

ПОЧЕМУ ЗЕМЛЯ УХОДИТ ИЗ-ПОД КОЛЕС?

■ стр. 7

TV
программа
2 - 8
декабря

Мир

www.mirnov.ru



НОВОСТЕЙ

■ стр. 23

ВИТОРГАН ДУМАЕТ О НОВОМ РЕБЕНКЕ!


27 ноября 2019 г. №49(1353)



ДРОНИНА ПОПРОСИЛА ПОМОЩИ У ПУТИНА

■ стр. 24

■ стр. 30



Уrine Drug Test

МЫ СНОВА НЕ ПОЕДЕМ НА ОЛИМПИАДУ?

■ стр. 29



ЖИЗНЬ БЕЗ САХАРА ВОЗМОЖНА!

■ стр. 6

УДАВКА МИКРОЗАЙМОВ НЕ ОСЛАБЕВАЕТ

■ стр. 3



КИТАЙ РВЕТСЯ В ГЕГЕМОНЫ

«НЕ ПУГАЙТЕ ТРИЛЛИОНОМ!»

На заседании инвестиционного форума «Россия зовет!» Владимир Путин отметил, что правительство не слишком заботится о благосостоянии населения.

«Одним из ключевых индикаторов экономического развития являются реальные доходы населения. И результаты здесь пока весьма скромные», - подчеркнул президент. Статистика, мол, фиксирует повышение зарплат как в номинальном, так и в реальном варианте, а реальные доходы граждан не растут.

Номинальная зарплата или доход - это количество денежных знаков, полученных работником, скажем, за месяц. Далее вычитаем налоги и другие обязательные платежи (скажем, за ЖКУ), делаем поправку на инфляцию, оставшаяся сумма - это и есть реальный доход.

Эксперты утверждают, что реальные располагаемые доходы в России снижались с 2014 по 2017 год, но после перехода Росстата на новую методику расчета по итогам 2018 года был зафиксирован крохотный рост в 0,2%. Это были ведомственные хитрости, попытку разглядеть в микроскоп хоть какой-то позитив. Благосостояния у населения не прибавилось.

Да, глубинный пласт экономики затронул президент в выступлении на инвестфоруме. Любопытно, что незадолго до его появления там же произошел показательный диалог. Глава Счетной палаты А. Кудрин ткнул правительство носом об стол, сообщив, что в экономику так и не поступил 1 трлн рублей, выделенный министерствам из бюджета на расходы.

Первый вице-премьер А. Силуанов обиделся и возразил, что Минфин стал более жестко контролировать траты из государственного кармана. «Не надо никого пугать этим триллионом и передергивать!» - почти подпрыгнул глава Минэкономразвития М. Орешкин. «Не знаю ни одного государства, где остаток в 16 миллиардов долларов и срыв плана по расходам объяснялся бы жесточайшим контролем, - добил Кудрин. - В Германии или Великобритании проблемой стал бы даже 1 миллион долларов!»

На членов кабинета смотреть стало больно.

«Неизрасходованные средства бюджета являются показателем неэффективности правительства, - пояснил директор Института инновационного развития Виктор Яковчук. - Эти деньги косвенно влияют на доходы населения, и недорасход - причина их малого роста».

Владимир Путин давно требует от правительства заняться, засучив рукава, ростом реальных доходов граждан. В августе был острый разговор на заседании правительства и - ничего!

Так, может, не с тех требует президент? Может, и министры эти чисто номинальные?

Алексей Воробьев

41%
ЦИФРА НЕДЕЛИ

граждан России хотел бы иметь двух детей. Об этом свидетельствуют данные опроса «Левада-центра». Еще 26% опрошенных предпочитают иметь трех ребятшек, а четверых и более - 14% респондентов. И лишь 11% граждан, участвовавших в опросе, готовы ограничиться одним ребенком в семье. Правда, в самом вопросе, задаваемом социологами, оговаривалось, что речь идет о количестве детей в семье «при всех необходимых для этого условиях». Когда тот же вопрос прозвучал без данной «позитивной» оговорки, цифры несколько снизились. В результате эксперты сделали вывод, что на данный момент среднее желаемое число детей составляет два и более ребенка, а среднее число ожидаемых - один и более.

О ФИЛОСОФИИ ЦИФРОВЫХ «МУДРЕЦОВ»

В Минэкономразвития разработали законопроект о госуслугах. По словам авторов, он позволит гражданам сэкономить силы, средства и нервы при общении с инстанциями, еще глубже погрузит всех в так называемую цифровизацию. И вроде бы жизнь у людей будет еще лучше.

Замминистра экономического развития Савва Шипов считает, что законопроект закладывает «новую философию взаимодействия человека с государством». С чего бы вместо экономического развития там ударились в философию - это отдельный разговор. Но под ее крышей федеральные и региональные ведомства к 2024 году прекратят прием россиян и передадут эти полномочия серверам МФЦ. Исключение составят некие неустра-

нимые случаи, которые правительство определит позднее. Если определит - слишком много в жизни исключений из правил.

Но странность: в публикациях о проекте замелькали заголовки типа «Россиян перестанут принимать в госорганах». То ли гражданам следует радоваться, что им не придется больше общаться с ленивыми и хамоватыми чиновниками, то ли чиновники ликуют, что будут избавлены от разговоров с надоедливым и бестолковым населением.

Если же вспомнить, что «дьявол прячется в мелочах», подобная двусмысленность настораживает.

Первоначально авторизация зарегистрированных пользователей для входа в «личный кабинет» портала gosuslugi.ru происходила по страховому номеру индивидуального лицевого счета (СНИЛС). И тот же СНИЛС был прообразом законопроекта о созда-

нии цифровых профилей граждан РФ, об опасности которого предупредила недавно ФСБ России. Примечательное совпадение!

Можно предположить, что цифровые профили предназначены для сбора тотальной персональной информации о каждом в стране, а «Госуслуги» будут отслеживать и фиксировать потребности, запросы и намерения каждого. Об опасности единых идентификаторов для национальной безопасности уже много сказано и написано, в том числе и в нашей газете. Но когда между человеком и государством встанет его величество сервер, возрастут и личные риски граждан.

Философы из Минэкономразвития, рекламируя «свой» законопроект (какое отношение он имеет к экономике?), обещают, что многофункциональные центры получат право привлекать к работе негосударственные организа-

ции, например кредитные. «Зашли в банк за ссудой, там же получили все справки», - радостно сообщают в ведомстве. Клиенту, дескать, и заявление на кредит заполнять не придется - это за него сделает сотрудник МФЦ, словно близкий родственник.

Он-то заполнит, а вот куда потом пойдут персональные данные и секреты заемщика, в чьих руках окажутся кредитные деньги, отвечать будет сервер?! Или чем для собственников жилья обернутся сделки по купле-продаже или обмену-размену недвижимости, тоже будет на совести сервера, который надежно прикроет сытый лик чиновника от вероятной жертвы мошенничества?!

Анонимность и безответственность государственных служб - похоже, именно в этом суть нового законопроекта. Какое там развитие...

Павел Максимов

ТЕ ЖЕ ПЕСНИ О ГЛАВНОМ

Всезнающий Росстат сообщил, что с октября 2018-го по октябрь 2019-го цены на хлеб повысились на 7,7%. Представители отрасли предупреждают, что это не предел. С чего бы?

Вице-премьер А. Гордеев на встрече с президентом России заявил, что валовой сбор зерна в 2019 году составил 120 млн тонн, из них 75 млн тонн - пшеница. Это на 6% больше, чем в прошлом году, который был рекордно урожайным. Но и тогда производители хлеба предупреждали, что подорожание составит 10-12%, и выкладывали на стол аргументы.

«Мы имеем один из самых дешевых хлебов в мире», - говорил президент Российского зернового союза Аркадий Злочевский, намекая, что минимальная стоимость нарезного батона в России должна повыситься на 75%, до как минимум 35 рублей. Год спустя средняя стоимость булки белого достигла этой цифры, а в Москве и Питере перешагнула и

за 60 рублей. Желаемое свершилось. Но у главы Зернового союза новый тезис.

«Цена на рожь была крайне низкой, это демотивировало производителей, - рассказывает сегодня А. Злочевский. - Какой им смысл отдавать площади под зведомо нерентабельную, некупаемую культуру? Отсюда у нас провал по ржи и повышение цены на ржаной хлеб».

А в прошлом году исполнительный директор Руспродсоюза Дмитрий Востриков объяснял, что стоимость пшеничной (не ржаной!) муки высшего сорта выросла с 13,8 тыс. рублей за тонну до 17,3 тыс. рублей, почти на чет-

верть за год, отсюда и проблемы!..

Идем дальше. В октябре 2018-го президент Российской гильдии пекарей и кондитеров Ю. Кацнельсон жаловался, что у многих крупных



хлебозаводов рентабельность снизилась с 9-10 до 2,5-3%, а доля крупных заводов в продажах хлеба за 2014-2017 годы упала с 55 до 41%. В 2019-м совсем другие жалобы: «От силы 15% производителей сами продают хлеб, остальное берет на себя сетевая торговля. Хлеб она закупает у пекарен по оптовой цене, затем прибавляет свою маржу, не менее 40%. И эту конечную цену мы видим на полках магазинов».

Но один из лоббистов сетей, предправления

Международной конфедерации обществ потребителей Д. Янин возражает, что торговые наценки влияют на ценообразование незначительно, это государство прижимает хлебозаводы административно, «рекомендует» не повышать цены.

В качестве гарнира к плохому прогнозу - подорожание доллара и энергоносителей, повышение НДС и других обязательных сборов, что косвенно увеличивает издержки производителей, транспортные расходы, тарифы ЖКХ, ремонт импортного оборудования... Все до кучи!

Путаются господа в показаниях. Но когда называют много разных, а то и противоположных причин одной проблемы - это либо некомпетентность, либо вранье, чтобы сильно замутить вопрос и хорошо погреть руки. А песни о подорожании хлеба - это, похоже, некий мониторинг реакции властей, рынка и общества на возможную накрутку цен.

Если реакция окажется вялой, можно раскручивать маховик, особо уже не стеснясь.

Лаврентий Павлов

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК «МИР НОВОСТЕЙ»
Главный редактор - Н.А. Кружilin.
Первый зам. гл. ред. - А. В. Авдонин.
Зам. гл. ред.: В.П. Полевой, П.И. Канардов,
М.Н. Игуменова, С.А. Кудряк.
Отв. секретарь - Е.А. Малайкин.
Учредитель: АНО «Редакция газеты "Мир новостей"».

