



ШКОЛЬНЫЕ КАНИКУЛЫ СОКРАТЯТ НА НЕДЕЛЮ

12 стр.



«МЕНЯ СПРАШИВАЛИ О ТОМ, ЧТО МОЖНО СЧИТАТЬ ПОЛНЫМ ПАДЕНИЕМ»
Алексей Ягудин сыграет хореографа в фильме «Последний аксель»

11 стр.

МК

МОСКОВСКИЙ КОМСОМОЛЕЦ

Общественно-политическая газета

Распространяется в 85 субъектах РФ

Цена в розницу договорная

09.06. — 15.06. 2021 г.

№ 102 (517)

ИЗДАЕТСЯ С 11 ДЕКАБРЯ 1919 ГОДА

+ТВ ПРОГРАММА

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

MOSKOVSKIJ KOMSOMOLETS



БОРЩ ПО ЦЕНЕ БУЙАБЕСА



Потребительская инфляция продолжает расти вопреки обещаниям властей

Известно ли вам, что самый дорогой суп в мире — буйабес-империял. Стоимость порции на двоих — в районе \$500. Наш борщ еще не может составить зарубежному первому серьезную конкуренцию, но недалеко тот день, когда и он будет стоить астрономическую сумму. Все попытки властей затормозить потребительскую инфляцию провалились. Об этом свидетельствуют данные Росстата: показатель впервые за 4,5 года превысил 6% в годовом выражении. Очередной инфляционный скачок произошел не из-за каких-то изысканных, штучных товаров и продуктов, а из-за подорожания составляющих самого банального борщевого набора: свеклы, капусты, моркови, лука.

Читайте 3-ю стр.

БАРБИ С МУСКУЛАМИ

История пути в чарующий мир фитнес-бикини и обратно от корреспондента «МК»

Волшебные нимфы в лучах софитов, с точеными фигурами в сверкающих купальниках, опахалами ресниц и белоснежными улыбками... Все это великолепие можно увидеть на чемпионатах по фитнесу и бодибилдингу. Слово ожившие куклы Барби, участницы вызывают восторг равно как у мужчин, так и у женщин. Но, глядя на красавицу, мало кто задумывается, какими усилиями достигается эта пара минут славы, а главное, какие плоды приходится пожирать потом.

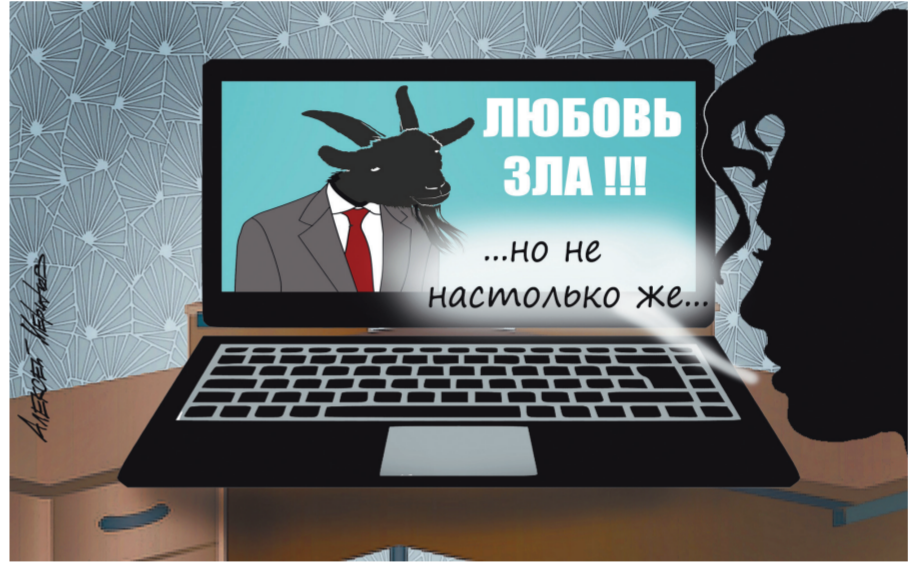


Читайте 12-ю стр.

ИЗМЕНА НА МИЛЛИОН

«Я не могла оставить это дело безнаказанным»
Необычное искковое заявление было подано в один из районных судов Москвы. 25-летняя москвичка намерена взыскать с бывшего бойфренда один миллион рублей за моральный вред, причиненный его изменами. Мы поговорили с девушкой, чтобы послушать ее печальную историю любви, а также узнали о перспективах таких исков в России.

Читайте 12-ю стр.



ГОРОЖАН БЕСПОКОИТ МЕРТВЫЙ ДУШ

Люди озабочены тем, что в кранах течет недостаточно горячая вода

Отсутствие горячей воды — традиционная летняя проблема, однако зачастую москвичи сталкиваются с ней и вне графика ежегодной профилактики: вода вроде есть, но какая-то... не очень горячая. Сообщения о том, что вода еле теплится, поступают из разных районов Москвы, хотя отклонения от нормы допустимы максимум на 3 градуса. «МК» выяснил, с чем может быть связана проблема, и почему она не только московская.

СВОБОДНАЯ ТЕМА
Илья БАРАНИНАС, журналист

БРЕД ВО ВРЕД: КОРОНАВИРУСНАЯ КОНСПИРОЛОГИЯ
Читайте 3-ю стр.

ЗЛОБА ДНЯ
Инна ДЕГОТЬКОВА, корреспондент отдела экономики

ИНДЕКСАЦИЯ ХОРОША К ВЫБОРАМ

Председатель Федерации независимых профсоюзов России Михаил Шмаков попросил Владимира Путина уже наконец решить вопрос об индексации пенсий работающим пенсионерам. Пошел пятый месяц с тех пор, как правительство направило президенту (по его же поручению) свои предложения по индексации. Несколько «пенсионных» законопроектов лежат в Госдуме. Объявление об индексации ждали от Путина в Послании к Федеральному собранию, потом — в выступлениях на ПМЭФ. Но в ответ... тишина. Вот уже полгода тема возврата индексации работающим всплывает в информпространстве и бурно обсуждается чиновниками и экспертами. При этом ни у кого не возникает сомнений, что индексация быть (ВВП же обещал! В Конституцию правку внесли!). Следующий подходящий момент для щедрого жеста очевиден: канун выборов в Госдуму. Схема уже отработана пять лет назад — аккорат перед прошлыми думскими выборами объявили о единовременной выплате в 5000 рублей всем пенсионерам.

Про возобновление индексации работающим пенсионерам не слышал только глухой. Среди сопричастных публичных личностей не высказывался о ней только ленивый. Тема активно эксплуатируется с конца прошлого года: она поднималась на встрече Путина с лидерами думских фракций, потом — на его пресс-конференции, тогда же и профсоюзный лидер Шмаков уже просил у президента «пенсионной» справедливости. Президент вроде как услышал молбы и дал отмахну кабинету подготавливать варианты индексации. Приселители потеряли руки, и вся страна стала ждать. Не дождался. В начале июня профсоюз в ветеринарии направил главе государства письмо-напоминание. Пишут, что «озабочены затяжкой выполнения Вашего поручения» и просят «устранить допущенную несправедливость».

Читайте 2-ю стр.

МОСКВИЧИ НАЧАЛИ ОХОТУ НА ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ СТАКАНЧИКИ

Неожиданный ажиотаж возник вокруг простых картонных стаканчиков для кофе. Москвичи готовы покупать этот простой предмет за баснословные деньги! Правда, касается это лишь определенных стаканчиков, залежавшихся в магазинах, а не всех использованных стаканчиков. Это явление можно увидеть на чемпионатах по фитнесу и бодибилдингу. Слово ожившие куклы Барби, участницы вызывают восторг равно как у мужчин, так и у женщин. Но, глядя на красавицу, мало кто задумывается, какими усилиями достигается эта пара минут славы, а главное, какие плоды приходится пожирать потом.

В сети появились десятки объявлений по продаже стаканной тары для кофе. Стаканчики вместимостью 300 мл предлагают приобрести за несущественные деньги. Самое «экономичное» предложение — 2000 рублей, но, по некоторым сообщениям, цена может доходить и до 95 тысяч. Притом сами изделия зачастую даже уже побывали в использовании. Продавцы честно сообщают, что на стенках остались капли. Некоторые дезинфицируют картон, а другие предлагают доставку во все регионы.

