 16+

18.30 КВН на бис. 16+

19.30 «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ». Х/ф. 12+

22.00 «+100500». 16+

22.30 Смешные деньги. 16+

23.00 «ГОЛДФИНГЕР». Т/с. 12+

1.20 Квартирник у Маргулиса. 16+

2.20 «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ». Х/ф. 12+

4.25 Секреты спортивных достижений. 12+

5.20 «100 великих». 16+



6.30 «Рио ждет». Д/ф. 16+

7.00, 7.30, 8.00, 9.00, 10.00, 11.00, 12.00, 14.00, 16.00 Новости.

7.05, 7.35, 17.00, 0.45 Все на Матч!

8.05, 9.05 «Ты можешь больше!»

10.05 «Живи сейчас».

11.05 «Анатомия спорта» с Эдуардом Безугловым. 12+

11.30 «Дублер». 12+

12.05 Смешанные единоборства. UFC. 16+

14.05 «РИНГ». Х/ф. 16+

16.05 «Спортивный интерес». 16+

18.00 «Континентальный вечер».

18.55 Хоккей. КХЛ. «Торпедо» (Нижегород) - «Динамо» (Москва). Прямая трансляция.

21.30 Все за Евро. 16+

22.00 «Особый день» с Антоном Шипулиным. 16+

22.15 «Реальный спорт».

22.30 Футбол. Чемпионат Европы-2016. Отборочный турнир. Ирландия - Босния и Герцеговина. Прямая трансляция.

1.45 «Барбоза: Человек, который заставил плакать Бразилию».

2.20 «Золотая лихорадка Антона Шипулина». Д/ф. 16+

2.35 «Нет боли - нет победы». Д/ф. 16+

3.00 Хоккей. Суперсерия Россия - Канада. Молодежные сборные.

5.40 «Второе дыхание». Д/ф. 12+

6.10 «Детали спорта». 16+

АНЕКДОТ

- Скажите, пожалуйста, «Полтава» Пушкина - чье произведение?

- Не могу сказать, но, кажется, того же автора, что и «Басни Крылова».



5.00 Телеканал «Доброе утро».
9.00 Новости.
9.20 «Контрольная закупка».
9.50 «Жить здорово!» 12+
10.55 «Модный приговор».
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». Т/с. 16+
14.25 «Время покажет». 16+
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15 «Время покажет». Продолжение. 16+
16.00 «Мужское / Женское» 16+
17.00 «Наедине со всеми». Программа Юлии Меньшовой. 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 «Давай поженимся!» 16+
19.50 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. 16+
21.00 «Время».
21.35 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». Т/с. 16+
23.40 «Вечерний Ургант». 16+
0.15 Ночные новости.
0.30 «Политика» 16+
1.35 «ОГНЕННЫЕ КОЛЕСНИЦЫ». Х/ф.
3.00 Новости.
3.05 «ОГНЕННЫЕ КОЛЕСНИЦЫ». Х/ф.
4.05 «ИЗМЕНА». Т/с. 16+

РОССИЯ 1

5.00 Утро России.
9.00 Вести.
9.15 Утро России.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу. Ноют ноги. Косточка на большом пальце. Изжога.
11.00 Вести.
11.35 Местное время. Вести-Москва.
11.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+
14.00 Вести.
14.30 Местное время. Вести-Москва.
14.50 Вести. Дежурная часть.
15.00 Премьера. «Наш человек». 12+
16.00 «ЗЕМСКИЙ ДОКТОР». Т/с. 12+
17.00 Вести.
17.30 Местное время. Вести-Москва.
17.50 Вести.
18.15 «Прямой эфир». 16+
19.35 Местное время. Вести-Москва.
20.00 Вести.
20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 «ЛЮДИЛА ГУРЧЕНКО». СЕРИАЛ. Т/с. 12+
23.00 Специальный корреспондент. 16+
0.40 Ночная смена. К 70-летию Нюрнбергского процесса. «Нюрнбергский набат. Репортаж из прошлого». 12+
2.40 «СЫН ЗА ОТЦА». Т/с. 16+
3.40 Комната смеха.
4.45 Вести. Дежурная часть.



6.00 «Настроение».
8.15 «Доктор И...» 16+
8.45 «БЕЗ СРОКА ДАВНОСТИ». Х/ф. 12+
10.35 «Алексей Баталов. Он же Гога, он же Гоша». Д/ф. 12+
11.30 События.
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф. 12+
13.40 «Мой герой». Ток-шоу с Татьяной Устиновой. 12+
14.30 События.
14.50 «Прощание. Андрей Миронов». 12+
15.40 «ОПЕРАТИВНАЯ РАЗБОТКА». Х/ф. 16+
17.30 Город новостей.
17.40 «РАЗВЕДЧИЦЫ». Т/с. 16+
19.40 События.
20.00 «Право голоса». 16+
21.45 Петровка, 38. 16+
22.00 События.
22.30 Линия защиты. 16+
23.05 «Жизнь на понтах». Фильм 1. 16+
0.00 События. 25-й час.
0.25 «Русский вопрос». 12+
1.10 «...ПО ПРОЗВИЩУ «ЗВЕРЬ». Х/ф. 16+
2.55 «Эдита Пьеха. Ее невезучее счастье». Д/ф. 12+
3.40 «Обложка. Голосуй или проиграешь!» 16+
4.10 «РАССЛЕДОВАНИЯ МЕРДОКА». Х/ф. 12+



5.00 «АДВОКАТ». Т/с. 16+
6.00 Сегодня.
6.05 «АДВОКАТ». Т/с. 16+
7.00 «НТВ утром».
8.10 «Утро с Юлией Высоцкой». 12+
9.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+

10.00 Сегодня.
10.20 «ЛЕСНИК». Т/с. 16+
12.00 Суд присяжных. 16+
13.00 Сегодня.
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Т/с. 16+
16.00 Сегодня.
16.20 «ЛИТЕЙНЫЙ». Т/с. 16+
18.00 «Говорим и показываем». Ток-шоу с Леонидом Закошанским. 16+
19.00 Сегодня.
19.40 «ВЫСОКИЕ СТАВКИ». Т/с. 16+
21.35 «НЕПОДСУДНЫЕ». Т/с. 16+
23.30 «Анатомия дня». 0.10 «ШАМАН». Т/с. 16+
2.00 Квартирный вопрос. 0+
3.00 «СЛЕДСТВЕННЫЙ КОМИТЕТ». Т/с. 16+



6.00 «Сейчас».
6.10 «Утро на «5». 6+
9.30 «Место происшествия».
10.00 «Сейчас».
10.30 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». Х/ф. 12+
12.00 «Сейчас».
12.30 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». Продолжение. 12+
13.20 «НОЧНОЙ ПАТРУЛЬ». Х/ф. 12+
15.30 «Сейчас».
16.00 «Открытая студия».
16.50 «ДЕТЕКТИВЫ. НАСЛЕДНИКИ». Т/с. 16+
17.20 «ДЕТЕКТИВЫ. КЛУБОК». Т/с. 16+
17.55 «ДЕТЕКТИВЫ. СОСЕДИ ПОНЕВОЛЕ». Т/с. 16+
18.30 «Сейчас».
19.00 «ДЕТЕКТИВЫ. ЗНАТЬ НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО». Т/с. 16+
19.30 «ДЕТЕКТИВЫ. ПИРОТЕХНИК». Т/с. 16+
19.55 «ДЕТЕКТИВЫ. ПОДСТРЕКАТЕЛЬНИЦА». Т/с. 16+
20.25 «СЛЕД. ГОРИ ВСЁ ОГНЕМ». Т/с. 16+
21.15 «СЛЕД. СКАЗКИ ИЗ ЯМЫ». Т/с. 16+
22.00 «Сейчас».
22.25 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». Х/ф. 16+
23.15 «СЛЕД. ФЭС КОНТРОЛЬ». Т/с. 16+
0.00 «СВЕРСТНИЦЫ». Х/ф. 12+
1.40 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». Х/ф. 12+
3.20 «НОЧНОЙ ПАТРУЛЬ». Х/ф. 12+



6.00 «Том и Джерри. Комедийное шоу». М/с. 0+
6.45 «Энгри Бердс - сердитые птички». М/с. 12+
7.30 «Клуб Винкс - школа волшебниц». М/с. 12+
8.00 «Смешарики». М/с. 0+
8.05 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». Т/с. 16+
9.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с. 12+
10.00 «КУХНЯ». Т/с. 12+
11.00 «ДРЯННЫЕ ДЕВЧОНКИ». Х/ф. 12+
12.50 «Ералаш». 0+
13.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
14.00 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». Т/с. 12+
15.00 «КУХНЯ». Т/с. 12+
16.00 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». Т/с. 16+
16.30 Шоу «Уральских пельменей». 16+
18.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
19.00 «МОЛОДЕЖКА». Т/с. 16+
21.00 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». Т/с. 16+
22.00 «ПОЕЗДКА В АМЕРИКУ». Х/ф. 0+
0.00 «ДАЕШЬ МОЛОДЕЖЬ!». Т/с. 16+
0.30 Шоу «Уральских пельменей». 16+
2.00 «РЕВОЛЮЦИЯ». Т/с. 16+
3.40 «ДАЕШЬ МОЛОДЕЖЬ!». Т/с. 16+
4.10 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+
5.25 «Том и Джерри». М/с. 0+
5.50 Музыка на СТС. 16+

РОССИЯ К

6.30 «Евроныюз».
10.00, 15.00, 19.30, 23.20 Новости культуры.
10.15, 1.55 «Наблюдатель».
11.15, 0.10 «ОТВЕРЖЕННЫЕ». Т/с.
12.20 «Красуясь, град Петров!»
12.45 «Андрейч». Д/ф.
13.15 Уроки русского. Чтения. «Солнечный удар».
13.40 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». Х/ф.
14.45 Сказки из глины и дерева.
15.10 «Живое слово».
15.50, 1.10 «Сергей Корсаков. Наш профессор». Д/ф.
16.15 «Больше, чем любовь». Ван Гог.
16.55, 21.30 «Карл Великий». Д/ф.
17.55 Мировые звезды скрипичного искусства. Максим Венгеров.
18.45 Живая вселенная.
19.15 «Спокойной ночи, малыши!»
19.45 Главная роль.
20.05 «Абсолютный слух».
20.45 Премьера. «Живое слово».
22.20 «Двадцать судеб и одна жизнь». Д/ф.
23.00 «Дворец и парк Шенбрунн в Вене».
23.35 Худсовет.
23.40 Уроки русского. Чтения. «Облако, озеро, башня».
1.40 «Сплит. Город во дворце». Д/ф.



Реклама

ПРО КУХНЮ

Читайте в журнале
«ПРО кухню» № 11
УЖЕ В ПРОДАЖЕ

Зачем Полина Гагарина сначала поправилась и как потом смогла похудеть?



7.00 «Губка Боб Квадратные штаны».
7.30, 7.55 «Турбо-Агент Дадли». М/с. 12+
8.25 «Пингвины из «Мадагаскара». 12+
9.00 «Дом-2. Lite». 16+
10.30 «Битва экстрасенсов». 16+
11.30 «ОЧЕНЬ ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». Х/ф. 16+
13.25, 14.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». Т/с. 16+
14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 «ФИЗРУК». Т/с. 16+
20.00 «ДЕФЧОНКИ». Т/с. 16+
20.30 «ОЗАБОЧЕННЫЕ, ИЛИ ЛЮБОВЬ ЗЛА». Т/с. 16+
21.00 «СУПЕРГЕРОЙСКОЕ КИНО». Х/ф. 16+
22.25 «Комеди Клуб». 16+
23.00 «Дом-2. Город любви». 16+
0.00 «Дом-2. После заката». 16+
1.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-7». Х/ф. 16+
2.40 «ТЕРМИНАТОР: БИТВА ЗА БУДУЩЕЕ-2». Т/с. 16+
3.35 «Холодак. Пост-шоу «Чего хотят мужчины». 16+
4.30 «ЛЮДИ БУДУЩЕГО». Т/с. 12+



5.00 «Засуди меня». 16+
6.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
7.00 «С бодрым утром!» 16+
8.30 «Новости». 16+
9.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. 16+
11.00 «Астрономы древних миров». Д/ф. 16+
12.00 «Информационная программа 112». 16+
12.30 «Новости». 16+
13.00 Званный ужин. 16+
14.00 «СЛУЖИТЕЛИ ЗАКОНА». Х/ф. 16+
16.10, 19.00 «Информационная программа 112». 16+
16.30 «Новости». 16+
17.00 «Тайны Чапман». 16+
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
19.30, 23.00 «Новости». 16+
20.00 «СТИРАТЕЛЬ». Х/ф. 16+
22.10 «М и Ж». 16+
23.25 «ОТ ЗАКАТА ДО РАССВЕТА». Т/с. 16+
3.00 «Семейные драмы». 16+



6.30 Ангелы красоты. Мейковер. 16+
7.30 «Одна за всех». 16+
7.50 «По делам несовершеннолетних». Судебное шоу. 16+
9.50 Давай разведемся! 16+
10.50 «ПОНЯТЬ, ПРОСТИТЬ». Т/с. 16+
12.00 «Эффект Матроны». Д/с. 12+
13.00 «Присяжные красоты». 16+
14.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». Х/ф. 16+
16.00 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». Х/ф. 16+
18.00 «Одна за всех». 16+
18.05 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». Т/с. 12+
19.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». Х/ф. 16+
21.00 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». Х/ф. 16+
23.00 «Рублево-Бирюлево». 16+
0.00 «Одна за всех». 16+
0.30 «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОКОГО МУЖЧИНЫ». Х/ф. 16+
2.20 «ШУМНЫЙ ДЕНЬ». Х/ф.
4.15 Нет запретных тем. 16+
5.15 Домашняя кухня. 16+
5.45 «Одна за всех». 16+



6.00 «Мультфильмы» СМФ. 0+
9.30 «Слепая». Д/с. 12+
10.00 «Слепая». Д/с. 12+
10.30, 11.00 «Гадалка». Д/ф.
11.30 «УМНИК». Т/с. 16+
12.30 «УМНИК». Т/с. 16+
13.30 «Х-версии. Другие новости». 12+
14.00 «Охотники за привидениями». Д/ф. 16+
14.30 «Охотники за привидениями». Д/ф. 16+
15.00 «Мистические истории». 16+
16.00, 16.30 «Гадалка». Д/ф.
17.00 «Слепая». Д/с. 12+
17.30 «Слепая». Д/с. 12+
18.00 «Х-версии. Другие новости». 12+
18.30 «ПЯТАЯ СТРАЖА». Т/с. 16+
19.30, 20.30 «УМНИК». Т/с. 16+
21.30, 22.20 «КОСТИ». Т/с. 12+
23.15 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». Х/ф. 12+
1.15 «Х-версии. Другие новости». 12+
1.45 «ИЗГОНИЮЩИЙ ДЬЯВОЛА». Х/ф. 16+
4.15 «ДОКТОР МАФИИ». Т/с. 16+
5.15 «ДОКТОР МАФИИ». Т/с. 16+



6.00 «Первый полет. Вспомнить все». Д/ф. 12+
7.00, 9.15, 10.05 «ГРАНИЦА. ТАЕЖНЫЙ РОМАН». Т/с. 16+
9.00 Новости дня.
10.00 Военные новости.
11.50 «Особая статья». 12+
12.40 «ДЕСАНТУРА. НИКТО, КРОМЕ НАС». Т/с. 16+
13.00 Новости дня.
13.15 «ДЕСАНТУРА. НИКТО, КРОМЕ НАС». Т/с. 16+
14.00 Военные новости.
14.05 «ДЕСАНТУРА. НИКТО, КРОМЕ НАС». Т/с. 16+
17.25 «Не факт!». 6+
18.00 Новости дня.
18.30 «Неизвестная война». «Сталинград выстоял». Д/с. 12+
19.30 «ВОЗВРАЩЕНИЕ РЕЗИДЕНТА». Х/ф. 0+
23.00 Новости дня.
23.20 «Легенды советского сыска». Д/с. 16+
1.00 «ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ». Х/ф. 6+
2.50 «ФАКТ». Х/ф. 16+
4.40 «Берлин». Д/ф. 12+



6.00 Мультфильмы. 0+
6.30 Никогда не повторяйте это дома. 16+
8.30 «100 великих». 16+
11.00 «ОПЕРАЦИЯ «ШАРОВАЯ МОЛНИЯ». Т/с. 12+
13.30 КВН на бис. 16+
14.30 Утилизатор. 12+
15.00 Среда обитания. 16+
16.00 Доброе дело. 12+
16.30 Мужская работа. 16+
17.30 Выжить в лесу. 16+
18.30 КВН на бис. 16+
19.30 «БЛЕФ». Х/ф. 12+
22.00 «+100500». 16+
22.30 Смешные деньги. 16+
23.00 «ЖИВЕШЬ ТОЛЬКО ДВАЖДЫ». Х/ф. 12+
1.30 «БЛЕФ». Х/ф. 12+
3.45 Секреты спортивных достижений. 12+
4.45 Среда обитания. 16+
5.45 «100 великих». 16+



6.30 «Мама в игре». Д/ф. 12+
7.00, 7.30, 8.00, 9.00, 10.00, 11.00, 12.00 Новости.
7.05, 7.35, 17.15, 0.30 Все на Матч!
8.05, 9.05 «Ты можешь больше!»
10.05 «Живи сейчас».
11.05 «40 лет спустя». Д/ф. 16+
11.30 Все за Евро 16+
12.05 Хоккей. Суперсерия Россия - Канада. Молодежные сборные.
14.35 «Детали спорта». 16+
14.45 «Миф Гариничи». Д/ф.
15.30 «Куль тур». 16+
16.00 «Где рождаются чемпионы?». 16+
16.30 «1+1». Д/ф. 16+
18.15 «Реальный спорт».
18.55 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. «Зенит-Казань». (Россия) - «Будванская Ривьера». (Черногория).
20.45 «КОМАНДА МЕТЧЫ». Х/ф. 18+
22.40 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Реал». (Испания) - «Химки». (Россия).
1.30 «Загадки кубка Жюль Римэ». Д/ф.
2.30 «КОРОЛИ ЛЬДА». Х/ф. 18+
5.00 «40 лет спустя». Д/ф. 16+

ВСЮ НЕДЕЛЮ В ЭФИРЕ
РАДИО «ЭХО МОСКВЫ»
АЛЕКСАНДР ПЛЮСКОВ
ТАТЬЯНА ФЕЛЬГЕНГАУЗ

РАДИО ЭХО МОСКВЫ

УТРЕННИЙ РАЗВОРОТ

понедельник-четверг

Свободное радио - для свободных людей!
www.echo.msk.ru
Редакция (495) 695-92-29

FM 91.2

12+



5.00 Телеканал «Доброе утро».
9.00 Новости.
9.20 «Контрольная закупка».
9.50 «Жить здорово!». 12+
10.55 «Модный приговор».
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». Т/с. 16+
14.25 «Время покажет». 16+
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15 «Время покажет». Продолжение. 16+
16.00 «Мужское / Женское». 16+
17.00 «Наедине со всеми». Программа Юлии Миньшовой. 16+
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 «Давай поженимся!». 16+
19.50 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. 16+
21.00 «Время».
21.35 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». Т/с. 16+
23.40 «Вечерний Ургант». 16+
0.15 Ночные новости.
0.30 «На ночь глядя». 16+
1.30 «КОЛЛЕКТИВНЫЙ ИСК». Х/ф. 16+
3.00 Новости.
3.05 «КОЛЛЕКТИВНЫЙ ИСК». Х/ф. 16+
3.40 «ИЗМЕНА». Т/с. 16+
4.30 «Контрольная закупка».



5.00 Утро России.
9.00 Вести.
9.15 Утро России.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу. Ложный голод и другие причины переедания. Анальные трещины. Полезные сукуленты.
11.00, 14.00, 17.00, 17.50, 20.00 Вести.
11.35 Местное время. Вести-Москва.
11.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+
14.30 Местное время. Вести-Москва.
14.50 Вести. Дежурная часть.
15.00 Премьера. «Наш человек». 12+
16.00 «ЗЕМСКИЙ ДОКТОР». Т/с. 12+
17.30 Местное время. Вести-Москва.
18.15 «Прямой эфир». 16+
19.35 Местное время. Вести-Москва.
20.50 Спокойной ночи, малыши!
21.00 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО». Т/с. 12+
23.00 «Поединок». Программа Владимира Соловьева. 12+
0.40 Ночная смена. К 70-летию Нюрнбергского процесса. Премьера. «Душ». Фильм Николая Сванидзе. «Трагедия Галицкой Руси». Фильм Алексея Денисова. 16+
2.50 «СЫН ЗА ОТЦА». Т/с. 16+
3.45 Комната смеха.
4.45 Вести. Дежурная часть.



6.00 «Настроение».
8.10 «Доктор И...». 16+
8.40 «СКАЗАНИЕ О ЗЕМЛЕ СИБИРСКОЙ». Х/ф. 6+
10.40 «Майя Плисецкая. Черно-белый лебедь». Д/ф. 12+
11.30 События.
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». Х/ф. 12+
13.40 «Мой герой». Ток-шоу с Татьяной Устиновой. 12+
14.30 События.
14.50 «Хроники московского быта. Звездная жила». 12+
15.40 «ОПЕРАТИВНАЯ РАЗРАБОТКА. КОМБИНАТ». Х/ф. 16+
17.30 Город новостей.
17.40 «РАЗВЕДЧИЦЫ». Т/с. 16+
19.40 События.
20.00 «Право голоса». 16+
21.45 Петровка, 38. 16+
22.00 События.
22.30 «Обложка. Силиконовый глянец». 16+
23.05 «Жизнь на понтах». Фильм 2. 16+
0.00 События. 25-й час.
0.30 «ЛИЧНЫЙ НОМЕР». Х/ф. 12+
2.40 «ОСОБОЕ МНЕНИЕ». Х/ф. 12+
4.10 «РАССЛЕДОВАНИЯ МЕРДОКА». Х/ф. 12+



5.00 «АДВОКАТ». Т/с. 16+
6.00 Сегодня.
6.05 «АДВОКАТ». Т/с. 16+
7.00 «НТВ утром».
8.10 «Утро с Юлией Высоцкой». 12+
9.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+
10.00 Сегодня.
10.20 «ЛЕСНИК». Т/с. 16+
12.00 Суд присяжных. 16+
13.00 Сегодня.
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 «УЛИЦЫ СЕРИАЛ» «РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Т/с. 16+
16.00 Сегодня.
16.20 «ЛИТЕЙНЫЙ». Т/с. 16+
18.00 «Говорим и показываем». Ток-шоу с Леонидом Закошанским. 16+
19.00 Сегодня.
19.40 «ВЫСОКИЕ СТАВКИ». Т/с. 16+
21.35 «НЕПОДСУДНЫЕ». Т/с. 16+
23.30 «Анатомия дня».
0.10 «ШАМАН». Т/с. 16+
2.00 «Дачный ответ». 0+
3.05 «СЛЕДСТВЕННЫЙ КОМИТЕТ». Т/с. 16+



6.00 «Сейчас».
6.10 «Утро на «5». 6+
9.30 «Место происшествия».
10.00 «Сейчас».
10.40, 11.45, 12.40 «КОДЕКС ЧЕСТИ-2. СВИДЕТЕЛЬ ДОЛЖЕН УМЕРЕТЬ». Т/с. 16+
12.00 «Сейчас».
13.30, 14.25 «КОДЕКС ЧЕСТИ-2. ЖИВЫМИ ИЛИ МЕРТВЫМИ». Т/с. 16+
15.30 «Сейчас».
16.00 «Открытая студия».
16.50 «ДЕТЕКТИВЫ. ЦЕННЫЙ РЕБЕНОК». Т/с. 16+
17.20 «ДЕТЕКТИВЫ. ПОСЛЕДНИЙ УЖИН». Т/с. 16+
17.55 «ДЕТЕКТИВЫ. НЕЖНЫЙ ВОЗРАСТ». Т/с. 16+
18.30 «Сейчас».
19.00 «ДЕТЕКТИВЫ. НУ ЗДРАВСТВУЙ, ШАНТАЖИСТ». Т/с. 16+
19.30, 19.55 «ДЕТЕКТИВЫ. Т/с. 16+
20.25 «СЛЕД. ДОБРОХОТ». Т/с. 16+
21.15 «СЛЕД. ГЕНИЙ И ЗЛОДЕЙСТВО». Т/с. 16+
22.00 «Сейчас».
22.25 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». Т/с. 16+
23.15 «СЛЕД. БЛИЖЕ К ТЕЛУ». Т/с. 16+
0.00 «ЕВДОКИЯ». Х/ф. 12+
2.05, 3.00 «КОДЕКС ЧЕСТИ-2. СВИДЕТЕЛЬ ДОЛЖЕН УМЕРЕТЬ». Т/с. 16+
5.40 Музыка на СТС. 16+



6.00 «Том и Джерри. Комедийное шоу». М/с. 0+
6.45 «Энгри Бердс - сердитые птички». М/с. 12+
7.30 «Клуб Винкс - школа волшебниц». М/с. 12+
8.00 «Смешарики». М/с. 0+
8.05 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». Т/с. 16+
9.00 «ПОСЛЕДНИЙ СЕРИАЛ ИЗ МАГИКАН». Т/с. 12+
10.00 «КУХНЯ». Т/с. 12+
11.00 «ПОЕЗДКА ФИЛЬМ В АМЕРИКУ». Х/ф. 0+
13.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
14.00 «ПОСЛЕДНИЙ СЕРИАЛ ИЗ МАГИКАН». Т/с. 12+
15.00 «КУХНЯ». Т/с. 12+
16.00 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». Т/с. 16+
16.30 Шоу «Уральских пельменей». 16+
18.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
19.00 «МОЛОДЕЖКА». Т/с. 16+
21.00 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». Т/с. 16+
22.00 «ДВОЕ: Я И МОЯ ТЕНЬ». Х/ф. 12+
0.00 «ДАЕШЬ МОЛОДЕЖЬ!». Т/с. 16+
0.30 Шоу «Уральских пельменей». 16+
2.00 «РЕВОЛЮЦИЯ». Т/с. 16+
3.40 «ДАЕШЬ МОЛОДЕЖЬ!». Т/с. 16+
4.10 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+
5.40 Музыка на СТС. 16+



6.30 «Евроныюз».
10.00, 15.00, 19.30, 23.20 Новости культуры.
10.15, 1.55 «Наблюдатель». 11.15, 0.10 «ОТВЕРЖЕННЫЕ». Т/с.
12.15 «Россия, любовь моя!».
12.45 «Огост Монферран».
13.15 Уроки русского. Чтения. «Облако, озеро, башня».
13.40 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». Х/ф.
15.10 «Живое слово».
15.50 «Николай Бурденко. Падение вверх».
16.15 «Двадцать судеб и одна жизнь». Д/ф.
16.55 «Карл Великий». Д/ф.
17.55 Мировые звезды скрипичного искусства. Николай Цнядер.
18.30 «Беллинцона. Ворота в Италию». Д/ф.
18.45 Живая вселенная.
19.15 «Спокойной ночи, малыши!».
19.45 Главная роль.
20.05 Черные дыры. Белые пятна.
20.45 Премьера. «Живое слово».
21.30 «Нюрнберг. Нацисты перед лицом своих преступлений». Д/ф.
23.00 «Амальфитанское побережье». Д/ф.
23.35 Худсовет.
23.40 Уроки русского. Чтения.
1.10 «Академик Николай Дубинин. Ген признания». Д/ф.
1.50 «Кацусика Хокусай».

Реклама **ПРО КУХНЮ**Читайте в журнале
«ПРО кухню» № 11
УЖЕ В ПРОДАЖЕЧтобы вылечить горло, надо... съесть
мороженое, а несколько лимонов буквально
поднимут вас на ноги. Миф или реальность?

7.00 «Черепашки-ниндзя». М/с. 12+
7.30, 7.55 «Турбо-Агент Дадли». М/с. 12+
8.25 «Пингвины из «Мадагаскара». 12+
9.00 «Дом-2. Lite». 16+
10.30 «Битва экстрасенсов». 16+
11.30 «СУПЕРГЕРОЙСКОЕ КИНО». Х/ф. 16+
13.00 «Комеди Клуб». 16+
13.25, 14.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». Т/с. 16+
14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 «САШАТАНЯ». Т/с. 16+
20.00 «ДЕФФОНКИ». Т/с. 16+
20.30 «ОЗАБОЧЕННЫЕ, ИЛИ ЛЮБОВЬ ЗЛА». Т/с. 16+
21.00 «СУПЕРФОРСАЖ». Х/ф. 16+
23.00 «Дом-2. Город любви». 16+
0.00 «Дом-2. После заката». 16+
1.00 «МГНОВЕННИЯ НЬЮ-ЙОРКА». Т/с. 12+
2.50 «TNT-Club». 16+
3.05 «ТЕРМИНАТОР: БИТВА ЗА БУДУЩЕЕ-2». Т/с. 16+
3.45 «Холостка. Пост-шоу «Чего хотят мужчины». 16+



5.00 «Засуди меня». 16+
6.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
7.00 «С добрым утром!». 16+
8.30 «Новости». 16+
9.00 «Великие тайны древности». Д/ф. 16+
12.00 «Информационная программа 112». 16+
12.30 «Новости». 16+
13.00 Звонный ужин. 16+
14.00 «СТИРАТЕЛЬ». Х/ф. 16+
16.10 «Информационная программа 112». 16+
16.30 «Новости». 16+
17.00 «Тайны Чапман». 16+
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
19.00 «Информационная программа 112». 16+
19.30, 23.00 «Новости». 16+
20.00 «УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ». Х/ф. 16+
22.00 «Смотреть всем!». 16+
23.25 «ОТ ЗАКАТА ДО РАССВЕТА». Т/с. 16+
3.00 «Семейные драмы». 16+



6.30 Ангелы красоты. Мейквер. 16+
7.30 «Одна за всех». 16+
7.50 «По делам несовершеннолетних». Судебное шоу. 16+
9.50 Давай разведемся! 16+
10.50 «ПОПЯТЬ. ПРОСТИТЬ». Т/с. 16+
12.00 «Эффект Матроны». Д/с. 12+
13.00 «Присуждение красоты». 16+
14.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». Х/ф. 16+
16.00 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». Х/ф. 16+
18.00 «Одна за всех». 16+
18.05 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». Т/с. 12+
19.00 «УСЛОВИЯ КОНТРАКТА-2». Х/ф. 16+
21.00 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». Х/ф. 16+
23.00 «Рублево-Бирюлево». 16+
0.00 «Одна за всех». 16+
0.30 «ДОЖИВЕМ ДО ПОНЕДЕЛЬНИКА». Х/ф. 0+
2.30 «СЕРДЦЕ БЬЕТСЯ ВНОВЬ...». Х/ф. 12+
4.20 Нет запретных тем. 16+
5.20 Домашняя кухня. 16+



6.00 «Мультфильмы». СМФ. 0+
9.30 «Слепая». Д/с. 12+
10.00 «Слепая». Д/с. 12+
10.30, 11.00 «Гадалка». Д/ф. 12+
11.30 «УМНИК». Т/с. 16+
12.30 «УМНИК». Т/с. 16+
13.30 «Х-версии. Другие новости». 12+
14.00 «Охотники за привидениями». Д/ф. 16+
14.30 «Охотники за привидениями». Д/ф. 16+
15.00 «Мистические истории». 16+
16.00, 16.30 «Гадалка». Д/ф. 12+
17.00 «Слепая». Д/с. 12+
17.30 «Слепая». Д/с. 12+
18.00 «Х-версии. Другие новости». 12+
18.30 «ПЯТАЯ СТРАЖА». Т/с. 16+
19.30, 20.30 «УМНИК». Т/с. 16+
21.30 «КОСТИ». Т/с. 12+
22.20 «КОСТИ». Т/с. 12+
23.15 «ПУГАЛО». Х/ф. 16+
1.00 «Х-версии. Другие новости». 12+
1.30 «ИЗГОНЯЮЩИЙ ДЬЯВОЛА-2». Х/ф. 16+
4.00 «ДОКТОР МАФИИ». Т/с. 16+
4.45 «ДОКТОР МАФИИ». Т/с. 16+
5.45 «Мультфильмы». СМФ. 0+



6.00 «Оружие XX века». Д/с. 12+
6.20 «СТРАННЫЕ ВЗРОСЛЫЕ». Х/ф. 6+
8.00, 9.15, 10.05, 12.40, 13.15, 14.05 «ДЕСАНТУРА. НИКТО, КРОМЕ НАС». Т/с. 16+
9.00 Новости дня.
10.00 Военные новости.
13.00 Новости дня.
14.00 Военные новости.
17.25 «Легенды цирка с Эдгардом Запашным». 6+
18.00 Новости дня.
18.30 «Неизвестная война». «Величайшее в мире танковое сражение». Д/с. 12+
19.30 «КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ «РЕЗИДЕНТ». Х/ф. 0+
23.00 Новости дня.
23.20 «Легенды советского сыска». Д/с. 16+
1.00 «ИЖОРСКИЙ БАТАЛЬОН». Х/ф. 6+
2.50 «НА СЕМИ ВЕТРАХ». Х/ф. 0+
4.55 «Слабость силы. Александр II и Юрьевская». Д/ф. 12+



6.00 «Мультфильмы». 0+
6.30 Никогда не повторяйте это дома. 16+
8.30 «100 великих». 16+
11.00 «ЖИВЕШЬ ТОЛЬКО ДВАЖДЫ». Х/ф. 12+
13.30 КВН на бис. 16+
14.30 Утилизатор. 12+
15.00 Среда обитания. 16+
16.00 Доброе дело. 12+
16.30 Мужская работа. 16+
17.30 Выжить в лесу. 16+
18.30 КВН на бис. 16+
19.30 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПИВОГО». Х/ф. 12+
21.30 «+100500». 16+
22.00 «+100500». 16+
22.30 Смешные деньги. 16+
23.00 «БРИЛЛИАНТЫ ОСТАЮТСЯ НАВСЕГДА». Х/ф. 12+
1.30 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПИВОГО». Х/ф. 12+
3.25 Секреты спортивных достижений. 12+
4.25 Среда обитания. 16+
5.25 «100 великих». 16+



6.30 «Первые леди». Д/ф. 16+
7.00, 7.30, 8.00, 9.00, 10.00, 11.00, 12.00, 14.00, 16.30 Новости.
7.05, 7.35, 17.00, 0.00 Все на Матч!
8.05, 9.05 «Ты можешь больше!».
10.05 «Живи сейчас».
11.05 «Мировая разведка».
11.30 «Анатомия спорта». 12+
12.05 «Барбоза: Человек, который заставил плакать Бразилию».
13.15 «1+1». Д/ф. 16+
14.05 «КОРОЛИ ЛЬДА». Х/ф. 18+
16.35 «Сердца чемпионов». Д/ф. 12+
18.00 «Неожиданные победы». Д/ф.
19.00 «Федор Емельяненко. Первый среди равных». Д/ф. 16+
20.00 «Бенджи». Д/ф.
21.30 «Лучшая игра с мячом». 16+
21.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Маккаби» (Израиль) - ЦСКА (Россия). Д/ф.
2.10 «1+1». Д/ф. 16+
3.00 Хоккей. Суперсерия Россия - Канада. Молодежные сборные.
5.40 «Сердца чемпионов». Д/ф. 12+
6.10 «Детали спорта». 16+

Дорогие читатели!
Вы можете оформить и оплатить

ПОДПИСКУ НА ВСЕ ИЗДАНИЯ ИД «АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ»
на 1-е полугодие 2016 года

ПОДПИСКА-2016

во всех почтовых отделениях и на сайте **aif.ru/podpiska**

НЕЗАВИСИМО ВЗВЕШЕННО ОБЪЕКТИВНО
АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ

★★★★★

АБСОЛЮТНОЕ СЧАСТЬЕ!

МЮЗИКЛ

ПОЮЩИЕ ПОД ДОЖДЕМ

Stage

Romantika РАДИО 98.8 FM

RAIN-MUSICAL.RU (495) **739 3737** +part.ru

12+ РЕКЛАМА

Современная гомеопатия

КАК НАСТРОИТЬ ОРГАНИЗМ НА СОПРОТИВЛЕНИЕ БОЛЕЗНИ?

Здоровье от природы

КАК показывают опросы населения, современные пациенты все чаще отдают предпочтение натуральной медицине, фитотерапии и гомеопатии. И их популярность понятна. Обычная медицина, которую в пике гомеопатии называют аллопатией, часто бывает медициной с приставкой «анти»: она использует антибиотики, антипиретики, антигистамины, антисептики, антиаритмики и еще массу «анти»-препаратов. Частица «анти» подчеркивает, что такие препараты действуют против чего-то.

Действительно, они угнетают многие процессы в нашем организме: блокируют биохимические реакции и рецепторы, нейтрализуют действие гормонов, простагландинов и других активных веществ. Да, обычные лекарства достаточно грубо вмешиваются в деятельность организма, нарушая не только механизмы развития болезни, но и многие процессы нормальной регуляции. С этим связаны и побочные эффекты, которые часто сопровождают действие аллопатических лекарств.

Гомеопатические средства действуют в организме более «деликатно», они настраивают организм на активное сопротивление болезни и усиливают именно те механизмы, которые нужны для ее излечения. В отличие от обычных аллопатических лекарств, полученных путем химического синтеза, гомеопатические препараты намного реже вызывают побочные действия. Не в последнюю очередь это связано и с особенностями их дозировки. «Закон малых доз» — основа гомеопатической фармакологии. А где малые дозы, там реже бывают осложнения и побочные эффекты.

Есть заболевания, при лечении которых без аллопатических лекарств не обойтись. Но



Долгое время гомеопатию подозревали в неэффективности, а все ее победы объясняли так называемым эффектом плацебо. Почву для таких подозрений давало то, что некоторые заболевания проходят даже в том случае, если больному дают не настоящее лекарство, а пустышку, его имитирующую. Сегодня гомеопатия снимает с себя это необоснованное подозрение.

Некоторые фирмы, выпускающие гомеопатические средства,

Пионером в подобных испытаниях среди производителей гомеопатических средств была немецкая фирма «Хеель». В ее арсенале очень много препаратов, доказавших свою эффективность таким образом. Эти препараты очень популярны в Германии и многих других странах Европы, а также в США и Латинской Америке. Их назначают не только гомеопаты, но и терапевты, ревматологи, травматологи, ортопеды, педиатры и врачи самых разных специальностей. В последние 20 лет препараты «Хеель» стали популярны и в России, как среди врачей и фармацевтов, так и среди самих больных, использующих их для лечения самых разных заболеваний.

Как правило, современные медики используют комплексные гомеопатические средства, содержащие классические, устоявшиеся наборы компонентов. И препараты «Хеель» справедливо считаются одними из наиболее действенных. Не случайно фирма «Биологише Хайльмиттель Хеель ГмбХ» (Баден-Баден, Германия) — крупнейший в мире производитель подобных комплексных гомеопатических средств. И с 1992 года препараты «Хеель» представлены в России, причем с каждым годом их число растет,

открывая возможности для гомеопатического лечения новых болезней. Эти лекарства продаются во многих аптеках без

рецепта, а полный ассортимент можно найти в гомеопатических аптеках и гомеопатических центрах городов России.

Обычная медицина, которую в пике гомеопатии называют аллопатией, часто имеет приставку «анти»: она использует антибиотики, антипиретики, антигистамины, антисептики, антиаритмики и другие «анти»-препараты.

очень часто ими злоупотребляют, особенно при достаточно безобидных или же вялотекущих хронических болезнях. Во многих случаях их можно было бы без ущерба для лечения заменить гомеопатическими препаратами, действующими более мягко. А иногда было бы разумней и безопасней применять аллопатические препараты вместе с гомеопатическими. Это позволило бы уменьшить дозировку аллопатических средств и, следовательно, резко сократить количество побочных эффектов, связанных с ними.

испытывают свои препараты по самым жестким стандартам, с так называемым двойным слепым контролем. При этом методе ни врач не знает, что дает больному — лекарство или пустышку, ни пациент не догадывается о том, что он принимает. С помощью специальных кодов, обозначающих протоколы исследований и препараты, независимые исследователи анализируют результаты испытаний и выносят вердикт об эффективности лекарства или об ее отсутствии. Такой метод позволяет полностью исключить эффект плацебо.

УДОБНО



Выпуск разбит на разделы, посвященные конкретным группам болезней (простудным болезням, ревматическим заболеваниям, болезням нервной системы и т.п.). Каждый раздел представлен наиболее распространенными патологиями, при которых препараты «Хеель» окажут Вам существенную помощь. При этом приводятся как варианты обычного лечения, так и варианты лечения комплексными гомеопатическими средствами. Таким образом, любой сможет самостоятельно использовать эти безопасные и эффективные препараты, не прибегая к помощи врача. Правда, в тех случаях, когда консультации специалиста все же необходимы, дается совет обратиться к врачу.

ИНФЕКЦИИ

ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ И БОЛЕЗНИ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

Грипп и ОРВИ

НАЗВАНИЕ первой болезни известно всем, второй - почти всем: диагноз ОРВИ (Острая респираторная вирусная инфекция) участковый врач ставит обычно при любой простуде. Но ОРВИ - группа заболеваний, похожих друг на друга, как близнецы. К ним относятся грипп, парагрипп, аденовирусная, респираторно-синцитиальная, риновирусная, коронавирусная инфекции и другие - более 200 вирусов вызывают ОРВИ.

Для всех ОРВИ типично проникновение возбудителя в организм через дыхательные пути (медики называют такой путь заражения воздушно-капельным) и поражение органов дыхания - носа, глотки, гортани, трахеи, бронхов. Нетрудно заметить, что обе главные черты ОРВИ связаны с дыханием, отсюда и название группы заболеваний: «респираторное» означает «относящееся к дыханию».

Практически во всех случаях гриппа и ОРВИ встречается повышение температуры, боль или чувство першения в горле, кашель, насморк.

По сути, в группу ОРВИ входит и грипп. Но обычно он стоит

особняком. Это связано с тем, что грипп может протекать тяжелее, с серьезными осложнениями, иногда даже фатальными. Но при этом и грипп, и ОРВИ лечатся примерно одинаково.

Симптомы классического гриппа и ОРВИ отличаются (см. таблицу). Для гриппа типично острое начало и тяжелые общие симптомы (температура, чувство разбитости и др.) на фоне относительно легкого поражения органов дыхания. При ОРВИ - все наоборот.

Обычный подход к лечению гриппа и ОРВИ

Эти болезни лечат посимптомно: от боли и высокой температуры назначают нестероидные противовоспалительные средства - аспирин, ибупрофен, парацетамол и др., от насморка - капли и спреи для восстановления дыхания, от першения в горле - ингаля-

ции, полоскания и смягчающие средства в виде таблеток, леденцов или спреев, от кашля - отхаркивающие или противокашлевые препараты.

Гомеопатическое лечение

Гомеопатические препараты содержат только натуральные (растительные и минеральные) компоненты, поэтому практически не оказывают побочного действия. Но они действуют как на симптомы болезни, так и на вызвавшие их вирусы.

Для детей младшего возраста (до 6 месяцев) лучшее средство - ректальные свечи **Вибуркол**, от 2 свечей в день в задний проход (от 6-месячного возраста) до 4-6 свечей в зависимости от температуры тела. **Вибуркол** снимет жар, устранил симптомы простуды и успокоит ребенка.

Для подростков и взрослых наиболее эффективным лечением будут гомеопатические таблетки **Траумель С**, **Гирель** и **Энгистол** (по 1 таблетке каждого 3 раза в день до полного выздоровления, в начале болезни - по 1 таблетке каждые 15 минут в течение 2 часов). **Траумель С** активизирует иммунную систему, **Энгистол** - противодействует вирусам-возбудителям болезни, а **Гирель** действует на вирусы и устраняет симптомы возникшего заболевания.



ции, полоскания и смягчающие средства в виде таблеток, леденцов или спреев, от кашля - отхаркивающие или противокашлевые препараты.

Но многие из подобных симптоматических лекарств могут вызывать побочные действия. Так, средства, снижающие температуру, раздражают желудок, иногда вплоть до кровотечения. Капли и спреи в нос могут приводить к привыканию, а противокашлевые средства с

ОРВИ - группа заболеваний, похожих друг на друга, как близнецы. К ним относятся грипп, парагрипп, аденовирусная, респираторно-синцитиальная, риновирусная, коронавирусная инфекции и другие - более 200 вирусов вызывают ОРВИ.

кодеином, который является наркотиком, иногда приводят к серьезным запорам.

При гриппе иногда еще используют такие препараты как ремантадин и арбидол. Они эффективны только в том случае, если назначаются в первые

Для профилактики гриппа немецкие специалисты рекомендуют принимать по 1-2 таблетке Траумель С и Энгистол в день, а при начавшейся эпидемии гриппа - по 2-3 таблетки в день каждого препарата.

ЧЕМ ГРИПП ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ ОРВИ		
СИМПТОМЫ	ОРВИ	ГРИПП
Высокая температура	Бывает редко	Типична высокая температура до 39-40°, продолжающаяся 3-4 дня
Головная боль	Бывает редко	Обычно бывает сильной
Боль, ломота в теле	Легкая	Типична, бывает сильной
Быстрая утомляемость, слабость	Весьма умеренные	Могут длиться до 2-3 недель, оставаясь даже после выздоровления
Заложенность носа	Обычно бывает	Бывает иногда
Чихание	Обычно бывает	Бывает иногда
Воспаленное горло	Обычно бывает	Бывает иногда
Неприятные ощущения в груди, кашель	От мягких до умеренных; сухой кашель	Дискомфорт в груди обычно бывает. Кашель может стать серьезным

Вибуркол®

СУППОЗИТОРИИ РЕКТАЛЬНЫЕ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 12 ШТ.



ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В составе комплексной терапии (как жаропонижающее и противовоспалительное средство) при лечении респираторных заболеваний у детей, а также для снятия клинических проявлений при прорезывании молочных зубов.

ПРОТИВПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Ректально. Для детей до 6-месячного возраста максимальная суточная доза 2 суппозитория. Для детей от 6-месячного возраста максимальная суточная доза 4 суппозитория (при температуре от 37,5°C), 6 суппозитория (при температуре выше 38°C). При нормализации температуры по 1 суппозиторию 1-2 раза в день еще 3-4 дня (с профилактической целью).

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции. При возникновении побочных эффектов следует обратиться к врачу.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

МИНДАЛИНЫ

ОСТРЫЙ ТОНЗИЛЛИТ

Эта коварная ангина

Эта болезнь, которая знакома очень многим - практически каждый хотя бы раз болел ей в детстве. После ангины надолго остаются в памяти перевязанная платком шея и боль в горле, резко усиливающаяся при глотании. Это главный симптом ангины.

ПРИ АНГИНЕ ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА И БОЛЬ В ГОРЛЕ.

Кроме того, для болезни типичны острое начало, высокая температура (до 39-40°), озноб и увеличение лимфатических узлов. В основе болезни - воспаление нёбных миндалин, которые расположены по бокам входа в глотку. Обычно они увеличиваются в размере, становятся красными, то есть воспалёнными, и в них нередко образуются так называемые «пробки».

В зависимости от того, каким образом поражены миндалины, врачи выделяют самую лёгкую разновидность - катаральную ангину, а также ангины фолликулярную и лакунарную. Две последних протекают тяжелее всего.

Ангину обычно вызывает стрептококк, но иногда это бывает стафилококк или даже вирусы.

В зависимости от вида поражения миндалин, выделяют катаральную ангину (это самая лёгкая её разновидность), фолликулярную и лакунарную. Две последних протекают тяжелее всего.

Иногда ангина дает очень серьёзные осложнения - паратонзиллярный абсцесс (переход инфекции на окружающие ткани и образование полости с гноем), сепсис (заражение крови), ревматизм с поражением суставов и сердца, гломерулы.

рулонефрит (серьёзная болезнь почек).

Учитывая все это, легкомысленно относиться к ангине не стоит.

Нередко ангина переходит в хроническую форму - хронический тонзиллит. В таких случаях иногда приходится удалять миндалины хирургическим путем.

Обычный подход к лечению ангины

Обычно при лечении ангины используют антибиотики в таблетках или инъекциях, то есть уколах. Применяют и другие, симптоматические средства: их или рассасывают во рту, или их растворами полощут горло. Есть препараты в виде спреев.

При высокой температуре назначают аспирин или другие жаропонижающие средства.

К лечению, как мы уже гово-

рили, нужно относиться серьёзно - оно снижает риск тяжёлых осложнений.

Гомеопатическое лечение

Для лечения ангины используются препараты **Траумель С** и **Ангин-Хель СД** (по 1 таблетке каждого 3 раза в день до излечения), которые снимают воспаление и уменьшают боль.

Эффективность лечения возрастает, если дополнительно использовать капли **Лимфомиозот** (по 15-20 капель 3 раза в день).

! Антибиотики можно успешно сочетать с гомеопатическими средствами в тех случаях, когда наблюдаются тяжелые формы ангины.



Ангин-Хель СД

ТАБЛЕТКИ ДЛЯ РАССАСЫВАНИЯ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 50 ШТ.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Тонзиллит.

ПРОТИВПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, а также к растениям семейства Астровых (Сложноцветных), детский возраст (до 3 лет).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Взрослые и дети старше 12 лет принимают препарат по 1 таблетке 3 раза в день за 30 мин. до еды или спустя 1 час после приема пищи. Таблетку следует держать во рту до полного рассасывания.

При обострениях принимают по 1 таблетке каждые полчаса или час (но не более 12 таблеток в день). Длительность применения препарата, в зависимости от выраженности симптомов заболевания, составляет от 7-10 дней до 3-4 недель. Проведение повторных курсов лечения возможно по согласованию с врачом. Применение препарата у детей от 3 до 12 лет возможно по назначению и под контролем врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции. После применения препарата Ангин-Хель СД может наблюдаться увеличение слюноотделения; прием препарата в этом случае следует прекратить.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

ИНФЕКЦИИ

ВОСПАЛЕНИЕ БРОНХОВ

БРОНХИТ - очень распространенное заболевание, при котором возникает воспаление крупных и мелких бронхов, а также трахеи. Основным симптомом болезни - кашель, сначала сухой, потом с мокротой. Обычно при бронхите бывают и общие симптомы, типичные для простудных заболеваний - озноб, недомогание, повышение температуры.

ОТКАЗ ОТ КУРЕНИЯ УЛУЧШАЕТ СОСТОЯНИЕ БРОНХОВ.

Многие относятся к бронхиту примерно так же, как и к банальной простуде, считая его не очень серьезным заболеванием. Это неправильно. Во-первых, бронхит склонен повторяться и переходить в хроническую форму. А это приводит к серьезным поражениям бронхов и легких. Со временем развивается даже дыхательная недостаточность. Во-вторых, нередко бронхит протекает и более серьезно, сопровождаясь одышкой. В таком случае говорят об обструктивном бронхите

Обструктивный бронхит или бронхит с астматическим компонентом ближе к бронхиальной астме, чем к обычной простуде. Чтобы избежать таких вариантов течения болезни, её обязательно нужно долечивать до конца.

или о бронхите с астматическим компонентом.

И такие состояния гораздо ближе к бронхиальной астме, чем к обычной простуде.

Чтобы избежать таких вариантов течения бронхита,

Бронхит. Все оттенки кашля

болезнь нужно обязательно долечивать до конца. А в тех случаях, когда она склонна повторяться, нужно постараться устранить все факторы риска, способствующие развитию бронхита.

К ним относятся: хронические инфекции носа и глотки, курение, контакт с поллютантами, так называемые летучие вещества, способные раздражать дыхательные пути - пыль и химические агенты.

Обычный подход к лечению бронхитов

В лечении бронхитов есть три главных направления:

- жаропонижающие средства используют для снижения температуры;
- отхаркивающие средства делают мокроту жидкой и способствуют тому, чтобы она легче отходила при кашле;
- антибиотики применяют для борьбы с бактериями, вызвавшими болезнь.

дель). При хроническом бронхите и затяжном кашле могут потребоваться препараты **Тартефедрель Н** (по 10 капель 3 раза в день в течение месяца, при приступах кашля - каж-

дые 15 минут по 10 капель) и **Траумель С** (по 1 таблетке 3 раза в день). При необходимости эти препараты можно сочетать с антибиотиками, назначенными вашим врачом.

Таблетки Бронхалис-Хель особенно рекомендуются при так называемом «кашле курильщика» - по 1 таблетке 3 раза в день длительное время.



Гомеопатическое лечение

Для лечения бронхита можно рекомендовать таблетки **Бронхалис-Хель** (по 1 таблетке 3 раза в день в течение 2-3 не-

Бронхалис-Хель

ТАБЛЕТКИ ПОДЪЯЗЫЧНЫЕ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 50 ШТ.



ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Отхаркивающее средство при обструктивных и воспалительных заболеваниях дыхательных путей (катар курильщика, хронический бронхит, трахеит).

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарат; детский возраст (до 3-х лет).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

По 1 таблетке 3 раза в день рассасывать под языком за полчаса до еды или спустя 1 час после приема пищи. При обострениях принимают по 1 таблетке каждые 15 минут на протяжении не более двух часов. Курс лечения - 2-3 недели. При необходимости курс лечения можно повторить после консультации с врачом. Применение препарата у детей старше 3 лет возможно по назначению и под контролем врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

В редких случаях возможны аллергические реакции.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

ФАКТОР РИСКА

БРОНХИАЛЬНАЯ астма – серьёзная болезнь органов дыхания, при которой происходит спазм бронхов и развивается воспалительная реакция в дыхательных путях.

В зависимости от того, какие механизмы запускают эти процессы, выделяют два основных типа астмы:

- при аллергической бронхИАЛЬНОЙ астме, или, как иногда говорят, атопической, всегда существует аллерген, который провоцирует приступ удушья

- при инфекционно-аллергической астме четкого аллергена нет, а приступ болезни обычно развивается на фоне простудных заболеваний.

Главный симптом болезни – тяжелая одышка с затрудненным выдохом. Во время таких приступов больной задыхается и свистит.

ОДЫШКА - ВЕДУЩИЙ СИМПТОМ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЫ.

Если обострению сопутствует простуда, то больного беспокоит кашель с мокротой, высокая температура и прочие симптомы, типичные для этого состояния.

Бронхиальная астма относится к тем хроническим заболеваниям, которые нужно обязательно лечить.

Если этого не делать, недуг прогрессирует – к астме присоединяется тяжелый хронический бронхит, развиваются эмфизема и пневмосклероз, со временем возникает тяжелая дыхательная недостаточность.



Обычный подход к лечению бронхиальной астмы

При атопической астме, как и при любой аллергии, надо избегать контакта с аллергенами. А при инфекционно-аллергической астме нужно избегать простудных заболеваний. Во время приступов удушья больные обычно пользуются ингаляторами, которые содержат так называемые адреномиметики, расширяющие бронхи. Обычно, чтобы предупредить приступы удушья, больным

При аллергической бронхиальной астме, или, как иногда говорят, атопической, всегда существует аллерген, который провоцирует приступ удушья у больного.

приходится постоянно принимать лекарства.

Чаше всего такую базисную терапию проводят с помощью глюкокортикоидов – веществ, очень похожих на те гормоны, которые образуются в наших надпочечниках. Это эффективные лекарства, но, к сожалению, у них есть побочные эффекты, которых нельзя избежать.

И поэтому медики стараются использовать все средства, которые могут снизить дозу этих гормональных препаратов.

Гомеопатическое лечение

Гомеопатия при бронхиальной астме используется только в сочетании с обычными

препаратами, чтобы снизить их побочные эффекты. Специалисты рекомендуют принимать по 1 таблетке **Траумель С** и **Энгистол** 3 раза в день. За счет такого лечения удастся снизить дозировку гормональных препаратов и уменьшить воспалительный процесс в бронхах. При кашле и одышке используйте капли **Тартефедрель Н** по 10 капель 3 раза в день.

Сообщите об используемых вами препаратах своему лечащему врачу.

Тартефедрель Н

КАПЛИ ДЛЯ ПРИЕМА ВНУТРЬ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 30 МЛ.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Препарат применяется в комплексной терапии при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей.

ПРОТИВПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, детский возраст (до 6 лет).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Препарат назначают по 10 капель (растворенных в 100 мл воды) 3 раза в день за 30 минут до еды или через 1 час после еды. При острых симптомах в начале лечения принимать через каждые 15 минут по 10 капель в течение 2 часов.

Длительность лечения составляет в среднем 2-4 недели. Увеличение продолжительности курса лечения возможно по рекомендации врача. Применение препарата у детей от 6 до 12 лет возможно по назначению и под контролем врача.

ПОБОЧНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

Возможны аллергические реакции.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

НОСОГЛОТКА

МЕДИЦИНСКИЙ термин «ринит» и просто-народное «насморк» обозначают одно и то же - воспалительные изменения слизистой оболочки носа. Для всех ринитов типичны приступы, во время которых больной чихает, и у него из носа обильно выделяется жидкость. Нередко этому сопутствует конъюнктивит - резь в глазах и слезотечение.

Наиболее типичный инфекционный ринит при простуде протекает несколько иначе. Его основной симптом - затрудненное дыхание через нос.

К этому состоянию приводит как отек слизистой оболочки, покрывающей всю полость носа, так и слизистые выделения, перекрывающие носовые ходы.

По мере выздоровления выделений становится меньше, а отек часто остается. Нередко ему даже сопутствует чувство сухости и жжения в носу.

Но нередко встречаются и другие разновидности ринита:

- **Аллергический ринит:** бывает двух видов. Сезонный ринит связан с аллергией на пыльцу. Обычно он бывает весной и летом, когда цветут растения. Круглогодичный ринит бывает в течение всего года. Его чаще всего вызывают домашняя пыль и шерсть домашних животных.

- **Вазомоторный ринит:** похож на круглогодичный аллергический ринит, но при этом заболевании отсутствует аллерген. Болезнь провоцируют сухой воздух и сильные запахи. Часто приступ начинается в положении лежа.

Обычный подход к лечению ринитов

При насморке мы обычно пользуемся сосудосуживающими каплями и спреями. Эти лекарства действительно освобождают на некоторое время носовое дыхание. Но у них есть очень серьезный недостаток: если использовать их несколько дней, может развиться зависимость от них.

В таком состоянии каплями нужно пользоваться многократно и ежедневно - в их отсутствии нос отказывается дышать.

Таких больных совсем немало, постепенно у них развивается атрофический ринит, и к затрудненному дыханию присоединяются сухость и сильное жжение в носу.

ПРИ ЛЕЧЕНИИ НУЖНО ВОССТАНОВИТЬ ФУНКЦИИ СЛИЗИСТЫХ ОБОЛОЧЕК.

Аллергические риниты обычно лечат тавегилом, супрастином, кларитином и другими антигистаминными препаратами. Они помогают, но некоторые из них вызывают сильную сонливость. А препараты с кромогликатом натрия требуют постоянного и долгого приема.

Гомеопатическое лечение

Практически все риниты можно лечить гомеопатическими средствами. Спрей **Эуфорбиум композитум** - одно из самых удобных и действенных лекарств этой группы. В отличие от средств, вызывающих привыкание, этим спреем можно пользоваться долго. А отрицательным действием на слизистую оболочку носа этот препарат не обладает - напротив, стимулирует ее функции. Кроме того, он активно противодействует вирусам, вызывающим риниты и синуситы.

НАСМОРК ПРОСТОЙ И НЕ ОЧЕНЬ

Ринит



Эуфорбиум композитум борется с вирусами и восстанавливает дыхание через нос при классическом простудном насморке. Он успокоит жжение и сухость в носу при хроническом рините.

Для всех ринитов типичны приступы, во время которых больной чихает, у него из носа выделяется жидкость. Нередко этому сопутствует резь в глазах и слезотечение. При инфекционном рините затруднено дыхание.

Кроме того, **Эуфорбиум** поможет в том случае, когда уже развилась зависимость на препараты типа нафтизина или галазолина.

Препарат хорошо помогает при вазомоторном и аллерги-

ческом ринитах. Особенно он эффективен при круглогодичном рините.

Кроме того, он выпускается в наиболее удобной форме - в виде спрея, который обеспечивает

попадание препарата прямо на слизистую носа и не связан с неприятными ощущениями, что особенно важно для детей.

Рекомендованная дозировка для спрея - 3-5 раз в день по 1-2 впрыскивания в каждую

ноздрю. Продолжительность лечения зависит от болезни: при простудном насморке - 3-5 дней, при атрофическом рините - до 3 месяцев, при сезонном насморке - начиная за 2 недели до цветения аллергена в течение всего периода цветения.

Гомеопатический спрей **Эуфорбиум композитум** даже при длительном применении не вызывает привыкания и хорошо переносится (в т.ч. детьми и пожилыми больными). Его можно сочетать с любыми лекарствами.

! При аллергическом рините наряду со спреем рекомендуется принимать капли Лимфомиозот в течение 1 месяца 2-3 раза в день по 10 капель.

Эуфорбиум композитум Назентропфен С

СПРЕЙ НАЗАЛЬНЫЙ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЙ, 20 МЛ.



ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Риниты различной этиологии, хронические синуситы.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная индивидуальная чувствительность к компонентам препарата.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Впрыскивают по 1-2 дозы в каждую ноздрию 3-5 раз в день.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

ГОРЛО

ПУСТЬ ДЕТСКАЯ БОЛЕЗНЬ НЕ ПОРТИТ ДЕТСТВО

Воспаление аденоидов

БОЛЕЗНЬ эта типично детская - после 14 лет глоточные миндалины атрофируются.

А вот у детей они, наоборот, нередко гипертрофируются или, проще говоря, разрастаются.

Эти образования и называют аденоидами. Их появлению способствуют частые инфекции носоглотки, которые у детей бывают совсем не редко.

Самый типичный симптом аденоидов - затрудненное дыхание через нос.

ДО 14 ЛЕТ ДЕТИ МОГУТ СТРАДАТЬ ОТ АДЕНОИДОВ.

Дело в том, что разрастания расположены как раз в том узком месте, где воздушный поток из носа переходит в глотку.

Ребенка с аденоидами часто можно узнать по внешнему виду: удлиненное лицо, рот приоткрыт, нижняя челюсть слегка отвисает, а верхняя, наоборот как бы вытянута, зубы на ней часто неровные, выступающие вперед. Все это происходит из-за того, что ребенок вынужден дышать через рот.

Нередко больные гнусавят, плохо спят, температурят. Последний симптом типичен для хронического аденоидита (воспаления аденоидов). Бывает это совсем нередко, дети с аденоидами часто болеют простудами.

Обычный подход к лечению аденоидов

При аденоидах первой стадии лечение консервативное. Больным закапывают протаргол, проводят физиотерапию,



Ребенка с аденоидами часто можно узнать по внешнему виду: удлиненное лицо, рот приоткрыт, нижняя челюсть слегка отвисает, а верхняя, наоборот как бы вытянута, зубы на ней часто неровные, выступающие вперед.

рекомендуют лечение на курортах.

Но очень часто болезнь продолжает прогрессировать, аденоиды увеличиваются в объеме и «дорастают» до второй или третьей стадии. В таких случа-

ях часто приходится удалять их хирургическим путем.

Чтобы остановить прогресс болезни, часто приходится прибегать к другим видам терапии, например к гомеопатии.

Гомеопатическое лечение

Для лечения аденоидов рекомендуют использовать препарат **Лимфомиозот**, улучшающий лимфоток (по 10 капель 3 раза в день в течение 2-3 недель), вместе со спреем **Эуфорбиум композитум**, положительно влияющим на слизистую оболочку (1-2 впрыскивания в каждую ноздрю 3-5 раз в день). Если врач рекомендует удалить

аденоиды, дайте ребенку таблетки **Траумель С** (по 1 таблетке 3 раза в день, начиная за неделю до операции и заканчивая неделей после). Такое лечение уменьшит боль во время операции, ускорит заживление ран и предотвратит возможные осложнения.

! Таблетки Траумель С в указанной дозировке можно рекомендовать при проведении любой операции.

Лимфомиозот®

КАПЛИ ДЛЯ ПРИЕМА ВНУТРЬ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 30 МЛ.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В комплексной терапии при обострении хронического тонзиллита, лимфаденита неспецифической этиологии.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная индивидуальная чувствительность к компонентам препарата. Возраст до 18 лет (в связи с недостаточностью клинических данных). Беременность и период грудного вскармливания (в связи с недостаточностью клинических данных).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Внутрь по 15-20 капель, растворив в 100 мл воды, 3 раза в день.

Курс терапии 8-12 дней. Увеличение продолжительности и проведение повторного курса лечения возможно по назначению лечащего врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

ЗАГЛЯНУТЬ В СЕБЯ

ТАК медики называют состояние подавленности и угнетенности, при котором часто снижена психическая и двигательная активность. Нередко депрессии сопутствуют такие многочисленные симптомы, как головные боли, сердцебиения, трудности при дыхании, запоры, повышенная потливость и т.д.

5%

НАСЕЛЕНИЯ
СТРАДАЕТ
ОТ ДЕПРЕССИИ.

Медики выделяют два основных типа депрессии:

- Экзогенная депрессия обычно развивается на фоне каких-то проблем - со здоровьем, в семье, на работе и т.д. Такая форма болезни проявляется в виде депрессивных эпизодов, которые возникают несколько раз в течение жизни. Она редко заканчивается самоубийством больного. И на фоне нормальной жизни может проходить совсем.
- Эндогенная депрессия обычно возникает на фоне какого-то другого психического заболевания. У этой формы болезни более упорное течение. Она хуже поддается лечению и не всегда зависит от жизненных условий.

Если вы все-таки боитесь обратиться к психиатру (обычно это заболевание лечат они), расскажите о своих проблемах хотя бы терапевту. В большинстве случаев его помощи может оказаться вполне достаточно.

Депрессия встречается примерно у 5% населения, и ей больше подвержены женщины.

Чаще всего болезнь бывает зимой, когда дневной период очень короткий и нам не хватает

света. Многие переживают депрессию «в себе», не обращаясь к врачам и загоняя себя в угол. Это неправильно: в арсенале медицины есть эффективные средства, способные помочь при этой болезни.

Если вы все-таки боитесь обратиться к психиатру (обычно это заболевание лечат они), расскажите о своих проблемах хотя бы терапевту. В большинстве случаев его помощи может оказаться вполне достаточно.

Обычный подход к лечению депрессии

Медики используют сегодня антидепрессанты и другие

психотропные средства. Среди них есть весьма эффективные препараты.

Но для многих из них типичен так называемый «сырный синдром» - побочные реакции при сочетании приема антидепрессантов и таких продуктов, как сыр, сливки, кофе, копчености, пиво и вино.

Все чаще медики используют для лечения депрессии фитопрепараты и гомеопатические средства.

Гомеопатическое лечение

Наиболее сильный эффект оказывают фитопрепараты из зверобоя, а также таблетки **Нервохель** (по 1 таблетке 3 раза в день в течение длительного времени, по назначению лечащего врача). Их можно эффективно сочетать друг с другом и с другими, в том числе обычными, лекарственными средствами.

Валерианахель®

КАПЛИ ДЛЯ ПРИЕМА ВНУТРЬ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 30 МЛ.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В качестве седативного средства при неврозах, неврастении, нарушениях сна, состояниях повышенной нервной возбудимости.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, детский возраст до 2 лет (в связи с недостаточностью клинических данных).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Препарат назначают внутрь: взрослым и подросткам по 15 капель, предварительно разведенных в 100 мл воды, 3 раза в день (вечером можно применять по 20 капель), за 30 минут до еды или через 1 час после приема пищи; детям от 6 до 12 лет - 10 капель 3 раза в день, детям от 2 до 6 лет - по 5 капель 3 раза в день. Курс лечения 3-4 недели. Проведение повторного курса лечения возможно по назначению врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

ЖЕНСКАЯ ДОЛЯ

ЕСЛИ ПРЕДМЕНСТРУАЛЬНЫЙ СИНДРОМ ЛОМАЕТ ЖИЗНЬ

ЭТО состояние знакомо очень многим женщинам: повышенная раздражительность, плаксивость, нервозность, чувство угнетения, близкое к депрессии, эмоциональная неустойчивость. Добавьте к этому головные боли, отеки, вздутие живота, болезненность молочных желез, и картину предменструального напряжения (это еще одно из названий ПМС) можно считать полной и законченной.

7-10

ДНЕЙ МОЖЕТ
ПРОДОЛЖАТЬСЯ
ПМС.

Все эти «прелести» обычно продолжаются в течение 7-10 дней до начала менструаций. Через несколько часов после появления выделений симптомы исчезают.

Медики полагают, что ПМС связан с дисбалансом половых гормонов.

В той или иной степени этот синдром знаком практически каждой женщине: с отдельными симптомами ПМС они хотя бы иногда, но встречаются.

Иногда ПМС может протекать очень тяжело, трудно поддаваясь лечению, но у многих женщин он имеет «колебательный» характер - в течение жизни его характер и тяжесть могут меняться.

Иногда ПМС может протекать очень тяжело, трудно поддаваясь лечению, но у многих женщин он имеет «колебательный» характер - в течение жизни его характер и тяжесть могут меняться.

Необходимость в лечении этого синдрома возникает только тогда, когда болезнь нарушает нормальное течение жизни.

Возникновению синдрома и его тяжелому течению способствуют депрессия, стрессы, употребление в больших дозах кофе и других продуктов с кофеином.

При наличии головных болей на фоне ПМС дополнительно принимайте таблетки Спигелон.

Обычный подход к лечению ПМС

Лечение предменструального синдрома достаточно эклектично. Для уменьшения отеков назначают мочегонные средства и рекомендуют употреблять поменьше жидкости и соли. Учитывая гормональный дисбаланс, применяют противозачаточные таблетированные препараты.

При повышенной раздражительности используют успокоительные средства. Иногда еще назначают витамины, препараты калия и магния. К сожалению, нормализовать состояние удастся далеко не всегда.

Гомеопатическое лечение

Чтобы уменьшить проявления ПМС, можно использовать гомеопатические препараты - капли Гормель СН (по 10 капель 3 раза в день) и капли Валерианахель (по 10 капель

3 раза в сутки). Их нужно начинать принимать за 2 недели до предполагаемого срока менструации и заканчивать с



ее началом. Они не имеют побочного действия гормональных средств и антидепрессан-

тов, но в то же время мягко снижают раздражительность и нервозность, а также уст-

раняют другие симптомы, затрудняющие жизнь женщины в этот период.

Гормель СН

КАПЛИ ДЛЯ ПРИЕМА ВНУТРЬ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 30 МЛ.



ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Препарат применяется в комплексной терапии при дисменореях.

ПРОТИВПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, беременность, период грудного вскармливания, возраст до 18 лет. С осторожностью: заболевания печени, алкоголизм, черепно-мозговая травма, заболевания головного мозга.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Препарат назначают внутрь по 10 капель (растворенных в 100 мл воды) 3 раза в день за 30 минут до еды или через 1 час после еды. Длительность терапии определяется врачом. Средний курс лечения составляет 1-3 месяца. Увеличение продолжительности курса лечения возможно по назначению врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

РЕКЛАМА

ГОРМОНЫ

КАК ВСТРЕТИТЬ СИНДРОМ МЕНОПАУЗЫ БЕЗ ПРОБЛЕМ?

Климактерический синдром

ОБЫЧНО менопауза наступает у женщин в возрасте около 50 лет. Однако естественный климакс может начаться и в 40 лет. Иногда менопауза бывает искусственной - после хирургического удаления яичников или их облучения. Некоторые женщины переносят менопаузу без малейших симптомов, но гораздо чаще в это время у них возникают проблемы со здоровьем. Они и называются климактерическим синдромом.

Обычный подход к лечению ПМС

Поскольку менопауза вызвана резким сокращением

Много жалоб бывает и со стороны сердечно-сосудистой системы: приступы сердцебиения, тахикардия, нарушения ритма сердца, подъемы артериального давления.

Его главное проявление - приливы, которые сопровождаются чувством жара и внезапной сильной потливостью. Такие состояния встречаются в менопаузе у 75% женщин.

Кроме того, во время климакса женщин очень часто беспокоят раздражительность, быстрая утомляемость, нервозность, бессонница, головокружения.

75%

ЖЕНЩИН СТРАДАЕТ ПРИЛИВАМИ.

Много жалоб бывает и со стороны сердечно-сосудистой системы: часты приступы сердцебиения, тахикардия, нарушения ритма сердца, подъемы артериального давления.

Во время менопаузы возрастает риск развития гипертонической болезни, ишемической болезни сердца, сахарного диабета, ожирения, патологии суставов, остеопороза, цистита, вагинита и многих других заболеваний.

выработки женских половых гормонов (эстрогенов), климактерический синдром нередко лечат синтетическими аналогами этих гормонов.

Такое лечение называется заместительной гормональной терапией (ЗГТ), часто оно оказывается эффективным. Но, как и всякое лечение гормональными средствами, оно не лишено недостатков.

Женщина, проводящая ЗГТ, должна обязательно наблюдаться у врача, так как у нее повышается риск развития опухолей молочной железы и эндометрия, которые часто бывают чувствительными к уровню эстрогенов в организме.

Не рекомендуется принимать гормональные средства и тем женщинам, у которых есть заболевания печени или высок риск развития тромбозов и тромбофлебитов.

Гомеопатическое лечение

Для лечения приливов нужно принимать таблетки **Климакт-Хель** (по 1 таблетке 3 раза в день), а также капли **Гормель СН**, нормализующие выработку гормонов (по 10 капель 3 раза в



сутки). При приступах раздражительности и плаксивости по назначению врача исполь-

зуйте капли **Валерианахель** (по 10 капель 3 раза в сутки). Эти средства можно без риска вы-

раженных побочных эффектов принимать в течение длительного времени.

Климакт-Хель

ТАБЛЕТКИ ДЛЯ РАССАСЫВАНИЯ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 50 ШТ.

ПОКАЗАНИЯ

В комплексной терапии **вегетативных нарушений в климактерическом периоде** (повышенная нервная возбудимость, приливы, головная боль и т.п.).

ПРОТИВПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата.

Беременность и период грудного вскармливания, из-за содержания в составе препарата сангвинина. Недостаточность лактазы, непереносимость лактозы, глюкозо-галактозная мальабсорбция.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Рассасывать под языком по 1 таблетке 3 раза в день за 30 мин. до еды или спустя 1 час после приема пищи. Курс лечения - 1-2 месяца. При необходимости врач может увеличить курс терапии.

ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ

Возможны аллергические реакции. В отдельных случаях во время лечения препаратами, содержащими сангвинарию, может наблюдаться повышение уровня показателей функциональной активности печени (трансаминаз) и уровня билирубина вплоть до обусловленной лекарственными средствами желтухи (медикаментозно-токсический гепатит); прекращение приема препарата приводит к нормализации этих показателей.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

БОЛЬ

ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ, ПЕРЕГРУЗКИ, ТРАВМЫ, ИНФЕКЦИИ, - ВИНОВАТЫ ВСЕ!

Миалгии и невралгии

ТАК называют болевые синдромы, развивающиеся при воспалении мышц и нервных стволов. Для миалгий типичны боли, которые возникают в мышцах при движении или при надавливании на них.

Причин миалгий множество, но чаще всего они развиваются остро из-за переохлаждения, перегрузок или травм. Эти состояния типичны для спортсменов, но они нередко бывают и в обычной жизни - после тяжелой физической работы.

НЕВРАЛГИЯ - НАСТОЯЩАЯ «ШКОЛА БОЛИ». СБЕГАЕМ ВМЕСТЕ!

Особенно часто миалгии возникают после непривычной работы, когда основная нагрузка ложится на те мышцы, которые не очень часто вовлекаются при обычной деятельности.

Миалгии могут возникать и при полимиозите, паразитарных инфекциях и некоторых других редких заболеваниях. Такие болезни должен лечить только врач.

Невралгиями медики называют боли, которые распространяются по ходу нерва и его ветвей. Как правило, это колющие, стреляющие или жгучие боли. Часто они возникают во время движения.



Обострение невралгии обычно провоцируют переохлаждение, физическая перегрузка или травма, которые затрагивают те

области, где проходят нервы. Больше других распространена так называемая вертеброгенная невралгия, при которой боли возникают в нервах, выходящих из позвоночника. Очень часто она проявляется в виде радикулита (см. раздел «Боли в спине»).

Нередко боли возникают в области грудной клетки по ходу межреберий - это называется межреберной невралгией.

Есть более специфические болевые синдромы, связанные

желудка и провоцируют развитие гастритов и язв. Иногда они способствуют желудочным кровотечениям.

При невралгии также используют новокаиновые блокады и инъекции некоторых витаминов, в основном, группы В.

Гомеопатическое лечение

Для уменьшения болей нужно использовать гомеопатическую мазь **Траумель С**,

Обострение невралгии обычно провоцируют переохлаждение, физическая перегрузка или травма. Больше других распространена вертеброгенная невралгия, при ней боли возникают в нервах, выходящих из позвоночника.

с поражением нервных стволов - невралгия тройничного нерва, болезнь Рота - боль по ходу наружного кожного нерва бедра и др.

Обычные подходы к лечению миалгий и невралгий

Для лечения этих состояний используют обезболивающие препараты (обычно это НПВП - нестероидные противовоспалительные препараты), а также местные средства - мази, гели, жидкости с отвлекающими и обезболивающими компонентами.

К сожалению, почти все НПВП раздражают слизистую

содержащую компоненты растительного и минерального происхождения.

Наносите мазь на больное место 2-3 раза в день и втирайте ее аккуратными круговыми движениями.

На ночь можно накладывать повязку с мазью, чтобы не испачкать постельное белье.

Крайне эффективным в лечении невралгий и миалгий является метод биопунктуры, при котором лекарственные, в том числе и гомеопатические препараты вводятся в виде инъекций в место боли. Вы можете обратиться к врачу, который использует эту методику в своей практике.

Траумель® С

МАЗЬ ГОМЕОПАТИЧЕСКАЯ, 50 И 100 Г.

ТАБЛЕТКИ ДЛЯ РАССАСЫВАНИЯ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 50 ШТ.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В комплексной терапии **воспалительных заболеваний различных органов и тканей**, особенно **опорно-двигательного аппарата** (в том числе тендовагинит, бурсит, стилоидит, эпикондилит, периартрит) и **посттравматических состояний** (вывих, растяжение связок, сухожилий и мышц; отек мягких тканей после операции и травмы).

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная индивидуальная чувствительность к компонентам препарата. Известная повышенная чувствительность к *Achillea millefolium*, *Chamomilla recutita*, *Calendula officinalis*, *Beilis perennis*, *Echinacea*, *Arnica montana* или иным растениям семейства сложноцветных. Туберкулез, лейкозы, коллагенозы, рассеянный склероз, СПИД, ВИЧ-инфекция и другие аутоиммунные заболевания.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

МАЗЬ: Если не прописано иначе, детям от 3 лет и взрослым достаточное количество мази наносить тонким слоем на кожу болезненных областей тела

и втирать легкими движениями 2-3 раза в день. Возможно наложение маевой повязки. Курс лечения при посттравматических состояниях - 2 недели и более; при воспалительных заболеваниях - не менее 3-4 недель.

ТАБЛЕТКИ: взрослым и детям старше 12 лет обычно по 1 таблетке 3 раза в день за 15 минут до еды. Таблетку следует держать во рту до полного рассасывания. Курс лечения: при вывихах и растяжениях - 2 недели и более; при воспалительных заболеваниях - не менее 3-4 недель.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

МАЗЬ: При применении мази в отдельных случаях могут наблюдаться реакции повышенной чувствительности (кожные аллергические реакции). При обнаружении побочных эффектов, в том числе не описанных в инструкции, следует прекратить прием препарата и проконсультироваться с врачом.

ТАБЛЕТКИ: Возможны аллергические реакции. В редких случаях повышенное слюноотделение после приема препарата. При обнаружении побочных эффектов необходимо прекратить прием препарата и проконсультироваться с врачом.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

ПРИЧИНЫ НЕДУГА

ЧТО такое головокружение, объяснять не надо. Ощущения, когда земля «уходит» из-под ног, или когда весь мир кружится вокруг вас, знакомы многим. Очень часто головокружению сопутствуют и другие симптомы – шум в ушах, мушки или пелена в глазах, тошнота, рвота. Как относиться к головокружениям – считать их болезнью или нет?

Головокружение головокружению рознь

Когда оно возникает у здорового человека, катающегося на карусели, это временная проблема. И уделять ей большого внимания не стоит.

А вот если головокружения возникают периодически, обычно это бывает на фоне какой-либо болезни, то их надо лечить.

Иначе любой очередной приступ головокружения может закончиться серьёзно – падением и травмами, вплоть до тяжелейших черепно-мозговых.

Чаще всего головокружения встречаются у больных с сердечно-сосудистыми заболеваниями – атеросклерозом сосудов сердца и мозга, гипертонией, недостаточностью кровообращения, сердечными аритмиями и некоторыми другими болезнями.

Чаще всего головокружения встречаются у больных с сердечно-сосудистыми заболеваниями – атеросклерозом сосудов сердца и мозга, гипертонией, недостаточностью кровообращения, сердечными аритмиями и др. болезнями.

Нередко страдают головокружениями после травм головы и шеи, при шейном остеохондрозе, заболеваниях почек, сахарном диабете. Это состояние нередко сопутствует неврологическим заболеваниям и болезням уха.

У головокружений есть возрастной аспект. Ими чаще страдают или в детстве и молодости, или в старости.

ЛЮБОЙ ПРИСТУП МОЖЕТ ЗАКОНЧИТЬСЯ ТРАВМОЙ.

Первые чаще всего связаны с легкой возбудимостью вестибулярного аппарата или «игрой» сосудов, типичной для вегетососудистой дистонии. А у престарелых головокружения обычно обусловлены атеросклеротическим повреждением сосудов.

Обычные подходы к лечению головокружения

Для лечения головокружений важно знать их причину. Средств для лечения головокружений у медиков не так уж и много. При состояниях, свя-

занных с укачиванием, обычно применяют антигистамины. Эти же лекарства используются в лечении аллергических реакций. Иногда применяют витаминные комплексы.

У больных с сосудистой патологией обычно назначают

КОГДА ЗЕМЛЯ УХОДИТ ИЗ ПОД НОГ

Головокружение



лекарства, которые улучшают мозговое кровообращение. Таких препаратов немало, но, к сожалению, они далеко не всегда помогают.

Нередко бывает так, что головокружения у пациента не проходят.

Гомеопатическое лечение

Наиболее известным и эффективным гомеопатическим препаратом от головокружения являются капли и таблетки **Вертигохель**. Его компоненты помогают полностью устранить или уменьшить головокружение независимо от его происхождения: укачивания, гипертонии, сахарного диабета и т.п.

Обычно нужно принимать по 1 таблетке или по 10 капель препарата Вертигохель 3 раза в день, а при приступах – по 1 таблетке или по 10 капель каждые 15 минут в течение 2 часов.

Вместе с тем, при остеохондрозе шейного отдела позвоночника (когда головокружение возникает при резких поворотах головы) дополнительно нужно наносить на область шеи мазь **Траумель С** 2-3 раза в день и осторожно втирать ее (также можно использовать повязки).

Если головокружения повторяются часто или носят слишком сильный характер, обязательно обратитесь за консультацией к врачу.

Вертигохель®

КАПЛИ ДЛЯ ПРИЕМА ВНУТРЬ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 30МЛ.
ТАБЛЕТКИ ПОДЪЯЗЫЧНЫЕ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 50 ШТ.



ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Головокружения различного происхождения, в т.ч. головокружения, связанные с укачиванием в транспорте.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная индивидуальная чувствительность к компонентам препарата. Беременность и период грудного вскармливания (в связи с недостаточностью клинических данных). Возраст до 18 лет (в связи с недостаточностью клинических данных).

КАПЛИ: с осторожностью: заболевания печени, алкоголизм, черепно-мозговая травма и заболевания головного мозга.

ТАБЛЕТКИ: недостаточность лактазы, непереносимость лактозы, глюкозо-галактозная мальабсорбция.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

КАПЛИ: по 10 капель, растворив в 100 мл воды, 3 раза в день. При острых внезапных приступах головокружений и тошноты принимать сначала по 10 капель каждые 15 минут (не более 2 часов). Курс терапии 2-3 недели. При

недостаточной эффективности препарата необходимо обратиться к врачу.

Для профилактики и лечения головокружений при пользовании транспортом принимать по 10 капель каждые 15 мин за 1 час до поездки и во время поездки.

ТАБЛЕТКИ: По 1 таблетке 3 раза в день. Таблетку следует держать во рту до полного рассасывания. При острых внезапных приступах головокружений и тошноте сначала по 1 таблетке каждые 15 минут (не более 2 часов). Курс терапии 2-3 недели. Для профилактики и лечения головокружений при пользовании транспортом по 1 таблетке каждые 15 минут за 1 час до поездки и по мере необходимости в течение 1 часа во время поездки. Затем принимать по 1 таблетке 3 раза в день. При необходимости, после консультации с врачом, препарат может быть назначен в дозировке по 3 таблетки 3 раза в день.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции. При появлении побочных эффектов следует обратиться к врачу.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

ГАСИМ СВЕТ!

ЧТО ТАКОЕ ИНСОМНИЯ И КАК С НЕЙ БОРОТЬСЯ?

Многоликая бессонница

КАЖЕТСЯ, объяснять суть этого недуга не нужно: бессонница, или инсомния, - это такое состояние, при котором человек не может заснуть. На самом деле, все гораздо сложнее. Это только один из вариантов бессонницы, медики называют такое нарушение сна пресомническими расстройствами (предшествующими сну).

Есть еще интрасомнические расстройства, для которых типичен неглубокий и непродолжительный сон с частыми пробуждениями.

СЛИШКОМ РАННЕЕ ПРОБУЖДЕНИЕ - ОДИН ИЗ ВИДОВ ИНСОМНИИ.

При постсомнических расстройствах больной нормально засыпает, неплохо спит, но просыпается на несколько часов раньше обычного и не может заснуть или спит очень плохо.

В особо серьезных случаях бессонницы все эти нарушения могут сочетаться.

При всех видах инсомнии у больного есть ощущение, что он недоспал, он просыпается не отдохнувшим, а разбитым. Днем его тянет ко сну, а к вечеру его гнетет тревога перед тяжелой ночью.

У бессонницы очень много причин - от стрессов и различных заболеваний до условий работы и особенностей питания.

Нарушениям сна способствуют работа в ночную смену и частые командировки, а также любовь к кофе, крепким напиткам, табаку и приёму психостимулирующих средств.



Снотворные лекарства могут иметь разные механизмы действия, но практически всегда они могут вызывать привыкание, а при отказе от них часто развивается «синдром отмены» - возвращение бессонницы.

Обычный подход к лечению бессонницы

При лечении бессонницы нужно постараться устранить те факторы, которые способствуют ее развитию - отказаться или резко сократить прием

всех психостимуляторов, будь то кофе, алкоголь, сигареты или лекарства.

Надо постараться нормализовать свой режим: ложиться спать и вставать с кровати нужно в одно и то же время, не стоит спать днем. За несколько часов до сна лучше избегать всего того, что может

вызвать возбуждение нервной системы.

Для лечения бессонницы широко используются снотворные средства. Подбираться они должны под строгим контролем врача.

Снотворные лекарства могут иметь разные механизмы действия, но практически всегда они могут вызывать привыкание, а при отказе от них часто развивается «синдром отмены» - возвращение бессонницы.

Все снотворные не рекомендуется применять долго.

Гомеопатическое лечение

Оптимальный препарат для лечения бессонницы - капли **Валерианахель**, в состав которых входят настойка валерианы, ромашки, боярышника, зверобоя и ряда других гомеопатических компонентов. Они снимают беспокойство, неврозы, чувство страха, устраняют бессонницу, в том числе в климактерический период. Принимать по 15 капель 3 раза в день, на ночь - 20 капель. Детям от 6 до 12 лет - по 10 капель 3 раза в день.

Валерианахель®

КАПЛИ ДЛЯ ПРИЕМА ВНУТРЬ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 30 МЛ.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В качестве седативного средства при неврозах, неврастении, нарушениях сна, состояниях повышенной нервной возбудимости.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, детский возраст до 2 лет (в связи с недостаточностью клинических данных).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Препарат назначают внутрь: взрослым и подросткам по 15 капель, предварительно разведенных в 100 мл воды, 3 раза в день (вечером можно применять по 20 капель), за 30 минут до еды или через 1 час после приема пищи; детям от 6 до 12 лет - 10 капель 3 раза в день, детям от 2 до 6 лет - по 5 капель 3 раза в день. Курс лечения 3-4 недели. Проведение повторного курса лечения возможно по назначению врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

ЖКТ

ГАЗООБРАЗОВАНИЕ МОЖЕТ БЫТЬ СИМПТОМОМ СЕРЬЁЗНОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ

ЭТОМУ красивому медицинскому термину, похожему на метеор, соответствует не очень эстетичное народное словосочетание «пучит живот».

При этом состоянии в кишечнике скапливается большое количество газов, они вздувают живот, бурлят, переливаются по кишечнику.

Всё это может сопровождаться чувством тяжести в животе, болями, запором или поносом и другими симптомами.

Вызывать метеоризм могут самые разные состояния. Нередко он бывает при переизбытке или погрешностях в диете.

Большое количество газов образует пища, богатая клетчаткой и крахмалом (бобовые, ка-

ТЯЖЕСТЬ, БОЛИ, ВЗДУТИЕ - КАК ОТ НИХ ИЗБАВИТЬСЯ?

пуста, картофель, черный хлеб).

Развивается метеоризм и при недостаточной выработке ферментов поджелудочной железой. Похожие состояния бывают при запорах и самых различных заболеваниях пищеварительной системы.

Иногда метеоризм развивается на фоне таких тяжелых состояний, как кишечная непроходимость и перитонит. Лечить такие состояния можно только у хирурга.

Обычный подход к лечению аденомы метеоризма

Прежде всего, стараются исключить те факторы, которые способствуют его развитию. В диете не должно быть продуктов, способствующих образованию газов в кишечнике.



При недостатке ферментов нельзя переедать, а иногда нужно принимать ферментные препараты. Если метеоризм связан с дисбактериозом, могут помочь молочнокислые продукты и пробиотики (препараты, содержащие полезные молочнокислые и бифидобактерии). Нужно наладить работу кишечника так, чтобы не было

запоров и поносов. Часто применяют адсорбенты - активированный уголь и другие препараты такого типа.

Гомеопатическое лечение

При метеоризме врачи-гомеопаты рекомендуют капли **Нукс вомика-Гомаккорд** (по 10 капель

Большое количество газов образует пища, богатая клетчаткой и крахмалом (бобовые, капуста, картофель, черный хлеб). Развивается метеоризм и при недостаточной выработке ферментов поджелудочной железой.

3 раза в день или по 10 капель каждые 15 минут в острых случаях). Дополнительно используйте препарат **Гастрикумель** (по 1 таблетке 3 раза в сутки), который

оказывает положительное действие на желудок и кишечник.

! При болевой печени также рекомендуется принимать таблетки Хепель.

Нукс вомика - Гомаккорд

КАПЛИ ДЛЯ ПРИЕМА ВНУТРЬ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 30 МЛ.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Препарат применяется в комплексной терапии при спастических колитах.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, возраст (до 18 лет, в связи с недостаточностью клинических данных).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Препарат назначают по 10 капель (растворенных в 100 мл воды) 3 раза в день за 30 минут до еды или через 1 час после еды. При острых симптомах в начале лечения принимать через каждые 15 минут по 10 капель в течение 2-х часов. Длительность лечения составляет в среднем 2-5 недель. Увеличение продолжительности курса лечения возможно по рекомендации врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

ТОКСИНЫ И ВИРУСЫ

СУЩЕСТВУЕТ немало заболеваний печени, которые не всегда просто отличить друг от друга - они протекают с похожими симптомами.

В первую очередь, это относится к токсическим и инфекционным поражениям печени (гепатитам).

3 ВИДА ГЕПАТИТОВ ВЫДЕЛЯЮТ МЕДИКИ. ОПАСНЫ ВСЕ.

При каждом из таких состояний происходит разрушение клеток печени, и со временем могут развиваться цирроз печени и печеночная недостаточность. Это тяжелые состояния, которые приводят к инвалидности.

Чаще всего токсическое повреждение печени вызывает алкоголь. Но негативное действие на нее оказывают также тяжелые металлы и многие органические вещества, используемые в промышленности.

Из-за плохой экологической обстановки они негативно влияют не только на тех, кто работает на вредном производстве: засоряя воздух, воду и почву, а также попадая в продукты, они в той или иной степени воздействуют на всех нас.

Сегодня медики выделяют три главных типа гепатитов - А, В, С (остальные варианты болезни встречаются очень редко). Самый легкий из них гепатит А - он редко переходит в хроническую форму болезни.

Вirus, вызывающий гепатит А, проникает в наш организм через пищеварительный



Вirus, вызывающий гепатит А, проникает в наш организм через пищеварительный тракт с продуктами или питьевой водой. Вирусы гепатитов В и С должны попасть непосредственно в кровь.

тракт с продуктами или питьевой водой. Вирусы гепатитов В и С должны попасть непосредственно в кровь. Это

бывает при различных медицинских манипуляциях, от уколов до переливания крови и хирургических операций,

при внутривенном введении наркотиков и даже при сексуальных контактах с больным человеком или носителем вируса.

Гепатиты В и С протекают тяжело, часто переходят в хроническую форму, а нередко даже заканчиваются раком печени.

Обычные подходы к лечению заболеваний печени

Чтобы остановить или затормозить развитие гепатитов и токсических поражений печени, современная медицина использует комплексный подход.

Прежде всего, рекомендуется сократить контакт с веществами, негативно влияющими на печень, будь то банальный алкоголь или производственные вредности. Не рекомендуется злоупотреблять острыми и жирными продуктами.

Для защиты клеток печени и их восстановления назначают так называемые гепатопротекторы. Эти препараты содержат вещества, которые используются для синтеза клеточных оболочек. Кроме того, есть специфические подходы к лечению некоторых гепатитов.

Иногда такая терапия связана с приемом гормональных препаратов и некоторых других средств, которые оказывают немало побочных эффектов.

Но даже такое лечение менее опасно, чем сама болезнь. Поэтому игнорировать врачебные рекомендации не стоит. И поэтому медики стараются использовать все средства, которые могут снизить дозу этих гормональных препаратов.

Гомеопатическое лечение

Основным гомеопатическим препаратом от болезней печени являются таблетки **Хепель**. Принимать **Хепель** следует по 1 таблетке 3 раза в день в течение длительного времени. Этот препарат обладает гепатопротекторным действием, уменьшает симптомы болезни, а также снижает необходимость для лечения дозировку химических препаратов.

Хепель®

ТАБЛЕТКИ ДЛЯ РАССАСЫВАНИЯ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 50 ШТ.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В комплексной терапии **нарушений функций печени воспалительной и токсической этиологии.**

ПРОТИВПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата. Известная повышенная чувствительность к расторопше пятнистой (*Silybum marianum*) или иным растениям семейства сложноцветных, а также в случае гиперчувствительности к хинину. Беременность и период грудного вскармливания (в связи с наличием в составе чистотела и чемерицы). Возраст до 18 лет (в связи с недостаточностью клинических данных).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

По 1 таблетке 3 раза в день рассасывать под языком. Курс терапии 2-3 недели.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

В редких случаях при приеме препаратов, содержащих хинин или хинидин, могут возникать реакции гиперчувствительности (кожная аллергия или лихорадка). В этих случаях необходимо проконсультироваться с врачом. При приеме препаратов, содержащих алкалоиды чистотела, поступали единичные сведения о повышении показателей функциональной активности печени (трансаминаз) и концентрации билирубина вплоть до обусловленной лекарственными средствами желтухи (медикаментозно-токсический гепатит). Прекращение приема препарата приводит к нормализации этих показателей.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

РЕКЛАМА

ПРИЧИНЫ НЕДУГА

СЕГОДНЯ это заболевание встречается очень часто. Обычно им страдают женщины, склонные к полноте.

Нередко болезнь развивается на фоне камней в желчном пузыре, и в таких случаях ее называют калькулезным холециститом.

Для хронического холецистита типичны боли в правом подреберье, чувство горечи или металлический привкус во рту. Нередко боли бывают ноющими и долгими.

Иногда боли возникают через 1-3 часа после приема жирной, жареной или острой пищи. В таких случаях они могут быть более сильными, чем обычно. Часто такие боли сопровождаются тошнотой и рвотой.

ЧЕРЕЗ 1-3 ЧАСА ПОСЛЕ ЖИРНОГО БОЛИТ БОК.

В подобных ситуациях, чтобы избежать серьезных и опасных осложнений, нужно обязательно показаться врачу.

Особенно это важно при калькулезном холецистите: камни могут выйти из желчного пузыря и застрять в протоках, которые открываются в 12-перстную кишку. Из-за этого развивается желтуха. Лечить ее можно только под наблюдением хирурга.

Обычные подходы к лечению холецистита

Очень важную роль в предупреждении приступов играет правильная диета. Из рациона должны быть исключены жирные, жареные, острые и маринованные блюда и продукты.



При калькулезном холецистите: камни могут выйти из желчного пузыря и застрять в протоках, которые открываются в 12-перстную кишку. Из-за этого развивается гепатит.

При возникновении болей назначают спазмолитики или желчегонные средства.

С последними препаратами нужно быть очень осторожными: желчегонные препараты можно использовать только при

простом холецистите, когда камней в желчном пузыре нет. При калькулезном холецистите они могут спровоцировать серьезное обострение болезни с желтухой.

В тяжелых случаях острого холецистита или при обостре-

нии хронического нередко приходится делать операцию - удалять желчный пузырь.

Гомеопатическое лечение

Наряду с диетой необходим гомеопатический препарат **Хелидонииум-Гомаккорд Н**, обладающий желчегонным действием (по 10 капель 3 раза в день в течение месяца, при

приступах - каждые 15 минут по 10 капель).

При сильных спазмах и болях принимайте таблетки **Спаскупрель** (по 1 таблетке каждые 10-15 минут, пока боль не пройдет). Гомеопатическое лечение существенно облегчает течение болезни.

! При холецистите обязательно проконсультируйтесь у врача.

Хелидонииум-Гомаккорд Н



КАПЛИ ДЛЯ ПРИЕМА ВНУТРЬ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 30 МЛ.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В качестве желчегонного средства в комплексной терапии **хронического холецистита, хронических гепатитов с холестатическим компонентом.**

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, детский возраст, возраст до 18 лет (в связи с недостаточностью клинических данных).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Препарат назначают внутрь по 10 капель (растворенных в 30 мл воды) 3 раза в день за 30 минут до или через 1 час после еды. При острых симптомах принимать через каждые 15 минут по 10 капель в течение 2 часов. Длительность терапии определяется врачом.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

МУЖСКАЯ БЕДА

ЗАБОЛЕВАНИЕ, при котором происходит увеличение предстательной железы. Болезнь встречается у мужчин в возрасте: среди пятидесятилетних мужчин та или иная степень аденомы простаты есть у каждого второго, а у тех, кому восемьдесят, предстательная железа увеличена в 90% случаев.

Аденома простаты грозит практически каждому мужчине, достигшему преклонных лет. Развитию и прогрессу болезни способствует сидячий образ жизни.

Из-за больших размеров простата сдавливает уретру. В результате нарушается процесс мочеиспускания: малая нужда у мужчин становится большой проблемой.

у **90%**

**МУЖЧИН
ЗА 80 - АДЕНОМА
ПРОСТАТЫ.**

В тяжелых случаях моча вообще не отходит, в более легких – больные должны тратить достаточно много времени, чтобы освободить мочевой пузырь. Но даже после этого у них нередко остается ощущение неполного опорожнения.

Больные с аденомой часто просыпаются ночью, чтобы сходить в туалет.

Обычный подход к лечению аденомы простаты

В начале болезни используют лечение препаратами двух типов.

Первые относятся к группе альфа-адреноблокаторов. Они облегчают процесс мочеиспускания, но никак не уменьшают размеры самой предстательной железы.

ДОБРОКАЧЕСТВЕННАЯ ГИПЕРПЛАЗИЯ ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Аденома простаты



Вторые уменьшают размеры аденомы, но далеко не у всех больных. Кроме того, принимать их нужно длительно – годами, а начинают оказывать свое действие они не ранее, чем через полгода после регулярного приема.

Когда лечение неэффективно, и болезнь прогрессирует, аденому удаляют хирургическим путем.

Если можно, делают трансуретральную резекцию предстательной железы – с помощью специального устройства ее удаляют через мочеиспускательный канал. В ряде случаев приходится делать большую операцию со вскрытием брюшной полости.

Гомеопатическое лечение

Для лечения аденомы простаты используются гомеопатические капли **Сабаль-Гомаккорд** и **Популюс композитум СР** (3 раза в день по 10 капель каждого, можно вместе, в течение длительного времени).

В зависимости от обстоятельств, врач при имеющихся сопутствующих расстройствах (ослабление потенции, воспалительные процессы и т.п.) может назначить и другие препараты, как обычные, так и гомеопатические.

Аденома простаты грозит практически каждому мужчине, достигшему преклонных лет. Развитию и прогрессу болезни способствует сидячий образ жизни.

! Лечение нужно начинать как можно раньше, на ранних стадиях болезни.

Сабаль-Гомаккорд

КАПЛИ ДЛЯ ПРИЕМА ВНУТРЬ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 30 МЛ.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В комплексной терапии **дизурических расстройств при аденоме предстательной железы 1 стадии.**

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Препарат назначается внутрь по 10 капель (растворенных в 100 мл воды) 3 раза в день за 30 минут до или через 1 час после еды. При острых симптомах препарат следует принимать по 10 капель каждые 15 минут в течение 2 часов.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

РЕКЛАМА

ПИЩЕВАРЕНИЕ

ПРИ этом состоянии больного беспокоит чувство жжения по ходу пищевода, за грудиной или, как говорят сами пациенты, «под ложечкой».

Эпизодически изжога встречается даже у здоровых людей. Обычно это бывает из-за погрешностей в диете – после обильной острой или жирной пищи.

20-30

МИНУТ ПОСЛЕ
ЕДЫ НАДО
ПОХОДИТЬ.

Сама изжога связана с тем, что содержимое желудка забрасывается в пищевод и раздражает его.

Но чаще всего изжога возникает на фоне гастрита (воспаления желудка), язвенной болезни, рефлюкс-эзофагита или грыжи пищеводного отверстия диафрагмы. При последнем заболевании изжога возникает в том случае, если больной сразу после еды старается прилечь. Чтобы избавиться от такой изжоги, после трапезы не спешите к дивану, а старайтесь минут 20-30 походить.

Обычные подходы
к лечению изжоги

Терпеть изжогу не надо. Ее надо как можно быстрее успокоить. Если лекарств под рукой нет, сгодится и пища, только не острая и не грубая. Она тоже может успокоить изжогу.

Из лекарств обычно используют так называемые антациды. Эти лекарства нейтрализуют кислую реакцию, которая бывает у желудочного содержимого.

Антациды достаточно быстро снимают изжогу, но у них

ЕСЛИ ВНУТРИ ПЫЛАЕТ «НЕ ТОТ ОГОНЬ»

Изжога



есть немало побочных эффектов. Например, большинство из них вызывает запоры. Многие препараты нарушают кислотно-щелочной баланс. А некоторые таблетки-антациды, хоть и быстро нейтрализуют кислоту, могут спровоцировать новый приступ изжоги. Поэтому пользоваться ими нужно как можно реже.

Большую роль в предупреждении изжоги играет правильное питание. Больным нужно отказаться от горячей, острой и грубой пищи. Питаться лучше почаще и понемногу. Если изжога повторяется, необходимо обязательно обратиться к врачу, чтобы установить ее причину. Не исключено, что она может быть связана с каким-либо серьезным заболеванием.

Эпизодически изжога бывает из-за погрешностей в диете – после обильной острой или жирной пищи. Сама изжога связана с тем, что содержимое желудка забрасывается в пищевод и раздражает его.

Гомеопатическое
лечение

В первую очередь, при изжоге нужно принять таблетки **Гастрikumель** (1 таблетку под язык каждые 15 минут в течение 2 часов или по 1 таблетке 3 раза в день при регулярно повторяющейся изжоге). Также при частой изжоге рекомендуются капли **Нукс вомика-Гомаккорд** (по 10 капель 3 раза в день). Причем эти гомеопатические средства можно сочетать и с обычными антацидными препаратами.

Гастрikumель

ТАБЛЕТКИ ПОДЪЯЗЫЧНЫЕ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 50 ШТ.



ПОКАЗАНИЯ

Воспалительные заболевания слизистой оболочки желудка (гастрит) и диспептические расстройства желудочно-кишечного тракта (изжога, метеоризм).

ПРОТИВПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата; детский возраст до 3 лет.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

По 1 таблетке 3 раза в день рассасывать под языком за полчаса до еды или спустя 1 час после приема пищи. При обострениях принимают по 1 таблетке каждые 15 минут на протяжении не более двух часов (но не более 12 таблеток в день). Курс лечения – 2-3 недели. При необходимости курс лечения можно повторить после консультации с врачом. Применение препарата у детей от 3-х лет возможно по назначению и под контролем врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

СУСТАВЫ

ВЕРТЕБРОЛОГИЯ

Остеоартроз

Артрозы, или обменные заболевания суставов, относятся к самым распространенным недугам нашего времени. К ним приводят различные нарушения метаболизма (обмена веществ). Болезнь развивается постепенно, в тканях суставов откладываются соли, которые изменяют поверхность суставов и структуру хряща. Главное обменное заболевание, известное очень многим, - остеоартроз (ОА). Гораздо реже встречаются подагра, хондрокальциноз и некоторые другие артропатии.

ОСТЕОАРТРОЗ - эта болезнь имеет много названий, медики называют ее деформирующим артрозом, остеоартритом или дегенеративной болезнью суставов, а в народе - это просто «артроз» или «отложение солей».

В 55-65 ЛЕТ ОСТЕОАРТРОЗ - «ЭПИДЕМИЯ».

Когда такие соли откладываются в межпозвонковых дисках, заболевание называют остеохондрозом (ОХ).

Помимо нарушений метаболизма, в развитии этих болезней большую роль играют травмы, вывихи и подвывихи суставов, а также тяжелая или неравномерная нагрузка на них. Причем она может быть связана со спортом, особенностями труда, ожирением, дефектами телосложения.

Остеоартроз развивается постепенно. В самом начале, когда изменения в суставе минимальны, болезнь может не беспокоить. Но по мере прогрессирования поражений суставы начинают болеть.

Сначала это периодические боли, возникающие при большой нагрузке. Потом они



Помимо нарушений метаболизма, в развитии остеоартроза большую роль играют травмы, вывихи и подвывихи суставов, тяжёлая нагрузка. Она может быть связана со спортом, работой, ожирением, дефектами телосложения.

становятся более сильными и иногда возникают в покое, чаще после большой нагрузки.

Со временем боли становятся постоянными и сильными, они ограничивают подвижность. А сам сустав может деформироваться даже внешне.

Обычно остеоартроз начинается проявляться после сорока лет, а в 55-65 лет это массовое заболевание, которое знакомо

очень многим не понаслышке.

В последние годы болезнь встречается и в более молодом возрасте: сказывается наследственная предрасположенность и образ жизни.

Чаще всего встречается артроз коленного (гонартроз), тазобедренного (коксартроз) и плечевого сустава (омартроз). Совсем не редкость поражения и других суставов.

Достаточно часто страдают локтевой сустав и межпальцевые суставы стопы и кисти.

Нередко у одного больного встречаются поражения сразу нескольких суставов. В таком случае говорят о полиартрите.

Обычные подходы к лечению болезней суставов

Традиционно остеоартрозы и остеохондрозы лечат так называемыми нестероидными противовоспалительными препаратами (НПВП) - диклофе-

наком, ибупрофеном, индометацином и другими средствами этой группы.

Все они могут уменьшить боль в суставах и снизить интенсивность воспалительного процесса, часто бывающего при этих заболеваниях. Однако у них есть очень серьезный недостаток - они раздражают слизистую желудка, нередко вызывая гастриты, язвы и даже кровотечения.

При длительном лечении такими лекарствами риск осложнений возрастает.

К сожалению, при артрозах НПВП нужно применять долго.

Цель® Т

МАЗЬ ГОМЕОПАТИЧЕСКАЯ, 50 И 100 Г.
ТАБЛЕТКИ ДЛЯ РАССАСЫВАНИЯ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 50 ШТ.



ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Артрозы, в том числе гонартрозы, спондилоартроз; плечелопаточный периартрит.

ПРОТИВПОКАЗАНИЯ

Повышенная индивидуальная чувствительность к компонентам препарата.

МАЗЬ: Кожные заболевания, нарушения целостности кожных покровов в местах нанесения мази.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

МАЗЬ: Если не прописано иначе, взрослым и детям старше 6 лет нанести 4-5 см мази на кожу в области болезненных суставов и втирать легкими движениями 2-3 раза в день. Возможно наложение марлевой повязки. Курс лечения при артрозах - 5-10 недель, при спондилоартрозе и плечелопаточном периартрите - около 4 недель.

ТАБЛЕТКИ: По 1 таблетке 3 раза в день, таблетку следует держать во рту до полного рассасывания. Курс лечения: при артрозах и гонартрозах - 5-10 недель; при спондилоартрозе и плечелопаточном периартрите - около 4 недель.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции. При их развитии следует прекратить прием препарата и обратиться к врачу.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

РЕКЛАМА

ПОЗВОНОЧНИК

ВЕРТЕБРОЛОГИЯ

ОСТЕОХОНДРОЗ - поражение межпозвонковых суставов, примерно такое же, как и при остеоартрозе. Но врачи выделяют остеохондроз в отдельное заболевание.

Очень близки к этому диагнозу и такие состояния как «спондилез» и «дискартроз». В народе диагноз остеохондроз приживается с трудом: его или несколько упрощают, превращая в «хондроз», или искажают, переделывая в «острохондроз».

У 1/3 30-40-ЛЕТНИХ СТРАДАЮТ СУСТАВЫ.

Болезнь встречается очень часто, к 30-40 годам ею уже страдает около трети населения.

При остеохондрозе могут поражаться любые отделы позвоночника - шейный, грудной, поясничный.

Проявления болезни бывают разными. Например, при шейном остеохондрозе бывают нарушения мозгового кровообращения и мигрени. Но чаще болезнь проявляется болями в соответствующем отделе позвоночника, усиливающимися при движении.

Больные обычно называют их «прострелами» или радикулитами - поражениями нервного корешка, выходящего из спинного мозга между позвонками.

Проявления болезни бывают разными. При шейном остеохондрозе бывают нарушения мозгового кровообращения и мигрени, чаще появляются боли в соответствующем отделе позвоночника и усиливаются при движении.

Гомеопатическое лечение

В наше время не только в Европе, но и в России подобные болезни врачи часто лечат

гомеопатическими препаратами. В отличие от НПВП, они не имеют системных побочных эффектов.

Самое популярное средство от артрозов - препарат **Цель Т**. Этот комплексный гомеопатический препарат используют для лечения самых различных остеоартрозов. **Цель Т** помогает при поражении любых суставов. Особенно он популярен при гонартрозе (артрозе коленного сустава).

Помогает **Цель Т** и при остеохондрозе. Препарат выпускают в виде мази и таблеток. Эти формы выпуска препарата **Цель Т** продаются без рецепта, ими можно пользоваться самостоятельно.

Такие растительные компоненты препарата, как *Rhus toxicodendron*, *Dulcamara*, *Sanguinaria*, *Symphytum* и *Arnica*, давно и успешно применяют для лечения заболеваний суставов. Благодаря им, **Цель Т** хорошо помогает при болях в суставах, связанных с переменной погодой. Сера и сульфиды активизируют внутриклеточные процессы и поставляют строительные вещества для пораженных тканей сустава. А ферменты коэнзимы регу-

лируют клеточное дыхание, которое неизбежно страдает при нарушении обменных процессов.

Действенность **Цель Т** доказана в серьезнейших исследо-

Остеохондроз



ваниях с плацебо и двойным слепым контролем.

