

Где зажечь «Круг света»  
Яркий фестиваль снова  
готов ставить рекорды **с. 8**



Грибок в погребок  
Успей за опятами  
и рядовками **с. 11**



Больше! Больше Бузовой!  
Звезда реалити снова  
хочет замуж **с. 14**

# МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ

Совместный проект  
Московского метрополитена  
и газеты «Вечерняя Москва»

ЧЕТВЕРГ

19 сентября 2019 года  
№ 102 (888)

Участница  
группы  
«Фабрика»  
Александра  
Попова  
ошиблась  
с профессией  
**с. 3**

# Лечить зубы — не ее

**Последняя новость**

Сегодня в международном аэропорту Шереметьево запустили в эксплуатацию третью взлетно-посадочную полосу. Первый самолет, который совершил здесь посадку, был встречен водной аркой.

[vm.ru](http://vm.ru)



СПАРТАКИАДА  
ФИНАЛ

## ЛУЖНИКИ 21 СЕНТЯБРЯ ПРАЗДНИЧНЫЙ КОНЦЕРТ

ТИМАТИ НЮША ТИМА БЬЯНКА ГРУППА Т-KILLAN ЕЛЕНА ЗВОНКИЙ  
БЕЛОРУССКИХ «АРТИК И АСТИ» ТЕМНИКОВА

**ВХОД СВОБОДНЫЙ РЕГИСТРАЦИЯ FINAL.SPARTAKIADAMOSPROM.RU**

РЕКЛАМА

0+

# Поезда меняют график

## Движение «Ласточек» ограничат на выходные



**Составы на Московском центральном кольце будут ходить чаще**

■ С 20 по 22 сентября включительно меняется режим работы станций Московского центрального кольца и график курсирования поездов. Изменения связаны с модернизацией инфраструктуры МЦК и коснутся работы станций ранним утром

и поздним вечером. В обычном режиме МЦК возобновит свою работу в воскресенье, 22 сентября, после 7:30. Инфраструктуру Московского центрального кольца обновляют для сокращения интервалов движения «Ласточек», что поможет сделать поездки по МЦК

### Знаете ли вы, что...

за три года с момента запуска Московского центрального кольца его средний ежедневный пассажиропоток вырос более чем на 75 процентов. С начала года «Ласточки» перевезли более 100 миллионов человек.

более быстрыми и комфортными для пассажиров. Работы будут проходить преимущественно в выходные дни и ночное время, чтобы минимизировать неудобства для пассажиров и сохранить привычный график движения в популярное для поездок время. Так, в пятницу и в субботу, 20 и 21 сентября, станции МЦК будут закрываться

раньше. Последний поезд со всеми остановками отправится со станции «Андроновка» в 22:00. Следующие за ним поезда до 23:40 будут проходить только часть маршрута. А после 23:40 движение прекратится до следующего утра. — В субботу первые поезда на МЦК начнут курсировать в 5:50, в воскресенье — в 5:44. В эти выходные дни до 7:30 поезда будут курсировать с большими интервалами (до 40 минут). В обычном режиме Московское центральное кольцо возобновит свою работу утром в воскресенье, 22 сен-

тября, — сообщили в пресс-службе метрополитена. В дальнейшем, после окончания всех работ, необходимых для оптимизации графика движения, поезда по Московскому центральному кольцу в часы пик будут ходить каждые 4 минуты вместо 5, а в обычное время — каждые 8 минут вместо 10. Как сообщили в пресс-службе Московской железной дороги, такое сокращение интервала движения поездов позволит увеличить объем движения на 37 процентов — со 177 пар до 242 пар поездов в сутки, что позволит перевозить гораздо



21 и 22 сентября будет закрыт участок Филевской линии метро между станциями «Киевская» и «Кунцевская». До закрытых станций можно будет доехать на бесплатных компенсационных автобусах КМ. С 5:30 утра 23 сентября линия будет работать в обычном режиме.

4 апреля 2019 года.  
Анастасия Мальцева  
на станции МЦК  
«Автозаводская»

### Цифра



минуты будет составлять интервал движения поездов на МЦК в часы пик с ноября 2019 года.

большее количество пассажиров, а сами поездки сделать комфортнее.

Елена Бодриенко  
vecher@vm.ru

**МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ**

**Учредители**  
ГПГ г. Москвы «Московский ордена Ленина и ордена Трудового Красного Знамени метрополитен имени В. И. Ленина»  
129110, Москва, пр-т Мира, 41, корп. 2  
АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва»  
127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2  
**Издатель** АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва»  
127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2

**Главный редактор** А. И. Куприянов **Генеральный директор** Георгий Рудницкий  
**Шеф-редактор** Анна Москвитина **Редакционный совет** Алексей Белянчев (1-й заместитель главного редактора), Александр Шарно (заместитель главного редактора), Алексей Зеряков (заместитель главного редактора, шеф-редактор утреннего выпуска), Юлия Тарапата (заместитель главного редактора, редактор отдела «Московская власть»), Алексей Шаравский (заместитель главного редактора по электронным СМИ), Вардан Отанджян (редактор отдела специальных корреспондентов и обозревателей), Александр Костриков (арт-директор), Алена Прокина (руководитель службы информации)  
**Выпускающий редактор номера** Эльвира Суворяткина

**VM.RU**

© АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 2019. Любая перепечатка без письменного согласия правообладателя запрещена. Иное использование статей возможно только со ссылкой на правообладателя. Приобретение авторских прав: тел. (499) 557-04-24. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений, сообщений информационных агентств и материалов на коммерческой основе. Бесплатно. Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Департамента средств массовой информации и рекламы города Москвы.  
**Адрес редакции** 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2  
Тел. (499) 557-04-24, факс (499) 557-04-08. E-mail: edit@vm.ru  
**Рекламная служба** Тел.: (499) 557-04-01. E-mail: reklama@vm.ru  
**Отпечатано** АО «ПримПринт Москва», 141700, Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачевский пр-д, 5Б. Тираж 270 000 экз.  
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № ФС77-58565 от 4 июля 2014 года. (12)  
Срок сдачи номера в печать 19.09.2019, 12:30. Дата выхода в свет 19.09.2019. № 102 (888)

Средняя аудитория одного номера — 870 тысяч читателей в возрасте 16 лет и старше (по данным Mediascope, NRS-Москва, 16+, декабрь 2018 — апрель 2019)

### Рынок труда

## Кадры готовятся к диаметрам

■ Более 5600 сотрудников московского транспорта будут обучены в рамках запуска Московских центральных диаметров. Об этом в среду мэр Сергей Собянин написал в личном микроблоге. — Готовим к запуску МЦД больше 5600 каскиров, контролеров и других сотрудников, — отметил градоначальник в «Твиттере». По его словам, работники транспортных предприятий помогут пассажирам выбрать наиболее удобный тариф и маршрут с пересадками. Всего на МЦД будет три тарифные зоны. Также будет обеспечена комфортная интеграция с транспортом мегаполиса.

Ростислав Зубков  
vecher@vm.ru



12 января 2015 года. Сотрудники метро Ольга Гаврилова и Владислав Тамашук на информационной стойке в вестибюле станции «Комсомольская»

■ **Солистка группы «Фабрика» Саша Попова** рассказала «Вечерке» о начале своей сольной карьеры и отношении к жизни.

Саша, вас часто сравнивают с двумя известными актрисами — Оливией Уайлд и Ларисой Гузеевой. Такое сравнение льстит или раздражает?

Когда я еще училась в университете, был популярен сериал «Доктор Хаус» и Оливия Уайлд играла там одну из главных ролей, ее называли Тринадцатая. В университете меня так же периодически называли, действительно какая-то схожесть есть.

А Лариса Гузеева — кумир более взрослого поколения, благодаря этому у меня более широкий круг поклонников. Меня это абсолютно не раздражает, потому что это очень красивые и талантливые актрисы.

Говорят, герлз-бенды теряют популярность. Вы поэтому решили заняться сольной карьерой?

Я этого давно хочу, но созрела только сейчас. Абсолютно все делаю сама, и ответственность лежит только на мне. Как раз это и нравится. Мне бы

**На верности к себе все и строится. Главное — чтобы глаза горели**

не хотелось, чтобы кто-то вмешивался в мое творчество, говорил, что делать, как выглядеть и как двигаться. Это проект моей души и сердца, надеюсь, и всей жизни.

Вы по профессии стоматолог.

А представилась ли возможность хоть раз вылечить кому-то зуб?

Увы, не удалось. Я работала только ассистентом на различных терапевтических, ортодонтических и хирургических операциях. Абсолютно точно могу сказать, что это не мое.

С другой стороны — хорошо, что у меня есть медицинское высшее образование, это расширяет кругозор и даже помогает более рационально мыслить. Понимание физиологических процессов помогает мне, например, быстрее восстанавливаться после гастролей.

Саша, вы противница ботокса и пластических операций. Знаете секрет вечной молодости?

Чтобы выглядеть хорошо, нужно к себе хорошо относиться — любить свои волосы, кожу и себя в целом. Мне нравится обращаться за профессиональным уходом к косметологам. Люблю

## Девушка созрела

**Попутчик** Каждый день в метро встречаются чужие друг другу люди. В этой рубрике мы знакомим читателей с теми, с кем однажды им будет по пути. Сегодня это солистка группы «Фабрика» Александра Попова (на фото)

массаж. Вообще, считаю, что именно на верности себе и строится все. Тогда и красота будет с тобой, неважно, в каком возрасте, главное, чтобы глаза горели и хотелось улыбаться по жизни.

Говорят, вы занимаетесь спортом и даже поднимаете штангу.

В какой-то момент я поняла, что тренировки вызывают во мне не прилив сил, а наоборот. Штангой я уже балуюсь не так сильно и часто, но люблю занятия фитнесом.

Вы однажды участвовали в передаче «Давай поженимся». Удалось ли устроить личную жизнь?

Моя личная жизнь так и остается личной, с этим все в порядке. Но проект «Давай поженимся» мне абсолютно не помог, к счастью или сожалению. Вы часто ездите в метро? Есть любимые станции?

Нечасто езжу на метро, но иногда появляется такое желание, когда опаздываю, например. Люблю проехать в метро, когда там практически никого нет.

Москва стала вам родной?

Абсолютно. Не могу представить свою жизнь в каком-то другом городе. Еду в Москву — еду домой.