— Дело в том, что это стаканчики из недавно открытого модного местечка в центре, — рассказывает одна из продавцов, Анна. — Они приятного оливкового цвета, с лейблом фирмы, производящей такой вещи фэшн-класса. Я выставляла свой в шутку, даже не написав цену, и за считанные минуты мне позвонили 12 человек! Конечно, свой я отдам бесплатно, зачем он мне? Вообще, я не очень понимаю такого ажиотажа, ведь зайти в это место может кто угодно. А цена кофе в этом самом стакане колеблется от 200 до 350 рублей.

Другие продавцы также отмечают, что товар не залеживается. Возможно, не все покупатели знают, что на стенках остались капли. Некоторые дезинфицируют картон, а другие предлагают доставку во все регионы.

ПУТАНИЦА НЕ ПОМЕШАЛА ПРИСЯЖНЫМ ОПРАВДАТЬ МАЖОРА, ОБВИНЕННОГО В УБИЙСТВЕ СТУДЕНТКИ МГИМО

Сына бывшего главы правительства Дагестана Муртазали Меджидова, обвиненного в убийстве студентки из МГИМО, коллегия присяжных 7 июня оправдала большинством голосов. С таким решением родственники погибшей Томирис Байсафы готовились и намерены подавать апелляцию.

Как ранее писал «МК», в 2018 году 21-летняя Томирис выпала из окна аудитории МГИМО на 4-м этаже при странных обстоятельствах. В тот момент она разговорилась за закрытым дверями со своим бойфрендом — сыном бывшего премьера Дагестана Муртазали Меджидовым. Позже парень уверял, что произошел несчастный случай. По делу были проведены многочисленные экспертизы. Во время одной из них провели эксперимент с манекеном. Бросали его с 4-го этажа, создавая те условия, на которые указывал Меджидов. Манекен падал либо на ноги, либо на лицо, но передом. Однако в реальности девушка падала спиной и приземлилась на спину, поэтому получила тяжелые травмы. Родственники погибшей уверены, что девушку вытолкнули — тело было в нескольких метрах от окна, то есть все говорило в пользу этой версии.

Защита Меджидова сделала выбор в пользу суда присяжных — их было шесть человек. В понедельник коллегия присяжных огласила вердикт. Они совещались три часа. На первый вопрос — было ли падение девушки из окна аудитории МГИМО — присяжные единогласно ответили: «Да». На второй вопрос: «Доказано ли, что эти действия совершил Меджидов в ходе ссоры с Байсафой?» — ответ был единодушным: «Да». На третий вопрос: «Виновен ли Меджидов в совершении этих действий?» — пять присяжных ответили отрицательно, один: «Да».

Четвертый вопрос, в котором народных судей спрашивали, заслуживает ли Меджидов снисхождения, судья не дал зачитат — сразу отпустил обвиняемого.

— Уважаем выбор присяжных. Значит, мы не смогли доказать свою правоту. Обидно, но что поделаешь, — прокомментировали родные Томирис. — Но руки мы не опускаем. Разумеется, подадим апелляционную жалобу.

ВОСКРЕСШАЯ КОЛОВРАТКА ПОДСКАЖЕТ СЕКРЕТ БЕССМЕРТИЯ

Впервые оживить животных, имеющих кишечник и мозг, после 24 тысяч лет их пребывания в анабиозе смогли специалисты Института физико-химических проблем почвоведения РАН в Пущине. Это черви — нематоды и коловратки, некоторых откопали из якутской вечной мерзлоты.

Как рассказала «МК» старший научный сотрудник лаборатории криобиологии почв ИФХБП РАН Любовь Шмакова, возле реки Колымы в глубинах 3–3,5 метра были извлечены нематоды из родов *Panagrolaimus* и *Plectus*, а также Алазии — коловратки из рода *Adineta*. И те, и другие «проспали» в арктических почвах 24 тысяч лет, то есть со времен позднего плейстоцена.

— Ранее от анабиоза пробуждали только червей, пролежавших в мерзлоте в 10-летних отложениях, — пояснила Шмакова, — уникальность исследования — мы брали кувочки почвы, ждали, когда они разморозятся (делала так называемую накопительную культуру — кусочек грунта в жидкой среде), а затем наблюдали через микроскоп, не появились ли там кто-то живой. Чтобы мы могли заметить, что они там вообще есть, они должны были размножиться в течение недели-двух, составить некую колонию.

Коловратки, к примеру, имеют размер 200–500 микрон (0,2 мм). Поэтому после размножения протоматери мы отлавливали их пипеткой и откладывали в сторону для последующего исследования.

Все организмы, которых привезли ученые и которые размножились после оттаивания, являются самками. Размножались они партеногенетическим путем, то есть клонируя самих себя. А вот выделить древнюю родственницу размножившихся уже в лаборатории «дочерей» и «внучек» специалистам не удалось.

Ученые провели дополнительный эксперимент, снова заморозив червей на две недели, а после разморозили. Выяснилось, что они обладают удивительным механизмом, защищающим их клетки от гибели и делающим их способными к восстановлению.

Дальнейшая цель ученых — понять, благодаря каким веществам все это становится возможным.

ТЕНЫ ОШТРАФОВАЛИ ЗА ВЬЕЗД НА ВСТРЕЧКУ

Поистине удивительный штраф пришел московской автоледи. Гаишники сочли женщину виноватой в том, что ее машина отбрасывала тень на встречную полосу.

Тревогу забил супруг хозяйки китайского кроссовера Михаил. Мужчина разместил фото с дорожной камеры, на ней четко виден серебристый внедорожник, который катит в своей полосе по 1-му Киришному переулку. От левого борта машины до сплошной линии разметки приличное расстояние — сантиметров 20, судя по снимку. А вот тень от автомобиля предельно близко к встречке, за что и была поймана с поличным всевидящим оком «большого брата».

Автотеладницу наказали на 500 рублей. Но платить штраф собственница машины не намерена. Тем более что «письмо счастья» настало семейную пару внезапно, когда они отдыхали за городом.

— Мы с мужем открыли приложение и просто обалдели! — рассказывает хозяйка внедорожника с «тенью-нарушителем» Юлия Бурова. — Даже не сразу сообразили, что это вообще такое.

Штраф Юлия хочет обжаловать. Стелет только, что ради этого придется съехать с дачи и ехать на почту или в столичный управление ГИБДД.

— Камарысинский очень много, — объясняет вице-президент Национального



ПРИДОМОВЫЕ ЦВЕТНИКИ ПОЛУЧАТ ОФИЦИАЛЬНОЕ ПРИЗНАНИЕ

Разбить свой собственный цветник у дома смогут жители востока столицы после благоустройства дворов в будущей станции «Сокольники» Большой кольцевой линии метро. Как рассказали «МК» в пресс-службе префектуры ВАО, в этом году запланировано благоустроить дворовы и пешеходные зоны в кварталах между улицами Старослободская, Руসাковская и Стрмынка, 1-м Полевым переулком и Сокольническим Валом.

— Изюминкой проекта благоустройства станут мини-сады, — отметил префект Николай Алешин. — На протяжении многих лет жители Сокольники ухаживают за цветочными клумбами, высаженными рядом с домом. Специально эти зоны с мини-садами для удобства жителей будут огорожены заборчиком, то есть каждый сможет посадить что-то красивое, как на даче.

ГАНДБОЛИСТ РЕШИЛ ПОИГРАТЬ ЖИЗНЬЮ СЫНА?

Супруга известного гандболиста игрока команды «Чеховские медведи» Сергея Косоротова обратилась с заявлением в полицию на своего мужа. Она жалует, что спортсмен увлекся в неизвестном направлении их общего годовалого сына.

Как рассказала 21-летняя Мария, на днях женщина собралась подавать заявление о разводе. Но Сергей совершил страшный поступок — увез сына, и, как считает Мария, сделал это обманным путем. Она с мальчиком (ему год и два месяца) находилась в подмосковном Чехове. За мальшком присматривает сама Мария и ее мама. Сергей, который сейчас находится в отпуске, приехал посидеть с ребенком, пока женщины ненадолго съездают в Москву. Когда они вернулись, в квартире все было перевернуто. Супруг увез сына, забрав заграничные паспорта, свидетельские о браке, рождении.

— Сергей не выходит на связь, — говорит Мария. — Он ответил на один звонок и заявил, что ребенок теперь будет жить с ним. Сергей планировал уехать в Польшу. При этом он не взял ни специальную воду, ни таблетки, ни смеси для питания — асын аллергия.

Молодая женщина планирует аннулировать разрешение на выезд мальчика, которое есть у супруга.