Например, **Цель Т** в таблетках по своему действию не уступает такому препарату, как и диклофенак, относящийся к НПВП. Здесь нужно уточнить, что препараты диклофенака - одни из самых популярных средств, используемых при заболеваниях суставов. Как показали исследования, **Цель Т** не только успешно снимает болевой синдром, но и восстанавливает нормальный метаболизм в хряще и других суставных тканях. А этого последнего эффекта НПВП лишены абсолютно. **Цель Т** имеет крайне мало противопоказаний и побочных действий. Не стоит им пользоваться только лицам с аллергией к сумаховым и сложноцветным растениям.

При болях в суставах наряду с препаратом **Цель Т** можно использовать **Траумель С**. Это гомеопатическое средство, в состав которого входят растительные и минеральные компоненты (арника, ромашка, окопник и другие), обладает противовоспалительным действием, уменьшает боль, снимает отеки и кровоизлияния и стимулирует иммунную систему организма.

Траумель С выпускается в самых разных формах: каплях, таблетках и в виде мази. Эти формы выпуска препарата можно применять самостоятельно.

Мазь лучше всего наносить на больной сустав или другое место боли: она снимет основные проявления воспаления. Таблетки и капли обычно принимаются 3 раза в день по 1 таблетке или 10 капель соответственно.

Такой режим больше всего подходит для лечения хронических болезней, так как оказывает общее действие на весь организм.

Траумель® С

МАЗЬ ГОМЕОПАТИЧЕСКАЯ, 50 И 100 Г.
ТАБЛЕТКИ ДЛЯ РАССАСЫВАНИЯ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 50 ШТ.



ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В комплексной терапии воспалительных заболеваний различных органов и тканей, особенно опорно-двигательного аппарата (в том числе тендовагинит, бурсит, стилоидит, эпикондилит, периартрит) и посттравматических состояний (вывих, растяжение связок, сухожилий и мышц; отек мягких тканей после операции и травмы).

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная индивидуальная чувствительность к компонентам препарата. Известная повышенная чувствительность к *Achillea millefolium*, *Chamomilla recutita*, *Calendula officinalis*, *Beilis perennis*, *Echinacea*, *Arnica montana* или иным растениям семейства сложноцветных. Туберкулез, лейкозы, коллагенозы, рассеянный склероз, СПИД, ВИЧ-инфекция и другие аутоиммунные заболевания.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

МАЗЬ: Если не прописано иначе, детям от 3 лет и взрослым достаточное количество мази наносить тонким слоем на кожу болезненных областей тела и втирать легкими движениями 2-3 раза в день. Возможно наложение мазевой повязки. Курс лечения при посттравматических состояниях - 2 недели и более; при воспалительных заболеваниях - не менее 3-4 недель.

ТАБЛЕТКИ: взрослым и детям старше 12 лет обычно по 1 таблетке 3 раза в день за 15 минут до еды. Таблетку следует держать во рту до полного рассасывания. Курс лечения: при вывихах и растяжениях - 2 недели и более; при воспалительных заболеваниях - не менее 3-4 недель.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

МАЗЬ: При применении мази в отдельных случаях могут наблюдаться реакции повышенной чувствительности (кожные аллергические реакции). При обнаружении побочных эффектов, в том числе не описанных в инструкции, следует прекратить прием препарата и проконсультироваться с врачом.

ТАБЛЕТКИ: Возможны аллергические реакции. В редких случаях повышенное слюноотделение после приема препарата. При обнаружении побочных эффектов необходимо прекратить прием препарата и проконсультироваться с врачом.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

РАДИКУЛИТЫ

ЗАБОЛЕВАНИЯ СУСТАВОВ И ПОЗВОНОЧНИКА

БОЛИ в спине сами пациенты чаще всего связывают с радикулитом. Так медики называют поражение нервного корешка (по-латински - радикс), который выходит из спинного мозга между позвонками.

Это состояние обычно проявляется «прострелами» - болями в соответствующем отделе позвоночника, усиливающимися при движении. Чаще всего радикулит бывает при остеохондрозе.

ДАЖЕ В 20 ЛЕТ ВАС МОЖЕТ НАСТИГНУТЬ РАДИКУЛИТ.

Это поражение межпозвонковых суставов по своей сути ничем не отличается от деформирующего остеоартроза в суставах конечностей. Но, учитывая некоторые особые симптомы, врачи выделяют это заболевание, обозначая его как остеохондроз.

Болезнь встречается очень часто, иногда она начинается даже в 20 лет. А к 30-40 годам ею уже страдает около трети населения.

При остеохондрозе могут поражаться любые отделы позвоночника - шейный, грудной, поясничный. И соответственно, «прострелы» возникают в разных отделах позвоночника, в зависимости от того, где есть изменения.

Обычные подходы к лечению болей в спине

В острый период болезни назначают обезболивающие препараты. Обычно это НПВП (нестероидные противовоспалительные препараты) - анальгин, ацетилсалициловая кислота, ибупрофен и многие другие.

Боли в спине обычно проявляются «прострелами», то есть болями в соответствующем отделе позвоночника, усиливающимися при движении. Чаще всего радикулит бывает при остеохондрозе.

К сожалению, почти у всех подобных лекарств есть побочные эффекты. Большинство из них раздражают желудок и тем самым могут провоцировать развитие гастритов, язв и кровотечений. Из местных средств для борьбы с радикулитами используют мази с теми же

самыми НПВП или так называемые согревающие средства, которые выпускаются в форме жидкостей, мазей и гелей.

Для профилактики болей в спине больным рекомендуют вести щадящий образ жизни и заниматься лечебной физкультурой.

Гомеопатическое лечение

При болях в спине нужно использовать мазь **Траумель С**, нанося ее 2-3 раза в день на больное место. Дополнительно принимайте таблетки **Траумель С** (3 раза в день по 1 таблетке), которые усилят действие мази. А если боль в спине вызвана остеохондрозом, дополнительно стоит использовать мазь **Цель Т**.

При наличии мышечных уплотнений (миогелозов) в

пораженной области могут помочь таблетки **Спаскупрель** (по 1 таблетке 3 раза в день, при острых приступах — по 1 таблетке каждые 15 минут), обладающие спазмолитическим и обезболивающим действием.

При постоянных болях в спине консультация врача обязательна, так как причиной боли могут быть грыжи межпозвонковых дисков, для которых нужно совершенно другое лечение.



Спаскупрель

ТАБЛЕТКИ ПОДЪЯЗЫЧНЫЕ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ, 50 ШТ.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Спастический болевой синдром (спазмы желудка, кишечника, желчного пузыря, мочевыводящих путей); спазмы поперечно-полосатой мускулатуры (мышечная ригидность, мышечное напряжение).

ПРОТИВПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата; детский возраст (до 3 лет).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

По 1 таблетке 3 раза в день рассасывать под языком за полчаса до еды или спустя 1 час после приема пищи. При обострениях принимают по 1 таблетке каждые 15 минут на протяжении не более двух часов. Курс терапии - 2-3 недели, по указанию врача продолжительность лечения может быть увеличена. Применение препарата у детей от 3 лет возможно по назначению и под контролем врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

РЕКЛАМА

Эуфорбиум композитум

Лечит насморк и синуситы, борется с вирусами



Спрей **Эуфорбиум композитум** - наиболее эффективный гомеопатический спрей от насморка. Он содержит только компоненты растительного и минерального происхождения, поэтому не вызывает привыкания и не сушит слизистую оболочку носа. Он обладает не только иммуномодулирующим, но и противовирусным действием. Удобная форма выпуска - спрей - обеспечивает попадание препарата прямо в нос. Рекомендуется впрыскивать спрей **Эуфорбиум композитум** 3-5 раз в день.

Регистрационное удостоверение П №011684/01



Реклама

-Heel

www.heel.com

Ангин-Хель СД

Таблетки для рассасывания гомеопатические, 50 шт.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Тонзиллит.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, а также к растениям семейства Астровых (Сложноцветных), детский возраст (до 3 лет).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Взрослые и дети старше 12 лет принимают препарат по 1 таблетке 3 раза в день за 30 мин. до еды или спустя 1 час после приема пищи. Таблетку следует держать во рту до полного рассасывания.

При обострениях принимают по 1 таблетке каждые полчаса или час (но не более 12 таблеток в день). Длительность применения препарата, в зависимости от выраженности симптомов заболевания, составляет от 7-10 дней до 3-4 недель. Проведение повторных курсов лечения возможно по согласованию с врачом. Применение препарата у детей от 3 до 12 лет возможно по назначению и под контролем врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции. После применения препарата Ангин-Хель СД может наблюдаться увеличение слюноотделения; прием препарата в этом случае следует прекратить.

Бронхалис-Хель

Таблетки подъязычные гомеопатические, 50 шт.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Отхаркивающее средство при обструктивных и воспалительных заболеваниях дыхательных путей (катар курильщика, хронический бронхит, трахеит).

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата; детский возраст (до 3-х лет).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

По 1 таблетке 3 раза в день рассасывать под языком за полчаса до еды или спустя 1 час после приема пищи. При обострениях принимают по 1 таблетке каждые 15 минут на протяжении не более двух часов. Курс лечения - 2-3 недели. При необходимости курс лечения можно повторить после консультации с врачом. Применение препарата у детей старше 3 лет возможно по назначению и под контролем врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

В редких случаях возможны аллергические реакции.

Валерианахель®

Капли для приема внутрь гомеопатические, 30 мл.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В качестве седативного средства при неврозах, невротизации, нарушениях сна, состояниях повышенной нервной возбудимости.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, детский возраст до 2 лет (в связи с недостаточностью клинических данных).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Препарат назначают внутрь: взрослым и подросткам по 15 капель, предварительно разведенных в 100 мл воды, 3 раза в день (вечером можно применять по 20 капель), за 30 минут до еды или через 1 час после приема пищи; детям от 6 до 12 лет - 10 капель 3 раза в день, детям от 2 до 6 лет - по 5 капель 3 раза в день. Курс лечения 3-4 недели. Проведение повторного курса лечения возможно по назначению врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.

Вертигохель®

Капли для приема внутрь гомеопатические, 30 мл.

Таблетки подъязычные гомеопатические, 50 шт.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Головокружения различного происхождения, в т.ч. головокружения, связанные с укачиванием в транспорте.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная индивидуальная чувствительность к компонентам препарата. Беременность и период грудного вскармливания (в связи с недостаточностью клинических данных). Возраст до 18 лет (в связи с недостаточностью клинических данных).

КАПЛИ: с осторожностью: заболевания печени, ал-

коголизм, черепно-мозговая травма и заболевания головного мозга.

ТАБЛЕТКИ: недостаточность лактазы, непереносимость лактозы, глюкозо-галактозная мальабсорбция.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

КАПЛИ: по 10 капель, растворив в 100 мл воды, 3 раза в день. При острых внезапных приступах головокружений и тошноты принимать сначала по 10 капель каждые 15 минут (не более 2 часов). Курс терапии 2-3 недели. При недостаточной эффективности препарата необходимо обратиться к врачу. Для профилактики и лечения головокружений при пользовании транспортом принимать по 10 капель каждые 15 мин за 1 час до поездки и во время поездки.

ТАБЛЕТКИ: По 1 таблетке 3 раза в день. Таблетку следует держать во рту до полного рассасывания. При острых внезапных приступах головокружений и тошноте сначала по 1 таблетке каждые 15 минут (не более 2 часов). Курс терапии 2-3 недели. Для профилактики и лечения головокружений при пользовании транспортом по 1 таблетке каждые 15 минут за 1 час до поездки и по мере необходимости в течение 1 часа во время поездки. Затем принимать по 1 таблетке 3 раза в день. При необходимости, после консультации с врачом, препарат может быть назначен в дозировке по 3 таблетки 3 раза в день.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции. При появлении побочных эффектов следует обратиться к врачу.

Вибукол®

Суппозитории ректальные гомеопатические, 12 шт.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В составе комплексной терапии (как жаропонижающее и противовоспалительное средство) при лечении респираторных заболеваний у детей, а также для снятия клинических проявлений при прорезывании молочных зубов.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Ректально. Для детей до 6-месячного возраста максимальная суточная доза 2 суппозитория. Для детей от 6-месячного возраста максимальная суточная доза 4 суппозитория (при температуре от 37,5°C), 6 суппозитория (при температуре выше 38°C). При нормализации температуры по 1 суппозиторию 1-2 раза в день еще 3-4 дня (с профилактической целью).

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции. При возникновении побочных эффектов следует обратиться к врачу.

Гастрikumель

Таблетки подъязычные гомеопатические, 50 шт.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Воспалительные заболевания слизистой оболочки желудка (гастрит) и диспептические расстройства желудочно-кишечного тракта (изжога, метеоризм).

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата; детский возраст до 3 лет.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

По 1 таблетке 3 раза в день рассасывать под языком за полчаса до еды или спустя 1 час после приема пищи. При обострениях принимают по 1 таблетке каждые 15 минут на протяжении не более двух часов (но не более 12 таблеток в день). Курс лечения - 2-3 недели. При необходимости курс лечения можно повторить после консультации с врачом. Применение препарата у детей от 3-х лет возможно по назначению и под контролем врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.

Эуфорбиум композитум Назентропфен С

Спрей назальный гомеопатический, 20 мл.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Риниты различной этиологии, хронические синуситы.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная индивидуальная чувствительность к компонентам препарата.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Впрыскивают по 1-2 дозы в каждую ноздрю 3-5 раз в день.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

Траумель® С*Капли для приема внутрь гомеопатические, 30 мл.**Мазь гомеопатическая, 50 и 100 г.**Таблетки для рассасывания гомеопатические, 50 шт.***ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ**

В комплексной терапии воспалительных заболеваний различных органов и тканей, особенно опорно-двигательного аппарата (в том числе тендовагинит, бурсит, стилоидит, эпикондилит, периартрит) и посттравматических состояний (вывих, растяжение связок, сухожилий и мышц; отек мягких тканей после операции и травмы).

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная индивидуальная чувствительность к компонентам препарата. Известная повышенная чувствительность к *Achillea millefolium*, *Chamomilla recutita*, *Calendula officinalis*, *Beilis perennis*, *Echinacea*, *Arnica montana* или иным растениям семейства сложноцветных. Туберкулез, лейкозы, коллагенозы, рассеянный склероз, СПИД, ВИЧ-инфекция и другие аутоиммунные заболевания.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

КАПЛИ: По 10 капель 3 раза в день, при отеках мягких тканей - по 30 капель 3 раза в день. Капли принимать за 15 минут до еды, развести в 1 чайной ложке воды и перед проглатыванием подержать во рту 1-2 минуты. Курс лечения: при посттравматических состояниях - 2 недели и более; при воспалительных заболеваниях - не менее 3-4 недель. **МАЗЬ:** Если не прописано иначе, детям от 3 лет и взрослым достаточное количество мази наносить тонким слоем на кожу болезненных областей тела и втирать легкими движениями 2-3 раза в день. Возможно наложение маевой повязки. Курс лечения при посттравматических состояниях - 2 недели и более; при воспалительных заболеваниях - не менее 3-4 недель. **ТАБЛЕТКИ:** взрослым и детям старше 12 лет обычно по 1 таблетке 3 раза в день за 15 минут до еды. Таблетку следует держать во рту до полного рассасывания. Курс лечения: при вывихах и растяжениях - 2 недели и более; при воспалительных заболеваниях - не менее 3-4 недель.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

КАПЛИ: Возможны аллергические реакции. В редких случаях возможно повышенное слюноотделение после приема препарата. При обнаружении побочных эффектов, в том числе не описанных в инструкции, следует прекратить прием препарата и проконсультироваться с врачом. **МАЗЬ:** При применении мази в отдельных случаях могут наблюдаться реакции повышенной чувствительности (кожные аллергические реакции). При обнаружении побочных эффектов, в том числе не описанных в инструкции, следует прекратить прием препарата и проконсультироваться с врачом. **ТАБЛЕТКИ:** Возможны аллергические реакции. В редких случаях повышенное слюноотделение после приема препарата. При обнаружении побочных эффектов необходимо прекратить прием препарата и проконсультироваться с врачом.

Гормель СН*Капли для приема внутрь гомеопатические, 30 мл.***ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ**

Препарат применяется в комплексной терапии при дисменореях.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, беременность, период грудного вскармливания, возраст до 18 лет. С осторожностью: заболевания печени, алкоголизм, черепно-мозговая травма, заболевания головного мозга.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Препарат назначают внутрь по 10 капель (растворенных в 100 мл воды) 3 раза в день за 30 минут до еды или через 1 час после еды. Длительность терапии определяется врачом. Средний курс лечения составляет 1-3 месяца. Увеличение продолжительности курса лечения возможно по назначению врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.

Гирель*Таблетки для рассасывания гомеопатические, 50 шт.***ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ**

В качестве симптоматического средства при острых респираторных вирусных инфекциях, в том числе гриппе (головная боль, повышение температуры, потеря аппетита, слабость).

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата. Детский возраст до 6 лет (в связи с недостаточностью клинических данных). Недостаточность лактазы, непереносимость лактозы, глюкозо-галактозная мальабсорбция.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Взрослые и дети старше 12 лет принимают по 1 таблетке 3 раза в день. Дети в возрасте от 6 до 12 лет принимают по 1 таблетке 2 раза в день. Таблетку следует держать во рту до полного рассасывания. При остром начале заболевания принимать по 1 таблетке каждые полчаса или час, но не более 12 таблеток в день - для взрослых и детей старше 12 лет; не более 8 таблеток в день для детей от 6 до 12 лет.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции. При обнаружении побочных эффектов, в том числе не описанных в инструкции, следует прекратить прием препарата и проконсультироваться с врачом.

Климакт-Хель*Таблетки для рассасывания гомеопатические, 50 шт.***ПОКАЗАНИЯ**

В комплексной терапии вегетативных нарушений в климактерическом периоде (повышенная нервная возбудимость, приливы, головная боль и т.п.).

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата. Беременность и период грудного вскармливания, из-за содержания в составе препарата сангвинирии. Недостаточность лактазы, непереносимость лактозы, глюкозо-галактозная мальабсорбция.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Рассасывать под языком по 1 таблетке 3 раза в день за 30 мин. до еды или спустя 1 час после приема пищи. Курс лечения - 1-2 месяца. При необходимости врач может увеличить курс терапии.

ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ

Возможны аллергические реакции. В отдельных случаях во время лечения препаратами, содержащими сангвинирию, может наблюдаться повышение уровня показателей функциональной активности печени (трансаминаз) и уровня билирубина вплоть до обусловленной лекарственными средствами желтухи (медикаментозно-токсический гепатит); прекращение приема препарата приводит к нормализации этих показателей.

Лимфомиозот®*Капли для приема внутрь гомеопатические, 30 мл.***ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ**

В комплексной терапии при обострении хронического тонзиллита, лимфаденита неспецифической этиологии.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная индивидуальная чувствительность к компонентам препарата. Возраст до 18 лет (в связи с недостаточностью клинических данных). Беременность и период грудного вскармливания (в связи с недостаточностью клинических данных).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Внутрь по 15-20 капель, растворив в 100 мл воды, 3 раза в день. Курс терапии 8-12 дней. Увеличение продолжительности и проведение повторного курса лечения возможно по назначению лечащего врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.

Сабаль-Гомаккорд*Капли для приема внутрь гомеопатические, 30 мл.***ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ**

В комплексной терапии дизурических расстройств при аденоме предстательной железы 1 стадии.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Препарат назначается внутрь по 10 капель (растворенных в 100 мл воды) 3 раза в день за 30 минут до или через 1 час после еды. При острых симптомах препарат следует принимать по 10 капель каждые 15 минут в течение 2 часов.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.

**Траумель С**

**У Вас болит
спина или шея?
Болят мышцы
или суставы?**

Боль в спине или суставах – всего лишь симптом. А причиной всегда является воспалительный процесс, протекающий в мышцах или суставах, вызывающий боль, покраснение и отек. Для лечения болей в спине, мышцах и суставах используйте немецкую мазь **Траумель С**, действующую благодаря уникальному составу. Мазь устраняет боль и отек, действуя непосредственно на воспаление и возвращая подвижность.

Препарат **Траумель С** применяется при остеохондрозе, артритах, других воспалительных заболеваниях суставов и позвоночника.

Наносите мазь утром и вечером, при необходимости чаще.

Возможно наложение маевой повязки.

Препарат продается в аптеках без рецепта врача.



Реклама

Регистрационное удостоверение
П №011686/02**-Heel**www.traumeel.com

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА

РЕКЛАМА



Цель Т

**Лечит артроз,
побеждает боль
в суставах**

Поверхность сустава покрывает хрящ. Когда хрящ теряет гладкость, возникает боль и нарушение подвижности. Это заболевание и называется артрозом.

Лечение артроза - дело сложное. Для полноценного лечения важно не только убрать боль, но и восстановить хрящевую ткань и вернуть утраченную подвижность. Для этого используйте немецкую мазь **Цель Т**. Ее натуральные компоненты предотвращают дальнейшее разрушение суставного хряща, устраняют от боли, быстро устраняют воспаление. Мазь **Цель Т** наносят утром и вечером на больные суставы и втирают аккуратными движениями (можно оставлять мазь на ночь под повязку). Курс лечения при артрозах - 5-10 недель.



Цель® Т

Мазь гомеопатическая, 50 и 100 г.

Таблетки для рассасывания гомеопатические, 50 шт.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Артрозы, в том числе гонартрозы, спондилоартроз; плечелопаточный периаартрит.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная индивидуальная чувствительность к компонентам препарата.

МАЗЬ: Кожные заболевания, нарушения целостности кожных покровов в местах нанесения мази.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

МАЗЬ: Если не прописано иначе, взрослым и детям старше 6 лет нанести 4-5 см мази на кожу в области болезненных суставов и втирать легкими движениями 2-3 раза в день. Возможно наложение марлевой повязки. Курс лечения при артрозах - 5-10 недель, при спондилоартрозе и плечелопаточном периаартрите - около 4 недель.

ТАБЛЕТКИ: По 1 таблетке 3 раза в день, таблетку следует держать во рту до полного рассасывания. Курс лечения: при артрозах и гонартрозах - 5-10 недель; при спондилоартрозе и плечелопаточном периаартрите - около 4 недель.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции. При их развитии следует прекратить прием препарата и обратиться к врачу.

Хелидониум- Гомаккорд Н

Капли для приема внутрь гомеопатические, 30 мл.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В качестве желчегонного средства в комплексной терапии хронического холецистита, хронических гепатитов с холестатическим компонентом.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, детский возраст, возраст до 18 лет (в связи с недостаточностью клинических данных).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Препарат назначают внутрь по 10 капель (растворенных в 30 мл воды) 3 раза в день за 30 минут до или через 1 час после еды. При острых симптомах принимать через каждые 15 минут по 10 капель в течение 2 часов. Длительность терапии определяется врачом.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.

Хепель®

Таблетки для рассасывания гомеопатические, 50 шт.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В комплексной терапии нарушений функций печени воспалительной и токсической этиологии.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата. Известная повышенная чувствительность к расторопше пятнистой (*Silybum marianum*) или иным растениям семейства сложноцветных, а также в случае гиперчувствительности к хинину. Беременность и период грудного вскармливания (в связи с наличием в составе чистотела и чемерицы). Возраст до 18 лет (в связи с недостаточностью клинических данных).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

По 1 таблетке 3 раза в день рассасывать под языком. Курс терапии 2-3 недели.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

В редких случаях при приеме препаратов, содержащих хинин или хинидин, могут возникать реакции гиперчувствительности (кожная аллергия или лихорадка). В этих случаях необходимо проконсультироваться с врачом. При приеме препаратов, содержащих алкалоиды чистотела, поступали единичные сведения о повышении показателей функциональной активности печени (трансаминаз) и концентрации билирубина вплоть до обусловленной лекарственными средствами желтухи (медикаментозно-токсический гепатит). Прекращение приема препарата приводит к нормализации этих показателей.

Энгистол®

Таблетки подъязычные гомеопатические, 50 шт.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Применяется в комплексной терапии простудных заболеваний и гриппозных состояний (лихорадка, общая слабость, головная боль, насморк) в качестве средства,

активирующего неспецифические защитные механизмы организма.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, детский возраст (до 3 лет). В состав препарата входит лактоза, в связи с чем его не рекомендуется принимать пациентам с врожденной галактоземией, синдромом мальабсорбции глюкозы или галактозы, либо при врожденной лактозной недостаточности.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

По 1 таблетке 3 раза в день рассасывать под языком за полчаса до еды или спустя 1 час после приема пищи. Курс лечения - 2-3 недели. При необходимости курс лечения можно повторить после консультации с врачом. При обострениях принимают по 1 таблетке каждые 15 минут на протяжении не более двух часов. Применение препарата у детей от 3 лет возможно по назначению и под контролем врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.

Популюс композитум СР

Капли для приема внутрь гомеопатические, 30 мл.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

В комплексной терапии заболеваний мочевыводящей системы и доброкачественной гиперплазии предстательной железы (в том числе, аденоме предстательной железы 1 стадии).

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата.

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

По 1 таблетке 3 раза в день рассасывать под языком за полчаса до еды или спустя 1 час после приема пищи. При обострениях принимают по 1 таблетке каждые 15 минут на протяжении не более двух часов. Курс терапии - 2-3 недели, по указанию врача продолжительность лечения может быть увеличена. Применение препарата у детей от 3 лет возможно по назначению и под контролем врача.

ПОБОЧНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

Возможны аллергические реакции, повышенное слюноотделение. В этом случае необходимо прекратить прием препарата.

Тартефедрель Н

Капли для приема внутрь гомеопатические, 30 мл.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Препарат применяется в комплексной терапии при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, детский возраст (до 6 лет).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Препарат назначают по 10 капель (растворенных в 100 мл воды) 3 раза в день за 30 минут до еды или через 1 час после еды. При острых симптомах в начале лечения принимать через каждые 15 минут по 10 капель в течение 2 часов. Длительность лечения составляет в среднем 2-4 недели. Увеличение продолжительности курса лечения возможно по рекомендации врача. Применение препарата у детей от 6 до 12 лет возможно по назначению и под контролем врача.

ПОБОЧНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

Возможны аллергические реакции.

Нукс вомика- Гомаккорд

Капли для приема внутрь гомеопатические, 30 мл.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Препарат применяется в комплексной терапии при спастических колитах.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Повышенная чувствительность к компонентам препарата, возраст (до 18 лет, в связи с недостаточностью клинических данных).

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ

Препарат назначают по 10 капель (растворенных в 100 мл воды) 3 раза в день за 30 минут до еды или через 1 час после еды. При острых симптомах в начале лечения принимать через каждые 15 минут по 10 капель в течение 2-х часов. Длительность лечения составляет в среднем 2-5 недель. Увеличение продолжительности курса лечения возможно по рекомендации врача.

ПОБОЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ

Возможны аллергические реакции.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ У СПЕЦИАЛИСТА



5.00 Телеканал «Доброе утро».
9.00 Новости.
9.20 «Контрольная закупка».
9.50 «Жить здорово!» 12+
10.55 «Модный приговор».
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». Т/с. 16+



14.25 «Время покажет». 16+
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15 «Время покажет». Продолжение. 16+
16.00 «Мужское / Женское». 16+
17.00 «Жди меня».
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. 16+
19.50 «Поле чудес». 16+
21.00 «Время».
21.30 «Голос». 12+
23.40 «Вечерний Ургант». 16+
0.40 «ФАРГО». Новый сезон. 18+
1.35 «Сэлнджер». 16+
4.00 «ИЗМЕНА». Т/с. 16+
4.50 «Модный приговор».

РОССИЯ 1

5.00 Утро России.
9.00 Вести.
9.15 Утро России.
9.55 «О самом главном». Ток-шоу. Жировой гепатоз. Пропал голос - что делать. Хламидиоз - мифы и реальная опасность.
11.00 Вести.
11.35 Местное время. Вести-Москва.
11.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». Т/с. 12+
14.00 Вести.
14.30 Местное время. Вести-Москва.
14.50 Вести. Дежурная часть.
15.00 Премьера. «Наш человек». 12+
16.00 «ЗЕМСКИЙ ДОКТОР». Т/с. 12+
17.00 Вести.
17.30 Местное время. Вести-Москва.
17.50 Вести.
18.15 «Прямой эфир». 16+
19.35 Местное время. Вести-Москва.
20.00 Вести.
21.00 Премьера. Юбилейная программа Евгения Петросяна. «70 лет уже не в обед».
23.00 «ОДИНОКИЕ СЕРДЦА». Фильм. Х/ф. 12+
3.00 Горячая десятка. 12+
4.05 Комната смеха.



6.00 «Настроение».
8.10 «ВИИ». Х/ф. 12+
9.40 «БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК-2». Х/ф. 12+
11.30 События.
11.50 «БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК-2». Х/ф. 12+
14.30 События.
14.50 «БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК-2». Х/ф. 12+
17.30 Город новостей.
17.55 «НЕ МОГУ СКАЗАТЬ ПРОЩАЙ». Х/ф. 12+



19.40 «В центре событий» с Анной Прохоровой.
20.40 «Право голоса». 16+
22.00 События.
22.30 Приют комедиантов. 12+
0.25 «БАБНИК». Х/ф. 16+
1.50 Петровка. 38. 16+
2.05 «С ДНЕМ РОЖДЕНИЯ, КОРОЛЕВА!». Х/ф. 16+
4.20 «РАССЛЕДОВАНИЯ МЕРДОКА». Х/ф. 12+



5.00 «АДВОКАТ». Т/с. 16+
6.00 Сегодня.
6.05 «АДВОКАТ». Т/с. 16+
7.00 «НТВ утром».
8.10 «Утро с Юлией Высоцкой». 12+
9.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». Т/с. 16+
10.00 Сегодня.
10.20 «ЛЕСНИК». Т/с. 16+
12.00 Суд присяжных. 16+
13.00 Сегодня.
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
14.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». Т/с. 16+
16.00 Сегодня.
16.20 «ЛИТЕЙНЫЙ». Т/с. 16+
18.00 «Говорим и показываем». Ток-шоу с Леонидом Зашанским. 16+
19.00 Сегодня.
19.40 «Большинство». Общественно-политическое ток-шоу с Сергеем Минаевым.
20.35 Алексей Кравченко и Александр Дзюба в остроумном детективе «МУЖСКИЕ КАНИКУЛЫ». 16+
0.30 Павел Дэлонг, Марина Блэйк в фильме «ВТОРАЯ ЛЮБОВЬ». 16+
2.25 Дикий мир. 0+
2.45 «СЛЕДСТВЕННЫЙ КОМИТЕТ». Т/с. 16+



6.00 «Сейчас».
6.10 «Момент истины». 16+
7.00 «Утро на «5». 6+
9.30 «Место происшествия».
10.00 «Сейчас».
10.30, 11.25, 12.30 «КОДЕКС ЧЕСТИ-2. ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». Т/с. 16+
12.00 «Сейчас».
12.50, 13.40 «КОДЕКС ЧЕСТИ-2. ЭМБАРГО НА ЖЕНЩИН». Т/с. 16+
14.25, 15.25, 16.00 «КОДЕКС ЧЕСТИ-2. КОРПОРАЦИЯ». Т/с. 16+
15.30 «Сейчас».
16.45, 17.35 «КОДЕКС ЧЕСТИ-2. БАНКИРЫ ПРЕДПОЧИТАЮТ УМЕРЕТЬ». Х/ф. 16+
18.30 «Сейчас».
19.00 «СЛЕД. БЛИЖЕ К ТЕЛУ». Т/с. 16+
19.45 «СЛЕД. ФЭС КОНТРОЛЬ». Т/с. 16+
20.40 «СЛЕД. ДУРМАН». Т/с. 16+
21.25 «СЛЕД. НЕПУСТАЯ ФОРМАЛЬНОСТЬ». Т/с. 16+
22.20, 23.05, 0.00, 0.45 «СЛЕД». Т/с. 16+
1.35 «ДЕТЕКТИВЫ. ЯДОВИТЫЙ БИЗНЕС». Т/с. 16+
2.05 «ДЕТЕКТИВЫ. ВИТА НОВА». Т/с. 16+
2.35 «ДЕТЕКТИВЫ. ЧУДОВИЩЕ». Т/с. 16+
3.05 «ДЕТЕКТИВЫ. ЗНАТЬ НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО». Т/с. 16+
3.35 «ДЕТЕКТИВЫ. ПИРОТЕХНИК». Т/с. 16+



6.00 «Том и Джерри. Комедийное шоу». М/с. 0+
6.05 «Том и Джерри». М/с. 0+
6.45 «Энгри Бердс - сердитые птички». М/с. 12+
7.30 «Клуб Винкс - школа волшебниц». М/с. 12+
8.00 «Смешарики». М/с. 0+
8.05 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». Т/с. 16+
9.00 «ПОСЛЕДНИЙ СЕРИАЛ ИЗ МАГИКАН». Т/с. 12+
10.00 «КУХНЯ». Т/с. 12+
11.00 «ДВОЕ: Я И МОЯ ТЕНЬ». Х/ф. 12+
13.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
14.00 «ПОСЛЕДНИЙ СЕРИАЛ ИЗ МАГИКАН». Т/с. 12+
15.00 «КУХНЯ». Т/с. 12+
16.00 «Уральские пельмени». «Экспериментальный юмор». 16+
16.30 Шоу «Уральских пельменей». 16+
18.00 «ВОРОНИНЫ». Т/с. 16+
19.00 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». Т/с. 16+
21.00 «Храбрая сердцем». Полнометражный а/ф. 16+
22.40 «ЧУМОВАЯ ПЯТНИЦА». Х/ф. 12+
0.30 Шоу «Уральских пельменей». 16+
2.00 «РЕВОЛЮЦИЯ». Т/с. 16+
3.40 «ДЖЕФФ, ЖИВУЩИЙ ДОМА». Х/ф. 16+
5.15 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+
5.45 Музыка на СТС. 16+



6.30 «Евроныус».
10.00, 15.00, 19.30 Новости культуры.
10.20 «ВЫСОКАЯ НАГРАДА». Х/ф.
11.55 «Академик Николай Дубинин. Ген признания». Д/ф.
12.35 «Письма из провинции».
13.05 Уроки русского. Чтения. «Миллион разлук».
13.35 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». Х/ф.
15.10 «Живое слово».
15.50 «Иезуитские поселения в Кордове и вокруг нее. Миссионерская архитектура». Д/ф.
16.05 Билет в Большой. 16.45, 1.55 «Ожившее прошлое Стоунхенджа». Д/ф.
17.45 «БРОДЯЧИЙ АВТОБУС». Х/ф.
19.45 «Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица».
21.20 «90 лет со дня рождения великой балерины. Майя Плисецкая в балете «Болеро».
21.40 «Линия жизни». Майя Плисецкая.
22.30 Майя Плисецкой посвящается... Гала-концерт «Аве Майя» в Большом театре России.
1.30 Мультфильм для взрослых.
2.50 «Оноре де Бальзак».

ПРО КУХНЮ

Читайте в журнале
«ПРО кухню» № 11
УЖЕ В ПРОДАЖЕ

Символ осени - тыква. Потому что питает, радует и... пугает! Что из неё готовит Надежда Бабкина?



7.00 «Черепашки-ниндзя». «Большая нога». М/с. 12+
7.30 «Турбо-агент Дадли». «Высокий пёс / Плохие яйца». М/с. 12+
7.55 «Губка Боб Квадратные штаны». 12+
8.25 «Пингвины из «Мадагаскара». 12+
9.00 «Дом-2. Lite». 16+
10.30 «Школа ремонта». 12+
11.30 «СУПЕРФОРСАЖ». Т/с. 16+
13.25, 14.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». Т/с. 16+
14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 22.00 «Comedy Баттл. Последний сезон». Шоу. 16+
20.00 «Comedy Woman». 16+
21.00 «Комеди Клуб». 16+
23.00 «Дом-2. Город любви». 16+
0.00 «Дом-2. После заката». 16+
1.00 «Не спать!». 16+
2.00 «КРОВАВЫЙ АЛМАЗ». Х/ф. 16+
4.50 «Ботмен: Под колпаком». М/ф. 12+
6.20 «ЖЕНСКАЯ ЛИГА: ПАРНИ, ДЕНЬГИ И ЛЮБОВЬ». Т/с. 16+



5.00 «Засуди меня». 16+
6.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+
7.00 «С бодрым утром!». 16+
8.30 «Новости». 16+
9.00 «Великие тайны времени». Д/ф. 16+
12.00 «Информационная программа 112». 16+
12.30 «Новости». 16+
13.00 Звонкий ужин. 16+
14.00 «УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ». Х/ф. 16+
16.00 «Информационная программа 112». 16+
16.30, 19.30 «Новости». 16+
17.00 Документальный спецпроект: «Мы живем, под собою не чуя Земли». 16+
19.00 «Информационная программа 112». 16+
20.00 «ПОСЛЕДНИЙ САМУРАЙ». Х/ф. 16+
23.00 «ОТ ЗАКАТА ДО РАССВЕТА». Т/с. 16+
2.30 «ЗАРАЖЕНИЕ». Х/ф. 16+
4.30 «ГОРОД АНГЕЛОВ». Х/ф. 16+



6.30 Ангелы красоты. Мейквер. 16+
7.30 «Одна за всех». 16+
8.25 «ВЕРЬ МНЕ». Х/ф. 12+
16.00 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». Х/ф. 16+
18.00 «Одна за всех». 16+
18.05 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». Т/с. 12+
19.00 «ПОКА ЖИВУ, ЛЮБЛЮ». Х/ф. 12+



22.45 «Звездные истории». Д/ф. 16+
23.45 «Одна за всех». 16+
0.30 «ИСЧЕЗНОВЕНИЕ». Х/ф. 16+
2.25 Нет запретных тем. 16+
5.25 Домашняя кухня. 16+
5.55 «Одна за всех». 16+



6.00 «Мультфильмы». СМФ. 0+
9.30 «Слепая». Д/с. 12+
10.00 «Слепая». Д/с. 12+
10.30, 11.00 «Гадалка». Д/ф.
11.30 «УМНИК». Т/с. 16+
12.30 «УМНИК». Т/с. 16+
13.30 «Х-версии. Другие новости». 12+
14.00 «Охотники за привидениями». Д/ф. 16+
14.30 «Охотники за привидениями». Д/ф. 16+
15.00 «Мистические истории». 16+
16.00, 16.30 «Гадалка». Д/ф.
17.00 «Слепая». Д/с. 12+
17.30 «Слепая». Д/с. 12+
18.00 «Х-версии. Громкие дела». 12+
19.00 «Человек-невидимка». 12+
20.00 «ВЛАСТИЛИН КОЛЕЦ: ДВЕ КРЕПОСТИ». Х/ф. 12+
23.30 «СЕРДЦЕ ДРАКОНА». Х/ф. 0+
1.15 «Европейский покерный тур». 18+
2.15 «Х-версии. Другие новости. Дайджест». 12+
3.15 «ПУГАЛО». Х/ф. 16+
5.00 «ДОКТОР МАФИИ». Т/с. 16+



6.00 «Оружие XX века». Д/с. 12+
6.20 «ВСТРЕТИМСЯ У ФОНТАНА». Х/ф. 0+
7.55, 9.15, 10.05 «ДЕСАНТУРА. НИКОГДА, КРОМЕ НАС». Т/с. 16+
9.00 Новости дня.
10.00 Военные новости.
12.40 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ». Х/ф. 0+
13.00 Новости дня.
13.15 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ». Х/ф. 0+
14.00 Военные новости.
14.05 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ». Х/ф. 0+
16.20 «Последний день». 12+
17.10 «Поступок». Ток-шоу. Премьера. 12+
18.00 Новости дня.
18.30 «ЗОЛОТАЯ МИНА». Х/ф. 0+
21.20 «ЖЕНЯ, ЖЕНЕЧКА И «КАТЮША». Х/ф. 0+
23.00 Новости дня.
23.20 «ХРОНИКА ПИКИРУЮЩЕГО БОМБАРДИРОВЩИКА». Х/ф. 0+
0.55 «ОТПУСК В СЕНТЯБРЕ». Х/ф. 12+
3.50 «ТЕНЬ». Х/ф. 0+



6.00 «Мультфильмы». 0+
6.30 Никогда не повторяйте это дома. 16+
8.30 «100 великих». 16+
11.00 «БРИЛЛИАНТЫ ОСТАЮТСЯ НАВСЕГДА». Т/с. 12+
13.30 КВН на бис. 16+
14.30 Утилизатор. 12+
15.00 Среда обитания. 16+
16.00 Никогда не повторяйте это дома. 16+
18.30 КВН на бис. 16+
19.30 «ЗАВТРА НЕ УМРЕТ НИКОГДА». Х/ф. 12+
22.00 «И ЦЕЛОГО МИРА МАЛО». Х/ф. 16+
0.35 «100 великих». 16+
2.35 «РЯБИНЫЙ ВАЛЬС». Х/ф. 12+
4.45 Секреты спортивных достижений. 12+
5.40 «100 великих». 16+



6.30 «Лучшая игра с мячом». 16+
7.00, 7.30, 8.00, 9.00, 10.00, 11.00, 12.30, 14.00, 20.20 Новости.
7.05, 7.35, 15.30, 23.10 Все на Матч!
8.05, 9.05, 4.00 «Ты можешь больше!»
10.05 «Живи сейчас».
11.05 «Беспечный игрок». Д/ф.
12.35 «Где рождаются чемпионы?». 16+
13.00 «Федор Емельяненко. Первый среди равных». Д/ф. 16+
14.05 «Неожиданные победы». Д/ф.
15.00 «Второе дыхание». Д/ф. 12+
16.25 Фигурное катание. Гран-при России. Мужчины. Короткая программа.
18.10 «Реальный спорт».
19.00 Фигурное катание. Гран-при России. Пары. Короткая программа. Прямая трансляция.
20.30 Фигурное катание. Гран-при России. Женщины.
22.10 «Спортивный интерес». 16+
0.10 «КОРОЛИ ЛЬДА». Х/ф. 18+
2.40 «Анатомия спорта». 12+
3.10 «1+1». Д/ф. 16+
5.00 Смешанные единоборства. Bellator.

РЕМОНТ И ПРОДАЖА СЛУХОВЫХ АППАРАТОВ. НИЗКИЕ ЦЕНЫ!

■ Все вокруг дорожает. Подскажите, где купить слуховой аппарат по прошлогодней цене?

МИР СЛУХА В компании МИР СЛУХА большой выбор слуховых аппаратов по сниженным ценам, а также действуют **СКИДКИ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ до 50%!**

Тел.: (495) 411-90-16, (495) 229-85-62.
ООО «Альфа Медикал Третьяковская». Юр. адрес: 119017, Москва, ул. Пятницкая, д. 28. ОГРН 1117746197537. Реклама.
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ ИЗ ШВЕЙЦАРИИ bernafon!

ГДЕ КУПИТЬ КАЧЕСТВЕННЫЙ СЛУХОВОЙ АППАРАТ?

- ✓ Слуховые аппараты из Швейцарии
- ✓ У нас большой выбор
- ✓ От элитных до бюджетных
- ✓ консультация
- ✓ диагностика
- ✓ настройка
- ✓ выезд на дом

8 (495) 517-10-71, 621-38-24, 589-81-71.

Ст. м. «Лубянка», «Тургеневская», «Сретенский бульвар», «Чистые пруды», «Кузнецкий мост», «Текстильщики».

www.surdology.ru

Сертификат РОСС СН.ИМ02.В16384 от 01.09.2009г. Реклама. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

КРОКУС Экспо
Международный выставочный центр

БИЛЕТЫ: ☎ 730-730-00 KASSIR.RU

19 декабря

Волшебные Пузыри

РОЖДЕСТВЕНСКОЕ ШОУ ФАН ЯНГА

19 РЕКОРДОВ ГИННЕСА

+ БЕСПЛАТНО! ИНТЕРАКТИВНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ «СМЕШАРИКИ» В ПАРКЕ

ПАРК АТТРАКЦИОНОВ И РАЗВЛЕЧЕНИЙ

747 3030 7-RADUGA.RU

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ СПОНСОР ЗАО «ФЕРРЕРО РУССИЯ»

Льготная программа для пенсионеров и носителей!

РЕМОНТ КВАРТИРЫ КУХНИ ВАННОЙ

Прораб
Борис Ф.

только в НОЯБРЕ
скидка до 30%

ПОЗВОНИТЕ И ЗАПИШИТЕСЬ
НА БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД
НАШЕГО СПЕЦИАЛИСТА!
Мы бережем Вас, поэтому заботы
по ремонту берем на себя!

*Подробности об организации, правилах, месте и порядке предоставления по тел 8-495-211-05-58

8 (495) 211-05-58
ежедневно с 9.00 до 21.00

1 РОССИЯ 1 5.50 «ЖЕНЩИНЫ». Х/ф. 6.00 Новости. 6.10 «ЖЕНЩИНЫ». Х/ф. 8.00 «Играй, гармонь любимая!». 12+ 8.45 «Смешарики. Новые приключения». 12+ 9.00 «Умницы и умники». 12+ 9.45 «Слово пастыря». 12+ 10.00 «Смак». 12+ 10.55 К юбилею М. Плисецкой. Премьера. «Майя. Великолепная». 12+ 12.00 «Идеальный ремонт». 12+ 12.10 «На 10 лет моложе». 16+ 14.00 «Теория заговора». 16+ 15.00 «Голос». 12+ 17.10 «Следствие покажет» с Владимиром Маркиным. 16+ 18.00 «Вечерние новости (с субтитрами)». 16+ 18.10 «Кто хочет стать миллионером?» с Дмитрием Дибровым. 16+ 19.10 Премьера. «ДОстояние РЕСпублики: Александр Розенбаум». 16+ 21.00 «Время». 16+ 21.20 «Сегодня вечером» с Андреем Малаховым. 16+ 23.00 Премьера. Комедия «КОПЫ В ЮБКАХ». 16+ 1.10 «ПЛЯЖ». Х/ф. 16+ 3.25 «ПРИЯТЕЛИ ИЗ БЕВЕРЛИ ХИЛЛЗ». Х/ф. 16+	РОССИЯ 1 4.45 «СРОК ДАВНОСТИ». Х/ф. 6.35 «Сельское утро». 12+ 7.05 «Диалоги о животных». 12+ 8.00 «Вести». 12+ 8.10 «Местное время. Вести-Москва». 12+ 8.20 «Мульти-утро». 12+ 9.30 Премьера. «Правила движения». 12+ 10.25 Премьера. «Личное. Валентин Гафт». 12+ 11.00 «Вести». 12+ 11.10 «Местное время. Вести-Москва». 12+ 11.20 Премьера. «Две жены». 12+ 12.20 «СЛЕПОЕ СЧАСТЬЕ». Х/ф. 12+ 14.00 «Вести». 12+ 14.20 «Местное время. Вести-Москва». 12+ 14.30 «СЛЕПОЕ СЧАСТЬЕ». Х/ф. 12+ 16.45 Премьера. «Знание - сила». 12+ 17.30 «Большой праздничный концерт, посвященный Дню работника налоговых органов. Прямая трансляция из Государственного Кремлевского дворца». 12+ 20.00 «Вести в субботу». 12+ 21.00 «СЛОМАННЫЕ СУДЬБЫ». Х/ф. 12+ 0.50 «Я ПОДАРОЮ ТЕБЕ ЛЮБОВЬ». Х/ф. 12+ 2.50 «ОСЕННИЕ ЗАБОТЫ». Х/ф. 12+ 4.35 «Комната смеха». 12+	ТВУ 6.10 «Марш-бросок». 12+ 6.45 «АБВГДейка». 12+ 7.10 «ЖЕНСКИЙ ДЕНЬ». Х/ф. 16+ 8.55 «Православная энциклопедия». 6+ 9.25 «Фильм-сказка. «ФИНИСТ ЯСНЫЙ СОКОЛ». 12+ 10.45 «СЛЕДЫ НА СНЕГУ». Х/ф. 12+ 11.30 «События». 12+ 11.45 «СЛЕДЫ НА СНЕГУ». Продолжение фильма. 12+ 12.40 «НЕ МОГУ СКАЗАТЬ ПРОЩАЙ». Х/ф. 12+ 14.30 «События». 12+ 14.45 «Тайны нашего кино. «Вечный зов». 12+ 15.15 «ПУТЕШЕСТВИЕ ВО ВЛЮБЛЕННОСТЬ». Х/ф. 16+ 17.20 «ЛЮБОВЬ В РОЗЫСКЕ». Х/ф. 12+ 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым. 16+ 22.10 «Право знать!». Ток-шоу. 16+ 23.25 «События». 16+ 23.35 «Право голоса». 16+ 2.50 «Родина майданов». Специальный репортаж. 16+ 3.20 «ОХОТА НА ЕДИНОРОГА». Х/ф. 16+ 4.55 «Осторожно, мошенники!». 16+	НТВ 4.40 «АДВОКАТ». Т/с. 16+ 5.35 «ПЕТРОВИЧ». Т/с. 16+ 7.25 «Смотр 0+». 0+ 8.00 «Сегодня». 0+ 8.15 «Жилищная лотерея Плюс». 0+ 8.45 «Медицинские тайны». 16+ 9.20 «Готовим с Алексеем Зиминным». 0+ 10.00 «Сегодня». 16+ 10.20 «Главная дорога». 16+ 11.00 «Кулинарный поединок с Дмитрием Назаровым». 0+ 11.55 «Квартирный вопрос». 0+ 13.00 «Сегодня». 16+ 13.20 «Я худею!». 16+ 14.20 «Своя игра». 0+ 15.05 Премьера. «Хлеб». Научно-популярный цикл Сергея Малоземова «Еда живая и мертвая». 12+ 16.00 «ЛИТЕЙНЫЙ». Т/с. 16+ 18.00 «Следствие вели...». 16+ 19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым. 16+ 20.00 «Новые русские сенсации». 16+ 21.00 «Ты не поверишь!». 16+ 22.00 «50 оттенков Белова». 16+ 23.00 «Время Г». с Вадимом Галыгиным. 18+ 23.35 «Дженнифер Энистон в комедии «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ» (США). 16+ 1.35 «СССР. Крах империи». Д/ф. 12+ 2.35 «Дикий мир». 0+ 3.15 «СЛЕДСТВЕННЫЙ КОМИТЕТ». Т/с. 16+	5 6.10 «Степа-морьяк». «Это что за птица?», «Ма-ша и волшебное варенье», «Слононок и письмо», «Как Львенок и Черепаха песню пели», «Храбрый портняжка», «Путешествие муравья», «Песенка мышонка», «Слононок», «Серая шейка», «Гуси-лебеди», «Волк и теленок», «Золотое перышко». М/с. 0+ 9.35 «День ангела». 0+ 10.00 «Сейчас». 0+ 10.10 «СЛЕД. КРЫША НАД ГОЛОВОЙ». Т/с. 16+ 11.00 «СЛЕД. ПРОСТО СЕРВА». Т/с. 16+ 11.55 «СЛЕД. ГЕНИЙ И ЗЛОДЕЙСТВО». Т/с. 16+ 12.40 «СЛЕД. ДОБРОХОТ». Т/с. 16+ 13.30 «СЛЕД. СКАЗКИ ИЗ ЯМЫ». Т/с. 16+ 14.20 «СЛЕД. ГОРИ ВСЕ ОГНЕМ». Т/с. 16+ 15.05 «СЛЕД. ЭФФЕКТ РЕБИНДЕРА». 16+ 16.00 «СЛЕД. ДЕТСКИЕ ШАЛОСТИ». Т/с. 16+ 16.50, 17.40 «СЛЕД». Т/с. 16+ 18.30 «Сейчас». 16+ 19.00, 19.55, 20.50, 21.40 «ОХОТА НА ПИРАНИЮ». Х/ф. 16+ 22.30, 23.25, 0.20, 1.15 «СМЕРТЕЛЬНАЯ СХВАТКА». Т/с. 16+ 2.10, 3.00 «КОДЕКС ЧЕСТИ-2. ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». Х/ф. 16+	СТС 6.00 «Том и Джерри». М/с. 0+ 6.45 «Пингвиненок Пороро». М/с. 0+ 7.40 «Робот Поли и его друзья». М/с. 6+ 8.30 «Июко». М/с. 0+ 9.00 «Смешарики». М/с. 0+ 9.15 «Три кота». М/с. 0+ 9.30 Премьера! «Кто кого на кухне?». 16+ 10.00 Премьера! «Снимите это немедленно!». 16+ 11.00 Премьера! «Большая маленькая звезда». 6+ 12.00 «Азотачки». М/ф. 6+ 13.35 «Рождественские истории веселого Мадагаскара!». М/с. 6+ 14.00 «ЧУМОВАЯ ПЯТНИЦА». Х/ф. 12+ 15.45 «Уральские пельмени». «Экспериментальный юмор». 16+ 16.00 «Уральские пельмени». «Семейное». 16+ 16.30 Шоу «Уральских пельменей». 16+ 17.20 «Храбрая сердцем». Полнометражный а/ф. 16+ 19.00 Премьера! «Мастершеф. Дети». 6+ 20.00 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ». Х/ф. 0+ 21.50 «Я - ЧЕТВЕРТЫЙ». Х/ф. 16+ 23.55 «СВЯТОША». Х/ф. 0+ 2.05 «ДЖЕФФ, ЖИВУЩИЙ ДОМА». Х/ф. 16+ 3.40 «ПАРАДАЙЗ». Т/с. 16+ 5.15 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+ 5.45 Музыка на СТС. 16+	РОССИЯ K 6.30 «Евроньюс». 12+ 10.00 Библийский сюжет. 12+ 10.35 «БРОДЯЧИЙ АВТОБУС». Х/ф. 12+ 12.10 «Большая семья. Римма Солнцева». 12+ 13.05 «На этой неделе... 100 лет назад. Нефронтовые заметки». 12+ 13.35 К 90-летию со дня рождения великой балерины. «Я, Майя Плисецкая...» Легендарные выступления. 12+ 14.55 «ОШИБКА ИНЖЕНЕРА КОЧИНА». Х/ф. 12+ 16.45 «Собор в Ахене. Символ религиозно-светской власти». Д/ф. 12+ 17.00 «Новости культуры». 12+ 17.30 «95 лет со дня рождения Яна Френкеля. «Романтика романса». 12+ 18.30 «ПОСЛЕДНИЙ ДЮЙМ». Х/ф. 12+ 19.55 «Кармен-сюита». Балет. 12+ 20.40 «Стихия по имени Майя». Д/ф. 12+ 22.00 «Белая студия». Вячеслав Полунин. 12+ 22.40 «КОРДЕБАЛЕТ». Х/ф. 12+ 0.45 «Уникальные Гала-пагосские острова. Южная Америка». 12+ 1.40 Мультфильм для взрослых. 12+ 1.55 «Искатели». 12+ 2.40 «Долина реки Орхон. Камни, города, ступы». Д/ф. 12+
---	---	---	--	--	--	--

Реклама

ПРО КУХНЮ

Читайте в журнале «ПРО кухню» № 11
УЖЕ В ПРОДАЖЕ

У столицы появился именной торт!
Теперь «Москва» будет радовать и нас, и наших гостей. Ловите рецепт!



