



**РЕЦЕПТЫ СОГРЕВАЮЩИХ
РУССКИХ НАПИТКОВ** с. 8

26 ноября 2025 года
№ 134 (1834)

СРЕДА

Одолжите Новый год

Спрос на аренду елок и украшений накануне праздника вырос в пять раз! Столичные декораторы раскрыли «МВ» подробности



с. 13

Столичный дизайнер Дарья Ромашева создает новогодний декор с учетом модных тенденций

”



Мэр Москвы
**СЕРГЕЙ
СОБЯНИН**

В одном из самых зеленых районов города — Раменках — построили образовательный комплекс для 425 ребят. Четырехэтажное здание на улице Светлана возвели по Адресной инвестиционной программе. Там два блока: детский сад на 125 мест и школа на 300 мест.

Погода

+7

+7

Завтра в столице сохранится плюсовая температура, будет идти дождь. Заморозки и снегопады не ожидаются до конца текущей недели.

Дата

Звезды тают на глазах

Сегодня во всем мире отмечают День борьбы с ожирением. Звезды нашего шоу-бизнеса последнее время практикуют самые шокирующие и экстремальные способы сбросить вес. «МВ» вместе с экспертами разобрала наиболее яркие примеры с. 11

А до Хрюши был Буратино

Сегодня программа «Спокойной ночи, малыши!» отмечает день рождения. Как снимались первые выпуски с. 14



Гостеприимство

Время пик

**ПАССАЖИРАМ
МУЗЫКУ!**

Завершились открытые прослушивания восьмого сезона проекта «Музыка в метро». Шорт-лист участников озвучат в начале следующего года. «МВ» узнала, какую программу готовят для пассажиров (на фото внизу: виолончелист Илья Самсонов) с. 2



Пелагия Замятина

Завершились открытые прослушивания восьмого сезона проекта «Музыка в метро». Шорт-лист участников озвучат в начале следующего года. «Вечерка» узнала подробности.

В проект поступило свыше 2000 заявок и только каждая пятая попала в отбор. В финале прослушивания на Южном речном вокзале жюри отобрало 40 участников нового сезона. Он стартует уже в начале 2026-го.

— За пять дней перед жюри выступили более 400 участников, среди которых вокалисты, инструменталисты и авторы собственной музыки, — отчитались в столичном Департаменте транспорта.

В ведомстве добавили, что у каждого финалиста — свой стиль и подача. Поэтому прослушивания получились очень разными и живыми.

— Мы активно развиваем проект «Музыка в метро».

В переходе музыка играет

Кто будет выступать для пассажиров подземки



Коллектив Moms choir на станции метро «Мичуринский проспект». Фото: Василиса Чернявская

и играть на публике. Например, скрипачка Александра Лойко.

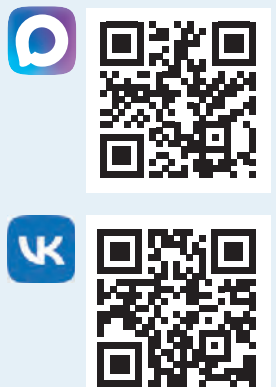
— В проекте «Музыка в метро» участвую с 2016 года, изначально играла только сольно, позже стала выступать дуэтом с гитаристом, а еще исполняла джаз в составе трио «Светлое будущее», — рассказала она «Вечерке». — А сейчас мы играем дуэтом с виолончелью либо трио — у нас есть варианты с двумя виолончелями либо с трубочком. От проекта меня приглашают выступать также на разных городских мероприятиях — День города, День Победы, Ночь искусств и других.

Среди участников «Музыки в метро» и большие коллективы. Moms Choir — уникальный вокальный проект автора и композитора Татьяны Марчук для мам, которые любят петь.

— Мы с проектом «Музыка в метро» будем уже третий сезон, — рассказала «Вечерке» Татьяна Марчук. — Публика в городской подземке особая. Во-первых, люди спешат, идут по своим делам и не думают о том, что в переходе между станциями могут попасть на концерт. А мы в свою очередь стараемся исполнением вызвать улыбки, задеть невидимые струны души, чтобы прохожий мог порадоваться.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ
vecher@vm.ru

МЫ в соцсетях



Скрипачка Александра Лойко играет в вагоне поезда метро. Фото: Пелагия Замятина

Ежегодно в рамках проекта проходит свыше 70 тысяч выступлений, и открытые прослушивания позволяют выбрать исполнителей, которые смогут выступать на

По словам заммэра, скоро будет сформирован список музыкантов, которые станут частью проекта. Они выступят в метро, на Московских центральных диа-

Артисты заставляют спешащих людей остановиться

транспортных площадках столицы и радовать пассажиров качественной музыкой, — сообщил заместитель мэра Москвы по вопросам транспорта и промышленности Максим Ликсутов.

метрах и других городских площадках.

Среди участников восьмого проекта есть и те, кто уже выступал на городских площадках и не понаслышке знает о том, как петь

МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ

Совместный проект Московского метрополитена и газеты «Вечерняя Москва»

Учредители ГУП г. Москвы «Московский ордена Ленина и ордена Трудового Красного Знамени метрополитен имени В. И. Ленина», 129110, Москва, пр-т Мира, 41, корп. 2
АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Издатель АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
И. о. главного редактора А. В. Шарнауд Шарнауд Генеральный директор Георгий Рудинский
Шеф-редактор Анна Балюк Редакционный совет Сергей Серков (заместитель главного редактора, шеф-редактор еженедельного выпуска), Алексей Зернаков (заместитель главного редактора, шеф-редактор утреннего выпуска), Юлия Тарапата (заместитель главного редактора, редактор отдела «Московская область»), Янина Портнова (заместитель главного редактора), Анна Балюк (шеф-редактор газеты «Москва Вечерняя»), Елена Мотренко (заместитель шеф-редактора утреннего выпуска), Вероника Ушакова (редактор отдела «Служба новостей»), Александр Костриков (арт-директор), Ольга Кузьмина (обозреватель)

VM.RU

Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Департамента средств массовой информации и рекламы города Москвы.
Адрес редакции 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Тел. (499) 557-04-24, факс (499) 557-04-08. E-mail: vecher@vm.ru
Рекламная служба E-mail: reklama@vm.ru

Тираж 500 000 экз. Отпечатано: АО «Прайм Принт Москва», 141700, Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачевский пр-д, 5в.

Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № ФС77-58565 от 4 июля 2014 года. Срок сдачи номера в печать 25.11.2025, 22:00. Дата выхода в свет 26.11.2025, № 134 (1834).

Средняя аудитория одного номера — 631 600 читателей в возрасте 16 лет и старше (по данным Mediascope, NRS-Москва, 16+, март — июль 2025)

РАЗВИТИЕ

Единая навигация на трамваях

■ С развитием трамвайных сетей города лучше становится и навигация. Об этом вчера рассказали в Дептрансе.

На всех 37 трамвайных маршрутах обновили более 380 указателей и привели их к единому оформлению. Теперь таблички содержат перечисление основных улиц на маршруте. Ключевая информация на них выделена жирными шрифтами



Денис Воронин/Агентство городских новостей «Москва»

и привычными для пассажиров пиктограммами.

— Мы уже многое сделали, чтобы навигация на инфраструктуре трамваев стала понятной и удобной. По поручению мэра Москвы Сергея Собянина в 2024 году создали единую схему

со всеми маршрутами. Минувшей весной на всех остановках разместили краткие правила поездок и QR-коды с прогнозом прибытия трамвая, — сообщил заммэра по вопросам транспорта и промышленности Максим Ликсутов.

Тем временем стало известно, что на первом трамвайном диаметре трамвай совершили более 500 рейсов и проехали свыше 13 тысяч километров. И популярность маршрута еще растет.

ГРИГОРИЙ САХАДЖИ
vecher@vm.ru

12 ноября. Запуск первого Московского трамвайного диаметра Т1 с автономным ходом

Вчера мэр Москвы Сергей Собянин (на фото внизу) сообщил об открытии двух центров женского здоровья и рассказал о новом образовательном комплексе.



В преддверии Дня матери в столице заработали центры женского здоровья при Городской клинической больнице № 31 им. академика Г. М. Савельевой и Городской клинической больнице им. А. К. Ерамишанцева.

По словам главы города, такие клиники — ключевой элемент нового московского стандарта оказания медпомощи, в основе которого лежит всесторонняя забота о женском здоровье.

— Стандарт включает полный цикл услуг: от консультаций и обследований до сопровождения во время беременности, родов и после них в структуре единого медицинского комплекса, — отметил мэр столицы.

Хорошее оснащение

Центр женского здоровья ГКБ № 31 им. академика Г. М. Савельевой расположен в реконструированном здании на улице Теплый Стан, 12а. Это медицинское учреждение объединило три женские консультации, которые находились в Юго-Западном округе.

— Мощность нового центра — 750 посещений в смену. Здесь будут оказывать



24 ноября. Акушер-гинеколог Елена Баутина в новом подразделении ГКБ №31 им. академика Г. М. Савельевой

Закуплено свыше 160 единиц современного оборудования

во всех районах Москвы. В одном из самых зеленых районов города — Раменках — появился образовательный комплекс для 425 ребят. Сергей Собянин рассказал, что четырехэтажное здание на улице Светлана возвели по Адресной инвестиционной программе. Оно состоит из двух бло-

ков: детский сад на 125 мест и школа на 300 мест.

В школьном отделении появились универсальные и специализированные учебные кабинеты, ИТ-полигон и лабораторно-исследовательский

комплекс, спортивный зал и зал для проведения мероприятий, а также медиатека и зона для отдыха.

— В дошкольном отделении есть просторный вестибюль, уютные группы и физкультурный зал, — поделился мэр.

Кроме того, на территории сделали пять игровых площадок для дошкольников, а для ребят постарше оборудовали полноценное спортивное ядро.

— Образовательный комплекс уже работает, его открыли 1 сентября. Сюда ходят дети, проживающие в районе, а также он будет востребован у горожан, переехавших по программе реновации, — уточнил мэр города Сергей Собянин, добавив, что работы по созданию социальной инфраструктуры в районе продолжаются. — К примеру, инвесторы возводят там образовательные комплексы для 550 и 2050 детей.

МАРЬЯНА ШЕВЦОВА
vecher@vm.ru

Забота о наших мамах

Сергей Собянин рассказал, как устроены новые центры женского здоровья

помощь 68 врачей, — рассказал Сергей Собянин. — Среди них — специалисты, которых не было в женских консультациях старого формата: врачи-эндокринологи и терапевты. К дежурным

врачам можно обратиться семь дней в неделю, без предварительной записи. Кроме того, уточнил мэр столицы, в клинике будет работать психолог. Медицинское оборудование,

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

В столице реализуют еще несколько проектов комплексного развития территорий. Сергей Собянин рассказал, что на них построят свыше 900 тысяч квадратных метров недвижимости и создадут больше 4000 рабочих мест. Например, в Новогиреево появится современный городской квартал для программы реновации.

установленное в этом центре женского здоровья, — самое современное — его больше 160 единиц. Помимо этого, организован дневной стационар, игровое пространство для детей, буфет. — Для оказания качественной медпомощи будут задействованы и ресурсы ГКБ № 31 им. академика Г. М. Савельевой, в том числе лабораторно-диагностическая служба, — добавил Сергей Собянин. — Это позволит оперативнее получить нужное направление, провести обследования и консилиумы по сложным случаям.