Косоротов — сын прославленного двездиста Сергея Косоротова. Четырехкратный чемпион России по гандболу (последний раз принес своему клубу «Чеховские медведи» победу в решающем матче с ЦСКА три дня назад). В прошлом году подписал контракт с польской «Вислой».

Справка «МК»: Четырехкратный чемпион России по гандболу (последний раз принес своему клубу «Чеховские медведи» победу в решающем матче с ЦСКА три дня назад). В прошлом году подписал контракт с польской «Вислой».

NON-STOP

КАДР



Аэрофотоснимок, опубликованный бригадой лесных пожарных Юньнани, зафиксировал стадо мигрирующих бродячих слонов на юго-западе Китая.

АРМИЯ ШОЙГУ ПРОВЕРИЛ КУРС НАСПИЙСКОЙ ФЛОТИЛИИ



Глава российского военного ведомства Сергей Шойгу 8 июня проинспектировал Каспийскую флотилию. В 2017 году было принято важное решение о переводе штаба флотилии из Астрахани в Каспийск.

прикаспийских государств: Азербайджана, Ирана, Казахстана. Туркменистана. Визит российского министра в Каспийск показал, что развитие Каспийской флотилии будет и дальше под особым контролем Минобороны.

ИХ ПРАВИ



Во время посещения департамента Дром президент Франции Эммануэль Макрон попал в неприятную ситуацию.

МАКРОНА ПОПЫТАЛИСЬ УДАРИТЬ

неприятную ситуацию, едва не получив пощечину от неизвестного мужчины. На видеозаписи с места инцидента видны люди, приветствующие главу государства.

лицу президента. Макрона увела охрана, а агрессивного мужчину в маске скрутили. Как сообщает СМИ, в Елисейском дворце подтвердили факт случившегося, но отметили, что речь идет не о пощечине, а только о попытке ее нанести.

ЧП

Черную лужу со специфическим запахом нефти обнаружили местные жители на улице. По словам экологов, произошел выход черного золота на поверхность земли, и угрозы жизни населению и экологии нет.

НЕФТЬ ЗАБИЛА ИЗ ДОРОГИ В ЦЕНТРЕ УХТЫ



уже?!». Нашлись и те, кто посоветовал жильцам дома приватизировать скважину и качать нефть. Между прочим, о существовании черного золота в Ухте было известно еще в XVI веке.

ФАНАТЫ



Футбольного болельщика из Колумбии фоторепортер запечатлел перед зданием гостиницы, где сборная Аргентины размещалась перед отборочным матчем чемпионата мира по футболу.

ПАНДЕМИЯ

В БАРНАУЛЬСКОМ МАГАЗИНЕ ПРЕДЛАГАЮТ СКИДКУ ЗА СЕРТИФИКАТ О ВАКЦИНАЦИИ

Необычное объявление появилось на дверях одного из городских магазинов Барнаула. Сеть по продаже швейных принадлежностей пообещала скидку тем, кто уже сделал прививку.



COVID-19. Между тем в Алтайском крае полностью привиты от коронавируса уже больше 210 тысяч человек.

ВЛАСТЬ

ДЕНЬ ГЕРОЕВ БОРЬБЫ С КОВИДОМ

Президент и премьер поздравили сотрудников с профессиональным праздником. Пандемия коронавируса сделала День соцработника важным праздником, который, как 1 сентября и 4 ноября, теперь отмечается с участием первых лиц государства.

Хотя профессиональный праздник соцработников был учрежден 20 лет назад, на уровне президента его начали отмечать только из-за пандемии коронавируса. Путин признал, что особая миссия сотрудников соцучреждений была осознана не сразу.

Поскольку эпидемиологические ограничения в отношении главы государства до сих пор не сняты, его общение с соцработниками, как и в прошлом году, состоялось по видеосвязи.

ДУМА



Несмотря на большое количество вакцинированных депутатов, многие из них продолжают ходить в средствах защиты.

ВИРУС ИСКЛЮЧИТЕЛЬНОСТИ

Обязательного вакцинирования от ковида не будет даже для врачей и учителей.

Госдума приняла в первом чтении законопроект, который включает вакцину от коронавируса в национальный календарь прививок. Чтобы перед выборами не будоражить народ, в массе своей не желающий прививаться, ко второму чтению решено оговорить исключительность добровольности вакцинации от «чумы XXI века» для всех без исключения профессий.

Замглавы Минздрава Олег Гриднев кратко доложил, что законопроект принят нужно «прежде всего для урегулирования вопросов об источниках финансирования вакцинации». По Закону «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней», куда вносится изменение, если прививка в национальный календарь включена — деньги на вакцинацию берут из федерального бюджета.

Глава думского Комитета по охране здоровья Дмитрий Морозов («ЕР») подтвердил: законопроект «всего лишь определяет финансирование вакцинации от еще одной инфекции из федерального бюджета», а вакцинация вообще у нас по закону дело добровольное, и этот пункт не меняется.

ЖИЛЬЕ

СОСЕДИ В ЗАКОНЕ

Депутаты хотят возложить вину за все на собственника жилья, правительство не согласно.

Правительственная комиссия поддержала депутатский законопроект, который предлагает возложить на хозяев квартир ответственность за причинение неудобств соседям и заставить их платить за причиненный ущерб, даже если виноваты гости или арендаторы. Госдума приняла его в первом чтении.

Целью законопроекта является привлечение внимания к проблеме шумных соседей и шумных ремонтных работ.

Сейчас эти вопросы если и регулируются, то региональными законами и разного рода нормативными актами, депутаты же сочли нужным прописать в ЖК общие для всей страны правила.



Президент и премьер поздравили сотрудников с профессиональным праздником. Пандемия коронавируса сделала День соцработника важным праздником, который, как 1 сентября и 4 ноября, теперь отмечается с участием первых лиц государства.

Проект швейной мастерской «Молодая мама» и кондитерской студии «Булки не растут на деревьях», с которого началось ее волонтерская деятельность. А послушав «тронную» речь заведующей центром соцобслуживания населения станции Эссентукская Елены Федоровой, президент остался под глубоким впечатлением.

говорят. Оно ведет к тяжелым последствиям», — заявил он, отметив, что наиболее уязвимой категорией являются лица старшего возраста.

Пока президент проводил телемост, глава кабинета лично ознакомился с деятельностью центра соцобслуживания в подмосковном Дмитрове, где его встретили старушки-веселушки, занимающиеся танцами, гимнастикой, скандинавской ходьбой и другими активностями.

Во время экскурсии по центру внимание Мишустина привлек урок правоуполномоченного рисования. «Почему именно правоуполномоченного?» — заинтересовался он. Соцработник пояснил, что левое полшарика у человека отвечает за логику и математические способности, а правое — за творчество.

Елена ЕГОРОВА.

ЗЛОБА ДНЯ

...ХОРОША К ВЫБОРАМ

Но вот какая фраза из письма особенно любопытна: «Сегодня можно изменить ситуацию с бедностью в стране, так как основную часть этой категории составляют пенсионеры».

Формально неправ Шмаков: пенсионеры не могут составлять большую часть бедных, потому что прожиточного минимума им доплачивает государство.

Официальная «бедность» играет с пенсионерами злую шутку. Получая гарантированный доход «по старости», они выпадают из числа объектов дополнительной заботы государства.

Прагматичный, но очень циничный подход. Государство думает о будущем, а будущее — это дети. Для нужд экономики нужно больше детей — будущих работников.

Впрочем, приоритеты меняются. Наступают моменты, когда экономические приоритеты уступают политическим. Например, выборы. Дети ведь голосовать не ходят.

Как воспринимать предвыборные «подарки» их подкаждой, манипуляцией, подкупом. Кто-то — торжеством справедливости. Кто-то, возможно, и вовсе посчитает совпадением.

Очень много замечаний к тексту законопроекта высказал и думский Комитет по ЖКХ. Проблема «давно назрела», признается в заключении за подписью главы комитета Галины Хованской («СР»), но требует «более глубокой проработки» ко второму чтению.

Сами авторы признают: законопроект надо существенно доработать. Об этом ранее говорил «МК» один из них, первый замглавы Комитета по ЖКХ Сергей Пахомов («ЕР»): по его словам, тема непростая, но «жалоб очень много, и занимать страусиную позицию дальше нельзя».

Второе чтение, видимо, состоится осенью, уже после выборов. Марина ОЗЕРОВА.