ТНТ 7.00 «Comedy Club. Exclusive». 16+ 7.35, 8.00, 8.30 «Губка Боб Квадратные штаны». 12+ 9.00, 9.30 «ДЕФФОНКИ». Т/с. 16+ 10.00 «Дом-2. Lite». 16+ 11.00 «Школа ремонта». 12+ 12.00 «Комеди Клуб». 16+ 12.30, 1.00 «Такое Кино!». 16+ 13.00, 20.00 «Битва экстрасенсов». 16+ 14.30 «Comedy Woman. Дайджест». Шоу. 16+ 15.00 «Comedy Woman». 16+ 16.00 «Comedy Баттл. Последний сезон». Шоу. 16+ 17.00 «РОСОМАХА: БЕССМЕРТНЫЙ». Х/ф. 16+ 19.30 «Комеди Клуб». 16+ 21.30 «Танцы». 16+ 23.30 «Дом-2. Город любви». 16+ 0.30 «Дом-2. После заката». 16+ 1.30 «ОТПЕТЫЕ МОШЕННИКИ». Х/ф. 16+ 3.35 «Волшебный меч». М/ф. 12+ 5.15 «ЖЕНСКАЯ ЛИГА: ПАРНИ, ДЕНЬГИ И ЛЮБОВЬ». Т/с. 16+ 6.00, 6.30 «Турбо-Агент Дадли». М/с. 12+	РЕН 5.00 «ГОРОД АНГЕЛОВ». Х/ф. 16+ 6.45 «ПОСЛЕДНИЙ САМУРАЙ». Х/ф. 16+ 9.40 «Кино»: «Лего. Фильм». М/ф. 6+ 11.30 «Самая полезная программа». 16+ 12.30 «Новости». 16+ 13.00 «Военная тайна». 16+ 17.00 «Территория заблуждений». 16+ 19.00 «КОНАН-ВАРВАР». Х/ф. 16+  21.00 «ВОЙНА БОГОВ: БЕССМЕРТНЫЕ». Х/ф. 16+ 23.00 «БЛЭЙД». Х/ф. 16+ 1.20 «БЛЭЙД-2». Х/ф. 16+ 3.30 «БЛЭЙД-3: ТРОИЦА». Х/ф. 16+	ДОМАШНИЙ 6.30 Ангелы красоты. Мейквер. 16+ 7.30 «ЖАЖДА МСТИ». Х/ф. 16+ 10.05 «ПОДРУГА ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». Х/ф. 12+ 14.10 «УРАВНЕНИЕ СО ВСЕМИ ИЗВЕСТНЫМИ». Х/ф. 16+ 18.00 «Восточные жены». Д/ф. 16+ 19.00 «1001 НОЧЬ». Х/ф. 12+ 22.00 «Религия любви». Д/ф. 16+ 23.00 Церемония «Женщина года-2015». 16+ 0.00 «Одна за всех». 16+ 0.30 «КОСНУТЬСЯ НЕБА». Х/ф. 16+ 2.25 Нет запретных тем. Медицинское ток-шоу. 16+ 5.25 Домашняя кухня. Кулинарное шоу. 16+ 5.55 «Одна за всех». 16+	ТВ 3 6.00 «Мультфильмы». СМФ. 0+ 8.30 «Вокруг Света. Места Силы». Д/ф. 16+ 9.30 «Школа доктора Комаровского». 12+ 10.00 «Слепая». Д/с. 12+ 10.30 «Слепая». Д/с. 12+ 11.00 «Слепая». Д/с. 12+ 11.30 «Слепая». Д/с. 12+ 12.00, 12.30, 13.00 «Гадалка». Д/ф. 12+ 13.30 «БАЛЛАДА О ДОБЛЕСТНОМ РЫЦАРЕ АЙВЕНГО». Х/ф. 12+ 15.30 «ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ: ДВЕ КРЕПОСТИ». Х/ф. 12+ 19.00 «ВЛАСТЬ ОГНЯ». Х/ф. 12+ 21.00 «ФАНТОМ». Х/ф. 16+ 22.45 «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». Х/ф. 16+ 0.45 «ТЕМНЫЙ ГОРОД». Х/ф. 16+ 2.45 «ДОКТОР МАФИИ». Т/с. 16+ 3.30 «ДОКТОР МАФИИ». Т/с. 16+ 4.30 «ДОКТОР МАФИИ». Т/с. 16+ 5.15 «ДОКТОР МАФИИ». Т/с. 16+	ЗВЕЗДА 6.00 «УТРО БЕЗ ОТМЕТОК». Х/ф. 6+ 7.20 «ТАБАЧНЫЙ КАПИТАН». Х/ф. 0+ 9.00 «Новости дня». 16+ 9.15 «Легенды музыки». Премьера. 6+ 9.40 «Последний день». Премьера. 12+ 10.25 «Не факт!». Премьера. 6+ 11.00 «БОТАНЫ». Т/с. 12+ 16.05 «ИЗ ЖИЗНИ НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». Х/ф. 12+ 18.00 «Специальный репортаж». Премьера. 12+ 18.20 «Процесс». Премьера. 12+ 19.20 «ВПЕРВЫЕ ЗАМУЖЕМ». Х/ф. 6+ 21.25 «ОДИНОКИН ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». Х/ф. 6+ 23.00 «Новости дня». 12+ 23.20 «ОДИНОКИН ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». Х/ф. 6+ 23.30 «ЗАВТРАК С ВИДОМ НА ЗЛЫБРУС». Х/ф. 12+ 1.00 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ». Х/ф. 0+ 4.20 «ВСТРЕТИМСЯ У ФОНТАНА». Х/ф. 0+	СТЕ 6.00 «Мультфильмы». 0+ 7.45 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». Х/ф. 6+ 12.30 Мужская работа. 16+ 16.30 Выжить в лесу. 16+ 18.35 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА - СМЕРТЕЛЬНАЯ СХВАТКА». Х/ф. 0+ 20.00 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА - ОХОТА НА ТИГРА». Х/ф. 0+ 21.25 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА - СОБАКА БАСКЕРВИЛЕЙ». Х/ф. 0+ 23.00 Квартирник у Маргулиса. 16+ 0.00 «ДУХЛЕСС». Х/ф. 18+ 2.10 Утилизатор. 12+ 3.10 «Ночной продавец». Х/ф. 12+ 4.55 Секреты спортивных достижений. 12+	МАТЧ 6.30 Смешанные единоборства. Bellator. 16+ 8.00, 9.00, 10.00, 11.00 «Новости». 12+ 8.05, 9.05, 0.45 Все на Матч! 12+ 10.05 «Спортивный интерес». 16+ 11.05 «Мировая разведка». 16+ 11.30 «Лучшая игра с мячом». 16+ 11.55 Баскетбол. Чемпионат Европы-2017. Женщины. Отборочный турнир. Россия - Болгария. 16+ 13.50 Росгосстрах Чемпионат России по футболу. ЦСКА - «Крылья Советов». (Самара). 16+ 16.15 Росгосстрах Чемпионат России по футболу. «Зенит». (Санкт-Петербург) - «Урал». (Екатеринбург). 16+ 18.30 Фигурное катание. Гран-при России. 16+ 20.10 Футбол. Чемпионат Испании. «Реал». (Мадрид) - «Барселона». 16+ 22.10 «Реальный спорт». 16+ 22.40 Футбол. Чемпионат Италии. «Ювентус» - «Милан». 16+ 1.45 «Цена золота». Д/ф. 12+ 3.30 «Быстрые девушки». Д/ф. 12+ 4.00 «Ты можешь больше!». 12+
--	---	---	---	--	---	--

ЗДОРОВАЯ ЖИЗНЬ ИЗВЕСТНЫХ ЛЮДЕЙ

ИСТОРИИ О ТОМ, КАК СДЕЛАТЬ СЕБЯ ЗДОРОВЕЕ

СОВЕТЫ СПЕЦИАЛИСТОВ



О ЗВЕЗДНОЙ КРАСОТЕ

О ЗДОРОВОЙ ФИЗКУЛЬТУРЕ

О ДЕТЯХ

О СЕМЕЙНОМ ЗДОРОВЬЕ

ЖУРНАЛ «ПРО ЗДОРОВЬЕ»

покупайте и читайте в №11

16

Реклама



6.00 Новости.
6.10 Нарисованное кино.
«Рататуй».
8.10 «Армейский магазин». 16+
8.45 «Смешарики. ПИН-код».
8.55 «Здоровье». 16+
10.00 Новости (с субтитрами).
10.15 «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым. 12+
10.35 «Пока все дома».
11.25 «Фазенда».
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 К юбилею Нонны Мордюковой. Премьера. «Душа нараспашку». 12+
13.25 «ДЕЛО БЫЛО ФИЛЬМ В ПЕНЬКОВЕ». Х/ф. 12+
15.20 «Три плюс два». «Версия курортного романа». 12+
16.25 Андрей Миронов, Евгений Жариков, Наталья Фатеева, Наталья Кустинская в комедии «ТРИ ПЛЮС ДВА».
18.25 «КВН-2015». Кубок мэра Москвы. 16+
21.00 Воскресное «Время».
23.00 Только для взрослых. Психологический триллер «МЕТОД». Сеанс шестой. 18+
0.00 «ЛУЧШЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ». Х/ф. 16+
2.30 «КЕЛЛИ ОТ ДЖАСТИНА». Х/ф. 12+
4.00 «Контрольная закупка».

РОССИЯ 1

5.50 «ТРЕВОЖНОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ». Х/ф.
7.30 «Сам себе режиссёр».
8.20 «Смехопанорама».
8.50 Утренняя почта.
9.30 «Сто к одному». Телеигра.
10.20 Местное время. Вести-Москва. Неделя в городе.
11.00 Вести.
11.10 Премьера. «Смеяться разрешается». Юмористическая программа.
12.10 «КРИВОЕ ФИЛЬМ ЗЕРКАЛО ДУШИ». Х/ф. 12+
14.00 Вести.
14.20 «КРИВОЕ ЗЕРКАЛО ДУШИ». Х/ф. 12+
16.00 Премьера. «Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица».
18.00 «АЛЛА ФИЛЬМ В ПОИСКАХ АЛЛЫ». Х/ф. 12+
20.00 Вести недели.
22.00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым». 12+
0.30 «ВЛЮБЛЁН ФИЛЬМ И БЕЗОРУЖЕН». Х/ф. 12+
2.30 «Шарль де Голль. Его Величество Президент». 12+
3.30 «Смехопанорама».
4.00 Комната смеха.



5.25 «СКАЗАНИЕ О ЗЕМЛЕ СИБИРСКОЙ». Х/ф. 6+
7.20 «Фактор жизни». 12+
7.50 «СИССИ - ФИЛЬМ МОЛОДАЯ ИМПЕРАТРИЦА». Х/ф. 16+
9.55 «Барышня и кулинару». 12+
10.30 «ЧЕЛОВЕК ФИЛЬМ РОДИЛСЯ». Х/ф. 12+
11.30 События.
11.45 «ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ». Продолжение фильма. 12+
12.45 «150 лет Службе судебного пристава России». Праздничный концерт. 12+
14.30 Московская неделя.
15.00 «ЧИСТО ФИЛЬМ АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». Х/ф. 12+
16.55 Премьера. Детективы Натальи Александровой. «ПОГОНА ЗА ТРЕМЯ ЗАЙЦАМИ». 12+
20.25 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ В ФОКУСЕ». Х/ф. 16+
0.00 События.
0.15 «ОПЕРАТИВНАЯ ФИЛЬМ РАЗРАБОТКА». Х/ф. 16+
2.05 «ОПЕРАТИВНАЯ ФИЛЬМ РАЗРАБОТКА. КОМБИНАТ». Х/ф. 16+
3.55 Петровка. 38. 16+
4.05 «ВЕРА». Х/ф. 16+



5.10 «АДВОКАТ». Т/с. 16+
6.05 «ПЕТРОВИЧ». Т/с. 16+
8.00 Сегодня.
8.15 Лотерея «Русское лото плюс». 0+
8.50 Их нравы. 0+
9.25 Едим дома. 0+
10.00 Сегодня.
10.20 «Первая передача». 16+
11.00 «Чудо техники». 12+
11.50 «Дачный ответ». 0+
13.00 Сегодня.
13.20 «Поедем, поедим!». 0+
14.10 Своя игра. 0+
15.00 Премьера. «НашПотребНадзор». Не дай себя обмануть! 16+
16.00 «ЛИТЕЙНЫЙ». Т/с. 16+
18.00 «Акценты недели». Информационная программа.
19.00 «Точка» с Максимом Шевченко.
19.45 «ПАУТИНА». Т/с. 16+
23.40 «Пропаганда». Авторское информационное шоу с Еленой Милинчич. 16+
0.15 «Генерал». Фильм Вадима Глускера. 16+
1.15 «ПЕТРОВИЧ». Т/с. 16+
3.05 «СЛЕДСТВЕННЫЙ СЕРИАЛ КОМИТЕТ». Т/с. 16+



5.40 «Лоскутик и Облако», «Приезжайте в гости», «Тихая поляна», «Веселый огород», «Шапка-невидимка», «Золотая антилопа», «Тигренок на подсолнухе», «Месть кота Леопольда», «Телевизор кота Леопольда», «Прогулка кота Леопольда», «Мы с Джеком», «Оранжевое горлышко», «Горшочек каши», «Дюймовочка». М/ф. 0+
10.00 «Сейчас».
10.10 «Истории из будущего». 0+
11.00 «ЕВДОКИЯ». Х/ф. 12+
13.10 «СВЕРСТНИЦЫ». Х/ф. 12+
14.55 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА». Х/ф. 12+
17.00 «Место происхождения. О главном».
18.00 «Главное».
19.30, 20.20, 21.15, 22.00 «ШПИОН». Т/с. 16+
22.45 «НЕПОБЕДИМЫЙ». Х/ф. 16+
23.45 «НЕПОБЕДИМЫЙ». Х/ф. 16+
0.35 «НЕПОБЕДИМЫЙ». Х/ф. 16+
1.30 «НЕПОБЕДИМЫЙ». Х/ф. 16+
2.20, 3.10 «КОДЕКС ЧЕСТИ-2. КОРПОРАЦИЯ». Т/с. 16+
4.05, 4.55 «КОДЕКС ЧЕСТИ-2. БАНКИРЫ ПРЕДПОЧИТАЮТ УМЕРЕТЬ». Т/с. 16+



6.00 «Аэроточки». М/ф. 6+
7.35 «Пингвиненок Пороро». М/с. 0+
7.55 «Роботар Поли и его друзья». М/с. 6+
8.30 «Йоко». М/с. 0+
9.00 «Смешарики». М/с. 0+
9.15 «Три кота». М/с. 0+
9.30 «Смешарики». М/с. 0+
10.00 Премьера! «Успеть за 24 часа». Реалити-шоу. Ведущий - Александр Рогов. 16+
11.00 Премьера! «Руссо туристо». Тревел-шоу. 16+
12.00 «Я - ЧЕТВЕРТЫЙ». Х/ф. 16+
14.00 «КАК Я СЕРИАЛ СТАЛ РУССКИМ». Т/с. 16+
16.00 «Уральские пельмени». «Шопинг-мания». 16+
16.30 Шоу «Уральских пельменей». 16+
17.40 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ». Х/ф. 0+
19.30 Шоу «Уральских пельменей». 16+
21.00 Премьера! «Два голоса». Музыкальное семейное шоу. 0+
22.30 «СКАЗКИ НА НОЧЬ». Т/с. 12+
0.25 «Африканские кошки. Королевство смелых». Д/ф. 16+
2.05 «ПАРАДАЙЗ». Т/с. 16+
3.40 «6 КАДРОВ». Т/с. 16+
5.50 Музыка на СТС. 16+

РОССИЯ К

6.30 «Евроныус».
10.00 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфиоровым».
10.35 «ПОСЛЕДНИЙ ДЮЙМ». Х/ф.
12.05 «Легенды мирового кино». Дэвид Гриффит.
12.30 «Россия, любовь моя!» «Алтай. Мир звуков и красок».
13.00 «Уникальные Галапагосские острова. Южная Америка».
13.55 Гении и злодеи. Гай Северин.
14.25 «Что делать?»
15.15 «Пешком...» Москва Станиславского.
15.45 «КОРДЕБАЛЕТ». Х/ф.
17.40, 1.55 «Искатели».
18.30 «Наших песен удивительная жизнь».
19.30 К юбилею киностудии им. М. Горького. «100 лет после детства».
19.45 «ОТЧИЙ ДОМ». Х/ф.
21.20 «Люсьена Овчинникова. Мотылек».
22.00 Послушайте!.. «Поэты войны».
23.20 К 90-летию со дня рождения великой балерины. Майя Плисецкая, Александр Богатырев в легендарном балете Большого «Лебединое озеро».
1.25 Мультфильмы для взрослых.
2.40 «Монастыри Ахпат и Санаин, непохожие братья». Д/ф.



ПРО КУХНЮ

Читайте в журнале
«ПРО кухню» № 11
УЖЕ В ПРОДАЖЕ

У Чайковского есть и испанский танец
«Шоколад», и арабский «Кофе».
А был ли он сам гурманом?



7.00 «ТНТ. MIX». 16+
7.35, 8.00, 8.30 «Губка Боб Квадратные штаны». 12+
9.00, 9.30 «ДЕФФОНКИ». Т/с. 16+
10.00 «Дом-2. Lite». 16+
11.00 «Перезагрузка». 16+
12.00 «Танцы». 16+
14.00, 20.00 «Комеди Клуб». 16+
15.00 «РОСОМАХА: БЕССМЕРТНЫЙ». Х/ф. 16+
17.30 «ФАНТАСТИЧЕСКАЯ ЧЕТВЕРКА-2. ВТОРЖЕНИЕ СЕРЕБРЯНОГО СЕРФЕРА». Х/ф. 12+
19.30 «Комеди Клуб». 16+
21.00 «Однажды в России». 16+
22.00 «Stand Up». Шоу. 16+
23.00 «Дом-2. Город любви». 16+
0.00 «Дом-2. После заката». 16+
1.00 «ЕЩЕ ОДИН ГОД». Х/ф. 16+
3.00 «ЭКСКАЛИБУР». Х/ф. 16+
5.50 «Женская лига. Лучшее». 16+
6.00 «Турбо-Агент Дадли». «Птица любви / Лучший пес». М/с. 12+
6.30 «Турбо-Агент Дадли». «Назад в будущее / Камера, мотор, крашнуйт!». М/с. 12+



5.00 «БЛЭЙД-3: ТРОИЦА». Х/ф. 16+
5.40 «Секретные территории: «Зов крови». 16+
6.40 «ВОЙНА БОГОВ: БЕССМЕРТНЫЕ». Х/ф. 16+
8.40 «Кино»: «КОНАН-ВАРВАР».
10.45 «ПРОКЛЯТИЕ ГРОБНИЦЫ ТУТАНХАМОНА». Д/ф. 16+
14.00 «БЛЭЙД-2». Х/ф. 16+
16.20 «БЛЭЙД-2». Х/ф. 16+
18.30 «БЛЭЙД-3: ТРОИЦА». Х/ф. 16+
20.30 «ШЕРЛОК ХОЛМС: ИГРА ТЕНЕЙ». Х/ф. 16+
23.00 «Добров в эфире». Информационно-аналитическая программа. 16+
0.00 «Соль». Музыкальное шоу Захара Прилепина. 16+
1.30 «Военная тайна». 16+



6.30 Ангелы красоты. Мейквер. 16+
7.30 «Одна за всех». 16+
7.55 «ПЯТЬ ШАГОВ ПО ОБЛАКАМ». Х/ф. 16+
11.50 «ПОКА ЖИВУ, ЛЮБЛЮ». Х/ф. 12+
15.35 «В ДЖАЗЕ ТОЛЬКО ДЕВУШКИ». Х/ф. 12+
18.00 «Звездная жизнь». Д/ф. 16+
19.00 «БЕЛЫЕ РОЗЫ НАДЕЖДЫ». Х/ф. 16+
22.40 «Женщины с обложки». Д/ф. 16+
23.40 «Одна за всех». 16+
0.30 «ВАНЬКА». Х/ф. 16+
2.20 Нет запретных тем. Медицинское ток-шоу. 16+
5.20 Домашняя кухня. Кулинарное шоу. 16+
5.50 «Одна за всех». 16+



6.00 Мультфильмы. СМФ. 0+
7.30 «Школа доктора Комаровского». 12+
8.00 «СЕРДЦЕ ДРАКОНА». Х/ф. 0+
10.00 «БАЛЛАДА О ДОБЛЕСТНОМ РЫЦАРЕ АЙВЕНГО». Х/ф. 12+
12.00 «ИНТЕРДЕВОЧКА». Х/ф. 16+
15.00 «ВЫЗОВ». Т/с. 16+
16.00 «ВЫЗОВ». Т/с. 16+
17.00 «ВЫЗОВ». Т/с. 16+
18.00 «ВЫЗОВ». Т/с. 16+
19.00 «ВТОРЖЕНИЕ». Х/ф. 16+
21.00 «КРАСНЫЙ ДРАКОН». Х/ф. 16+
23.30 «АНИИБАЛ». Х/ф. 16+
2.00 «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». Х/ф. 16+
4.00 «ПОСЛЕДНЯЯ НАДЕЖДА». Т/с. 16+
5.00 «ПОСЛЕДНЯЯ НАДЕЖДА». Т/с. 16+



6.00 «ТАЙНА ЖЕЛЕЗНОЙ ДВЕРИ». Х/ф. 0+
7.25 «ПРАВО НА ВЫСТРЕЛ». Х/ф. 12+
9.00 «Новости недели». 12+
9.25 Служу России!
9.55 «Военная приемка». 6+
10.45 «Научный детектив». 12+
11.15, 13.15 «ЗОЛОТАЯ МИНА». Х/ф. 0+
13.00, 23.00 Новости дня.
14.20 «ПРОПАВШИЕ СРЕДИ ЖИВЫХ». Х/ф. 12+
16.10 «Я ОБЪЯВЛЯЮ ВАМ ВОЙНУ». Х/ф. 16+
18.00 Новости. Главное.
18.35 «Особая статья». 12+
19.20 «Легенды советского сыска». 16+
22.35 «Научный детектив». 12+
23.20 «МОЙ ЛУЧШИЙ ДРУГ ГЕНЕРАЛ ВАСИЛИЙ, СЫН ИОСИФИ». Х/ф. 16+
1.25 «БЕЗ ПАНИКИ, МАЙОР КАРДОШ!». Х/ф. 6+
3.10 «ЗАКОЛДОВАННЫЙ ДОЛЛАР». Х/ф. 6+
4.55 «Солдатский долг маршала Рокоссовского». Д/ф. 12+



6.00 «Мультфильмы». 0+
8.00 Утилизатор. 12+
9.30 «СВЕТОФОР». Т/с. 16+
14.30 «ЗАВТРА НЕ УМРЕТ НИКОГДА». Х/ф. 12+
17.00 «И ЦЕЛОГО МИРА МАЛО». Х/ф. 16+
19.30 Смешные деньги. 16+
21.30 «+100500». Х/ф. 6+
0.15 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». Х/ф. 6+
5.00 Секреты спортивных достижений. 12+



6.30 Профессиональный бокс. Мигель Котто (Пуэрто-Рико) против Сауля Альвареса (Мексика). Бой за звание чемпиона мира по версии WBC в среднем весе.
8.00, 9.00, 10.00, 12.00 Новости.
8.05, 9.05, 18.15, 22.40 Все на Матч!
11.05 «Поверь в себя. Стань человеком». 12+
11.30 «Мама в игре». Д/ф. 12+
12.05 Фигурное катание. Гран-при России. Женщины.
13.00 «Цена золота». Д/ф.
13.45, 1.45 «Детали спорта». 16+
14.00 «Анатомия спорта». 12+
14.30 «Дублер». 12+
15.00, 2.00 Фигурное катание. Показательные выступления.
16.30 «Реальный спорт».
17.30 «1+1». Д/ф. 16+
19.15 Росгосстрах. Чемпионат России по футболу. «Спартак» (Москва) - «Краснодар».
21.40 «После футбола».
0.00 «Важная персона». Д/ф.
4.00 «КОРОЛИ ЛЬДА». Х/ф. 18+

МОСКОВСКИЙ КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Удивительно, но «так трудно купить ..., который выглядел бы на столько, сколько он стоит на самом деле»!
3. Какое насекомое, коснувшись человека, немедленно убегает мыться?
8. «Убийца травы».
10. Побои «единственного числа».
11. «Обморок» по воле гипнотизёра.
12. «Дефиле» на

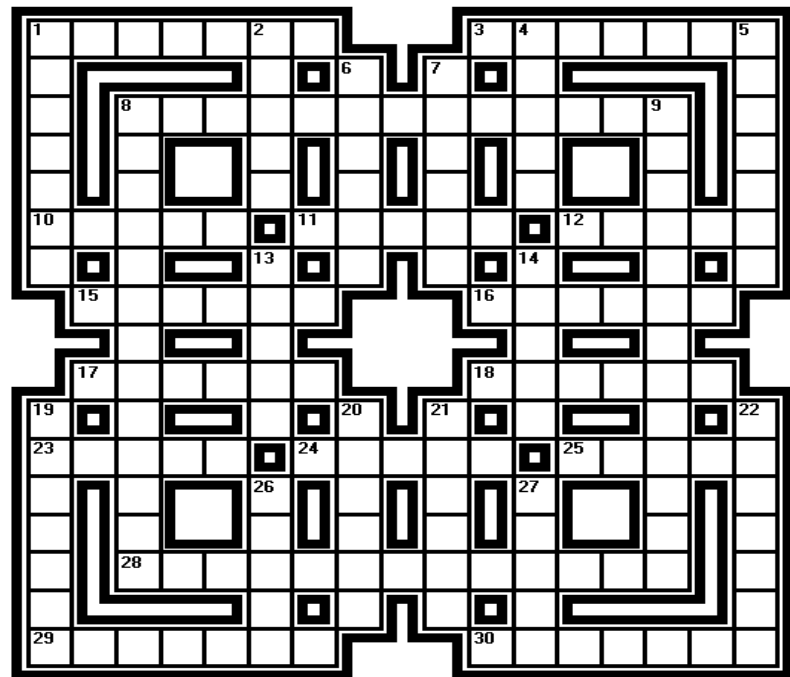
марше.
15. «Насадка» на светильник.
16. «Геометрическая прогрессия» с горы.
17. Осколок плача.
18. «Игроки театра».
23. Что заставляет «держак камень за пазухой»?
24. В какую историю следует бросаться «очертя голову, но с открытыми глазами»?
25. «Живое такси».
28. Регулировщик взлёта и посадки.
29. «Страшно закрученный» жанр.
30. «Магнит внимания» на полях книги.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Нечто ничто.
2. «Прогулка по лесу» ради стрельбы.
4. «Порой преступлением является как раз ...».
5. «Отклик на простуду» у носа.
6. Кто оставил всякие попытки трудиться?
7. «Костлявая» игра.
8. В Англии однажды вышла ... с записью паровозных гудков.
9. Кто лихачам «не даёт никакого житья»?
13. Пропуск в «бесплатную медицину».
14. «Взять за ...».
19. Матросы прислали на телепро-

грамму «Что? Где? Когда?» пустой ..., потому что «у матросов нет вопросов».
20. «Пока жива ..., у производителей джипов есть будущее».
21. Бутерброд с диванным названием.
22. Гибрид стула и маятника.
26. «Бисер» для сладкоежки.
27. «Веселуха».

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 45 ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Светило. 3. Выпивка. 8. Конференция. 11. Осечка. 12. Рубище. 13. Зерно. 16. Цензор. 17. Паштет. 18. Балдэж. 19. Камень. 25. Колье. 27. Курьер. 28. Оратор. 29. Постоянство. 30. Рулетка. 31. Глазурь.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Святоша. 2. Иголка. 4. Прикуп. 5. Айсберг. 6. Вертеп. 7. Щетина. 9. Температура. 10. Численность. 14. Шофёр. 15. Карат. 20. Рэкетиры. 21. Доктор. 22. Лыдина. 23. Страсть. 24. Ремонт. 26. Правда.



VESMO.RU

Сайт является удобным помощником для любого человека! Необходимо обратиться в суд? Плохо работают ЖЭУ, чиновники, врачи или коммерсанты?

ЗАЙДИ НА САЙТ РЕШИ СВОИ ПРОБЛЕМЫ

Реклама. 14+

ПРЕМЬЕРА

6+

ДЕТИ

«САВВА. СЕРДЦЕ ВОИНА»



ВОСЕМЬ ЛЕТ МУЗЫКАЛЬНЫЙ ПРОДЮСЕР СОЗДАВАЛ ИСТОРИЮ О ДЕСЯТИЛЕТНЕМ САВВЕ. ОТВАЖНЫЙ МАЛЬЧИК ОТПРАВЛЯЕТСЯ ВМЕСТЕ С БЕЛЫМ ВОЛКОМ АНГОЙ НА ПОИСКИ ВОЛШЕБНИКА, КОТОРЫЙ МОЖЕТ СПАСТИ ЛЕСНУЮ ДЕРЕВНЮ ОТ ГИЕН. НА ПУТИ ИХ ЖДУТ НЕ ТОЛЬКО ОПАСНОСТИ И ЗЛОБНАЯ КОРОЛЕВА ОБЕЗЬЯН, НО И ЗНАКОМСТВО С НОВЫМИ ДРУЗЬЯМИ - ПУСИКОМ, ФАФЛОМ И НАНТИ.

Мультфильм. Россия. Режиссёр Максим Фадеев.
Продолжительность 1 час 25 минут.



«ШЕФ АДАМ ДЖОНС»
Драма/комедия. США.
Режиссёр Джон Уэллс. В ролях: Брэдли Купер, Сиенна Миллер, Омар Си, Даниэль Брюль, Ума Турман, Эмма Томпсон и др.

Сентиментальная драма со звёздным составом. Когда-то его имя, как и собственный ресторан, были на устах у всего Парижа. Но пагубная страсть доводит бизнес до краха: Адам теряет заветные мишленовские звёзды. Однако шеф-повар на то и шеф, чтобы не сдаваться. Получится ли у него заново набрать команду из лучших и снова покорить всех своей едой?



Дни культуры Исландии
13, 19, 20, 26 и 27 ноября, 19.00.
ГМИИ им. А. С. Пушкина, ул. Пречистенка, д. 12/2, стр. 1. Цена билета: от 150 до 550 руб.

Всё о жизни и культуре этой северной страны расскажут в рамках культурных дней Исландии. В частности, в ГМИИ запланирована выставка «Исландская осень», где будут представлены работы исландских художников конца XIX - второй половины XX в. Здесь же прозвучат произведения исландских композиторов и пройдёт вечер исландских книг.



«ИГРОКОН-2015»
14 и 15 ноября, сб. и вс., с 11.00 до 20.00.
КВЦ «Сокольники», 5-й Лучевой просек, д. 7, стр. 1. Бесплатно.

Фестиваль собрал игры - от самых новых до ставших уже легендами. Тут игры на любую тему и для любого возраста. Например, можно заиграться в «Соображарий», «Находку для шпиона» или в «Свинтус Зомби» и даже познакомиться с самими разработчиками популярных настольных игр.



«ЭЭХХ, РАЗГУЛЯЙ!»
14 ноября, сб., 18.00.
СК «Олимпийский», Олимпийский пр-т, д. 16/2.
Цена билета: от 350 руб.

На одной сцене в рамках музыкального марафона соберутся все звёзды шансона: Александр Розенбаум, Григорий Лепс, Стас Михайлов, Елена Ваенга (на фото), Михаил Шуфутинский, Сергей Трофимов, Ирина Круг, Олег Газманов, Игорь Саруханов и др. Зрителей ждут живой оркестр, балет и, конечно, старые и новые песни.

КОНЦЕРТ



Памяти Олега Кагана
16 ноября, пн., 19.00.
МГК им. П. И. Чайковского, ул. Большая Никитская, д. 13/6. Цена билета: от 200 до 1000 руб.

Концертный симфонический оркестр МГК под управлением Анатолия Левина вспомнит выдающегося советского скрипача **Олега Кагана** (на фото) исполнением Симфонии № 1 Брамса и Концерта № 1 Шнитке. Солистка - Наталья Гутман (виолончель).



Ферруччо Фурланетто
16 ноября, пн., 19.00.
Концертный зал им. П. И. Чайковского, Триумфальная пл., д. 4.
Цена билета: от 300 до 2000 руб.

Легендарный голос эпохи Ферруччо Фурланетто (на фото) исполнит романсы Рахманинова, вокальные миниатюры и цикл «Песни и пляски смерти» Мусоргского. За роялем - постоянный творческий партнёр Фурланетто, пианист Игорь Четувев.



«Музыка кино»
17 ноября, вт., 19.00
«Новая Опера» им. Е. В. Колобова, ул. Каретный Ряд, д. 3, стр. 2. Цена билета: 600 руб.

Солисты театра исполняют музыку из знаменитых советских кинофильмов «Волга-Волга», «Цирк», «Девчата», «В бой идут одни «старики», «Весна на Заречной улице», «Весёлые ребята», «Свинарка и пастух», «Простая история» и др. Режиссёр Алексей Вэйро. Партия фортепиано - Екатерина Маклярская.



«Моя Люся»
С 11 ноября по 10 января, ежедневно, ср. - вс. с 12.00 до 21.00, вых. пн. и вт.
Галерея классической фотографии, Саввинская наб., д. 23, стр. 1. Цена билета: от 150 до 300 руб.

К 80-летию легендарной актрисы и певицы Людмилы Гурченко - 150 фотографий, синтез документалистики, короткометражных сюжетов и неожиданных образов Гурченко через объектив фотографа Аслана Ахмадова.



«Почтигород»
Джон Кариани
14 ноября, сб., 19.00. Театр на Малой Бронной, Малая Бронная ул., д. 4. Цена билета: от 200 до 2000 руб.

В маленьком городе на краю света живут люди самых разных возрастов и профессий. Но однажды вечером с каждым из них случается чудо - к ним приходит любовь. Режиссёр Сергей Голомазов. В ролях: Д. Сердюк, Н. Самбурская, Е. Дубакина, М. Цигаль-Полищук и др.



«Подходцев и двое других»
Аркадий Аверченко
17 ноября, вт., 19.00. РАМТ, Театральная пл., д. 2.
Цена билета: от 400 до 2500 руб.

Искромётная комедия о приключениях закадычных друзей. Что получится, если собрать в одно время и в одном месте трёх изобретательных, неистощимых на выдумки авантюристов? Скучно точно не будет! Режиссёр Сергей Алдонин. В ролях: П. Красилов, И. Исаев, Д. Кривошапов, Р. Искандер и др.



Дыхание жизни
Дэвид Хэйр
16 ноября, пн., 19.00, МХТ им. Чехова, Новая сцена, Камергерский пер., д. 3. Цена билета: от 350 руб.

Очень женская история. Две зрелые дамы, которых связывает один мужчина. Их разговоры, когда они наконец встретились. Две блестящие актрисы - украшение психологического и эмоционального сюжета-диалога. Режиссёр Елена Невежина. В ролях: Алла Покровская и Наталья Тенякова.



ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ ТЕАТР
им. Евг. ВАХТАНГОВА. www.vakhtangov.ru, тел.: заказ и доставка билетов (499) 241-16-93, касса театра (499) 241-16-79
12.11, чт., 19.00 - Ж. Сиблей-рас. «Ветер шумит в тополях». 16+
13.11, пт., 19.00 - Ф. М. Достоевский. «Бесы». 16+
14.11, сб., 19.00 - М. А. Булгаков. «Бег». Премьера! 16+
15.11, вс., 19.00 - Л. Н. Толстой. «Анна Каренина». 16+
Реклама

МОСКОВСКИЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ ТЕАТР САТИРЫ. www.satire.ru, тел. (495) 699-63-05
12.11, чт., 19.00 - А. Житинкин. «Роковое влечение». Премьера! 16+
13.11, пт., 19.00 - Ю. Поляков. «Хомо Эректус». Онлайн! 18+
14.11, сб., 19.00 - Э. Лабиш. «Кошмар на улице Лурсин». 16+
15.11, вс., 19.00 - Р. Куни. «Слишком женатый таксист». 18+
17.11, вт., 19.00 - Ю. Поляков. «Хомо Эректус». Онлайн! 18+
18.11, ср., 19.00 - Н. Саймон. «Дураки». 16+
Реклама

ЧТОБЫ РАК НЕ УКУСИЛ

Как противостоять канцерогенам?

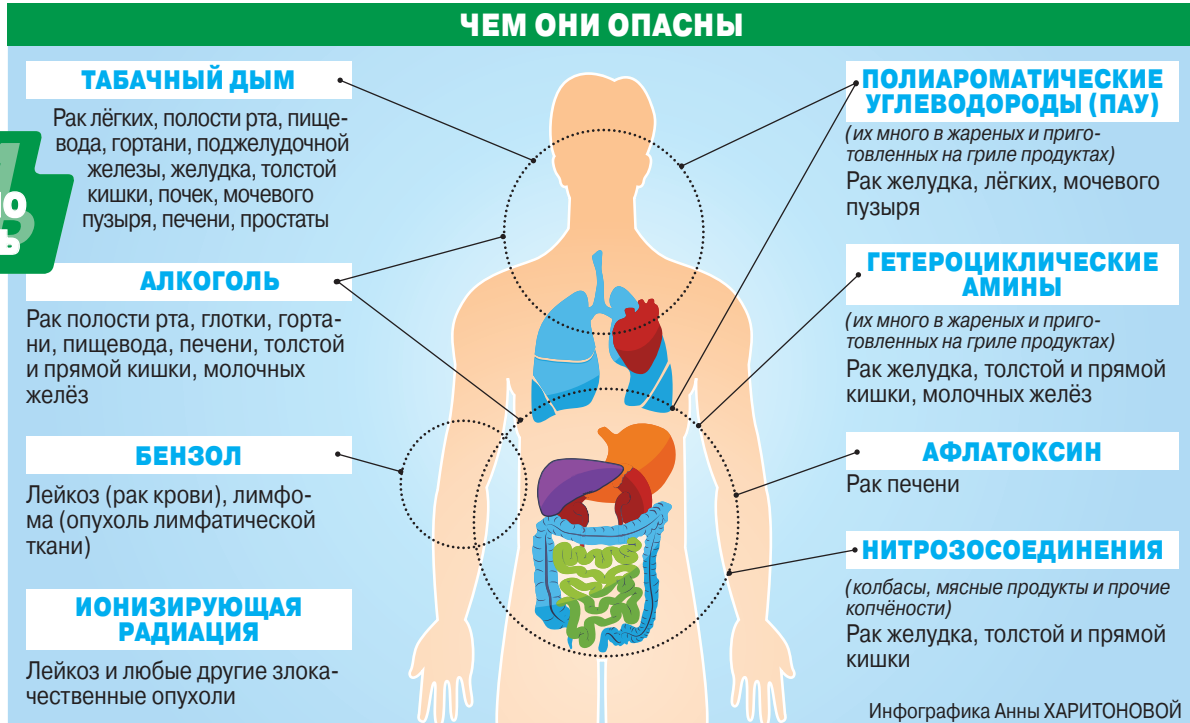
МЫ ЧАСТО СЛЫШИМ ОБ ЭТИХ ВЕЩЕСТВАХ, СПОСОБНЫХ ВЫЗЫВАТЬ РАК. НЕДАВНО СООБЩАЛОСЬ, ЧТО ОПАСНЫ ДАЖЕ МЯСО И ПРОДУКТЫ ИЗ НЕГО. ТАК ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ?



Что такое канцерогены? Как ослабить их действие? Об этом рассказывает человек, всю жизнь занимающийся их изучением,
- Владимир АНИСИМОВ, членкор РАН, доктор меднаук, руководитель отдела канцерогенеза и онкогенетологии в НИИ онкологии им. Н. Н. Петрова в Санкт-Петербурге.

ОНИ - ВЕЗДЕ

- Всего официально выделяют более 110 факторов, о канцерогенности которых в человека есть достоверные сведения. Этот список утверждает Международное агентство по изучению рака (оно входит в состав ВОЗ). В их числе некоторые вещества и их комбинации (мышьяк, бензол, бензапирен, кадмий, соединения хрома, табачный дым, ПАУ и т. д. - см. инфографику), некоторые гормоны и даже ряд химиотерапевтических препаратов для лечения рака. Но ими могут быть и вирусы, и физические воздействия. Например, радиация, рентгеновское излучение, избыточный ультрафиолет. Под сильным подозрением переменный электрический ток с частотой 50-60 Гц. Поэтому находится на расстоянии ближе 150 метров от высоковольтных линий электропередачи вредно, а у нас под ними часто строят дачи.



Обладает канцерогенным действием и обычный свет в ночное время. Поэтому опасны избыточное освещение наших городов, многолетняя сменная работа и просто бодрствование ночью. Много производств, оказывающих такое действие, - например, изготовление мебели, работа с сажей (её используют в резиновой промышленности) и др.

Подсчитано, что самое массовое канцерогенное влияние оказывает курение - с ним связывают до 33% всех злокачественных опухолей. Схожий эффект может быть и при неправильном питании. Вклад плохой экологии меньше - примерно 5-7% опухолей.

ВЫХОД ЕСТЬ!

Но правильное питание может, напротив, нейтрализовать действие канцерогенов. Известно, что всё жареное, копчёное, приготовленное на перегоревшем масле может провоцировать онкологию. Например, всего в одной баночке шпрот может содержаться такое количество кан-

церогенов, которого хватит, чтобы вызвать рак у мыши! То есть шпроты можно есть по чуть-чуть и не каждый день. Не злоупотребляйте и другими продуктами с канцерогенами. Разнообразьте способы готовки, не увлекайтесь

1 БАНКА

ШПРОТ ЧАСТО ВЫЗЫВАЕТ РАК У МЫШИ.

только жареным мясом. Плохо на гарнир всегда выбирать жареный картофель. Когда в меню есть блюда, которые могут содержать канцерогены, потребляйте вместе с ними продукты, способные их нейтрализовать, - зелёный чай, помидоры, салаты, разную капусту, свёклу, очень полезна брюква. Больше ешьте овощей и фруктов, делайте из них гарниры и салаты. Жиров ешьте поменьше - они, напротив, делают канцерогены более активными. Важно соблюдать эти правила во время беременности, чтобы не навредить

ребёнку. Особенно в первые и последние 3 месяца.

Действие канцерогенов нередко зависит от возраста. Например, на производствах, связанных с асбестом или радиацией, лучше не работать людям моложе 40 лет. А вот лекарства с эстрогеноподобным действием (они похожи на женские гормоны) более опасны для пожилых людей. Нужно понимать, что активность канцерогенов зависит от дозы и обычно от того, как долго они действуют. Хотя есть некоторые нитрозосоединения, которые вызывают рак даже после однократного влияния (через 1-1,5 года после этого у подопытных крыс развивался рак), подавляющее большинство канцерогенов делают своё чёрное дело лишь при многократном и многолетнем воздействии. Кстати, сам процесс развития рака тоже долгий и часто обратимый. Его можно обратить вспять, изменив, например, рацион питания.



Подготовил
Александр
МЕЛЬНИКОВ

Фото Legion-Media

- ПРОФИЛАКТИКА
- ЛЕЧЕНИЕ
- ЛЕКАРСТВА
- ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

СПРОСИТЕ ДОКТОРА АГАПКИНА



ДОКТОР СЕРГЕЙ АГАПКИН, ВЕДУЩИЙ ПРОГРАММЫ «О САМОМ ГЛАВНОМ», ОТВЕЧАЕТ НА ВОПРОСЫ НАШИХ ЧИТАТЕЛЕЙ О ЗДОРОВЬЕ.

У сына (3 года) был перелом ключицы. 2 недели носили повязку - в месте перелома оказалась шишечка. Что это такое? Врач назначил повторный рентген - не опасно ли его так часто делать ребёнку?
И. Костеркова, Химки

- «Шишечка» в месте перелома - это костная мозоль, так в норме и должно быть. Сейчас нужно пройти курс лечебной гимнастики и массаж, которые помогут восстановить двигательную деятельность и мышечную силу. Необходимость контрольного рентген-снимка определяет врач.

Недавно делала УЗИ брюшной полости. Определили, что желчный пузырь забит камнями, нашли два камня в почке. Нужно ли делать операцию, если камни не беспокоят?
Н. Васильева, Пушкино

- В вашем случае оперативное лечение необходимо. Оперироваться нужно в «холдный» период (при этом не должно быть болей и других неприятных симптомов). Операции в экстренных ситуациях чаще дают осложнения.

РОССИЯ 1
На телеканале «Россия 1» в 9.55 с понедельника по пятницу выходит программа «О самом главном». Ведущий доктор Сергей Агапкин.

Реклама

АНЕКДОТ
Наркоманы - самые счастливые люди на свете: они не знают, что такое старость.

0 чем молчат все женщины?

Скажем «ПРОЩАЙ!» зуду, жжению и сухости ТАМ↓

Крем для интимного комфорта «Неоджин» - успокаивающий, регенерирующий крем для женщин против дискомфорта в интимной области. Разработан швейцарскими специалистами в области женской гигиены. Формула «Неоджина» на основе комплекса пептидов и натуральных масел бережно воздействует на ткани. «Неоджин» НЕ СОДЕРЖИТ ГОРМОНОВ и лекарственных препаратов, ПАРАБЕНОВ и красителей. В результате кожные покровы в этом гиперчувствительном месте восстанавливаются, а зуд, сухость и раздражение остаются в прошлом.

Если у Вас есть один из этих симптомов, то специально для Вас открыта **БЕСПЛАТНАЯ** горячая линия 8-800-100-53-55. **КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ** обращения гарантируется!

Назовите код «И.01.Н» и примите участие в **БЕСПЛАТНОЙ АКЦИИ**. Действительно в течение 7 дней.



Мы знаем о мужском здоровье все

Лаверон.

Быстрый путь к долгому сексу

Растительный состав Лаверона для мужчин способствует быстрому и безопасному усилению сексуальной активности.

- 100%-ное растительное средство.
- Принимается за 40-60 минут до полового акта.
- Эффективен в любом возрасте.
- Действие одной таблетки сохраняется до 6-8 часов.
- Совместим с разумными дозами алкоголя.

Спрашивайте в аптеках вашего города.
Справочный центр **8-800-333-00-44** (звонок бесплатный).
Справочная по Москве **8 (495) 643-39-19**. www.lideron.ru

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

АКЦИЯ!
При заказе наложенным платежом Лаверона №3 в подарок Лаверон №1

ДЕЙСТВУЕТ ПРИ ПОЧТОВОМ ЗАКАЗЕ ПО ЭТОМУ КУПОНУ

Отметьте нужное количество препаратов в графе «Я заказываю».

Вырезав купон, отправьте его по адресу: 121596, г. Москва, а/я 67, для Ордокова А.О. (не забудьте указать на конверте свой обратный адрес, индекс, ФИО)

Я ЗАКАЗЫВАЮ:

Упаковка Лаверон № 1 500 мг. (1 таб.)шт.

Упаковка Лаверон № 3 500 мг. (3 таб.)шт.

РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЦЕНА:
Лаверон № 1 (1 таб.) - 455 руб.,
Лаверон № 3 (3 таб.) - 1205 руб.
АиФ 11.11.2015 г.

ЕСЛИ СТАРЕТЬ, ТО КРАСИВО!

ЛЕЧЕБНИК

Старость - не радость, но приходит она ко всем. Так как её пережить?

НОВЫЕ РАЗРАБОТКИ УЧЁНЫХ ДАЮТ ОТВЕТ НА ЭТОТ ВОПРОС.



Рассказывает **Лариса МАРЧЕНКО-ВА**, заведующая отделом активного долголетия и эندокринологии ФГБУ «Российский научный центр медицинской реабилитации и курортологии» Минздрава России, член президиума Российской ассоциации по остеопорозу.

СТРОЙНЕЕ - МОЛОЖЕ

- Лариса Александровна, а что такое старость? Морщины или немощность?

- На мой взгляд эндокринолога, старость начинается с прибавки веса, причём не равномерной, а когда отложения жира скапливаются в основном на животе и на внутренних органах. Такой тип ожирения - это риск развития почти всех заболеваний, которые у нас ассоциируются со старостью: артериальной гипертензии, атеросклероза, ишемической болезни сердца, сахарного диабета 2-го типа и др. Учёные исследовали старение клеток растений и животных и выяснили: один из первых признаков старения митохондрий - накопление в них жира.

- Поэтому среди пожилых так много полных?

- У женщин в менопаузе после 50-55 лет из-за гормональной перестройки начинает прибавляться вес. В среднем за первые 5-7 лет климактерического периода масса тела

увеличивается на 5 кг. Кроме того, имеет значение и общее снижение активности обмена веществ у человека с возрастом. Меняются и жизненные установки. Для молодых людей крайне важна сексуальная привлекательность, поэтому они больше заботятся о внешнем виде, правильном питании, следят за фигурой. Для пожилых секс не столь актуален, и люди расслабляются. Часто еда становится основным источником удовольствия.

- То есть, чем меньше ешь, тем дольше проживёшь?

- Точнее сказать - чем меньше калорийность рациона. В научных исследованиях было доказано: продолжительность жизни находится в обратной зависимости от количества потребляемых калорий. В США средняя калорийность рациона - 3700 килокалорий ежедневно. В Японии она ниже на 27%, а продолжительность жизни больше на 4-5 лет. Как снизить калорийность? Ограничить простые углеводы - сахар, изделия из белой муки, сладости, пироженные. Плюс снизить потребление животных жиров - исключить сметану, майонез, колбасу и сосиски и т. д. И обязательно употреблять нежирные кисломолочные продукты (источник кальция, здоровье костей). Стараться включать в рацион больше местных сезонных овощей и фруктов, рыбу.

СПИТЕ БОЛЬШЕ!

- Какие ещё есть способы продлить молодость?

- Они все известны - регулярные обследования у врачей, умение справляться со стрессами, физические упражнения, активный труд, в том числе интеллектуальный, дневные прогулки (вырабатывается витамин D), полноценный сон, разнообразная и активная социальная жизнь. Рекомендации так просты, что многим кажется, будто они неэффективны. А это не так.

- Спать надо больше?

- Больше, по возможности 9-10 часов, а для этого раньше ложиться. Причём важно спать

13 СПОСОБОВ ПРОДЛИТЬ ЖИЗНЬ

(рекомендации Университетского госпиталя Женевы)



Ставьте перед мозгом нетривиальные задачи.



Ешьте помидоры.



Женитесь/выходите замуж.



Ложитесь спать раньше.



Съедайте хлебные корки.



Игнорируйте общественное мнение.



Заведите домашнего питомца.



Полюбите шоколад.



Обретите веру (в Бога или в себя).



Учите языки или нотную грамоту.



Слушайте классическую музыку.



Дружите с солнцем.



Танцуйте!

ночью. Сейчас всё актуальнее становится проблема светового десинхроноза - нарушения периодов света и темноты, особенно у жителей больших городов, где много искусственного освещения. Доказано, что световой десинхроноз вызывает хронический стресс, блокирует выработку мелатонина (гормона сна) и провоцирует возрастные, в том числе онкологические заболевания. Как уменьшить риск? Перед сном плотно задергивайте шторы, выключайте подсветку техники, экраны мониторов. Свет от ночника должен быть красного цвета - он не так сильно снижает выработку мелатонина, как белый или синий. А вот принимать в таблетках мелатонин без назначения врача не стоит - иначе перестанет вырабатываться собственный.

- Что нового в медицине для продления молодости?

- Для улучшения состояния кожи, тонуса мышц, коррекции веса эффективны массажи, обертывания морскими водорослями, прессотерапия, криосауна (человек на 1 минуту входит в камеру, где минус 130 градусов). Для устранения общей усталости организм - водолечение, осо-

бенно хлоридно-натриевые углекислые ванны, аромасуна, ароматический массаж, флоатинг (вид водолечения, когда человек плавает на поверхности и расслабляется), ингаляции морским воздухом (соляная комната, спелеокамера) и т. д. Разработаны программы оздоровления и профилактики возрастных заболеваний, восстановления здорового сна, лечебной физкультуры. Как говорила Коко Шанель, красиво стареть - это искусство. Но ему можно научиться!

- В Крыму предлагают официально ввести винотерапию в санаторно-курортное лечение...

- Да, разработаны клинические рекомендации. Качественное красное вино продлевает молодость благодаря содержащемуся в нём особому веществу - ресвератролу. Но только если пить его в профилактических дозах - один бокал в день. Злоупотребление приведёт к обратному эффекту.



Юлия БОРТА

Фото Legion-Media

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

К ЗДОРОВЬЮ - ШАГ ЗА ШАГОМ

Муж увлёкся йогой и лечебным голоданием, и сначала всё было хорошо: он сбросил лишний вес, стал лучше выглядеть, а потом у него стала болеть косточка на стопе, другие суставы. Врач определил подагру и сказал, что именно его новый образ жизни мог стать тому причиной. Как же так? Г. Синицина, Клин

Даже на самый правильный и здоровый образ жизни надо переходить не резко, а постепенно. Наш организм не любит потрясений. А ваш муж, видимо, хорошо питался, а потом вдруг

резко сократил калории. То, что он потерял вес, естественно, но только едва ли это принесло много хорошего. Такая крайность - одна из причин того, что уровень мочевой кислоты в крови повышается, а это соответственно может вызвать развитие подагры - воспаление суставов, в том числе косточки большого пальца ноги. Так что голодание ничуть не безопаснее перекармливания, неправильного питания.

Что касается подагры, то через некоторое время боль может утихнуть, а потом вернуться с новой силой. Увы, это не все опасности этого недуга. «Повышенный уровень мо-

чевой кислоты в крови часто сопровождается серьёзными проблемами с сосудами и сердцем», - рассказывает Сергей ТЕРЕЩЕНКО, д. м. н., профессор, руководитель отдела заболеваний миокарда и сердечной недостаточности НИИ кардиологии им. А. Л. Мясникова РКНПК МЗ РФ, заслуженный деятель науки РФ. - Если биохимический анализ крови показал повышенный уровень этой кислоты, могут появиться и такие симптомы, как повышенное давление и т. п. Вам понадо-



бится консультация не только у хирурга, но и у кардиолога, а также эндокринолога.

Ступая на путь здорового образа жизни, откажитесь от красного вина, мяса, субпродуктов. Вам показаны овощи, фрукты, немного белого мяса птицы. Также врач может назначить вам курс препаратов, которые понижают уровень мочевой кислоты в крови. Например, колхицин, который прописывают при острых приступах болезни, и аллопуринол - средство, помогающее предотвратить развитие подагры и снизить уровень мочевой кислоты».

ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ ПЕНСИОНЕРУ?

Недавно вышла на пенсию, но никак не могу мысленно распрощаться с работой. Всё ещё живу старыми проблемами. Как мне быть? А. Семёнова, Королёв



Отвечает **Ольга ЗАВОДИЛИНА**, психолог, семейный арт-терапевт, бизнес-тренер:

- Забыть работу, которой вы отдавали много сил, времени и эмоций, часто бывает непросто, поэтому многие пенсионеры при выходе на заслуженный отдых испытывают психологический кризис. Чтобы его преодолеть, важно найти новый смысл в жизни. Подумайте, чем бы вы могли заняться на пенсии. Многим помогает так называемый «список из 25 желаний». Вспомните, чего вы когда-то хотели добиться, но так и не смогли из-за отсутствия времени. Может, вы мечтали научиться рисовать, вязать или освоить верховую езду? Посмотрите, что из этого списка можно выполнить. Не стоит хвататься за всё, начинайте воплощать по одному желанию в месяц. Выбрали рисование? Сходите на выставку, узнайте о курсах и мастер-классах, которые проводятся в вашем городе. Посетите их. Определите для себя, какое из направлений вам по душе, и начните его осваивать. Погуляла по выставкам, мастер-классам, порисовали? Стало скучно? Приступайте к следующему пункту. Постепенно вы обретёте новые интересы, которые заменят вам работу.

Неблагоприятные дни и часы с 12 по 18 ноября 2015 г.

13 ноября, пятница (пик с 5 до 8 часов)*

Возможны болезни печени, желчного пузыря и суставов.

Остерегайтесь переохлаждения.

16 ноября, понедельник (пик с 9 до 12 часов)*

Возможны болезни суставов и кожи. Держите тело в тепле.

Татьяна Дубкова, Центр инструментальных наблюдений за окружающей средой и геофизических прогнозов

* Временное московское



АНЕКДОТЫ

Криминальные новости. Группа вооружённых грабителей была избита пенсионерами, после того как попыталась без очереди подойти к окошку кассира Сбербанка.

* * *

Пенсионер в доме отдыха знакомится с дамой:

- Я представитель самой древней профессии. Сплю за деньги.

- ???

- Сторож я...

ТЕХНОЛОГИЯ

ДОМА ДЛЯ ЖИЗНИ

8 800 250-250-5
technology-site.ru

ДОМ СЕРИИ «ГАРМОНИЯ» К 6х9 - 656.000 р.