Беседу вела Наталья Зайцева [vecher@vm.ru](mailto:vecher@vm.ru)

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



Еще один супергерой был замечен в метро. На этот раз была раскрыта личность Капитана Америки, который забыл спрятать свой щит. Складывается впечатление, что все супергерои постепенно переезжают в Москву.



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

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

### Музыка в Метро

## Мелодии из другого мира

■ **Завтра с 12:00 до 14:00 в переходе со станции метро «Чеховская» на «Тверскую», возле памятника Максиму Горькому, выступит музыкальный коллектив Shoon Lee Choon Orchestra (на фото).**

Это дуэт гитаристов Николая Свирчкова и Маркуса Боны. Их завораживающая

игра не оставит равнодушными пассажиров метро. Сами музыканты говорят, что на их выступлениях происходят настоящие чудеса, а музыка, которую они создают, является целебной для души. Все потому, что песни дуэта приходят «из другого мира».

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



### Справка

Александра родилась 28 июня 1991 года в украинском городе Красный Луч. С детства участвовала в самодеятельности. В 7 лет выиграла первый музыкальный конкурс. С 2014 года выступает в группе «Фабрика», где она заменила Катю Ли.

Photoexpress

Сегодня «Вечерка» расскажет о том, как пройдет День открытых дверей в столичных библиотеках и сколько километров преодолеют участники Кубка России по марафонскому бегу.

7:12

На Остоженке, в сквере у Зачатьевского женского монастыря, нашли старинную надгробную плиту.

9:30

Сообщается, что более 160 шиферных крыш многоквартирных домов столицы заменят до конца этого года.

## Благоустройство

# Будем жить теперь по-новому



**Вместо долгостроя — площадки для детей и парки**

■ Вчера мэр Москвы Сергей Собянин посетил жилой микрорайон в Ясенево, где недавно провели комплексное благоустройство.

Теперь на этой обширной территории есть все для комфортной жизни горожан: новое освещение, новые дороги, спортивные объекты и детские площадки. А для любителей домашних животных организована площадка для выгула собак.

— Если в прошлые годы благоустройство выполнялось на отдельных улицах или во дворах, то с 2019 года в рамках программы «Мой район» мы берем в работу целые микрорайоны и комплексно приводим в порядок дороги, тротуары, озеленение и всю остальную инфраструктуру, — сказал Сергей Собянин.

В этом микрорайоне живут более 20 тысяч человек. Здесь расположены 26 жилых дворов, 5 школ, 7 детских садов и 4 поликлиники.

Самый крупный из благоустроенных объектов — площадка на Вильнюсской улице, у дома № 7а. По просьбам жителей эту территорию освободили от долгостроя, а на его месте создали зеленую территорию с детскими и спортивными площадками, зоной тихого отдыха с лавочками. Кроме этого, на остановках наземного общественного транспорта установили шесть современных остановочных павильонов.

Марьяна Шевцова  
vecher@vm.ru

## Справка

Также в рамках благоустройства специалисты проводят капитальный ремонт фасадов и входных групп подъездов домов. А у спортшколы «Нагорная» привели в порядок ВМХ-велодром.

18 сентября 2019 года. Мэр Москвы Сергей Собянин посетил микрорайон в Ясенево, где прошло комплексное благоустройство

## Семья

# Техника туризма для всей семьи

■ В субботу, 21 сентября, пройдет третий туристический слет для многодетных семей.

В этот раз участников ждут такие испытания, как ориентирование на местности, задания по технике туризма, установка палаток на скорость, кулинарный поединок и творческий конкурс. Турслет пройдет в Бабушкинском парке.

Горожане могут поддержать участников: всего за победу будут бороться 11 команд, которые представят все округа Москвы.

— В предыдущие разы многие мамы брали с собой даже грудных малышей. Но, разумеется, в соревнованиях принимали участие старшие дети, — сообщили

## Кстати,

стартовал прием заявок на участие в конкурсе «Москва — добрый город». Победители получают гранты от столичного правительства. Рассматриваются только проекты социальной направленности.

в пресс-службе Департамента труда и социальной защиты населения столицы.

Планируется, что в нынешнем турслете количество участников превысит 200 человек.

Анна Соловьева  
vecher@vm.ru

## Оставь машину дома

22 сентября в Москве будут отмечать Всемирный день без автомобиля.

В связи с этим Департамент природопользования и охраны окружающей среды призвал

горожан в этот день не пользоваться личными автомобилями, а пересесть на городской общественный транспорт или передвигаться по столице на велосипедах и самокатах.

## Выставка

# Прославившиеся в сети

■ Вчера в Москве открылась первая выставка истории российского видеоблогинга.

Выставка проходит в рамках фестиваля видеоблогинга на одной из площадок «Винзавода». Предметы для нее предоставили более 60 интернет-знаменитостей. Так, блогер Максим Голополов, больше известный как Макс +100500, выставил свой знаменитый леопардовый ковер, а Сергей Друж-

ко, ведущий Druzhko Show, представил рубашку и брюки, в которых записал первый выпуск.

Как рассказал инициатор выставки, генеральный продюсер компании Divico Евгений Гуцал, посетители увидят документальный сериал об истории российского видеоблогинга. Фестиваль продлится до 22 октября.

Мария Кафанова  
vecher@vm.ru



17 сентября 2019 года. В центре искусства «Винзавод» проходит выставка истории русского видеоблогинга

## Погода вечером

# +10°C

Ветер 3–6 м/с

Давление 760 мм

Влажность воздуха 76%



Завтра утром +8°C, без осадков

## Тем временем в городке Согли,

что находится в графстве Хэмпшир-Каунти, Великобритания, ясно и 19 градусов тепла. Жители городка отдыхают от осеннего сплина и подлечивают хронический насморк.

9:51

Медиатека Музея ВДНХ, которая ранее была доступна только на экранах, появилась в интернете.

10:02 14:06

Нагапоське все задеганидеугаов  
Москва  
городской думы VII созыва.

В саду «Эрмитаж» стартовал праздник-закрытие летнего сезона «Московского долголетия».

Цитата дня



Андрей Бочкарев, руководитель Департамента строительства города Москвы: «Сейчас в стадии переселения по программе реновации находятся около 14,7 тысячи жителей Москвы». [vm.ru](http://vm.ru)



Personas Stars

Когда верстался №

Пиар-директор актрисы Анастасии Заворотнюк (на фото) Марина Потапова сообщила хорошие новости: артистка вышла из комы. — У нее появились шансы на выздоровление, причем немаленькие, — рассказала подруга Заворотнюк. По состоянию на 12:00, когда номер подписывался в печать, врачи сообщили о том, что они определили план лечения актрисы. Все мы следили за состоянием актрисы и искренне переживали за нее. Близкие Анастасии молятся за нее, они надеются на чудо.

23 сентября 2018 года. Марафон бегут Марина Рукавишникова (слева) и Юлия Коптева (справа)

Рекорды

На старт, внимание, марш!

Кубок России по марафонскому бегу — 2019 пройдет в Москве 22 сентября в рамках Московского марафона. На старте соберутся около 30 тысяч участников из 85 стран. В прошлом году на дистанции 42,2 километра победила Сардана Трофимова, преодолев дистанцию за 2:28:31 секунды.

— В марафоне примут участие самые лучшие спортсмены, кроме Сарданы Трофимовой, которая будет представлять нашу страну на чемпионате мира в Дохе, — сообщил директор Московского марафона Дмитрий Тарасов.

Маршрут марафона проходит по центру столицы: по набережным Москвы-реки, Садовому и Бульварному кольцам, через Крымский мост, по Тверской улице и Театральному проезду, под стенами Кремля. Дистанции марафона традиционно 42,2 километра и 10 километров. Накануне основного старта, 21 сентября, состоится детский забег на 400 и 800 метров.

Марафонцы пробегут по Садовому кольцу



Евгений Аверюмов

Досуг

Путешествие в мир книги

В 166 столичных библиотеках 22 сентября пройдет день открытых дверей. Гостей ждут спектакли, мастер-классы по программированию, уроки английского языка, экскурсии, встречи с писателями и многое другое. Всего в читальнях города запланировано 647 мероприятий.

■ Детский отдел Библиотеки имени М. А. Светлова покажет спектакль студии интерактивного театра «Гравитон». Принять участие в представлении смогут и зрители.

■ Библиотека № 74 приглашает на экскурсию, на которой гости увидят старинные книги, документы 1905 года и фотографии 1930-х годов.

■ Центральная детская библиотека № 46 имени И. З. Сурикова познакомит с проектом «Что я вижу из окна»: в течение дня читатели будут путешествовать по станциям МЦК вместе с мышонком Максом. Также ребят ждет встреча с писательницей и журналисткой Дарьей Доцук и писателем Артуром Гиваргизовым, они научат создавать простые приложения.

Реконструкция

Вторая жизнь кинотеатра

В Академическом районе столицы началась реконструкция кинотеатра «Улан-Батор». Он станет современным многофункциональным центром.

Так, после завершения всех работ здесь откроются новый трехзальный кинотеатр, досуговые секции, рестораны и магазины. Здесь для горожан также появятся аптеки, пекарня, места для занятия спортом, образовательный центр и многое другое как для взрослых, так и для детей.

Дороги

На радость пешеходам

В первой половине сентября специалисты Центра организации дорожного движения (ЦОДД) улучшили режим работы светофоров еще на 14 пешеходных переходах.

— Мы регулярно оптимизируем работу светофоров на оживленных улицах столицы — там, где расположены школы, детские сады, музеи, театры, офисы, крупные торговые центры и многое другое, — рассказал заместитель руководителя Центра организации дорожного движения Дмитрий Горшков.

Подготовила Людмила Филатова [vecher@vm.ru](mailto:vecher@vm.ru)

■ В субботу, 21 сентября, в парке «Сокольники» пройдет фестиваль «100 лет спасаем жизни», посвященный юбилею Станции скорой и неотложной медицинской помощи имени А. С. Пучкова столичного Департамента здравоохранения. Медики подготовили для москвичей множество интересных мероприятий.

Скорая помощь в первую очередь ассоциируется с машиной, которая спешит на помощь под рев сирены. А потому гостей фестиваля

ждет выставка ретро- и современных автомобилей московской скорой помощи. Можно будет узнать, как раньше чувствовал себя пациент, которого забирали на «карете скорой помощи», посидеть в легендарном «рафике». Помимо исторических моделей, на выставке представят и современные автомобили, укомплектованные по последнему слову медицинской техники.