Земля Франца-Иосифа — архипелаг в Северном Ледовитом океане. Большая часть островов расположена севернее восьмидесятой параллели. Суровый край. Севернее уже некуда, дальше земли нет, только льды. Температура полярным днем редко поднимается выше +5, а вот опуститься может так, что не каждый смельчак отважится прогуляться в такой лютый мороз. Да и гулять-то особо некуда. Из «местных» обитателей лишь белые медведи да тюлени. Именно в этом, на первый взгляд, казалось бы, совершенно непригодном для жизни человека месте и расположена наша военная база «Арктический трилистник».

Организованный военным ведомством арктический двухдневный пресс-тур предполагал во второй день посещение военной базы «Арктический трилистник», расположенной на острове Александры архипелага Земля Франца-Иосифа. Но вот уж действительно, хочешь рассмешить Бога — расскажи ему о своих планах. Уже в ночь перед вылетом стало понятно, что погода в Арктике испортилась и шансы улететь «по графику» падают так же стремительно, как столбик термометра в северных широтах. Утром опасения подтвердились.

— Коллеги, из-за резко ухудшившихся погодных условий наш визит на архипелаг переносится на несколько дней. Крайний срок — понедельник. «Но сегодня же только пятница, это все выходные...» — невольно подумалось мне. Да и не только мне. Но во всем нужно искать положительные стороны. В конце концов не каждый день в жизни появляется такая возможность — побывать в Арктике.

Кто-то даже мечтает об этом не может. Единогласно было принято решение: набраться терпения и ждать. Отдельное спасибо представителям Министерства обороны, которые организовали для многочисленных представителей средств массовой информации посещение достопримечательностей в Мурманске, где, собственно, нам и пришлось переждать непогоду.

Венные синоптики не ошиблись: несмотря на предпринятую попытку вылететь в воскресенье, Земля Франца-Иосифа согласилась принять гостей лишь в понедельник.

Севернее земли не бывает

Ил-76МД — уникальный самолет, оснащенный четырьмя мощными «движками» ПС-90А-76, радиолокатором и оптико-электронной системой. Я стою возле него на аэродроме в Северном море и уже не могу поверить своему счастью: скоро на этой громадине мы полетим в Арктику.

В отличие от «бывалых» коллег для меня полет на военном самолете стал дебютным. Внутри «небесных грузовик» разительно отличался от привычных гражданских собратьев, чем нравился мне все больше. Время пролетело незаметно, и вот:

— Подлетаем, — послышался чей-то голос в начале самолета.
Так и есть, прошло уже чуть больше двух часов. Пассажиры оживились: кто-то наспех натягивал на себя кофты и шерстяные носки, кто-то не мог оторваться от иллюминатора. Приземлились очень мягко, что было, в моем представлении, неожиданно для такого великана.

СЛУЖБА НА КРАЮ СВЕТА

Самая северная военная база России поражает воображение

Космические силуэты «Арктического трилистника».



Ил-76 на арктическом аэродроме Нагурское.



— Из Краснодар, — рассмеялся собеседник. — Раньше думал, если куда и поеду, то только в столицу. Очень город свой родной люблю. А вот уже три года здесь, и не жалуюсь.
— Три года. Ничего себе. Наверно, таянет домой? Сколько раз за это время на родину летишь?
— Раз в год, чаще не положено. Недалеко от нас пограничники, они по четыре месяца службу несут, и с семьями жить можно. А у нас здесь сугубо мужской коллектив и годичная «вахта». Тяжело тем, у кого семья дома остается. Жены не всех дожидаются.

— У медведя зубы растут раз в жизни, поэтому он мясо ими не рвет. Когтями жертву убивает, а потом мясо слизывает. Живности здесь немного. Тюлени еще есть, песцов в достатке. Летом гуси прилетают. Летом вообще хорошо. Арктический мак начинают цвести, красота.
Наш разговор прервала команда «по машинам», пора было ехать на базу. Погода в Арктике изменилась, особо засматриваться не стоит.
— На самом деле вам еще повезло, — уже в машине услышала я от сопровождавшего нас другого военнослужащего. — Если бы в

феврале—апреле сюда наведаться решили, то вполне бы могли и на месяц засесть.

«Стойкостью — невыполнимое, отвагой — невозможное»

Когда уже подъезжали к месту назначения, невольно отметила, что внешне «Арктический трилистник» скорее похож на инопланетный корабль, чем на военную базу. Такие причудливые конструкции увидишь нечасто.

Строительство началось в 2014 году и велось с использованием инновационных и энергоэффективных технологий, позволяющих минимизировать расход энергии. Спустя четыре года работы были завершены, и 1 октября 2018 года на острове была официально сформирована 71-я тактическая группа Северного флота.

— Уникальность комплекса заключается в том, что он не наносит никакого ущерба окружающей среде, — уже в стенах «трилистника» рассказал журналистам начальник штаба армии ВВС и ПВО генерал-майор Игорь Чуркин. — От него практически нет теплового излучения. Он максимально экологичен и работает по замкнутому циклу, за исключением, наверное, продуктов горения, которые также проходят фильтрацию перед выбросом в атмосферу. Этот комплекс можно сравнить с космической станцией, с той лишь разницей, что находится она не на околоземной орбите, а в арктической пустыне.
Генерал также отметил, что это единственный в мире объект капитального строительства, возведенный на 80-м градусе северной широты.

Его площадь — более 14 тысяч квадратных метров. А автономность комплекса позволяет обеспечить достаточно комфортное проживание и выполнение служебных обязанностей группе военнослужащих до 150 человек в течение полутора лет.
Еще в самом начале, перед выступлением начальника штаба армии, в глаза бросился плакат «Стойкостью — невыполнимое, отвагой — невозможное». Эта фраза петровских или екатерининских времен, пожалуй, как нельзя лучше характеризует людей, несущих службу в таких непростых условиях.

Когда генерал ответил на все интересные вопросы, нам предложили провести небольшую обзорную экскурсию и показать быт защитников арктических рубежей.
Начали мы с медицинского пункта. Врач-специалист лейтенант медицинской службы Артем Шахбазов поделился с журналистами, что, к счастью, серьезных проблем со здоровьем у военнослужащих не возникает. В основном приходится лечить респираторные заболевания. Но оснащение медпункта позволяет решать и более серьезные проблемы. Раз в полгода с Большой земли прилетает стоматолог, который проводит плановый осмотр.

— Все военнослужащие прививты вакцинацией от коронавируса, — рассказал военный
Вот такая она — Арктика. Сначала ты терпеливым ожиданием доказываешь ей серьезность своих намерений. А потом уже она решает, когда тебя отпустить. Но все это, конечно, мелочи по сравнению с теми эмоциями, которые оставляет этот суровый край в твоём сердце.
Москва — Земля Франца-Иосифа — Москва. Лина КОРСАК.



Ракетный комплекс «Бастион» на страже Арктики.

«Кого же тут еще любить...»

К нашему приезду на 255-м межвидовом полигоне, где проводился заключительный день состязаний среди танковых и мотострелковых подразделений, зрителей было уже полным-полно. Столичную делегацию встретил командир танковой дивизии полковник Иван Шканов. Членов Общественного совета пригласили пройти на трибуны, я же отправилась поближе к зрителям.

— А какие команды вышли в финал? — поинтересовалась я у группы танкистов, сидевших на скамейках для болельщиков.

— Сегодня здесь экипажи Западного, Южного и Центрального военных округов, — отозвался один из бойцов.

Танкист оказался местным, из чебаркульской танковой дивизии. Старший сержант контрактной службы Максуд Довлатов. Служит в 9-й танковой роте. Он рассказал мне, что по итогам двухдневных соревнований из семи экипажей в финал вышли три. Они-то и будут сегодня бороться за победу.

— Ваша команда победит, как думаете?

— Конечно, шансы есть. Экипаж сильный, на отборочном этапе наши механики лучшие результаты по скорости показали. Танк современный, Т-72Б3, модернизированный.

Т-72Б3 — российский основной боевой танк семейства Т-72. Представляет собой модернизацию танка Т-72Б, с доведением некоторых параметров до уровня Т-90А. Основное отличие Т-72Б3М от классических Т-72Б3 — новый дизельный двигатель и усиленные элементы защиты. Внешне новая модификация отличается благодаря дополнительному модулю современной динамической защиты «Реликт» на бортах, корпусе и башне.