- СВАЙНО-ВИНТОВОЙ ФУНДАМЕНТ
- ДОМ УТЕПЛЕН МИНЕРАЛЬНОЙ ВАТОЙ 150ММ.
- КОМПЛЕКТ ОКОН И ДВЕРЕЙ
(ПОДРОБНУЮ КОМПЛЕКТАЦИЮ СМОТРИТЕ НА САЙТЕ)

МЕТАЛОЧЕРЕПИЦА
КОРИЧНЕВОГО
ЦВЕТА
В ПОДАРОК!*

- 65 ПРОЕКТОВ
- БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ
- ПОД КЛЮЧ
- ГАРАНТИЯ

17 ЛЕТ
НА РЫНКЕ

ДОМ «БАВАРИЯ» К 6х9 - 667.000 р.
ДОМ «БАВАРИЯ» Б 6х9 - 847.000 р.

АКЦИЯ: ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА
НА СМЛ ПАНЕЛИ С ПОКРАСКОЙ 30%

ДОМ «ВИКТОРИЯ» КБ 6х9 - 699.000 р.
ДОМ «ВИКТОРИЯ» Б 6х9 - 847.000 р.

АКЦИЯ: СКИДКА НА ОТДЕЛКУ ДОМА 10%

ДОМ «АЛЕКСАНДРИЯ» К 6х6 - 469.000 р.
ДОМ «АЛЕКСАНДРИЯ» Б 6х6 - 619.000 р.

АКЦИЯ: ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА В ПОДАРОК!

АКЦИЯ: СКИДКА НА ЦОКОЛЬНЫЙ
САЙДИНГ 10%

КОТТЕДЖ «ОЛИМП» К 12,5х10 - 1.624.000 р.
КОТТЕДЖ «ОЛИМП» Б 12,5х10 - 2.212.000 р.

КОТТЕДЖ «ШАЛЕ» К 12х12 - 2.590.000 р.
КОТТЕДЖ «ШАЛЕ» Б 12х12 - 3.200.000 р.

АКЦИЯ: СКИДКА НА ЦОКОЛЬНЫЙ
САЙДИНГ 10%

КОТТЕДЖ «ВИТЯЗЬ» К 7х9 - 1.141.000 р.
КОТТЕДЖ «ВИТЯЗЬ» Б 7х9 - 1.624.000 р.

Бани

БАНЯ Б 5х4 - 253.831
БАНЯ К 4х5,5 - 192.125
БАНЯ К 6х6,5 - 315.976
БАНЯ Б 5,5х5 - 311.182
БАНЯ К 7х6,5 - 355.810
БАНЯ Б 6х5 - 325.900

Бытовки

БЕРЕЗКА 3х2 - 60.787
ИВУШКА 4х2 - 67.589
БЕРЕЗКА 3х3 - 73.821
ИВУШКА 4х3 - 80.268
БЕРЕЗКА 3х4 - 81.563
ИВУШКА 4х4 - 88.432



ИНДИВИДУАЛЬНОЕ СТРОИТЕЛЬСТВО

СПЕШИТЕ!
ЗИМОЙ САМЫЕ
НИЗКИЕ ЦЕНЫ!

ИНЖЕНЕРИЯ

- ЭЛЕКТРИКА
- ОТОПЛЕНИЕ
- ВОДОПРОВОД
- КАНАЛИЗАЦИЯ
- И ДР.

ДОСТРОЙКА И РЕКОНСТРУКЦИЯ

- ПРИСТРОЙКА ТЕРРАС И ВЕРАНД
- ВНУТРЕННЯЯ И НАРУЖНАЯ
ОТДЕЛКА
- УТЕПЛЕНИЕ ДОМОВ
- И ДР.

ДИЗАЙНЕРСКАЯ ОТДЕЛКА ДОМОВ

- САЙДИНГ
- СМЛ ПАНЕЛИ
- ПОЛИУРЕТАНОВАЯ
- ДЕКОРАТИВНАЯ ОТДЕЛКА
- И ДР.

8 800 250-250-5

technology-site.ru

* - Акция действительна до 1.12.2015 г. Информацию об организаторе акции, правилах проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения можно получить на сайте www.technology-site.ru или на выставочных площадках и по телефону 8 (800) 250-250-5. Условия гарантии уточняйте на сайте www.technology-site.ru или по телефону 8 (800) 250-250-5. Цены указаны на базовые комплектации домов согласно технической документации, подробности на сайте www.technology-site.ru и по телефону 8 (800) 250-250-5. Изображения отражают архитектуру домов и не несут информации об используемых отделочных материалах и конструктивных особенностях.

ВОДОЙ - ПО ДАВЛЕНИЮ

ЛЕЧЕБНИК

Низкое давление
лечить тяжелее
высокого.

СЧИТАЕТСЯ, ЧТО ЛЕКАРСТВ ОТ ГИПОТОНИИ ПОЧТИ НЕТ. ЗАТО МОЖЕТ ПОМОЧЬ ОБЫКНОВЕННАЯ ВОДА!

НЕСКОРАЯ ПОМОЩЬ

Гипотоников много, и часто они серьёзно страдают из-за низкого давления. Головные боли, слабость, вялость, апатия, головокружения, а порой и обмороки - всё это резко снижает качество жизни. Оказывается, гораздо легче помочь гипертоникам снизить давление. Лекарств для этого море, а схемы лечения хорошо разработаны. С гипотониками иначе: лекарств мало, помогают они далеко не всем. К тому же диапазон симптомов, связанных с низким давлением, порой настолько широк, что больные курсируют между терапевтами, кардиологами, неврологами, эндокринологами и врачами других специальностей. Что же это за таинственная болезнь?

Низкое давление имеет много причин. Оно может быть у сердечников - часто после инфаркта, при сердечной недо-



Чувствуете вялость? Пейте воду и ешьте солёное!

Фото Fotolia/PhotoXPRESS.ru

статочности; при пониженной функции щитовидной железы или надпочечников; при анемии (в просторечии малокровии); из-за приёма некоторых лекарств (давление могут снижать антидепрессанты, лекарства от аллергии и т. д.). В таких случаях гипотонию называют вторичной, и чтобы справиться с ней, достаточно лишь устранить причину.

Мы же будем говорить о так называемой первичной гипотонии. При этом состоянии нарушена регуляция мелких сосудов, в первую очередь артериол. У

них снижен тонус, они расслаблены, и внутренний просвет их больше. За счёт этого больше оказывается объём и всего сосудистого русла. И получается, что количество крови как бы недостаточно для его заполнения.

Причём в силу закона всемирного тяготения кровь в организме перераспределяется, скапливаясь преимущественно в нижней половине тела. Голова оказывается обделённой кровью. Особенно остро это чувствуется, когда гипотоник встаёт с постели или когда сытно поел. Сосуды расширились, а голова испытывает недостаток крови и кислорода.

избежать этих проблем. Оно способно поддерживать давление на хорошем уровне в течение нескольких часов. На медицинском языке лекарство называется аква медикале, а в просторечии - вода обыкновенная. Да-да, не удивляйтесь. Утром после сна, не вставая с постели, нужно выпить 2 стакана воды (480 мл), и спустя 5-15 минут можно вставать. Средство помогало даже пациентам с тяжелейшей гипотонией, связанной с серьёзными заболеваниями нервной системы.

Вода вообще при гипотонии полезна, и пить её нужно больше - она повышает объём крови, и в условиях расслабленных сосудов это хорошо работает. Плюс больным с низким давлением советуют есть более солёную пищу: натрий, содержащийся в соли, задерживает в организме воду. На Западе иногда даже назначают гормоны коры надпочечников, которые сами могут задерживать натрий и воду. Но в России так стараются не лечить - у этих гормонов много побочных эффектов. Есть ещё несколько лекарств для лечения гипотонии (см. таблицу), но идеального препарата среди них нет. Нужно пробовать разные, руководствуясь советами врача. А вот что вы можете сделать даже сами, так это попробовать компрессионные чулки. Они сжимают ноги и тем самым вытесняют часть крови из нижней половины тела вверх.

АКВА МЕДИКАЛЕ

Но недавно группа английских учёных нашла революционное средство, помогающее



Александр МЕЛЬНИКОВ

ЛЕКАРСТВА ДЛЯ ГИПОТОНИКОВ		
Лекарство	Действие	Побочные эффекты
Адаптогены (препараты женьшеня, лимонника, элеутерококка, аралии, заманихи, экстракт левзеи)	Повышают тонус организма, на сосуды действуют опосредованно и не всегда	Помогают далеко не всегда
Кофеин в виде препаратов и в кофе	У некоторых повышает тонус сосудов	Способствует выведению воды из организма из-за мочегонного действия
Адреномиметики (препараты мидодрина и эфедрина, последний в России не используют)	Повышают тонус сосудов	Могут быть проблемы с сердечным ритмом и мочеиспусканием

В АПТЕЧКУ

НЕ БОЛЕЛ? ИДИ В ОТПУСК!

ТЕМ, КТО ЗА ГОД НИ РАЗУ НЕ ОФОРМЛЯЛ БОЛЬНИЧНЫЙ, ПРЕДЛАГАЮТ ПРЕДОСТАВЛЯТЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ДНИ ОТДЫХА.

ПОЗИЦИЯ



БУЗИШВИЛИ

Иждивенческое отношение к собственному здоровью - отличительная черта бывших советских людей, которые уверены, что в их болячках виноваты врачи. Мол, «недосмотрели» или «лечили не так». Хотя доказано, что бережное отношение к своему здоровью может значительно продлить жизнь. Тех, кто заботится о себе, необходимо поощрять - как деньгами, так и дополнительным отпуском. Но важнее тут не отсутствие больничных, а наличие диспансеризации, правильного образа жизни и питания.

Юрий Бузишвили, академик РАН, замдиректора Научного центра сердечно-сосудистой хирургии им. Бакулева



КСТАТИ

ЧТО ТАКОЕ ГИПОТОНИЯ?

Для мужчин низким считается давление меньше 100/60 миллиметра ртутного столба, для женщин - меньше 95/60 мм рт. ст. Иногда такое давление можно считать вариантом нормы. Это бывает, если человек его хорошо переносит и не чувствует никакого дискомфорта. Такая физиологическая (нормальная) гипотония иногда бывает у спортсменов, жителей высокогорья, Заполярья или тропиков.



WWW.AIF.RU

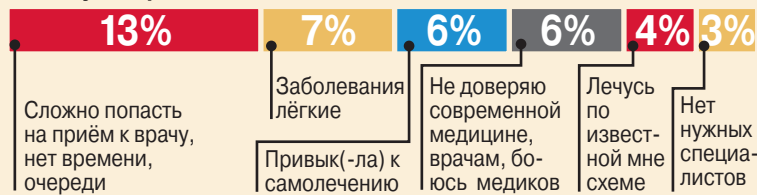
О том, как с помощью диеты и специальных продуктов можно регулировать своё кровяное давление, - на нашем сайте www.aif.ru

МНЕНИЕ НАРОДА

КОГДА ИДТИ К ВРАЧУ?

46% людей, заболев, предпочитают лечиться самостоятельно. Таковы данные опроса фонда «Общественное мнение». А 44%, наоборот, при плохом самочувствии стараются сразу же обращаться к врачам. При этом 10% опрошенных заявили, что никогда не болеют.

Почему вы предпочитаете лечиться самостоятельно?



Опрос проведён «ФОМнибус» 11-12 июля 2015 г. 53 субъекта РФ, 104 населённых пункта, 1500 респондентов. Ответы даны в процентах.

Если ваш ангелочек превратился в бесенка!



Иногда ребенок может вести себя странно... То с одним подрался, то с другим. А то вдруг начал открыто хамить взрослым, или, наоборот, замкнулся в себе... «И когда мой ангелочек превратился в бесенка?» — задается вопросом обеспокоенная этим мама.

К сожалению, **ВСД** может вызывать у некоторых детей неадекватное агрессивное поведение, и для того, чтобы бороться с этим, необходимо для начала понять, что же такое вегетососудистая дистония. **ВСД** — одна из значимых проблем современности: от этого сегодня, по разным данным, страдают от 25 до 80% людей, включая детей переходного возраста.* Она представляет собой расстройство вегетативной нервной системы, которое сказывается на работе организма в целом и может быть одной из причин агрессивности детей в переходном возрасте. Причем агрессивность такого рода непросто снять обычными средствами — тут следует подумать о комплексном подходе и системном воздействии на организм.

Сегодня можно и нужно бороться с **ВСД**. Попробуйте «Элтацин»! Этот качественный препарат комплексно действует на организм ребенка, повышая социальную адаптацию и улучшая психоэмоциональное состояние.



*Вегетативные расстройства: клиника, лечение, диагностика. / Под ред. А. М. Вейна. — М.: Медицинское информационное агентство, 2000.

Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

АКЦИЯ «АиФ»



Девочка год лежит неподвижно, а виновная в этой беде живёт спокойно.

ГОД НАЗАД НА ДОРОЖНОМ ПЕРЕКРЁСТКЕ В РОСТОВЕ-НА-ДОНУ ПРОИЗОШЛА АВАРИЯ С УЧАСТИЕМ ПЯТИ МАШИН.

На красный сигнал светофора вылетела «Мазда», за рулём которой сидела Синди-Беатрис Петрова двадцати двух лет от роду. Она протаранила «Форд», обе машины отбросило на встречную полосу, где в них врезались остальные. В «Форде» были смяты двое детей - мальчик 13 лет и 7-летняя девочка. У подростка оказались переломаны кости таза, сотрясение мозга, а малышка была уже почти мертва. Часть черепа снесена, задет мозг. Кома...

Нейрохирурги совершили чудо, спасая её. Спустя год девочка лежит неподвижно, не говорит, кормят её через зонд. Ребёнок год стоит в очереди «на пластину», которой хирурги залатают череп. Через весь лоб идёт шрам. Ни под ним, ни на виске, ни на части затылка костей нет. Мозг прикрыт кожей с ёжиком бритых волос.

ЗА ПОБЕДУ?

Марину Александрову никогда не оставляют одну. Маме пришлось уйти с работы. Все её выходы из дома связаны только с дочкой - сбор справок, покупка лекарств, памперсов и специальных смесей для питания. Из шести выписанных дорогостоящих лекарств получить бесплатно можно только одно. В среднем лечение Марины обходится семье в 50 тыс. руб. ежемесячно. Зарплата папы-врача, единст-



Год назад Марина пела, играла на фортепьяно, танцевала.

Фото из семейного архива

венного кормильца в семье, в основном на это и уходит. От девушки, которая искалечила жизнь всей семьи, помощи нет. Она позвонила раз и предложила купить памперсы для лежащей в коме Марины.

История судебного разбирательства над лихачившей на перекрёстке Синди-Беатрис, кажется, была затянута неслучайно. Оправдать её было невозможно, хотя девица вину не признавала и отрицала даже показания видеорегистраторов.

1,5 млн руб.

СТОИТ ЛЕЧЕНИЕ МАЛЫШКИ.

Слишком уж трагичны последствия. Пролетарский райсуд города признал Петрову виновной, но дело было закрыто по амнистии, подоспевшей в связи с празднованием 70-летия Победы. Петрову вряд ли мучают угрызения совести.

ДВЕ МАМЫ

Марина Александрова появилась в семье Алымовых 4 года назад - супруги взяли её из детдома. Биологическую мать лишили прав за плохое обращение с ребёнком, над малышкой издевался сожитель матери. Алымовы знали, что когда-нибудь приёмная дочка начнёт искать кровную мать, и сами нашли её. И сердце их сжалось. «28 лет, беременная вторым ребёнком, одинокая, брошенная. В паспорте 20 рублей и фото Марины», - рассказывает со слезами Ирина

Алымова. Алымовы забрали женщину к себе, хотели помочь через органы опеки хоть чем-то. Но органы напомнили, что если мать, лишённая прав, будет жить с Мариной под одной крышей, то ребёнка отберут уже у Алымовых. Таковы законы по охране детства. Те в страхе подчинились. Но помогать непутёвой Маринкиной матери не перестали. Искali работу, кормили, а родившегося вскоре мальчика определили временно в Дом малютки.

Биологическая мама Марины не паразитирует на доброте Алымовых. Дежурит у постели Марины, когда Ирина Алымова бежит по поликлиникам. Направление на лечение, реабилитацию получить не удалось. В России, оказывается, не берутся «за лежачих». Алымовы в отчаянии, время идёт, а терять его нельзя. Шевелятся пальчики рук - уже прогресс. Разнообразными звуками девочка показывает, чего хочет, по глазам видно, что узнаёт близких. На реабилитационное лечение Марину готова взять одна испанская клиника. Стоимость первого курса лечения 1,5 млн руб. Таких денег у Алымовых нет, да и органы опеки, которые так беспокоятся о девочке, их не дадут. Остаётся лишь надеяться на помощь добрых людей.

Фонд «АиФ. Доброе сердце» начинает сбор 1,5 млн руб. для лечения 8-летней Марины Александровой.



Наталья БОЯРКИНА

ТЕМ, КТО ХОЧЕТ ПОМОЧЬ »

С ПОМОЩЬЮ СОТОВОГО ТЕЛЕФОНА

- 1 Напишите SMS на номер 2580.
- 2 В SMS укажите, какую сумму в рублях вы хотите перечислить (например: 300).
- 3 Дождитесь ответного SMS с просьбой подтвердить платёж.
- 4 Напишите любой ответ для подтверждения платежа.

ЧЕРЕЗ ИНТЕРНЕТ

- 1 Зайдите на сайт фонда www.dobroe.aif.ru.
- 2 В меню выберите раздел «Как помочь», затем зайдите в окно «С помощью банковской карты».
- 3 Следуйте инструкциям.

ЧЕРЕЗ БАНКОВСКИЙ ПЕРЕВОД

Счёт фонда в Сбербанке: БФ «АиФ. Доброе сердце», № сч. 40703810838090000738 в ОАО «Сбербанк России» (Москва), ИНН 7701619391, БИК 044525225, корп/сч 30101810400000000225. В графе «Назначение платежа» напишите: **пожертвование**.

КАК УЗНАТЬ, ПОСТУПИЛИ ЛИ ВАШИ СРЕДСТВА?

- 1 Зайдите на сайт фонда www.dobroe.aif.ru в раздел «Кто нам помог. Отчёт о поступлении средств».
- 2 Позвоните по указанным номерам. Тел.: (916) 941-41-12. (495) 646-57-89 (доб. 4554).
- 3 Спросите нас по e-mail: dobroe@aif.ru

МИЛАНА ЕЩЁ НЕ ПОЯВИЛАСЬ НА СВЕТ, А ДОКТОРА УЖЕ СООБЩИЛИ МАМЕ, ЧТО ДОЧКУ ЖДУТ БОЛЬШИЕ ИСПЫТАНИЯ... СЕГОДНЯ МАЛЫШКА С НЕСГИБАЕМОМ ХАРАКТЕРОМ БОЙЦА ОТВОЁВЫВАЕТ У БОЛЕЗНИ ПРАВО НА ЖИЗНЬ, И В ЭТОМ ЕЙ ПОМОГАЮТ НЕМЕЦКИЕ ВРАЧИ И ЧИТАТЕЛИ «АИФ».

Милана Ефременко из Иркутска родилась с огромной опухолью на шее - лимфангиомой. Опухоль хоть и была доброкачественной, но, опутав жизненно важные органы шеи, не давала малышке возможности ни дышать, ни глотать. На шестой день жизни Милане сделали операцию. Удалить опухоль полностью было невозможно - она буквально вся



«Дома выздоравливать легче».

была опутана кровеносными сосудами. Риск кровотечения был слишком велик. В борьбе с этой напастью к своим 2,5 года

БОЕЦ МИЛАША

Милана перенесла 7 операций и была вся утыкана трубочками. А опухоль, как монстр, только разрасталась. На помощь Милане пришли врачи Германии и читатели «АиФ», которые оплатили лечение. Немецкие врачи отказались от операций и провели курс химиотерапии. Результаты МРТ показали, что опухоль уменьшилась. Это позволило убрать зонд, через который шло питание, и сейчас Милана самостоятельно ест и пьёт. Вот что пишет мама Таня: «Мы перебрались жить в посёлок, здесь лучше экология, и Мила много гуляет на воздухе, в лесу. Очень любознательная и активная, её всё интересует. Любит

слушать сказки и музыку, рисовать, играть с водой и песочком. Конечно, самые любимые занятия - это жестовый театр и танцы. Включает сама любимую музыку и танцует, важно, чтобы при этом обязательно были зрители и аплодисменты! Наша девочка заговорила, для нас это большая радость. Мила стала активнее общаться с другими ребятами, у неё появились друзья. Очень настойчивая и подчас боевая, Милаша с её характером обязательно победит недуг. Следующий курс намечен на весну. Доктор Кайзер планирует удалить трахеостому (трубочку для дыхания) и предлагает попробовать лечение лазером. Искренне

благодарим читателей «АиФ» за помощь».

За октябрь помощь получили 28 человек на сумму 5 млн 246 тыс. руб. Полный отчёт фонда вы найдёте на сайте www.dobroe.aif.ru

Нам помогали: Хохлунова Т. (Санкт-Петербург), Широков В. (Хабаровск), Асташкина Т. (Москва), Шепелев Д. (Краснодарский кр.), Сухов С. (Южно-Сахалинск), Зралко О. (Владивосток), Смирнов Г. (Чебоксары) и др. Компании: «МТС», «НРД», «Фонд Курбатова», «ЕТМ», «Победа», «Кама-Тракс», «БЭСКИТ», «Мебельная Гармония», «Октава», «Заря». Спасибо всем!

Председатель попечительского совета Благотворительного фонда «АиФ. Доброе сердце» Николай ЗЯТЯКОВ, руководитель редакционной программы и фонда Маргарита ШИРОКОВА

12 ноября
Людмиле Гурченко
исполнилось бы
80 лет.

УЖЕ БУДУЧИ ЗВЕЗДОЙ, ЛЕГЕНДОЙ, ГУРЧЕНКО СЕТОВАЛА, ЧТО НИЧЕГО ТОЛКОМ НЕ УСПЕЛА СЫГРАТЬ, ЧТО ЕЙ НАДО БЫЛО РОДИТЬСЯ В ДРУГОЕ ВРЕМЯ...

РУГАЛИСЬ ЛЕГКО

«АиФ» как-то спросил Людмилу Марковну, почему в отличие от многих актрис она никогда не пыталась скрывать свой возраст. Гурченко ответила: «Что скрывать, когда на первой же странице моей книги написано: «Я родилась 12 ноября 1935 года». Скрывать? Глупо. Вообще мне за границей хорошо - там никто не знает, когда вышла «Карнавальная ночь». А здесь...»

А «здесь» её творческая и личная жизнь всегда была темой для обсуждения. Обсуждать было что... Оглушительный взлёт, забвение, травля, шесть мужей, тяжёлые физические и душевные травмы - вся её судьба пронизана драматическими событиями. О ней при жизни слагали легенды, а уж после смерти тем более.

«Из того, что рассказывают сейчас о Гурченко, из всей этой мемуарной беллетристики можно подумать, что она была идеальным человеком. Нет, это совсем не так. Человеком она была очень непростым, - рассказал «АиФ» Александр АДАБАШЬЯН, который хорошо знал актрису, неоднократно с ней работал. - На неё можно было и злиться, и обижаться (что многие и делали). И мы с ней не раз ругались. Но наша ругань была, как правило, связана с работой. Она защищала свои профессиональные интересы, я - свои. Правда, к концу рабочей смены мы об этом забывали. Мирились с такой же лёгкостью, с какой ругались. Но я всегда отдавал себе отчёт в том, что Гурченко - личность

«ЗВЕРЬ, А НЕ АКТРИСА»

уникальная, редкая, фантастически талантливая!»

«С Люсей мы познакомились на репетиции во время съёмки картины «Вокзал для двоих», - поделился с «АиФ» Олег БАСИЛАШВИЛИ. - Для меня она была каким-то недостижимым идеалом. Я настолько волновался, что у меня случился актёрский зажим (после Люся призналась, что тоже была зажата в тот момент). Стеснялся её до ужаса! А нам с ней с первого дня нужно было целоваться в засос. Но как?! Она народная артистка! Мы с ней только познакомились! Два дня я пытался сыграть нашу любовную сцену, произнести многословный красивый текст, прописанный в сценарии. Бесполезно! Не получается. Закончилось тем, что я развернулся и ушёл со съёмочной площадки. Думал, после этого меня с роли снимут. Ситуацию спасла Люся. Она переписала речь моего героя, превратив её в набор междометий. Помогла мне невероятно! С тех пор я в Гурченко просто влюбился».

УГОВОРИЛИ НА КНИГУ

В Людмилу Марковну влюблялись многие. Главным же мужчиной в жизни для Гурченко был её отец. «Когда мы снимались в «Сибириаде», каждый день у нас полтора часа уходило на дорогу, - вспоминает Адабашьян. - Всё это время Люся рассказывала нам про папу, которого она любила до последнего вздо-

ха. Тогда Андрон Кончаловский и Никита Михалков стали уговаривать Гурченко написать книгу. Поначалу Люся отмахивалась, но, по мере того как продолжались её рассказы, она и сама начала понимать, что это

всё не должно пропасть. Правда, то, как она рассказывала, и то, как она писала, - это небо и земля. Настолько колоритный был её папа, настолько самобытна была его речь, что записать это по цензурным соображениям было просто невозможно. Да и то, как показывала и рассказывала Люся, передать очень трудно».

«Я был первым слушателем, которому Люся читала свои потрясающие воспоминания, перелистывая мятые, исписанные мелким косым почерком страницы будущей книги, о своих родителях, детстве и всей своей жизни, - говорит Никита МИХАЛКОВ. - Это было во время подготовки к съёмкам фильма «Пять вечеров». Кстати, с этой картиной, а точнее, с участием в ней Гурченко, связана одна занятная история. Чтобы сняться в «Пяти вечерах», Люсе по ряду технических организационных причин пришлось сыграть у меня же в «Обломове». Но как сыграть... Помните, во время сцены дневного павального сна в усадьбе у окна сидит старуха древняя, в сетке морщин, согбенная, которая на секунду смотрит в камеру, а потом роняет голову - уснула, как и все. Вот это и была Гурченко».

«Была ли Людмила Марковна счастливой? Думаю, до конца счастливой она просто не могла быть, - говорит Адабашьян. - Она до мозга костей была актрисой, и никакая личная жизнь - ни дети, ни внуки, ни даже горячо любимый папа - не была для неё важнее работы. Если появлялась возможность сыграть то, что она хотела, чувствовала, всё остальное задвигалось на второй, третий план. Отношения, болезни, материальные ин-

рессы - всё это становилось неважным. Она не боялась быть смешной, некрасивой, но при этом для неё было важно оставаться леди-совершенство, лишённой недостатков. А недостатки физические, которые ей мешали, у Гурченко были. Она прекрасно знала о них, они были её больным местом. Кроме неё эти секретники знали только гримёры и операторы. Но, если кто-то осмеливался сказать ей об этих вещах прямо, он получал в лице Люси врага на очень продолжительное время».

«Я не знаю, какой Люся была в бытовой жизни, хотя мы дружили с ней многие годы, - рассказывает Басилашвили. - Могу только сказать, что на съёмочной площадке Люся была зверь! Она была требовательна абсолютно ко всем, но в первую очередь к самой себе. Пока сцена, эпизод не получался, как надо, она не могла успокоиться. Великая профессионалка, каких единицы. Больше тут и добавить нечего...»

Леди-совершенство, которая не боялась быть смешной и некрасивой.

Фото РИА Новости

«Обломове». Но как сыграть... Помните, во время сцены дневного павального сна в усадьбе у окна сидит старуха древняя, в сетке морщин, согбенная, которая на секунду смотрит в камеру, а потом роняет голову - уснула, как и все. Вот это и была Гурченко».



Сергей ГРАЧЁВ

ЛЕЧИТЕ ИЗЖОГУ И ЕШЬТЕ ВКУСНО ВСЕЙ СЕМЬЕЙ!

Каждый день состоит из множества забот и дел, заполняющих нашу жизнь. Но несмотря ни на что, самое главное место в нашей жизни занимает семья. Собираясь вечером за одним столом, мы обмениваемся последними новостями, вкусно ужинаем и заряжаемся силами и хорошим настроением. Но что делать, если вкусная еда постоянно вызывает неприятные ощущения и изжогу? Как быть, если вкусно поесть - это проблема, а изжога заставляет тратить время на приготовление еды отдельно от основного меню?

Поскольку причиной изжоги является попадание соляной кислоты из желудка в пищевод, то и лечить ее надо правильно. Препаратами, которые блокируют выработку соляной кислоты в желудке. Воздействуя на причину изжоги, вы обеспечиваете здоровье себе и своим близким.

Пожалуйста, помните, изжога - это сигнал о неблагополучном состоянии организма, требующий внимания, уточнения причины данного проявления и соответствующего лечения. Поэтому не игнорируйте изжогу - обратитесь к врачу, пройдите лечение и ешьте вкусно всей семьей!



Рег номер: ЛП-000328

Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

НЕ ЗНАЧКИ - МЕДАЛИ!

ГРАНИ ЖИЗНИ



В МЧС наградили детей, которые не растерялись в трудную минуту и спасли чью-то жизнь.

Фото Петра ЕЛИСОВА

В ДРУЖНОЙ КОМАНДЕ МЧС ПОЯВИЛИСЬ НОВЫЕ ГЕРОИ. МЕДАЛИ «ЗА СПАСЕНИЕ...» И «ЗА ОТВАГУ НА ПОЖАРЕ» ПОЛУЧИЛИ ДВА ДЕСЯТКА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ, НЕ ИСПУГАВШИХСЯ В ТРУДНУЮ МИНУТУ И

СПАСШИХ ЖИЗНИ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ. ПОЛУЧАЯ МЕДАЛЬ, ОДИН ИЗ МАЛЬЧИШЕК ОТВЕТИЛ ПО-ВЗРОСЛОМУ: «СЛУЖУ РОССИИ!» ЗА НИМ ПОДХВАТИЛИ И ОСТАЛЬНЫЕ.

ПОКА ВЗРОСЛЫЕ ОХАЛИ...

Героизм дети часто вынуждены проявлять там, где недосмотрели или допустили ошибки взрослые.

Сквозь смех малышни мамы, сидевшие на детской площадке, не сразу заметили плачущего мальчика, который звал на помощь: на пруду, через дорогу от площадки, его пятилетний брат упал в пруд. «Там женщины одни были, - рассказывает 13-летний **Иван ПЕТРОВ** из посёлка Полдарса Вологодской области. - Поначалу они только кричали: «Бегите, помогите!» Иван в это время уже бежал к пруду и, не раздумывая, бросился в воду. «Плавать учился сам, на речке», - продолжает Иван. Да и как помочь человеку, хлебнувшему воды, тоже где-то подсмотрел:

«Вниз голову наклонил, чтобы вода не попала в лёгкие, он и прокашлялся». Парень на руках отнёс малыша его бабушке.

15-летняя **Марина ХАМРУДИНОВА** из села Павловка Самарской области говорит, что до сих пор не понимает, как вытащила из воды соседского парнишку, почти ровесника. Она гуляла с подругами у

речки, а он проезжал мимо на велосипеде. И, похоже, решил повыделываться перед девочками, нырнул и... не вынырнул. Марина прыгнула за ним - и спасла.

А вот 16-летний **Иван ТКАЧУК** из посёлка Большой Луг Иркутской области сам плавал с маской на речке Олха - там, где поглубже, под мостом. Вынырнув в очередной раз, он увидел на

мосту заходящуюся в крике женщину и пустую коляску. 3-летний малыш почти камнем шёл ко дну. «Сильно нахлебаться он не успел, - говорит Иван. - Непонятно другое: почему на мосту не было перил? После этого случая, конечно, сделали, но хлипкие...»

Самыми младшими среди двух десятков награждённых были 7-летняя **Лена ТЮКАВКИНА** из г. Борзя Забайкальского края и 8-летняя **Алина ЧЕРНОЛЁВА** из посёлка Ломоватка Вологодской области. Им удалось, невзирая на нежный возраст и ужас ситуации, вытащить из огня младших братьев, когда в их домах начался пожар, а родителей не было дома.

своему делу - новыми именами современных героев со всех уголков России, проявивших героизм и мужество, вовремя пришедших на помощь ближнему при выполнении своего профессионального или гражданского долга.

...И ВОЕВАЛИ

На вопрос, страшно ли было смотреть на кровь, эта девочка отвечает: «Раненым была нужна помощь».

Яна ЕРМАШОВА из Донецка. «Наш район - Пролетарский - дальше всех от линии соприкосновения, - рассказывает хрупкая 14-летняя девушка, приехавшая на награждение в Москву. - Но и у нас стёкла иногда звенели от разрывов. Какое-то время родители меня укладывали спать в коридоре. Воды в кране не было сутками, иногда выключалось электричество. Зимой дома было очень холодно». Яна рассказывает, что понимала: кому-то из земляков ещё хуже и она тоже может чем-то помочь. Например, раненым бойцам донецкого ополчения.

НЕ БЫЛО БИНТОВ

«Их, когда не было коек, клали на полу в больнице им. Калинина. Я пыталась их подерживать, разговаривала. А потом решила, что могу больше: с одноклассниками мы делали коробки и ходили по улице, собирали деньги: в первое время в госпитале не было ни зелёнки, ни бинтов. Представляете, марлю отстирывали от крови и использовали по несколько раз. Мы собирали и деньги, и медикаменты, и вещи. Бегали по аптекам, потому что не в каждой было нужное лекарство».

Яна рассказывает, что вместе с мамой в соцсетях набрали на историю ополченца, который был тяжело ранен и просил о помощи. Им удалось привлечь к его истории внимание, приобрести необходимый аппарат Илизарова, отправить бойца на лечение. «Слава богу, никто из моих друзей и знакомых во время обстрелов не пострадал, не погиб», - говорит девочка. Хотя даже для многомиллионного

Донбасса около 8 тыс. погибших жителей (во столько оцениваются потери) - это очень много.

«НЕМА ДОМА»

Среди жертв войны чуть не оказался 12-летний **Сергей КУНДЕЛЬ** из Троицко-Харьцызска. В прошлом августе здесь шли бои. Подразделения украинской армии, нацгвардии и так называемых добровольческих батальонов пытались взять в кольцо Донецк. Около 6 часов вечера 11 августа мать Сергея возилась на кухне в летнем домике... «Взрослые потом говорили, что, может, это был и «Град», - рассказывает Сергей с мягким южнорусским выговором. - В доме ещё был дедушка, его порохом обожгло. А маму завалило. Я несколько кирпичей раскидал, чтобы ей можно было дышать, побежал за соседями. Маме руку поломало, балкой придавило, балку пришлось пилить. Нас всех повезли в больницу, у меня тоже было обожжено лицо, кровь текла из ран - я был весь пошкарябанный осколками».

Пока они были в больнице, в дом прилетело ещё два снаряда. Спрашиваю, успели ли за это лето восстановить. «А шо там восстанавливать? Нема дома...» Но главное - сами остались живы. А мать, будто назло врагам, вскоре ещё и забеременела. Сергей был явно рад медали и вниманию. Но по глазам было видно: дорожке любой награды ему был бы мир на родной земле. Такой, чтобы больше никогда не слышать взрывов и не спасать маму из-под завалов...



Александр КОЛЕСНИЧЕНКО

ВСПОМИНАЙТЕ О БАБУШКЕ...

ВЫСТУПАЯ ПО ПОВОДУ ДНЯ НАРОДНОГО ЕДИНСТВА, В. ПУТИН УПОМЯНУЛ О ТОМ, ЧТО ОЧЕНЬ «ВАЖНО ОСОЗНАВАТЬ СЕБЯ ЕДИНЫМ НАРОДОМ».



КОСТИКОВА

Замечание верное. Но дело в том, что в обычной жизни мы редко ощущаем себя частью единого народа. И гораздо чаще сталкиваемся с разобщённостью. Когда мимо нас проносятся чиновник с мигалкой, а гаишники прижимают нас к обочине, мы едва ли думаем о единстве народа. Когда юнец с Кавказа на авто стоимостью в десяток миллионов рублей раз за разом совершает аварии и остаётся безнаказанным, мы понимаем, что он по каким-то причинам нужнее и дороже для страны, чем сидящие за рулём «Жигулей» простые русские патриоты.

Согласитесь: чаще всего мы испытываем позитивные эмоции не по случаю официальных праздников, а совсем по другому поводу - в связи с нашей семейной и личной жизнью, с друзьями и любимыми. Любовь к стране зарождается не от официальных указов, а из простых впечатлений детства, юности.

С обидой на самого себя вспоминаю о своих отношениях с бабушкой. Приехав в Москву из Рязанской области в 30-е годы, она так и не смогла привыкнуть к городской жизни и очень страдала от одиночества. Родители много работали, сильно уставали. Жили мы в тесной 12-метровой комнатухе, бабушка обычно сидела в уголке на стуле. Она нередко плакала, хотя жила мы дружно. Иногда говорила мне: «Славка, ну посиди со мной, поговори». А меня манили двор, игры... Когда я изредка подсаживался к ней, она гладила меня по головке и тихо утирала платочком слёзы. Я никогда ни о чём не расстраивал её. Теперь я очень жалею об этом. Ведь я любил её. Она была простой, доброй, необидчивой и научила меня первым русским песням. Когда я вспоминаю это - «ну посиди со мною, Славка», на глаза наверачиваются слёзы. **И я думаю, как я был глуп, как не понимал простых человеческих ценностей - внимания, любви, сочувствия.** Вспоминаю о бабушке, я вспоминаю и о своём незамысловатом происхождении. И всякий раз, когда с друзьями заходит разговор о том, кто мы, я обязательно говорю: «А я из рязанских», - хотя родился в Москве. И это делает для меня Россию ближе и роднее.

Вспоминайте о своих бабушках...

Вячеслав Костиков, обозреватель «АиФ»

КСТАТИ

В юбилейный год (министерству в декабре исполнится 25 лет) МЧС России готовится к очередному фестивалю «**Созвездие мужества**». Каждый год летопись МЧС пополняется историями спасения, доблести и беззаветного служения

ЗВЁЗДНЫЙ СЛЕД

Россия жила
смертью Толстого.

105 ЛЕТ НАЗАД, 10 НОЯБРЯ 1910 Г., НА РАССВЕТЕ, В 5 УТРА, ИЗ СВОЕГО ДОМА ТАЙНО УШЁЛ СТАРИК. ОН ОСТАВИЛ НА СТОЛЕ РАСКРЫТЫЙ ТОМ ДОСТОЕВСКОГО «БРАТЬЯ КАРАМАЗОВЫ» И ПРОЩАЛЬНОЕ ПИСЬМО, АДРЕСОВАННОЕ ЖЕНЕ. В ДОРОГЕ ЕМУ БЫЛО СУЖДЕНО УМЕРЕТЬ. ЗВАЛИ СТАРИКА ЛЬВОМ ТОЛСТЫМ.

Этот поступок можно считать идеальным воплощением афоризма: «Русский человек умеет не столько жить, сколько умирать».

Чистая правда. Уход и смерть Толстого были настолько неожиданны и полны тайны, что эффект, созданный ими, почти полностью заслонил его жизнь и литературную деятельность. Во всяком случае именно они были тогда главным событием России и мира. Можно сказать, мир жил смертью Толстого. Любой разговор о нём неизбежно сводился к этому сюжету. Зачем он бежал? Куда направлялся? Чего хотел? Вопросы без ответа.

Вернее, ответов множество. И в данный момент самым популярным, утвердившимся в общественном сознании, является такой: «Толстого отлучили от Церкви, он это сильно переживал и перед смертью направился в Оптину пустынь, чтобы покаяться. Но не успел и умер по дороге».

БЕЗ ПОКАЯНИЯ

Последние передвижения Льва Николаевича и сопровождавших его лиц занесены в полицейские протоколы. Согласно им, Толстой действительно побывал в Оптиной пустыни. Потом был у сестры в деревне Шамордино. Потом побывал в Козельске, в Белёве и намеревался ехать дальше - к племяннице в Новочеркасск. Там планировал добыть загранпаспорт и двинуться в Болгарию. В случае неудачи - на Кавказ. Значит, Оптина пустынь целью Толстого не могла быть никак. Он покинул её так же, как и Ясную Поляну.

Покаяния Толстой тоже не жаждал. Это стремление приписали ему задним числом. Епископ Тульский Парфений незадолго до смерти Толстого дал несколько интервью, где заявлял, что писатель «несомненно, ищет сближения с Церковью». Однако реальное положение дел говорит об обратном. Председатель Совета министров Пётр Столыпин официально поручил Синоду разобраться наконец с этим вопросом, поскольку «последние известия о болезни Толстого произвели сильный переполох в высших кругах». Синод оперативно телеграфировал епархиальному начальству предписание войти с Толстым в контакт и привести его к раскаянию перед Церковью. Иными словами, в покаянии был заинтересован не Толстой, а Церковь и государство.

По сути, вопрос, «покается Толстой или нет», относился к сфере государственной безопасности. Это не преувеличение. Вот как писал свидетель тех событий литератор Алексей Суворин: «Два царя у нас - Николай II и Лев Толстой. Кто из них сильнее? Толстой, несомненно, колеблет трон Николая и его династии. Попробуй кто тронуть Толстого. Весь мир закри-

чит, и наша администрация поджимает хвост».

Парадоксальным образом в таком положении дел администрация могла винить только себя. Вопрос отлучения Толстого от Церкви

ви рассматривался уже давно. В 1888 г. епископ Херсонский Никанор писал философу Николаю Гроту: «Мы без шуток собираемся провозгласить торжественную анафему Толстому». Но окончательное решение всё же было за царём. И Александр III прозорливо заметил, что отлучение писателя такого масштаба только повредит: «Я не хочу надевать на него мученический венец». Его сын Николай II предупредению отца не внял. Отлучение состоялось в 1901 г. Результат - небывалый взлёт популярности Толстого. По сути - проигрыш в противостоянии «писатель - государство».

5 ДНЕЙ

ДЛИЛОСЬ
ЕГО ПОСЛЕДНЕЕ
ПУТЕШЕСТВИЕ.

А противостояние было серьёзным. Особенно это касалось издательских проектов Толстого. Его фирма «Посредник», выпускавшая книги для народа, всегда была на острие цензурной атаки. Общий тираж всех этих книг только с 1885 г. по 1889 г. составил 12 млн экземпляров. Но мог быть и больше. Однако не вышло. Начальник Главного управления по делам печати Евгений Феофтистов в выражениях не стеснялся: «Ничего мерзостнее «Посредника» нет и быть не может».

ВЫШЕ
ОСКОРБЛЕНИЙ

Какие же «мерзости» беспощадно вымарывались? Судите сами. К распространению в народе не допустили отрывок из «Братьев Карамазовых» Достоевского. Конкретно - «Рассказ старца Зосимы» как «несогласный с духом учения православной веры». Книгу «Пословицы на каждый день» запретили, поскольку там не

было «ни перечня святых, ни генеалогической таблицы царствующего дома». И, что выглядит особенно показательно, потребовали полного исключения из книжек девиза: «Не в силе Бог, а в правде».

Очень соблазнительно было бы предположить, что Толстой бежал от всего этого. Но никак не получается. Он не реагировал ни на давление, ни даже на прямые оскорбления Иоанна Кронштадтского, который публично молился о его смерти: «Господи, возьми с земли злейшего и нераскаянного Льва Толстого!» (Газета «Новости дня», Москва, 14 июля 1908 г.) В дневниках, впрочем, слог чуть более изыскан: «Господи, возьми его с земли, этот труп зловонный, гордостью своей посмрадивший всю землю!»

Подобная свистопляска продолжалась с момента отлучения - без малого 10 лет. Доходило до нелепости и анекдота - Московское общество трезвости исключило Толстого из своих рядов только по той причине, что граф, «почётный член Общества и выдающийся русский трезвенник», больше не может считаться православным.

Толстой был спокоен. Работал, думал, пахал землю. И вдруг - бегство очертя голову. Без внятного плана, без видимых причин. И, как выяснилось, навстречу смерти. Или к чему-то иному?

Ближе всех к разгадке этой тайны подошёл богослов протоиерей Сергей Булгаков: «Смерть в пути символически озарила сокровенную жизнь его духа. Не о таковых ли сказано примиряющее слово в Благовестии: блаженны алчущие и жаждущие правды, ибо они насытятся». Толстой просто отправился искать высшую правду, которую отчаялся увидеть дома. И, возможно, нашёл.

Константин
КУДРЯШОВ

К славе мирской Толстой относился спокойно. Фото East News

ВЫ ПЕНСИОНЕР?
ДАДИМ ВАМ 12 %звонок по России бесплатный
8 800 100 000 6

СОВКОМБАНК

ПОМОГАЕМ ПОМОГАТЬ

* www.sovcombank.ru. «Денежный кредит «12% плюс». Сумма 100 000 руб., срок 12 мес. При безналичном расходовании средств в 1-ом месяце действия договора (минимум 80% от суммы кредита) - ставка 12% годовых; при наличном расходовании, либо безналичном расходовании менее 80% от суммы кредита - 17% годовых. Возраст заемщика 20-85 лет. Документы: паспорт гражданина РФ, второй документ, удостоверяющий личность, справка 2-НДФЛ (пенсионерам справка не требуется). Банк вправе отказать в предоставлении кредита без объяснения причины. ПАО «СОВКОМБАНК». ГЕНЕРАЛЬНАЯ ЛИЦЕНЗИЯ БАНКА РОССИИ № 963. На правах рекламы.

ШУТКИ ОТ НЕУЧЕЙ

ЛИЦА

Юрий Лоза -
об Украине, США
и «балбесах»
из КВН.

«АНТИРОССИЙСКАЯ ИСТЕРИЯ НА УКРАИНЕ СТАЛА НАГНЕТАТЬСЯ НЕ ГОД, НЕ 2 И НЕ 5 ЛЕТ НАЗАД, А СРАЗУ ЖЕ ПОСЛЕ РАЗВАЛА СССР», - СЧИТАЕТ МУЗЫКАНТ.

«СВИДОМЫЕ»

- Юрий, в Фейсбуке вы активно обсуждали украинские события. Степень агрессии по отношению к россиянам на Украине очень высока. Даже авиакатастрофа нашего лайнера в Египте у некоторых её жителей вызвала радость. Вы поэтому называете их «свидомыми»?

- «Свидомые» в переводе с польского - на самом деле «сведущие», «толковые». Украинцы были такими. Но после того как они довели страну до ручки, это слово приобрело негативный оттенок. Даже смысл его поменялся. Когда сегодня говорят «свидомые», подразумевают как раз бестолковых людей.

На самом деле антироссийская истерия на Украине стала нагнетаться не год, не 2 и не 5 лет назад, а сразу же после развала СССР. Очень удобно сваливать на кого-то свои промахи и огрехи. Поэтому, когда Украина отделилась, сразу начали муссировать тему притеснений украинцев Россией, голодомора, в котором тоже оказались

виноваты мы, и т. д. Украинцам так обрбатывали мозги в течение последних лет двадцати, да и сегодня им каждый день твердят о русской агрессии. Поэтому, когда ты разговариваешь с ними, тебя не слышат.

отвечают: «Нет, это вы агрессоры». Поэтому нам в любом случае надо совершенствовать армию, приводить в порядок страну. Приватизацией с передачей

общества в своё время описал Олдос Хаксли в антиутопии «О дивный новый мир», где люди живут каждый в своём слое и никогда не пересекаются... В этом есть здравый смысл. О чём будут говорить между собой академики и сотрудники шинномонтажа? Это люди разных социальных слоёв. Они даже культуру потребляют разную. Те, кто ходит в оперу и слушает Каррераса, не пойдут на концерт Стаса Михайлова.

«КВН НЕ ЖАЛУЮ»

- Коль уж затронули Михайлова... Чем объясняете его популярность?

- Очень «няшный» исполнитель. «Для тебя моря и океаны, горят на небе звёзды и т. д.». Котики и плюшевые игрушки - вот что «няшно». И песни Стаса Михайлова из этой же серии.

- А про вас в КВН часто шутят, что вы на своём «маленьком плоту» (песня «Мой плот») уже 30 лет плывёте. Не обижаетесь?

- Клуб веселящихся я не очень-то жалую.

- Это почему же?!

- Потому что студенты должны грызть гранит науки, а не шутки шутить. Вместо того чтобы учиться строить дороги, они эти дороги высмеивают. То есть занимаются не своим делом. Ни один вуз, по идее, не должен гордиться таким человеком, как Михаил Галустян. Почему? Потому что вуз принял студента и не сделал его специалистом. Галустян - неуч, он не занимается тем, чему его учили. Получается, что работа всех профессоров псу под хвост. Я пересекаюсь с некоторыми бывшими кавээнщиками, типа «Уездный город», на концертах. И считаю, что они ни артистами, ни специалистами толковыми не стали. Балбесы. Они даже шутки себе не сами пишут, а покупают их у взрослых дядек вроде меня.



Владимир ПОЛУПАНОВ

«20 ЛЕТ

УКРАИНЦАМ
ПРОМЫВАЛИ
МОЗГИ».

- Да, наше общество сильно изменилось и сегодня напоминает мне слоёный пирог... Я на днях выступал на Рублёвке и увидел массу афиш артистов, которые выступают только там - что называется, «для своих». В Барвихе цены, автомобили, магазины совсем другие. И отношения между людьми тоже отличаются. Вроде бы рядом с Москвой - а всё другое! Отъезжаете в противоположную сторону - там тоже свои «блеск и нищета». Подобную модель

Нет, вы, русские, сволочи и гады. Я привожу аргументы: если мы враги, то почему Порошенко держит в России свой бизнес? Вы можете представить, чтобы Сталин зарабатывал деньги в Германии, а Гитлер в Советском Союзе во время войны?

- И какой выход из этого тупика?

- Надо разговаривать, объяснять. На Украине сегодня нет независимых СМИ. Российские каналы они поотключали... Правильную идею подсказал Олег Царёв: Россия вправе поставить на своей западной границе ретрансляторы и покрыть телевизионным сигналом две трети Украины. Если они себя так ведут, то мы имеем право на ответные шаги.

- А чем отвечать Америке, с которой у нас тоже испортились отношения?

- Напряжение между Россией и Америкой ослабляется только тогда, когда американцы начинают обнимать наших президентов. Как только Россия начала вести независимую политику, мы стали «империей зла». И никакие доводы не работают. Когда мы говорим, что нас обложили военными базами, нам



профессора Московской консерватории им. Чайковского Аси Кушнер.

- Все мои ребята оказались в одной группе и конкурировали друг с другом, - рассказала «АиФ» Ася КУШНЕР. - Я, конечно, переживала невероятно. На кого делала ставку? На Рустама Салейманова - он самый взрослый (ему 25 лет, а остальным 17-18), опытный боец и талантливый человек.

Да какой я уникальный педагог, перестаньте! (Смеётся.) У нас в консерватории таких полно, уверяю вас! Все беззаветно преданы своему делу и отдают



Алексей Сычёв из Липецка покорил публику.

Фото www.facebook.com/alexey.sychev

ребятам всё. Педагоги в нашей стране всегда получали, мягко говоря, немного. Но есть люди, ещё «из того времени», которые безумно любят музыку, свою профессию, - на таких энтузиастах до сих пор всё и держится. Невозможно жить без своих

ребят, без этой работы. Из предыдущих выпускников я очень довольна Катей Белой - она работает сейчас в коллективе у Мравинского в Санкт-Петербурге. Лиля Кочетова после консерватории поступила в Америке в самую престижную в области искусства Джульярдскую школу.

Кстати, Рустам Салейманов, завоевавший первое место и признательность публики, премию не получил - я имею в виду денежную. 6 тыс. левов (около 3 тыс. евро) обещали прислать на счёт в банке, но не перечисляют... Устроительница конкурса - жена покойного скрипача Эмиля Камиларова. Ей 86 лет, она очень больна - онкология. Видно, у неё просто не было возможности перевести премиальные...

Ольга ШАБЛИНСКАЯ

УШЛИ И НЕ ВЕРНУЛИСЬ

ЗАММИНИСТРА ФИНАНСОВ С. ШАТАЛОВ ПРИЗНАЛ, ЧТО ФИНАНСОВАЯ АМНИСТИЯ ПРОВАЛИЛАСЬ, - БЕГЛЫЕ КАПИТАЛЫ ВОЗВРАЩАТЬСЯ В РОССИЮ НЕ ХОТЯТ.

ПОЗИЦИЯ



ИНОЗЕМЦЕВА

Бизнес так и не понял условий и смысла предложения. Традиционно амнистии объявлялись для тех, кто не мог объ-

яснить происхождение своих средств, находящихся внутри страны. Случаев массовых кампаний по возвращению капиталов из-за рубежа история не знает. В нашем случае перевести теневые капиталы в легальные сегодня в России выгоднее чиновникам, а не бизнесу. Кроме того, амнистия должна сопровождаться, как это было сделано в Казахстане в 2001 г., полным отказом от любых претензий государства к амнистируемому по всем их финансовым сделкам за все предшествующие годы - о чём у нас даже не говорилось. В том же Казахстане одновременно с амнистией произошло снижение НДС на 4% и ЕСН на 5%. В Турции в 1998 г. легализация была приурочена к принятию пакета законов, вводивших в стране ряд экономических норм ЕС и облегчавших предпринимателям и гражданам судебные тяжбы с органами госвласти. В Молдове в 2007 г. она также была частью широких мер либерализации. В России налоги только растут, финансовые сложности множатся, продолжается спад экономики. Какой смысл заводить деньги в страну, из которой уезжают по 400 тыс. человек в год?

Проблема и в том, что большая часть имущества и активов, сосредоточенная за рубежом, но контролируемая российскими гражданами, формально не имеет к ним никакого отношения - она «записана» на разного рода трасты и подставные компании. Список проблем можно продолжать, но и так понятно, что патриотизм не является для большинства предпринимателей и чиновников тем фактором, который заставит их подвергнуть заработанное и украденное дополнительным рискам. Может быть, если бы амнистию начали с самих чиновников (того же И. Шувалова, который, по некоторым сведениям, арендует у самого себя дорогой лондонский особняк) или губернаторов, у этой инициативы было бы больше шансов...

Владислав Иноземцев, д. э. н., профессор НИУ «Высшая школа экономики»

РОССИЙСКАЯ КУЛЬТУРА ПОЗИЦИЙ НЕ СДАЁТ

МОЛОДЫЕ РОССИЙСКИЕ МУЗЫКАНТЫ ВНОВЬ ДОКАЗАЛИ, ЧТО ОНИ - ЛУЧШИЕ.

Лучшим пианистом на проходившем в Германии VIII конкурсе Ференца Листа был признан Алексей Сычёв. Второе место также у россиянки Дины Ивановой. А в Софии целое созвездие молодых русских скрипачей получили награды на Международном конкурсе им. Эмиля Камиларова.

Первая премия - у Рустама Салейманова, поразившего публику исполнением скрипичного концерта Шостаковича. Вторая - у Саввы Зверева, ученика ЦМШ. Такая же награда присуждена и Арине Зелениной из колледжа им. Шопена. Все трое лауреатов - воспитанники

СТАРОЕ. ДОБРОЕ. СВОЁ...

ЖИТЕЙСКИЕ ИСТОРИИ

Как влюбиться в Россию заново?

ЛЮДИ С ТАЛАНТОМ И ЭНЕРГИЕЙ У НАС НЕ РЕДКО СБЕГАЮТ В БОЛЬШИЕ ГОРОДА, А ТО И ЗА ГРАНИЦУ. НО ЕСТЬ И ТАКИЕ, КТО ОСТАЁТСЯ НА СВОЕЙ ЗЕМЛЕ - ДРЕМОТНОЙ, НЕУСТРОЕННОЙ, НО РОДНОЙ И ЛЮБИМОЙ - И ДЕЛАЕТ ЕЁ ХОТЬ НЕМНОГО ЛУЧШЕ, ЧИЩЕ, СЧАСТЛИВЕЕ.

БЕТОННАЯ БЕЗНАДЁГА

Коломна - древний русский город на полпути из Москвы в Рязань. Пара часов на электричке. Соседка с сумкой-тележкой подсказывает: «Услышите названия платформ «Шиферная», «Цемгигант» - значит, скоро ваша».

«Да, красивые названия, - смеётся в ответ на мой рассказ Елена ДМИТРИЕВА, удивительно изящная и очаровательная женщина, основатель уже нескольких коломенских музеев. - Я там родилась, под цементной трубой. Вокруг было ещё несколько заводов - химический, асбестовый, фосфоритный... Люди утром выходили из панельных многоэтажек на остановку. Если шёл снег, на шапках в тепле появлялась плотная цементная корка. Кругом зацементированная серость, однообразие, уныние».