Детям будет интересно в зоне «Город профессий»: здесь они получают инструктаж,

**На мастер-классах расскажут об оказании первой помощи**



Наталья Нечаева

## Пример белый халат

На фестивале скорой помощи можно будет поработать диспетчером

27 июля 2019 года. Сотрудники скорой помощи демонстрируют оборудование в машине (1) Флешмоб в честь столетия скорой (2)



### Самое интересное

- 1) Выставка автомобилей скорой помощи. Здесь представят машины ГАЗ-М20 и ГАЗ-22Б «Волга» 50-х и 60-х годов и другие.
- 2) Фотовыставка «Сто лет московской скорой».
- 3) Инсталляция «Диспетчерская», где можно

- попробовать себя в роли диспетчера скорой.
- 4) Лекторий «Спасай». Здесь выступают специалисты.
- 5) Шатер для медицинских мастер-классов.
- 6) Игровые зоны для детей, где их научат основам скорой помощи.

сформируют бригады скорой помощи, получат вызов к «пациенту» и отправятся в игровом автомобиле на вызов для оказания медицинской помощи. Взрослые, особенно те, кто в детстве мечтал стать врачом, но потом передумал, тоже смогут на время сменить профессию, посетив диспетчерский центр: сюда будут поступать смоделированные звонки пациентов,

находящихся в различных ситуациях. Лекции об оказании первой помощи прочтут практикующие врачи скорой в лектории «Спасай». Также можно будет сделать сувениры своими руками, а созданные детьми рисунки затем представят на выставке «Мои мама и папа работают в скорой». Помимо этого, можно будет сфотографироваться

в специальных фотозонах, рядом с тематическими арт-объектами и посетить интерактивную зону, где развенчают самые популярные мифы и легенды о скорой помощи и работе медиков.

Фестиваль пройдет с 12 до 19 часов, вход свободный. Основные площадки будут на Фонтанной площади парка.

**Алексей Хорошилов**  
vecher@vm.ru

# ЛАЗЕРНАЯ КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ

# от 20 000 ₪

(495) 620-35-55

[www.excimerclinic.ru](http://www.excimerclinic.ru)

Москва, ул. Марксистская, д. 3

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

 **Эксимер**  
ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКАЯ  
КЛИНИКА

ООО «СовМедТех»  
Лиц. №ЛО-77-01-018063  
от 20.05.2019. Реклама. 18+

## ГЛАЗАМ НЕ ВЕРЮ!

# Полеты наяву

## Аттракционы ждут любителей экстрима

**В спорткомплексе «Лужники» заработал первый и пока единственный в Москве троллейный маршрут «Зиплайн».**

### С ветерком

Стать пассажиром аттракциона может каждый. Ограничение действует по весу — от 30 до 120 килограммов. Из-под крыши Большой спортивной арены по канатным трассам, длина которых 207 метров, до финиша пассажиры долетят за 25 секунд. Скорость полета составит около 40 километров в час. Это приключенческое обязательство понравится любителям панорамных видов.

### Железная хватка

В «Лужниках» любителей острых ощущений ждут и в веревочном парке. Самый сложный маршрут

с подвесными мостами, «бочками» и сеточными переходами расположен на высоте девяти метров. А трасса для новичков возвышается над землей на полтора метра.

### Царям горы

На территории спорткомплекса работает скалодром.

## Весь маршрут преодолевается за 25 секунд

Высота самого сложного стенда для профессионалов 16 метров.

Для тех, у кого нет опыта и навыков, открыты другие, более простые стенды разного уровня сложности. Всего их пять.

К слову, для начинающих на скалодроме созданы все условия.

### Справка

Самый высокий зиплайн протяженностью 1300 метров находится на горнолыжном курорте Валь-Торанс во Франции и проходит на высоте от 3000 метров над уровнем моря. Скорость спуска составляет 60–100 километров в час.

Во-первых, здесь можно заниматься индивидуально с тренером, во-вторых, взять напрокат снаряжение, а в-третьих, на скалодроме существует несколько видов страховки: верхняя, нижняя и автоматическая.

**Альфия Камилова**  
vecher@vm.ru



17 сентября 2019 года. Москвичка Анна Демьяна одной из первых опробовала аттракцион «Зиплайн»

## Самые страшные

■ **X Scream.** Расположен на вершине одного из небоскребов Лас-Вегаса (США). Его посетители получают незабываемые ощущения, когда вагонетка достигает конца рельсов, выступающего на несколько метров от крыши на высоте 350 метров. При этом пе-

редняя часть вагонетки пересекает край рельсов и «ныряет» вниз.

■ **Небесная башня.** Аттракцион в виде башни высотой с 10-этажный дом расположен в одном из парков развлечений в Дании. Один из немногих в мире, на котором можно ощутить

чувство свободного падения. На пассажиров надевают страховку, подвешивают на веревку, а потом эту веревку отпускают.

■ **Катапульта.** Один из самых экстремальных в мире аттракционов находится в Санкт-Петербурге. Огромная

рогатка выстреливает капсулой с людьми более чем на 70 метров в высоту. Говорят, что оттуда открывается чудный вид, но мало кто может его оценить, ведь через секунду после подъема начинаются зона свободного падения и повороты кресел вокруг своей оси.

## Хотите, чтобы ваша новость попала в газету?

Тогда присылайте ее на электронную почту [vecher@vm.ru](mailto:vecher@vm.ru)  
Самые интересные новости мы обязательно опубликуем

**СБЕРАГРО**  
Член Московской и Российской  
торгово-промышленных палат

**ПОДАРКИ до 150 000 р.**  
всем новым клиентам до 30.09.2019 г.\*

СБЕРЕЖЕНИЯ ЗАСТРАХОВАНЫ\*\*

**ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ**

Всем пайщикам **БЕСПЛАТНЫЕ**  
фермерские продукты еженедельно\*

**ДО 12,6%** годовых

Примеры расчетов при сроке размещения на 1 год			
Сумма сбережения	Подарок 10%	12,6% годовых	ИТОГО ВАШ ДОХОД
1 500 000	150 000	189 000	339 000 (28 850 в месяц)
1 000 000	100 000	126 000	226 000 (18 833 в месяц)
500 000	50 000	63 000	113 000 (9 416 в месяц)
100 000	10 000	12 600	22 600 (1 883 в месяц)

Сумма до 10 млн. руб. Срок до 24 мес.

- Ежемесячные выплаты, капитализация процентов
- **ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ** для пенсионеров. Звоните!
- Строгий контроль ЦБ РФ, СРО

м. «Красные Ворота», ул. Садовая-Черногрозская, 3 «Б», стр. 1  
будни с 10:00 до 20:00; суббота с 11:00 до 18:00

**8 (800) 550-43-12** | [sberagro.ru](http://sberagro.ru)

Кредитный потребительский кооператив «Сберагро», ОГРН 1197746284229, член СРО Союз Саморегулируемая организация «Национальное объединение кредитных кооперативов» (Свидетельство №023/19 от 13.05.2019 г.). КПК «Сберагро» привлекает денежные средства только от своих членов на основе договоров передачи личных сбережений. \* Подробности об остальных условиях договора на сайте, либо по тел. 8 (800) 550-43-12. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения по телефону. Сбережения застрахованы в НКО «МОВС». РЕКЛАМА

# ИПОТЕКА

# 4,5%

495 **241 92 81**

РЕКЛАМА. 214-ФЗ. ЗАСТРОЙЩИК ООО «А101». ИПОТЕКУ С ПРОЦЕНТНОЙ СТАВКОЙ 4,5% ГОДОВЫХ ПРЕДОСТАВЛЯЕТ АО «РОССЕЛЬХОЗБАНК» ПРИ СТРАХОВАНИИ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ. ГЕНЕРАЛЬНАЯ ЛИЦЕНЗИЯ №3349. МИНИМАЛЬНЫЙ ПЕРВОНАЧАЛЬНЫЙ ВЗНОС ОТ 50%. СРОК КРЕДИТОВАНИЯ ДО 5 ЛЕТ. ПРОЕКТНЫЕ ДЕКЛАРАЦИИ, ПОЛНЫЙ СПИСОК СТРАХОВЫХ КОМПАНИЙ, ПОДРОБНОСТИ И УСЛОВИЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ИПОТЕКИ НА САЙТЕ [WWW.A101.RU](http://WWW.A101.RU).

**Квартиры в Москве**



**Яркое во всех отношениях мероприятие — девятый Московский международный фестиваль «Круг света» — пройдет в столице с 20 по 24 сентября. Шоу продолжит ставить рекорды и удивлять. Об этом «Вечерке» рассказала президент коммуникационной группы LBL Татьяна Лифантьева (на фото).**

На это время Москва погружится в атмосферу геометрических и световых иллюзий, создав волшебный мир, наполненный красотой чувств.

Фестиваль «Круг света» — ежегодное событие, в рамках которого светодизайнеры и специалисты в области аудиовизуального искусства преобразуют архитектурный облик Москвы, применяя технику проецирования на объектах. Фасады главных зданий столицы и знаковые места города предстают в роли холстов для масштабных и красочных видеопроекций.

В прошлом году одновременно на всех площадках фестиваля было порядка трех миллионов человек, тогда фестиваль длился пять дней.

В этом году организаторы рассчитывают, что показатели посещаемости будут не меньше.

Как всегда, вход на все площадки фестиваля свободный.

**Главные здания столицы представят в роли холстов для видеопроекций**



**Свет Раскра**



**1 Театральная площадь**

■ «Театральная»

20–24 сентября, 19:30–23:00

Видеомэппинговые шоу. Сразу три фасада Большого, Малого и Молодежного театров сольются в целостную панорамную картину. Зрители увидят работы финалистов международного конкурса «Арт Вижн» в номинации «Классик» из 5 стран.

Шоу «Кру



# СИТ ГОРОД



«Пут света» ВНОВЬ ПРОЙДЕТ В СТОЛИЦЕ



### 3 Гребной канал «Крылатское»

20 сентября, 20:30  
Открытие фестиваля мультимедийным световым мюзиклом «Семь нот»  
21, 22 сентября, 19:45  
Повторные показы шоу «Семь нот»  
24 сентября, 20:30  
Закрытие фестиваля светопиротехническим шоу «Код единства». В этот день зрителей ждет высотный фейерверк, во время которого яркими красками в небе раскроются заряды калибром до 400 мм.