Мое желание узнать о службе в танковых войсках удачно совпало с желанием собеседника поделиться своими знаниями. Танкист охотно рассказал мне, что экипаж состоит из трех человек: это командир танка, который управляет всем экипажем, наводчик-оператор и механик-водитель. Победа на всех этапах танкового биатлона в равной степени зависит от всех членов экипажа, разъяснил он. Командир поражает мишени, стреляет из зенитного пулемета. Наводчик-оператор производит стрельбу из танковой пушки. И очень многое зависит от механика-водителя, он же отвечает за скорость и за преодоление препятствий. Можно не поразить одну цель, но за счет лучшего времени преодоления препятствий, без штрафных, прийти первым и победить.

— Тяжело быть танкистом?

— Танкистом... легко быть, — заулыбался Максуд.

Буквально до недавнего времени моя осведомленность о южноуральском городе Чебаркуль ограничивалась упавшим неподалеку от него в 2013 году метеоритом. А дальше в познаниях была воронка, примерно как от метеорита. Ни нужды, ни интереса узнать больше у меня тамечто не возникло. А вот зря. Забегая вперед, скажу, что природа там просто фантастическая. Какие там озера... А luglio!..
Путь от Челябинска до края голубых озер — а именно так называют Чебаркуль — был недолог, но тернист. Точнее, ухабист. Членов делегации Общественного совета при Минобороны и сопровождающих журналистов потягало в военных автобусах от души. Проснувшись в пути, они хотели подремать. Разница во времени и ранний выезд не придавали бодрости.

КОГДА ВОКРУГ ОДНИ ТАНКИСТЫ

На Чебаркульском полигоне танковые экипажи трех военных округов соревновались за первое место

— Так уж и легко? Легче, чем летчиком?

— Не знаю. Думаю, да. К нам ведь даже срочников в основном отбирают, кто до армии механиком был или трактористом. Вот многие говорят: в танке неудобно. Лупости. Удобно, и места хватает, все находится под рукой. Высоким, пожалуй, некомфортно, но таких и не беру.

— А шипек и сниксов много почначу набивают? В танке же трясет немало.



(Вопрос возник у меня не из праздного любопытства. У меня уже был опыт поездок на танке в компании группы туристов из Индии. Больше всего я запомнила их невообразимый восторг и свои отбитые ребра, потому что зачем-то мне понадобилось вылезти в люк.)
— Ну а как без этого поначалу? Потом уже опыт приходит.
— А правда, что девушки не очень любят танкистов, потому что от них соляркой пахнет?

— Как это не любят? — почти возмущился мой собеседник. — Еще как любят, песня же даже есть про танкистов.
Я не очень поняла, какую именно из известных песен он имел в виду. В голове сразу заиграла мелодия «Три танкиста, три веселых друга», но уточнять, не подвела ли меня интуиция, я не стала.
— А может, девушки просто любят военных? — я не могла сдержать улыбку, глядя на непосредственность Максуда.



«Сплав брони и сила духа»

«Сплав брони и сила духа» — гласила надпись на одном из плакатов на территории гвардейской Витебско-Новгородской дивизии Краснознаменной танковой дивизии. Мне кажется, эта краткая, но глубочайшая фраза как нельзя лучше описывала военнослужащих-танкистов.

Представители командования показали членам делегации территорию дивизии, после чего всех пригласили в расположенный 33-го отдельного батальона связи.

«Без связи нет управления, без управления — нет победы» — еще одна надпись, и снова в цель.

Военнослужащих в расположении не было, если не считать дежурных, которые круглосуточно должны находиться на посту. Отвлечь их рассказами сопровождавшие нас офицеры не советовали, не положено. У остальных бойцов задач на день хватает.

Несмотря на то что расспросить военных про их быт нам не удалось, зато представилась возможность спокойно все осмотреть. Все здесь было по-армейски сдержанно и строго. И учебный класс, и кубрик с идеально заправленными двухъярусными кроватями, к которым было страшно прикасаться, чтобы ненароком ничего не испортить. Ничего лишнего.

В столовой председатель Комитета солдатских матерей Флера Маликовна Салиховская с удовольствием отпустила, что меня военнослужащих стало многообразнее, чем раньше. Она акцентировала внимание, что у солдат появилась возможность выбора из нескольких блюд. После нам показали клуб, музей и местную библиотеку.

Заключительная часть визита делегации по традиции была самой приятной. В клуб танкового полка перед собравшимися военнослужащими выступил председатель Общественного совета, главный редактор газеты «Московский комсомолец» Павел Гусев. Он отметил, что нынешняя политика государства направлена на укрепление Российской армии. Многие делается для поддержки военнослужащих и членов их семей.

Сегодня, — сказал он, — уважение к российскому солдату стало нормой во всем мире. И служить России — это достойный выбор.

Члены Общественного совета поблагодарили защитников за службу и вручили лучшим военнослужащим грамоты и подарки. Концертная программа, подготовленная артистами, приехавшими с делегацией, завершила визит столичных гостей.

До отлета оставалось немного времени, и мы смогли насладиться южноуральской природой. Не зря все же местные так советовали съездить на озеро Еловое — вот где чарующая красота! Эх, задержаться бы здесь на денек-другой...

Но пора улететь домой.

Москва — Чебаркуль — Москва.

Лина КОРСАК.

Table with 10 columns representing different TV channels (1, Россия 1, ТВУ, НТВ, 5, Россия К, СТС, 3) and rows listing programs with their start times and descriptions.

Table with 10 columns representing different TV channels (Звезда, Че!, ОМашний, 360, Карусель, МР, Матч!) and rows listing programs with their start times and descriptions.

ВТОРНИК, 15 ИЮНЯ

Table with 10 columns representing different TV channels (1, Россия 1, ТВУ, НТВ, 5, Россия К, СТС, 3) and rows listing programs with their start times and descriptions.

Table with 10 columns representing different TV channels (Звезда, Че!, ОМашний, 360, Карусель, МР, Матч!) and rows listing programs with their start times and descriptions.



Table of TV programs for Wednesday, June 16, 2021. Columns include channel logos (1, Россия 1, ТВУ, НТВ, 5, Россия К, СТС, НТВ+, ТВ3) and program details (time, title, description, genre).

Table of TV programs for Wednesday, June 16, 2021. Columns include channel logos (Р, Звезда, Че!, ОМашний, Sony, 360, Карусель, МР, Матч!) and program details (time, title, description, genre).

ЧЕТВЕРГ, 17 ИЮНЯ

Table of TV programs for Thursday, June 17, 2021. Columns include channel logos (1, Россия 1, ТВУ, НТВ, 5, Россия К, СТС, НТВ+, ТВ3) and program details (time, title, description, genre).

Table of TV programs for Thursday, June 17, 2021. Columns include channel logos (Р, Звезда, Че!, ОМашний, Sony, 360, Карусель, МР, Матч!) and program details (time, title, description, genre).

Table with 10 columns representing different TV channels (1, Россия 1, ТВУ, НТВ, 5, Россия К, СТС, МТЧ, ТВ3) and rows listing program titles, times, and descriptions.

Table with 10 columns representing different TV channels (Россия 1, Звезда, Че!, ОМашний, 360, Карусель, МТР, МТЧ!) and rows listing program titles, times, and descriptions.

Table with 10 columns representing different TV channels (1, Россия 1, ТВУ, НТВ, 5, Россия К, СТС, МТЧ, ТВ3) and rows listing program titles, times, and descriptions.

Table with 10 columns representing different TV channels (Россия 1, Звезда, Че!, ОМашний, 360, Карусель, МТР, МТЧ!) and rows listing program titles, times, and descriptions.



Table of TV channels and programs for Sunday, June 20, 2021. Columns include channel logos (1, Россия 1, ТВУ, 5, Россия К, СТС, ТНТ, ТВ3) and program titles with times.

Table of TV channels and programs for Sunday, June 20, 2021. Columns include channel logos (Звезда, Че!, ОМашинный, Sony, 360, Карусель, МР, Матч!) and program titles with times.

НЕДЕЛЯ с Александром Мельником

Что мы знаем про Игоря Верника? Вот вам визуальный образ: красавчик, шоумен, а зубы, а улыбка! Так улыбаться, иметь такие зубы может только бальневый судья, удачник, женский угодник. Но, значит, вы ничего не знаете про Игоря Верника.