Отец Елены - из деревенских. Начинать электриком, работал на том самом цементном заводе инженером и настойчиво делал из дочки человека: коньки и лыжи - с 3 лет, математика за 1-й класс - ещё в детском саду. А ей больше хотелось петь, рисовать и танцевать. К концу школы родители решили: поступай, мол, хоть в коломенский пединститут на преподавателя математики - без денег на жизнь не останешься. Польза и правда была: ежедневное решение задач тренировало мозг, позволило получить ещё и экономическое образование и уйти в бизнес. Тут уже был простор для «творчества». Хотя опять притянул цемент: с мужем занимались железобетонными конструкциями - столбами, заборами. И даже автономными системами канализации - септиками.

«У нас в Коломне ещё в начале XX века воду брали из реки, была профессия водовоза, - рассказывает Дмитриева. - Но вода в реке из-за городов и заводов стала настолько грязной, что купчиха Шевлягина на свои деньги сделала в городе водопровод с артезианской водой. Мы недавно восстановили одну из площадей со старинной мостовой и красивую чугунную колон-

ку - «Шевлягинскую бассейку». А вот с канализацией по-прежнему беда. В той же Коломне в старой части города даже у некоторых многоквартирных домов туалет на улице. Но город, сохранивший частичку русской дореволюционной атмосферы, завораживает.

ТАЙНАЯ КРАСОТА

«Башни старого Кремля, церкви и тихие улочки со старинными домами на Посаде (так раньше называлась часть города за кремлёвскими стенами)... Мы купили здесь участок. Пока строился дом, начала читать книги об истории Коломны, её архитектуре и людях. И постоянно наталкивалась на упоминания о яблоневых садах и удивительной «белопенной» яблочной пастиле. Но что это и куда делось? Ведь были целые фабрики».

Ну, куда делось - во время революции было не до яств, потом и фабрики разорили, а рецепт забыли. Но Лена уже загорелась: с подружкой-компаньоном начали ставить кулинарные эксперименты на собственной кухне, старинные рецепты искали аж в



В музее, где можно даже садиться на антикварную мебель, за 5 лет ничего не сломали.

Фото автора



Фото Legion-Media

Ленинской библиотеке в Москве. И уже грезил, как можно вернуть Коломне её прежние уют и красоту. Презентацию своей «стряпни» приурочили к городскому празднику - всё приготовленное ушло влёт. К собственным сбережениям удалось добавить грант от благотворителей и создать в зданиях старой фабрики музей пастилы.

«Я неправильный бизнесмен, - улыбаясь, говорит Елена. - Так нельзя: очень тогда волновалась, переживала». И не обращала внимания, что постоянно болит желудок. А когда к сентябрю 2011 г. наконец был готов новый музей - вернее, Музейная фабрика пастилы - с необычной театрализованной программой и купеческим чаепитием, она пошла к врачам. Вердикт был страшен: рак. Год ушёл на борьбу, операцию, восстановление. «Когда стоишь на пороге смерти, можно сдать или использовать возможность понять, ради чего стоишь жить. Это - любовь». К семье, в которой уже две взрослые дочери:

им Лена позволила заниматься тем, к чему душа лежит, - старшая, например, учится на коневеда. К друзьям. И, конечно, к своему делу.

В Коломне уже несколько необычных музеев: Музей исчезнувшего вкуса, Музейная фабрика пастилы, Музей коломенского калача... «Хочется вернуть и давно забытые вкусы, и нашу красивую русскую архитектуру, и даже звуки, описания которых остались в книгах, - рассказывает Дмитриева. - У нас в команде уже есть своя «банда» скоморохов с гусями, гудками, жалейками, бубнами». К слову, с 2011 г. количество туристов в Коломне удвоилось - более 100 тыс. в год, а в команде - более 120 человек.

«Коробочки для пастилы с этикеткой начала прошлого века нам делают инвалиды - мы считали важным дать возможность этим людям заработать», - говорит Елена. Экскурсии по музеям театрализованные, поэтому среди со-

трудников музеев есть актёры, причём некоторые переехали в провинцию из Москвы, а один аж из Сербии. «Я раньше работал в нефтяной компании, - рассказывает Дмитрий ЛИХАЧЁВ, проводив очередную довольную группу из «Калачной». - Денег там, конечно, больше, но скучно. Да и ритм большого города выматывает».

Спрашиваю Лену: бардак, бюрократические стены, которые надо прошибать лбом, - не хотелось всё бросить, уехать за границу? «Я недавно смотрела, как делают яблочный сидр в Англии и Франции, - мы, кстати, тоже скоро будем делать. Побывала в усадьбе Ива Сен-Лорана в Нормандии. Он несколько раз посещал Россию, изучал русские народные костюмы и, вдохновлённый русским стилем, построил у себя в поместье «Русскую дачу». Представьте: высокий берег Ла-Манша - и вдруг бревенчатый сруб с резными наличниками на окнах... За границей, конечно, комфортно. Но мне нравится, что я могу что-то улучшить вокруг себя, делать что-то на пользу людям, которые здесь живут или приезжают на день-два. Приятно наблюдать за теми, кто приезжает с чуть надменным видом: чем вы тут нас удивите, в провинции? И вдруг меняются на глазах, пишут в книге гостей о радости сопричастности к России и её истории, о гордости за страну. Это дорогого стоит».



Александр
КОЛЕСНИЧЕНКО

ВОДА КАК РОСКОШЬ?

САУДОВСКАЯ АРАВИЯ СЕРЬЁЗНО ПОВЫСИТ ТАРИФЫ НА ВОДУ, ЧТОБЫ СНИЗИТЬ ЕЁ ПОТРЕБЛЕНИЕ. В МИРЕ УЖЕ ПОЯВИЛИСЬ «КЛИМАТИЧЕСКИЕ БЕЖЕНЦЫ», КОТОРЫЕ БЕГУТ ИЗ ЗАСУШЛИВЫХ РАЙОНОВ. ОЖИДАЮТ ЛИ МИР «ВОДНЫЕ ВОЙНЫ»?

ПОЗИЦИЯ



ГЕЛЬФАНА

Проблема воды становится ключевой для мировой экономики. К примеру, выращивание 1 тонны зерна требует в среднем 1000 тонн воды. Без огромных затрат воды не обойтись в металлургии, теплоэнергетике, на атомных электростанциях и т. д.

Страны с нехваткой воды готовы идти на вооружённые конфликты. За период с 1950 г. военные столкновения на этой почве между государствами происходили более 20 раз. Например, израильско-сирийская «война за воду» 1964-1965 гг., когда Израиль вёл сражение за прекращение строительства Сирией отводного канала, собирающего воду рек, стекающих с Голанских высот и питающих реку Иордан и озеро Кинерет. Если бы канал был построен, то Израиль был бы поставлен на грань вымирания.

По оценкам некоторых экспертов, к середине XXI века ареной острых «водных» споров станет не менее 25% площади Азии. Под угрозой и Африка, где площадь озера Чад за последние 40 лет уменьшилась в 15(!) раз. А ведь оно является источником пресной воды для 40 млн жителей, населяющих четыре прибрежных государства.

В нашей стране сосредоточено около четверти мировых запасов пресных поверхностных и подземных вод. Россия занимает третье место в мире по водообеспеченности в расчёте на душу населения. Однако речные водные ресурсы распределяются неравномерно. На европейскую часть, где сосредоточено более 70% населения и производственного потенциала, приходится не более 10% водных ресурсов РФ. Уже сейчас в маловодные годы напряжение с водой ощущается в бассейнах Дона, рек Северного Кавказа, Урала, западного побережья Каспия. В значительной степени это происходит из-за низкой эффективности использования водных ресурсов и загрязнения природных вод. Если не станем рачительными хозяевами, то европейская часть России может столкнуться с угрозой дефицита воды уже в ближайшие десятилетия.

Александр Гельфан, доктор физ.-мат. наук, замдиректора Института водных проблем РАН

ГРАНИ ЖИЗНИ

Но придумали
это явление
очень умные
люди.

СЛОВО «ГЛАМУР» ОДНО ИЗ САМЫХ МОДНЫХ. А ЧТО ЭТО ТАКОЕ? ПОНИМАЕМ ЛИ МЫ СУТЬ ЭТОГО ЯВЛЕНИЯ?

На первый взгляд с гламуром всё просто. Это модели, актёры, спортсмены и прочие звёзды. Все они яркие, модные, сексуальные, богатые, довольные собой. Гламур - это и то, как они одеты, какие у них машины, замки, яхты, часы, любовницы... А вот у учёных нет единого определения гламура. «Гламур лучше всего рассматривать как соблазнительный образ, который тесно связан с потреблением, - говорит авторитетный исследователь Стивен ГАНДЛ. - Он состоит из отрепетированного или усовершенствованного изображения кого-то или чего-то, и цель этого изображения - ослеплять и соблазнять каждого, кто на него взглянул» (кстати, само слово «гламур» переводится с английского как «очарование»).

ВОЛШЕБНЫЕ
ЧАРЫ

Но кого же они очаровывают? Самое главное - весь этот «гламурный праздник жизни» для нас, обычных людей. Без нас не было бы гламурных персонажей. «Гламурные личности всегда играют на широкую публику, без зависти и восхищения которой они просто не существовали бы, - пишет об этом С. Гандл. - Они живут ради внимания общества, которое превращает их в объекты всеобщего любопытства и индивидуальных фантазий. Гламур просто не может существовать без вовлечения масс. Даже са-

мый интересный, сексуальный и модный человек не станет гламурным, если не осмелится вторгнуться в царство публичного и не завладеет всеобщим вниманием. Гламура не было до того, как он стал коммерческим товаром». И возник он тогда, когда красивую жизнь, царившую среди аристократов, смогли покупать себе стремительно богатеющие буржуа.

Можно сказать, что гламур - это бесконечный рекламный ролик, призванный завораживать нас. И, как в любой рекламе, всё в нём подрепетировано, приукрашено - над этим работает армия фотографов, модельеров, дизайнеров, косметологов, пластических хирургов. Всё это заставляет нас подражать звёздам: покупать гламурные шмотки, косметику, машины, квартиры, заниматься фитнесом, делать косметические операции.

«Всё это очень похоже на теорию моды известного социолога Георга Зиммеля. Называется она немножко странно - теорией стекания:



моду создают высшие слои общества, но потом её перенимают простые люди - происходит как

бы её стекание с верхних ступеней социальной лестницы к нижним, - объясняет социолог Виктория МЕЛЬНИКОВА. - Эти слова и про гламур, хотя при жизни Зиммеля этот термин ещё не упот-

ребляли. Для гламура крайне важно и движение снизу вверх. «Золушки», покоря-



Гламурный марафон запустил в XVII веке «король-солнце», и он всё продолжается.

ьющие высший свет, - его обязательный элемент. Они призваны демонстрировать наличие лифта, на котором можно с земли подняться во вселенную гламура. И неважно, что количество мест в лифте стремится к нулю - он создаёт у народа веру, что усилия напрасны. Важно, что гламурные СМИ постоянно подчёркива-

ют: каждая женщина может стать ближе к звёздам, но над этим надо работать. Если вы не можете купить не только яхту, но даже платье «от Версаче», то купите шарфик, зонтик или другой аксессуар с этим лейблом - так вы станете чуточку более гламурной. К гламуру можно приблизиться по частям, откладывая самое недостижимое на потом. А по-

КОРОЛЬ
ГЛАМУРА

Сказка про Золушку - это просто манифест гламура. Похоже, именно с неё, а точнее, с переделки этой народной сказки Шарлем Перро, гламур и начался. Мы представляем себе этого великого сказочника добрым дедушкой, а он был одной из самых влиятельных фигур в окружении «короля-солнца» Людовика XIV. Как бы сказали сегодня, он руководил пиар-кампанией по

прославлению этого самого знаменитого монарха всех времён и народов, возглавляя 20 лет «Бюро славы короля» и другие информационно-идеологические структуры Франции. И эту роль ему поручил сам король. «Господа, вы можете судить о моём уважении к вам уже потому, что я доверяю вам самую ценную для меня вещь - мою славу», - вспоминал Перро встречу своей пиар-команды с монархом.

Вот свидетельство этой работы от невестки короля: «Как-то я спросила одного разумного человека, почему во всех писаниях постоянно превозносят короля, и услышала, что всем издателям дано особое распоряжение печатать лишь те книги, где восхваляется король, и что делается сие ради подданных. Французы обычно много читают, а поскольку провинция читает всё, что приходит из Парижа, то восхваления короля внушают им почтение и уважение к нему. Вот для чего это делается, а вовсе не для короля, который этого не видит и не слышит». «Король-солнце» вместе со своим самым блестящим и самым большим в мире двором опустился на землю - к народу, и это была первая операция по «стеканию» гламура в массы.

Важнейшую роль в ней сыграли сказки Перро. Создавая их, он выкидывал из народных историй все грубости и ужасы, колдуний заменял воздушными феями, героев одевал в аристократические наряды и придумывал для них гламурные аксессуары типа хрустальных туфель или красной шапочки. Грошовые книжицы со сказками, издававшиеся массовыми тиражами, очень быстро очаровали народ, даже проникли в крестьянские массы и включились в фольклор. Рассказав, каков мир дворцов изнутри, они сделали его предметом сокровенных мечтаний. Именно тогда гламур стал овладевать массами. Так что возник он всё же раньше капитализма.

ИЗБЕЖАТЬ
БЕЗ НАРОДА
ГЛАМУРА
БЫТЬ
НЕ МОЖЕТ.

ФАКТЫ
ПЕРВУЮ ГЛАМУРНУЮ ОПЕРАЦИЮ СПЛАНИРОВАЛ И ПРОВЁЛ ВО ФРАНЦИИ ИЗВЕСТНЫЙ СКАЗОЧНИК ШАРЛЬ ПЕРРО.

CROCUS CITY HALL ShowMart.ru 495-2150000

с 19 декабря

НОВОГОДНЕЕ МЕГА-ШОУ

НОВЫЕ ФИКСИКИ

И ЧУДЕСА С МАШЕЙ!

+ БЕСПЛАТНО! ИНТЕРАКТИВНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ «СМЕШАРИКИ» В ПАРКЕ

СМЕШАРИКИ + ПАРК АТТРАКЦИОНОВ И РАЗВЛЕЧЕНИЙ

747 3030 7-RADUGA.RU

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ СПОНСОР ЗАО «ФЕРРЕРО РУССИЯ»

АНЕКДОТ

Гламурная девица из города приехала в деревню к бабушке. Быстро соскучилась и спрашивает:

- Куда у вас тут ночью сходить можно?
- В ведро...



Александр МЕЛЬНИКОВ

Фото Рейтер

Вперед! В деревню!

Хотите быть землевладельцем и реализовать свои намерения работать на своей земле?

В рамках проекта «Вперед в деревню!» мы предлагаем вам земельные участки для приобретения или долгосрочной аренды от собственника в Ступинском районе Подмосковья.

+ 7495-670-7006; www.agro-village.ru

БОЛЬШОЙ КУШ ОТ «ГОСЛОТО»

УДАЧА

Делим 40 000 000 рублей на всех!

КОГДА ВСЕ ОСЕННИЕ ПРАЗДНИКИ ПОЗАДИ, А ДО НОВОГО ГОДА ЕЩЁ ПОЛТОРА МЕСЯЦА, ХОЧЕТСЯ ПОБАЛОВАТЬ СЕБЯ ПОДАРКОМ!

Именно такой сюрприз подготавила своим поклонникам лотерея «Гослото «7 из 49». Если до 19 ноября вам повезёт угадать все 7 чисел выигрышной комбинации, вы станете единоличным обладателем всей суммы Суперприза, которая сейчас составляет более 30 000 000 рублей! А вот если Суперприз не покорится



ни одному из участников, то 19 ноября в 22.30 по московскому времени состоится распределительный тираж. Между его победителями без остатка будет распределена огромная сумма – более 40 000 000 рублей!

Напоминаем, распределительный тираж – хороший повод

испытать удачу, ведь он существенно увеличивает вознаграждения участникам, угадавшим комбинацию из 6, 5 и даже 4 чисел из 49 возможных.

Например, благодаря прошлому распределительному тиражу «Гослото «7 из 49», состоявшемуся 27 июня 2015 года, ряды миллионеров пополнили сразу трое. Каждый из них стал обладателем выигрыша в 3 228 160 рублей. Один из счастливицов – 53-летний **Борис Иванович Калашников** (на фото) из города Железнодорожного. Он искренне верил, что мысли материализуются, и очень хотел решить свой жилищный вопрос. Ставка стоимостью 120 рублей помогла осуществить желание Бориса Ивановича.

Но не только миллионера-

ми славен распределительный тираж – по итогам прошлого распределительного тиража 214 участников стали богаче на 37 656 рублей каждый, 5816 участников выиграли по 1762 рубля, 58 967 участников – по 75 рублей.

Всего же за время проведения лотереи победителям была выплачена сумма более 938 000 000 рублей, а 19 участников пополнили ряды миллионеров.

Испытайте свою удачу и вы – используйте шанс выиграть Суперприз «в одни руки» уже сейчас или станьте участником 1926-го, распределительного тиража «Гослото «7 из 49», билеты на который можно приобрести с 16 по 18 ноября (тиражи в эти дни проводятся не будут).

Ваш счастливый билет «Гослото «7 из 49» ждёт вас в ло-

терейных киосках России, магазинах «Связной», «Евросеть», в отделениях почтовой связи и на сайте www.stoloto.ru.



ПРИВЫЧКА ОТ ПАПЫ - НА МИЛЛИОН!

31-ЛЕТНЯЯ СВЕТАНА МОСКВИЧЕВА ИЗ МОСКВЫ СТАЛА ОБЛАДАТЕЛЬНИЦЕЙ 1 000 000 РУБЛЕЙ В «ЖИЛИЩНОЙ ЛОТЕРЕЕ». ДЕВУШКА ПРИНЯЛА УЧАСТИЕ В 149-М ТИРАЖЕ.

Светлана сейчас находится в декретном отпуске, воспитывает двоих детей и практически всё время уделяет им. Несмотря на домашние заботы, у неё остаётся время на увлечение лотереями. Она отмечает, что стала покупать билеты благодаря отцу: «Папа всегда брал по несколько штук. Решила тоже попробовать».

На счастливый тираж девушка приобрела три билета. О своей победе она узнала из SMS. «Думаю, ну рублей пятьдесят. Даже не стала сразу заходить на сайт проверять результаты. А вот как увидела сумму, то, конечно, пришла в восторг. Поспешила обрадовать любимого супруга. Мы быстро найдём, на что потратить выигрыш. Семья у нас большая!» – радуется Светлана.

А вы хотите порадовать свою семью? Совсем скоро «Жилищная лотерея» будет праздновать свой день рождения. По этому поводу в двух праздничных тиражах



разыграют целых 15 квартир: восемь – в 158-м тираже и семь – в 159-м, а также много денежных призов!

Специально к празднику «Жилищная лотерея» выпустила подарочные коробочки, где содержится сразу 10 билетов на 158-й тираж. В них есть все числа от 1 до 90 – отличный шанс побороться за одну из 8 квартир! Приобретайте для себя, дарите родным и близким.

Спрашивайте подарочные коробочки «Жилищной лотереи» в лотерейных киосках вашего города и в отделениях почтовой связи, а обычные билеты этой лотереи вы можете приобрести также в магазинах «Связной», салонах «Евросеть» и на сайте stoloto.ru!

НАЙДИ СЕБЯ СРЕДИ ПОБЕДИТЕЛЕЙ!

Результаты тиражей

Тираж № 1100 Дата тиража 08.11.15				Тираж № 154 Дата тиража 07.11.15				Тираж № 10 Дата тиража 08.11.15			
Участвовало билетов 1 012 920 Выиграло билетов 197 173 Призовой фонд 25 323 000				Участвовало билетов 591 360 Выиграло билетов 175 049 Призовой фонд 14 784 000				Участвовало билетов 238 168 Выиграло билетов 66 924 Призовой фонд 5 954 200			
Тур	Порядок выпадения чисел в розыгрыше	Количество выигравших билетов	Выигрыш каждого билета (руб.)	Тур	Порядок выпадения чисел в розыгрыше	Количество выигравших билетов	Выигрыш каждого билета (руб.)	Тур	Порядок выпадения чисел в розыгрыше	Количество выигравших билетов	Выигрыш каждого билета (руб.)
1	69, 53, 80, 34, 18	1	120 000 №03081483 Воронежская обл.	1	29, 32, 11, 06, 33, 38, 25, 77	2	30 000 №01015771 Саратовская обл. №01449144 Омская обл.	1	30, 18, 13, 56, 44, 50, 16, 32, 09	3	16 700 №00138014 г. Москва №00449558 Ставропольский край №00530480 Ханты-Мансийский АО (Югра)
2	48, 54, 60, 19, 83, 56, 65, 08, 86, 64, 77, 32, 36, 58, 35, 52, 74, 78, 09, 40, 85, 66, 23, 38, 41, 55, 81, 68, 14, 07	1	550 000 №01652797 Северная Осетия (Алания)	2	55, 20, 24, 34, 27, 72, 58, 90, 10, 49, 60, 50, 69, 76, 74, 82, 46, 01, 15, 61, 19, 39, 78, 71, 36, 48, 16, 73, 14, 03, 09, 28, 21, 84	3	1 000 000 №00483531 Калужская обл. №01400084 Омская обл. №34651423 www.stoloto.ru	2	88, 25, 53, 71, 87, 34, 43, 68, 05, 26, 80, 11, 21, 58, 22, 84, 51, 10, 89, 31, 29, 19, 77, 14, 17, 60, 42, 38, 62, 23, 07, 24, 69, 48, 59, 76, 86	2	125 000 №00343175 г. Санкт-Петербург №00457913 Северная Осетия (Алания)
3	42, 82, 90, 21, 79, 71, 01, 24, 57, 04, 22, 75, 10, 76, 51, 27, 33, 72, 16, 02, 28, 25, 39	1	550 000 №03104810 Саратовская обл.	3	12, 37, 18, 02, 65, 75, 26, 22, 64, 63, 04, 62, 07, 30, 83, 56, 79, 52, 59, 70, 23, 80, 51, 67	1	1 000 000 №00472991 Самарская обл.	3	02, 82, 78, 52, 70, 47, 39, 65, 83, 37, 41, 72, 67, 15, 28, 01, 45, 63, 20	2	250 000 №00367683 г. Санкт-Петербург №00658184 Нижегородская обл.
4	12, 84, 37, 45, 29	2	550 000	4	43	3	5 000	4	79	1	10 000
5	50	2	550 000	5	45	4	1 000	5	40	1	3 000
6	63	2	550 000	6	40	12	700	6	66	8	1 000
7	44	5	220 000	7	42	20	500	7	90	4	700
8	05	12	30 001	8	41	28	350	8	85	10	500
9	03	16	10 000	9	08	34	250	9	33	18	350
10	15	27	3 001	10	44	49	200	10	73	21	250
11	47	61	1 000	11	35	87	150	11	55	45	200
12	61	90	701	12	57	155	130	12	04	89	150
13	31	125	501	13	54	222	114	13	35	121	136
14	88	212	301	14	81	803	101	14	61	176	124
15	89	296	200	15	05	733	90	15	75	329	114
16	49	549	151	16	85	2 128	81	16	36	428	105
17	62	843	138	17	89	3 340	74	17	08	908	98
18	06	1 344	127	18	87	5 224	68	18	12	1 160	92
19	73	2 160	117	19	68	7 412	64	19	27	1 697	87
20	67	3 061	111	20	17	12 143	60	20	54	3 008	83
21	30	4 635	104	21	88	18 788	57	21	74	4 136	79
22	87	6 363	100	22	13	26 316	55	22	57	6 147	77
23	17	13 384	95	23	66	38 778	53	23	81	9 417	75
24	59	17 341	91	24	47	58 764	52	24	64	14 248	73
25	26	29 268	89					25	03	24 945	72
26	11	45 755	88								
27	43	71 617	87								
Невыпавшие числа: 13, 20, 46, 70.				Невыпавшие числа: 31, 53, 86.				Невыпавшие числа: 06, 46, 49.			

Если ни одного из невыпавших чисел на игровом поле Вашего билета нет, то Ваш билет выиграл! Для определения выигрыша Вашего билета посмотрите выпавшие в розыгрыше числа в обратном порядке. Как только Вы найдете число, присутствующее в Вашем билете, в строке таблицы с данным числом будет указан Ваш выигрыш. Выплата выигрыша производится в течение 6 месяцев с даты проведения тиража.

Стоимость билетов лотерей «Русское лото», «Жилищная лотерея», «Золотая подкова» и «Русское лото «6 из 36» – 50 рублей.



Тираж № 10

Дата тиража 07.11.15

Участвовало билетов 139 656
Выиграло билетов 35 901

Суперприз 1 818 375

Выигрышная комбинация

15 30 09 06 21 08



У нас выигрывают!



Материалы подготовила Алёна ЕЛАГИНА. Фото используются с согласия победителей.

Лотереи «Гослото «6 из 45», «Гослото «5 из 36», «Гослото «7 из 49», «Русское лото», «Золотая подкова», «Русское лото «6 из 36», «Жилищная лотерея», «Рапидо», «Все по сто», «12/24», «Топ-3» проводятся с 02.05.2012 по 31.12.2029. «Спортлото 6 из 49», «Кено-Спортлото» и моментальные лотереи «Спортлото» проводятся с 14.09.2009 по 31.12.2029. С информацией об организаторе лотереи, правилах проведения лотереи, количестве призов или выигрышей по результатам её проведения, сроках, месте и порядке получения выигрышей можно ознакомиться на сайте www.stoloto.ru или по телефонам 8-499-270-27-27 и *777.

На правах рекламы

ОТКРОВЕННО О ЛИЧНОМ

Ирина Грибулина -
о том, что быть
счастливой
не стыдно.

«СУПРУГА КАРАЧЕНЦОВА ЛЮДА ПОРГИНА ЗВАЛА МЕНЯ «ЖЕНА № 2».

Ирину ГРИБУЛИНУ публика знает как соведущую телепрограмм «Будильник», «Шире круг», «Утренняя почта». Но настоящую известность ей принесла композиторская деятельность: Ирина написала больше 30 песен для Иосифа Кобзона, включая хит «Доченька». Также композиции Грибулиной исполняли Николай Караченцов, Валерий Леонтьев, Людмила Гурченко, Николай Ерёменко, Валентина Толкунова... Ну а сердца прекрасной половины навсегда растаяли после женских песен-историй в исполнении самой Ирины - «Недотрога», «Разведённые мосты», «Подруга».

«РАЗБИЛА ЛЮБОВЬ»

- Ирина, в вас был страстно влюблён актёр Николай Ерёменко-младший. Но что помешало вам быть вместе?

- Я дружила с его женой Верой. Именно поэтому я не принимала

Ерёменко как возможного мужа. Именно поэтому у нас с Колей было больше творчества, чем плотских отношений. Мы с ним ездили на гастроли вместе, написали песню, на которую был снят один из первых в стране клипов, создавали интереснейшие кино- и музыкальные вечера. Когда возвращались с гастролей в Москву, первый звонок был от Веры: «Приезжайте скорее, я приготовила вам ужин, нажарила то, нажарила сё!»

- Неужели она ни о чём не догадывалась?!

- Я никогда не спрашивала её в лоб. Хотя уверена: она не просто догадывалась, а знала обо всём. Но... Вера была слишком мудра и слишком любила Колю. Осознавала: ему,



«Я сказала Николаю Ерёменко: «Нет. Я настолько люблю и уважаю твою жену Веру, что не стану причиной вашего развода».



С любимым мужчиной Константином Риттель-Кобылянским и подругами Людмилой Поргиной (слева) и Анжеликой Агурбаш (справа).

как каждому творческому влюбчивому мужчине, нужна муза. И ещё она прекрасно понимала, что я - та муза, которая не сделает ей подлости, не пойдёт на предательство.

Как Ерёменко ухаживал? Никогда не забуду наши гастроли в одном далёком-далёком северном посёлке. Я была молоденькая, яркая, взбалмошная (впрочем, как и сейчас) и обожала шампанское по утрам. В те времена алкоголь продавался с 11 утра - к этому часу возле винно-водочных отделов скапливалась огромная толпа страждущих. И Коля, который после «Пиратов XX века» стал кумиром всей страны, пока я спала, становился с этими хану-

риками в очередь... Потом шёл на рынок и покупал мне замороженную клюкву или бруснику, отогревал её, поливал мёдом. Он делал такие сюрпризы, которые свойственны только человеку творческому, очень романтичному, чувственному. Дарил вещи, которые только я люблю, - талисманы, кукол интересных... А уж как он цветы для меня сохранял, невозможно передать... Грел своим теплом, на сердце клал, под рубашки, свитера. Его цветы всегда были свежими, из какой бы точки он ко мне ни прилетел. Однажды он на себе привёз мне с юга в северный город фиалки...

Знаете, у меня осталось чувство вины перед Колей - я всё-таки его не приняла...

- В каком смысле?

- Был момент, когда Ерёменко сделал мне предложение. Но я сказала: «Я настолько уважаю и люблю Веру, что никогда не стану причиной вашего развода». После этого, случалось, он мог запить и приехать ко мне в неадекватном состоянии. Умолял: «Ни ты себе самой этого не простишь, ни я тебя не прощу, потому что ты разбиваешь отношения, которые случаются, может быть, однажды». Кстати, до этого Ерёменко вообще не пил. Мы с ним 2 года общались, и я не видела, чтобы он

даже на гастролях употреблял алкоголь.

Когда друзья привезли меня из роддома с дочкой Настей и я осталась одна, Коля был первым, кто приехал ко мне. Привёз огромного медведя и сидел с ним весь день в гостиной. А я то кормила Настю грудью, то сцеживалась, то проваливалась в сон. Безумно болел шов после кесарева сечения. Чуть прикорну - опять Настенька плачет. Я очень плохо себя чувствовала и думала: «Господи, Колечка, уж скорее бы ты ушёл!..» А Ерёменко не уходил... Так и просидел с этим медведем почти до ночи. Позже я поняла, как он в тот момент страдал в душе, как хотел, чтобы это был наш общий ребёнок, наша общая история...

Видите, я не хотела уводить человека из семьи, а другая увела... Думаю, всё сложилось бы иначе, если бы не новая девочка, а Вера была рядом в тот момент, когда ему стало плохо (в 52 года Ерёменко умер после инсульта. - Ред.). Она ведь, как и я, знала, какие колоть лекарства. Очень жаль, что всё так произошло.

ВЫБИРАЕТ МОЛОДЫХ И СЯБИТОВА ТОЖЕ!

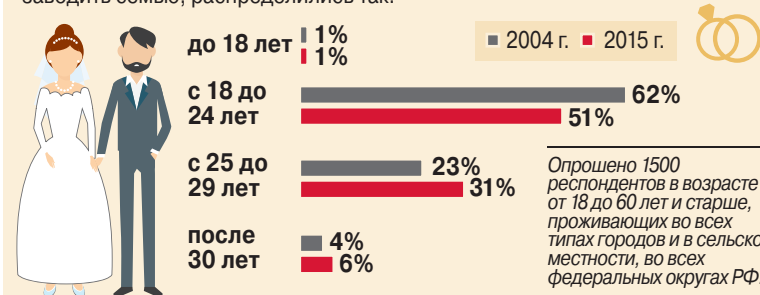
- У вас сложная женская судьба. В прошлом интервью «АиФ» вы рассказывали, как бывший муж избивал вас, насильно таскал на аборт. Сегодня вам 62, вы счастливы и влюблены. Кто же он?

- Константин - известный в Европе оперный певец. Живёт в Германии, я - в России. Мы познакомились через общую близкую подругу, которая знала наших с Костей покойных мам - двух блестящих солисток Театра оперетты. Константин написал мне в Интернете, что он был в меня влюблён всю свою юность. Когда я начала телевизионную и композиторскую карьеру, он был ещё ребёнком. Я тоже посмотрела его записи. Талантливый, фактурный, яркий. Я написала:

МНЕНИЕ НАРОДА

УЖ ЗАМУЖ НЕВТЕРПЁЖ?

Исследовательский центр «Ромир» в рамках проекта «Россия. 10 лет спустя» решил выяснить, как изменилось мнение россиян о семье и детях. Если 10 лет назад лучшим возрастом для вступления в брак мужчины называли 23 года, а женщины - 24 года, то в 2015 г. мужчины считают, что жениться надо в 25 лет, а женщины уверены, что лучший возраст для похода под венец - 23 года. В целом же ответы на вопрос, в каком возрасте лучше заводить семью, распределились так:



Климакс и лишний вес

«В климакс набрала вес, особенно заметно на животе. Говорят, в моем возрасте это вредно для сердца. Есть ли какие-то эффективные способы похудеть после 50?», Нина, 58 лет



Нина, обратите внимание на французскую новинку - Фемаж МПС «Контроль веса»¹. Он создан специально для женщин старше 40 лет и оказывает эффект «2 в 1». Фемаж призван не только предотвратить гормональный дисбаланс, связанный с климаксом, но и ускорить обменные процессы. Теперь Вы можете худеть без вреда для здоровья и поддерживать свой привычный вес. Быть может, уже через 30 дней Вы увидите себя стройнейшей и молодой.²



Специально для читателей «АиФ»: при заказе Вы можете получить Фемаж БЕСПЛАТНО!³ Просто назовите код подарка «И.01.Ф».

Звоните по телефону бесплатной горячей линии 8-800-200-83-22. Спешите! Количество подарков ограничено.

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ООО «АТЭСКОМ», ОГРН 5087746139366, РФ, 115230, МОСКВА, ВАРШАВСКОЕ Ш. 36/8, 1. БАД СР №RU.77.99.11.003.E.000395.01.15 от 16.01.2015 г. 2. РЕЗУЛЬТАТ МОЖЕТ ОТЛИЧАТЬСЯ 3. ПРИ ПОКУПКЕ ОТ 2 ШТ. АКЦИЯ ДЕЙСТВУЕТ С 11.11. ПО 31.12.2015 г. ИНФОРМАЦИЮ ОБ ОРГАНИЗАТОРЕ АКЦИИ, ПРАВИЛАХ ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ, СРОКАХ, МЕСТЕ И ПОРЯДКЕ ПОЛУЧЕНИЯ ПРИЗОВ УТОЧНЯЙТЕ ПО ТЕЛ. 8-800-200-83-22. РЕКЛАМА

ПРИНЯЛА...»

«А сбросьте-ка свой телефон! Что же мы, как две радистки Кэт, азбукой Морзе общаемся? Я уже хочу услышать ваш голос». Что за глупость - думать, что женщина не должна сделать первый шаг?! И начался удивительно красивый роман. Телефонные разговоры по 5-10 часов, бесконечные SMS, длинные письма. Я ему сказала: каждый год в день рождения устраиваю творческий вечер, в котором принимают участие мои любимые друзья-звезды - Иосиф Кобзон, Эммануил Виторган, Анжелика Агурбаш, Анита Цой, Саша Маршал и др. Костя ответил: «Мечтаю к тебе приехать». Когда встретила Константина в аэропорту «Шереметьево», он держал огромный букет белых роз... У нас было ощущение, будто мы знаем друг друга 100 лет... На

ИЗЪ »

**«Я НЕ СТАЛА
УВОДИТЬ...
НО КОЛЯ
УШЁЛ
ОТ ЖЕНЫ
К ДРУГОЙ...»**

день рождения Костя подарил мне уникальные семейные антикварные украшения. Это старинный золотой браслет с бриллиантами и брошка с огромным аметистом, бриллиантами и рубинами... Их носила его мама, в них - её душа.

- И тем не менее коллеги по цеху почему-то не очень рады за вас. Например, сваха Роза Сябитова на программе Андрея Малахова выступила против отношений Грибулиной с певцом Константином Риттель-Кобыльским...

- Роза сказала то, что соответствует её имиджу: нужно опасаться, что он посмотрит на вашу дочку, будет ухаживать за ней, через 10 лет он вас бросит. Хотя сама всю жизнь любит молодых мужчин.

- А сексолог Александр Полеев написал в соцсети о вашем романе так: когда молодые мальчики влюбляются в старуху с пятнами, это вид полового извращения.

- Для начала мне бы хотелось, чтобы он вставил зубы, похудел и мог удержать женщину возле себя - Полеева недавно бросила

молодая жена. Мне всегда бывает так смешно, когда диетологи - жирные, психологи - злые, а сексопатологи - с проблемами в интимной жизни.

Во-первых, Костя не такой уж молодой - ему 47 лет. Поэтому разница в возрасте у нас получается небольшая. Во-вторых, я выгляжу моложе не только своих ровесниц, но и многих 40-летних мужчин. Да и потом, если женщина интересная, талантливая, сексуальная,

мужчине и не надо никакой молодой дурочки, у которой накачанные губы, нарощенные волосы, сиси вставлены, попа в ботоксе, а она вся в анорексии. Ну я вас умоляю, лучше уж со мной! Я вся натуральная, у меня всё «накачено» природой. Но не могу же я раздеться и показать всей стране, что у меня нет ни одной целлюлитной капельки, ни одной растяжки, что у меня тело гладкое, как у дельфина, с плоским животом, как будто мне 20 лет? Все говорят: «Кто вам так хорошо сделал грудь? Не дадите адресок?» Я отвечаю: «Это Господь Бог сделал в 12 лет». - «А губки вы у кого накачивали?» - «Тоже спасибо Господу, посмотрите мои старые фотографии». Возраст паспортный, видимо, не сказывается ещё и потому, что я в этой жизни живу не так, как многие. Если получаю по морде, никогда не мщу, ещё пойду помолюсь за этого человека, сто раз его простив...

Жена Николая Караченцова Людмила

Поргина тоже была тогда на программе и нас с Костей защищала от всех завистливых злыдней. Когда кто-то из зрителей сказал, что вряд ли Константин меня любит по-настоящему, Людочка парировала: «Уж как Коля в Иру был влюблён! И сейчас Караченцов любит её невозможно как!»

«КОЛЯ ЛЮБИТ ТОРТЫ»

- Вы с Караченцовым в своё время здорово выстрелили с клипом «Ссора», где изображаете мужа и жену, дерётесь, миритесь...

- У нас было два дуэта с ним - «Ссора» и «Бюрократ». Каждый раз, когда приезжаю к Люде с Колей в гости, мы обнимаемся, расцелуемся, поплачем, посмеёмся, вспомним съёмки... Мы ведь «Ссору» снимали у Коли дома в ванной. Людочка столько грязи потом вывозила после съёмочной группы... Там были и массовка, и статисты, и редакторы, и режиссёры. Сколько было попорчено мебели и тарелок разбито! (Смеётся.) Мы же хотели сделать бомбу - мы



В 43 года, уже отчаявшись иметь детей, родила дочь.



«Караченцов не любит, когда с ним сюсюкают и оплакивают его. Я с ним общаюсь как с прежним, здоровым Колей. И он это обожает».

её и сделали. Это был первый клип на советском ТВ. Людочка Поргина мне потом через знакомых и их сына Андрюшу передавала статуэтки, рукавички, книжки - на концертах Караченцову всё это приносили и просили передать «супруге Ирине Грибулиной». Людочка меня и звала - жена № 2. Дружба у нас дивная, проверенная годами... Если я на гастролях, Караченцов жену спрашивает: «Когда уже Ира Грибулина к нам придет? А почему она не звонила так долго?» Коля - это такой близкий и родной для меня человек...

Когда недавно была презентация дисков «Антология песен Николая Караченцова», куда вошло и несколько моих песен, он, умничка, три часа выдержал, давал автографы, общался с людьми, фотографировался... Больному человеку необходима поддержка и осознание того, что его любят,

что он нужен. К сожалению, Коля ко мне не смог приехать на день рождения. А люди, полагая, что он, как всегда, будет у меня на творческом вечере, привезли ему огромное количество подарков. Скоро поеду Караченцову вручать эту гору презентов. Маленький секрет - Коля очень любит тортики. Поэтому я ему сейчас заказала потрясающий эксклюзивный торт ручной работы...

У него нарушены ходьба, речь. Но эмоционально он такой же, как и был, всё прекрасно понимает, всё чувствует. А может, даже больше, чем здоровые люди! Для нас, близких, он такой же, как до той страшной аварии. Он обожает, когда с ним не сюсюкают и не оплакивают его. Он жив! Поэтому с Караченцовым я общаюсь как с прежним, здоровым Колей. Время сейчас жёсткое. Спасёт мир только дружба и любовь. Жить нужно, открывшись Богу, людям...



Ольга
ШАБЛИНСКАЯ

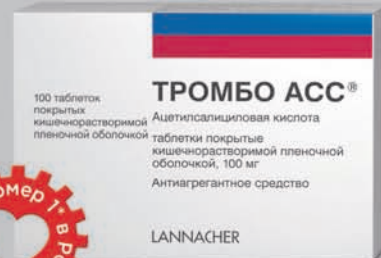
Фото Анатолия ЛОМОХОВА/PhotoXPRESS.ru и из личного архива



**Тромбо АСС — чтобы видеть,
как растут дети... ваших внуков!**

Препарат выбора*
для защиты от

- инсульта,
- инфаркта,
- стенокардии



Per. уд. П № 013722/01 от 01.11.2011

*Частота назначений специалистами
ТН АСК-группы, Comcon, ноябрь 2014

TRASS-0107-RU-667

VALEANT

Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ,
ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

ЛИЦА

Юлия Снегирь -
о жизни в «шкуре»
императрицы.

«Я ЗНАЮ, ЧТО ВНЕШНЕ НЕ ПОХОЖА НА ЕКАТЕРИНУ. НО ЭТО НЕ ГЛАВНОЕ!» - СЧИТАЕТ ИЗВЕСТНАЯ АКТРИСА.

Недавно на одном из каналов состоялась премьера масштабного исторического сериала о жизни императрицы Екатерины II. Это уже не первая попытка перенести на экран судьбу этой правительницы. На этот раз роль одной из самых противоречивых фигур в истории России выпала актрисе **Юлии СНИГИРЬ**.

СЛИЯНИЕ СУЩЕСТВ

- Юля, в кинематографической среде говорят, что у вас сложилась репутация актрисы, которая очень избирательно подходит к выбору ролей. Да и сами вы не раз говорили, что занимаетесь толь-

ко тем, что вам интересно в данный момент. А на роль Екатерины вы сразу согласились?

- На пробы в этот проект меня пригласили, когда я жила в Лос-Анджелесе. Точнее, это был период, когда я поняла для себя, что не смогу жить в Америке. Не моё... Однако я понимала, что и в России я своё место до сих пор не нашла. В общем, это был период некой растерянности, неуверенности в себе. И конечно, когда поступило предложение попробовать на роль Екатерины, я, мягко говоря, удивилась и опять же растерялась. Ну совершенно я не видела себя в роли императрицы, хотя из актёрского любопытства согласилась приехать на пробы. Когда же меня утвердили, даже испугалась - не понимала, как подступиться к этому образу. А потом подумала: наверное, что-то любопытное может получиться от сочетания моего существа с её существом.

ЖАДНО ЖИЛА

- А кроме сценария вы что-то ещё читали о вашей героине? Всё-таки вы реального человека играете...

- Я много прочла про Екатерину. Но прочесть кучу книг несложно - сложно почувствовать в историческом персонаже живого человека. Меня интере-



Юлия долго не знала, как подступиться к образу Екатерины Великой.

Фото пресс-службы Первого канала

совали самые простые вещи, из которых складывается характер. Она очень жадно жила. Менше всего мне хотелось показать бедную, несчастную немецкую девочку, которая мечтала о тихом семейном счастье, а потом её обидели и она стала жёсткой и сильной. Возможно, это хорошо по законам драматургии, но мне было плевать на драматургию - меня интересовала Екатерина такой, какой она была на самом деле. Вот, к примеру, пишут, что она умела всех обаять и найти со всеми общий язык. Но ей же не могли нравиться абсолютно все! Значит, с кем-то она была неискренней?

Это недостаток? Нет, скорее следствие живого, пытливого ума.

- Вполне ожидаемо после первой же серии фильма в Интернете начали активно обсуждать то, насколько вы внешне похожи на Екатерину. Большинство сошлось во мнении, что вы с ней ни капли не похожи!

- Странно рассуждать о портретном сходстве с Екатериной. Тогда были совсем другие лица. И потом внешнее сходство не самое главное - куда важнее внутреннее содержание, не правда ли? Взгляд, походка, манера говорить, сидеть...

- Но лицо - это то, на что зри-

тель смотрит в первую очередь. В конце концов, можно сделать сложный пластический грим.

- Режиссёр фильма рассказывал нам, что первоначально была мысль пойти по пути портретного сходства актёров. Но от этой идеи быстро отказались, потому что если посмотреть, например, на портреты бравого военного - графа Григория Орлова, то это довольно пухленький милый человек, который как-то не сочетается с современным представлением о героической личности. Далёк от идеала мужской красоты и муж Екатерины - Пётр III. Нынешний зритель не только не поверил бы таким героям, он их не полюбил бы, потому что понятия о красоте в XXI в. иные, нежели в XVIII. И основной вопрос: когда речь идёт об историческом персонаже, кто сегодня для зрителя Екатерина II, кто граф Орлов или граф Бестужев? Кино, которое снималось бы о Екатерине Великой в 50-е гг. XX в., абсолютно точно было бы иным, как будет другим и кино о ней через 20 лет. Каждое время рождает своё представление о героях.



Сергей
ГРАЧЁВ



РЕЖИССЕР СЕРГЕЙ УРСУЛЯК

СКОРО РОССИЯ 1

12+

РЕКЛАМА

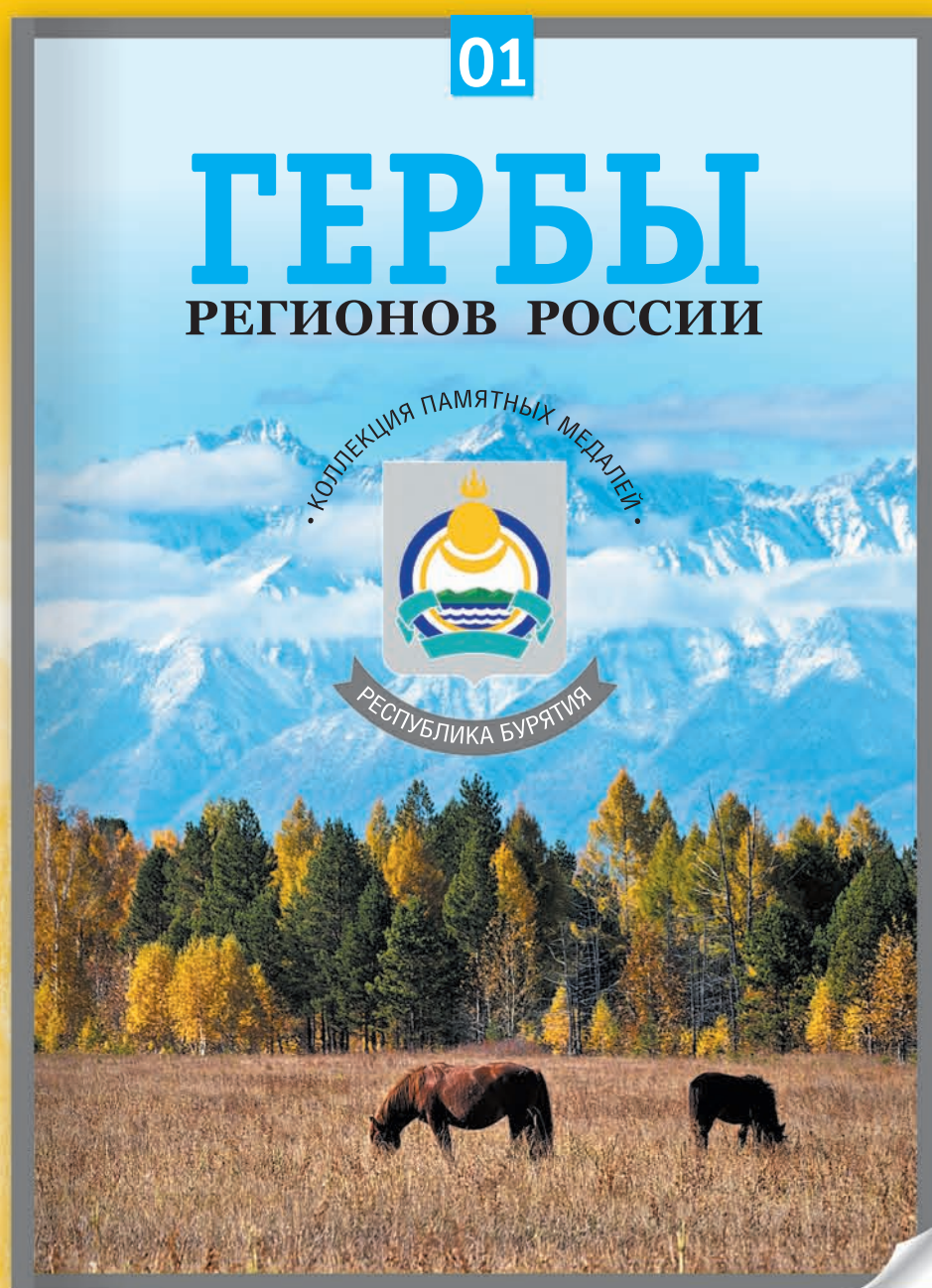
16+

Страницы в киосках прессы.
Телефон горячей линии 8 800 100 34 13.
Количество экземпляров ограничено

Новая энциклопедическая коллекция

ГЕРБЫ

РЕГИОНОВ РОССИИ



Рекомендованная розничная цена первого выпуска

НОВИНКА

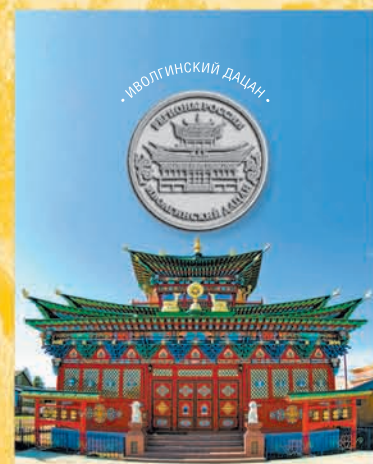
всего за

99 руб.

**УЖЕ
В ПРОДАЖЕ**



Коллекционная медаль



Открытка

**Соберите полную энциклопедию
обо всех регионах России!**

Новая коллекция «Гербы регионов России» — это полная энциклопедия, посвященная современной России. Достоверная и интересная информация о каждом регионе нашей страны — история края, особенности географического и геополитического положения, природные богатства и достопримечательности, уникальные места и, конечно, удивительные люди. С новой серией «Гербы регионов России» вы соберете коллекцию памятных медалей с изображением герба каждого из 85 регионов.

ЛЮДИ И ЗВЕРИ

Зачем люди тратят тысячи, а то и миллионы рублей на экзотических животных, которые могут убить своих хозяев?

В ПОДЪЕЗДЕ ОБЫЧНОЙ МОСКОВСКОЙ МНОГОЭТАЖКИ БЫЛИ ОБНАРУЖЕНЫ... ЛЕОПАРДЫ. ЗВЕРЕЙ ОТЛОВИЛИ И ПЕРЕДАЛИ СПЕЦИАЛИСТАМ, НО КТО ИХ ХОЗЯИН, ТАК И ОСТАЛОСЬ ТАЙНОЙ.



«Мода на экзотических животных захлестнула Россию ещё в 90-е, - рассказывает Эдгард ЗАПАШНЫЙ, народный артист РФ, директор Большого Московского государственного цирка, дрессировщик. - Помню, к нам обратился один авторитетный бизнесмен с просьбой помочь с дрессировкой купленного им тигра. Мол, здорово было бы выводить его на поводке - вызывало бы у конкурентов уважение... А ещё через неделю умолял забрать дорогостоящее животное, ведь уход за подобным зверем - ох какое непростое дело! Тем не менее именно эта дикая мода - не в последнюю очередь вместе с действиями браконьеров - привела к почти полному исчезновению тигров».

* * *

Один друг спрашивает другого:

- Куда мне деть пингвина?

- В зоопарк!

На следующий день:

- Спасибо за совет, в зоопарке мы уже побывали. Куда нам ещё сходить - может, в цирк?

* * *

В принципе животных, занесённых в Красную книгу, во многих странах продавать запрещено. Но на деле этот бизнес широко развит. Экзотов порой продают на обычных птичьих рынках. «Вот только каково состояние здоровья дорогостоящего питомца, может показать

только практика, - рассказывает ветеринар Иван САВЕЛЬЕВ. - К нам сплошь и рядом поступают полумёртвые лемуры. Или попугаи, в чьих перьях какие только паразиты не живут. А некоторое время назад случилась настоящая эпидемия подложных мини-пигов. Эти зверьки ростом с небольшую собачку очень популярны на Западе. Каждый вспомнит трогательную историю про голливудского актёра Джорджа Клуни, который предпочитал этого зверька семейной жизни. Так вот, какой-то предприимчивыйделец начал продавать под видом мини-пигов... обыкновенных поросят. Которые на хороших кормах умудрялись буквально за несколько месяцев достигать веса под центнер. То-то проблем было у несчастных

50 тыс. долл.

**И БОЛЬШЕ
МОЖЕТ СТОИТЬ
ОДИН ЭКЗОТ.**

покупателей - куда девать из городской квартиры половозрелого кабана?!

* * *

У меня один приятель трёх крыс завёл. Аккурат в год Крысы. Интересно, что он на год Дракона делать будет?

* * *

На столь странные покупки люди тратят огромные деньги. Например, привезённый из Африки попугай может стоить 3-7 тыс. долларов. А дикий кот манул - около 50 тыс. Но зачем?! Тут помимо престижа и выпендрёжки играет роль и элементарное незнание реалий содержания того или иного существа. Вот, например, экзотические

рыбы пираньи. Их кормят мясом, и - проверено - они не погнутся и палец-другой кормящего их хозяина отхватить. Или взять такого чудесного зверька, как коала. Тихий, спокойный, вот только питается он... исключительно эвкалиптовыми листьями. А потому в условиях российской квартиры быстро погибает от голода. Огромная ящерица игуана вроде бы и к человеку привязывается, и умная, и не грязнуля. Но только, прогуливаясь по полу дома у какого-нибудь нашего любителя экзотики, часто подхватывает простуду - ну не переносит она даже малейший сквозняк. Этим летом игуана, которая потом получила кличку Тимофей, была поймана... на территории телецентра «Останкино». Та от холода и страха едва не впала в кому - благо спасатели приехали быстро и сумели переправить полумёртвое животное в спецпитомник.

Да что там проблемы содержания! Если бы знали любители таких покупок, что проис-

ходит с будущими домашними животными при транспортировке... Некоторое время назад в ЕС был задержан продавец крокодилов. Он разместил соответствующее объявление в Сети и в ожидании возможного покупателя держал зверя в ванной... обмотав его полиэтиленовой плёнкой, чтобы случайно не выскочил и не укусил кого-нибудь. А черепашек перевозят с родины в чемоданах, при этом до половины их погибает, будучи раздавленными сородичами. Так же жестоко поступают и с птицами. При этом им ещё приматывают крылья к телу и заматывают клювики, чтобы не шуршали и не привлекали внимание таможенников. Тут процент смертей ещё выше, но за счёт высокой цены за каждый экземпляр такая дикая контрабанда остаётся выгодным делом.

* * *

Дома должна быть какая-то живность. Кто-то кошек заводит, кто-то - собак, кто-то - мужа.



* * *

А самое печальное, что подобные «друзья человека» фактически никогда не станут заменой обычным кошкам и собакам, привязывающимся к хозяину сердцем и душой.

Да, популярные сегодня лисы способны пожить в конуре неподалёку от жилища человека. Но при возможности они возвращаются в дикую природу - никакая любовь к хозяину их не удержит. Еноты, которые неожиданно стали модными в США, оказались и вовсе неприручаемыми - кусают людей, и всё тут!

Ужасающих историй множество. Одомашненная стая диких волков (!) насмерть загрызла хозяйку. Проживавший на придомовой территории в клетке медведь едва не сорвал скальп с сына хозяина...