Единый принцип

В центре женского здоровья ГКБ им. А. К. Ерамишанцева на Печорской улице созданы такие же комфортные и передовые условия для получения профильной медпомощи.

— До конца года должны завершить еще один центр женского здоровья. В планах — девять новых центров, — заявил Сергей Собянин. — В результате в ближайшие годы мы закончим внедрение нового стандарта амбулаторной акушерско-гинекологической помощи

ЗВЕРЬЕ МОЕ

Птички из Южной Америки

■ Вчера в Московском зоопарке произошло пополнение. В нем поселились хохлатые паламедеи. «МВ» узнала, что это за вид такой.

Милые пернатые появились в зоопарке после долгого перерыва. Их не было с 2000-х годов.

Хохлатая паламедея — крупная птица с длинными ногами, едва заметными перепонками между пальцами и клювом, похожим на куриный. Ее перья могут быть коричневыми, серыми и черными оттенков. Чаще всего птицы держатся крупными стаями, разбиваясь на пары только в период размножения. Пернатые обитают в Южной Америке, в том числе Боливии, Перу, Аргентине, Парагвае, Бразилии и Уругвае. — Сейчас зоологи внимательно наблюдают за адаптацией птиц на новом месте. Их планируют знакомить

с муравьями, соединять их на какое-то время в одном вольере, — сообщила генеральный директор Московского зоопарка Светлана Акулова. Она добавила, что оба этих вида обитают в Южной Америке и в природе могут жить по соседству. — До весны и паламедеи, и муравьеды будут жить в зимних вольерах, где их смогут видеть посетители, а затем начнут выходить на прогулки, — заключила Светлана Акулова.
ГРИГОРИЙ САХАДЖИ
vecher@vm.ru

КАК УСТАНОВИТЬ ИМПЛАНТ ПРИ НЕХВАТКЕ КОСТНОЙ ТКАНИ?

Диков Антон Павлович
хирург-имплантолог
более 5 тысяч пациентов

Дефицит костной ткани считается главным противопоказанием к восстановлению зубов. Дело в том, что в кости в области удаленных зубов происходит естественное рассасывание костной ткани, так как на нее перестает оказываться жевательное давление, а кость теряет опору в виде зуба. Центр имплантации «Имплантс» предлагает современные решения для замены утраченных зубов — импланты из высококачественного титана с уникальной резьбой, которые отличаются широким модельным рядом для различных клинических ситуаций.

Записывайтесь на бесплатную консультацию и забронируйте акционную цену до конца месяца.

Пехтерова Екатерина Васильевна
стоматолог-терапевт
лечение зубов микроскопом

Лицензия №Л041-01137-77/02550746 от 30.06.2025 г. ООО «Проимплантс», ОГРН 1237700548766. На правах рекламы. 18+

Акция* до 31.12.2025 г.
ИМПЛАНТАЦИЯ 24 900 РУБ.
КТ + КОНСУЛЬТАЦИЯ + ПЛАН ЛЕЧЕНИЯ = 0 РУБ.

*Условия уточняйте по телефону

СТОМАТОЛОГИЯ ИМПЛАНТС
+7 (495) 161-03-45
проимплантс.рф

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

*система для установки зубных имплантов



YURIGRIPAS/POOLERPA/TASS

Траммп кинул Украину

21 ноября. Президент США Дональд Трамп в Белом доме во время беседы с журналистами

Киевский режим не выдерживает противостояния с Россией

Вчера Белый дом заявил о прекращении финансирования вооруженного конфликта на Украине. «Вечерка» выяснила, можно ли всерьез воспринимать слова республиканца.

Пресс-секретарь Белого дома Кэрлайн Ливитт сделала громкое заявление о поставках оружия Украине.

— Мы не можем делать это вечно. Президент хочет, чтобы эта война закончилась, — отметила Ливитт.

Истина на поверхности

В разговоре с «МВ» политолог, публицист, президент АНО «Евразийский институт молодежных инициатив» Юрий Самонкин отметил, что президент США Дональд Трамп действительно устал от бездонной бочки под названием «Украина». В особенности после недавнего коррупционного скандала, когда управляемое из США Национальное антикоррупционное бюро

Украины (НАБУ) раскрыло преступную схему. В ней поучаствовали ближайший соратник Владимира Зеленского Тимур Миндич и другие высокопоставленные лица, которые украли сотни миллионов долларов. — Вот так и расходуется западная военная помощь и деньги налогоплательщиков, — говорит Юрий Самонкин. — Трамп как предприниматель прекрасно понимает, что пора выходить из этой ситуации. И начинает искать выгодную сделку. Ведь он бизнесмен, которому интереснее продавать оружие

Дональд как предприниматель понимает: с нами надо дружить

НАТО, нежели поставлять вооружение для мифических угроз против России и Китая.

Дела у соседей плохи

По словам политолога Юрия Самонкина, сейчас украинский фронт проседает, несмотря на пока наличие западного оружия. А если страна и вовсе лишится военной поддержки, то

Украину ждет печальный конец.

— Поэтому многие заговорили касательно миротворческих инициатив, согласно которым Европе нужен собственный план мирного урегулирования. Но у Трампа есть свои мысли на этот счет, — добавил Юрий Самонкин. — На Западе прекрасно понимают, что Киев бездарно проиграл этот конфликт.

Поэтому в ход идут любые политические ловкости, лишь бы продлить жизнь киевского режима, объясняет политолог Юрий Самонкин.

Хитрый лис ищет выгоду

Дональд Трамп играет похитрому, ведь понимает — с Россией в любом случае необходимо взаимодействовать в будущем.

— Одной Украиной международное пространство не заканчивается. А попытка «сбросить» Россию с мировой арены — недоэксперимент, который прова-

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



МАЛЕК ДУДАКОВ
Политолог-американец

На самом деле ничего нового мы сейчас не слышим от представителей администрации Дональда Трампа. Ни для кого не секрет, что действительно финансирование украинского проекта со стороны американцев уже давно закончилось. Последний транш США передали Украине еще весной 2025 года. С того времени действительно ничего не поставляют, а только отправляют вооружение европейцам. А те из своих арсеналов что-то предоставляют Украине. Озвученные сейчас пресс-секретарем Белого дома вещи — очевидные. Они работают именно на внутреннюю аудиторию, поскольку американцам приходится объяснять то, что происходит в мире. С одной стороны, Трампу нужно с Россией договориться, с другой — оказывать давление на Украину.

лился, — объяснил Юрий Самонкин. — Сейчас европейцы будут искать другие рычаги давления. Но то, что Трамп с нами разговаривает, — хороший сигнал. Республиканцы хотя и воспринимают нас как противника, но не переходят черту.

Республиканцы — мягкие и хитрые, это дает нам возможность завершить украинский вопрос окончательно, начав общение с США. По мнению политолога, Трамп так или иначе признает право РФ на восстановление исторической справедливости. И признает новые границы России.

— Украина навряд ли продержится на линии фронта, потому что если спецоперация продолжится такими темпами, как сейчас, то для Киева 2026 год будет еще более печальный. Поскольку идет полная денацификация и демилитаризация, — заключает Юрий Самонкин. — Украина терпит серьезные проблемы, как следствие — это отключение электроэнергии, «блэкауты», убийства представителей ТЦК и экономический кризис.

АНАСТАСИЯ ГОРАНОВА
vecher@vm.ru

Как сидеть президентам

Позапрошлый президент Франции Николя Саркози объявил, что 10 декабря он приглашает своих сторонников и просто любопытствующих на презентацию своей прямо-таки выстраданной книги с рабочим названием «Тюремный дневник». Политик, получивший пять лет заключения по причине незаконного финансирования своей предвыборной кампании, намекает, что те двадцать дней, что он реально провел в тюремной камере, стали для него просто своеобразной «болдинской осенью». Ни Ленин, ни Кропоткин, ни кто-либо еще из числа известных узников не демонстрировали такой тюремной литературной продуктивности. Ну разве что Эдуард Лимонов, но он-то профессионал пера.

Собственно, неожиданный для многих судебный вердикт вернул месяце Николая в центр общественного внимания, которое, видимо, излишне сконцентрировалось на поисках вторичных половых признаков супруги действующего президента. Нет, во Франции президенты уже подпадали под судебные разбирательства. В частности, такой судьбы не избежал один из самых влиятельных французских президентов Жак Ширак. Политику, два раза избравшемуся президентом, инкриминировали растрату (он, еще будучи мэром Парижа, оформлял фиктивных работников за госсчет, а заодно раздавал приближенным и их родственникам муниципальные квартиры, предназначенные для малоимущих). В конце концов, учитывая преклонный возраст и некоторые неврологические болезни, ведущие, дескать, к провалам в памяти, Ширак отделался штрафом и двумя годами условно.

Как мы видим, Саркози повезло меньше. Злые языки связали его помещение в узилище с мезью Макрона, которого его предшественник нелюбезно критиковал. Тем не менее все три недели заключения превратились в пресс-конференцию «Сарко» нон-стоп, из ко-

торой узнали, что заключенные своими криками подло мешают спать бывшему главе МВД, а он сам питается исключительно йогуртами из опасения, что в казенную пайку ему враги плюнут. Но факт заключения экс-президента вновь поставил вопрос о том, как таким персонам организовать отсидку? Мы же помним, как совсем недавно нечто подобное обсуждали в США, когда Дональда Трампа буквально обкладывали разного рода расследованиями. Тогда стали прикидывать:

НАДО ПОНИМАТЬ

МИХАИЛ ЩИПАНОВ
Обозреватель



если его посадят, то как его срок должен протекать, поскольку таких прецедентов в американской юридической практике просто не было. Предполагалось, что в соседней камере должны будут находиться не только охранники, но и положенные бывшему главе страны секретари и помощники. Выглядело все это странно, но, как мы видим, до сурового вердикта в отношении Дональда Фредовича тогда дело так и не дошло. Но зато вместе с охранниками в тюрьму отправился Саркози, что, мягко говоря, ложилось дополнительным бременем на казну. К тому же охранники были вооружены, а в тюрьмах штатные надзиратели оружия не носят. Теперь Саркози будет дома носить электронный браслет, с которым также не все так просто. Вот в далекой от Парижа Бразилии другой осужденный экс-президент Жаир Болсонару должен вернуться в тюрьму. Поскольку-де с помощью паяльника пытался этот прибор с ноги снять, да еще и устроил вечеринку. Ссылки на то, что речь шла о молебном бдении, на судей впечатления не произвели. Так что вопрос, как сидеть президентам, остается открытым.

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

Воспитаю будущих защитников

Александр Кряжев — участник специальной военной операции на Украине (СВО). Мужчина рассказал «Вечерке» о своем боевом пути и с чем столкнулся на передовой.

Боец вернулся домой и продолжил патриотическую работу

Раньше, до начала СВО, Александр занимался волонтерской деятельностью в МГЕР («Молодая гвардия Единой России»). Боец был руководителем отделения в Южном округе Москвы. Многие изменилось 24 февраля 2022 года, когда началась СВО.