Двойная жизнь Игоря Верника

Да, он вел немало шоу. Он даже провел чертовски веселую, панихидную свадьбу Ксении Собчак и Константина Богомолова. Наверное, это стоит хороших денег. Но он же артист. Природа и мама с папой дали ему яркую внешность, виртуозную реакцию. Человек-праздник, человек-маскарад, человек-азарт. А видели ли вы его в программе



«2 Верник 2» вместе с братом? А в МХТ на сцене? Вы понимаете, что это за мужчина? Каждый его вопрос в ТВ-программе на вес золота. Он так понимает, знает людей, как мало кто другой, и любит их неподдельно, без дурачков. Это очень чувствительный, думающий, поэтический, поэтичный, поэтичный человек. В «2 Верник 2» Игорь не играет, не притворяется, вот он такой, как есть. Это его вторая жизнь, а скорее — первая, настоящая. Это для души.

Здесь играю, здесь не играю, здесь рыбу заворачивают? Нет, играть ведь, право, не грешно. Хотите, он и станцует, и споет, улыбнется по-голлиудски во все свои тридцать три отбеленных зуба? Хотим, и такой Верник тоже нам нужен. А ближе, милее и лучше тот, который с тобой говорит, который играет на



театре, чувствительный интеллект. Человек может позволить себе двойную жизнь, переклочиться с одной на другую. Вот так! Наши недостатки — продолжение наших достоинств. Почему его так мало снимают в хорошем, истинном кино? Слишком красив, слишком жизнерадостен? Ох, режиссеры ленивы и нелюбознательны. А вы пробовали заглянуть в эту страшную, сомневающуюся, неуверенную в себе душу, понять этого умного рефлексирующего человека, увидеть, какой это мастер?

Я вижу, смотря только «2 Верник 2», а вы? Обратите его не по зубам. Да он и не по зубам вам на самом деле.

В рубрике «XX век» на «Культуре» показали программу «Здоровье» от 1982 года. Ведущая — Юлия Беляничикова.

Иногда смотрю баскетбол только из-за него. Чтобы просто его слушать, и почти неважно, кто там, на площадке, даже если это мой любимый ЦСКА.

Князь Тараканов

Вся его игровая карьера прошла на моих глазах. Это был такой большой зрительщик с хорошим броском, точным выбором позиции и умелой игрой у своего и чужого кольца. И вот теперь он говорит. Король говорит. Или просто князь Тараканов.

Есть такая пословица, довольно уничтожительная для любимого вида спорта: у отца двое три сына, двое умных, а третий футболист. Так вот, эти двое умных, скорее всего, были баскетболистами.

Ни разу еще не видел ни одного

КУРСЕР КУЛЬТУРЫ

В полуподвальном помещении «Площадки 8/3», где когда-то работал Театр.doc, состоялась премьера спектакля «Я убил царя» в постановке Владимира Мирзоева, который в последние годы работает, и скорее всего, вынужденно, исключительно в камерном пространстве. Это хроника расправы над царской семьей, произошедшей в ночь с 16 на 17 июля 1918 года, в изложении драматурга Олега Богаева. На трагические события зритель смотрит глазами обычных людей — шофера, уборщицы, официантки и даже пуделя цесаревича Алексея. У них нет ни грамма сочувствия к венценосным жертвам.

Спектакль репетировали во время пандемии в зуме, а теперь была возможность провести все четыре живые репетиции. Сыграли несколько спектаклей и разлетелись кто куда. Елена Коренева уехала на съемки. А за день до премьеры писатель Олег Богаев из Екатеринбурга, где он живет и руководит журналом «Урал», добирался в Москву с приключениями. Бдительные сотрудники уральского аэропорта заподозрили неладное, обнаружив в багаже пассажира несколько книг под названием «Я убил царя». О том, что они подумали и какие «красивые мальчики» возникли у них перед глазами, можно только гадать. Так что Олег Богаев едва успел на свой рейс.

Латвийский режиссер Алвис Херманис недавно рассказывал, как ставил «Собачье сердце» в Швейцарии и вынужден был заменить исполнителя роли Шарикова, поскольку тот был преисполнен излишним сочувствием к своему герою, как и большая часть труппы. Европейцы оказались на стороне униженного пролетариата, а вовсе не профессора Преображенского. Так и у простого народа в спектакле Владимира Мирзоева нет ни капли сострадания к венценосной семье. Его герои, как на допросе в некоем суде истории, дают показания, отвечая на вопрос, жалко ли им убитого царя и его семью. И все эти неплохие трудовые люди, реальные и вымышленные одновременно, отвечают, что нет. Никакого сочувствия. Никого не жалко, никого. Кто-то закрасит окна снаружи и изнутри дома, чтобы государь света божьего не видел. Кто-то начнет подговаривать и продавать на базаре государственное имущество. Если на ее белье и одежде пришить царскую монограмму, то цены такому товару не будет. Рядом с царской семьей, которая вот-вот пойдет на заклание, совсем неплохо было жить. Кто-то в ту страшную ночь просто перевернулся на другой бок, услышав крики. Все это были обычные, ничем не примечательные люди, равнодушный народ.

В 2019 году в Театре Наций пьесу Олега Богаева поставил Михаил Патласов, сделал мультимедийную, так называемую VR-версию, а роль Николая II сыграл Евгений Миронов. Теперь она досталась Олегу Дуленину, который стал ассистентом режиссера, сыграл еще две роли — инженера Ипатову, владельца того самого дома, где расправилась с Романовыми (никто разрешения не спрашивал, пришли, забрали на время и использовали) и безымянного в спектакле революционером, похвальною причастностью к этому убийству. На самом

деле он не имел непосредственного отношения к произошедшему. Теперь именем этого «героя» названы улицы во многих городах за Уралом. Юная гимназистка в исполнении Марии Карлсон тоже уверяет, что это она убила царя. Почетное и славное дело. Многие хотят быть к нему причастными.

Вот такие они, «второстепенные люди», как когда-то назвала своих обычных героев, рядовых обывателей Кира Муратова. Собственно, спектакль не про царскую семью, а про них, тех, кто приводил в исполнение постановочные исполкома Уральского обкома рабочих, крестьянских и солдатских депутатов, тех, кто просто остался равнодушен к зверской расправе. Теперь на Донском кладбище, где похоронены расстрелянные Николай II и его семья, постоянно кто-то оскверняет его могилу.

На сцене всего семь актеров, а персонажей — пятнадцать. Так что почти у каждого по несколько ролей. Юлия Салмина играет женщину, смывавшую царскую кровь — обычную,



Елена Коренева — Пудель цесаревича Алексея.

ПОКАЗАНИЯ ПО ДЕЛУ УБИЙСТВА ЦАРСКОЙ СЕМЬИ



Юлия Салмина и Олег Дуленин.

Актриса Елена Коренева отважно сыграла пуделя цесаревича Алексея

красную, а не голубую, как она думала. Она же — Алекс, императрица Александра Федоровна. Елена Коренева сыграла официантку, приставленную обслуживать царских особ, обеспечивать их едой. Земляки советуют поменьше кормить государеву семью, тогда и испранный будет меньше, проще убирать. Потом актриса появляется в матроске и коротких штанишках, как отрок цесаревич Алексей. Но сыграла она его пуделя Дюка, который не просто хозяин предательства — как можно было бросить любимого пса на произвол судьбы. Елена Коренева наденет что-то вроде шелковой пижамы, придающей ей восточный вид, и заговорит от лица журналистки уральской газеты. Эта бесстрашная актриса всегда умела удивлять: ролями, отъездом в Америку, рассказом о том, как работала там официанткой. Ее фотография в обнаженном виде появилась на обложке «СПИД-Инфо» в 1995 году и стала раритетом, за ней и теперь охотятся, а тогда это стало для многих шоком, как и выход автобиографической книги. В последнее время у Кореневой в кино режиссеранс. Она сыграла несколько шикарных ролей в «Ван Гогах» Сергея Ливнева. «Летит» Кирилла Серебренникова, «Мертвых душ» Константинопольского, где снялась в роли Коробочки. В 2015 году вышла фильм Владимира Мирзоева «Ее звали Муму» с ее участием.

На небольшой сцене — минимум обстановки: стулья в ряд, стол с болванками, которые как черепа убиенных. Государь — в калышане, как и другие персонажи, певичка Ирина Рындина тоже в исподнем. С гитаристом Алексеем Сидоровым они создают диссонанс всему тому тихому, будничному шуму, происходящему на наших глазах. Официантка Коренева — в женской комбинации советского образца. И тела убитых в исподнем будут лежать в ряд, молильной стеной в полумраке подвала совсем рядом с нами, и зритель будет молчать.