Фотоматериалы:
Fotodom, Reuters,
РИА «Новости»,
ТАСС, AFP,
Photoxpress,
Russian Look,
Global Look,
Personastars,
East News.

Подписной индекс в объединенном каталоге
«Пресса России», том 1 - 31913
Рег. ПИ № ФС77-42723 от 11.11.11 в Федеральной службе
по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых
коммуникаций и охране культурного наследия.
Отпечатано в ООО «Типография «КомПресс-Москва»
Адрес: 141407, МО, г. Химки, Нагорное ш., д. 2, корп. 9, пом. А.
Зак. №4253. Время подписания: по графику - 21:00; фактически - 21:00.
Заказчик: ООО «Бизнес-Колледж». Юридический адрес: 119192, г. Москва,
ул. Мосфильмовская д. 78, эт. 1, пом. 3, ком. 9

За материалы,
помеченные
как «на правах
рекламы»,
редакция
ответственности
не несет.

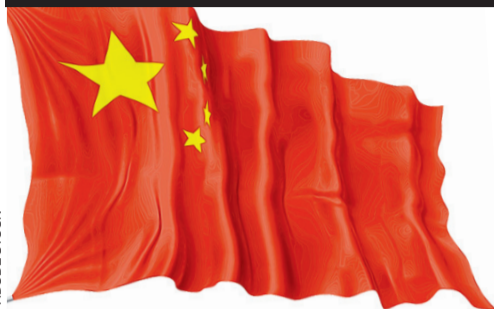
Адрес редакции: 129090, Москва,
Спасский тупик, дом 6, стр.1.
E-Mail: mirnov2000@mirnov.ru; тел. редакции: 8(499)975-25-31,
тел. рекламного отдела: 8(499)975-22-50, 975-25-42,
975-21-60, 975-23-27, 975-20-74;
отд. распространения: 8(499)975-22-03;
PR-отдел: 8(925)505-13-34, press@mirnov.ru;
отд. подписки: 8(499)975-38-03;
www.mirnov.ru

Использование
опубликованных материалов
без письменного разрешения
редакции воспрещается.
За точность фактов и
достоверность информации
ответственность
несут авторы.

ОБЩИЙ ТИРАЖ 457 ТЫС. ЭКЗ.
ИНТЕРНЕТ-ВЕРСИЮ ГАЗЕТЫ
СМОТРИТЕ НА САЙТЕ WWW.MIRNOV.RU
<http://vipishi.ru> или <https://podpiska.pochta.ru>
ЦЕНА В РОЗНИЦУ - СВОБОДНАЯ.
Онлайн-подписка на сайтах.
Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

В ЕВРОПУ ЧЕРЕЗ ЦЕНТРАЛЬНУЮ АЗИЮ

ЭКСПЕРТЫ ВСЕРЬЕЗ ОЗАБОЧЕНЫ ПЛАНАМИ КИТАЯ ПО ВОЗРОЖДЕНИЮ ВЕЛИКОЙ НАЦИИ И РАСШИРЕНИЮ ГРАНИЦ



В последнее время многие эксперты с тревогой говорят о том, что Китай настойчиво рассматривает возможность «захватить» Европу мирным путем, воспользовавшись слабостью центральноазиатских республик. Вышедшие из состава СССР, они строят свою политику исключительно на внешних связях. А легкой добычей для огромной Поднебесной делают эти страны, с одной стороны, их собственная малонаселенность, а с другой - богатство подземных недр.



Считается, что бывшие советские республики просто не смогут противостоять давлению со стороны китайской экономики, которая с легкостью готова их если не полностью поглотить, то держать в ежовых рукавицах.

По мнению экспертов «МН», есть несколько причин, по которым напряженность между Россией и Китаем в Центральной Азии может стать неизбежной, равно как и региональное соперничество между ними.

Это прежде всего завышенные ожидания со стороны Кремля, о которых прямо сказал министр иностранных дел РФ Сергей Лавров: «Мы не считаем Китай соперником. Мы являемся стратегическими партнерами, и планы России и Китая в отношении этого региона и в целом в отношении Большой Евразии не противоречат друг другу».

Между тем, как считает российский политолог Александр Храмчихин, Китай медленно, но верно делает шаги в сторону стран Центральной Азии, в том числе Киргизии, Таджикистана и Казахстана, где присутствие гостей из Поднебесной становится год от года все заметнее.

По словам эксперта, возможность Китая построить

При мягком захвате Центральной Азии Китай будет дышать нам в спину практически на всей территории Урала, Сибири и Дальнего Востока.

современный шелковый путь через Азию в Европу подталкивает на различные размышления. Иметь за спиной такого друга, как Китай, для нашей страны может быть рискованно. При мягком захвате Центральной Азии Китай будет дышать нам в спину практически на всей территории

Урала, Сибири и Дальнего Востока, предупреждает аналитик. При этом он не исключает и военного вторжения КНР в эти страны, что, с одной стороны, не встретит должного сопротивления, а с другой - вынудит Россию встать на их защиту в соответствии с союзническими договоренностями, и это грозит глобальным конфликтом в регионе.

Тем не менее в качестве основного сценария развития событий рассматривается мирная экспансия КНР в Центральную Азию.

«К середине XXI века Пекин планирует осуществить грандиозный проект «Возрождение великой нации» с возможным расширением границ империи, - заявляет старший аналитик агентства по исследованию рентабельности инвестиций Адиль Каукенов. - Согласно этому плану, уже через несколько лет Китай станет зажиточным обществом с

новейшими системами вооружения и экспансия так или иначе будет иметь место, особенно в направлении стран ШОС, в которую входит и сам Китай».

Об усилении китайского влияния в ШОС говорит и доктор политических наук, китаевед Константин Сыроежкин. По его словам, КНР не особо скрывает стремления создать зону свободной торговли внутри организации, что многократно усилит экспансию дешевого китайского ширпотреба на рынки стран Центральной Азии и Таможенного союза.

«В то время, как Казахстан испытывает панический страх перед китайской экспансией, никто не задумывается, что все эти годы РК так и не сформировала линию защиты национальных интересов, - утверждает другой эксперт, директор Центра актуальных исследований «Альтернатива» Андрей Чеботарев. - Казах-

стан вообще штормит от небывалой любви к Пекину до серьезных опасений из-за усиления его влияния».

А вот мнение эксперта по Центральной Азии, политолога Аркадия Дубнова:

«Куда в первую очередь может двинуться энергетический дракон в лице Поднебесной? В сторону России вряд ли. А вот в Центральную Азию, у государств которой не столь оборонно-способная армия и много территории и природных ресурсов, - вполне. Да, пока Китай друг и Казахстана, и Узбекистана, и Туркменистана, но что будет потом, когда китайцы физически не смогут помещаться на территории страны? Учитывая, что не так давно в Поднебесной отменили правило «одна семья - один ребенок», вопрос переизбытка населения приобретает все более острые очертания».

*Сергей Волниченко,
Андрей Князев*

Китай подтвердил свои территориальные притязания на Южно-Китайское море, где границы страны, по утверждению Поднебесной, распространяются до побережий Филиппин, Малайзии и Тайваня.

Наиболее острые территориальные споры Китай ведет с Вьетнамом и Филиппинами, используя любую возможность подтвердить свои территориальные амбиции.

Вьетнам солидно оштрафовал местную компанию, торгующую «фольксвагенами», за то, что она представила на автошоу в Хошимине автомобиль с навигационным приложением, отражающим территориальные притязания Китая.

Китай следует политике «линии из девяти пунктов» с претензией на обладание 80 процентами Южно-Китайского моря, включая все Парасельские острова и архипелаг Спратли. Таким образом, в китайском владении оказываются запасы нефти и газа на сумму 2,5 триллиона долларов.

Еще со времени китайско-вьетнамской войны 1979 года

НЕРАЗРЕШИМЫЕ ПРОТИВОРЕЧИЯ



Китай обвиняет Вьетнам в незаконной оккупации нескольких островов из групп Парасельских и Спратли. В 1979 году во Вьетнам вторглись 250 тысяч китайских солдат, которым противостояли всего 100 тысяч вьетнамцев. Однако КНР не смогла развязать военные операции на море, так как здесь Вьетнам был прикрыт мощной группировкой советского флота, блокировавшей Тонкинский залив и заставившей покинуть Южно-Китайское море ударное соединение Тихоокеанского флота ВМС США. После тяжелых боев с большими потерями, сорвавшими наступательные планы Поднебесной, Китай вывел свою армию с тер-

ритории Вьетнама. Чуть позднее Китай разорвал советско-китайский договор о дружбе, союзе и взаимной помощи, пойдя на сближение с США.

Хотя те времена канули в прошлое и мы живем совсем в другом мире, но до сих пор в регионе ощущается эхо той войны, обрастающей во Вьетнаме патристическими легендами о том, как маленькая страна устояла перед гигантом-соседом. Вьетнамцы даже ради выгоды не желают уступить кому-либо ни пяди своей земли.

Американские генералы называют Южно-Китайское море самым опасным местом в мире.

Николай Иванов



Границы экономических зон Границы территориальных претензий Китая

Наркофабрика Европы

Провинция Нидерландов Северный Брабант считается самым крупным в Европе производителем синтетических наркотиков, экстази и амфетамина. В этой стране ежегодно обезвреживаются десятки лабораторий, где в промышленных масштабах изготавливается экстази.

Эксперты из Нидерландской полицейской академии установили, что ежегодное производство в Нидерландах амфетамина и экстази по уличным ценам оценивается в 18,9 миллиарда евро. Только одних таблеток экстази здесь штампуется около 972 миллионов в год, 80 процентов этой продукции экспортируется в другие страны Европы, Юго-Восточную Азию и Австралию. И если одна таблетка экстази стоит в Северном Брабанте 2 евро, то в Австралии - уже 25.

Эта индустрия еще и отвращает окружающую среду, так как производство одного килограмма наркотиков приводит к сбросу 24 литров ядовитых жидких отходов. Местную станцию водоочистки пришлось дважды закрывать из-за сбросов токсичных отходов нарколабораторий.

Нидерландская индустрия синтетических наркотиков в 1980-х годах переключилась на экстази. Бренд «Сделано в Нидерландах» завоевал репутацию самого надежного и чистого экстази. Северный Брабант занимает очень удобное положение, поблизости находятся порты Антверпена, Роттердама и Флиссингена, товар можно сразу перебросить через границу. Эксперты говорят, что скрывается и особая психология местных жителей, которые стараются не замечать, чем занимаются их соседи.