— Тогда я вместе с друзьями в составе «Молодой гвардии» и «Волонтерской роты» отправился в Мариуполь. Мы отвезли гуманитарную помощь местному населению, — вспоминает парень. Александру тогда было 22 года. В армии не служил. Однако чувство любви к Отечеству в сердце парня уже подсказывало нужный путь. А в ходе добровольческой работы юноша накопил опыт.

— То, что я увидел своими глазами в ходе поездки в ДНР, стало главной причиной, по которой я принял решение отправиться на передовую. На тот момент я занимался патриотическим воспитанием молодежи, и делаю это до сих пор. На личном примере я решил показать, что любимую ро-



Любимая девушка Александра написала ему на фронт, а потом навестила

дину необходимо уметь защищать, — делится в беседе с «Вечеркой» Александр Кряжев.

Такой выбор для бойца стал продолжением семейных традиций: его прадедушка — защитник Москвы, который в годы Великой От-

ечественной войны служил в ПВО и прикрывал небо над столицей. Прибыв на передовую в качестве добровольца, Александр попал в подразделение аэроразведки. За полтора года службы он увидел то, что раньше смотрел лишь в кино.

— Помню, в 2023 году мы с ребятами устраивали круглосуточное дежурство. Ждали контрнаступление врага, — вспоминает боец. — Националисты анонсировали его очень громко. Громко кричали в социальных сетях, что нас всех разо-

7 ноября. Аэроразведчик Александр Кряжев на площади Революции в Москве

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

АЙДАР ДАВЫДОВ
Политолог, социолог

На одном поле сходятся армия, экономика, технологии, киберпространство и информационные потоки. Каждое сообщение, видео, новость становятся частью сражения и за территорию, и за умы. Это не просто военные операции, а система, где работает все: от дрон до психологического воздействия холодной войны. СВО показывает, как быстро развивается военное искусство.

бьют. Но у врага, конечно, ничего не вышло. Мы тогда помогли ребятам на передовой, чтобы они были готовы к наступлению противника и удержали рубежи. С передовой Александра ждала его девушка. Однако, осознавая старую как мир истину: если хочешь, чтобы что-то было сделано правильно, сделай это сама, — она не стала дожидаться весточек с фронта.

— Она тогда приехала ко мне из тыла на три дня — и они стали, наверное, одними из самых лучших за всю

мою службу, — рассказывает с улыбкой Александр Кряжев. — Мне тогда командир подразделения дал несколько дней выходных. Я с девушкой поехал по регионам, чтобы показать ей красоту Новороссии, которую мы защищаем от противника.

Вернулся Александр домой весной по окончании контракта в 2024 году. Сразу взялся за дело — начал готовить ребят к отправке на фронт. Знал, что времени у них в обрез, поэтому давал самые необходимые знания в военной подготовке, которые обязательно потребуются на передовой. Объяснял все четко, по делу. Свои советы подкреплял примерами из собственного опыта — что в бою реально пригодится, а что нет.

— И у нас, и у врага есть вся информация. Очень тяжело воевать в условиях, когда все друг про друга все знают. Нет возможности делать неожиданные маневры, кроме наших подвигов с трубами в нескольких городах, например в Судже. Там элемент неожиданности помогал занимать важные города и опорные пункты. Опасная война, очень технологичная, — отмечает боец.

За время службы Александр был удостоен множества наград: медали «За отвагу» Донецкой Народной Республики, медали «Участник специальной военной операции» Министерства обороны России, знака отличия «Георгиевский крест» IV степени ДНР и медали «За храбрость» II степени президента РФ.

АРСЕНИЙ КОЗЫРЕВ
vecher@vm.ru

В Москве работает Единый пункт отбора граждан на военную службу



400 000 рублей — таков размер единовременной выплаты для тех, кто подпишет контракт до 31 декабря.



Каждый контрактник, отправляющийся в зону специальной военной операции, пройдет специальную профессиональную подготовку на лучших полигонах Московской области.



Для контрактников предусмотрены регулярные доплаты в зависимости от звания и воинской должности, а также федеральные и региональные льготы для военнослужащих и их семей.



Членам семей положены денежные выплаты, бесплатная медицинская и психологическая помощь, бесплатный проезд в общественном транспорте и другие меры поддержки.



Также контрактникам, участвующим в СВО, положены статус ветерана боевых действий и соответствующие льготы, бюджетные места для обучения детей в вузах и другие льготы.



Если гражданин не пребывает в запасе и получил высшее или среднее профессиональное образование, он может заменить год срочной службы двумя годами службы по контракту.

Пропускная способность Единого пункта отбора, человек в сутки



Требования к кандидатам

Возраст от 18 до 60 лет. Гражданство России или СНГ



Контакты

Телефон горячей службы: 117
Чат-бот в Telegram: @MskContract_bot



Адрес

Ул. Яблочкова, 5, стр. 1



Время работы

Будни: 9:00–20:00
Сб: 9:00–18:00
Вс: 9:00–16:00

Этой осенью спрос на азиатскую еду среди москвичей вырос на 30 процентов. «МВ» пообщалась с нутрициологом Юлией Хлоповой и выяснила, можно ли есть такие продукты часто.

Рыбка хороша к десерту

Гид по популярным в России азиатским блюдам

Одни из популярных продуктов — онигири: небольшие рисовые треугольники с начинкой, например тунцом, курицей или овощами. Они считаются хорошим перекусом благодаря сочетанию риса, рыбы или мяса.

— Однако важно учитывать, что они производены для длительного хранения и проходят дополнительную обработку стабилизаторами, сахарами, уксусами и солью. Поэтому их лучше воспринимать не как полностью безопасный перекус, а как продукт с насыщенным составом, способный при чрезмерном употреблении привести к перееданию, — говорит Хлопова.

Также популярны стали напитки бабл-ти — чай с шариками тапиоки (*крахмалистый продукт, получаемый из корней маниоки, тропического растения.* — «МВ»). Такие шарики содержат большое количество промышленных сахаров и крахмала. Чрезмерное потребление этих продуктов отрицательно влияет на самочувствие. — Несмотря на попытки сделать эти напитки менее калорийными (когда вместо обычного молока используют альтернативное), они все равно высококалорийны. Лучше не пить бабл-ти часто. Иначе можно привыкнуть заменять полноценное питание быстрыми продуктами. А это вредно и для желудка и фигуры.

Десерт «Фрукты в стекле» можно приготовить и дома

Почти как кофе

Матча — это японский порошковый зеленый чай, который тоже полюбился жителям России. Изготавливается он путем перетирания сухих чайных листьев тэнча. У напитка приятный зеленый цвет и яркий вкус. Иногда матчу добавляют в кофе, получается своеобразная бомба из кофеина. При частом употреблении он вызывает учащенное сердцебиение и проблемы со сном.



Рисовое пирожное

Моти — это японский десерт из клейкого риса, который при долгой обработке превращается в сладковатое эластичное тесто. Обычно в него кладут самые разные начинки, например клубнику или даже мороженое.



Если борщи надоели

Японский суп рамен — это насыщенный бульон на основе мяса, рыбы или овощей с добавлением топпингов (начинки). Это может быть любое мясо, вареные яйца, морепродукты, овощи, водоросли, грибы энoki, ростки бамбука. Принципиальное отличие рамена от других супов в том, что его компоненты готовятся раздельно, а потом смешиваются в тарелке перед подачей. Сам по себе он не вреден, но, конечно, все зависит от добавок.

С острижкой

Латяо — китайская закуска из пшеничной муки и соевого мяса. Она славится своей пикантностью из-за чили. Многие едят эти острые полоски как снеки. В составе есть пальмовое масло, которое при регулярном употреблении сказывается на работе пищеварительной и сердечно-сосудистой систем.



Шарики через трубочку

Бабл-ти — это тайваньский напиток, в основе которого чай с молоком или фруктовыми сиропами и жевательные шарики тапиоки. Его популярность обусловлена приятной текстурой шариков. Однако из-за высокого содержания сахара напиток может привести к проблемам с пищеварением и сахарному диабету.



ПРЯМАЯ РЕЧЬ



ЮЛИЯ ХЛОПОВА
Нутрициолог, автор рационов для коррекции пищевого поведения, рекомпозиции тела, восстановления после болезней

Рост популярности азиатской кухни произошел благодаря соцсетям. Эта тенденция связана скорее с пропагандой азиатской фуд-индустрии в целом, чем с конкретными блюдами. Ранее в нашей стране доминировала американская еда — картофель фри, бургеры, наггетсы и хот-доги. Однако сейчас все больше людей интересуются кухнями из Южной Кореи, Японии и Китая

А хрустит-то!

Тангулу, или фрукты в стекле, — это китайский традиционный десерт из ягод и фруктов на палочке, покрытых сахарной застывшей глазурью. Фрукты нанизывают на шпажку, затем окунают в горячий сахарный сироп и дают остыть. Многие десерты нравятся как раз благодаря приятному хрусту. Но, конечно, часто есть его также не стоит из-за большого количества сахара.



РУССКУЮ ВОДКУ ЗАМЕНИЛИ СОДЖУ?

Еще одним популярным среди россиян напитком стала «корейская водка» соджу, которая имеет крепость от 13 до 45 процентов и мягкий сладковатый вкус.

— Соджу, как и любой другой алкоголь, опасна, если не знать меры. У нее нет резкого вкуса алкоголя, из-за этого опасность уве-

личивается. Человек легко пропускает момент, когда уже переборщил. А ведь она довольно крепкая, это далеко не безобидный напиток. Если пить большими глотками, опьянение наступает быстро и незаметно, тогда наш мозг просто не успевает включить контроль, — по-



делилась врач-терапевт и диетолог Тамара Шашкина. — Поэтому большие объемы выпитой корейской водки точно лучше вам не сделают. Она, как и любой алкоголь, оказывает серьезную нагрузку на печень. Часто в нее добавляют фруктовые ароматизаторы, такие как грейпфрут, персик и виноград. А ее сладкий вкус — это хитрая ловушка для организма.

РЕЦЕПТЫ ИСКОННО РУССКИХ НАПИТКОВ, КОТОРЫЕ СОГРЕЮТ В ХОЛОДНЫЙ СЕЗОН ➔ СТР. 8



Редакция предупреждает: алкоголь вредит вашему здоровью

Материалы к рубрике «Дело вкуса» подготовила АНАСТАСИЯ ДИДЕНКО vecher@vm.ru



РЕНАТА ЛЕБЕДЕВА
r.lebedeva@vm.ru

В современный век бездумного потребления тысячи товаров заполнили полки магазинов. Не все заслуживают вашего внимания. Автору рубрики «Дешево и сердито» Ренате Лебедевой известно, как выбрать действительно стоящий продукт. Ее девиз: «Дорого — не значит качественно»

Сегодня во всем мире отмечают День сапожника. Узнаем, как правильно выбрать этот вид обуви и как за ней ухаживать.

По словам мастера по ремонту обуви, реставратора Дмитрия Осина, в первую очередь при выборе новенькой пары важно обращать внимание на внутриобувное пространство. Ноге должно быть очень удобно.

— На самом деле натуральная кожа или искусственная — не имеет значения. Если вы планируете большую часть дня ходить по улице, то берите сапоги с утеплителем. Примеряйте обувь сразу с носком — так можно понять, насколько она будет удобна. Также важно, чтобы голенище было не слишком свободным, но при этом и не сдавливало ногу, — добавил Дмитрий Осин. Для зимы лучше выбирать сапоги не с острым, а с закругленным мысом, чтобы ноге было комфортно в течение дня.