## Здесь будет ярко

### 4 Музей-заповедник «Коломенское»

«Коломенская»

20–24 сентября, 19:30–23:00  
«Парк сказок»  
22 сентября, 20:00 — концерт Дмитрия Маликова. Музей-заповедник «Коломенское» на время фестиваля вновь превратится в «Парк сказок». На территории появятся световые инсталляции, а на фасадах зданий покажут световые проекции.

### 6 Останкинский парк

«ВДНХ»

20–24 сентября, 19:30–23:00  
«Геометрия света». Перед посетителями предстанут пятнадцать необыкновенных световых и видеопроекционных инсталляций, которые будут не только взаимодействовать с ландшафтом парка, но и порой даже искажать его пространство!

### 5 Политехнический музей

«Лубянка»

20–24 сентября, 19:30–23:00  
Видеомэппинговые шоу. На фасаде зрители увидят два невероятных красочных представления — об истории старейшего здания столицы и его будущем.

### 7 Комплекс зданий на проспекте Академика Сахарова

«Красные Ворота»

20–24 сентября, 19:30–23:00  
Лазерное и видеомэппинговое шоу. Перед зрителями в цикличном режиме будут

демонстрироваться 15-минутное лазерное шоу и два видеопроекционных шоу. Первое из них, «Космическая одиссея», перенесет публику в глубины космоса. Продолжительность полета составит 5 минут. Второе шоу, «Мелодии знаний», продолжительностью 28 минут, под музыкальные ритмы погрузит зрителей в характерные пространства разнообразных научных дисциплин.

### 8 Концертный зал Arbat Hall

«Смоленская»

21 сентября, 22:00–00:00  
VJ Battle Club  
Интернациональная светомызыкальная вечеринка — творческое состязание между

видеями из разных уголков мира — участниками номинации «Виджеинг» конкурса «Арт Вижн».

На мероприятие нужно зарегистрироваться на сайте фестиваля «Круг света».

### 9 Центр Digital October

«Кропоткинская»

21–22 сентября в центре пройдет образовательная программа фестиваля. Программа включает в себя мастерские, панельные дискуссии и лекции от мировых специалистов по светодизайну и видеопроекции — ознакомиться с программой и зарегистрироваться на мероприятия можно на сайте фестиваля.

### 2 Музей Победы

«Парк Победы»

Обратите внимание! В связи с ремонтом доступ на площадку будет ограничен! На площадке фестиваля будут присутствовать только конкурсанты «Арт Вижн модерн» и жюри. Видеомэппинговое представление «Космическая одиссея» и VJ-шоу будут перенесены на другую площадку, расположенную на проспекте Академика Сахарова.



# Независимая Инга

## Для актрисы важнее всего свобода выбора

■ Актриса Инга Оболдина (на фото) — разножанровая и смелая актриса. Она рассказала «Вечерке» о своей малой родине, интересных работах и о том, как не побоялась сняться в ремейке старого фильма «Подкидыш» с великой Раневской в главной роли.

Инга, вы произносили знаменитую фразу «Мул, не нервнирай меня!»? Увы, нет. Впрочем, кино выйдет уже в конце сентября, увидите сами. Если бы я знала, что за роль мне предстоит играть, я бы категорически отказалась играть этого персонажа, если бы сообразила, что это — «та самая роль». Я очень жду премьеру, посмотреть, как у нас получилось. Дело в том, что сюжет нового фильма несколько отличается: это «сегодняшняя» история, в ней новые персонажи, например, введен герой, которого играет Сергей Маковецкий. Фразы про «Мулю» в фильме тоже нет...

Вы родились на Урале. Как часто вы бываете на малой родине?

Моя родина — Кыштым, маленький красивейший городок в Челябинской области. Сейчас его население около сорока тысяч, тогда было вдвое меньше. Мы ходили в походы на эпические горы — Сугомак и Егозу, в пещеры. Я опускалась в них — там есть лазы, колодцы, ходы. Палатки, уха на костре, картошка в золе... Когда я слышу запахи печеной картошки, я сразу вспоминаю детство. Каждый год я приезжаю туда, и к родителям, и в места, которые мне дороги.

### Справка

Инга Оболдина в разное время служила в ведущих московских театрах: «АпАрте», «Практике», Театре Антона Чехова, «Приюте комедианта», Театре эстрады. Неоднократно была отмечена престижными премиями международных фестивалей.

Как получилось, что вы стали актрисой?

Я с детства любила слушать пластинки. В гости приходили подруги, мы слушали с ними сказки. А потом мы их «воспроизводили». Я тогда еще не знала слова «режиссер», но именно это я делала по наитию. Я выросла, поступила в Челябинский государственный институт культуры (ЧГИК) на факультет театральной режиссуры.

Как ваши родители восприняли ваш выбор профессии? Ведь они инженеры, люди точных наук. Не оптимистично. Особенно когда я решила ехать в столицу. Уехать из маленького Кыштыма в Москву было решение космической глупости. Папа говорил, что меня там никто не ждет. Это было начало девяностых: голод, разруха, путч, стрель-

**Без моря жить**

**получается.**

**А без родного**

**Кыштыма — нет**



Екатерина Чеснокова/РИА Новости

**Надо же**

Инга Оболдина не служит в театре. «Я счастлива, что могу выбирать — драматурга, режиссера, товарищей по работе. Но подобная свобода — палка о двух концах. Отчасти я «независима от денег», — говорит она.

ба на московских улицах, по Белому дому... Решение было неразумным. Родители говорили про ужасы, которые меня ждут в чужом городе. Но последнее слово оставили за мной. И я все равно решила ехать. Вы не были разочарованы Москвой 90-х?

Я была в восторге. Я увидела спектакли Марка Захарова, тогда еще молодого Леонида Трушкина, других замечательных режиссеров. Я поняла, что хочу жить, учиться и работать в Москве. Вначале я поступила в Школу-студию МХАТ ко Льву Константиновичу

Дурову и, отучившись там год, потом заново, с нуля я поступила в ГИТИС на режиссерско-актерский курс великого Петра Наумовича Фоменко, он был космическим преподавателем.

В тот период было достаточно тяжело жить всем людям. Вы подрабатывали?

Я работала в школе-интернате № 24 для детей-сирот на Каховке, там и жила. Я даже питалась там, в 90-е это было существенно.

Вы играете роли совершенно разного плана, от трагических, страшных до комедийных.

Как это сочетается?

Я эту «разность» больше всего и люблю в профессии. Я обрадовалась фильму «Подкидыш», потому что до него снялась в картине «Жги», где играла тюремную надзирательницу. А тут я в образе «гламурной цацы», это совершенно другой персонаж, и это интересно.

Были ситуации, когда в силу каких-либо причин вам было тяжело сниматься?

В какой-то мере — да. Например, когда мы вели съемки в закрытой, полуразрушенной подростковой колонии в городе Невеле. Настоящие камеры, кровати, на которых спали заключенные...

Как вы обычно отдыхаете?

Очень люблю море, но уже два года не получается съездить на юг. Без моря я могу, а без своего Кыштыма — нет. Я еду туда при любых обстоятельствах. Это — мои родные. Горы, озера и пещеры меня просто лечат. Мы живем там на даче, я сделала огромное окно, в него бьют сосны, а за ним — озеро. Я просыпаюсь и вижу все это. И думаю:

«Я у мамы!»

Что такое счастье?

Это когда гармония в душе, когда просыпаешься и засыпаешь с улыбкой. Отсутствие уныния — счастье. Моё счастье — это моя дочь Кларочка.

Если бы вы могли что-то изменить в прошлом, что-нибудь изменили бы?

Нет. Господь создает нашу жизнь гораздо интереснее, чем мы можем себе представить. Я это поняла и перестала переживать. Мы не знаем, как выстроится жизнь дальше.

Прямая речь



Михаил Ковалев  
Биолог

Осенний сбор в лесу грибов опасен только одним: велик риск перепутать грибы съедобные с поганками. Встречаются еще мухоморы и бледные поганки, ложные опята, умело подделывающиеся под настоящие. Соблюдайте принцип «все, что я не знаю, не беру», и все будет хорошо.

**Вешенки**

Белые, яркие вешенки, что струятся по березам вверх, превращая их в изысканные подсвечники, вы не перепутаете ни с каким другим грибом: они растут кучно, плотными семейками и головокружительно пахнут свежестью.



# Опята опята

## Сезон тихой охоты дарит последние радости

■ Если в лесу нет «лома» грибов, это все же не означает, что пора с тихой охотой завязывать. Нет, нет, самое вкусное еще впереди!

Позднеосенние грибочки — это дивный аромат и очаровательная хрусткость,

а еще — невероятное удовольствие от сбора. Правда, этих представителей лесного царства не все знают в лицо: их предпочитают гурманы, грибники-фанатики. Но всему можно научиться, сбору этих грибов тоже. Попробуйте, вам понравится!

**Колпак и дождевик**

Из грибов необычных стоит обратить внимание на колпак: видели его многие, а вот воздали ему должное не все. А найденные дождевики, особенно молоденькие, крепкие, можно даже посушить: они зимой будут незаменимы при приготовлении грибного соуса, подливы и супчика. Не отказывайтесь и от серушек — грибов неброских, но тоже вкусных.



**Рядовки**

Опытные грибники в один голос твердят: цари осеннего леса — представители разных видов рядовок. Рядовки фиолетовые и серые встречаются чаще всего, причем фиолетовые — это просто какой-то космос по цвету.

**Если сомневаетесь в съедобности, не жадничайте! Не берите!**

**Опята**

В лесу вам, конечно, могут попасться и опята. Первая волна уже прошла, но есть шанс, что они нагрянут в положенное для них время, «выскочив» на елях.

**Моховики**

Не проходите мимо этих грибов: у них дивный аромат, а отличительная особенность — крупнодырчатая губка под шляпкой.

**Мокрухи**

Любители изысков радуются в лесу и мокрухам (еловым, сосновым, пятнистым, розовым). Кулинары отваривают их 15 минут и уверяют, что это отличный гриб для консервирования. Может, оно и так, конечно, но для сбора мокрух надо набраться мужества: есть что-то очень неприятное в этом сером грибе, покрытом слизью, желтых всполохах под шляпкой, природной липкости. Кожичу с мокрухи, кстати, обязательно убирают.