Детективы жалуются на нехватку людей и скудные ресурсы, позволяющие открывать дела лишь на каждого девятого преступника. Местная полиция бессильно наблюдает, как уголовники превращаются в состоятельных бизнесменов, владеющих мелкими предприятиями, открывающих туристические агентства и отели, орудуя на рынке недвижимости. Боссы наркобизнеса, как правило, не попадают под суд в Нидерландах.

Половина потребляемого в Европе кокаина поступает через порт в Роттердаме, однако, несмотря на современные средства слежения и усилия европейской полиции, там продолжает работать на удивление неуязвимый канал переброски наркотиков на континент. Мэр Амстердама и местная полиция признали ускорение роста организованной преступности и утрату контроля над преступниками, орудуящими в этом регионе. В сентябре перед своим домом в Амстердаме был расстрелян знаменитый нидерландский адвокат Дерк Вирсум, представлявший интересы свидетеля по делу, известному как «Марокканская война», которая разразилась между конкурирующими наркобандами.

По оценке правительства, каждый год в экономику страны вливаются миллиарды наркоевро. Традиционное либеральное отношение к наркотическим веществам, мягкие приговоры за наркоторговлю, развитая транспортная инфраструктура и выход к морю привлекали сюда преступников из Китая, Турции и бывшей Югославии.

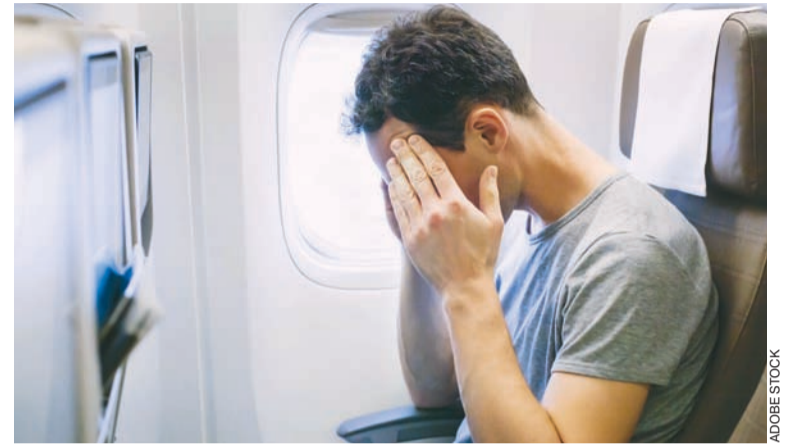
Австралийская авиакомпания Qantas объявила о намерении совершать прямые беспересадочные полеты из Лондона в Сидней длительностью 19 часов 30 минут. Для многих людей это может оказаться настоящей пыткой, грозящей развитием хронических осложнений.

Испытать, какое воздействие на человеческий организм производит такое путешествие, решила репортер «Дейли мейл» Ив Симмонс. Она отправилась в самый длительный на сегодняшний день прямой перелет из Нью-Йорка в Сингапур на борту комфортабельного авиалайнера «Сингапурских авиалиний». Ей предстояло преодолеть около 10 тысяч миль за 18 с половиной часов.

Такое путешествие таит в себе серьезные опасности. Сами пилоты требуют создания более совершенных систем, обеспечивающих подачу в салон и кабину чистого воздуха. Тот, которым они дышат сегодня, подается через двигатель и содержит в себе мельчайшие токсичные частицы, образующиеся при сжигании топлива, и другие химические вещества, проникающие в легкие и кровь пассажиров, что может вызвать воспалительные процессы в легких и прочие недуги. Тестирование воздуха в самолете показало, что он содержит в 10 раз больше опасных частиц, чем в районе центральной лондонской станции метро «Виктория». Новые авиационные фильтры не решают до конца эту проблему, хотя утверждается, что они производят 100-процентную очистку воздуха.

При посадке в аэробус A350, оснащенный усовершенствованной системой очистки воздуха, Ив отмети-

Авиакомпании экспериментируют на людях



ла, что ее детектор частиц загрязнения показывал нулевую загрязненность, однако после взлета загорелся красный индикатор наивысшей опасности, затем загрязнение снизилось, однако оставалось на довольно высоком уровне на протяжении всего полета.

Но больше всего ее напугал детектор канцерогенного радиоактивного газа радона, его содержание оказалось в 100 раз выше, чем в ее лондонской квартире. Этот газ особенно опасен при длительных полетах на больших высотах, когда самолет поднимается на 41 тысячу футов, что превышает 12 километров.

Профессор Майкл Локвуд, изучающий физику космического пространства, крайне озабочен высокой концентрацией радиоактивных частиц в атмосфере на больших высотах. В салон самолета проникают космические частицы высоких энергий и атакуют клетки человеческого организма. Чем чаще вы летаете, тем выше угроза, можно легко перебрать допустимую годовую дозу радиации.

Ив отметила, как в ходе полета у нее начали прыгать давление и сердечный ритм, хотя она совершенно здоровый человек. Опасность таилась и в снижении содержания в воздухе кислорода, что приводит к уменьшению выработки протеинов, противостоящих закупорке кровяных сосудов. Прибор, показывающий степень насыщения крови кислородом, постоянно фиксировал ее понижение, и в какой-то момент она упала с 99 процентов до 90 с одновременным повышением уровня сахара в крови, что уже грозило потерей сознания. По данным экспертов, полноценное восстановление всех функций и временная адаптация происходят лишь через две недели после такого полета. Ив считает, что еще легко отделалась: после почти 19 часов в самолете она заполучила лишь простуду, которую связывает с грязным воздухом, раздражающим дыхательные пути. Не зря «Сингапурские авиалинии» предупреждают, что для такого перелета вы должны быть достаточно здоровы.

Британская кинозвезда Эмма Уотсон в свои 29 лет достигла многого, о чем только могут мечтать всю свою жизнь другие женщины.

Она обладает многомиллионным состоянием, которого ей хватит до конца дней, пользуется всемирной популярностью, и ее осаждают предложениями сняться в новых фильмах. Эмма красива и хорошо образованна, на досуге пишет стихи и ведет дневник.

Однако ее настигла беда, которая случается и с другими женщинами, добившимися в ее возрасте ошеломительного успеха. Она жалуется, что испытывает постоянный стресс и страдает от растущего нервного волнения.

Ее знакомые говорят, что Эмма становится невыносимой. Она пытается

Странная Эмма Уотсон

выступить на каждом общественном форуме, наставляя других женщин, как они должны думать, что должны сделать для спасения планеты и как должны бороться с несправедливостью и за всеобщее равенство. Эмма принялась выступать от лица всех женщин, не понимая, как мало она еще знает о реальной жизни, которой ее не могли научить в Оксфорде и в элитном американском Университете Брауна.

Обозреватель «Дейли мейл» Дженет Стрит-Портер так охарактеризовала плачевную ситуацию с психикой кинозвезды: «Если у вас нет мужа, нет ребенка, вам скоро исполнится 30 лет и вы не чувствуете больше стабильности в своей карьере, вас охватывает невероятное волнение и вы начинаете что-то

придумывать, вам в голову лезут разные мысли».

Несмотря на то что ее окружает масса заманчивых ухажеров, Эмма заявляет, что счастлива оставаться одинокой. Каждый разговор Эмма сводит к разъяснению своего видения современного феминизма, стала называть себя активисткой. Среди ее миллионеров-бойфрендов было несколько игроков в регби, партнеров по съемкам, но особую слабость она испытывает к молодым многообещающим предпринимателям из Силиконовой долины, таких в ее коллекции найдется по крайней мере трое. И в то же время Уотсон пребывает в ужасе от того, что к 30 годам так и не решилась выйти замуж. Говорят, на поведение Эммы повлиял



болезненный развод ее родителей, нарушивший гармонию ее жизни.

Уотсон стала уподобляться сходящим с экрана американским актрисам типа Мерил Стрип, пытающейся оставаться в центре внимания. Для этого они становятся пропагандистками всевозможных популярных идей, какими бы вздорными они ни были.

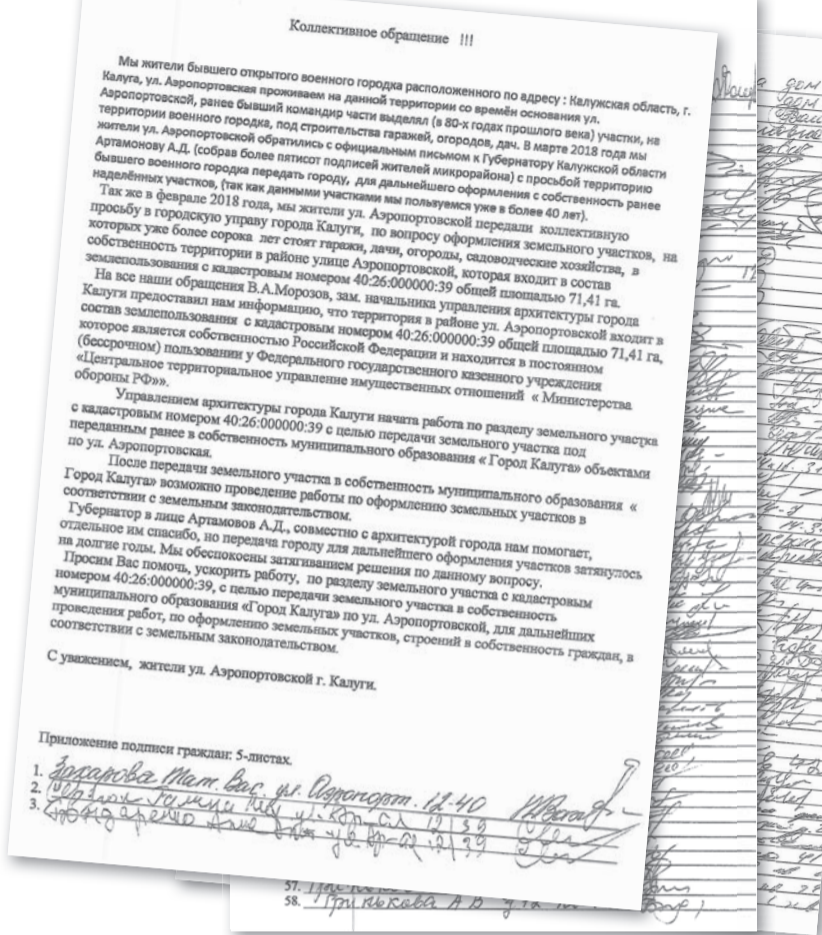
Стрит-Портер даже подозревает наличие некоего психи-

ческого сдвига, случившегося с Эммой, которая многие годы в эпоху Гарри Поттера играла его подругу по школе волшебников Гермиону Грейнджер. Уотсон постепенно усваивала странности своего персонажа, ее подростковая психика перестраивалась под него.