Интенсивная очистка

Средство предназначено для эффективного и бережного удаления грязи, пятен и разводов с обуви из различных материалов, таких как кожа, замша, нубук и текстиль. Оно помогает восстановить внешний вид обуви, не повреждая структуру материала и не нарушая его воздухопроницаемость. Оно проникает в саму структуру материала, что делает очищение более эффективным. **Цена: 700 рублей.**

Царапин как не бывало

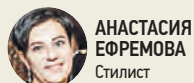
Жидкая кожа для обуви предназначена для восстановления и ремонта поверхностных повреждений, таких как царапины, потертости и мелкие трещины, на изделиях из натуральной или искусственной кожи. Она создает на поврежденном участке эластичный, прочный и стойкий к износу слой, имитирующий структуру кожи, и позволяет вернуть изделию первоначальный внешний вид. **Цена: 400 рублей.**



Масло — лучшая защита

Льняное масло можно использовать для ухода за кожаной обувью, чтобы смягчить материал, предотвратить пересыхание и защитить от влаги. Для этого очистите и высушите обувь, равномерно нанесите масло губкой или ватным диском, дайте ему впитаться несколько часов и удалите излишки сухой тряпкой. **Цена: 200 рублей.**

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



АНАСТАСИЯ
ЕФРЕМОВА
Стилист

В периоды сильных снегопадов лучше отказаться от замшевой обуви. Чтобы грязь не впиталась, а разводов от реагентов оставалось как можно меньше, используйте водоотталкивающие средства. Кожу лучше всего протирать влажной тряпкой, для глубокого очищения используйте спреи и шампуни, которые воздействуют на структуру.

И сапогам нужен шампунь

Никакой воды

В зимнее время особенно актуальны средства для обуви с водоотталкивающей функцией. Водоотталкивающая пропитка работает, создавая на поверхности обуви тонкую защитную пленку из гидрофобных (водоотталкивающих) веществ, которая не дает воде впитываться в материал. Эта пленка заставляет капли воды собираться в шарики и скатываться с поверхности, подобно эффекту «листа лотоса». Современные пропитки делают это, не нарушая воздухопроницаемость обуви, чтобы она оставалась «дышащей». **Цена: 500 рублей.**

Увидели в магазине необычный товар и хотите о нем рассказать? Пишите автору: **r.lebedeva@vm.ru**



Shutterstock/FOTODOM



При выборе обуви обращайте внимание на форму колодки

Внешний вид

Конечно, при выборе сапог не стоит забывать и о внешней привлекательности. В этом сезоне в тренде модели из кожи и замши. Самые модные цвета: красные, коричневые, фиолетовые, белые. Строгая черная классика сейчас не так популярна, как раньше. Актуальная мода диктует цвет и разнообразие.

На следующей неделе в столицу придут первые крепкие морозы — температура воздуха опустится до -7 градусов. Медики рекомендуют в такую погоду согреваться полезными натуральными напитками. Врач классической и китайской медицины, член рабочей группы Госдумы по вопросам долголетия Ирина Старкова (на фото справа) рассказала «МВ» о самых эффективных иконно русских напитках.



Есть такой традиционный русский принцип: «Пища должна быть лекарством, а лекарство — пищей». На Руси не было случайных напитков. Каждый настой, каждый взвар был актом тонкой настройки организма с природой. В зимнюю стужу именно сбитень был главным защитником от холода. Это не просто напиток, это — эликсир тепла. Часто в сбитень добавляли зверобой, душицу, чабрец (согревают, выводят слизь), имбирь, корицу (согревает почки и улучшает кровообращение), гвоздику. Взвары (узвары) — это чаще всего компоты и отвары из сушеных ягод и фруктов. Взвары пили в пост, во время болезней, для восстановления сил. Это была форма жидкого питания, которая не перегружала желудок, но давала все необходимые «соки» и витамины. Приготовление взвара — это уже ритуал: собрать ягоды, высушить их, а потом медленно томить, чтобы извлечь полезные свойства.

Отвар из калины помогает успокаивать нервную систему. Его часто использовали при женских недомоганиях. Кипрей узколистный, или иван-чай, издавна заваривают на Руси. Первые упоминания о нем относятся к XII веку и связаны с крепостью Копорье. По преданию, после освобождения крепости Александр Невский отдал напиток, приготовленный монахами, и, почувствовав прилив сил, велел поить им воинов и заготовливать траву — так появился копорский чай. Заготовка была непростой: растение сушили, перетирали, ферментировали и вновь подсушивали в печи. Но аромат и польза напитка стоили труда. Иван-чай пили и для лечения, и просто ради удовольствия — он утолял жажду и придавал бодрость. Главный ритуал, который хотелось бы передать, — это осознанное питье. На Руси не было культуры «выпить стакан воды на бегу». Питье было таинством. Чай из самовара, горячий сбитень из ковша, взвар из глиняного горшка. Это был момент остановки, общения, созерцания.



Кисель: пей горячим

Напиток из свежих и сушеных фруктов и ягод, сиропов, варенья, молока с добавлением крахмала, сахара или меда. Чтобы приготовить идеальный кисель, разведите крахмал в холодной воде, затем тонкой струйкой влейте в кипящий отвар.



Душепарка почти глинтвейн

Русский слабозащипанный напиток с добавлением меда и сока, приготовленный с добавлением сахара и пряностей, разлитый в глиняный горшок. Родом из Ярославской губернии.

Ягодка, дай жару!

Согреваемся полезными русскими напитками



Узвар: просто добавь мед

Напиток, получаемый с помощью длительного нагревания воды или пива с травами, кореньями, фруктами или ягодами. Рецепт выглядит так: фрукты (ягоды, сухофрукты) варятся или иногда заливаются кипятком, затем добавляется и размешивается мед, после чего узвар настаивается.

РЕКОРДСМЕНЫ

- Самый большой котел глинтвейна объемом 2034,78 литра был изготовлен Алессандро Де Деа и Фабрицио Виджиланте в Италии в 2016 году. Помимо красного вина и сахара, глинтвейн содержал лимонные корки, гвоздику и корицу.
- В 2024 году во время празднования 40-летия ямальского города Муравленко жители установили мировой рекорд — приготовили сбитень объемом более 1116 литров 250 миллилитров (на фото внизу).
- В 2024 году в парке «Красная Пресня» приготовили самую большую кружку какао. Рекорд был установлен в честь выхода португальско-бразильского сериала «Какао». На глазах посетителей в гигантской кружке было сварено 125,3 литра какао.



Гвейн
ко-
к на ос-
я клюк-
ный
печий
но-
ейна.
вской



**Иван-чай:
для иммунитета**

Напиток обладает противовоспалительными, антиоксидантными и мочегонными свойствами, способствует укреплению иммунной системы. Для засушки и заваривания выбирайте цветущие не подгнившие растения, которые еще не дали семян.



**Черный чай:
классика**

Отлично согреет и обычный черный чай, если при заваривании добавить в него такие специи, как: имбирь, корица, гвоздика, кардамон, а также лимон или мед.



Шиповник: ВИТАМИНЫ

Терпкий, тонизирующий напиток, богатый витаминами, который можно готовить разными способами, например, заваривать в термосе или варить. Для максимальной пользы ягоды заливают водой температурой 70–80 °С, чтобы сохранить витамины, и дают настояться несколько часов. Ягоды можно собрать самому, выбирайте спелые, без подгнивших частей. Сушить их надо на свежем воздухе без попадания солнца.



Редакция предупреждает:
алкоголь вредит вашему здоровью

Сбитень: самый популярный

Старинный славянский напиток, сваренный из меда, пряностей и трав. Рецепт сбитня дан в «Домострое». Можно смело добавлять в него разные ягоды, например, смородину, малину или облепиху, смотря что растет у вас на участке.



ГОТОВИМ СБИТЕНЬ С ОБЛЕПИХОЙ

80 г облепихи (свежей или свежемороженой) отвариваем в кипящей воде 15–20 минут, до появления пены. Процеживаем отвар и охлаждаем



В горячую воду (1 л) добавляем мед (150 г), хорошо размешиваем до полного растворения



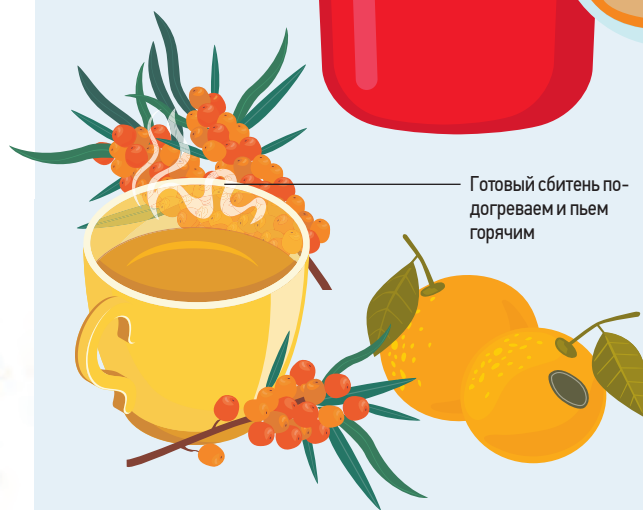
Затем добавляем пряности (гвоздику 5 г, корицу 2 г) и нарезанный имбирь (корень, 30–40 г), а также нарезанные кружочками апельсины (две штуки). Кипятим 5–10 минут, снимая пену



Через полчаса слегка остывший напиток процеживаем



Добавляем в сбитень остывший отвар облепихи. Тщательно перемешиваем



Готовый сбитень подогреваем и пьем горячим

**Многие отвары
обладают также
успокоительным
эффектом**

Французская песня с русской душой

Певица Елена Липаева откровенно о слиянии культур

Концерт «Париж. Век песен» в исполнении мультиязычного коллектива *Elena et les garçons* («Элена и ребята») состоится 3 декабря в Московском международном Доме музыки. В преддверии выступления «МВ» побеседовала с солисткой и создательницей проекта, певицей-полиглотом Еленой Липаевой.

Елена, ваша новая программа называется «Париж. Век песен». Какой Париж вы хотите показать зрителю?

Я хочу показать Париж, который умеет быть разным, и в этом его магия. Именно поэтому мы выбрали такой большой отрезок времени — целый век. Хочется поностальгировать по безвозвратно ушедшей эпохе и перенестись мысленно в романтичный, яркий и в то же время немного мечтательный Париж, который мы привыкли видеть в кино, а также показать, чем живет современный город.

Что нового ждет зрителей на этом концерте?

Для премьеры мы решили сделать концерт в особен-

ном звучании: к нам присоединится замечательный струнный квартет «Московская Камерата» и мультиинструменталист Андрей Баталеев, который будет играть на флейте и еще на паре необычных инструментов. Также в программе будут песни, которые мы еще никогда не исполнили и готовим именно к этому концерту. Например, впервые прикоснемся к такой классике, как «Шербурские зонтики», покажем свое прочтение «Гимна любви» Эдит Пиаф. А еще в этот раз у нас до-

Хочется поностальгировать по безвозвратно ушедшей эпохе

шатели любят французскую музыку в нашем исполнении, по крайней мере так они говорят, возвращаясь к нам на концерты.