Светлана ХОХРЯКОВА.

Высокая температура окружающей среды — стресс для организма. В это время объем влаги, которую он теряет за сутки, возрастает в 1,5–2 раза. Если не соблюдать правильный питьевой режим, дело может кончиться даже обезвоживанием...



АЛЕКСАНДР КОРИШЕВ

Вода — очевидное решение

Для жары самое очевидное решение — это питье воды. «Вода — это источник жидкости в организме, а также в ней содержится отдельные минеральные вещества»...

ЖАЖДА РЕШАЕТ ВСЕ

Что сок яблок восстанавливает солевой баланс в организме и нормализует артериальное давление. Чтобы этот сок утолял жажду, нужно развести его водой в пропорции 1:1.

В чем отличие сока от нектара? Все просто: в нектаре, в отличие от сока, могут быть вода, сахар и лимонная кислота. Минимальный процент содержания сока в нектаре для разных видов фруктов разный...



Как и что правильно пить в жару

Этот традиционный для нашей страны напиток также отлично утоляет жажду. А еще в нем есть углекислота и аминокислоты. Квас тоже относится к ферментированным напиткам...

В квасе содержится небольшой процент спирта — не более 1–2 градусов. Если же этот процент существенно ниже или спирт отсутствует совсем, перед вами напиток со вкусом кваса.

«При производстве кваса могут использовать зерновое, фруктовое-ягодное, овощное, пряно-ароматическое и другое растительное сырье и продукты его переработки. Сахар (песок, рафинад, жидкий высшего и первого сортов)...

А вот чего в квасе быть не должно, так это консервантов, подсластителей, искусственных ароматизаторов и красителей. На упаковке может значиться «нефильтрованный».

Молочные коктейли

Молочные коктейли — это в первую очередь десерт. Их делают из молока с добавлением фруктов, ягод, сахара. В кафе туда еще добавляют мороженое. Получается сладкий, холодный, вкусный и очень калорийный напиток.

Кофе. Не утоляет жажду, а усиливает ее. Кроме того, создает дополнительную нагрузку на сосуды. Хотя следует отметить, что в некоторых странах, где жар нормализован, пьют ледяной кофе фрэппе.

От чего в жару лучше отказаться?

Кофе. Не утоляет жажду, а усиливает ее. Кроме того, создает дополнительную нагрузку на сосуды. Хотя следует отметить, что в некоторых странах, где жар нормализован, пьют ледяной кофе фрэппе.

Алкоголь. Здесь та же история, что и с пивом. А еще горячительные напитки, наоборот, заставляют нас чувствовать жар, увеличивая теплоотдачу.

Так что отдавайте предпочтение безалкогольным напиткам и выбирайте, ориентируясь на свой вкус.

Екатерина ПИЧУГИНА.



ЕЛЕНА СЕРГОВА

ТРУП — БЛАГОРОДНОЕ ДЕЛО

Эксперт рассказал о главных мифах о патологоанатомах. Работа патологов — это вскрытия. Она никогда не была популярной. В середине прошлого века в стране была сильная ответственная школа патологов.

Представьте ситуацию, что в эту самую минуту на операционном столе лежит пациент, ему делают операцию на желудке. Образец ткани органа отправляют на срочный анализ, где врач проводит исследования в режиме реального времени, пока идет операция.

Художественная литература подарила патологоанатому репутацию врачей, которые занимаются исключительно вскрытиями умерших, а на самом деле 90% своего времени патолог занимается живыми людьми.

В каком состоянии сегодня находится патоморфологическая служба? — Служба находится в плачевном состоянии, — рассказывает Александр Нинбург.

«Служба находится в плачевном состоянии, — рассказывает Александр Нинбург. В силу комплекса причин: это плохо оплачиваемая, очень ответственная работа, чрезвычайная стигматизированная. Даже люди с медицинским образованием считают, что основная работа патологов — это вскрытия.

баллов на поступление). Если человек не проходит на другие специальности в медицинский вуз — идет в патологию. Приходится тратить время на то, чтобы учить тех, кому это не нужно, не интересно, просто это его сфера интереса.

— В 2020 году патологоанатома все чаще стали появляться в СМИ и комментировать случаи COVID. Как думаете, повлияет ли это на интерес молодых специалистов?

— На мой взгляд, очень важно рассказывать правильно об этой профессии. Это легендарные специалисты, которые увлечены своим делом. С огромным объемом знаний. Чем больше в сфере придет молодых специалистов с горящими глазами, тем качественнее станет патологическая диагностика в нашей стране.

— Каковы основные направления работы патоморфолога? Что нового появилось сегодня, технологии, которые позволяют повышать точность заключений?

— Основное направление работы — так называемая прижизненная диагностика — это исследование биопсийного и операционного материала. Это касается не только опухолей, масса острых и хронических инфекционных, воспалительных заболеваний, аномалий развития, нарушенной обмена веществ и др.

Технологии развиваются и дают нам больше возможностей. В частности, в сфере искусственного интеллекта. Разнообразие вариантов цитологических характеристик и то, что мы имеем двумерную картинку трехмерных структур в произвольной плоскости, сильно затрудняет интерпретацию и разметку изображений для обучения моделей искусственного интеллекта.

В целом хочется верить, что появление новых технологий усилит интерес к этой очень важной для всех нас профессии в ближайшие годы.

Екатерина ПИЧУГИНА

С полки или из холодильника?

Несмотря на то что бутылка хорошо охлажденной воды, когда на улице жара под 30 градусов, выглядит очень соблазнительно, лучше это молоко блазну не поддаваться. Холодная жидкость вызывает стресс организма и может снизить иммунитет.

Питьевая вода также может стать основой для других напитков — например, морса или компота. И то, и другое тоже можно пить в жару.

Компот легко приготовить самому. Залейте водой несколько штук кураги и сварите без добавления сахара. Напиток получится вкусным и освежающим.

Может, чаю? Чай со льдом — этот напиток изобрели в XIX веке в США. С тех пор он завоевал популярность по всему миру. От простого черного чая с лимоном бутылированный чай эволюционировал до ромашкового с малиной и белого с абрикосом.

Сок: как пить

Еще один популярный продукт на российском рынке — сок. У него есть та же особенность, что и у компота с морсом, — он содержит калории и может побороть чувство голода.

Говорят, что в мае принято маяться, вот россияне и делают это с завидным успехом. Именно в этом месяце, по данным оператора фискальных данных OFD, был зафиксирован взрывной рост продаж игрушек из категории «антистресс».

Пожоже, у россиян появились новые покемоны — игрушки с пузырьками, которые нужно «лопать» пальцами, раскусываются, как горячие пирожки в голландный день.

В продаже эти игрушки появились еще пару лет назад, но трендом стали в апреле 2021 года. Это показало исследование, отслежившее динамику их продаж на российском рынке за последние три месяца.

При этом еженедельный рост продаж за весь

РОССИЯНЕ МАЮТСЯ ЛОПАНЬЕМ ПУЗЫРЬКОВ

рассмотренный период составил в среднем 200% в деньгах и более 330% в штуках. Пиковые показатели продаж в деньгах и в штуках зафиксированы в мае.

Эксперты считают, что в краткосрочной перспективе в 2021 году рост популярности игрушек с лопающимися пузырьками продолжится. Скорее всего, после ожидаемого летнего спада продаж и смешения потребления на другие детские и подростковые категории положительную динамику можно будет снова наблюдать в осенне-зимний период.

Екатерина ПИЧУГИНА.

Но смогут ли продажи побить рекорд мая, пока спрогнозировать сложно.

Если же рассматривать динамику и спрос на такие игрушки в долгосрочной перспективе, то определенно им на смену придет новый тренд и рынок захватят другие популярные девайсы.

— Каких-то особых поводов искать утешения в антистресс-игрушках именно в первом квартале этого года нет, — говорит психолог Анна Коганович. — Пандемия длится уже больше года, многие люди привыкли. Тем же пациентам, которые страдают неврозами или депрессивными расстройствами, конечно, не до игрушек — им нужна помощь специалистов.

Екатерина ПИЧУГИНА.

Advertisement for 'MOSKOVSKIY KOMSOMOLETS' subscription. Includes details about the 12th issue, subscription rates, and contact information for the editorial office.

ОТ РИМА ДО ЛОНДОНА: ГИД ПО СТАДИОНАМ ЕВРО-2020



С 11 июня по 11 июля 2021 года на 11 стадионах пройдут матчи чемпионата Европы по футболу...