Эмма теперь предпочитает такие роли, которые позволяют ей доводить до публики свои феминистские идеи. Она не понимает, что выглядит глупо в глазах женщин, которые пытаются выжить и поддержать свои семьи тяжелым трудом, не получив столь изысканного образования и не пользуясь привилегиями высшего класса. Состояние Эммы достигло 55 миллионов фунтов, она владеет таунхаусом в Лондоне за 3 миллиона и шале на горнолыжном швейцарском курорте.

Подготовил Николай Иванов

ПЕНСИОНЕРОВ ОПЯТЬ ОБОБРАЛИ



бумаге осталось только пять, остальные признаны негодными к проживанию. Но военные пенсионеры продолжают проживать в домах-призраках - уезжать им просто некуда.

Продукты с огорода были для них большим подспорьем. Теперь пенсионеры останутся и без жилья, и без земельных участков. Причем парадокс заключается в том, что, согласно закону, каждый гражданин имеет право получить и оформить в собственность земельный участок.

В понятие «каждый» почему-то не вошли те россияне, кто уже имел на тот момент участки на землях Министерства обороны.

Год назад была инициирована проверка законности владения земельными участками на землях военного городка, пенсионеров обвинили в самовольном захвате земли и самострое и вынесли им административное наказание - штраф по 5 тысяч рублей каждому.

Комментарий главы Ассоциации адвокатов России за права человека Марии Баст:

Это происходит сплошь и рядом. Единственный способ защитить свои права - обращаться в Европейский суд по правам человека, он при принятии решений руководствуется понятиями о сроках давности владения и о сложившихся социальных отношениях. Однако военные в Страсбург обращаются неохотно, они считают, что это вражеский суд, там в Европе НАТО. Кто-то подает в Европейский суд, но это единицы и все смотрят на них как на белых ворон.

А государство этим пользуется.

Аделаида Сигида

Пенсионеры Калуги обратились с открытым письмом с жалобой на то, что местные власти отбирают у них земельные участки, дачи и гаражи.

Подписантов более 500 человек, все они когда-то служили в вооруженных силах. Сейчас военного городка на улице Аэропортской в Калуге больше нет. Вернее, дома, дачи и люди остались, их статус - непонятен.

Еще в советские времена военным давали земельные участки и землю под гаражи, с тех прошло больше 40 лет. Несколько лет назад военные пенсионеры, проживающие на Аэропортской, обратились к губернатору с письмом с просьбой разрешить им оформить гаражи и дачи в собственность.

До передачи городка муниципалам, когда земля принадлежала Министерству обороны, разрешить людям

оформить свое имущество и участки в собственность запрещал закон. После передачи сделать это можно, но муниципальные власти мало где готовы отдать бесплатно лакомый кусок пирога.

Вместо того чтобы передать дачи военным пенсионерам, землю у них отнимают и выставляют на торги. Выкупить свои дачи и гаражи у пенсионеров, понятное дело, денег нет. То, что было построено за полвека на дачных участках, объявляется местными властями самостроем и подлежит сносу.

В той же Калуге чиновникам абсолютно неинтересно, что военный городок существовал здесь с 1943 года и за это время силами военных были построены 11 домов, магазины, баня, спортзал, дороги, ограждения. После 2004 года все стало рушиться и приходиться в негодность. Так, из восьми одноэтажных многоквартирных домов на



ПОЛЬЗА НА ДНЕ МУСОРКИ

В регионах продолжается мусорная реформа. И хотя с ее стартом плата за вывоз ТБО для населения увеличилась, положительные моменты уже стали ощущаться. Например, в Курской области мусор наконец начали сортировать.

Вторая жизнь мусора

Построенный около года назад комплекс по сортировке отходов, расположенный недалеко от города Рыльска, привлек внимание даже иностранных экспертов. 14 ноября в рамках программы «Климатически нейтральное обращение с отходами» объект посетила делегация из Германии.

Таких комплексов в регионе пока только три, но планируется еще один.

Его мощностей хватает на сортировку 70 тысяч тонн мусора в год, а пропускная способность ленты составляет до 15 тонн в час, - пояснила руководитель муниципального предприятия Ольга Егорова. - Работают тут около 30 человек, 20 из которых - операторы-сортировщики. Большая часть работы, за исключением автоматизированного отбора металла, производится ими вручную. Отсортированный мусор региональный оператор увозит на переработку.

За сутки сюда прибывают до 300 машин. Трактор сгребает содержимое кузова на движущуюся ленту, а приемщицы тем временем оперативно разрывают мусорные пакеты. После этого в дело вступают сортировщицы, вылавливающие из общей массы кто пластиковые или стеклянные бутылки, кто картон или полиэтиленовые

пакеты (у каждого своя задача). Невостребованные отходы отправляются на захоронение, а полезные фракции прессуются. Куб спрессованного картона весит 300 килограммов, а куб пленки - 500.

Учитывая, что раздельный сбор мусора еще не налажен, обращение со смешанными отходами вне городской черты - это неплохое начало, - поделился впечатлениями член немецкой делегации Кевин Касих.

Немецкий опыт - российской глубинке

Регион заключил трехстороннее соглашение не только с немцами, но и с Министерством природных ресурсов и экологии РФ.

Проект на безвозмездной основе, - подчеркнул глава областного комитета экологической безопасности и природопользования Константин Поляков. - Замечаний, касающихся технологической схемы, логистики и самих сортировочных комплексов, нашими гостями высказано немало, но мы учитываем, что Германия давно перешла на новую систему обращения с отходами, притом там к этому шли годами и даже десятилетиями. Так что у нас, в России, все еще впереди.

Алексей Пищулин



ЗДОРОВЫЕ СУСТАВЫ – ПОЛНОЦЕННАЯ ЖИЗНЬ!

годы мучений и безысходность просто выбивают из сил. Быть постоянно в тягость своим родным и близким – это не тот удел, которого заслуживает человек.

Последние разработки отечественных технологий позволили создать современный компонент **БИАРТЕКС (BIARTEX)** - это сбалансированная природная формула в растительных капсулах, находящихся в среде-активаторе. Капсулы растворяются в тонком кишечнике, компоненты попадают в кровь и воздействуют на клетки хрящевой ткани, активируя их деление.

Свойства **БИАРТЕКСА** – это мощь в восстановлении плотности хряща, плотности синовиальной жидкости, устранение дистрофических изменений хрящевой ткани суставов, а также сопутствующих нарушений костно-мышечной системы, соединительной ткани, тонуса сосудов.

Задача **БИАРТЕКСА** – это вернуть человека к нормальной полноценной жизни без боли и ограничений в движении. Главное - не опустить руки и не свикнуться с мыслью, что уже ничего не поможет. Возраст людей, принимающих Биартекс, неограничен. Нет такого диагноза, как возраст.

ОБРАТИТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЕЙ МОЖНО ПО ТЕЛЕФОНАМ:
8 (800) 600-57-56 **8 (495) 136-59-66**
ЗВОНОК ПО РОССИИ БЕСПЛАТНЫЙ г. МОСКВА

Лучшие специалисты объяснят действие и курс приема **БИАРТЕКСА** касаясь Вашего случая

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Биартекс является пищевым концентратом

Пока петух не клюнет...

Напомним, утром 19 ноября автомобиль Lada Largus провалился в яму с кипятком. И водитель, и пассажир, находившиеся в салоне, буквально сварились заживо.

Вскоре после аварии губернатор Иван Белозерцев распорядился создать рабочую группу по обследованию потенциально опасных участков в регионе. Местная прокуратура возбудила уголовное дело, а глава СКР Александр Бастрыкин поставил ход расследования на контроль в центральном аппарате ведомства.

Но почему все эти телодвижения делаются уже после гибели людей? Почему всякий раз устраняют последствия беды, а не первопричину? «МН» ищет ответы именно на эти вопросы.

«Остаточная толщина»

«Виноваты гнилые трубы», - предположит всезнающий читатель и будет прав, но лишь отчасти. Действительно, в случае с Пензой именно в месте прорыва труба была крайне изношена. Это признал и зампред областного правительства Дмитрий Семенов, побывавший на месте ЧП. «Остаточная толщина стенки у всей вырезанной трубы - 4 миллиметра, - заявил он.

Там же, где произошел прорыв, состояние очень ветхое - около 2 миллиметров». При этом чиновник дал понять, что «сама труба - мы смотрели по срезу - находится в нормальном состоянии».

Своеобразным алиби заручился и Василий Журавлев, директор компании «Г Плюс групп», в ведении которой находится дырявый теплопровод. По его словам, специалисты, якобы побывавшие на месте ЧП перед провалом, не засвидетельствовали никаких проблем. Хотя очевидцы утверждали, что незадолго до трагедии из-под асфальта валил пар.

Странная получается картина: очевидцы пар видели, а коммунальщики нет. Труба в целом нормальная, но где-то ее все-таки прорвало.

Кошунственно в этой связи звучит официальная причина ЧП, выдвинутая пензенскими властями. Оказывается, автомобиль с двумя людьми ушел под землю из-за... повышения давления транспорта на участок дороги с проходившей под ним теплотрассой.

На озвученную властями версию тут же откликнулись пользователи соцсетей, отпуская по данному поводу горькие шутки: «Ну конечно, это пешеходы протоптали ас-

Когда ЗЕМЛЯ ТРЕЩИТ ПОД НОГАМИ...

«...Земля разверзлась и поглотила их...» - эта цитата из Библии после трагедии в Пензе приобретает еще более мрачное значение.



ГУМЧС РОССИИ ПО ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

По статистике, износ тепловых сетей в России в среднем составляет 50-60%, а по итогам прошедшего отопительного сезона - 2018/2019 в некоторых регионах и все 80%.

фальт, чего уж там...», «Да уж, сами люди сделали пролом в грунте, повредили трубу и упали туда», «Не дай бог угодить в такую же яму путинскому Augus...».

Дело в трубе или дело - труба?

Эксперт ОНФ в сфере ЖКХ, депутат гордумы Пензы Людмила Коломыцева, говоря о причинах трагедии, не исключила, что в этом виноваты гнилые трубы, но предложила «копать» глубже.

«Эти трубы разрушались два десятка лет без всякого ремонта, - говорит депутат. - Их проложили еще при Советском Союзе, а во времена Бочкарева (губернатор Пензенской области в 1998-2015 гг. - Ред.) никто не вкладывался в их ремонт и содержание. В итоге мы получили то, что получили. Сегодня в Пензе сети изношены на 70%, а остальные 30%, я уверена, на все 100».