Как вы думаете, почему французская музыка остается модной, хотя она не гонится за трендами?

Она про настоящее чувства. Тренды — это все же больше про форму, а во французской музыке первично содержание. И там всегда была очень важна не только музыкальная составляющая, но и текст, история, которая рассказывается в песне, и то, как она рассказывается, через какие образы, какими словами.

ДОСЬЕ

Музыкальный проект *Elena et les garçons* — уникальный мультиязычный коллектив, в репертуаре которого песни разных стран и эпох на семи языках. Более 10 лет коллектив погружает гостей концертов в атмосферу разных стран, объединяя разные музыкальные культуры. Солистка и создатель проекта Елена Липаева — полиглот, родилась в Люксембурге и владеет всеми языками, на которых поет.

вольно оригинальное световое решение, но давайте сохраним интригу.

В программе есть и легкие, и драматичные песни. Как находите баланс?

Мне близки разные состояния — и легкость, и печаль, как, наверное, всем людям в разные периоды жизни. На мой взгляд, задача артиста — вызывать разные эмоции, помогать справиться со сложными чувствами, давать пространство для размышлений, воспоминаний и одновременно дарить легкость и улыбку.

Вы говорите на семи языках, у вас точная дикция. Есть какие-то свои профессиональные секреты?

Я воспринимаю каждую песню как маленькую историю, своеобразный небольшой спектакль. Я неспроста стараюсь брать в репертуар песни только на знакомых мне языках. Ведь если понимать смысл и пропускать через себя текст — слова запоминаются гораздо легче и подача становится точнее. В языках, которые я знаю с детства, дикция легла сама собой благодаря общению. Но над остальными я много работаю. Уточняю мельчайшие детали, «мучаю» преподавателей, присылая диктофонные записи, если мне кажется, что где-то я была не совсем точно и нужно почистить произношение.

Много ли вы гастролируете по России? Какие города для вас особенно дороги?

Я очень люблю путешествовать, благодаря гастролям получается совмещать работу и посещение новых интересных мест. Сложно выбрать особенные, потому что в каждом своя прелесть. Мы стараемся немного задерживаться, чтобы успеть посмотреть города, в которые приезжаем, и каждый удивляет и радует своим.

Елена Липаева исполняет песни на семи языках



Пресс-служба группы Elena et les garçons

КОРОТКО О ГЛАВНОМ

Вы родились в Люксембурге и много лет жили в Европе. Этот опыт повлиял на выбор французской музыки как основного направления?

Конечно, все-таки именно французский язык мне ближе всего. Я с детства знакома с этой культурой, слушала и любила французскую музыку с ранних лет. Я знаю большее количество французских песен, чем можно включить в один, два и даже три концерта — а многие из них очень хочется исполнить и показать именно свое прочтение. Поэтому мы постоянно расширяем эту часть нашего репертуара. Да и слу-



Выступление группы *Elena et les garçons* в Театре имени Маяковского

В эпоху стримингов концерты становятся редкой роскошью — это живое общение. Считаете ли вы, что онлайн может заменить другие форматы?

Искренне верю, что не может. Буквально на днях поймала себя на этой мысли, когда была в театре как зритель. Что живое взаимодействие с артистами, другими зрите-

лями в зале, атмосфера действия здесь и сейчас — это совершенно особые переживания, никакой онлайн их не заменит. Слушать концерт в зале, находясь как будто внутри музыки, и слушать в наушниках или через колонки — это два разных прослушивания, даже воздействие на тело разное. Так что, думаю, искусство живых представлений не умрет. Могут сказать, что публике интересны наши концерты, и мы чувствуем то тепло, с которым нас принимают.

Материалы к рубрике «Лицо и личность» подготовила ДАРЬЯ РОСТОВА vecher@vm.ru

Сегодня во всем мире отмечают День борьбы с ожирением. «Вечерка» узнала у кандидата медицинских наук и врача-диетолога Елены Соломатиной, чем опасны «звездные» методы борьбы с лишним весом.

К сожалению, с каждым годом проблема лишнего веса становится все серьезнее, причем для всего человечества. — В целом жир человеку нужен: ведь из него делаются оболочки клеток. Без жирового запаса мы остаться не можем, иначе просто умрем. Он, как подушка, защищает внутренние органы. Но когда его становится очень много, то жировая ткань начинает работать как орган, — говорит Елена Соломатина.

В результате развиваются сердечно-сосудистые заболевания, диабет и иногда даже онкология. У мужчин падает тестостерон, появляется больше женских половых гормонов.

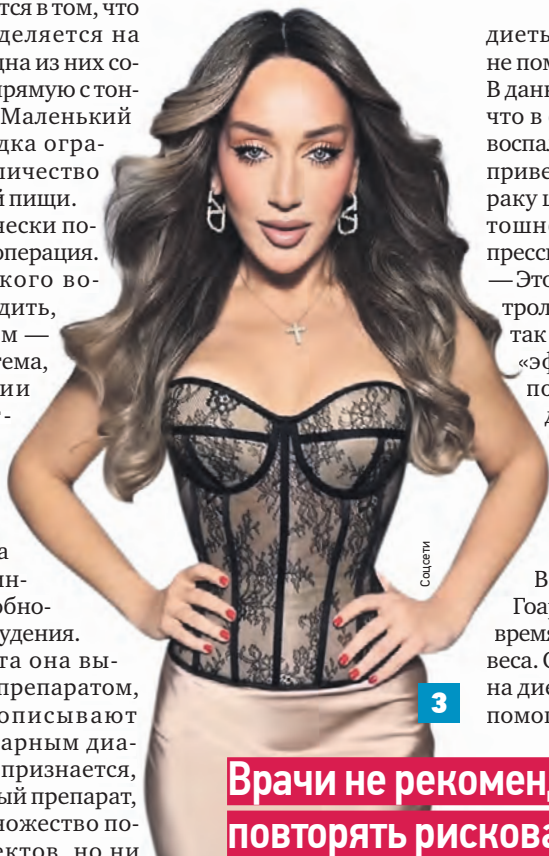
Существует множество видов борьбы с ожирением, но некоторые из них вызывают споры. Тем не менее некоторые из них активно используют современные звезды. К примеру, российская оперная певица Маргарита Суханкина решилась на гастростомирование желудка, так как ее вес составлял около ста килограммов. Суть операции заключается в том, что желудок разделяется на две части, и одна из них соединяется напрямую с тонкой кишкой. Маленький размер желудка ограничивает количество потребляемой пищи. — Это фактически порождающая операция. Лучше до такого вообще не доводить, ведь организм — это целая система, при ожирении она ломается, — отмечает Елена Соломатина. Певица Слава (2) не стала скрывать от интернета подробности своего похудения. Вместо спорта она выбрала уколы препаратом, который прописывают больным сахарным диабетом. Слава признается, что это сложный препарат, у которого множество побочных эффектов, но ни



Максим Боголюбов/РИА Новости

Слава укололась, Басков голодал

Экстремальные способы похудения артистов



Соцсети

3

Врачи не рекомендуют повторять рискованный опыт

диеты, ни липосакция ей не помогли. В данном случае есть риск, что в организме начнется воспаление, которое может привести к потере зрения, раку щитовидной железы, тошноте, усталости и депрессии.

— Этот процесс нужно контролировать. Здесь все не так просто: у клеток есть «эффект памяти». Они помнят, что они были другими. И когда их резко опустошили, они всячески стараются наполниться вновь, — добавляет врач-диетолог.

Визажист и стилист Гоар Аветисян (3) долгое время страдала от лишнего веса. Она пробовала сидеть на диетах, но ей ничего не помогало. Тогда Аветисян

решилась «лечь под нож». Ей откачали лишний жир и убрали оставшуюся кожу. Теперь у визажиста огромные шрамы на всех частях тела, но ее это, видимо, не смущает: она активно публикует фотографии в купальнике и рассказывает о своей реабилитации. К слову, врач, оперировавший Гоар Аветисян, неоднократно сталкивался с критикой других обращавшихся к нему звезд.

Певец Николай Басков (1) не скрывает, что ему удалось скинуть лишние килограммы с помощью интервального голодания. Так, первый раз он ест сразу после пробуждения, а потом спустя восемь часов. Следующий прием пищи будет только на следующий день. Врачи отмечают, что такой радикальный метод может привести к проблемам с пищеварением, в том числе к расстройству пищевого поведения.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



ЕЛЕНА МИРОНОВА
Психолог, автор книг

Человек может придумать любые отговорки, почему он не может похудеть привычным способом. Но чаще всего это глобальное неприятие себя. Некоторые называют это ленью, но на самом деле причина кроется в недостатке мотивации. Кажется, что прибегнуть к уколам и операциям проще, чем правильно питаться и заниматься спортом. Чтобы не затягивать похудение на долгие годы, нужно сначала проработать внутренние установки и проблемы.



Соцсети

2

ПРАЗДНИК

Затронули струны души

■ **Завтра отмечают Международный день гитариста.** «Вечерка» составила топ-5 музыкантов, прославившихся благодаря уникальной игре на этом инструменте.

■ **Сергей Маврин (1).** Уникальный гитарист, известный своей необычной игрой. Во время исполнения обе его руки находятся поверх гитарного грифа. Правая используется для звукоизвлечения, а левая для глушения струн. Благодаря такой технике Маврин способен добиться особой музыкальной выразительности. Популярность приобрел в составе группы «Ария», которую покинул в 1997 году. Сейчас занимается сольным проектом «Маврин».

■ **Виктор Зинчук.** Заслуженный артист России, гитарист-виртуоз, композитор, аранжировщик. В 2001 году Виктора внесли в Книгу рекордов России за исполнение своей вариации произведения «Полет шмеля» Римского-Корсакова в темпе 270 ударов в минуту, извлекая при этом 20 нот в секунду. А в 2002 году это достижение Зинчука отметили в Книге рекордов Гиннеса.

■ **Дмитрий Четвергов (2).** Заслуженный артист России, гитарист, композитор. Четвергов сотрудничал с множеством отечественных и зарубежных артистов. Среди них Николай Носков, Григорий Лепс, Гленн Хьюз и Джо Линн Тернер из группы Deep Purple.

Дмитрий был первым рок-музыкантом, который выступил на сцене Государственного академического Мариинского театра. Четвергов также получил пре-



РИА Новости

мию «Золотая нота» в номинации «Лучший гитарист России 2014».

■ **Леван Ломидзе.** Российский и грузинский гитарист-виртуоз, автор песен. Леван основал группу Blues Cousins. Кроме того, Ломидзе стал первым российским гитаристом, признанным на родине блюза: в 2002 году подписал долгосрочный контракт с Вашингтонским Блюзовым сообществом о проведении пяти туров по США. В их число вошли и выступления на самых престижных фестивалях Америки.

■ **Дмитрий Малолетов.** Гитарист, композитор, продюсер. Один из немногих музыкантов, владеющий необычной техникой игры на гитаре. Называется она двуручный независимый теппинг: обе руки извлекают звук одновременно, при этом играя разные партии, сливающиеся в мелодию, похожую на партию фортепиано. Такой способ позволяет музыканту исполнять сложные произведения, используя при этом до 8–9 пальцев одновременно! У слушателя появляется ощущение, что играют сразу два человека.