Чемпионат пройдет на 11 аренах, некоторым из которых около ста лет

Стоимость: на реконструкцию 1992 года было потрачено 12 млн фунтов...

— присутствовали 38 тысяч человек. Победили тогда эстонцы с песней Everybody, а от России на «Евровидении»-2001 в Копенгаген ездила группа «Мумий Троль»...

«Стадио Олимпико»

Местоположение: Рим, Италия.

Во время Евро-2020 «Олимпико» планирует принимать 16 тысяч зрителей на каждом матче...

Год постройки: 1928, но открыт был только в 1932 году... Окончательно же строительство завершилось в 1953 году...

Стоимость: на последнюю реконструкцию потрачено около 15 млн евро.

Статусные матчи:

Поскольку стадион полностью не носили со времен строительства, то таких матчей на «Олимпико» не сосчитают. Был главной ареной летней Олимпиады-1960...

Факты:

Стадион настолько легендарный, что видел победу Дино Дзоффа в 68-м и поражение Диего Марадоны в 90-м...

«Хэмпден Парк»

Местоположение: Глазго, Шотландия.

Во время Евро-2020 «Хэмпден Парк» будет принимать 12 тысяч зрителей на каждом матче...

Год постройки: 1903.

Статусные матчи:

Их в Глазго хватало, тут проходили несколько еврокубковых финалов, последний финал Лиги чемпионов — в 2002 году...

Факты:

«Хэмпден Парк» долгое время был самым вместительным стадионами мира — в 1937 году число мест увеличилось до 183 тысяч...

Факты:

«Хэмпден Парк» долгое время был самым вместительным стадионами мира — в 1937 году число мест увеличилось до 183 тысяч...

«Паркен»

Местоположение: Копенгаген, Дания.

Во время Евро-2020 «Паркен» планирует принимать 15 900 зрителей на каждом матче...

Год постройки: 1992.

Стоимость: 85,7 млн евро.

Статусные матчи:

Финал Кубка кубков-1994 и финал Кубка УЕФА-2000 между «Галатасарем» и «Арсеналом»...

Факты:

Когда в 2001 году Дания готовилась принять «Евровидение», организаторы долго не могли определиться с местом...

Стадион «Ференц Пушкаш»

Местоположение: Будапешт, Венгрия.

Во время Евро-2020 планируется открыть стадион для 100% зрителей...

Год постройки: 2019.

Стоимость: 600 млн евро.

Статусные матчи:

Неизвестно, были бы сыграны в Будапеште мало-мальски статусные матчи до Евро-2020, но разразившаяся пандемия...

Факты:

За два месяца до открытия (он открылся в ноябре 2019-го) на стадионе тестировали звуковую систему...

Олимпийский стадион

Местоположение: Баку, Азербайджан.

Во время Евро-2020 «Олимпийский» планирует принимать 31 000 зрителей на каждом матче...

Год постройки: 2015.

Стоимость: 710 млн евро.

Статусные матчи:

Финал Лиги Европы-2019. 29 мая в борьбе за трофей встречались «Челси» и «Арсенал»...

Факты:

Стадион построили на восточном берегу озера Беюк-Шор, одного из самых загрязненных озер на планете...

озер на планете. Но вместе со строительством стадиона началось и очищение водоема...

«Эстадио Ла Картуха»

Местоположение: Севилья, Испания. Во время Евро-2020 стадион планирует принимать около 30% зрителей...

Год постройки: 1999.

Стоимость: 120 млн евро.

Статусные матчи:

Стадион принимал финал Кубка УЕФА в 2003 году, в котором «Порту» обыграл «Селтик» (3:2)...

Факты:

Вообще, стадион строился специально к чемпионату мира по легкой атлетике 1999 года...

«Йохан Кройф Арена»

Местоположение: Амстердам, Нидерланды.

Во время Евро-2020 примет по 16 000 зрителей на каждом матче...

Год постройки: 1996.

Стоимость: около 140 млн евро.

Статусные матчи:

Стадион принял пять матчей чемпионата Европы-2000, в трех из которых играла сборная Голландии...

Факты:

«Йохан Кройф Арена» эксплуатируется по полной программе не только «Аяксом» и сборной...

В 2002 году там прошло грандиозное шоу по случаю бракосочетания принца Виллему-Александра и принцессы Максими.

«Арена Мюнхен» («Альянц Арена»)

Местоположение: Мюнхен, Германия.

Во время Евро-2020 «Арена Мюнхен» планирует принимать на каждом матче 14 500 болельщиков...

Год постройки: 2005.

Стоимость: 340 млн евро

Статусные матчи:

Полуфинал ЧМ-2006 Франция—Португалия (1:0). Зинедин Зидан забил с пенальти...

Впрочем, почему бы не считать таковым и финал Лиги чемпионов-2012. «Челси» — «Бавария» (1:1, 4:3 — по пенальти)...

тогда стала первым в истории клубом, игравшим финал на родном стадионе...

«Арена Националз»

Местоположение: Бухарест, Румыния. Во время Евро-2020 «Арена Националз» планирует принимать 13 тысяч зрителей...

Год постройки: 2011.

Стоимость: 234 млн евро.

Статусные матчи:

Стадион открылся довольно статусным матчем между сборными Румынии и Франции в рамках отбора на Евро-2012...

Факты:

Это еще один стадион с раздвижной крышей, причем потрачено на нее было 20 млн евро...

Стадион «Санкт-Петербург»

Местоположение: Санкт-Петербург, Россия.

Во время Евро-2020 стадион «Санкт-Петербург» планирует принимать 30 500 зрителей на каждом матче...

Год постройки: 2016.

Стоимость: 43 млрд рублей.

Статусные матчи:

Пока самой крутой игрой на Крестовском острове был матч между сборными Бельгии и Англии за третье место...

Факты:

Ирландцы отказались пригласить присутствие зрителей на трибунах. Над суммами, затраченными на строительство арены...

Факты:

«Вамбли» продолжает традиции. Первый концерт на нем дал в 2007 году Джордж Майкл...

легендарную крышу, уже столько иронизировали, что мы лучше о хорошем. Это единственный стадион в России и один из пяти в мире с раздвижной крышей...

А еще 1 сентября 2019 года на «Газпром Арена» 8079 музыкантов и хор из более чем 20 тысяч участников исполнили гимн страны...

«Уэмбли»

Местоположение: Лондон, Великобритания.

Во время Евро-2020 «Уэмбли» планирует принимать по 22 500 зрителей на трех матчах группового этапа...

Год постройки: 2007.

Стоимость: 789 млн фунтов.

Статусные матчи:

Если вспомнить старый «Уэмбли», то легендарных матчей там наберется с десятком. Для нас, например, самым запоминающимся будет матч за 3-е место на чемпионате мира 1966 года...

Однако и вновь отстроенному современному «Уэмбли» тоже есть что вспомнить: два финала Лиги чемпионов с разницей два года. В 2011-м «Барселона» обыграла «Манчестер Юнайтед»...

Факты:

Опять же если говорить о старом «Уэмбли», то он стал культовым не только для поклонников футбола. Например, один из знаменитых боев Мухаммеда Али с Генри Купером прошел там в июне 1963 года...

Одной из особенностей старого стадиона была его акустика, благодаря которой голоса болельщиков звучали мощно и ярко. Поэтому, когда решено было снести старый стадион...

Новый «Уэмбли» продолжает традиции. Первый концерт на нем дал в 2007 году Джордж Майкл, а вскоре арена стала неофициальным домом NFL в Европе...

«Вамбли» продолжает традиции. Первый концерт на нем дал в 2007 году Джордж Майкл...



«Уэмбли»

КРОССВОРД

Crossword puzzle grid with numbers and some filled-in letters.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Книга как неиссякаемый источник знаний. 4. Образчик верности среди мужчин...

Мавзолея. 22. Каждый классик, изучаемый на уроке литературы, 33. Напитки, запретные во времена сухого закона...

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ 7 ИЮНЯ

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Пампасы. 4. Оптиков. 10. Падишах. 11. Апостол. 13. Горн. 14. Щука...

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ 8 ИЮНЯ

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Бунтарь. 4. Хвостун. 10. Смутьян. 11. Оболтус. 13. Дитя. 14. Кино...

Курс валют, дни рождения, датский уголок, горячая пятерка анекдотов.

Горячая пятерка анекдотов «МК» - 5 jokes with punchlines.