**Трюфели**

А иногда, к слову сказать, под осень хорошо видно в лесу места «засидки» белых трюфелей. Как правило, их «квартиры» — березовые леса на песчаных и полупесчаных почвах. Приглядитесь: обнажились корни у дерева, когда дуло ветром опавшую листву, а на земле — бугорочки. Ковырните такой аккуратненько, и покажется на свет диво дивное — подмосковный белый трюфель, на срезе — белоснежный, как ножка хорошего белого, но тверже в разы, да и ароматнее. Такую находку не забыть!

**Подгруздки и валуи**

Черно-белые подгруздки могут стать вашей добычей, если обратите внимание на бугорки в еловом лесу: там-то они и прячутся. Не отказывайтесь и от валуев, особенно маленьких. Их надо хорошенько отваривать, но в засоле они приобретают изумительный вкус, сохраняя при этом природную горчинку.

**Ежовики**

Нельзя спутать ни с кем и ни с чем и ежовик. Внешне гриб похож на мочалку, забытую на пенке, но специалисты эту мочалку вымачивают, потом варят, а потом едят и думают, что это краб. Вот такой грибок!

Подготовила  
Ольга Кузьмина  
vecher@vm.ru

**Кухня**

### Вкуснотища! Солим грибы открытым способом

■ **Рецептом засолки делится Татьяна Захлевная, повар русской кухни.**

— Соленые грибы — это роскошное блюдо, закуска, кулинарный изыск. Осенние грибы подходят для засола идеально — они крепенькие, душистые. Да и красивые, что немаловажно! Грибы с млечным соком подержите в холодной воде, у чернушек поскребите шляпки, сняв с них сверху

черный слой. Через пару часов воду слейте, залейте новую, подсоленную, подержите еще час и отварите. Грибы без млечного сока не замачивают, отваривают в одной воде один раз, дав покипеть. Вареные грибы откиньте в дуршлаг, промойте в проточной воде. Теперь замерьте объем грибов, используя для этого литровые банки — это удобно. Теперь кладем на дно кастрюли листья хрена,

смородины, зонтики укропа, затем на них нетолстый слой грибов, затем снова листья и специи, немного чеснока. Так, послойно, заполняем кастрюлю практически до верха, чтобы сверху были листья. Готовим рассол: либо используем для него последнюю воду из-под грибов, либо просто берем чистую воду, черный перец горошком, лавровый лист и кипятим все это на огне, добавляя соль. Помните,

сколько литровых банок мы намерили? Вот столько столовых ложек соли (крупной, не йодированной) и надо взять. Если вы любитель зеленого — прибавьте еще одну. Теперь накрываем грибы марлей, сверху ставим груз и держим так 30 дней минимум. Грибы по краям могут покрыться налетом, но это нестрашно, просто уберите его. Подают грибы с луком, маслом, некоторые добавляю



Соленые открытым способом грибы вкусны и безопасны: в них не развивается ботулизм

■ Надежда Таликова занялась пауэрлифтингом в 45 лет. Сейчас ей 59 лет, и она трехкратная чемпионка мира, многократная чемпионка России, мастер спорта международного класса по становой тяге, по безэкипировочному пауэрлифтингу, мастер спорта Федерации пауэрлифтинга России.

# Штанга для сильной женщины

## Стать чемпионкой мира на пенсии? Это реально

Но так было не всегда. Ни о каком спорте Надежда не помышляла до 44 лет. Рано вышла замуж, родила троих детей за пять лет. Дети подросли, подросток и вес — больше центнера. Вместе с весом у молодой еще женщины появились различные болезни. Самой серьезной стал артроз коленного сустава. — Не могла двигаться даже по ровной дороге, колено при ходьбе выворачивалось, и я в панике искала, куда мягче упасть, — вспоминает те времена Надежда. В 44 года Надежда перепробовала множество систем питания, диет, физиотерапии. Среди прочего врачи посоветовали плавание. Оказалось, вода — лучшее, что надо суставам. Каждодневное плавание в бассейне привело к уменьшению веса до 65 ки-

## Прямая речь



**Роман Скобкарев**  
Чемпион Европы по народному жиму, рекордсмен России по многоповторному жиму

Надежда всю жизнь кому-то помогает. Она работала в социальном центре, в благотворительном фонде. Только сильный человек может быть добрым, слабый духом не справляется со своими эмоциями и перестает контролировать себя.

Москвичка Надежда Таликова добилась успеха в силовом спорте уже на пенсии

лограммов. Однако кожа после потери веса сильно обвисла. Надежда отправилась в тренажерку. Первый тренер по пауэрлифтингу подготовил ее к соревнованиям за 2,5 месяца и заставил выступать по всем федерациям. Это был хороший опыт. — Я с самого начала относилась серьезно к тренировкам, но осознала, что пауэрлифтинг — это мое, года через три, — говорит Надежда. Тогда она и встретила своего лучшего тренера — Дениса

Пикляева, который привел ее к главным достижениям в спортивной жизни.

— Денис — тренер от бога, он ставит передо мной цели, а я двигаюсь к ним, — говорит чемпионка. Так Надежда стала мастером спорта по троеборью (приседания, жим лежа и становая тяга). Уже будучи на пенсии, завоевала титул «Элита России по становой тяге без экипировки», взяв вес в 180 килограммов! А в 2013 году стала



Дмитрий Коселев

## Рацион и режим

- Подъем — 4:30.
- Отбой — 21:00–22:00.
- Завтрак  
Протеиновый коктейль, кофе с молоком. Причем молока больше, чем кофе. Затем — тренировки. Чемпионка никогда не занимается спортом после обеда.
- Перекус  
На тренировку (продолжительностью 4–5 часов) всегда берет с собой пару бананов, витамины и полтора литра воды, куда добавляются аминокислоты.
- Обед  
Суп с мясом.
- Полдник  
Кофе, 200 граммов творога или яблоки.
- Ужин  
18:00 — три яйца. В 20:00 — протеиновый коктейль.

абсолютной чемпионкой России Федерации пауэрлифтинга России (организации с очень строгими требованиями и нормативами). Спорт дал Надежде и вторую профессию — она стала тренером и работала шесть лет, пока не вышла на пенсию. Впереди у Надежды новые рекорды — подготовка к чемпионатам мира и России.

**Мария Гусева**  
vecher@vm.ru

(495) 132-22-28

самолет  
development

# СПУТНИК

м. «Строгино»\*\*

## КВАРТАЛ С ОТДЕЛКОЙ

# ОТ 28 МЛН. —

ЦЕНЫ ДЕЙСТВУЮТ С 1 ПО 30 СЕНТЯБРЯ 2019 ГОДА. ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ SPUTNIKSPU.RU, ЗАСТРОЙЩИК ООО «БУХТА ЛЭНД». \*\*АПАРТАМЕНТЫ. \*\*МЕТРО «СТРОГИНО» — БЛИЖАЙШАЯ СТАНЦИЯ МЕТРО К РЕКЛАМИРУЕМОМУ ОБЪЕКТУ. ЦЕНЫ В РУБЛЯХ

РЕКЛАМА

## Жизнь наоборот

### Красота по-японски

■ Несмотря на навязываемый стандарт красоты, все чаще появляются активные его противники: бодипозитивщики. Мое тело — мои правила, провозглашают они. Никаких ограничений и запретов.

Одна из ярких представительниц такого движения — японская модель «плюс-сайз» Наоми Ватанабе (на фото). Она известна не только своими пышными формами, но и пародиями на известную американскую певицу Бейонсе. Наоми ломает все стереотипы о хрупких и миниатюрных японках. Она выпускает одежду для дам в теле, причем название ее бренда переводится с японского языка как «пухлый».

— Я увидела себя и подумала: о, я могу быть соблазни-

тельной, ха-ха, — сказала в одном из своих интервью Наоми Ватанабе. — Дело не в том, что я люблю себя, потому что я толстая. Я просто люблю, кто я есть сейчас. Какое бы тело у меня ни было сегодня, я его принимаю. Это моя любовь к себе: люби себя в любом размере, который у тебя есть сегодня.

**Анна Позднякова**  
vecher@vm.ru

### Справка

Бодипозитив — социальное течение, которое учит положительному отношению к своему телу, его принятию и свободному самовыражению. Относится к феминизму.



ZUMA/TASS

# Минус сто

Александр Семчев растаял на глазах



2 сентября 2019 года. Похудевший Александр Семчев (слева) и актер Данил Стеклов (1) Семчев в привычном для зрителя образе (2)

■ В этом году условную премию «Сбрось лишнее» уверенно можно присудить заслуженному артисту России Александру Семчеву. Еще весной к своему 50-летию актер предстал в новом для себя имидже — он похудел на 100 килограммов. Александр Семчев, сколько его помнит зритель, всегда был добродушным толстячком. Но когда весы стали показывать угрожающие 200 килограммов и у артиста развился сахарный диабет, он испугался за свою жизнь, взял себя в руки и твердо решил избавляться от лишнего. Сначала он похудел на 40 килограммов, чем вызвал беспокойство поклонников — они решили, что Александр Семчев серьезно болен. Но он успокоил публику.



## Прямая речь



Екатерина Конева  
Врач-диетолог

В случае с Александром Семчевым его вес — около 200 килограммов — был критичным. Такая масса тела может привести, например, к остановке дыхания во сне, проблемам с сердцем, сосудами, почками. Да и сахарный диабет — верный спутник ожирения.



Виктор Молотов  
Фитнес-тренер

Если человек имеет экстремальный лишний вес, то начинать худеть ему нужно с правильной, одобренной врачом диеты. А уже потом, когда ему удастся сбросить хотя бы пару десятков кило, подключать спорт. Раньше не нужно — в этом не будет никакого смысла, поскольку такому человеку очень трудно двигаться.

— Корни не в каком-то заболевании, а в правильном питании. Избавился уже от 40 килограммов. Как? Отказался от булок, жареного... Перешел исключительно на здоровую пищу, — рассказал актер. В общей сложности за год он сумел сбросить 100 килограммов. И не собирается останавливаться на достигнутом и будет улучшать себя по всем фронтам.