Из воздуховода выполз огромный питон, сбегавший от хозяина, проживавшего несколькими этажами выше. Дети на дороге нашли мёртвого павлина. Приведённый американской парой домой бизон так и не смог приучиться к туалету, поэтому лепёшки от него валяются по всему дому.

А в ЮАР львица загрызла... защитницу животных. Что и вовсе уж обидно: дамочка как раз занималась возвращением некогда содержавшейся в неволе киски к жизни в дикой природе...

КСТАТИ

Сегодня остроумным стало содержание возле загородных домов... бобров. Им отгораживают часть водоёмов, регулярно снабжают кормами. Сложно сказать, в чём интерес приручения столь оригинального «домашнего» зверя, который к тому же «в благодарность» активно закусывает деревьями и прочими посадками на участке хозяина.



Юлия
ТУТИНА

Коллаж Андрея ДОРОФЕЕВА.
Фото Fotolia/PhotoXPRESS.ru

Триптофан*: спокойные ночи, счастливые дни!

Бессонница ночью, стрессы и подавленное настроение днем...Пытаясь вырваться из этого замкнутого круга, знакомого большинству жителей мегаполисов, мы принимаем различные успокаивающие средства, но они могут не дать ожидаемого результата. Возможная причина – снижение в организме уровня гормонов **серотонина и мелатонина**. Восполнить их недостаток помогает незаменимая **аминокислота триптофан**.

**«Формула спокойствия Триптофан» способствует:**

- **днем** – выработке серотонина – «гормона счастья», повышению работоспособности, снижению раздражительности, устранению подавленного настроения, чувства тревоги
- **ночью** – выработке мелатонина – «гормона сна», который помогает быстро заснуть, полноценно выспаться и отдохнуть за более короткое время

Курс приема – не менее 1 месяца

Спрашивайте во всех аптеках, в том числе:

- Эвалар (495) 921-40-74 (800) 250-8-800
САНСОН ФАРМА
АПТЕКА (495) 730-2-730 (800) 200-63-03
АПТЕКА НОРМА ГОРЗДРАВ (800) 775-17-33 (499) 653-62-77
36-6 (495) 79-76-366 (495) 585-55-15
(495) 788-05-04 (495) 995-03-03
Горячая линия «Эвалар»: 8-800-200-52-52
www.evalar.ru

КИРИЛЛ ГРЕБЕНЩИКОВ

ЕВГЕНИЯ ДОБРОВОЛЬСКАЯ

ЕВГЕНИЙ МИЛЛЕР

16+

У НЕЁ ДВЕ СЕМЬИ, ДВА МУЖА
И ОДНА **ЛОЖЬ** ДЛЯ ВСЕХ

ДВОЙНАЯ
СПЛОШНАЯ



ДОМАШНИЙ
ПО БУДНЯМ
21:00

КОМУ В МЕТРО ХОДА НЕТ

Безопасность -
самое главное
в подземке.

В ПОНЕДЕЛЬНИК, 9 НОЯБРЯ, В ДОРОГОМИЛОВСКОМ СУДЕ ОГЛАСИЛИ ПРИГОВОР ЧЕТЫРЁМ ФИГУРАНТАМ ДЕЛА, ПОСВЯЩЁННОГО СТРАШНОЙ ПРОШЛОГОДНЕЙ АВАРИИ В МЕТРО.

КАКОЙ ВЕРДИКТ?

Трагедия, случившаяся 15 июля 2014 г. на перегоне между станциями «Парк Победы» и «Славянский бульвар», унесла жизни 24 человек (ещё 188 получили ранения). Многочисленные экспертизы показали, что поезд сошёл с рельсов из-за стрелки, закреплённой всего-навсего проволокой. Обвиняемые - Анатолий Круглов, Валерий Башкатов, Алексей Трофимов и Юрий Гордов - признаны виновными в нарушении правил безопасности движения и эксплуатации метрополитена. Они получили от 5,5 до 6 лет лишения свободы.

Но вынесение приговора не означает, что расследование крупнейшей аварии в истории столичной подземки закончилось. «Следствие намерено привлечь к уголовной ответственности не только работников, чьи действия прямо привели к трагедии, - заявил **Владимир МАРКИН, официальный представитель Следственного комитета РФ.** - Сейчас на завершающей стадии расследования находится уголовное дело в отношении 6 руководителей и работников Московского метрополитена. Кроме того, устанавливается степень вины иных сотрудников



метрополитена, а также организаций, которые были обязаны организовать и осуществлять строительный контроль за работами по укладке стрелочного перевода, но не сделали этого».



Сначала пассажирский поток «сканируют» люди, потом подключается спецтехника.

ми, которые принимают участие в строительных работах, установлен жесточайший контроль. Но достаточно ли этого? Ведь преступная небрежность - не единственная причина, по которой способна произойти авария на станциях, эскалаторах или в тоннелях. В многомиллионном потоке пассажиров могут скрываться неадекватные граждане, которые спускаются под землю вовсе не для того, чтобы доехать из точки А в точку Б. Реально ли вычислить таких «пассажиров» своевременно?

5 млн
ЕДИНИЦ БАГАЖА
ПРОВЕРИЛИ
В МЕТРО С ЯНВАРЯ.

Важно не только разобраться во всех деталях уже случившейся трагедии, но и сделать всё, чтобы подобное не повторилось. Ведь столичный подземный транспорт продолжает активно строиться и ремонтироваться (это видно всем пассажирам, потому что регулярно ограничивается или временно прекращается движение на отдельных участках разных веток. Кстати, обо всех запланированных работах можно узнавать на сайте mosmetro.ru). За подрядными организациями и за собственными сотрудни-

но в ходе досмотровых операций инспектора транспортной безопасности выявляют более 100 запрещённых к перевозке предметов: ножей, травматического и пневматического оружия, - рассказал **Владимир МУРАТОВ, начальник Службы безопасности Московского метрополитена.** - Проверка багажа с помощью рентгено-телевизионных установок занимает всего пару минут, однако именно эти проверки обеспечивают всестороннюю защищённость пассажиров на станциях».

Кстати, в последнее время этот «охраненный рубеж» стал ещё эффективнее - с начала осени количество досмотренных пассажиров увеличилось на 77% (в октябре проверку с помощью спецоборудования ежедневно проходили порядка 96 тыс. пассажиров). Зачастую интерес вызывает не человек, а его багаж, который просканировать можно быстро и надёжно. С начала 2015 г. этой процедуре подверглось свыше 5 млн



«МОЖНО ВАС НА МИНУТОЧКУ?»

Именно этим и занимаются несколько тысяч контролёров, сотрудников полиции и службы безопасности подземки. Например, ни для кого не секрет, что ещё в вестибюлях станций всех входящих «тестируют» на потенциальную опасность. Это делает более 930 инспекторов. И если появляются хотя бы малейшие подозрения по поводу конкретного гражданина, его остановят до того, как он пройдёт через турникет. «Ежеднев-

сумок, чемоданов и баулов. А тем пассажирам, кто не успел вскочить в поезд из-за того, что его объёмный рюкзак просвечивали, можно сказать только одно: «Вы уверены, что в вашем багаже ничего криминального нет, а по поводу сумок окружающих вас незнакомцев вы готовы сказать то же самое?» Так что подождите минуту-другую...

Как вы догадываетесь, инспектора работают не только в вестибюлях, ведь нужно выискивать и тех нарушителей, которые пытаются проникнуть в закрытые для пассажиров зоны. В прошлом месяце было пресечено 17 попыток проникновения в тоннели и 27 - в вентиляционные шахты и на открытые участки метро. Поклонники экстремальных экскурсий и селфи упорно не хотят понимать, что могут невольно повредить оборудование и спровоцировать аварийную ситуацию. Кстати, именно поэтому за незаконное проникновение в запретные зоны можно понести не только административную, но и уголовную ответственность.

Ну и последнее. В московском метро много полиции, в том числе стражей порядка, которые работают со служебными собаками (чьи носы способны уловить в воздухе даже самый слабый след от взрывчатки или наркотика). И документы у пассажиров спрашивают часто. Отнеситесь к этому с пониманием. А если увидите бесхозную сумку или пассажира, который ведёт себя странно, не поленитесь - найдите сотрудника метро и сообщите ему об этом. Ведь все мы хотим одного - целыми и невредимыми приехать к своим родным и близким.



Галина ШЕЙКИНА

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

НА ЗАМЕТКУ

ТИХИЙ ШЁПОТ Я СЛЫШУ ОПЯТЬ...

Когда мы плохо слышим, то и видим мир, как ни странно, начинаем иначе. Соседки на лавочке перекинулись парой слов и засмеялись: а вдруг над вами?

Не расслышали, что родные вам сказали: специально, что ли, вполголоса разговаривают? Внуки звук у телевизора тише сделали: неужели не знают, что вам так не слышно? Смириться с возрастным снижением слуха непросто. А надо ли смириться? Ведь сегодня эта проблема решаема. Специально для помощи в ее решении ученые разработали **уникальный многокомпонентный биокомплекс АКУСТИК.**

АКУСТИК борется с возрастным ухудшением слуха, улучшая кровообращение, питание и об-

мен веществ головного мозга, а главное - его структур, отвечающих за слух.

Капсулы АКУСТИК состоят из 14 ценнейших натуральных ком-

МНОГОКОМПОНЕНТНЫЙ
БИОКОМПЛЕКС АКУСТИК -
ПОМОЩЬ ПРИ ВОЗРАСТНОМ
УХУДШЕНИИ СЛУХА
И ШУМЕ В УШАХ.

понентов, каждый из которых выполняет свою задачу. Слаженное действие компонентов помогает улучшить кровообращение, питание и обмен веществ головного мозга. Кроме того, в на-

шем мозге есть периферические структуры, отвечающие за слух, с активностью которых также работает АКУСТИК. Компоненты комплекса усиливают проведение импульсов по слуховому нерву, повышают чувствительность к звукам и укрепляют стенки капилляров.

Важной способностью биокомплекса АКУСТИК является **нейтрализация гомоцистеина.** Гомоцистеин - токсичное вещество, делающее стенки сосудов рыхлыми, что в свою очередь тоже провоцирует ухудшение слуха.

АКУСТИК. Хороший слух
- комфортное общение

Спрашивайте в аптеках города!



ТЕПЕРЬ И В НОВОЙ УПАКОВКЕ!

Телефон «горячей линии»
8-800-333-10-33

Звонок по России бесплатный.

Часы работы: пн. - пт. - с 10.00 до 19.00,
сб., вс. - выходные.

БАД НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ



НАБОЛЕЛО И НАДОЕЛО...

...ЧТО МАШИНУ НЕГДЕ ПРИТКНУТЬ

Почему на периферии города так мало автостоянок около станций метро? Я был бы рад оставлять свою машину у МКАД, чтобы дальше ехать на работу общественным транспортом, но не могу этого делать...

Д. Соколов

Сейчас перехватывающие парковки работают около 12 вестибюлей подземки (см. таблицу). Но до Нового года будут открыты новые стоянки общей вместимостью 1,5 тыс. машин. Речь идёт о ст. м. «Тимирязевская» (800 мест), «Пятницкое шоссе» (250 мест), «Волоколамская» (200 мест), «Тёплый стан» (120 мест) и «Зябликово» (30 мест). Пользоваться ими можно бесплатно с 6.00 до 21.30, если вы в этот день совершите две поездки на метро.

Имейте в виду - сжुльничать и дважды приложить свой проездной к турникету в вестибюле ближайшей станции не получится. Информационный

терминал, с помощью которого нужно подтверждать факт проезда в подземке, настроен так: если последний вход в метро зафиксирован на любой станции, кроме ближайшей, автомобилист получает право не платить за парковку. Если схитрил, плати по 50 руб. за каждый час стоянки.

А ещё до конца 2015 г. появится первая перехватывающая парковка возле железнодорожной станции - у платформы «Крюково» (Зеленоград). Она рассчитана на 200 автомобилей. «Принцип её работы будет такой же, - объясняет Максим ЛИКСУТОВ,



руководитель столичного Департамента транспорта и развития дорожно-транспортной инфраструктуры. - То есть для пассажиров пригородных электричек она будет бесплатной (в течение рабочего дня)».

Округ	Станции метро
ЮАО	«Аннино», «Зябликово», «Шипиловская», «Красногвардейская»
ЗАО	«Славянский бульвар»
СЗАО	«Строгино», «Волоколамская»
ЮЗАО	«Бульвар Дмитрия Донского», «Бульвар адмирала Ушакова»
ВАО	«Выхино», «Измайловская», «Новокосино»

...КОГДА РЕБЁНОК ГОЛОДНЫЙ

Это правда, что в детские сады возвращают ужины? А то полдник такой скромный, что, когда забираю дочку из группы, она часто вместо «привет» говорит: «Хочу есть!»

Н. Афанасьева

Это действительно так. С 1 января 2016 года дошколята будут питаться 5 раз в день (они станут получать первый и второй завтрак, обед, полдник и ужин). Как раз сейчас в Москве проходит конкурс, который определит, какие



С Нового года в детсадах станут кормить пять раз в день...

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО

именно компании будут кормить наших детей (они же будут обеспечивать образовательные учреждения питьевой водой).

Кстати, выбирать фирмы будут не по принципу «кто предложит меньшую цену». Конкурсная комиссия проверяет квалификацию организации, качество предоставляемых ею услуг и внимательно смотрит предлагаемое меню.

«Нам очень важно обеспечить максимальную безопасность питания. И могу сказать, что ассортимент прошёл экспертизу в столичном Роспотребнадзоре и Московской государственной инспекции по качеству и безопасности пищевых продуктов», - объяснил Геннадий ДЁГТЕВ, глава московского Департамента по конкурентной политике.

...БИЗНЕС

ВАЖНЕЕ ЛЮДЕЙ

Говорят, решено продать часть социальных объектов. Это значит, какие-то бюджетные организации станут коммерческими? Или соцучреждения закроют, а здания, в которых они находились, отдадут под магазины?

Е. Сутулина

Речь идёт о пустующих квадратных метрах, где раньше располагались образовательные или медицинские учреждения. Сейчас в списке значится более 80 таких адресов по всей Москве. «До конца текущего года нам предстоит определить судьбу 40 объектов, - говорит Владимир ЕФИМОВ, руководитель Департамента городского



имущества. - Они могут быть использованы для каких-либо госнужд или сданы в аренду. Возможна и приватизация этих зданий и помещений. Если на данном участке необходим именно объект образования или здравоохранения, то мы закрепим за лотом соответствующий вид разрешённого использования».

СК «ОЛИМПИЙСКИЙ»
14 НОЯБРЯ

ШАНСОН 103.0 FM **15 ЛЕТ**
ПРЕДСТАВЛЯЕТ



МИХАИЛ ШУФУТИНСКИЙ СТАС МИХАЙЛОВ ЛЮБОВЬ УСПЕНСКАЯ ЕЛЕНА ВАЕНГА СЕРГЕЙ ТРОФИМОВ ВИЛЛИ ТОКАРЕВ КРИСТИНА ОРБАКАЙТЕ
АЛЕКСАНДР БУЙНОВ ТАИСИЯ ПОВАЛИЙ ОЛЕГ ГАЗМАНОВ РАДА РАЙ ИГОРЬ САРУХАНОВ АВРААМ РУССО ДЕНИС МАЙДАНОВ
ВАЛЕРИЙ СЮТКИН АЛЕКСЕЙ ГЛЫЗИН ИРИНА КРУГ ГРУППА «ЛЕСОПОВАЛ» ТАТЬЯНА БУЛАНОВА МИХАИЛ БУБЛИК КАТЕРИНА ГОЛИЦЫНА
УМА2ЯМАН ВИКА ЦЫГАНОВА СЕРГЕЙ ЛЮБАВИН ВЛАДИМИР МАРКИН ГАРИК КРИЧЕВСКИЙ ИНТАРС БУСУЛИС
АЛЕКСАНДР ИВАНОВ И ГРУППА «РОНДО» АНДРЕЙ ДЕРЖАВИН АНЖЕЛИКА АГУРБАШ СЕРГЕЙ КУПРИК ЯН МАРТИ СОПРАНО ТУРЕЦКОГО
РОДИОН ГАЗМАНОВ СЕРГЕЙ КУРЕНКОВ ВИТАЛИЙ АКСЕНОВ АРТУР РУДЕНКО ДУЗТ «БАЯН-МИКС» АНДРЕЙ ВЕСЕНИН КИРА ДЫМОВ
ВЛАДИМИР ЗАХАРОВ И ГРУППА «РОК-ОСТРОВА» АЛЕКСАНДР ЛОМИНСКИЙ АНАТОЛИЙ ПОЛОТНО И ФЕДОР КАРМАНОВ
ВИКТОР РЫБИН И НАТАЛЬЯ СЕНЧУКОВА РУСТАМ ШТАР ЮТА СЕМЕН КАНАДА ЛЮДМИЛА СОКОЛОВА ЗАМОТАЕВ БЭНД
АНСАМБЛЬ «БАЛАГУРЫ» ВЕРОНИКА АНДРЕЕВА И ДРУГИЕ

CONCERT.RU

ЗАКАЗ, ДОСТАВКА БИЛЕТОВ +7(495) 644 2222

Ticketland.ru

БИЛЕТЫ

937-77-37

OLIMPIK.RU

КАССЫ СК «ОЛИМПИЙСКИЙ» ЭЛЕКТРОННЫЙ БИЛЕТ 786 33 33

ОБРАЗОВАНИЕ

Московские школьники разрабатывают продукты для мобильных гаджетов.

МОБИЛЬНЫЕ ПРИЛОЖЕНИЯ СОЗДАЮТ НЕ ТОЛЬКО СПЕЦИАЛИСТЫ СОЛИДНЫХ IT-КОМПАНИЙ, НО И УЧЕНИКИ МОСКОВСКИХ ШКОЛ.

ИНТЕРЕСНЕЕ, ЧЕМ СЛОЖЕНИЕ

Совместный проект Департамента образования и Департамента информационных технологий Москвы «Школа новых технологий» разросся уже до 15 направлений. Это и 3D-модулирование, и робототехника, и образовательные программы, и школьные пресс-центры и видеостудии.

«Каждое из этих направлений уже детально проработано, за каждое отвечает свой менеджер, и работа происходит системно», - говорит Игорь МАРЧАК, руководитель проектного офиса «Школы новых технологий».

Создание мобильных приложений - одно из самых интересных направлений, поскольку сегодня редко встретишь школьника, который не пользо-

вался бы смартфоном. Поэтому на конкурс «Школа мобильных приложений» уже зарегистрировались 300 участников.

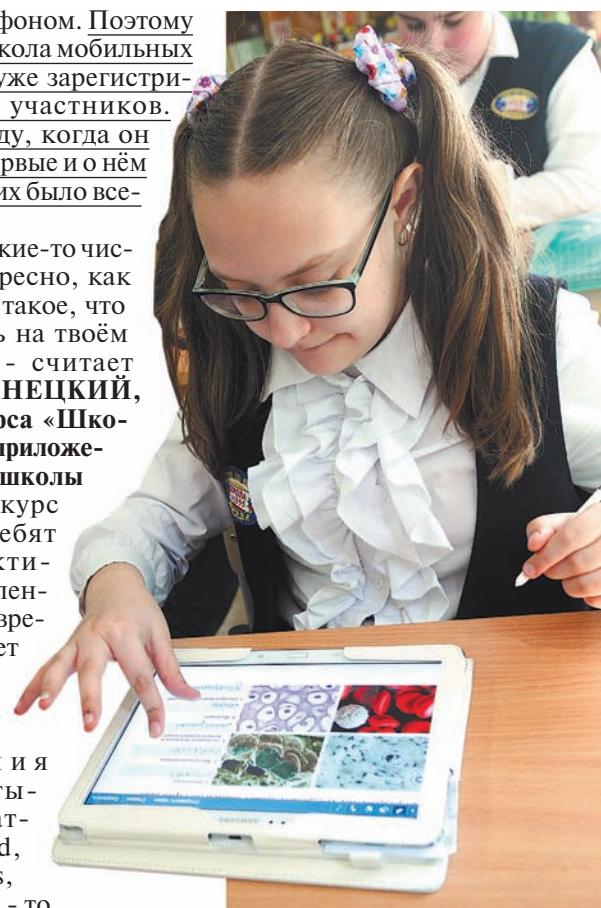
В прошлом году, когда он проводился впервые и о нём мало кто знал, их было всего 30.

«Сложить какие-то числа не так интересно, как сделать что-то такое, что будет работать на твоём устройстве», - считает Сергей КАМЯНЕЦКИЙ, куратор конкурса «Школа мобильных приложений», педагог школы № 1631. Конкурс привлекает ребят именно практической направленностью и одновременно вовлекает их в практическое программирование.

Приложения они разрабатывают для платформ Android, iOS, Windows, Windows Phone - то есть тех, на которых и работают их гаджеты.

ВСЕЙ КОМАНДОЙ

Егор ИВКОВ, учащийся гимназии № 1505, стал победителем прошлогоднего конкурса,



«Школьник без гаджета? Нет, не слышали!»

придумав школьный календарь, в котором можно посмотреть всё, что касается расписания школьной жизни, даже сколько минут осталось до конца урока.

Он рассказывает, что конкурсов проводится много, но в основном там разрабатывают алгоритмы программирования. А таких, на которых представлялись бы проекты в комплексе, практически нет.

Организаторы «Школы мобильных приложений» сознательно делают ставку на комплексные проекты. Ведь тогда ребята приобретают ещё и навыки работы в команде.

«Они должны научиться взаимодействовать друг с другом, должны понять, что разработать мобильное приложение - это не только написать код. Важная составляющая в нём - дизайн. К тому же нужен кто-то, кто будет пиарить это приложение - в соцсетях или иными способами», - объясняет С. Камянецкий.

Регистрация участников продолжится до 28 ноября, и в последний её день состоится хакатон - так называют форумы, где программисты, дизайнеры и организаторы IT-проектов сообща решают задачи. И если в какой-то команде, скажем, не хватает дизайнера, то, познакомившись с другими участниками, его можно найти и уже вместе проект «допилить», как любят говорить айтишники.

Затем, с декабря по февраль, ребята будут учиться - на вебинарах и очных встречах с представителями известных IT-компаний. И только потом, когда с учётом полученных знаний проекты доработают окончательно, состоится их защита, где жюри и выберет лучшие.

Мария БЕЛЯЕВА

Фото Валерия ХРИСТОФОРОВА

КСТАТИ

Помимо конкурса мобильных приложений проходят и другие. «Школа реальных дел» предоставляет ребятам возможность попробовать свои силы в решении реальных задач IT-компаний. В прошлом году, когда этот конкурс проводился впервые, в нём было около 800 участников из 30 школ и 20 партнёров, в этом - уже 2 тыс. школьников из 90 школ и 40 партнёров.

Конкурс «IT-репортёр», который учит навыкам IT-журналистики, тоже стал популярным. В октябре в форуме московских школьных СМИ участвовало около 200 ребят из 50 школьных газет, пресс-центров и видеостудий.

Об участии в конкурсе «3D-бум» - для будущих инженеров - уже заявили 150 команд, и регистрация продолжается.

6-7 НОЯБРЯ В МОСКОВСКОМ ИНСТИТУТЕ ОТКРЫТОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПРОШЛА 4-Я ГОРОДСКАЯ АКЦИЯ «ЕГЭ: ИЗ ГОДА В ГОД!» СПЕЦИАЛИСТЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЮ ЭКЗАМЕНА РАССКАЗАЛИ НЫНЕШНИМ ВЫПУСКНИКАМ О ТОНКОСТЯХ ПОДГОТОВКИ И ОТВЕТИЛИ НА ИХ МНОГОЧИСЛЕННЫЕ ВОПРОСЫ.

НОВАЯ И МАРТ

Родилась акция в 2014-м и теперь проходит дважды в год - во время осенних и весенних каникул. «Она быстро стала популярной среди учеников и педагогов», - говорит Тамара РОМАНОВА, заместитель начальника Управления контроля и надзора в сфере образования. - В государственной итоговой аттестации происходят изменения в заданиях, меняется их объём, и ребята должны знать об этом заранее. Здесь для них организованы как общие, так и индивидуальные консультации по предметам, они также могут узнать, как подать апелляцию в конфликтную комиссию, если сочтут это необходимым».

Тем выпускникам, что пришли в эти дни в МИОО, повезло ещё и потому, что консультантами были сами руководители предметных комиссий и авторы сборников экзаменационных заданий. Что называется, «свежачок» - информация из первых рук.

Немаловажный момент - настрой ребёнка перед экзаменом и его эмоциональное

состояние во время проверки. Йога и аутотренингом занимаются не все, успокоительные - не панацея, сдавать же надо каждому. А порой справиться со стрессом и страхами не в состоянии даже первый ученик.

БОЛЬШЕ 3500

ЧЕЛОВЕК ПРИНЯЛИ УЧАСТИЕ В АКЦИИ.

«Родители и сами выпускники смогли пообщаться с психологами», - поясняет Оксана ШУСТОВА, заместитель начальника Управления профессионально-педагогического сопровождения и поддержки ГИА. - Ведь очень важно уметь владеть собой, знать, как сохранить тонус во время экзамена, какой режим выбрать во время подготовительного периода - эти моменты играют огромную роль, они непростые, для многих тревожные».

Своим опытом с ребятами делились и выпускники прошлых лет - организаторы акции уверены, что такие встречи вселяют уверенность.



Спокойствие, предельная внимательность и собственные знания - ключ к высокому баллу на ЕГЭ.

Фото Владимира СМЕРНОВА/ТАСС

«УГАДАЙКИ» БОЛЬШЕ НЕТ

За последние два года изменения в содержательной части выпускных экзаменов и организации их проведения действительно произошли серьёзные. И поэтому ребят стараются сориентировать в ноябре, когда времени для под-

готовки к последней школьной проверке ещё достаточно, и в марте, когда они уже выбрали вуз и знают, какие профильные предметы им надо знать наизуток.

Содержательная часть ЕГЭ по русскому языку, математике и иностранному языку уже изменилась, и выпускники прошлого и позапрошлого годов

знают об этом лучше, чем кто бы то ни было. Летом 2016 г. обновления последуют практически по всем остальным предметам - дети перестанут играть в «угадайку»: тестовых клеточек больше нет, их также ждёт расширение той части, которую принято называть частью «Б».

По семь часов продолжались консультации в прошлые пятницу и субботу. Дистанционно с педагогами могли общаться ученики выпускных классов из ТиНАО и Зеленограда.

«Экзамены абсолютно сдаваемы», - уверяли педагоги детей на консультациях. - Это подтверждает опыт десяти лет ЕГЭ. Они советовали быть спокойными, предельно внимательными и пользоваться только собственными знаниями, цитировали просветителей XVIII в., которые говорили: «Имей смелость пользоваться собственным разумом».

«Московскими выпускниками можно только гордиться», - уверена Галина ДАНИЛОВА, начальник Управления профессионально-педагогического сопровождения и поддержки ГИА. - Даже перед конфликтной комиссией большинство из них могут аргументированно доказать верность выбранного решения. И это более чем достойно».

Наталья КОСЯКОВА

ЗНАЕШЬ - СДАШЬ!

ГОРОДУ НУЖНЫ ТАЛАНТЫ

ОБРАЗОВАНИЕ

Лучшие школьники побывали в Белом зале мэрии Москвы.

ЧТО ВОЛНУЕТ ЛУЧШИХ МОСКОВСКИХ ШКОЛЬНИКОВ? ОКАЗЫВАЕТСЯ, НЕ ТОЛЬКО РАСПИСАНИЕ УРОКОВ И ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ. В СТОЛИЧНОМ ПРАВИТЕЛЬСТВЕ ОНИ ВЫЯСНЯЛИ, КАК ИЗМЕНИЛИСЬ КРИТЕРИИ РЕЙТИНГОВ ШКОЛ.

КАК ПОЛУЧИТЬ МЕДАЛЬ?

В Белом зале здания правительства Москвы на прошлой неделе собрались более 40 юных москвичей, которым удалось достигнуть важной победы в своей жизни - на Всероссийской олимпиаде школьников 2014/2015 учебного года. За чаем с **Леонидом ПЕЧАТНИКОВЫМ**, заместителем мэра столицы по вопросам социального развития, а также **Мариной СМирницкой** и **Владимиром РАЗДИНЫМ**, за-



Самые умные теперь учатся не только в спецшколах...

местителями руководителя Департамента образования, они могли задать любой вопрос.

И задавали. Лучших школьников столицы, успешно прошедших три этапа олимпиады (школьный, окружной, региональный) и одержавших победу на заключительном, всероссийском, этапе, интересовало многое. Например, как изменились критерии оценки московских школ при составлении рейтингов, каковы ус-

ловия, чтобы получить медаль «За особые успехи в обучении»,

или как Министерство образования РФ готовит и издаёт свои нормативно-правовые акты. Причём последняя тема не означала, что ребята решили окунуться в чиновничьи дебри, просто именно такие акты устанавливают новые «правила игры» при сдаче ЕГЭ.

Зная, что заммэра хорошо владеет французским, ребята не удержались и от вопросов по поводу преподава-

ния этого предмета в столичных школах, а с французского разговор перешёл на иностранные языки вообще.

ВСЕ ЖЕЛАЮЩИЕ НЕ ПОМЕЩАЮТСЯ...

«Для нас важно, что ваши успехи поддерживают необходимость преобразований, которые мы сделали», - сказал ребятам Леонид Печатников.

Конечно, московские школьники всегда хорошо выступали на олимпиадах по разным предметам и получали много наград. Так что же изменилось в последние годы, после того как в столичном образовании произошли серьёзные изменения? Самое главное - участие в олимпиадах перестало быть привилегией отличников спецшкол. То, что происходит сейчас, можно назвать массовым олимпиадным движением. Как рассказывают учителя, подчас кабинеты, которые готовят для первого, школьного, этапа состязаний, не вмещают всех желающих.

Соответственно и на заключительном этапе стало значительно больше и участников-москвичей, и школ, от которых они выступают. Ещё в 2013/2014 учебном году в нём принимали участие представители 70 образовательных учреждений горо-

да. А в 2014/2015 году - уже 181. Итоги тоже впечатляют: 582 столичных участника стали победителями и призёрами финала Всероссийской олимпиады, которая проводилась по 21 предмету.

Дмитрий РОМАНОВ

Фото Legion-Media

КОММЕНТАРИЙ

Сергей СОБЯНИН, мэр Москвы:



- Московское образование всегда было успешным. Но за последние 5 лет произошли

радикальные изменения в сторону улучшения качества образования. Оно развивается, становится более конкурентным. Москва серьёзно улучшила свои оценки по госэкзаменам, а количество призёров и победителей Всероссийской олимпиады, как и школ-участниц, увеличилось вдвое. Важно было создать систему, при которой у всех школ появилась бы возможность показать себя, а у учеников - получить качественное образование. Сейчас все школы финансируются по стандартной системе и получают гранты за высокие результаты.

КОНКУРС

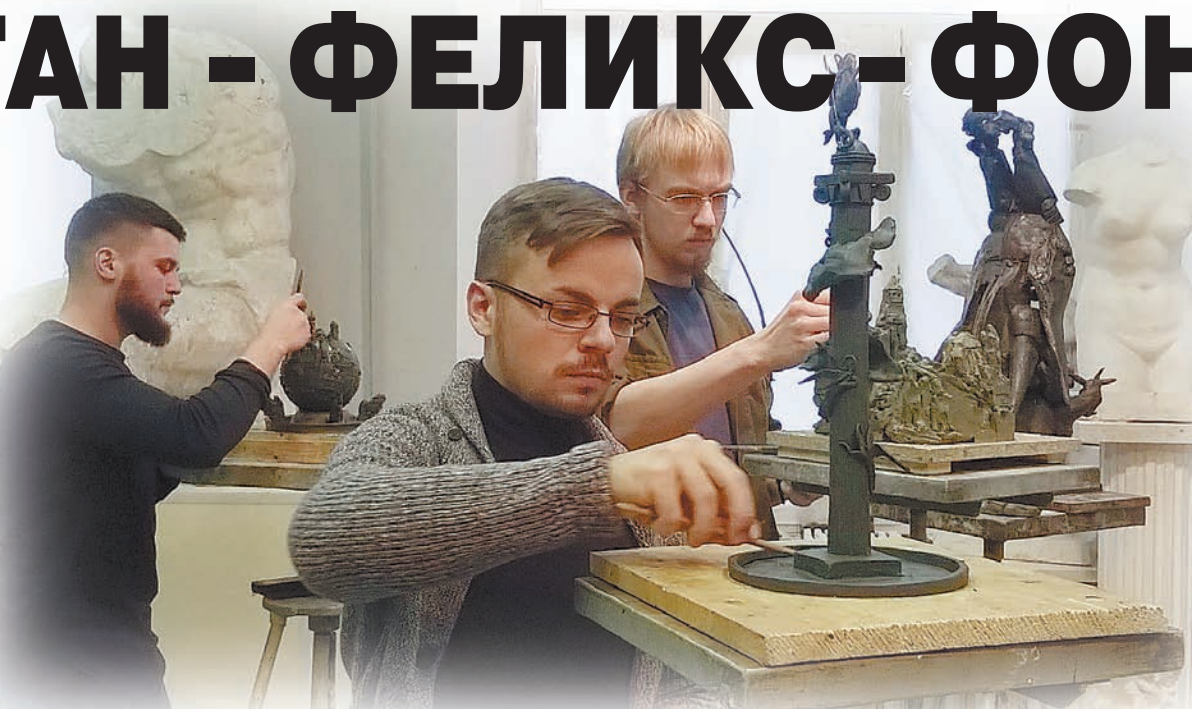
ФОНТАН - ФЕЛИКС - ФОНТАН

ИДЕЯ ВМЕСТО СОВЕТСКОГО «ЖЕЛЕЗНОГО ФЕЛИКСА» И НЫНЕШНЕЙ КЛУМБЫ ВЕРНУТЬ НА ЛУБЯНСКУЮ ПЛОЩАДЬ ФОНТАН ПОНРАВИЛАСЬ МОСКВИЧАМ. НО ТОЛЬКО КАКИМ ЕМУ БЫТЬ?

ГОРОД ВЫРОС

Сначала предлагали восстановить исторический облик площади - с фонтаном Ивана Витали, который почти век прекрасно дополняет архитектурный ансамбль Президиума Российской академии наук. Но вскоре стало понятно, что фонтан должен быть другим. Каким? Московское отделение партии «Единая Россия» объявило экспресс-конкурс на лучший эскиз обустройства пространства площади.

«Город вырос вверх, - объясняет **Екатерина ТРИБЕЛЬСКАЯ**, завкафедрой архитектуры МГАХИ им. В. И. Сурикова. - Посмотрите старые фотографии площади с фонтаном - на них отчётливо видно, каким низким он был тогда. А теперь уже совершенно другие масштабы. Поэтому просто перенести исторический фонтан или



Студенты-суриковцы выстраивают свои собственные вертикали для Лубянки.

построить его аналог нельзя. Он потеряется, растворится в плоскости».

Студенты института с интересом откликнулись на предложение участвовать в конкурсе. Ещё бы - одна из самых больших площадей в центре Москвы, исторически весьма значимое место. И ребята с факультета скульптуры в мастерских уже готовят свои эскизы. У **Влада Мишова** вырастает целый город традиционной русской архитектуры, из шара

Льва Мешерякова проглядывают купола и колокольни, а **Александр Маркин** вылепил стройную высокую колонну с Георгием Победоносцем. У **Алёны Сокольниковой** пока только постамент, но высокий.

Екатерина Георгиевна считает, что это ещё непроработанные идеи. Хотя появление вертикалей её радует. Вообще-то студентам не выставляют никаких рамок, дают полную свободу. Поэтому очевидно, что концепции будут самые разные - и по масштабу, и по стилистике. Однако все предложения они представят в виде архитектурных моделей, что станет совместным творчест-

вом будущих архитекторов и скульпторов.

ДЕРЖАТЬ ПЛОЩАДЬ

Фонтан на исторической площади - задача столь же непростая, сколь и интересная.

«Нужно определить видовые точки, а их там много, - поясняет архитектор **Трибельская**. - Если посмотреть на многие европейские города, где часто встречаются фонтаны на площадях, то мы поймём, что фонтан должен держать всю площадь».

Чтобы «удержать» такую площадь, как Лубянка, нужна вертикаль. И в этом смысле, по её

словам, Держинский Вучетича был там на своём месте. Потому-то завкафедрой и радуется вертикалям в идеях студентов. Правда, одного этого мало.

«Фонтан - очень декоративная вещь. Но если просто поставить скульптурную композицию и поливать её водой, фонтана не получится. Появление воды нужно оправдать», - говорит **Екатерина Георгиевна**.

Все эти задачи и решают сейчас студенты, откликнувшиеся на предложение «Единой России». Время у них ещё есть - работы принимаются до 23 ноября. После того как определят победителя и наградят авторов лучших проектов, обещают в партии, эскизы москвичи смогут рассмотреть на выставке.

Правда, есть ещё один момент. Попасть на Лубяnsкую площадь, взятую в полукольцо оживлёнными автодорогами, сейчас достаточно проблематично. Но пока там клумба, никого туда и не тянет. А фонтан - дело другое. Если он есть, то к нему уже хочется подойти.

В партии, как заверили нас, отдадут отчёт в том, что фонтан должен стать градообразующим элементом не только центральной площади современной Москвы, но и новой рекреационной зоны, добраться до которой не составит труда.

Марина НАБАТНИКОВА

Фото автора

ИСТОРИЯ

В столице прошли
Елизаветинско-
Сергиевские чтения.

В ПРОШЛОМ НОМЕРЕ МЫ РАССКАЗАЛИ ОБ ОТКРЫВШЕЙСЯ В ГОСУДАРСТВЕННОМ ИСТОРИЧЕСКОМ МУЗЕЕ ВЫСТАВКЕ «МОСКВА - СВЯТАЯ ЗЕМЛЯ ВЕЛИКОГО КНЯЗЯ СЕРГЕЯ АЛЕКСАНДРОВИЧА И ВЕЛИКОЙ КНЯГИНИ ЕЛИЗАВЕТЫ ФЁДОРОВНЫ». ЭТО СОБЫТИЕ НЕ ЕДИНСТВЕННОЕ В ЮБИЛЕЙНОМ ГОДУ.

БЕЛЫЙ АНГЕЛ

В 2015 г. исполнилось 150 лет со дня рождения великой княгини Елизаветы Фёдоровны и 110 лет со дня трагической гибели её мужа - великого князя Сергея Александровича, московского генерал-губернатора. Отказавшись после смерти супруга от светской жизни и посвятив себя благотворительности, Елизавета Фёдоровна основала Марфо-Мариинскую обитель. В 1918 г. она приняла мученическую смерть, а в 1992 г. РПЦ причислила её к лику святых.

«Белым ангелом Москвы» называли великую княгиню современники.

А группа современных жителей столицы совершила летом паломничество по её последнему скорбному и посмертному пути. Оно стало уже третьим и продолжило традицию, начавшуюся в 2013 г. по инициативе Игоря АШУРБЕЙЛИ, ктитора храма Св. прмц. Елисаветы в Покровском-Стрешневе, зампреда ИМПРО. Первым председателем этого общества был великий князь Сергей Александрович, после смерти которого его возглавила Елизавета Фёдоровна. Возрождённое в 1992 г. ИППО недавно официально зарегистрировано в Израиле, по случаю чего 16 ноября в Русской духовной миссии Иерусалима организован приём.

«Россия возвращается на Святую землю всерьёз и надолго», - сказал **нынешний председатель общества Сергей СТЕПАШИН**. Так продолжают традиции, заложенные великокняжеской четой.

Московские паломники побывали в Екатеринбурге и Алапаевске. Участвовали в ночных литургиях, прошли крестным ходом к той самой шахте, куда ещё живыми



Великокняжеской чете столица обязана и ГМИИ им. А. С. Пушкина, и Историческим музеем, и Художественным театром.

сбросили великую княгиню Елизавету, её верную спутницу Варвару и других мучеников. Затем отправились в Святую землю - посетив её, Елизавета Фёдоровна окончательно решила принять православие, а теперь эта земля хранит её мощи...

Но частицы мощей преподобномученицы Елизаветы, а также преподобномученицы Варвары есть уже и в Москве - их в храм в Покровском-Стрешневе привезли первые паломники. То были дары от иерусалимского монастыря Марии Магдалины на Елеонской горе. И теперь москвичи могут поклониться им.

КАК РАЗВИВАЛИСЬ ИСКУССТВА?

Елизаветинско-Сергиевские торжества, прошедшие в столице на прошлой неделе, завершают юбилейный год. Помимо открытия выставки в Историческом музее, экспонаты для которой передали более 30 участников, в том числе и музеи столицы, 2 ноября при поддержке правительства Москвы состоялись традиционные Елизаветинско-Сергиевские чтения.

От имени правительства их участников приветствовал **Владимир ЧЕРНИКОВ**, руководи-

тель Департамента национальной политики, межрегиональных связей и туризма.

Нынешние чтения были посвящены вкладу великокняжеской четы в развитие русского искусства и культуры. В её окружении были лучшие художники, писатели, архитекторы, богословы. Под её покровительством возникли главные музеи нашего города - изящных искусств (ныне ГМИИ им. А. С. Пушкина) и исторический, где и работает сейчас юбилейная выставка.

Елизаветинско-Сергиевское просветительское общество собрало видных исследователей. Речь шла о роли великокняжеской четы в создании художественного театра и научных обществ, покровительстве консерватории. **Владимир КОЗЛОВ**, завкафедрой РГГУ, рассказал о своих находках в московской периодической печати начала прошлого века - о снимках, запечатлевших Сергея Александровича и Елизавету Фёдоровну. **Николай ЛИСОВОЙ**, зампред ИППО, г. н. с. Института российской истории РАН, говорил об истории строительства в Святой земле гефсиманского храма во имя св. равноап. Марии Магдалины и Александро-Невского подворья, что инициировал великий князь.

Мария БЕЛЯЕВА

Фото с сайта www.pravmir.ru

ПРО- И АНТИ-«ВОЙКОВСКАЯ»

НЕ УТИХАЮТ ДЕБАТЫ: ДОЛЖНА ЛИ СТАНЦИЯ МЕТРО «ВОЙКОВСКАЯ» СМЕНИТЬ НАЗВАНИЕ? СПОРЯТ И ЭКСПЕРТЫ. ВОТ МНЕНИЯ НЕКОТОРЫХ ИЗ НИХ.

ТОПОНИМИЧЕСКИЙ МОНСТР

«Мы проводили многочисленные акции, раздавали листовки, организовывали пикеты, были у нас молебны в церкви Всех Святых на Соколе, - рассказывает **Юрий БОНДАРЕНКО**, президент фонда «Возвращение». - То, что и дальше хотят распространять это название, говорит о том, что ленинско-сталинский топонимический монстр, начало которому было положено сразу после октябрьского переворота, даёт свои метастазы в виде названия для транспортно-пересадочного узла. Это вносит двойственность в сознание людей. Можно спросить даже ребёнка: если улица названа чьим-то именем, то это хороший или плохой человек? Нельзя в топонимии употреблять имена недостойных людей, хотя бы тех, кто вызывает сомнения. До революции вообще давали имя по названиям церквей, профессий людей, живущих в этом районе...»

Когда мы переименовывали железнодорожные станции Свердловск (Екатеринбург) и Горький (Нижний Новгород) - это было 5 лет назад по наше-



Если станцию решат переименовать, не станет ли это в копеечку московской казне?

Фото Валерия ХРИСТОФОРОВА

му обращению, - вначале сумму рассчитали в 150 млн руб., потом в 5 млн, а оказалось, что всё это стоит 0 руб. 0 коп. Ни в какие атласы, ни в какие карты, ни в какие схемы метро вносить ничего не надо, потому что при следующем их выпуске будет указано новое название. Переименование также можно подгадать к плановой замене уличных указателей, как сделали в Свердловске».

«Я очень позитивно отношусь к тому, что мэр решил спросить у москвичей, нужно

ли переименовать станцию метро «Войковская», - считает **Алексей ВЕНЕДИКТОВ**, главный редактор «Эха Москвы». - Учитывая, что на проекте «Активный гражданин» зарегистрировано 1,2 млн человек, это настоящий референдум. Тем более мэр обязался выполнить решение москвичей. Я считаю, что станцию нужно переименовывать. Потому что Войков - это не тот человек, кто отдавал указания убивать царских детей, сидя где-то в Кремле или в Петербурге, это

человек, который штыком добывал царских дочерей и обливал их кислотой, чтобы скрыть трупы, - в своё время он был студентом-химиком. Имя такого человека для Москвы мне кажется абсолютно излишним».

ЕСТЬ ЛИ СМЫСЛ?

«Я считаю, что смысла в переименовании нет, - не согласен **Ярослав ЛИСТОВ**, историк-москвовед, член Молодёжной общественной палаты России. - Эти названия образовались топонимически: в честь Войкова был назван завод в 1927 г., когда он был убит белогвардейцами в Польше. Улицы и станции метро не связаны с именем человека, они связаны уже с топонимикой города. Так формируются практически все названия в старинных городах России и Европы. С исторической точки зрения не доказано участие Войкова в расстреле царской семьи: несколько указаний мемуарного плана, которые вызывают большие сомнения. В частности, это мемуары бежавшего из СССР на Запад дипломата Беседовского. Вторая

вещь - исследования царского белогвардейского прокурора, который нашёл записку Войкова о выдаче серной кислоты, как предполагают, для уничтожения царских останков. Но как нарком снабжения Войков подписал тысячи таких записок... Надо уже в конце концов взять на себя смелость и понять, что это наша история, вне зависимости от того, нравится нам этот исторический период или нет. Переименование транспортного узла сейчас обойдётся совсем в копейки, если большинство участников проекта «Активный гражданин» выскажутся «за». Это право москвичей. Я приветствую опросы жителей, главное - чтобы это не отразилось на бюджете города. А вот переименование станции метро ударит по нему, всё это вместе наносит урон, бессмысленный с точки зрения расходования финансов».



Елена СЕМЁНОВА

БЕЗ СВЕТОФОРОВ И ПРОБОК

КАК «РАСТЁТ» СЕВЕРО-ВОСТОЧНАЯ ХОРДА?

ИНФОРМБЮРО

Когда поедет
объездная дорога
вокруг центра
города?

СКОРО АВТОМОБИЛИСТЫ ПОЛУЧАТ БЫСТРУЮ МАГИСТРАЛЬ, КОТОРАЯ СВЯЖЕТ СРАЗУ ТРИ ОКРУГА - САО, СВАО И ВАО.

Это кажется фантастикой, но через несколько лет москвичи смогут проехать от Бусиновской развязки до начала трассы Москва - Ногинск без пробок. Путь по хорде (а это 26,6 км) позволит без светофоров миновать перпендикулярные ей Дмитровское, Алтуфьевское, Ярославское, Открытое, Щёлковское, Измайловское и шоссе Энтузиастов. Эти дороги будут связаны с хордой многочисленными эстакадами, съездами и тоннелями. На данный момент полностью запущен один участок - от Бусиновской развязки до Фестивальной улицы, а также развязка на пересечении с ней.

«Сейчас мы ведём строительство участка от Щёлковского до шоссе Энтузиастов», - сказал мэр Москвы Сергей Собянин, когда недавно инспектировал ход работ. - Сегодня, чтобы добраться от одной магистрали до другой, требуется проехать на машине около часа. Когда соеди-

нение сделают, время в пути составит около 15 минут. По контракту его планируется завершить в 2017 г., но основные работы будут выполнены в 2016 г.». Кстати, прокладка новой дороги принесёт много пользы и тем, кто пользуется общественным транспортом.

«Все проекты (по Северо-Восточной и Северо-Западной хордам, транспортным узлам и Московской кольцевой железной дороге) тесно увязаны между собой», - подтверждает Марат ХУСНУЛЛИН, заммэра Москвы по вопросам градостроительной политики и строительства.

Северо-Западная - 30 км дорог, Северо-Восточная - 40 км, то есть мы фактически, заходя с севера по платной дороге Москва - Санкт-Петербург, даём возможность автомобилистам, общественному транспорту двигаться либо в западном направлении, либо в восточном. На сегодняшний день у нас практически все участки запроектированы на 70%, идут строительные работы. Это дорогостоящее строительство, поэтому мы каждый этап строим как законченный цикл. И вместо Четвёртого транспортного кольца прокладываем две хорды и одну рокаду. В общей сложности это порядка 100 км дорог».



Галина
ШЕЙКИНА

ВМЕСТО
ЧЕТВЁРТОГО
КОЛЬЦА -
ДВЕ ХОРДЫ
И РОКАДА.



построенные
участки
участок в строи-
тельстве (оконча-
ние в 2016 г.)
проектируемые
участки

Инфографика
Юлии АГАНИНОЙ

12+
РЕКЛАМА



ВМЕСТЕ В ПУТИ!

МЫ ОБЪЕДИНЯЕМ
СУДЬБЫ И ПОКОЛЕНИЯ



ДОРОЖНОЕ.РФ

КОШКУ НЕ ОБМАНЕШЬ

ПОЛЕЗНЫЙ ВЫБОР

Почему в кормах для животных мяса больше, чем в еде для людей?

АМЕРИКАНСКИЕ УЧЁНЫЕ ОБНАРУЖИЛИ В СОСИСКАХ ДНК ЧЕЛОВЕКА. А РОССИЙСКИЕ В ОЧЕРЕДНОЙ РАЗ ЗАМЕТИЛИ, ЧТО ВО МНОГИХ СОСИСКАХ НЕТ МЯСА ВООООЩЕ. НО ТАКАЯ СИТУАЦИЯ НЕМЫСЛИМА, ЕСЛИ РЕЧЬ ИДЁТ О... КОРМАХ ДЛЯ ЗВЕРЕЙ: ТАМ ЗАМЕНЫ МЯСА ПРАКТИЧЕСКИ НЕТ. В ЧЁМ СЕКРЕТ?

ПАШТЕТ «БЕЗ ПЕЧЕНИ»

Мясные консервы, колбаса и сосиски давно уже «наше всё»: долго хранятся, не нужно готовить, и, главное, они дешевле, чем мясо. Но из-за того, что система ГОСТов в России стала добровольной, производители могут делать продукты по техническим условиям (ТУ), которые утверждаются самим предприятием. «Сегодня ТУ могут быть любыми, главное, чтобы они не противоречили техническим регламентам Таможенного союза», - говорит Сергей



РАКША, исполнительный директор общественной организации «Правда о еде». - По сути, произво-

дитель придумывает свою рецептуру. Вот и получается, что в нашей колбасе до 20% мяса, если оно там вообще есть, а всё остальное - заменители, усилители и прочие добавки».

Большинство людей не замечают на вкус, что им подсынули подделку. Этим производители и пользуются: по словам Сергея Ракши, если, например, в паштете есть хоть грамм печени, то на заводе могут законно написать крупными буквами на этикетке: «Паштет из печени». «Но покупатель может понять,



КАК ОПРЕДЕЛИТЬ, ЧТО В ПРОДУКТЕ (РЕЧЬ О ЕДЕ ДЛЯ ЛЮДЕЙ) СОДЕРЖИТСЯ МАЛО МЯСА?

- В составе мясо и субпродукты идут **не на первом месте** (чем дальше они от начала перечисления ингредиентов, тем хуже).
- **Чем ниже категории, тем хуже.** В мясосодержащих продуктах категории **Д** мяса менее **20%**, самая «мясная» категория **В** - до **60%** мяса (категории А и Б не в счёт - они присваиваются кусковому мясу).
- В составе маломясного продукта значатся заменители: **растительный белок, искусственный белок, соя.**
- В составе продукта с заменителями мяса обязательно будут **ароматизаторы и усилители вкуса** (самый известный - глутамат натрия).

ЛОЖНЫЕ СТЕРЕОТИПЫ:

- **«Эту колбасу ест моя кошка - значит, она хорошая».** **ВОООЕ НЕТ:** животные тоже падки на ароматизированные заменители, хотя есть продукт, в котором совсем нет мяса, не станут.
- **«Высокая цена - гарантия того, что мясной продукт сделан из мяса».** **ВОООЕ НЕТ:** это может быть признаком того, что у продукта дорогая упаковка или просто производитель желает получить сверхприбыли.
- **«Советское - значит, натуральное».** **ВОООЕ НЕТ:** сегодня стилизуют под советские этикетки и называют советскими названиями продукцию разного качества, не всегда высокого.

2 НЕДЕЛИ

НА ПЛОХОМ КОРМЕ, И ЖИВОТНОЕ ЗАБОЛЕЕТ.

полифосфаты натрия, загуститель, хлорид калия, изоаскорбат натрия, молочная сыворотка, лимонная кислота, ароматизатор мяса, нитрит натрия и др. То есть в свиной ветчине свинина стоит между соевым белком и полифосфатами натрия?!

КРАСОТА - В МЯСЕ

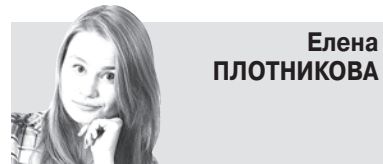
Другое дело - звери. Обмануть их, положив в еду заменитель мяса, нельзя: организм

животных тут же почувствует фальшь. «Человек всеяден, его желудок может вытерпеть многое. У животных совсем не так. Если ту же кошку кормить мясными заменителями, то у неё начнутся проблемы с кожей, и уже через пару недель животное станет облезать», - объясняет **Евгений ЦЫПЛЕНКОВ**, врач ветеринарной клиники. - Если производитель хочет, чтобы его корма продавались, то он вынужден делать продукт с достаточным содержанием мяса».

Конечно, в составе дешёвых кормов так же, как и в дешёвой колбасе, присутствуют химические консерванты, искусственные красители и растительные белки. Вот только животные в отличие от чело-

века долго есть такую псевдопищу не могут. «Само животное редко отказывается от еды, которая пахнет как мясо», - уверен Е. Цыпленков. - Другое дело, что хозяин питомца быстро перестанет покупать корма на ароматизаторах и добавках, как только заметит у него явные внешние изменения».

Выходит, коль скоро от сосисок с мясозаменителями у нас не начнут выпадать волосы и портиться кожа, то нас так и будут кормить непонятно чем? Вот уж точно позавидуешь кошкам и собакам!



Елена ПЛОТНИКОВА

Инфографика Юлии АГАНИНОЙ
Foto Fotolia/PhotoXPRESS.ru

ИЗ КАКИХ СТРАН ЕДЕТ ГМО?

Слышала, что многие страны Европы запретили генно-модифицированные продукты, хотя долго доказывали, что они безвредны. В каких странах ещё в ходу ГМО, продукты откуда лучше не покупать?

Л. Устинова



Отвечает **Павел ШАПКИН**, председатель Национального союза защиты прав потребителей:

- Действительно, сейчас в Европе отказываются от ГМО из-за недоверия жителей. Политики вынуждены идти на ус-

тупки населению, чтобы оставаться у власти. Отказаться от выращивания ГМ-культур на своей территории уже решили Австрия, Болгария, Хорватия, Кипр, Дания, Франция, Германия, Греция, Венгрия, Италия и др. А вот Англия - единственная страна на Британских островах, в которой разрешено выращивание генетически модифицированных сельскохозяйственных культур. В Бразилии был запрет на ГМО, но сейчас его отменили. Сегодня ГМО выращивают в США (они поставляют 50% общемирового объёма модифицированных сельскохозяйственных культур), Канаде, Индии, Китае, Аргентине и Бразилии.

КТО ЗАПЛАТИТ В КАФЕ?

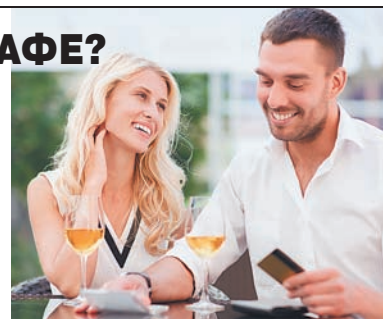
В последний момент в кафе сообщили, что безналичных расчёт не работает. И кто из нас должен волноваться по этому поводу - я или официант?