Хозяйство на курьих ножках

Кстати, трагедия в Пензе - не единственное ЧП подобного рода за последнее вре-

стве, отмечает, что информация требует обновления, а значит, в действительности состояние сетей и объектов коммунальной инфраструктуры в стране может оказаться еще хуже.

Вот ответ статистики на вопрос, почему по стране регулярно регистрируется огромное количество провалов грунта: потому что трубы ни к черту!

«В среднем по России 2% на замену сетей заложено в тарифах. Соответственно, 50 лет - срок службы. А те конструкции, которые достались нам из советского времени, были рассчитаны на 25-30 лет. Вот, собственно говоря, основная проблема», - считает президент некоммерческого партнерства «Российское теплоснабжение» Виктор Семенов.

Так вышло, что Россия - единственная в мире страна, где городская среда плотно населена именно в северных широтах, там, где без центрального отопления никак нельзя. Швеция, Финляндия, Дания и Канада используют другие системы. Там значительная часть населения пользуется внутридомовыми электрическими нагревателями. У нас же вбухивают в ЖКХ миллиарды бюджетных денег, а эффективность их использования равна нулю.

Судить - и никаких гвоздей!

Но неужели человеческие жизни не стоят того, чтобы усилить контроль за этим проблемным хозяйством?

Безусловно, следить за гидравлическим режимом надо. Но не только за ним, и не только в Пензе. Следить чиновникам надо прежде всего за вверенным им хозяйством, за вверенными им миллионами жизней и ка-

рать нерадивых не мелочными штрафами, а серьезными уголовными наказаниями вплоть до лишения свободы. А то как деньги на ремонт обветшалых теплосетей просить, они тут как тут. Случись же провал или потоп в этом провале, они выходят сухими из воды. В противном случае

такие провалы будут возникать то тут, то там, и никакая техника их не остановит.

«Рыба гниет с головы», - говорят в народе, и провал грунта - это не исключение. Однако, как показывает практика, во многих подобных случаях наказание за ЧП несут стрелочники, а не местная власть, отвечающая за коммунальное хозяйство. А люди продолжают гибнуть, и не исключено, что по ее вине.

Контроль наверняка усилится, если верхушка местной власти будет головой и свободой отвечать за аварии на теплосетях, а не переключать ответственность, в том числе и уголовную, на рядовых сотрудников организаций. Так было в Санкт-Петербурге в 2018 году. Там кафе затопило кипятком после прорыва трубы, а уголовное дело завели на диспетчера тепловой компании. Злосчастная труба работала с 1992 года, в 2017-м вышел срок ее эксплуатации, однако хозяева, невзирая на многочисленные мелкие прорывы, не стали ее менять. В итоге погибли два человека, а виноват почему-то диспетчер. Но ведь есть же статья 238 УК РФ «...оказание услуг, не отвечающих требованиям безопасности, повлекшее по неосторожности смерть двух или более лиц...», под действие которой должны попадать топ-лица ответственных ведомств и чиновники, а не стрелочники. Только тогда и трубы будут крепкими, и прорывов не будет, и люди не будут гибнуть в кипятке.

Контроль наверняка усилится, если верхушка местной власти будет головой и свободой отвечать за аварии на теплосетях, а не переключать ответственность, в том числе и уголовную, на рядовых сотрудников организаций. Так было в Санкт-Петербурге в 2018 году. Там кафе затопило кипятком после прорыва трубы, а уголовное дело завели на диспетчера тепловой компании. Злосчастная труба работала с 1992 года, в 2017-м вышел срок ее эксплуатации, однако хозяева, невзирая на многочисленные мелкие прорывы, не стали ее менять. В итоге погибли два человека, а виноват почему-то диспетчер. Но ведь есть же статья 238 УК РФ «...оказание услуг, не отвечающих требованиям безопасности, повлекшее по неосторожности смерть двух или более лиц...», под действие которой должны попадать топ-лица ответственных ведомств и чиновники, а не стрелочники. Только тогда и трубы будут крепкими, и прорывов не будет, и люди не будут гибнуть в кипятке.

Чтобы трагедии не повторялись!

Как считают эксперты, постоянная смена собственников коммунальных сетей (в некоторых городах за 15 последних лет сменились от трех до восьми собственников!) может привести к коммунальной катастрофе. Однако, чтобы исправить ситуацию, начать нужно не с хаотичной замены коммуникаций, а с их обследования.

«Очень сложно что-то ремонтировать и что-то менять, когда ты не понимаешь, что происходит внутри, - считает вице-президент НП «Российское теплоснабжение» Александр Исаков. - Нужно

разработать программу мониторинга того, в каком состоянии находятся сети, и проследить весь путь, который проходит кипяток по трубе - от котельной до потребителя». Такая техника, по словам эксперта, имеется. Более того, «ее технические возможности позволяют в режиме онлайн предупреждать аварийные ситуации». Но почему ее не используют - вот в чем вопрос.

Глава регионального инспекции ОНФ в Московской области Юлия Белехова большую роль в исправлении ситуации отводит федераль-

ным властям. «Минстрою следует разработать федеральную программу по замене инженерных сетей и определиться с источниками финансирования, - уверена эксперт. - Они могут быть разными: федеральный бюджет, муниципальный, средства коммунальных компаний. Вопрос необходимо решать в зависимости от финансового состояния как региона, так и самих организаций. Есть территории, где износ сетей 80%. И здесь уже нужна поддержка муниципального или федерального бюджета. Самостоятельно теплосети не справятся».

Обнаружен самый дефицитный в поликлиниках и других медучреждениях специалист - это психотерапевт. Почему психотерапевтов не хватает и нужны ли они?

Спасут ли россияне психотерапевты?

Руководитель отделения лечения пограничных психических расстройств и психотерапии Национального исследовательского центра психиатрии и неврологии имени В.М. Бехтерева Татьяна Караваева сообщила на днях, что дефицит психотерапевтов в государственных организациях в России составляет 60%. А в некоторых субъектах и вовсе нет ни одного такого специалиста!

Меньше всего психотерапевтов в медгосучреждениях на севере России и в Сибири. Но даже в крупных городах ситуация далека от идеальной. Так, в Питере планировали построить десять психотерапевтических центров, а построили только один, и то он работает лишь на одну пятую от своей изначально заложенной нагрузки.

Идти на прием к психотерапевту россиянин не готов. Почему?



Центр психотерапевтической помощи - «это очень мощные, очень структурированные учреждения». Психотерапевтических кабинетов в том же Питере должно быть 213, а на деле - 46.

Пора ли по этому случаю хвататься за голову и смогут ли государственные психотерапевты вылечить невротиков, психопатов и

прочих граждан с «пограничными психическими расстройствами», число которых, по предварительной оценке, составляет треть населения?

Положа руку на сердце, отметим, что врачей куда более жизненно важных специальностей в стране стало катастрофически не хватать. Конечно, при большом желании человек может обратиться к платному

специалисту, в том числе и к психологу.

Доктор психологических наук из Питера Ирина Богачек видит причину дефицита в том, что мединституты выпускают не так много специалистов.

«Клинических психологов выпускается немало, - говорит Ирина Богачек. - Например, таких специалистов выпускают в двух питерских университетах, которые не являются медицинскими. Но их выпускников не берут в больницы и поликлиники. Они могут работать лишь в детских

«В России традиционно наблюдается дефицит психологической и психиатрической культуры населения».

садах и школах (если говорить о госучреждениях)».

А вот психотерапевт, доктор психологических

и кандидат медицинских наук Марк Сандомирский уверен, что психотерапевты россиянам очень даже нужны! «Потребность в психиатрической помощи возрастает, - говорит Марк Сандомирский. - Другое дело, что в России традиционно наблюдается дефицит психологической культуры населения».

Одним словом, идти на прием к психотерапевту россиянин просто не готов. Тем более что психотерапевт из поликлиники, изначально специализировавшийся по психиатрии, помогает пациентам с использованием лекарств. Тогда как психологи помогают разговорами по душам.

Вот и идут россияне к платным психологам, обходя стороной бесплатных психотерапевтов. «Практикующих психологов как минимум в 10 раз больше, чем лицензированных врачей-психотерапевтов, - констатирует Сандомирский. - Сегодня во всем мире главные проблемы - это кризис семейных отношений, одиночество, дефицит культуры в обществе. Увы, эти «болезни» не вылечит психотерапевт при помощи лекарств. Решение - обучение населения самопомощи».

Аделаида Сигида

Магас - город солнца

Столица Ингушетии - город Магас очень необычен, но побывать в нем стоит!

Во-первых, он очень маленький, его можно обойти пешком за полчаса, и живут в нем около 10 тысяч человек. Во-вторых, это единственный в России город, основанный после распада СССР.

На русском Магас означает «город солнца», и его так стали именовать по решению парламента Ингушетии в 1998 году. А расположен Магас на границе с Северной Осетией, в 4 километрах от Назрани.

Столицей республики город официально стал в декабре 2000 года, флаг появился в 2008-м, а обновленный генеральный план застройки одобрили только в 2010-м.

Интересно, что до 2015 года по городу можно было передвигаться лишь на такси или пешком, а потом власти запустили маршрутки и только затем уже автобусы.

Тут же стали строить удивительные автобусные остановки. Их, говорят, придумал теперь уже бывший глава города Беслан Цечоев. Остановки - закрытые, и



войти в них можно с двух сторон. Внутри установлены кондиционер и обогреватель, чтобы и летом, и зимой была комфортная атмосфера. Вмонтирован видеотелевизор, по которому постоянно показывают фильмы о городе.

Тут же электронная библиотека. Есть зарядка для смартфонов, кнопка вызова полиции и вайфай. Честно говоря, я даже позавидовал жителям этого города. Но что интересно, в ноябрьские дни они стояли на улице, а не внутри остановки. Во-первых, пока еще не было холодов, а во-вторых, так удобнее общаться. Странно, что остановки никто не разрушает. Если бы такие стояли в Мо-



Необычные остановки на улицах необычного города (вид внутри)

скве или, к примеру, в уральском городе, где часты драки между хулиганами, ее бы давно разрушили. Но в Магасе нет уличных хулиганов и никто остановки не трогает: людям, видимо, и в голову такое не приходит! Рядом с остановками расположены пункты приема старой одежды с надписями на трех языках - русском, ингушском и английском, хотя англичане тут бывают крайне редко.

Чтобы привить жителям любовь к чтению, повсюду установили электронные библиотеки. Подключаешь смартфон и скачиваешь книгу.