Мария Гусева  
vecher@vm.ru

## Кумир

### Греческий соловей с крепким характером

■ Еще один хрестоматийный пример похудения — певец Демис Руссос (на фото), которого называли греческим соловьем за уникальный голос. Он в течение года сбросил 50 килограммов. К 39 годам вес достигал 150 килограммов, и он стал мешать карьере — исполнителю просто физически тяжело было стоять на сцене, не то что двигаться по ней и активно жестикулировать.



Секрет его борьбы с лишним весом кроется в несложной диете и железной силе воле, которая позволила Демису Руссосу добиться своей цели и не сорваться на полпути. Основа режима питания: трехразовые приемы пищи и небольшие перекусы в течение дня, ужинать исполнитель не позднее 20:00. При этом из его рациона было вычеркнуто все то, что дарит лишние килограммы: сладости, соль, выпечка. Но злопыхатели связали такое похудение певца с пережитым стрессом: 14 июня 1985 года террористы захватили самолет, который должен был лететь из Афин в Рим. На его борту находился Демис Руссос вместе с будущей женой Памелой. Сам певец не комментировал эти слухи. Демис Руссос был очень популярен в Советском Союзе, и на мелодии его песен писались слова на русском языке. Например, в 1990-е годы чуть ли не вся страна напевала эти строки: *Бегут года и грусть, печаль в твоих глазах, А я не знаю, что тебе сказать. Найти слова или без слов ответить на твою любовь, Чтоб стала ты моей судьбой.*

## Кстати,

карьера Демиса Руссоса уникальна тем, что он, обладатель лирического тенора, добился успеха в таких жанрах, как эстрадная песня, классическая ария и народная музыка. Он выпустил 42 альбома.

**Надо же**

Джон Брауэр Миннок до сих пор считается самым тяжелым человеком в истории медицины. Его вес достигал 635 килограммов. Он же является и абсолютным рекордсменом по сброшенному весу — ему удалось похудеть на 419 килограммов. Обладатель грустного рекорда умер в возрасте 41 года.

ПРЕДСТАВЛЯЕМ ВАМ ПРОЕКТ С НАУЧНО-ПРОИЗВОДСТВЕННЫМ ОБЪЕДИНЕНИЕМ

**ВИВАТОН**

Запись на консультацию по телефону: **8 (495) 691-55-55**  
8 800 775-92-82  
8 (495) 637-51-08

119034, г. Москва, Пречистенский пер., 12. Пн.-Вс: 9:00 — 21:00

VIVATON.RU

Присылайте вопросы: vivaton-vopros@yandex.ru  
Тема письма: «Вопрос для А. Савелова-Дерябина»

На прямой связи с читателями — академик семи академий мира, генеральный директор НПО «Виватон» Александр Савелов-Дерябин.

**ЛИШНИЙ ВЕС**

Ко мне часто обращаются молодые люди 25–30 лет, которых беспокоит проблема лишнего веса. Девушки мечтают весить как супермодели, самоотверженно считают калории, стараются ограничивать себя. Но рано или поздно срываются, не справляются с чувством голода, бегут к холодильнику и надеются перед сном... И вес возвращается. Так можно ли похудеть, не изнуряя себя диетами и не голодая?

Во-первых, обязательно приобретите и изучите брошюру «Продлите молодость свою, или Путь к совершенству», по которой я живу сам. Советую сделать анализ по волосам или ногтям на микроэлементный состав. Для проживающих не в Москве — можно прислать материал для анализа по почте. Приобретите у нас в магазине очищающий снабжающий комплекс растительных препаратов и фильтр для воды «Снежинка». Обязательно запишитесь на консультацию, которые я провожу как лично, так и по телефону. Я расскажу вам, что делать, а дальше будем наблюдать динамику.

**БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ**  
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ООО «НПО «Виватон». ОГРН 1187746588688. Лицензия № ЛО-77-01-017740 выдана Деп. здравоохранения г. Москвы. Реклама

Иностранные языки для Вас

**КУРСЫ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ** при профсоюзном комитете Дипломатической академии МИД

Европейские и редкие языки для школьников и взрослых

Подготовка к ЕГЭ и международным экзаменам

Идет набор на 2019–2020 учебный год

Начало занятий в сентябре — октябре по мере формирования групп

Курсы встречают юбилейный год. Нам 30 лет!

Специальное предложение\*  
**Скидка 30%**

8-495-76-76-408

Подробности на сайте: [www.kursydipacademy.com](http://www.kursydipacademy.com)

\*ОГБОУ ВО Дипломатическая Академия Министерства Иностранных Дел Российской Федерации

## Частности

## Недвижимость

**HOMEWAY**  
Недвижимость

**КВАРТИРЫ, КОМНАТЫ**

**ПРОДАТЬ, КУПИТЬ, СДАТЬ**

М. Верхние Лихоборы, г. Москва, ул. Дубнинская, д. 2, корп. 6

**8 (499) 481-88-88**

- Куплю квартиру, дачу срочно в Москве и МО. Т. 8 (495) 773-46-35
- Срочно! куплю 1-2-комнатную квартиру. Елена. Т. 8 (495) 298-18-86
- Выкуп кв-р, участки. Восстановим док-ты. Т. (925) 835-80-33
- Сниму квартиру. Т. (925) 835-80-33
- Сниму жилье. Т. 8 (925) 325-66-10
- Сниму выгодно. Т. 8 (903) 961-52-66

## Строительство и ремонт

**ОКНА**

**РЕМОНТ**

**ВСЕ ВИДЫ РАБОТ**

**ГАРАНТИЯ, ДОГОВОР**

**8 (495) 773-00-93**

ООО «БалконДизайнПроект»

Только с 01 до 30.09

**САМЫЕ БОЛЬШИЕ СКИДКИ!**

**ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ**

Балконов и лоджий

Шкаф в подарок

Отделка: пластик, дерево, ПВХ

**ГАРАНТИЙНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ**

**8 (495) 664-63-99**

Завод «СтройБалконСервис»

**ОКНА ПВХ**

Балконов, лоджий

**ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ**

ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

www.balkona.ru

**8 (495) 543-53-97**

**8 (495) 961-39-25**

**ОКНА РЕНАУ**

от производителя

БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ + ПОДАРОК

**ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ «ПОД КЛЮЧ»**

Вынос, шкафы, крыши, отделка

**Пенсионерам – скидки**

**8 (495) 649-97-67**

**8 (499) 394-31-94**

www.lineokna.ru

Оконный завод ООО «Лидер Пласт»

**ОКНА ПВХ**

ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ И ЛОДЖИЙ

САЙДИНГ

ОТДЕЛКА БАЛКОНОВ

КРЫШИ, ВЫНОС ЖАЛЮЗИ

без выходов, гарантия, договор

**8 (495) 532-71-88**

- Циклевка пола. Т. 8 (985) 994-48-10

## Финансовые услуги

**ДЕНЬГИ**

**ПОД ЗАЛОГ ЛЮБОЙ НЕДВИЖИМОСТИ!**

**8 (495) 118-02-43**

**Деньги всем!** Помощь в получении. Быстро. Гарантированно. Надежно. С любой кредитной историей. В день обращения. Без предоплаты, без отказов. Спецпредложения и скидки пенсионерам! Работаем до результата. Посредник Морхова О. Д. Т. 8 (909) 654-28-21

## Юридические услуги

ООО «ГОРОДСКОЙ ДЕПАРТАМЕНТ ЗАЩИТЫ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА»

**БЕСПЛАТНО**

КОНСУЛЬТАЦИЯ

**ЮРИДИЧЕСКАЯ**

Возврат вкладов

Мошенничество

Взыскание долга

Жилищные и земельные споры

Расторжение кредитного договора

**8 (495) 205-14-54**

**ГОРОДСКАЯ КОЛЛЕГИЯ ЮРИСТОВ**

Наши опытные юристы помогут на законных основаниях урегулировать возникшие проблемы!

звоните **8 (495) 117-07-17**

**Консультация БЕСПЛАТНО!**

- ведение гражданских дел (жилищные, наследственные, трудовые, семейные, земельные, пенсионные, защита прав потребителей и др.)
- взыскание задолженности по вкладам, зарплате, кредиту, расписке, алиментам
- составление претензий, исковых заявлений, жалоб, соглашений и др.
- представительство в судах.
- банкротство физических и юр. лиц

**ПОМОЖЕМ ВЕРНУТЬ ДЕНЬГИ ПО ВКЛАДАМ!**

**88002503210**

ООО «ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ» ОГРН: 1196451010942

**ОБМАНУЛИ МОШЕННИКИ? ПОМОЖЕМ ВЕРНУТЬ ДЕНЬГИ!**

**88002503210**

ООО «ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ» ОГРН: 1196451010942

- Московская социальная юридическая служба. Бесплатные консультации. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т. ч. поможем вернуть или расслужебить квартиру, выписать из квартиры. Наследство. Семейные споры. Банкротство физлиц. Т. 8 (499) 409-91-42
- Возврат кв-р. Т. 8 (495) 210-25-63

## Мебель

- Ремонт мебели. Т. 8 (925) 504-54-71

## Работа и образование

- Зам. нач. отдела. Ежемес. бонусы, премии. Т. 8 (919) 769-60-04
- Работа. Офис. Т. 8 (916) 412-71-75
- Зам. рук. Офис. 8 (916) 693-24-74

На АЗС Татнефть требуются:

- ЗАПРАВЩИКИ 8-916-342-26-00
- УБОРЩИЦЫ 8-916-342-14-76

График работы сменный 3/п по договоренности

**8-499-135-55-18**

**ТРЕБУЮТСЯ ПРОМОУТЕРЫ**

**РАЗДАЧА ЛИСТОВОК В МОСКВЕ И МО.**

ПРИВЕТСТВУЮТСЯ ПЕНСИОНЕРЫ

**8 (926) 696-47-30**

## Товары и услуги

**Срочный ремонт** стиральных машин и кондиционеров любой сложности. Любая работа — 500 руб. Выезд, диагностика — бесплатно. Гарантия до 3 лет. Скидки пенсионерам! www.mosrem24.ru. Т. 8 (495) 545-15-79

## Астрология, магия, гадания

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

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

Консультация бесплатно.