В. Акимова



Отвечает **Константин ЛЕЙМАН**, юрист Московского правового центра:

- В правилах торговли это не прописано. Подразумевается, что посетитель при любых раскладах должен оплатить счёт, даже если не по его вине выключился терминал безналичной оплаты. Сотрудники



В любом случае посетитель в кафе должен заплатить!
Фото Legion-Media

кафе могут предложить перевести деньги онлайн или принести их позже при условии, что посетитель оставит свой документ или напишет расписку. Но права уйти и не расплатиться у клиента нет. Если он не заплатит - это неосновательное обогащение, за него предусмотрен штраф.

КАЖДУЮ ШУБУ - НА КОНТРОЛЬ?

МЕХОВУЮ ПРОДУКЦИЮ, КОТОРАЯ БУДЕТ ПРОДАВАТЬСЯ В РОССИИ, РЕШЕНО СНАБЖАТЬ СПЕЦИАЛЬНЫМИ ЧИПАМИ - ТАК СОБИРАЮТСЯ БОРЬТЬСЯ С КОНТРАФАКТОМ. ПОМОЖЕТ? ИЛИ ВСЁ СВЕДЁТСЯ К ТОМУ, ЧТО ШУБЫ ПОДОРОЖАЮТ?

ПОЗИЦИЯ



ЯНИНА

На качество ввозимых шуб это не повлияет. Цель таких чипов - уплата таможенных пошлин и НДС, то есть власти хотят не качество отслеживать, а пополнить казну. Хотя ты шкуру мамонта ввези под видом альпийского барса - это никого не волнует! Главное, чтобы всё было легально. Другое дело, что некоторые игроки, которые прежде завозили «левый» товар, вынуждены будут перейти с продажи шуб на пуховики и пальто.

На ценах «мягкого золота» это нововведение тоже вряд ли отразится. Если этот товар и подорожает, то на пару тысяч рублей, что для людей, покупающих шубы, деньги небольшие. Но я боюсь, что шубами дело не закончится. Потому что тот, кто эти чипы делает, тоже хочет зарабатывать - ведь его доход напрямую зависит от числа проданных устройств. Например, если на одну фуру шуб у него выходит 10 тысяч чипов, то на фуру с шоколадом уже выйдет 100 тысяч чипов. Может возникнуть искушение распространять эту систему на всё и вся, и тогда простые товары подорожают значительно. Чипы нужно распространять лишь на ту продукцию, в стоимости которой высока доля налогов (автомобили, ювелирные изделия, алкоголь, табак). Иначе на рынке начнётся хаос.

Дмитрий Янин, председатель правления Международной конфедерации обществ потребителей (КонфОП)

ИНТЕРНЕТ-ОПРОС

ЧЕМ ВЫ КОРМИТЕ СВОЁ ДОМАШНЕЕ ЖИВОТНОЕ?

- Сухими кормами - **38%** (1662 голоса)
- Натуральной домашней пищей - **32%** (1446 голосов)
- Чем придётся - **17%** (741 голос)
- Консервами - **13%** (558 голосов)

Всего голосов: **4407**

Опрос проводился на сайте WWW.AIF.RU



WWW.AIF.RU

О том, как самостоятельно приготовить колбаски, - на нашем сайте www.aif.ru

ВАЛЬСЫ С ГОРОДОМ



Здание Московского художественного театра было перестроено Фёдором Шехтелем в 1902-м всего за три месяца. Поэтому он рисовал планировку прямо на стенах. МХТ и сейчас – украшение Камергерского переулка.

ПРОГУЛКИ

Фёдор Шехтель
- один из самых
талантливых
архитекторов мира
- создал более
200 шедевров и...
умер нищим.

«ПРОФЕССИИ НЕ ВЫБИРАЛ - БЫЛО РЕШЕНО ДАВНО: КОНЕЧНО ЖЕ, АРХИТЕКТУРНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ УЧИЛИЩА ЖИВОПИСИ, ВАЯНИЯ И ЗОДЧЕСТВА».

Так решил Фёдор Шехтель, когда после гибели отца переехал с матерью в 1875-м в Москву в дом Павла Третьякова. Именно там матери дали работу. Вероятно, дух искусства, царящий в семье коллекционера живописи, и повлиял на выбор профессии будущего художника-архитектора.

ОТ ИЗБУШКИ ДО ЗАМКА

«Ещё будучи совсем маленьким учеником, посещавшим архитектурные классы, Шехтель часто приходил к нам в 1877 г., когда мы были особенно бедны. Стоило только нашей матери сказать, что у неё нет денег, как он и его товарищ Хемус уже приносили ей под мышками по паре здоровенных поленьев, украденных ими из чужого штабеля по пути», - вспоминал Михаил Чехов, брат Антона Чехова. Но учёба продлилась недолго: спустя три года после поступления студента Шехтеля отчисляют из-за... частых прогулов. И только в 1902-м (после многочисленных построек) уже признанный гений получает звание академика.

Архитектуру принято сравнивать с застывшей музыкой. Здания Шехтеля - застывшая музыка вальса - чувственная и воздушная, она имеет чёткую

структуру и композицию. Начинаем кружиться... Раз-два-три, раз-два-три... И мы возле дома Шехтеля - особняка в Ермолаевском переулке, д. 28/15 **1**, в котором он какое-то время жил со своей семьёй. «Построил избушку непотребной архитектуры, которую извозчики принимают то ли за кирху, то ли за синагогу», - оценивал зодчий свой труд в письме



1 Кирха? Синагога? Домик для семьи Шехтеля.

к Антону Чехову. И в этом ироничном высказывании - немалая доля правды. При пристальном взгляде на дом можно увидеть и средневековый английский замок, и русскую избу. Всё зависит от ракурса. Это здание можно сравнить с первым романом и абсолютно свободным проявлением чувств, когда влюблённость захлёстывает и когда не существуют никакие запреты и рамки.

Плавные движения вальса ведут нас к дому дочери фабриканта-миллионера Ивана Бутикова - Александры Дерожинской (Кропоткинский пер., д. 13) **2**. Здесь архитектор выступил и как живописец: по его эскизам была сделана каждая мелочь, включая торшеры и ручки дверей (кстати, входная была в виде чёрного паука). Громадное окно, выполненное в форме арки, окружает целый «ансамбль» других различных по форме окон, невероятным образом сочетающихся друг с другом. Стоит также отметить



3 Особняк Рябушинского - вся красота скрыта внутри.

замысловатые рисунки на фасаде здания и узорчатую изгородь.

Особняк Степана Рябушинского на Малой Никитской, д. 6/2 **3**, выполнен Шехтелем, как и предыдущий дом, в стиле модерн. Здесь тоже важную роль играют окна: создаётся ощущение, что дом по большей части и состоит из оконных проёмов. Внутри стены украшены рисунками бабочек, улиток и других обитателей животной среды. Особенное внимание нужно обратить на знаменитую лестницу - она создана в виде морской волны с медузой, и при взгляде на неё сверху можно угадать очертания черепахи. К сожалению, в наши дни интерьер утратил первоначальный облик. И только тот факт, что в доме проживал Максим Горь-

кий, спас строение от полного разрушения. И сейчас особняк Рябушинского - мемориальный музей-квартира писателя - открыт для посетителей.

БЫЛ НИЩИМ, СТРОИЛ ДЛЯ БОГАТЫХ

Двигаясь вдоль Садового кольца, приближаемся к ещё одному творению архитектора



4 Ярославский вокзал - дань традициям древнерусского зодчества.

- Ярославскому вокзалу на Комсомольской пл., д. 5 **4**.

Фёдор Шехтель пристраивает к старому зданию вокзала новый фасад с залом ожидания, применяя современные строительные материалы (например, железобетон). Определяет концепцию вокзала - принцип древнерусского зодчества (когда в одно целое соединяются разнообразные по формам и масштабу постройки). В итоге пассажирский зал соединён с вестибюлем и имеет прямой проход к перронам.

Продолжаем порхать в танце. Здание Московского художественного театра (МХТ) на Камергерском, д. 3 **5**, было перестроено под руководством архитектора в 1902-м и всего за три месяца. Поэтому Шехтель рисовал планировку... прямо на стенах углём. И рука мастера коснулась даже занавеса на сцене. Именно зодчему принадлежит замысел украсить его рисунком парящей чайки - очевидна отсылка к чеховской пьесе, которая остаётся в репертуаре

МХТ по сей день. Или намёк на памятные знаки в виде птицы, которые первым актёрам, игравшим в «Чайке» и «Дяде Ване», в 1901-м впервые подарил сам Чехов. (Их, кстати, вручают до сих пор.) К тому же он одним из первых спроектировал занавес так, что две его части раздвигались в разные стороны, тогда как до этого занавес поднимался вверх. Архитектор смог увеличить вместимость зрительного зала на 200 мест, оставив прежние размеры старого здания.

Как отмечает искусствовед Евгений Кириченко: «Силой своего мастерства Шехтель с порога настраивает зрителя на особый лад, создавая обстановку, глубоко родственную программе театра». К. С. Станиславский отмечал, что здание перевоплотили в «изящный храм искусства». В реконструированном здании великолепным казался каждый штрих: орнаменты, маленькие, стоящие почти вплотную друг к другу окна, светильники в средневековом стиле. Удивительно и то, что за свою работу зодчий не попросил денег.

Шехтель этого периода - знаток любви, всезнающий и спокойный, умеющий полностью отдавать себя чувству.

К 1925 г. у мастера сильно ухудшается здоровье. Ему назначают пенсию в размере 75 руб., и денег катастрофически не хватает, чтобы вылечить себя и прокормить семью. В одном письме Фёдор Шехтель пишет: «Моя жена стара и немощна, дочь больная (туберкулёз лёгких), и чем она будет существовать - я не знаю, нищенствовать при таких ценностях - это более чем недопустимо. Продайте всё это в музей, в рассрочку даже, но только чтобы они кормили жену, дочь и сына Льва Фёдоровича».

Фёдор Шехтель умирает в 1926-м, оставив нам наследство, преобразившее Москву. Зодчему принадлежит около 200 архитектурных работ, из которых сохранилось чуть больше 80. И мы можем наблюдать его творения и испытывать головокружение от восхищения, будто мы всё ещё кружимся в вальсе...

Илья ЕГОРОВ

Фото Эдуарда КУДРЯВИЦКОГО,
с сайта pastvu.com

Спрашивайте в киосках вашего города!

Ангина, отит, насморк и гайморит, герпес, фарингит, кашель, пневмония

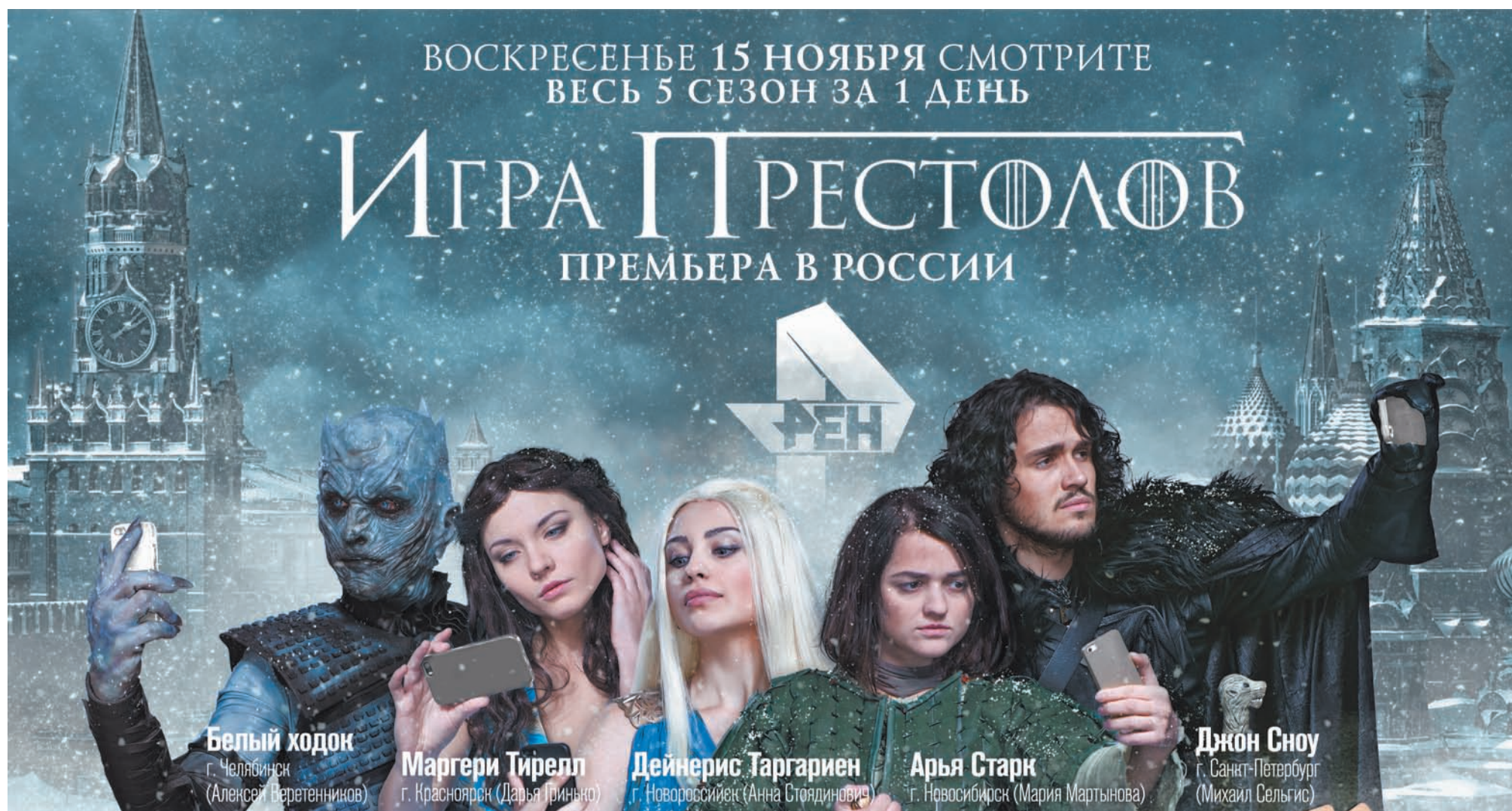


Каким лекарствам

можно доверять



Если вы не успели приобрести «Лекарственный справочник» (№ 1, № 2, № 3, № 4 и № 5), вы можете оставить заявку на доставку справочника через «Почту России» по тел. 8 (495) 252-02-94 или по электронной почте: ls@aif.ru
Стоимость одного справочника с учётом стоимости доставки (стоимость доставки может меняться в зависимости от тарифов «Почты России») – 159 руб. 50 коп.



**СМОТРИТЕ «ИГРУ ПРЕСТОЛОВ»
И ВЫИГРАЙТЕ ПОЕЗДКУ В МИР СЕМИ КОРОЛЕВСТВ!**

В ВОСКРЕСЕНЬЕ, 15 НОЯБРЯ, ЗРИТЕЛИ РЕН ТВ УВІДЯТ УНИКАЛЬНУЮ ВОЗМОЖНОСТЬ НЕ ТОЛЬКО УВИДЕТЬ ПРЕМЬЕРУ ПЯТОГО СЕЗОНА «ИГРЫ ПРЕСТОЛОВ» (МЫ ПОКАЖЕМ ВСЕ СЕЗОН ЗА ОДИН ДЕНЬ), НО И ВЫИГРАТЬ ПУТЕШЕСТВИЕ ПО МЕСТАМ СЪЁМКИ ЛЕГЕНДАРНОГО СЕРИАЛА.

РЕН ТВ ОБЪЯВЛЯЕТ БОЛЬШУЮ ВИКТОРИНУ «ИГРА ПРЕСТОЛОВ» ГЛАВНЫЙ ПРИЗ – ТУР НА ДВОИХ В ХОРВАТИЮ И МАРОККО. ИМЕННО ЗДЕСЬ СНИМАЛИСЬ СЦЕНЫ ИЗ КОРОЛЕВСКОЙ ГАВАНИ, СТОЛИЦЫ ВЕСТЕРОСА, И ВСЕ ГРАНДИОЗНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ ДЕЙНЕРИС ПО ВОЛЬНЫМ ГОРОДАМ. ВИКТОРИНА ПРОЙДЁТ СО 2 ПО 18 НОЯБРЯ. ПОДРОБНОСТИ – WWW.REN.TV



16+ РЕКЛАМА
Свидетельство о регистрации СМИ
Эл. № ФС77-55812 от 28.10.2013 г.

WWW.REN.TV

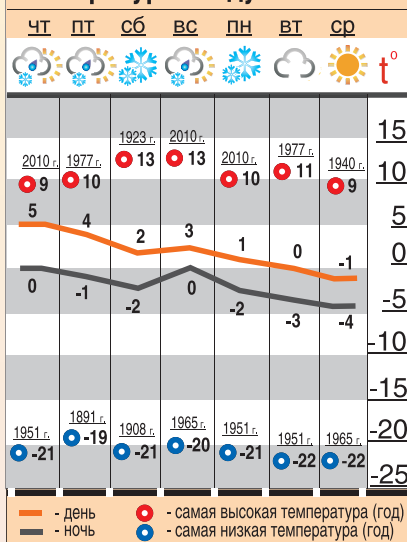
ПРОГНОЗ ПОГОДЫ В МОСКВЕ на 12 - 18 ноября



КАЛЕНДАРЬ ПРАЗДНИКОВ

НА 12 - 18 НОЯБРЯ

Температура воздуха



Геомагнитный фон

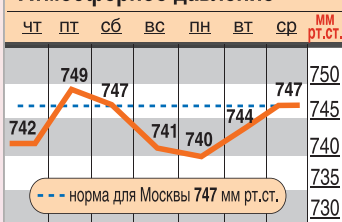
Ожидается спокойный геомагнитный фон. Колебания магнитосферы не ожидаются.

Кр - индекс геомагнитной активности

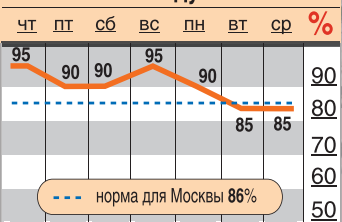
ЧТ	ПТ	СБ	ВС	ПН	ВТ	СР	Кр
							5
							4
							3
							2
							1

Прогноз погоды составлен на 18.00 9 ноября 2015 г. центром «Фобос»

Атмосферное давление



Влажность воздуха



Туристам

	t° возд.	t° воды
Берлин (Германия)	+11	+13
Лондон (Великобритания)	+12	+14
Париж (Франция)	+11	+13
Паттайя (Таиланд)	+28	+30
Прага (Чехия)	+11	+13
Рим (Италия)	+16	+18
Севастополь (Россия)	+12	+14
Сочи (Россия)	+11	+13

АНЕКДОТЫ

Плохая погода - это когда по одной улице идут два человека навстречу друг другу, и ветер дует в лицо обоим.

Осень. Идёт дождь. На ули-

аварий вспоминают погибших на дорогах и призывают быть внимательнее водителей и пассажиров. Согласно статистике виновниками аварий чаще всего становятся молодые люди.

Россия отмечает **День призывника**. Он учреждён в 1992 году. В Москве в этот день призывники собираются на Поклонной горе, где для них устраиваются показательные военные выступления.

Государства - члены ЮНЕСКО в этот день 20 лет назад приняли Декларацию принципов терпимости. И теперь в **Международный день терпимости** по всему миру пытаются поддерживать принципы плюрализма, взаимного уважения и мирного сосуществования.

Казалось бы, до Нового года больше месяца, а **День рождения Деда Мороза** в нашей стране уже отмечают. Сколько зимнему волшебнику лет, никто не знает, но уж точно перевалило за две тысячи. Поздравляем, Дедушка!

С 2005 г. во **Всемирный день памяти жертв дорожно-транспортных**

КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Склонность законности. 7. Наш гимнаст, ставший многократным чемпионом Олимпийских игр, пройдя войну и все ужасы фашистского концлагеря. 8. Французский врач, придумавший в 1816 году стетоскоп. 9. «Были сборы недолги от Кубани до Волги, мы коней поднимали в...». 10. Саундтрек для мобильного. 11. Бок кирпича. 12. Какой камень, как полагали древние египтяне, бог Ра наделил своим сиянием? 14. Ремейк «с чувством юмора». 15. Лучший овощ, чтобы быстро освежить

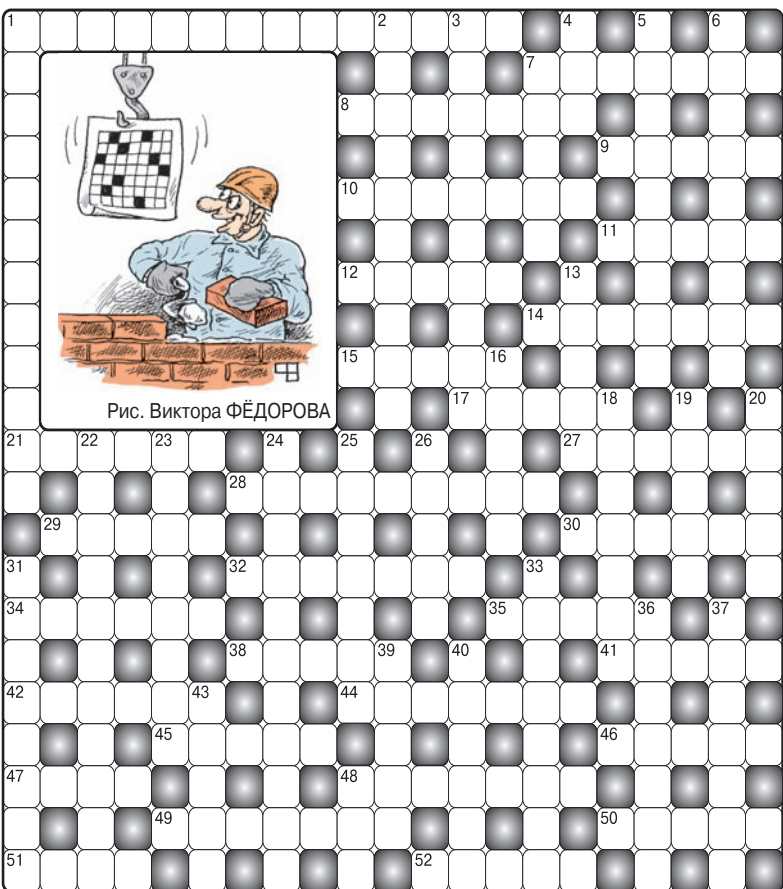
дыхание. 17. Внешняя сторона древнего папируса. 21. Ради чего на канадских фермах разводят овцебыка? 27. Что спортсмену карьеру ломает? 28. Слон из «Парка юрского периода». 29. Лучшая порода на говяжьих стейки. 30. Спец по нашему нутру. 32. Поэтический сборник «... с Москвой» Юрия Левитанского. 34. Подруга Анны Ахматовой, ставшая «придворным астрологом» Иосифа Сталина. 35. Казахская лепёшка. 38. Оппонент Голиафа. 41. В каком швейцарском городе ежегодно проходит мировой экономический форум? 42. Откуда прилетело семейство

героини Джулии Робертс из фильма «Август: графство Осейдж»? 44. Каждый десятый из тонны. 45. Отец Земфиры. 46. Самая большая гадюка в фауне бывшего СССР. 47. Карельская свирель. 48. Грузовая телега. 49. Оркестровый управленец. 50. Что подшивают к уголовному делу? 51. «Волчья котлетка». 52. Что описано в новелле «Колодец и маятник» американца Эдгара По?

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Сердечная кривая. 2. Практикум для молодого специалиста. 3. Создатель русского фарфора. 4. Кто первым из европейцев ступил на землю

Австралии? 5. Прозвище Козетты из романа «Отверженные» Виктора Гюго. 6. Страх принятия пищи. 7. «У бедных просить легче, чем у богатых» (русский писатель). 13. Кто согласился сниматься в «Вирус любви» из-за возможности спеть? 16. Июльская пьеса «... косаря» из цикла «Времена года» Петра Чайковского. 18. «Фанта» без химии. 19. Норма импорта. 20. «Надо бросить курить, чтобы хвастаться своей силой воли» (классик). 22. «Кровяной корень». 23. Житель страны, где в 1930 году прошёл первый чемпионат мира по футболу. 24. Прощание «почти навсегда». 25. «... а

вас я попрошу остаться!» 26. Она «чем-то похожа на взбалмошную девушку: когда ты перестаёшь обращать на неё внимание, она начинает заигрывать с тобой и даже ненавязчиво приставать». 31. «Кулинарный» подхалим. 33. Какому богу в античные времена посвящали Истмийские игры? 36. Длинное дамское платье без рукавов. 37. Что описано в рассказе «Пассажир» Михаила Зощенко? 39. Фасадные прибаласы. 40. Такса в казино. 43. Какой гриб лучше всего усваивает наш организм? 48. «Он служил, как ..., и убили его, как собаку».



ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 45

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Социология. 5. Клевещ. 9. Курьёз. 11. Датчанин. 12. Ринг. 13. Мэр. 14. Угли. 15. Амбар. 18. Орган. 19. Астрал. 22. Хендрикс. 23. Брат. 25. Сумо. 27. Смысл. 30. Жираф. 31. Икра. 35. Учительница. 36. Тариф. 41. Диван. 42. Уиллис. 45. Гейтс. 47. Мышонок. 48. Пимента. 49. Ложь. 50. Мёран. 51. Берлиоз. 52. Голгофа. 53. Клип. 54. Отбор. 55. Этруски. 56. Табло. 57. Тмин. 58. Табак.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Стенографист. 2. Якорь. 3. Хронометраж. 4. Лёд. 6. Личи. 7. Виноградника. 8. Ценник. 10. Зауэр. 13. Малах. 16. Прадо. 17. «Хаббл». 20. Легава. 21. Устав. 24. Тир. 26. Мочальщики. 28. Меле. 29. Сень. 32. Отжим. 33. Ацтек. 34. Вид. 37. Фиброглас. 38. Картофель. 39. Дубликат. 40. Отвёртка. 43. Сыреть. 44. Коллиур. 45. Городки. 46. Минор. 48. Пагода.



ХИТ-ПАРАД «ШАНСОН ГОДА»

ПОЗИЦИЯ НЕДЕЛИ	02.11.2015 - 08.11.2015
1	Сергей Трофимов. «Соловьи»
2	Стас Михайлов. «Любовь запретная»
3	Елена Ваенга. «Королева»
4	Семён Слепаков. «Газпром»
5	Кристина Орбакайте. «Свадебная»
6	Михаил Шуфутинский. «Люди добрые»
7	Любовь Успенская. «Горький вкус бузины»
8	Михаил Бублик. «Беги»
9	Хор Турецкого. «Улыбка Бога радуга»
10	Ирина Аллегрова. «Наводнение»
11	Звёзды эстрады. «Лук-лучок»
12	Максим Покровский. «Азия-80»

На этой неделе в хит-параде сразу две премьеры. «Вирусная» песня, появившаяся благодаря «острому репортажу» Аллы

Михеевой в шоу «Вечерний Ургант». Один из героев сюжета, житель п. Лух Олег Опарин, на ходу сочинил рефрен: «Эх,

лук-лучок, золотая луковица...» Игорь Матвиенко написал музыку, а спели песню Орбакайте, Мазаев, Валерия, Шахрин, Успенская, Галанин, Сукачёв, Расторгуев и другие артисты. Вторая новинка - авторская работа лауреата «Шансона года», участника проекта «Битва хоров» Михаила Бублика - песня «Беги».

Владимир ПОЛУПАНОВ

ШАНСОН 15 ЛЕТ
РАДИО

На радио «Шансон» каждую пятницу в 18.00 и в субботу в 11.00 - «Хит-парад недели».

Реклама

СУДЬБЫ

За него
они заплатили
высокую цену.

КРАСАВИЦУ ШУРОЧКУ ВЛАДИМИР ВЫСОЦКИЙ НАЗЫВАЛ «МОЯ ВОЕННАЯ ТЁТЯ». ОНА БЫЛА ЖЕНОЙ ДЯДИ, МЛАДШЕГО БРАТА ОТЦА ПОЭТА. ИСТОРИЯ ЛЮБВИ ЭТИХ ДВУХ ЛЮДЕЙ ПОСЛУЖИЛА ВОДОХНОВЕНИЕМ ДЛЯ ВЫСОЦКОГО НА ГОДЫ ВПЕРЕД.

И почти вся знаменитая военная лирика Владимира Высоцкого – из тех фронтовых рассказов, что он слышал в гостях у тёти Шуры и дяди Лёши, на груди которого он ребёнком с волнением насчитал 7 орденов. Из них три – Красного Знамени. С дядей Лёшей поэта связывали теснейшие узы. Дядя был тем, кто в январе 1938 г. встречал младенца Володю на крыльце московского роддома. Отец Володи, Семён Высоцкий, был в этот момент в отъезде, и его младший 18-летний брат Алексей помогал новорождённому племяннику и его маме добраться до дома.

ПЯТЬ РАНЕНИЙ

Вскоре после появления на свет маленького Володи Алексей поступил в артиллерийское училище. Войну он встретил офицером. В июле 1941 г. Алексей впервые увидел 18-летнюю кубанскую казачку Александру Таран. Она поступила в дивизию,



Младенца-племянника, будущего поэта Владимира Высоцкого, Алексей встречал в 1938 г. из роддома.

зион, которым он командовал, на должность военфельдшера. Это была любовь с первого взгляда под аккомпанемент разрывов снарядов и свист пуль. Молодые расписались на фронте. Во время боя и обстрелов каждый боялся больше за любимого, чем за себя.

Ближе всего смерть подошла в июле 1942 г., когда немцы рвались к Сталинграду, а полк Алексея прикрывал наши отходившие части. Шура очнулась в госпитале. Врачи рассказывали, что у неё было пять ранений. И что снарядом ей оторвало левую руку. Хирург успокаивал: «Тебе Бог столько

ЗАВОЁВАННОЕ СЧАСТЬЕ



Они полюбили друг друга на фронте с первого взгляда. И после ранения Шуры больше не расставались.

дал. Всё равно хорошенькая, как лялька!» В госпитале Шура сообщила, что Алексей погиб на поле боя. Жить дальше помогла теплившаяся в сердце надежда, что ненаглядный Лёшенька всё-таки жив. А он и вправду был жив, но изо всех сил лез под пули после того, как получил... похоронку на Шуру. Сказывалась неразбериха и хаос во время отступления.

Шура выписалась из госпиталя с единственным имуществом – котелком, который держала в уцелевшей руке. Она написала родителям мужа и осторожно спросила о его судьбе. Весточка попала к брату Алексея – Семёну, который служил в Москве в Генштабе. В тот же день он сообщил Алексею на передовую адрес Шуры: Ростов-на-Дону, ул. Станиславского, 128. Алексей отпросился у командира полка, помчался за сотнями километров на машине. Вбежал в ростовскую коммуналку. И не застал любимую. «Не знала, что у Шуры есть муж», – удивилась соседка, глядя на красавца артиллериста. – Она ушла за пайком». Алексей кинулся вниз искать Шурочку на улице. Разглядел её в длинной очереди за хлебом. Искудавшая Шурочка была одета в обноски с чужого плеча, пустой рукав потрёпанной кофточки был заправлен в солдатский ремень. «Видишь, что со мной», – тихо сказала Шура. «Всего-то!» – ответил Алексей. Он осторожно сжал её в объятиях и дал себе слово, что, если выживет, будет одевать жену как королеву.

В тот же день Алексей увёз Шурочку на передовую, где она стала заведовать полковой аптекой. Вместе они освобождали Украину и Польшу. Встречали весну 1945 г. в Берлине. И какую весну! День



Алексея не стало в 1977 г., Александра пережила его на 30 лет.

Победы приходится на день рождения Александры – 9 мая!

Мирное время подарило влюблённым сына Александра и дочь Ирэн. Алексей продолжил службу кадрового офицера, при этом окончил заочно журфак МГУ. И осуществил свою мечту – в отставке написал одну за другой несколько книг, посвящённых подвигам боевых товарищей. Занялся документальным кино. В 1960 г. снял фильм о Михаиле Девятаеве, совершившем побег из

концлагеря на фашистском самолёте.

«МОЯ КОРОЛЕВА!»

«Папа не забыл слово, которое сам себе дал, – что будет одевать маму как королеву», – рассказывает «АиФ» Ирэн Высоцкая. – Гонорар за первую книгу он потратил на шубу для неё. А в другой раз на съёмках в командировке жил впроголодь, потому что командировочные потратил, купив маме туфли. Когда мама шла в Москве

по Тверской, на неё оглядывались. Думали, идёт кинозвезда.

Папа серьёзно заболел в 1975 г. Как говорил Володя (Владимир Высоцкий. – Ред.), «его догнали фронтовые раны». Мама два года с одной рукой ухаживала за лежащим отцом, никого к нему не подпускала. Я, конечно, помогала по хозяйству, ходила за продуктами. Когда однополчане узнали, что отец заболел, они постоянно звонили, а будучи в Москве, приезжали в больницу. Я узнала, что на фронте 22-летнего отца солдаты звали «батей». Их рассказы о том, как в лютый мороз он отдал солдату портянки, сняв с себя, как сам прокладывал путь через минное поле, – навсегда со мной. Папа умер в 1977 г. Мама запрещала себе плакать. А Володю известие о смерти дяди застало в Париже. Те, кто был рядом, вспоминали, как горько он зарыдал. Папа много для него значил. На творческих вечерах Володя часто рассказывал о моём отце. А маме посвятил стихи: «И когда наши девушки сменяют шинели на платьица, / Не забыть бы тогда, не простить бы и не потерять...»

Александра Ивановна пережила мужа на 30 лет. За это время похоронила не только любимого племянника Владимира Высоцкого. В 1991 г. трагически погиб её сын Александр. «Я узнала о гибели брата первая. Мне выпала страшная миссия рассказать об этом маме. А потом умер мой муж. И в девяностых – двухтысячных годах для нас наступили непростые времена. Я зарабатывала небольшие деньги. Мама получала небольшую пенсию. Когда в 2008 г. мамы не стало, проводить её мне помогли поклонники Володи. Если бы не они – не знаю, что бы я и делала.

Маму похоронили на Ваганьковском кладбище, она упокоилась рядом с папой и братом. Не помню, чтобы она когда-нибудь на что-то жаловалась. Она прожила счастливую жизнь».

Р. С. Недавно на родине Шурочки, в станции Тамань, неравнодушными людьми из проекта «Аллея российской славы» на частные пожертвования были установлены два бюста: Алексея и Александры Высоцких. Чтобы помнили...



Мария ПОЗДНЯКОВА

Фото из архива Алексея Высоцкого

■ **Можно ли победить чиновника-коррупционера?** Собранные «АиФ» примеры доказывают – вполне реально.

■ **Нет температуры – не заразен.** И прочие мифы о простудах и гриппе в преддверии эпидемии.

■ **ВИП-жильё для слуг народа.** Власть имущие даже в кризис получают субсидии на покупку квартир?

■ **«Под её окнами ночевали поклонники и кагэбисты».** К 90-летию Майи Плисецкой. Друзья вспоминают о легендарной балерине.



Читайте в следующем номере и на сайте WWW.AIF.RU

анонс - ИФ

КАДЫРОВ ВСЕХ ПРОСТИЛ?

БЕЗОПАСНОСТЬ

В Чечне задержали около 20 молодых людей из Аргуна, которые готовили покушение на Кадырова. А он поговорил с ними и отпустил всех по домам. Что он им сказал, чем пугал? И законно ли отпускать подозреваемых?

Р. Халилов, Нальчик



- Считаю, Рамзан Кадыров поступил правильно, - отвечает Рашид АБАЕВ, член экспертного

клуба «Грозный» Центра современной кавказской политики. - Республика небольшая, нашли знакомых этих ребят, собрали характеристики. Парни просто попали под дурное влияние. Не было никакой организованной группы, подполья, плана покушения - только разговоры, поэтому уголовное дело не возбуждали. Если бы они попали под следствие, в тюрьму, это скорее озлобило бы их, а не исправило. В разговоре с подозреваемыми (а беседа длилась около 5 часов) Рамзан Кадыров сделал упор на заботу о родителях, говорил, что ислам порицает, если дети их бросают или огорчают. И полагаю, что это подействовало.

КУДА ДЕЛСЯ ВКУС ОВОЩЕЙ?

ПОТРЕБИТЕЛЬ

В магазинах сегодня столько безвкусных овощей! Слышал, это потому, что их выращивают на гидропонике. Или на вкус влияет что-то другое?

А. Комаров, Тверь

Отвечает Владимир МУРАШЁВ, зам. заведующего кафедрой высших растений МГУ:



- Естественно, лучше выращенных в грунте овощей нет ничего. Но промышленников заботит не вкус, а внешний вид. Особенно это важно европейцам. Им всё равно, какими в итоге получились овощи, главное, чтобы были красивыми и ровными. Стекло и плёнка не дают проникнуть ультрафиолету, а именно он и даёт нам вкус. Да, вы не отравитесь овощами, выращенными на гидропонике, но и удовольствия не получите. Есть ещё одна причина отсутствия вкуса: даже некоторые традиционно выращенные овощи - в частности баклажаны, помидоры, картофель - срывают незрелыми, чтобы «доставить до продажи». Но в них есть ядовитое вещество соланин. Как правило, пока овощ «доезжает» до прилавка, он созревает. И если вы видите явно бледные помидоры, недостаточно фиолетовые баклажаны или картофель «с зеленцой», не берите их: они и невкусны, и опасны для вашего здоровья.

ГДЕ «СЕМИЭТАЖНЫЕ» ФИЛЬМЫ?

КИНО

Картины в формате IMAX - в 3D, на экранах высотой с семиэтажный дом - собирают полные залы. Почему наши фильмы так не показывают?

В. Луговой, Калуга

Единственным русским фильмом, который показывали в IMAX, остаётся «Сталинград» Фёдора Бондарчука. «Экраны такого формата практически полностью зарезервированы голливудскими компаниями, и пробиться на них крайне трудно, - объясняет продюсер Сергей СЕЛЬЯНОВ. - Получается, такие кинотеатры предназначены только для американского кино. Лишь в октябре и конце ян-



«Сталинград» - единственный наш фильм, показанный в IMAX.

варя теоретически на них могут позволить выйти российскому фильму». В будущем году в формате IMAX появятся «Экипаж» с Владимиром Машковым и Данилой Козловским и «Дуэлянт» - тоже с Машковым.

РАБОТАЕШЬ? ИНДЕКСАЦИИ НЕ ЖДИ

ПЕНСИИ

Мне 63 года, но продолжаю работать, потому что пенсии в 7300 руб. ни на что не хватает. Подскажите, повысят ли мою пенсию в следующем году?

Н. Жигарева, Тульская обл.

Власти решили проиндексировать пенсии в 2016 г. только неработающим пенсионерам, и то всего на 4%.

Для работающих пенсионеров индексации в следующем году не будет вообще. Это коснётся примерно 15 млн человек - 35% пенсионеров страны. «Правительство заняло неправильную позицию, экономия на самых незащищённых слоях населения, - считает Оксана

СИНЯВСКАЯ, к. э. н., ведущий научный сотрудник Центра анализа доходов и уровня жизни НИУ ВШЭ. - Большинство пенсионеров работает не от хорошей жизни, и «благодаря» такой государственной политике они



пострадают трижды. Во-первых, их пенсия не повысится даже на скромные 4%. Во-вторых, на фоне роста цен у многих снизится реальный заработок. В-третьих, в 2016 г. у работающих пенсионеров учтут не все взносы в Пенсионный фонд, а только часть из них (3 балла). В результате такого подхода уровень жизни людей снизится ещё больше».

КАКУЮ ВАЛЕРИАНУ ВЫБРАТЬ?

НА ЗАМЕТКУ

Сегодня в аптеках большой выбор препаратов валерианы. Посоветуйте, какую валериану выбрать. Хочется, чтобы и эффективно было, и по цене доступно.

Т. Осипова, Томск

Эффективную валериану вы найдёте в составе средства Релаксозан от компании «Эвалар». Она отличается максимальным успокаивающим и релаксирующим действием за счет высокой дозировки стандартизированного экстракта валерианы (Германия) - 600 мг в сутки¹.

Кроме того, валериана в

Релаксозане усилена Melissa и мятой. Такое сочетание трав в одной таблетке обеспечивает их совокупное действие и помогает почувствовать гармонию с собой и внешним миром, при этом Релаксозан не снижает концентрацию внимания.

Качество «Эвалар» гарантировано международным стандартом GMP.

И, конечно, вас порадует цена (от 161 руб.) по сравнению с импортным аналогом (от 342 руб.)².

¹ В ассортименте «Эвалар».

² По данным сайта аптека.ру на 5.11.2015 (за упаковку №20).

659332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар». ОГРН 1022200553760. БАД.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

На правах рекламы

АНЕКДОТЫ

Не исключено, что вслед за задержанием в Москве директора украинской библиотеки там арестуют и начальника Киевского вокзала.

* * *

- Скажите, а где можно отдохнуть на Новый год на 100 рублей?
- В 1975 году!

Ведущий полосы

Елена СЕМЁНОВА

Материалы полосы подготовили: Татьяна БОГДАНОВА, Сергей ГРАЧЁВ, Анна МАКСИМЕНКО («АиФ - Северный Кавказ»), Елена ПЛОТНИКОВА, Лидия ЮДИНА. Фото www.kinopoisk.ru

АЛЬТЕРНАТИВА ИНЪЕКЦИАМ БОТОКСА

КРАСОТА И МОЛОДОСТЬ



Слышала, что существует крем, альтернатива инъекциям ботокса. Можно о нем узнать подробнее?

Анна, 48 лет, Омск

Анна, существует такая альтернатива - крем БИОВЕН, в его составе разработана швейцарских ученых - синтетический змеиный яд, который не является токсином и абсолютно безопасен. Действие крема БИОВЕН направлено на длительное расслабление лицевых мышц, отвечающих за возникновение

мимических морщин. Результаты сравнимы с эффектом ботокса, но лишены его недостатков! Крем БИОВЕН содержит коллаген, эластин, ретиноиды и антиоксиданты. Результаты Вы увидите уже через пару недель: морщины разгладятся - кожа гладкая и подтянутая! Вы увидите на 10 лет моложе! Специально для читателей «АиФ»: при заказе можете получить крем БЕСПЛАТНО!* Звоните по бесплатной линии 8-800-100-33-36. Назовите код подарка: И.01.Бс

ООО «ТЭСКОМ» ОГРН 5087746139366 от 23.09.08 г., Москва, Варшавское ш., д. 36/8. Информацию об организаторе, правилах проведения акции, количестве подарков, месте и порядке их получения можете узнать по тел. 8-800-100-33-36. Срок проведения акции - до 31.12.2015.

* При заказе от 2 шт.

На правах рекламы

ISSN 0204-0476

Аргументы и факты № 46 (1827)

Учредитель, издатель - ЗАО «Аргументы и факты».

Адрес редакции и издателя: 101000, Москва, ул. Мясницкая, 42. Тел. для вопросов - (495) 646-57-57. Отдел писем - e-mail: letters@aif.ru. Общественная приёмная - Москва, ул. Мясницкая, 42.

В розницу цена свободная

Н. И. ЗЯТКОВ - главный редактор, президент

Е. ФАКТОРОВИЧ - зам. главного редактора, ответственный секретарь
А. ДОРОФЕЕВ - главный художник
В. ЦЕПЛЯЕВ - редактор отдела политики
В. КОСТИКОВ - руководитель центра стратегического планирования
Т. КУЗНЕЦОВА - редактор отдела спецпроектов
Ю. ШИГАРЕВА - редактор отдела культуры
П. МОЛОТКОВА - редактор отдела бизнеса и информации

Служба рекламы «АиФ»: (495) 646-57-55; e-mail: advert@aif.ru. Публикации, обозначенные рубриками «Мнение», «Цена успеха», «Будьте здоровы», «Событие», «Дословно», «Разговор с профессионалом», печатаются на правах

Р. Ю. НОВИКОВ - генеральный директор

Ю. ТУТИНА - редактор отдела общества
Г. ЗОТОВ - руководитель департамента зарубежных интервью и расследований
Е. БЫЧКОВА - руководитель центра анализа развития Москвы
В. ПОЛУПАНОВ - музыкальный обозреватель
И. КОЗАСОВА - редактор департамента региональных редакций
В. СВАРЦЕВИЧ - обозреватель
В. ХЕСИНА - редактор отдела спорта

Ведущий редактор номера В. ЦЕПЛЯЕВ

рекламы. Редакция не несёт ответственности за содержание рекламных объявлений. Пресс-центр: (495) 252-02-90. Дирекция регионально-го развития - (495) 646-57-89, доб. 4273, доб. 4714 (факс),

К. ДЕЙНЕКИН - директор по производству

С. ДУБОВИЦКИЙ - директор по маркетингу и развитию

М. МИШУНКИНА - 1-й заместитель

генерального директора

В. НЕПОМНОЮЩИЙ - редактор по работе с регионами

О. КОРОБКО - редактор по распространению и подписке

Я. ЯМОЛЬДИНОВА - редактор по связям с общественностью

e-mail: drr@aif.ru. Служба подписки: тел. (495) 646-57-57, podpiska@aif.ru. Перепечатка из «АиФ» допускается только с письменного разрешения редакции. Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

РЕГИОНАЛЬНЫЕ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА «АиФ» НА ТЕРРИТОРИИ РОССИИ И ЗА РУБЕЖОМ

Архангельск (8122) 21-10-83	Воронеж (4732) 60-65-57	Иркутск (3952) 50-05-26	Красноярск (391) 291-89-18
Астрахань (8512) 48-18-13	Владивосток (4232) 20-06-51	Казань (843) 526-94-20	Крым (978) 848-22-12
Барнаул (3852) 271-371	Владимир (4922) 32-64-96	Калининград (4012) 66-80-90	Курган (351) 239-90-00
Белгород (4722) 20-18-48	Владимир (4922) 32-64-96	Калуга (4842) 79-04-54	Курск (4712) 50-04-56
Благовещенск (4162) 20-19-72	Владимир (4922) 32-64-96	Кемерово (3842) 72-18-83	Липецк (4742) 22-78-13
Брянск (4832) 62-18-38	Владимир (4922) 32-64-96	Кострома (4942) 37-31-55	Магадан (4132) 62-59-04
Волгоград (8442) 3847-68	Владимир (4922) 32-64-96	Краснодар (861) 211-50-89	Майкоп (8772) 55-59-69
Волгодонск (8172) 54-92-93	Владимир (4922) 32-64-96		

Мурманск (8152) 45-66-01	Пермь (342) 22-00-100	Саранск (8342) 24-28-14	Тверь (4822) 58-36-03
Ниж. Новгород (831) 233-05-41	Петрозаводск (8142) 59-55-19	Саратов (8452) 53-37-25	Томск (3822) 25-74-62
Новосибирск (383) 314-35-37	Псков (4152) 22-05-32	Севастополь (+38050) 1597590	Тюмень (3452) 75-20-62
Омск (3812) 24-05-60	Ростов-на-Дону (812) 56-80-06	Смоленск (4812) 35-76-64	Тула (4872) 70-44-18
Оренбург (3532) 37-51-61	Рязань (4912) 90-80-67	Ставрополь (8652) 35-72-41	Улан-Удэ (3012) 21-34-93
Орел (4862) 54-08-73	Санкт-Петербург (812) 327-38-50	Сургут (3462) 37-67-30	Ульяновск (8422) 42-25-65
Пенза (8412) 56-27-61	Самара (846) 373-33-51	Тамбов (4752) 71-02-35	Уфа (347) 272-40-98

Хабаровск (4212) 79-44-16	Ярославль (4852) 58-31-87
Ханты-Мансийск (3467) 33-81-56	Алматы (+7727) 273-72-83
Челябинск (351) 267-20-70	Киев (+38044) 20-54-304
Чита (37322) 27-26-62	Клишинев (+37322) 27-26-62
Минск (+37517) 292-21-32	Ташкент (99871) 129-20-18
Южно-Сахалинск (4242) 42-54-23	Франкфурт/Майн (+49611) 15 75 350
Якутск (4112) 21-95-67	

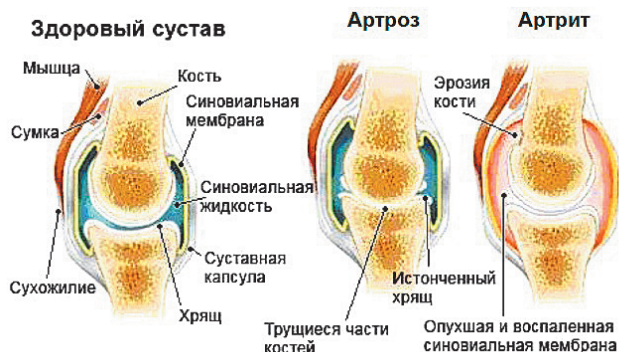
ЧЕМ ОПАСНЫ АРТРИТ И АРТРОЗ?

ИЗУЧАЕМ РАЗЛИЧИЯ, ЧТОБЫ НЕ ДОПУСТИТЬ ПОРАЖЕНИЯ ВСЕГО ОРГАНИЗМА

ОСЕННЯЯ ПОРА - ВРЕМЯ, КОГДА ПРИХОДИТСЯ ПОЖИНАТЬ ГОРЬКИЕ ПЛОДЫ ЛЕТНЕЙ ГИПЕРАКТИВНОСТИ. ВЫСОКАЯ НАГРУЗКА ВО ВРЕМЯ ДАЧНОГО СЕЗОНА И ЛЕТНИХ ОТПУСКОВ ГРОЗИТ ОБЕРНУТЬСЯ ОБОСТРЕНИЕМ ЗАБОЛЕВАНИЙ СУСТАВОВ.

Дополнительную лепту вносят резкие скачки температуры, сквозняки, разгул сезонных инфекций. Особенно опасны артроз и артрит. Артрит во многом схож с проявлениями артроза, особенно на ранних стадиях. Но тем не менее это разные болезни, которые нужно различать, чтобы не упустить время.

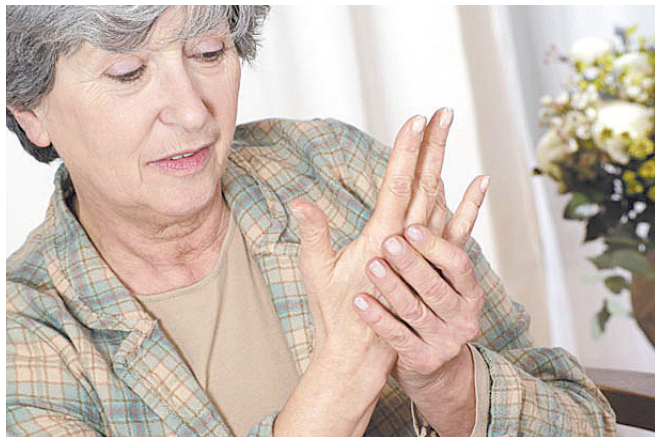
КАКОВЫ РАЗЛИЧИЯ?



АРТРОЗ - БОЛЕЗНЬ СУСТАВОВ, ПОРАЖАЮЩАЯ ГЛАВНЫМ ОБРАЗОМ ТОЛЬКО КОСТНУЮ ТКАНЬ И ОКОЛОСУСТАВНУЮ ПОВЕРХНОСТЬ: ОНИ ДЕФОРМИРУЮТСЯ.

Симптомы АРТРОЗА

- ✓ Артрозная боль тупая, ноющая, с прострелами в области пораженного сустава после долгого покоя или, наоборот, резкой физической активности.
- ✓ Появляются асептические некрозы - когда разрушаются и отмирают клетки кости.
- ✓ Скованность в движении: затруднено движение конкретного сустава.
- ✓ Наличие специфического хруста при вращениях суставов.



АРТРИТ - ПРИ АРТРИТЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПРОИСХОДЯТ ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ. ЕСЛИ АРТРОЗ ПОРАЖАЕТ СУСТАВЫ, ТО ПРИ АРТРИТЕ ПОМИМО СУСТАВОВ СТРАДАЮТ СВЯЗОЧНЫЙ АППАРАТ, МЫШЕЧНАЯ ТКАНЬ.

Симптомы АРТРИТА

- ✓ Артрит чаще всего беспокоит по ночам, суставы болят даже в состоянии покоя.
- ✓ Артритные боли волнообразны и могут возникать спонтанно.
- ✓ Покраснение кожного покрова над суставом и появление лихорадки.
- ✓ Повышенная температура, боль во всем теле и озноб, покраснение и отек сустава.
- ✓ Скованность в движении всего тела.

Отличаются эти болезни и своим влиянием на организм. Так, артрит зачастую бьет по другим органам и системам. Негативные воспалительные артритные процессы печально сказываются на функциональности почек, печени, сердца, нарушается вся аутоиммунная система человека.

При артрозе страдают исключительно суставы, а остальные части организма не вовлечены в этот процесс.



ПРОВОКАТОРЫ ЗАБОЛЕВАНИЯ СУСТАВОВ

Основной причиной возникновения артрита и артроза является нарушение кровоснабжения и обмена веществ в суставе. В результате недостаточного питания тканей происходит накопление недоокисленных продуктов обмена, активизирующие ферменты, которые вызывают воспаление и разрушают хрящ.

Вначале начинается воспалительный процесс - артрит. Если воспаление не удастся победить несколько месяцев, начинаются прогрессирующие деформации в суставе - артроз.

ТОЛЬКО КОМПЛЕКСНОЕ ЛЕЧЕНИЕ!

Артроз и артрит тяжело поддаются лечению. Поэтому использовать нужно не один какой-то метод, а КОМПЛЕКС лечебных мероприятий, включающий физиотерапию, лекарственные препараты, лечебную физкультуру, коррекцию образа жизни. В этом комплексе физиотерапия, в частности лечение магнитным полем, играет ключевую роль.

Она позволяет устранить причину заболевания - недостаточное кровоснабжение. При суставных болезнях магнитотерапия обязательно должна проводиться лечебными курсами - каждый день в течение 18 дней. Курсы нужно повторять несколько раз в год с перерывами в месяц-два. Сейчас есть хорошая возможность принимать физиолечение в домашних условиях, используя современные и качественные портативные средства магнитотерапии. Подойдет не любая магнитотерапевтическая техника, а желательно с бегущим импульсным полем - наиболее результативным по лечебному действию, так как не вызывает привыкания организма.

Заболевания суставов развиваются неспешно, и нередко больные начинают лечиться уже в ситуации, когда недуг безнадежно запущен. Первое правило для тех, кто начал испытывать боли в суставах или заметил их припухлость, - срочно к специалисту за консультацией!

Ведь лечить болезнь суставов крайне сложно, и даже хирургическая операция - замена поврежденного сустава искусственным - не всегда спасает от тяжелой инвалидности.

АРТРОЗ, АРТРИТ... КАК ВЕРНУТЬ ЗДОРОВЬЕ СУСТАВАМ?

ОСТАНОВИТЬ РАЗВИТИЕ БОЛЕЗНИ И ВЕРНУТЬ СУСТАВАМ БЫЛУЮ ПОДВИЖНОСТЬ ДАЕТ ВОЗМОЖНОСТЬ АЛМАГ-01.

АЛМАГ-01 уже более 15 лет применяется как в физиокабинетах, так и в домашних условиях. Он признан уникальным медицинским аппаратом, который пользуется абсолютным доверием потребителей.



ЦЕНЫ УДИВЛЯЮТ
АЛМАГ-01 весь ноябрь
по специальной цене!

АЛМАГ-01 ПРИМЕНЯЮТ, ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ:

- устранить боль;
- снять воспаление и отек в области сустава;
- уменьшить спазм окружающих сустав мышц;
- снизить утреннюю скованность движений;
- увеличить дальность безболезненной ходьбы;
- улучшить усвоение лекарственных средств, что дает возможность уменьшить их дозу;
- предотвратить рецидивы заболевания и улучшить качество жизни.

АЛМАГ - ЖИВИТЕ БЕЗ БОЛИ!

Приобретайте АЛМАГ-01 в аптеках, магазинах медтехники или заказывайте с завода. Звоните на бесплатный круглосуточный телефон компании ЕЛАМЕД **8-800-200-01-13**.

www.elamed.com

ОАО Елатомский приборный завод:
Рязанская обл., р. п. Елатьма, ул. Янина, д. 25.
ОГРН 1026200861620. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