Урны для раздельного сбора мусора тут тоже в порядке вещей. При этом есть отдельная урна для мучных изделий: хлеб нельзя выкидывать, но люди же все равно, бывает, что и грешат этим. Поэтому установили отдельный контейнер, и отдают черствый хлеб на корм скоту.

В общем, Магас - это в чем-то тот самый город-сказка и город будущего. С одной маленькой поправкой - таких городов много быть не может. Но столицами автономий в составе большой страны, областными или краевыми центрами такие города, небольшие, компактные и комфортные для жизни, могут являться вполне. Хотя есть сомнения, что удобные и красивые остановки останутся вандализмом. В других населенных пунктах их явно стоит строить антивандалными.

Гордость города - велодорожка. Она протянулась вдоль главной улицы на не-

сколько километров. Правда, за несколько дней жизни в Магасе и вечерних прогулок по городу мне ни разу не довелось наблюдать на ней велосипедистов. Но все же главная достопримечательность города - это Башня Согласия, построенная шесть лет назад: высокое здание, целых 100 метров, в центре города, напротив Дома правительства. Сделана она в стиле увеличенной в четыре раза средневековой ингушской башни. Это не только самое высокое здание в Ингушетии, но и самая высокая смотровая башня на Северном Кавказе. Башня Согласия является главным туристическим объектом равнинной части республики. Как рассказывают старожилы, в Ингушетии родовая башня всегда была надежным домом, защитой и олицетворением единства всего рода. Башня Согласия задумывалась как общая для всех ингушских родов, как символ, объединяющий весь народ. Деньги на ее строительство выделил известный бизнесмен, меценат Алихан Харсиев. Деятели культуры, с которыми довелось пообщаться, говорили, что после завершения ее строительства в городе стало еще меньше преступности. А если кого и убивают, то это «кого надо убивают...» Зато мелких преступлений почти не совершается.

Андрей Князев

Как стать отчаянным? Это звание, а вернее, вполне официальный титул, можно заслужить, если вступить во французский клуб веломарафонцев. Он так и называется: «Парижский клуб отчаянных» (Audax Club Parisien). Что нужно сделать, чтобы стать супервеломарафонцем (Super Randonneur) по правилам этого клуба?

Для этого требуется выполнить ряд заданий (правила одинаковые как для мужчин, так и для женщин). За определенное время велосипедисту нужно проехать маршрут, зарегистрироваться на контрольных пунктах и отправить протоколы в Париж. На каждой дистанции есть строгий норматив. Например, 200 км нужно проехать за 13 часов 30 минут, 600 км - за 40 часов, а 1000 км - за 75. Длительная, однообразная езда и унылый (например, степной) пейзаж угнетающе действуют на психику. Поэтому, чтобы совсем не отчаиваться, веломарафонцы стараются прокладывать маршрут по живописным местам.

Преподаватель из Челябинска Сергей

КРУТИ ПЕДАЛИ!

И станешь отчаянным, как челябинский велосипедист Сергей Сяськов

Сяськов, чтобы не было скучно, проехал в Сибири по Чуйскому тракту, который входит в пятерку самых красивых маршрутов мира. А всего за сезон он оставил за задним колесом своего велосипеда 6700 километров. Если подсчитать все перепады высот, которые он покорил, то в сумме Сергей поднялся на высоту 30 Эверестов, а если учесть все проведенное в пути время, то за этот срок можно трижды просмотреть сериал «Санта-Барбара»!

Неудивительно, что по итогам сезона Сергей попадал в тройку призеров веломарафонов страны четыре раза. За это время он подтвердил титул Super Randonneur 15 раз! Сейчас Сергей получил почетную приставку «ультра» к этому титулу и имеет самую



Проезжая через столицу Казахстана, Сергей Сяськов не смог отказать себе в удовольствии сфотографироваться возле этих фигур

большую коллекцию французских медалей в России - более 80 штук!

В принципе, отчаянным может стать каждый, было бы желание. Вот несколько советов Сергея Сяськова для новичков.

Что нужно брать с собой в путешествие?

- Передний и задний свет, фотоаппарат и видеокамеру, смартфон, запасной аккумулятор, навигатор, велокомпьютер.

- Светоотражающий жилет на ночь, непромокаемую куртку, бахилы и непромокаемые

носки, шерстяную кофту, ветровку.

- Запасную камеру, насос, набор шестигранников, смазку для цепи, велозамок.

- Для многодневных путешествий - палатку, спальник, спасательное одеяло, посуду, при необходимости - горелку и газовый баллон.

- Аптечку.

- Не мешает и отличное настроение.

Чем питаться в дороге?

За несколько недель до поездки необходимо есть только здоровую пищу, в основном

овощи. Важно сытно позавтракать перед поездкой. Если день ожидается жаркий, начинаю его с пары литров молока, смеси электролитов и овсяных хлопьев. Воду стараюсь заморозить, чтобы в нужный момент она была прохладной. В дорогу беру удобные, привычные и быстро перевариваемые продукты, которые помещаются в карманы. Перед стартом изучаю маршрут на наличие точек питания и подкрепляюсь таким образом, чтобы не использовать резервы организма. Есть необходимо каждый час, причем до наступления чувства голода. Сначала твердые продукты, т. е. они перевариваются дольше и пока у организма есть энергия. Важна и правильная гидратация: необходимо много пить, причем использовать определенные типы электролитов и даже добавлять калории в воду. Вечером необходимо сразу начать восстановление к следующему дню: фрукты, начиная с богатых на сахар, и белок по возможности в виде коктейля.

Когда в седле одни романтики

У челябинского клуба «Восток 1», членом которого является Сергей Сяськов, есть возможность прокладывать маршруты по Уральским горам с уникальным набором высоты, в частности, через хребты Малый Ямантау и Зильмердак («Останавливающий ветер»). В истории клуба остались велопробегги, которые получили свои романтические названия: «Белый», когда 200 километров пришлось ехать под мартовским снегом, «Симпатичный» - 300 километров велосипедисты проехали в компании с девушками, «Звездный» - этот марафон прошел ночью, «Крутой», когда пришлось преодолеть 2255 метров подъема. В 2020 году на территории Челябинской области будет проведен супермарафон (1200 км) с регистрацией результатов в Audax Club Parisien. Сергей Сяськов считает, что это самый красивый маршрут, который предстоит ему преодолеть в жизни.

*Сергей Смирнов
Фото из личного архива Сергея Сяськова*

Читатели интересуются: «Почему наши лучшие изобретения уходят за рубеж? Недавно я купил в Германии аппарат для стабилизации артериального давления «Антигипертоник». Он разработан российскими учеными и в Европе завоевал широкую популярность. Меня 20 лет мучила гипертония и аритмия сердца, не помогали никакие таблетки. Моя знакомая была удивлена, встретив меня бодрым и энергичным. Она захотела купить себе такой же аппарат, но в России его так и не нашла, а за границей продается. Получается, сапожник без сапог».

Отвечаем: Ваше негодование понятно и справедливо! Но спешим Вас оправдать. Наконец-то аппарат «АНТИГИПЕРТОНИК» зарегистрирован Минздравом России (рег. удостоверение №ФСЗ 2011/09419 от 30.03.2011, срок действия неограничен) и рекомендован к применению при заболеваниях сердечно-сосудистой системы и для стабилизации артериального давления.

Это первый в мире биофизический лечебный прибор, который, используя биоэлектричество человека, стимулирует сердечно-сосудистую систему, работу головного мозга и позволяет избавиться от множества различных заболеваний. Его уникальность заключается

АНТИГИПЕРТОНИК - лучший подарок к рождеству!

«Дарите родным и близким здоровье!»

Аппарат уместится на ладони, его вес всего 150 грамм. Он разрабатывался с целью продления жизни. Осуществление его высокой технологичности стало возможным лишь в XXI веке. Его рабочий ресурс рассчитан более чем на 10 лет, а лечебный принцип действия не утратит своей актуальности многие годы.

в том, что он исправляет дисбаланс в клетках. При соприкосновении с телом человека аппарат как бы встраивается в замкнутую цепь всего организма и улавливает сигналы поврежденных клеток. Он проводит через себя излишне положительные ионы клеток, преобразует их в отрицательные и посылает их назад в клетки, тем самым восполняя дефицит отрицательных ионов и восстанавливая клеточный баланс. В результате воздействия аппарата восстанавливается биоэнергетический потенциал в организме, нормализуется кровоток, уменьшается вязкость крови, разрушаются холестериновые отложения и восстанавливается эластичность сосудов.

Сегодня одними из самых распространенных и опасных

заболеваний считаются ишемическая и гипертоническая болезни, как их сейчас называют врачи, «болезни века». Опасность развития этих заболеваний заключается в нарушении метаболического обмена в клетках. Сосуды сердца сужаются иногда более чем на 70%, кровоток замедляется, сердечной мышце не хватает питания, и происходят инсульт и инфаркт. Научно доказано, что клетки любого живого организма на нашей планете обладают биологическим электричеством и представляют собой своеобразный биоэнергетический конденсатор.

Ярким примером тому являются такие морские животные, как электрический угорь и скат. Это касается и людей. От

живого организма всегда исходят биотоки, утрата которых, в свою очередь, ведет к угасанию жизни. А редко кто задумывался, что клетки ребенка обладают электропотенциалом 100 милливольт, клетки человека среднего возраста - 70 милливольт, пожилого человека - 40 милливольт, и с возрастом электропотенциал иссякает и клетки погибают. В идеале, если положительные и отрицательные ионы находились бы в абсолютном

балансе, то их жизнь была бы вечной. Но в процессе жизни клетки постоянно теряют отрицательные ионы, а их место занимают излишне положительные, электробаланс нарушается, и это ведет их к неминуемой гибели. Вот здесь на помощь приходит аппарат «АНТИГИПЕРТОНИК»!

Он обновляет энергетический потенциал клеток сердечной мышцы и дает сердцу большой запас энергии, за счет чего восстанавливается хорошее сокращение сердца, отступает угроза инсульта и инфаркта, а по очищенным сосудам ко всем органам беспрепятственно поступает питание. За счет улучшения метаболических процессов из организма выводятся шлаки и токсины, накопившиеся за время приема лекарств. Применение аппарата «АНТИГИПЕРТОНИК» позволяет успешно устранять причины заболеваний, ограничив прием лекарств, не нарушая физиологических функций здоровых клеток организма.

Зарубежные пользователи по достоинству оценили аппарат «АНТИГИПЕРТОНИК», и ему были присвоены 8 международных наград. Теперь его можно приобрести в России, позвонив по телефону:
8 908 442 40 92, 8 984 140 69 88
или по WhatsApp а также ознакомиться с аппаратом на сайте onegagipertonik.ru

Что ищут и что находят любители экстремально-го отдыха, приверженцем которого стала и наш корреспондент?