**Не опускайте руки: ДОРОГУ ОСИЛИТ ИДУЩИЙ!**

**8 (968) 946-78-64**

**Любовь Владимировна.** Предскажу судьбу, верну мужа, жену. Решаю любые проблемы, сниму порчу, венец безбрачия. Ст. м. «Пранская», «Кунцевская»

**8 (910) 455-66-66**

● Сельская чудотворица Анна, потомок слепого предсказателя Серафима, опыт работы более 30 лет. Настоящее, прошлое, будущее. Называет имена. Снимет сглаз, порчу, родовое проклятие. Решение семейных проблем. Не спрашивает, говорит сама, прием 300 руб. Т. (966) 350-46-81

● **Бабушка Пелагея** — ведунья, знахарка. Работу провожу бесплатно, 40 лет помогаю. Снятие любых вредных воздействий. Рост карьеры и благополучие. Верну мужскую силу. Верну мир и покой в семью. Открываю денежные потоки. Т. 8 (906) 044-11-52

● **Сильный маг** бабушка Серафима, 85 лет. Дар знаний передан мне по наследству. Верну блудных жен и мужей. Верну мужскую силу, любовь, удачу. Виноотворот. Сниму венец безбрачия, порчу, сглаз. Вайбер и WhatsApp. Т. 8 (963) 640-70-24, 8 (903) 178-34-48

● Гадаю. Вопрос бесплатно. Лично и по фото. Медиум! Т. 8 (925) 676-21-20

● Приворот. Виноотворот. Путь денег. Бесплатно! Т. 8 (950) 865-65-14

На правах рекламы

- Гадаю. Помогу. Т. 8 (968) 424-70-00
- Маг, любая помощь. Т. (917) 585-85-25

## Искусство и коллекционирование

**МосГорСкупка**

**ДОРОГО КУПИТ!**

- ◆ Иконы. Статуэтки Будды.
- ◆ Янтарь, янтарные бусы.
- ◆ Статуэтки, фарфор.
- ◆ Серебро, бронзу, часы.
- ◆ Монеты, значки, книги, иконы, марки, открытки, фарфор, хрусталь, подстаканн., янтарь, самовар, радио-аппарат., пластинки, куклы и антиквар.
- ◆ Любой антиквариат и мн. др.

Оценка. Выезд бесплатно. Оплата сразу.

**8-925-403-68-83**

● Куплю моделики авто, железн. до-рогу, солдатиков, игрушки, духи, патефон, фотоаппараты, военную атрибутику, значки, часы, монеты, книги, иконы, марки, открытки, фарфор, хрусталь, подстаканн., янтарь, самовар, радио-аппарат., пластинки, куклы и антиквар. Т. 8 (495) 508-53-59

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

- Книжки. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Т. 8 (495) 241-19-52
- Антиквариат, книги, открытки, архивы, фото, полки. Т. 8 (495) 585-40-56
- Антиквариат, Дорого. Выезд. Оплата сразу. Т. 8 (966) 321-88-81
- Куплю книги до 40г. Т. (915) 171-71-02
- Куплю старину. Т. (925) 835-80-33
- Купим книги. Т. 8 (495) 721-41-66

## Разное

**с 17 по 30 СЕНТЯБРЯ**

**ШУБЫ**

**скидки до 50%**

**ЛИКВИДАЦИЯ ТОВАРА**

- НОРКА ПЯТИГОРСКАЯ ФАБРИКА
- МУТОН МЕНЯЕМ СТАРУЮ ШУБУ НА НОВУЮ\*
- ДУБЛЕНКИ

Анадырский проезд, д. 8, этаж 2

**8-999-850-50-27**

\*МЕНЯЕМ СТАРУЮ ШУБУ НА НОВУЮ С ВАШЕЙ ДОПОЛАТО

## Телефон рекламной службы

**(499)**

**557-04-04**

доб. 132, 158

- «Красносельская» (495) 660-07-57, доб. 130
- «Кузнецкий Мост» (495) 933-35-72
- «Ленинский проспект» (495) 543-99-11, 956-78-62
- «Лубянка» (495) 628-95-40
- «Нагатинская» (495) 287-97-60
- «Нагорная» (495) 979-39-68, (495) 669-38-50
- «Октябрьская» (495) 662-00-00
- «Печатники» (903) 268-11-95

## Премьера

## Бузова думает о свадьбе

■ Телеканал ТНТ объявил наконец дату старта самого ожидаемого осеннего шоу «План Б», в результате которого Тимур Батрутдинов и Ольга Бузова постараются найти свое счастье. И так, все начнется 13 октября!

Хотя почему — попытаются? Не умеете быть счастливыми — научим, не хотите — заставим. Примерно так телеканалом сформулированы условия проведения шоу: нравиться или нет, а жениться по итогам придется. Ну или замуж выходить, кому

## На кастинг в «План Б» было подано 10 тысяч заявок

как... Ведь в этом шоу, напомним, Тимур Батрутдинов сделает все, чтобы найти мужа для Ольги Бузовой, а Ольга выберет будущую жену для Тимура. Не век же холостыми ходить! Так две мегазвезды нашего времени сменят статус «в активном поиске» и попробуют обрести счастье.

На кастинг в «План Б» было подано 10 тысяч заявок! Такого количества желающих осчастливить Тимура Батрутдинова и Ольгу Бузову ТНТ не видел никогда! На кастинг пришли сотни человек. Впервые в истории романтических шоу зрители увидят, как происходил отбор претендентов. Невест для Тимура выберут Ольга Бузова и Гарик

Харламов. Вердикт женихам для Ольги вынесут ее мама Ирина Александровна, ее подруга Яна и Тимур. Задача будет непростой — из сотен претендентов нужно будет отобрать лишь 10 мужчин для Ольги и 10 девушек для Тимура. Съемки шоу проходили практически в раю — на острове Бали в Индонезии. Роскошные закаты, океан, древние храмы и эмоции — всего было вдоволь! Особенно, конечно, чувств. Дело доходило и до слез...

— Поскольку Оля и Тимур давно дружат и нередко проводили время на проекте вместе, они были командой бы-стро реагирующая друг для друга и разрешали сомнения по поводу претендентов на их сердца, — рас-

сказывает ведущая проекта Марина Кравец. — Часто передо мной они уже стояли спокойные и счастливые. Это шоу действительно про искренние эмоции. Зрителям будет интересно почувствовать самим, у кого из участников процесса нет ни чувств, ни искренности. Но довольно быстро появилась симпатия к некоторым героям, потому как они не смогли скрыть порывов сердца, в их случае будет многое понятно по глазам. Это будет честный и жесткий проект, обещают организаторы. И один из самых красивых не только на ТНТ, но в целом на российском телевидении!

**Ольга Кузьмина**  
vecher@vtn.ru



Тимур Батрутдинову и Ольге Бузовой не привыкать к совместным выступлениям в шоу



На этой неделе на ТВ много интересного. Но особенно хотелось бы обратить ваше внимание на исторический материал, который будет представлен 29 сентября, в 16:10, на Первом канале в фильме «Забывшие вожди».

## Как хирург проснулся знахарем

Не знал красавец-хирург Павел Андреев, познавший прелести заграничной жизни и вернувшийся на родину, каким боком выйдет ему решение устроиться на работу в крупный медцентр. То есть ничего плохого-то в этом центре не было, одно хорошее. И дочка бывшего преподавателя, медицинского светила, в него влюблена, и друг работает тут же. А еще есть шанс это самое светило спасти — удалить опухоль...



Премьера недели

Амбиции, правда, у Андреева лихие. Но их вскоре придется усмирить. Потому что волей судьбы он полностью не только изменит образ жизни, но еще и забудет, кто он на самом деле. Только одно останется в подсознании — умение, желание и возможность лечить лю-

дей, помогать им, и талант врачевания не «убит» даже отсутствием памяти... Вот такой, если вкратце, сюжет у нового сериала «Знахарь», выход которого ожидается на Первом канале. Честно: наворот-

тов столько, что не хочется спойлерить! Актеры классные: главная роль у Даниила Страхова, снимались также Екатерина Кузнецова и Николай Иванов.

— Мы снимали кино в Санкт-Петербурге, под руководством врачей-консультантов. И первая операция, показанная в сериале, — это операция на головном мозге, которая проходит без отключения пациента! — рассказал режиссер Ярослав Мочалов.

Итак, айда на Первый канал 23–26 сентября, в 21:30!

Даниил Страхов в роли нейрохирурга Павла Андреева в сериале «Знахарь»

### Цифра



серий «Знахаря» представят на Первом канале уже на первой неделе показа.

## АФИША

С ОЛЬГОЙ КУЗЬМИНОЙ



15



## Ужас недели

Субботу канал ТВ-3 посвятит «Чужим». Пока все свои уже дома, с 19:00 на канале начнут показывать ужастик, ставший без преувеличения культовым, — как же хороша в нем Сигурни Уивер! В 21:45 начнется «Чужой-3», который, кстати, стал одним из наиболее дорогих фильмов франшизы, обойдясь производителям в 50 миллионов долларов. А в полночь придет «Чужой-4»: спустя 200 лет со дня гибели лейтенанта Рипли военные ученые придут к мнению, что нужно создать ее клон, чтобы заполучить детеныша инопланетянина. Лучше бы они думали о последствиях...



## А мир устроен необычно...

23 сентября, в 11:00, в эфире РЕН ТВ стартует третий сезон программы «Как устроен мир», в которой специалист по выживанию Тимофей Баженов рассказывает нам о разрушительных силах природы, познавая истину на себе... Смесь блокбастера и документалки, цикл передач рассказывает о том удивительном, что окружает нас, до поры оставаясь незамеченным.

— Новый сезон имеет несколько ключевых отличий от предыдущих. Теперь программа полностью состоит из оригинального контента, снятого специально для РЕН ТВ, — рассказывает

Тимофей Баженов. — Она насыщена всевозможными экспериментами над собой, полна экстрима и путешествий. Будет много эпизодов из жизни животных, диких

### Знакомимся с планетой

племен. А еще мы обратимся к истории славянства и язычества.

Цикл будет длиться несколько месяцев, и его создатели уверяют: в этом захватывающем приключении не будет места для скуки.

## Спешите видеть

20-й сезон «Битвы экстрасенсов» стартует на ТНТ с 28 сентября, в 19:30. Смотреть даже скептикам!

## Дело приморских партизан

Уже сегодня вечером, 19 сентября, в 23:00, на канале ТВ-3 покажут новую серию из документального цикла «Это реальная история», речь в которой пойдет о знаменитом деле «приморских партизан».