Максим Блинов/РИА Новости

2

Эксперты прогнозируют, что зарплаты Деда Мороза и Снегурочки к Новому году взлетят до 300 тысяч рублей. У аниматора-экскурсовода Полины Глаголевой, выступающей в качестве Снегурочки, «МВ» узнала об особенностях работы.

Заказать выезд Деда Мороза и Снегурочки сегодня можно буквально в пару кликов, а цены стартуют от 1500 рублей. Но стоит ли гнаться за экономией? — Сейчас действительно стало появляться много объявлений, и среди них есть те, на которые лучше не откликаться. При выборе стоит обязательно обращать внимание на костюм. В идеале запросить у организации фотографии той одежды, в которой Дед Мороз и Снегурочка планируют выступать у ребенка на празднике, — рассказала Полина. Есть и определенные «красные флаги», по которым еще до праздника можно понять, что конкретного аниматора нанимать не стоит.

— Во-первых, стоит устроить личную встречу до начала вашего праздника. Явным показателем непрофессионализма будет опоздание человека. Кроме того, стоит обратить внимание на его речь. Она должна быть хорошо поставлена. На вопросы о работе у человека должны «загораться» глаза — ну или по крайней мере он не должен юлить и уходить от от-

Перед торжеством цены начнут стремительно подниматься

Хоровод заведу за 900 рублей

Как подарить детям зимнюю сказку без лишних «сюрпризов»



ПРЯМАЯ РЕЧЬ



НИКОЛАЙ СВЕТЛИЧНЫЙ
Директор экскурсионной компании

Человек, который ищет работу аниматором, должен понимать, что она собой представляет. Надо знать Москву и маршруты, чтобы уметь ориентироваться и приехать к ребенку вовремя. Работы на самом деле очень много, но важно не ошибиться в выборе. Кандидату надо заранее узнавать условия и обязанности.

Аниматор-экскурсовод Полина Глаголева часто выступает на праздниках в роли Снегурочки

ветов, — отметила Полина Глаголева.

Человеку, который приходит работать в эту сферу, стоит понимать особенности образов. Скажем, Снегурочка должна не отходить от своего типажа.

— Мы все понимаем, что она все-таки внучка Деда Мороза и не может выглядеть старше его, — отметила Полина.

Все дети верят в сказки, поэтому если к ним придет взрослый человек, не похожий на сказочного персонажа, то ребенок сразу это вычислит, и праздник будет испорчен.

— Цены сейчас действительно разные. До 15 декабря Деда Мороза и Снегурочку можно заказать от 5–6 тысяч рублей за одну экскурсию (или приезд на дом). Ближе к Новому году цены начнут расти и за несколько часов придется заплатить от 8 до 10 тысяч. Если аниматор будет работать все праздники,

то он может заработать до 150 тысяч и выше, — рассказала Полина.

Диапазон цен оказался шире, чем ожидалось: от 900 до 5000 тысяч рублей за стандартный 30-минутный визит. Разница, как пояснили сами аниматоры, зависит от длительности программы, наличия дополнительных услуг (например, с ребенком проведут фотосессию, сыграют в мини-квест или покажут фокусы). Зависит цена и от времени.

Интересно, что в некоторых объявлениях сумма за Деда Мороза и Снегурочку не отличалась от той, которую мы узнавали при звонке, а некоторые на вопрос о цене отвечали уклончиво. Так, скажем, одно из предложений гласит: «Цена в 900 рублей указана за одну услугу. У нас VIP-программа, в которую входит сказочное появление героев, музыкальное сопровождение программы, волшебная книга Деда Мороза, фото с героями, а также трогательное загадывание желаний. Следовательно, и цена выше. Все зависит от ваших пожеланий».

В некоторых объявлениях не указывалась четкая программа. «Если вы заказываете Деда Мороза у нас, то к вам приезжает опытный, высокий, с поставленным голосом, умеющий находить подход ко всем детям артист. Самое главное, что наши Деда Морозы действительно любят свою работу и с удовольствием выступают для ваших детей и дарят праздничное настроение», — отметил Борис из другого объявления.

Словом, чтобы быть уверенным в новогодней сказке, лучше заказывать выступление через договор. Не помещает и возможность лично обсудить и согласовать четкие условия и детали.

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЙ ИНВЕНТАРЬ АНИМАТОРА

В первую очередь компании, предлагающие работу аниматором, рассматривают людей с профессиональным актерским образованием или тех, кто имеет опыт работы с детьми. Важно сохранить веру в волшебство, поэтому перед собеседованием проходит тщательный отбор. По словам, директора экскурсионной компании Николая Светличного, каждый аниматор должен уметь соблюсти баланс между импровизацией и следованием сценарию праздника. — Ведь ему приходится развлекать детей, внимание кото-

рых бывает достаточно сложно удержать. Конечно, мы часто смотрим на харизму, поставленный голос, — отметил Николай Светличный.

■ **Купить костюм.** Для начала нужно подготовить образ и приобрести костюм. Комплект обычно включает кафтан, пояс, шапку, бороду, варежки, сапоги. Цена в среднем от 5 до 30 тысяч рублей. Также необходимы аксессуары в виде посоха, мешка для подарков и водостойкие рюманы.

■ **Обучиться профессии.** Если вы нанимаетесь в компании по подбору аниматоров, то мно-

Внимание малыша сложно удержать даже на празднике, поэтому от Деда Мороза требуется харизма и артистизм

гие из них проводят обучение, также можно пройти несколько уроков в театральной студии.

■ **Как работать.** Чтобы работать легально, надо зарегистрироваться как самозанятый



Shutterstock/ FOTODOM

и платить налог 4–6 процентов или оформить ИП, если вы планируете нанимать помощников. При работе через агентства стоит уточнить, кто отвечает за страховку и налоги.

■ **Поиск клиентов.** У агентств есть свой список клиентов, но они берут комиссию от 30 до 50 процентов. Можно создать собственную страницу в социальных сетях, подать объявление на интернет-ресурсах или раздавать визитки у детского сада.

Материалы в рубрике «Праздник» подготовила АНАСТАСИЯ СТАРОСТИНА vecher@vm.ru

Спрос на аренду новогодних елок, причем как искусственных, так и живых, в России вырос аж в пять раз. Помимо главного символа праздника в прокат начали брать и новогодний декор. «МВ» выяснила подробности.

Интересно, что буквально за пару месяцев на рынке услуг число компаний, сдающих в аренду елки, выросло как грибы после дождя. Теперь для бизнеса это не диковинка, а что-то обыденное.

— На появление такой услуги повлияло сразу несколько факторов, особенно если ориентироваться на Москву, — говорит «МВ» дизайнер одежды и интерьера Надежда Пронина. — Первый — эпоха расхламления, или, если проще говорить, минимализма. Люди постепенно уходят от потребительского отношения, чаще покупают вещи в секонд-хендах, избавляются от лишнего в доме.

Вторая причина возникновения такого бизнеса, по словам эксперта, — популярность квартир-студий. — Небольшая жилплощадь не позволяет хранить много вещей. Люди выбирают

предметы быта, декора или одежды из тех соображений, что у них останется свободное пространство в доме, — говорит эксперт.

Третьей причиной дизайнер назвала отсутствие свободного времени.

— Нередко в прокате встречаются уже наряженные елки. Они всегда красивые, пышные, все игрушки на подбор, да еще и в цветах наступающего года. Людям проще и быстрее заказать домой такую елку на пару

дней, чем покупать и наряжать самому. Как правило, к такому решению приходят те, кто очень много работает, — говорит Пронина. — Последняя причина развития бизнеса по аренде елок — фотосессии и корпоративы. Для этих мероприятий символ Нового года нужен совсем на короткий срок. Поэтому часто люди в этой сфере просто не видят смысла заниматься украшением помещений самостоятельно.

Объяснила эксперт и то, зачем люди берут в аренду живые ели.

— Дело в том, что если компания добросовестная, то после использования живой елки ее высаживают где-то в лесу или парке. Такой подход приятен людям, озабоченным экологией. То есть после праздников не появляется нового синтетического мусора, леса и парки густо насажены, а в доме остался приятный аромат хвои — чем не радость, — говорит Надежда Пронина.

А вот цены на аренду елки достаточно высокие. За такие деньги ее можно и купить... Так, в одном из магазинов аренда двухметровой наряженной елки стоит около 27 тысяч руб-

Одолжите Новый год на денек?

Москвичи начали массово арендовать елки

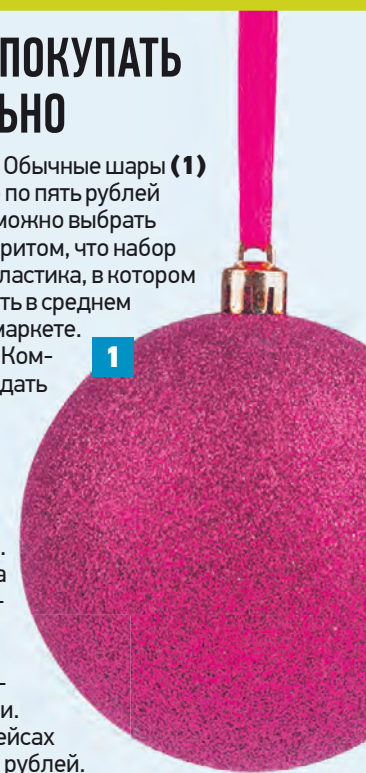
УКРАШЕНИЯ ПОКУПАТЬ НЕОБЯЗАТЕЛЬНО

■ **Елочные игрушки.** Обычные шары (1) компании сдают всего по пять рублей в день за штуку. Цвет можно выбрать самостоятельно. Это притом, что набор елочных игрушек из пластика, в котором 20 шаров, можно купить в среднем за 200 рублей в супермаркете.

■ **Коробки под елку.** Компании предлагают создать видимость огромного количества подарков (2). Одну задекорированную коробку можно арендовать за 1000 рублей в сутки.

■ **Гирлянда.** Ну и куда же без цветных огоньков? Гирлянду тоже можно взять в аренду. Стоить это будет в районе 500 рублей за сутки. При этом на маркетплейсах гирлянды стоят от 300 рублей.

■ **Фотозона.** Арендовать (например, для корпоратива) можно и настоящую фотозону. Такая мини-сцена с декорациями стоит примерно 50 тысяч рублей на день с доплатой 1000 или 1500 рублей в последующие дни.



Одна из причин популярности аренды елок — россияне не хотят заполнять квартиру лишними вещами, которые лежат месяцами и занимают место

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



ДАРЬЯ РОМАШЕВА
Декоратор, основатель цветочной мастерской

Когда мы говорим об аренде, зачастую имеем в виду именно искусственные елки, с ними проще. Что насчет декораций? Базовая закупка только стандартных игрушек, декора и гирлянд для большой праздничной елки (например, на крупный корпоратив) может составить до 50 тысяч рублей. В таком случае арендовать елку под ключ будет дешевле, чем купить и собрать ее с нуля.

После торжества деревья высаживают в питомниках

лей в день. В последующие сутки, заявляет продавец, ценник снизится — от 500 до 2000 рублей. На другом сайте предлагают ненаряженные искусственные ели. Здесь стоимость аренды на день достигает 9500 рублей. При этом владелец гарантирует доставку и монтаж пушистой красавицы.