Современность противоречива: взлет информационных технологий, автоматизация отраслей труда и торжество искусственного интеллекта предполагают прогресс, но по факту мы имеем экологическую катастрофу, экономический кризис и дергающийся глаз.

И что же? «Буду наслаждаться жизнью без рыночных отношений и электронных гаджетов!» - решила я и пошла в школу инструкторов по туризму.

Что происходит с туризмом в России?

Из-за нестабильного курса рубля спрос на внутренний туризм среди россиян вырос на 10% и ожидается дальнейшее повышение. Решающим фактором для 69% опрошенных при планировании отдыха стала цена, и только 9% волнует бытовой комфорт. Благодаря экономическому фактору, возросшей популярности здорового образа жизни и интересу к экологии туры продолжают набирать обороты.

Существуют три вида туристических походов - спортивный, самодеятельный и коммерческий. Каждое направление включает в себя горные, пешие и водные походы.

Спортивный - наиболее профессиональный, предполагает серьезную физическую подготовку и регулярные интенсивные тренировки. Суть спортивного похода - в сложности маршрута, процессе его преодоления. В Москве есть много клубов спортивного туризма, каждый со своей специализацией (скалолазание, каякинг и т.д.).

Самодеятельный туризм делится на студенческий - клубы при МАИ, МГУ, Бауманке - и взрослый. Самые крупные действующие взрослые клубы - «Перово» и «Вестра». Действует при поддержке государства, предоставляющего клубам помещения для тренировок на льготных условиях. Участники скидываются на коммунальные взносы и питание. Старший распределяет обязанности в походе, которые должны неукоснительно исполняться.

Коммерческий туризм - это возможность сходить в поход и отдохнуть. Маршруты доступны без специальной физической подготовки и являются живописными и познавательными. Часто включают в себя экскурсии, мастер-классы и развлекательные программы. Инструктор подстраховывает участников похода на всех этапах. Три лидера этой сферы: «Клуб Приключений»

#ДЕНЕГНЕТ. УШЛА В ПОХОД



Инструкторы: делай как мы!



Самое приятное в походах - привал

- самый глобальный, City Escape - семейный с турами ручной сборки, «ПИК» - тусовочный питерский клуб, постепенно завоевывающий московскую публику.

Походники не застревают и свободно циркулируют между клубами, хотя можно говорить о том, что аудитория самодеятельных клубов - скорее 20-летние экстремалы, а коммерческий туризм выбирают более обеспеченные люди в возрасте 30+.

Среди главных причин, манящих туристов навстречу неизведанному, - проверка себя на прочность, жажда приключений и поиск родственных душ.

Школа инструкторов: кто, что и зачем?

Вместе со мной на инструкторов учились специалист по сборке IT-устройств, администратор гостиницы, владелец мебельного бизнеса, дизайнер одежды, домохозяйка, классная руководительница, официантка, научная сотрудница РАН и фотограф.

Когда я думаю, что послужило для нас точкой такой странной «сборки», на ум приходит любовь к природе и свободе. Абсолютно разные, мы, не задумываясь, меняем ленивый комфорт на лютые приключения.

Обучение состояло из теоретических занятий и практики в лесу. За два с половиной месяца мы играючи научились вязать восьмерки и булины, различать 10 видов костров, брать азимут, развлекать туристов и выживать вдали от цивилизации.

задания по подсказкам немного. Меня за руку утащили в темноту искать подсказки на ощупь. Позже я осмотрела трассу и узнала, что во время игры мои локти побывали в котле с куриными потрохами, а колени - в живых опарышах. Потом мы делали себе карнавальные костюмы, вставали на гвозди и носились по лесу, парились в походной бане и плясали вокруг костра. Но больше всего мне запомнилось, как орала утром девочка, у которой пара о п а р ы ш е й переночевала в носках.

Дичь №2. Наш пикник

«Посмотрели, как надо, посмотрим, как можем, - озадачил нас после приезда наш преподаватель, - делаем свою игру!» И тут меня настиг катарсис. Нужно было придумать загадку - три раза мимо. Нужно было бегать с командой участников - я после сеанса у костра не смогла, а из-за недосыпа никак не запоминался текст. Промерзнув к ночи в грязном спальнике, я окончательно перестала понимать, на кой мне сдались все эти приключения. Но походники своих не бросают. Нашлись менее брезгливые и отдали мне чистый спальник, более выпавшиеся, побежавшие вместо

Оказывается, можно наслаждаться жизнью без цифровизации и электронных гаджетов!

меня, и более изобретательные, по сценарию которых я с удовольствием в итоге мастерила декорации. Глядя на этих уже не чужих ребят, я поняла, что дело, по всей видимости, не только в природе и свободе.

Дичь №3. Я, гадюки и Гуслица

Свой авторский маршрут я начала готовить с особым рвением. Несколько лет назад я очутилась в Гуслице - самой большой международной творческой усадьбе России - и искренне полюбила это место и населяющих его чудиков, служащих культуре. Ради экотропы, которую здесь давно планировали, мне предстояло

одной пройти 18 километров незнакомыми лесными тропами, существование которых само по себе предположительно. В пути я сфотографировала гадюку на обочине, поболтала с грибником, который запросто подарил мне пакет подосиновиков, нашла охотничью стоянку. Потом начались места настолько дикие, что я задумалась, бывал ли тут хотя бы лесник, и тут еще одна гадюка проползла прямо у меня под ногами! Преодолев свои страхи, я дошла.

Дичь №4. Владимирский рогейн в Петушках

Вид спорта такой есть, оказывается. Международный. Нацепить на себя компас, датчик и умчаться в лес с картой наперевес как минимум часа на четыре. Утром в Петушках у нас были серьезные лица, большие карты, компасы, датчики и даже нитка с булавками для разметки маршрута. Чего не было, так это понимания, что вообще происходит. По свистку в лес ломанулась толпа участников, и мы торопливым шагом последовали за ними. Первый час процессия дружно передвигалась по тропе, периодически сворачивая, чтобы приложиться датчиком к нужному дереву. А потом мы решили начать срезать. Первый раз получилось, но в итоге мы три часа бродили по буеракам вокруг контрольного пункта 54 (а думали, что ищем 71).

Дичь последняя. Выпускной

В середине октября нас ожидали ночное ориентирование, костры, узлы и ночевка без палаток. Одежды я с собой набрала, наверное, смены четыре. Купила теплый спальник и походные варежки. Приготовилась замерзнуть. Попроцалась с близкими. А лес внезапно встретил теплее, чем летом! С розжигом вышла небольшая заминка, но не ушла и коробка спичек, как все получилось. На ориентировании наша команда, крепко усвоившая правило не покидать тропу и усиленная любителями карт, была обречена на успех. Экзамен закончился ночевкой у костра. Было так жарко, что я проснулась без носков.

Жизнь после

Я дописываю эту статью после вручения сертификата, в соответствии с которым я теперь «энергия, забота, пластырь» и немного инструктор. Через неделю веду в дебютный поход группу туристов. Идя в школу, я хотела приключений, интересную работу и - получила. Сверх ожиданий я встретила как минимум 10 таких же ненормальных, с которыми мы теперь в любой непонятной ситуации вяжем булины, а в понятной - ищем, чего б не понять. Людей, которые со всей ответственностью относятся к играм, глупостям и другим людям. Офлайновых. С которыми можно и в разведку, но лучше в поход!

Ольга Пахомова

УЧЕНЫЕ ПРИДУМАЛИ, КАК ПОХУДЕТЬ ПРЯМО ВО СНЕ!



- ✓ Легкая походка
- ✓ Отличное настроение
- ✓ Бодрость и энергия
- ✓ Здоровый крепкий сон
- ✓ Контроль над аппетитом
- ✓ Снятие нагрузки с суставов и позвоночника
- ✓ Одышки нет

Что общего между запуском космического корабля и борьбой с ожирением? Не догадываетесь? Все очень просто: и там, и там идет жесткая борьба за каждый килограмм веса, который можно сбросить! И цена вопроса велика. Для космического корабля - речь об огромной стоимости вывода на орбиту каждого лишнего килограмма. Человек же с лишним весом платит здоровьем и душевным комфортом. И эта плата гораздо серьезнее, чем за космические килограммы. Ведь здоровье и жизнь у нас одни! Хочешь жить - веди борьбу с лишними килограммами! И вот тут у нас для вас есть СЕНСАЦИОННАЯ новость. Она потрясает и окрыляет!

Оказывается, появился комплекс средств, который дает возможность сбросить лишний вес без жестких диет и изнурительных тренировок. При этом результат закрепляется надолго. Невероятно, но факт! Наши специалисты сотворили чудо, и оно доступно всем!

Теперь у вас появился реальный шанс. Как вы думаете, стоит ли им воспользоваться, если ваша основная выгода - здоровая и счастливая жизнь? Ответ очевиден. И предлагается вам продукт не западной компании, а надежный результат многолетних исследований наших специалистов - «Кило-Лайт». Этот фантастический комплекс разработали ученые всемирно известной российской лаборатории специально для нас, обычных граждан страны. Почему это стало возможным?

МАЛЕНЬКИЙ СЕКРЕТ ДЛЯ ВСЕХ

Все очевидно: почти все средства для похудения действуют однобоко, а надо приводить в норму все системы организма, восстанавливать обмен веществ. Тогда и получится достойный результат на длительное время. Вот это действительно сложно, но уже возможно. Наши специалисты совершили впечатляющий переворот в вопросе борьбы с лишним весом. На основе 16 (!) лекарственных растений и природных компонентов создан очень эффективный комплекс «Кило-Лайт». Он учитывает ВСЕ современные требования к продуктам для снижения веса. И это необычное, поразительное средство, несомненно, вас порадует!

ВАША РЕШИМОСТЬ - ВАШ РЕЗУЛЬТАТ!

Никаких сложностей - все просто. Если вы хотите сбросить лишний вес, тогда прочитайте эту статью до конца. Вы узнаете: то,

что раньше вам казалось невозможным, на самом деле делается ЛЕГКО и ПРОСТО! При этом вам:

- не нужны сверхъестественные усилия, жуткие диеты и кошмарная борьба с голодом и стрессом;
- не надо доводить себя до нервного срыва;
- не надо день и ночь проводить в спортзале.

Все предусмотрено нашими гениальными специалистами. «Кило-Лайт» способен исполнить мечту любого полного человека - сделать его стройным, подвижным и привлекательным. И этот результат сохранится надолго. При этом «Кило-Лайт» действует мощно, но мягко, положительно влияя на состояние организма!