Участники группы «приморских партизан» за решеткой

Взгляд через года

Им всем было по двадцать с небольшим, и эти «дети» развязали настоящую войну против правоохранителей. С тех пор минуло десятилет, но в новостном потоке продолжают всплывать подробности старого дела: в про-

шлом году дело выживших членов группы было пересмотрено, суд уже в третий раз изменил обвиняемым сроки заключения. А в июле этого года начался новый виток истории: под арест

был отправлен начальник УГРО Приморья, когда-то возглавлявший оперативно-разыскную группу по делу «партизан». Но сегодня его обвиняют в серьезных должностных нарушениях...

## Пронькин расскажет!

Лучшие бригады строителей и дизайнеров продолжают копать, строить и мастерить — теперь на канале «МИР». В еженедельном шоу они будут преображать дома и участки тех, кто предпочитает загородную жизнь городской. Ведущий передачи — музыкант и дизайнер Тимофей Пронькин. Так, 22 сентября, в 9:25, дизайнеры будут переделывать комнату кадета — ну надо же молодому человеку отдышаться от казармы!

## Миллион для Джигурды

А завтра, 20 сентября, в 23:45, новый выпуск программы «Светская хроника» на Пятом канале ударит по самым актуальным темам недели.

Сплетни и слухи

Ну конечно, разговор пойдет и о ситуации с Анастасией Заворотнюк: будет сделана попытка докопаться до правды, что с ней на самом деле. Другими же героями выпуска станут красавцы Кокорин и Мамаев и их родственники, Никита Джигурда, который бьется за



Никита Джигурда имеет все шансы получить наследство поклонницы

наследство и вот-вот станет миллионером, Микки Рурк и, конечно, молодожены Собчак и Богомолов.

НАСТРОЕНИЕ

**Елена Бодриенко**  
Обозреватель



**Ждем тепла**

Судя по прогнозам погоды, отопление в жилых домах могут включить уже на следующей неделе. Кто не помнит: его включают не в какую-то конкретную дату, а когда среднесуточная температура воздуха в городе не превышает 8 градусов тепла в течение пяти дней подряд. А именно это, судя по всему, нам и предстоит. Синоптики обещают, что начиная с завтрашнего дня днем будет не теплее +9, а ночью будет холодать до +2. Так что ждать осталось недолго. Кстати, это может показаться странным, но есть люди, которым такая по-

года по нраву. И не только аллергикам, которые наконец-то могут без опаски вздохнуть полной грудью. Как говорится, «осенняя пора, очей очарованье...» В ежедневной суете сложно оценить всю прелесть этого времени года. Но загляните в любую парк или сквер — воздух там прозрачен и свеж, листья уже покрывают пестрым ковром аллеи и тропинки. А лужицы, оставшиеся после дождя, выпускают порезвиться на просторе солнечных зайчиков. И кажется, что на улице даже теплее, чем дома. По крайней мере, на этой неделе.



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

**Сканворд**

Составил Олег Васильев / vecher@vm.ru

НА КАКОЙ ПУТЬ ЛОЖАТСЯ КОРАБЛИ И САМОЛЕТЫ?						«СТОЛКНОВЕНИЕ ЛБАМИ» ДВУХ ТОЧЕК ЗРЕНИЯ			
АЛКОГОЛЬ, СНИЖАЮЩИЙ УРОВЕНЬ ХОЛЕСТЕРИНА		ЗАМОРСКИЙ ПОСТОЯЛЕЦ	«МЕТРИКА» БОТИНКА			ПЕЧАТНЫЙ ВЫВОДОК	КУСОК МЫЛЬНОЙ ОПЕРЫ		СМОТРИТЕ ФОТО
НЕ ТОЛЬКО СВАДЕБНОЕ, НО И ВЕЧЕРНЕЕ		«ВСТРЕЧАТЬ ВЕЧЕРНЮ ... НАД ТИХОЮ РЕКОЮ»					НЕМАЛЫЙ ИСТОЧНИК ДОХОДОВ ДЛЯ КИПРА		СУПЕРГЕРОЙ, СЫГРАННЫЙ МАРКОМ РУФФАЛО
		ПРЯНОСТЬ, ЧТОБЫ ОЧИЩАТЬ НАШИ ЧАКРЫ							НА ЧЕМ ПЛАВАЛ КАПИТАН ВРУНГЕЛЬ?
«В ПУСТЫННОЙ ТЬМЕ, ЧТО ИЩУТ РОБКИ ...?»		КАКИМ ГРИБОМ НА РУСИ ЛЕЧИЛИ БЛИЗОРУКОСТЬ?	КРУГЛОСУТОЧНЫЙ ... ЗА ЛЕЖАЧИМ БОЛЬНЫМ			ГДЕ УЧИЛАСЬ ГЕРОИНЯ ДРАМЫ «КРУПНАЯ РЫБА»?	ИЛЬЯ ИЗЯСЛАВИЧ СРЕДИ НАШИХ ФИГУРИСТОВ		КЕКС ПО ФРАНЦУЗСКОМУ РЕЦЕПТУ
ЖЕРТВА ПОРЯДКА			КРЕН СПЕЦШКОЛЫ				ПОКУПНОЙ СЛУГА		
СИЛОВОЙ ... ПРАВИТЕЛЬСТВА		ОТ ЧЕГО СТРЕМЯТСЯ ОСВОБОДИТЬСЯ?	ЧТО СДАЮТ В ТЕАТРАЛЬНЫЙ ГАРДЕРОБ?	МИФИЧЕСКИЙ ИНЖЕНЕР		ЛЮБИМЫЙ МУЛТЯШНЫЙ ГЕРОЙ ДЛЯ АНДЖЕЛИНЫ ДЖОЛИ	СОБАКА ПОВЫШЕННОЙ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ		ЧТО В РЕЦЕПТЕ ОПРЕДЕЛЕНО?
									ЧТО ИЗМАТЫВАЕТ ПУТНИКА В ПУСТЫНЕ?
ДОМАШНЯЯ СВЕТА	БАБУШКИН ОТЕЦ					НА ЧТО СУДНО БЕРУТ?			
						«ВАРЕНЬЕ К ЗАВТРАКУ» ДЛЯ АНГЛИЧАНИНА			КАТАРИНА ФОН ... В ЖЕНАХ МАРТИНА ЛЮТЕРА
КОРСЕТ БОЧКИ	ЛЮДСКАЯ МАССА					ОБОЗРЕВАТЕЛЬ СТРАНИЦ В ИНТЕРНЕТЕ			
ЛИТЕРАТУРНЫЙ						КНИГА «ОДНО ... В АДУ» У АРТУРА РЕМБО			ТОТ ЖЕ САМЫЙ КАЮК, НО ЖЕНСКОГО РОДА

**Ответы на сканворд**

Портрет: Рав. Сергия, Авербух, Халип, Лоза, Саварен, Рындаева, Жара. Поезд: Ливов, Влокс, Кваринянц, Пуш, Сморчок, Степанка, Ухот, Делант, Коллежик, Дамбо. Вып. Одеяла: Прадед, Абордаж, Обруч, Джем, Бора, Тома, Врезуер, Язык, Лига, Хана. По горизонтально: Курс, Стор, Плятье, Турнам, Тень, Яхта, Очи, Куркума, Хаос, Угон, Такса.

**Дневник домохозяйки**

**Фарш да овощ**

Удивительно, как преображается привешееся блюдо, если приготовить чуть-чуть иначе. Не простая котлета, например, а фаршированная!

**Валентин Звезгинцев**  
Дежурный по хозяйству



**Террин с овощами**

- Фарш домашний 500 г
- Ветчина 200 г
- Морковь 2 шт.
- Брокколи 100 г
- Сливки 100 мл

Ветчину нарежьте кубиками, овощи отварите и нарежьте на небольшие кусочки. Добавьте сливки и специи. Выложите в форму и выпекайте час при температуре 200 градусов. Вынув из духовки, поместите на блюдо сверху гнет. Когда террин остынет, отправьте на сутки в холодильник. Теперь он готов!



**Перчик с рисом**

- Сладкий перец 6 шт.
- Фарш 400 г
- Рис 100 г
- Томатная паста 2 ст. л.
- Морковь 2 шт.

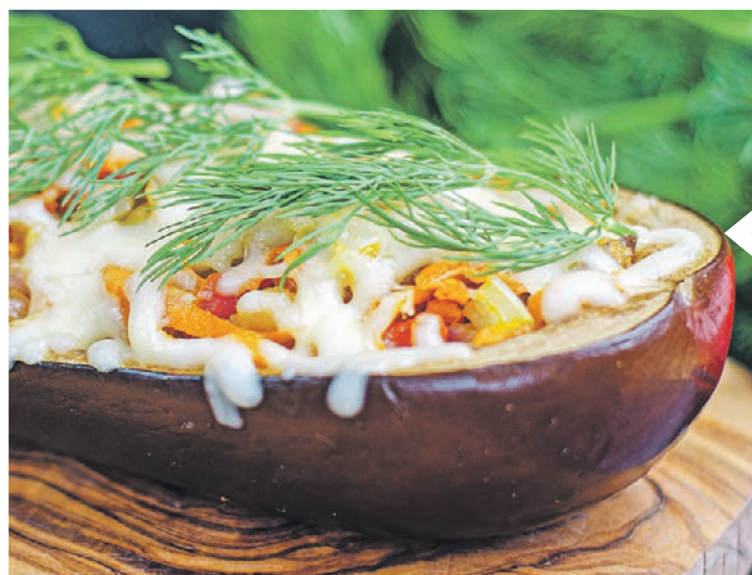
Рис залейте кипятком. Перцы очистите от перегородок и семян. Обжарьте лук и морковь. Теперь смешайте все ингредиенты и начините смесью перцы. Уложите их вертикально в кастрюлю, добавьте ложку сметаны и томатной пасты, залейте водой и тушите 45 минут.



**Баклажан с овощами**

- Баклажан 1 шт.
- Помидор, лук, морковь по 1 шт.
- Сыр твердый 70 г
- Масло оливковое
- Специи

Баклажан разрезать вдоль, очистить от семян и мякоти. Помидор очистить от кожицы и семян, порезать. Обжарить лук и морковь, добавить томат и мякоть баклажана. Посолить и поперчить, добавить чеснок. Этой смесью начинить баклажаны, посыпать сыром и выпекать 40 минут в духовке при температуре 180 градусов.



Валентин Звезгинцев