Что касается живых елей, то тут, как говорится, кто во что горазд. Одни предприниматели сдают символ Нового года за 2000 рублей с таким же залогом. Другие предлагают привезти елочку на все праздники и забрать после старого Нового года. Причем устанавливает и демонтирует елку сотрудник компании, который после отвозит ее для посадки в питомник. Стоимость услуги начинается от 12 тысяч рублей в день.

ВИКТОРИЯ БИЯТОВА
vecher@vm.ru

Хрюша подсел Буратино

Как менялись герои легендарной детской передачи

26 ноября программа «Спокойной ночи, малыши!» отмечает 62-й день рождения. «Вечерка» вспоминала, как передача изменилась за эти годы.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

КИРИЛЛ СОРОКИН
Историк, кандидат исторических наук, доцент в частном вузе

Знаменитые кукольные ведущие в «Спокойной ночи, малыши!» появлялись постепенно. Пес Фила появился в передаче раньше других героев, в 1968 году. Степашка — в 1970-м, Хрюша — в 1971-м, а ворона Каркуша — в 1982 году. Медвежонок Мишутка дебютировал на экране в 2002 году. А самый новый герой — Тигренок Мур — появился в 2014-м.

Он добавил, что каждая камера тогда весила несколько тонн, массивные штативы по весу напоминали танки. — Сейчас все намного проще — я сразу вижу на боль-



Иван Перепел/ТАСС

14 февраля 2003 года. Модель Оксана Федорова на съемке своих первых выпусков

и тетя Валя — Валентина Леонтьева. В те годы ни о каких Степашке, Филе, Хрюше и Каркуше не было и речи. Помогали вести передачу тете Вале и дяде Володе куклы: Буратино и заяц Тепа. Чуть позже к ним добавились человечки Шустрик и Мямлик. Кукол изготовили в Театре Образцова. С 1970-х годов и целые 25 лет передачу вела тетя Таня — Татьяна Судец. Современному зрителю хорошо знакома ведущая Оксана Федорова. Она ведет передачу с 2002 года. — За это время менялись передача, студии, наполнение, даже герои у нас были разные. Менялась специфика, и пытались убрать ведущих, оставить мультфильм и героев, но мы поняли, что так глобально менять формат программы все же не стоит, получается уже другая пере-

Программу вели звезды спорта, кино и театральной сцены

дача, — рассказывала Оксана Федорова в интервью ТАСС. За долгие годы передачу вели и другие легендарные личности. Например, некоторые выпуски вела актриса Анна Михалкова. С 2016 года с куклами в студии иногда общался и боксер Николай Валуев. Вели передачу и актеры Михаил Пореченков и Сергей Безруков. И этот огромный список еще точно пополняют десятки других имен.

ФЕДОР КРЫЛОВ
vecher@vm.ru

ВЫ ЭТОГО НЕ ЗНАЛИ

■ В 1991 году государственное финансирование передачи прекратилось, и новые выпуски перестали выходить в эфир. Тогда зрители массово отправляли письма в редакцию с просьбами вернуть «Спокойной ночи, малыши!», жалуясь, что без любимых героев дети плохо засыпают и капризничают.

■ Кукольные герои не раз становились объектом критики и нападок, особенно Хрюша. Например, на коллегии Гостелерадио обсуждали, почему все куклы моргают, а Хрюша — нет.

■ В середине 1980-х программа вышла за пределы студии, съемки велись в цирке, театрах и парках. С этим связана одна знаменитая история, как во время съемки выпуска в зоопарке голодный медведь оторвал бедному поросенку Хрюше голову. Люди тогда не пострадали.

■ В советское время создатели использовали специальный язык, чтобы минимизировать число пауз и ляпов. Например, тетю Валу легло постукивали по ноге, когда пора было заканчивать фразу или вступать в беседу.

■ Кукол меняют каждые три года. А вот одежду — намного чаще. Ее хранят, как и отслуживших срок кукол, в специальных коробках.

СОЦИАЛЬНЫЕ УСЛУГИ

НОВЫЕ ЗУБЫ без обточки за 10 дней!

Многие пациенты боятся лечить зубы, а уж тем более их обтачивать. Но современные технологии позволяют не прибегать к обточке зубов. Что в таких случаях предлагают в «Верстоме»? Отвечает главный врач клиники «Верстом», доктор стоматологии высшей категории, ортопед Сергей Александрович БЕЛИКОВ.

У нас в клинике предлагают восстановить утраченные зубы при помощи мягких протезов, не требующих обточки, всего за 10 дней. Также активно применяется немецкая технология вантового протезирования. Это очень актуально для пациентов, страдающих пародонти- том.

Проводится ранняя диагностика рака полости рта на аппарате АФС

Москва, ул. Островитянова, д. 9, ст. м. «Коньково»
8 (499) 737-30-77, 8 (495) 795-93-23, 8 (985) 226-00-15, verastom.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ
ЛО41-01137-77/00308714. РЕКЛАМА



А как можно помочь этим пациентам? Во-первых, пародонтальные карманы, которые мучают наших пациентов попаданием пищи и неприятным запахом, лечим итальянским лазером без боли в одно посещение.

Сейчас на эту процедуру идет АКЦИЯ: СКИДКА 50%.

Во-вторых, подвижные зубы шинируем стекловолоконными нитями, что позволяет продлить жизнь даже безнадежным зубам. Также делаем виниры, не требующие обточки, которые закрывают все дефекты, в том числе и оголенные шейки, и устраняют чувствительность зубов.

На правах рекламы

ПРОСТАТИТУ - НЕТ!
ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА УРОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

«АППАРАТ ПРОСТАМАГ»

ЦЕНА КАК 10 ЛЕТ НАЗАД!

ОДОБРЕНО УРОЛОГАМИ **3** МЕТОДА ВОЗДЕЙСТВИЯ

СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ ДО КОНЦА ГОДА!
СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ: МОСКВА
в т.ч. на аппараты **Вижн, Глазник, Аврора, Надежда**

ПРИГЛАШАЕМ ВАС ПОСЕТИТЬ НАШ МАГАЗИН МЕДИЦИНСКОЙ ТЕХНИКИ:
м. «Пионерская», ул. Малая Филевская, д. 18 (вход со стороны мед. анализов КДЛ)

ГРАФИК РАБОТЫ
УТОЧНЯЙТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ: **8 (499) 110-43-58**

Prodex | ИДЕАЛЬНЫЕ РЕШЕНИЯ ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ!

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРН/ИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 25.11.2025 по 31.12.2025. Информация об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ!

НЕДВИЖИМОСТЬ

На правах рекламы

СКОЛЬКО СТОИТ МОЯ КВАРТИРА?

Сейчас отмечается снижение цен, но на разные районы и категории жилья по-разному. Хотите выгодно обменять или продать квартиру в Москве или Подмосковье? Узнайте ее реальную стоимость в Агентстве «ТВОЯ Квартира» +7(495) 374-64-64.

Выгодно продайте свою недвижимость и купите ПЕРСПЕКТИВНУЮ, проверенную квартиру в Москве или области, на вторичном рынке или **новостройку**, на льготных условиях, со скидками.

Звоните сейчас, чтобы узнать **за сколько можно продать вашу квартиру**. С 9 до 21 без выходных.

+7 (495) 374-64-64 Ankvartira.ru

Рекламная служба
(499) 557-04-04
доб. 133, 158



Последние премьеры уходящей осени просто обязаны работать на праздничное зимнее настроение зрителей. Запах мандаринов и елок уже совсем скоро наполнит все помещения. Так что заряжаемся позитивом! Обозреватель «МВ» Татьяна Еременко предлагает читателям посмотреть яркое свежее кино.

Наташа под елочкой



В фильме «Письмо Деду Морозу» актриса Кристина Асмус (слева) сыграла бывшую жену главного героя Олю, которая встречает у него дома Наталию Орейро, сыгравшую саму себя

Завтра на больших экранах стартует новогодняя лента «Письмо Деду Морозу» Кирилла Кузина.

Представьте, что здесь и сейчас, когда вы уже взрослый, сбылись все ваши детские мечты. Весело или страшно? Для юриста Петра Безуглова

Детские желания могут обернуться кошмаром взрослых

(Антон Филипенко) реальность именно такова. Благодаря проказам его детей (Екатерина Темнова и Константин Каримов) детские письма Пети попадают в почту к Деду Морозу, и теперь вместо воды дома газировка, игрушки оживают, а по

кухне ходит счастливая и влюбленная в него Наталия Орейро. И все бы хорошо, да вот только отцу Пети и дедушке его внуков (Иван Охлобыстин) теперь явно несдобровать, ведь зло собирается наказать того, на кого когда-то злился маль-

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



ЮЛИАНА СЛАДЦЕВА
Генеральный директор
Киностудии Горького

Мы создали безумную, смешную и трогательную историю, которая заставит взрослых вспомнить, каково это — верить в чудо, а детей — от души смеяться и сопереживать приключениям на экране. Слоган «Все сбудется!» — не просто слова, но обещание зрителю настоящего новогоднего волшебства.

чик. А зло, как известно, разрастается моментально, только дай слабину. Да и бывшая жена Пети (Кристина Асмус) не особо рада чужой женщине в доме отца ее детей. Теперь всей честной компании предстоит отправить еще одно письмо Деду Морозу, а попутно пройти ряд испытаний, веселых и захватывающих.

ФИЛЬМЫ В ТЕМУ

Тик-Так

2025. Реж. Николай Хомерики
Артем и Алена Савельевы — актеры, 15 лет в браке, хотят развестись. Но оказываются запертыми в гримерке с бомбой перед новогодним спектаклем. Случится ли чудо?

По-братски

2025. Реж.: Оксана Лахно, Филипп Абриютин

Антон и Света Лебедевы смогут развестись только по месту прописки, в Нижегородье. Валентин и Варвара Бублики с сыном Платоном держат путь в те же края.

Одна дома 3

2025. Реж. Филипп Коршунов
Перед Новым годом маму Стефании похищают злодеи, требующие у девочки вернуть алмазы, пропавшие из семьи. Но дочка с друзьями готова спасти маму.

Есть только Миг

2025. Реж. Александр Жигалкин
1944 год. Из-за проблем со зрением и речью нескольких офицеров отправляют на ложный аэродром. Но летчик Иван Поливанов не привык ходить по земле и стремится в небо.



На съемках фильма «Одна дома 3»: в роли майора Роман Ладнев, в роли бабы Зины Галина Стаханова

ЧАСТНОСТИ

Недвижимость

- Куплю, сниму, выкуплю квартиру, дом, земельный участок до 150 км от МКАД. Опыт 16 лет. Т. 8 (926) 316-66-17
- Срочная продажа, аренда квартир на ваших условиях. Т. 8 (916) 618-86-41
- Сниму жилье. Т. 8 (965) 159-17-42
- Сниму кв, комнату Т. 8 (916) 959-13-08

Юридические услуги

- 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. Т. 8 (499) 409-91-42
- Адвокаты. Возврат квартир. Т. 8 (985) 210-25-63
- Юридические и риэлторские услуги. Т. 8 (996) 977-73-55
- Юрист, медиатор. Т. 8 (920) 426-44-30
- Юристы и адвокаты! Т. (499) 755-66-86

Работа и образование

- Агент по распространению в компанию «Медиалайн». Оплата от 85 000 руб. в месяц. Расклейка на стенды в подъездах, раскладка в почтовые ящики. Офис м. «Кузнецкий мост», с 9 до 17. Т. 8 (906) 741-90-09
- Раздача газет «Метро». С 7-11 утра от 550 р. Т. 8 (495) 190-71-07
- В офис. Т. 8 (916) 461-85-26

- **Рабочие.** Оплата ежедневно от 2000 р. Работа в Москве. Проживание, питание, спецодежда предоставляем. Т. 8 (991) 751-37-95
- **Рабочие** с ежедневной оплатой от 2500. Работа в Москве. Проживание + питание. Т. 8 (926) 483-53-70
- **Рабочие,** подсобники на строительстве. Работа постоянная или вахтой. Оплата ежедневно. Питание, спецодежда, жилье предоставляется. Т. 8 (936) 190-67-27
- **Женщинам/Мужчинам.** Работа на стройке, складах, клининг. Проживание, питание, ежедневные выплаты. Т. 8 (926) 483-05-07
- Пеший курьер, оформление по ТК. З/П 60 000р. Т. 8 (906) 053-71-31
- Гардеробщики в медучреждения. Т.: 8 (926) 505-05-50, 8 (925) 936-21-17

Строительство и ремонт

Завод «СтройБалконСервис»
БАЛКОНОВ • ЛОДЖИЙ
AL provedal
ОКНА ПВХ
ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ
БЕЗ ВЫХОДНЫХ
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
8 (925) 543-53-97
8 (495) 782-54-48
ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТНЫЕ УСЛОВИЯ

- Ремонт квартир и дач. Т. 8 (926) 339-60-75

Авто, запчасти, транспортные услуги

- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 728-69-81
- Автовыкуп Вам! Т. 8 (909) 956-30-10

Мебель

- Ремонт мебели. Т. 8 (925) 504-54-71

Медицинские услуги

НАРКОХЕЛП www.n-help.ru
ВЫВОД ИЗ ЗАПОЯ
ЛЕЧЕНИЕ АЛКОГОЛИЗМА
Доезд врача в течении часа
Москва и Подмосковье
Мотивируем на лечение
АНОНИМНО 24/7
8-925-008-97-53
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.
ООО «Первый шаг», ИНН 5040190043
Лиц. №Л041-01162-001346916 от 14.08.2024

Искусство и коллекционирование

- Грампластинки, фотоаппараты, предметы искусства. Т. 8 (985) 979-56-09
- Куплю книги на иностранных языках до 1917 г. Т. 8 (985) 275-43-33

МУЗЕЙ ДОРОГО КУПИТ
старинной КНИГИ АНТИКВАРИАТ
КНИГИ до 1940 г. до 1 млн р.
Награды ст. • Монеты • Значки
Иконы • Картины • Коллекции
Автографы • Архивы • Открытки
Самовары • Портсигары • Часы
Статуэтки • Будды • Фарфор
8 (925) 835-80-33
Отд. закупки, Светлана

КУПЛЮ ДОРОГО!
КНИГИ, значки, ИКОНЫ, фарфор, СТАТУЭТКИ, подстаканники, самовары угольные, портсигары, Будды, шкатулки, монеты, елочные и детские игрушки СССР, бижутерию, фотоаппараты, часы и прочее.
8 (495) 643-72-12
ЗВОНИТЕ!

- Куплю моделики авто, железн, дорожку, солдатки, игрушки, духи, патефон, фотоаппараты, военную атрибутику, значки, часы, монеты, книги, марки, открытки, фарфор, янтарь, самовар, радиоаппаратуру, радиодетали, игровые приставки, генерал. форму, куклы. Т. 8 (495) 508-53-59
- Куплю часы, монеты, значки! Т. 8 (977) 625-68-07

МосГорСкупка
ДОРОГО КУПИМ
Иконы. Статуэтки Будды. Янтарь. Статуэтки, фарфор, сервизы. Серебро, бронзу, часы. Картины. Соцреализм. Сов. авангард. Старинную мебель. Столовые приборы. Любой антиквариат и многое другое.
Оценка. Выезд бесплатно. Оплата сразу.
8 (925) 403-68-83

Куплю механические часы, любое состояние. Значки, бумажные деньги, часовой хлам, станок часовой, часовой оборудование, самовары, оптику, старые фотографии, открытки. Т. 8 (495) 723-19-05

- Книги, архивы, ноты, документы до 1940 года. Т. 8 (985) 275-43-33
- Книжки до 1945 г. от 1000 р. до 500 000 р. Полки. Т. 8 (964) 585-40-04
- Куплю сервизы-фарфор (посуда, статуэтки). Т. 8 (915) 171-71-02
- Куплю платья, одежду, бижутерию СССР. Т. 8 (910) 416-28-40
- Куплю значки, монеты. Т. 8 (495) 649-17-59
- Куплю иконы, картины. Т. 8 (915) 171-71-02
- Радиоэлектроника вся. В любом состоянии. Дмитрий. Т. 8 (916) 774-00-05

На правах рекламы

- Куплю коллекции значков, монет, бижутерию. Т. 8 (915) 401-64-88

Разное

СКУПКА
украшений, меха и электроники.
БЫСТРО. ДОРОГО.
200 филиалов в Московском регионе.
8 (499) 444-28-07
ООО «ТехноТренд»
ОГРН 1247700419999,
ИНН 9722078010

Телефон рекламной службы
(499) 557-04-04
доб. 133, 158

ПОГОДА

Тепло простимся с осенью

■ О погоде во второй половине недели рассказала главный специалист информационного агентства «Метеоновости» Татьяна Позднякова.

Погода в пятницу, субботу, воскресенье будет уже без существенных осадков, облачно с прояснениями. Ночью начнет подмораживать — по региону до

–2...–3 градусов. В Москве температура, скорее всего, останется (во всяком случае в пятницу и субботу) слабоположительной, в пределах +1...+2 градусов. Дневная температура будет постепенно падать. В пятницу, субботу температура в регионе и днем, и ночью в пределах –2...+3 градусов, что все еще будет выше климатической нормы на 4–5 градусов.

Ноябрь завершится довольно комфортной погодой и запомнится нам как очень теплый. Погода в конце месяца будет вполне подходящей для отдыха.


НИКИТА БЕССАРАБОВ
vecher@vm.ru



15 ноября. Москвичка Анастасия Федорова. Фото: Пелагия Замятина

СКАНВОРД

Составил ОЛЕГ ВАСИЛЬЕВ / vecher@vm.ru



ЗАКУСОЧНЫЙ СЕТ У ЯПОНЦЕВ	НАСТИГАЕТ ГРЕШНИКА	АГЕНТ СПЕЦСЛУЖБЫ	ГДЕ РАСКРОЯТ И СОШЬЮТ?
ИЗ КВАРТИРЫ НАПРОТИВ	«ШТУРВАЛ ЖОКЕЯ»	ЖИРНЫЙ РОДИЧ КАМБАЛЫ	С ЧЕМ СВЯЗНА «ЖИВОПИСНАЯ РАБОТА» СЕРГЕЯ ДОВЛАТОВА?
ПОБЛАЖКА ОПТОВИКУ	СМОТРИТЕ ФОТО	«ГЕРБОВАЯ ПТАХА»	
КОГО ВЫСЛАЛИ ИЗ РОССИИ ЗА ДУЭЛЬ С АЛЕКСАНДРОМ ПУШКИНЫМ?	ФУНДАМЕНТАЛЬНАЯ ЯМА	ПОПАДАЕТ В ЦЕЛЬ	ЧТО МОЖНО НАГУЛЯТЬ?
«ТЕПЛИЦА ДЛЯ ПОДСНЕЖНИКОВ»		ВЫХЛОП ПРЕЗИДЕНТА	ЧУКОТСКАЯ ЮРТА
МАМАЕВЫ ПОЛЧИЩА		ОКОНЧАНИЕ ТЮЛЕНЫ	ЧТО ТОПЯТ ДРОВАМИ?
ДРУГ СЛОНЕНКА И ПОПУГАЯ		ПРОДЮСЕР С ЛИЦОМ ВЯЧЕСЛАВА МАНУЧАРОВА ИЗ ФИЛЬМА «ЛАСКОВЫЙ МАЙ»	ЧЕМ ВЕКИ ТОНИРУЮТ?
ПРАВДА ДЕЛА		КИТАЙСКАЯ ПОСУДИНА	
ВЕРОЯТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ		КТО ПЫТАЛСЯ ПЕРЕВОСПИТАТЬ БУРАТИНО?	ИГРОК МРАЧНЫХ ГЕРОЕВ
КТО ИЗ ГОГОЛЕВСКИХ ИГРОКОВ НАЗЫВАЛ АДЕЛАИДОЙ ИВАНОВНОЙ СВОЮ КОЛОДУ КРАПЛЕННЫХ КАРТ?		ТРАНЗИТНАЯ... ТУРИСТА	«... ОТ УШЕЙ РАСТУТ»
«ДЕЛОВЫЕ ЗАВЯЗКИ»	РЕЛИГИОЗНЫЙ ДИССИДЕНТ	ВЫСОКОПАРНОЕ СОЧИНЕНИЕ	

ОТВЕТЫ

По горизонтали: 1. Угада, Палтус, Смилка, Орен, Дантес, Пым, Дверец, Орган, Аллегрет, Улав, Рэзим, Суль, Риск, Мавьяна, Кирев, Блат, Опы, Сретин, Тарити, Чирки, Риск, Мавьяна, Кирев, Блат, Опы, Сретин, Тарити, Чирки.
По вертикали: 1. Сосед, Сурок, Суши, Динковский, Кара, Карьер, Указ, Бок, Франа, Шинон, Ласт, Неч, Виза, Ателье, Тени, Нори, Снур, Снурттра.

АКЦИЯ

«Вечерка» предлагает принять участие в фотоакции «По Москве шагает осень» и поделиться яркими моментами этой золотой поры с другими читателями.

Москва — город влюбленных, в котором юноши и девушки находят друг друга, а семейный очаг загорается ежедневно в новом окне. Крепкие отношения начинаются, конечно, с романтики. Людмила Коржова рассказала «Вечерке» о свидании со своим молодым человеком и поделилась яркими снимками. — В осеннем парке, где деревья уже начали одеваться в яркие золотые и красные оттенки, мы с моим молодым человеком Артемом Пантусом гуляли, наслаждаясь последними теплыми днями, — поделилась Людмила. — Несмотря на то что в этом году Артем переехал в Москву для учебы в МГТУ имени Баумана, наши отношения остаются крепкими. Каждые выходные мы приезжаем друг к другу, чтобы провести время вместе. И вот мы решили сделать несколько фотографий на память, чтобы запечатлеть эти моменты счастья.

Каждую неделю мы публикуем ваши истории и фотографии. Лучшие работы получают номинации от «Вечерки». А в конце сезона победитель станет новым героем обложки. Ждем ваши фотографии и истории на почту:

VECHER@VM.RU

Укажите имена и фамилии людей, присутствующих на фотографии, и обязательно автора работы