СТАРАЯ ПРОБЛЕМА, ДА НОВЫЙ ПОДХОД!

Новый подход к проблеме снижения лишнего веса прост, как и все гениальное! Просто налаживается работа всех систем организма, и вот потрясающий результат.

1. «Кило-Лайт» не нарушает обмена веществ и гормонального баланса в организме. В составе комплексной терапии он их нормализует! Ваш вес снижается, а силы только крепнут!
2. С «Кило-Лайтом» все необычно: вы худеете и получаете прилив сил, бодрости и хорошего настроения! И это здорово!
3. Удивительная особенность - в работе «Кило-Лайта» учтены суточные ритмы организма. Комплекс разделен на три состава, поэтому окисление жира идет тремя различными способами. Значит, организм не привыкает к какому-то одному препарату, что дает замечательный результат! Эффективность невероятная!

В «Кило-Лайте» сочетаются компоненты каждой из трех частей комплекса. Все знают, что часто при приеме одних средств запрещено принимать другие. А в «Кило-Лайте» действие одного вещества усиливается другим, и общий эффект не складывается, а умножается. К нашему огромному удовольствию, это необычайно эффективное достижение!

Как известно, кровь - основа жизни. Проблемы обычно начинаются именно там, куда доступ крови ограничен. Значит, там не хватает капилляров. Дело в том, что мало создать отличную композицию действующих веществ, надо еще и довести ее до места воздействия - до жировой ткани. А это работа капилляров. Без них проблема снижения веса не решается.

И еще одна приятная новость - больше не будет страданий от болезненного аппетита! «Кило-Лайт» убирает неодолимую тягу к сладкому и снижает аппетит, но при этом обеспечивает полноценное снабжение организма витаминами и микроэлементами. Это действуют природные средства комплекса. В обед вы получите полноценное питание и почувствуете себя сытыми при гораздо меньших порциях еды, чем раньше.

ХУДЕЙТЕ И МОЛОДЕЙТЕ ПРЯМО ВО СНЕ!

Диета больше не проблема! Стресса и голода нет, а настроение отличное! Кроме того, вы еще и худеете прямо во сне. Это просто фантастика! Но «Кило-Лайт» способен и на такое! За счет чего же это происходит? Как «Кило-Лайт» обеспечивает правильную настройку организма и хороший сон?

Как известно, во сне выделяется мелатонин - гормон молодости, долголетия, крепкого сна, необходимый для регулировки суточных ритмов организма.

Вырабатывается соматотропин - гормон роста, который предотвращает образование складок кожи и уменьшение мышечной массы при снижении веса. В том числе сохраняются и мимические мышцы лица, которые не дают развиваться глубоким морщинам. А главное - «Кило-Лайт» усиливает окисление жировой ткани, в том числе и подкожного жира (прощай, целлюлит!).

Вот так во сне восстанавливается здоровье и «сжигается» жир. Трудно в это поверить, но вы спите и теряете лишний вес, а внешний вид только улучшается! «Кило-Лайт» обеспечивает физиологически обоснованную, безопасную скорость уменьшения веса. А это не только берегает здоровье, но и позволяет избежать такой неприятности, как образование складок кожи на теле.

«Кило-Лайт» помогает устранить свободные радикалы, вызывающие ускоренное старение кожи. «Кило-Лайт» может влиять на процессы выработки эластина и коллагена, которые придают коже свежесть и молодость. Ваша фигура обретет стройность, а кожа порадует своей гладкостью и упругостью!

Вот такой поразительный комплекс для снижения веса создали наши ученые! И это не теоретические изыскания - идет успешный выпуск так необходимого нам средства для сброса веса!

НАДЕЖНОСТЬ И ДЕЙСТВЕННОСТЬ

Так кто же производит «Кило-Лайт»? Это наша отечественная компания «Парафарм». Она имеет научно-исследовательский центр и инновационное производство, а также 2000 га собственных земель для выращивания лекарственных трав. Все компоненты комплекса «Кило-Лайт» компания производит сама, а не покупает. Поэтому качество компонентов состава гарантировано!

«Парафарм» экспортирует свою продукцию в 20 стран мира. Компания является держателем 300 патентов на изобретения, отмечена медалью и грамотой «За значительный вклад в подготовку и проведение XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в Сочи» от Президента РФ. Эффективность препаратов от «Парафарм» - на мировом уровне и выше! Сами понимаете, спортсменам-олимпийцам некачественную или бесполезную продукцию перед соревнованиями не дадут. Жаль только, что объем выпуска «Кило-Лайта» не слишком большой. На всю страну не хватит. Остался только вопрос: а по карману ли нам такое средство?

ЦЕНА ПОХУДЕНИЯ

А вот тут приятнейший сюрприз - необычайно малая цена за столь эффективный и качественный продукт! Весь курс стоит всего 3300 рублей. А это два этапа по 25

дней приема и две недели перерыва между ними. Получается, что вы тратите всего 66 рублей в день на свой организм. Разве это много?! Литр хорошего молока дороже стоит, да и на сладостях вы сэкономите в пять раз больше! Ведь тягу к сладкому «Кило-Лайт» очень сильно уменьшит. А нам остается сказать спасибо нашим ученым и производителям продукции за заботу о нашем организме и худеть в свое удовольствие!

НЕ ТЕРЯЙТЕ ВРЕМЕНИ!

Комплекс действует потрясающе! «Кило-Лайт» создан не только для эстрадных звезд и известных спортсменов. Он доступен каждому. Вы можете решить ваши проблемы с весом и при этом улучшить ваше общее состояние. Вы только представьте, как же это здорово, когда вес в норме. Смотреть в зеркало - одно удовольствие! Обновление гардероба - приятные хлопоты, приносящие радость! Прощайте, ожирение и целлюлит! Здравствуйтесь, здоровье, стройность и бодрость!

С таким замечательным помощником, как «Кило-Лайт», ваша жизнь станет просто прекрасной! Вы будто помолодеете: обретете легкую походку и хорошую фигуру. Новые возможности, новые перспективы - все для вас! Настроение всегда отличное!

Уже тысячи людей воспользовались чудо-препаратом «Кило-Лайт». Их жизнь совершенно изменилась. Они счастливы! Последуйте их примеру, и с «Кило-Лайтом» вас ждет успех! Теперь вы знаете, что справиться с лишним весом очень просто. Не откладывайте жизнь на потом! Не ждите понедельника! Действуйте прямо сейчас, и у вас все получится!



ЗВОНИТЕ И УЗНАЙТЕ

секрет похудения прямо сейчас:

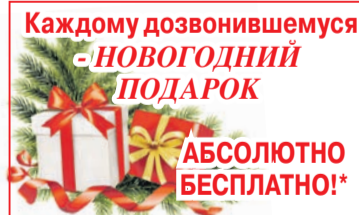
☎ 8-800-777-83-09

Если линия занята, пожалуйста, перезвоните!

Или пишите:

✉ 433507, г. Димитровград, а/я 19, заказ М-71.

Бесплатная консультация специалиста!



Каждому дозвонившемуся - НОВОГОДНИЙ ПОДАРОК

АБСОЛЮТНО БЕСПЛАТНО!*

ООО «Паритет», ОГРН 1197325011069. 433507, г. Димитровград, пр. Димитрова, д. 2А, оф. 1. *Акция действует с 26 ноября до 31 декабря 2019г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Доставка Почтой России или курьером до двери. Оплата при получении. Реклама.

БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНАЯ ДОБАВКА К ПИЩЕ.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

У России есть шанс войти в список многочисленных стран, контролирующих производство искусственных алмазов и их продажу на мировом рынке. Нужны только инвестиции для строительства лабораторий и заводов. Все остальное - ученые и специалисты с мировым именем, производители - уже есть.

Алмаз из лаборатории

Чем отличается искусственный алмаз от природного? Тем, что он выращен в лабораторных условиях, но по своим характеристикам ничем не уступает аналогам, добытым из недр земли. Более того, даже в чем-то превосходит собрата. Так же красив, тверд. А по стоимости искусственный алмаз на порядок дешевле, нежели природный. Однако ведущие торговые дома, специализирующиеся на этом товаре, не спешат выкладывать их на полки магазинов по одной простой причине. Большинство из них пока неведомы, что искусственный алмаз можно продавать как отдельный товар. Да и покупатель пока психологически к этому не готов.

Однако уже есть дельцы, способные маленькие драгоценные камни, выращенные в лабораторных условиях, впаривать кому угодно (в том

АЛМАЗНАЯ ЛИХОРАДКА



ADOBESTOCK

числе именитым торговым домам!) как природные и по высокой цене.

Поэтому сегодня у производителей алмазов, помимо других задач, остро встает вопрос о создании нового рынка сбыта и именно синтетического камня. В этих условиях природный алмаз, цены на который значительно выше, может и вовсе потерять покупателя.

Многие специалисты мирового рынка алмазов уверены, что огромная разница в цене на один и другой продукт состоит только лишь в так называемой эмоциональной составляющей. Другими словами, привычным покупателям природного алмаза крайне нелегко признаваться в собственных комплексах относительно низкой цены конкурирующего бриллианта из лаборатории. Поэтому покупают дорогой и природный скорее по привычке.

Удар Ди Каприо

Алмазы, бриллианты всегда ассоциировались с роскошью, богатством, деловой жизнью, в которой все прагматично и дорого. И маркетологи знаменитой алмазодобывающей компании De Beers вкладывают огромные средства для продвижения своего бренда, например в киноленту о Джеймсе Бонде. У него ведь всегда все хорошо. Чуть ли не эталон сверхчеловека со сверхвозможностями. А все потому, что седьмой фильм о Бонде ассоциируется с лозунгом De Beers «Бриллианты навсегда». Не стоит объяснять, что за картиной стоит алмазодобывающая компания...

Но тут за искусственный алмаз вступается Леонардо Ди Каприо. Мало того что он знаменит, чертовски популярен, поэтому и востребован. Ди Каприо - один из основных акционеров Diamond Foundry

- компании, специализирующейся на выпуске искусственных алмазов. Он играет главную роль в фильме «Кровавый алмаз», в котором повествуется об интригах и заговорах работодателей, тяжелой, нищенской жизни рабочих, детском труде в африканских шахтах и высокой смертности.

Это начало одного из противостояний современности - природного и искусственного алмаза. Как видим, за драгоценные камни начинают бороться мировые имена и бренды. Ведь De Beers сначала свысока и надменно заявляла о том, что лабораторный бриллиант не имеет ничего ценного, а в прошлом году на фоне общего спада добычи природных алмазов вдруг заговорила о запуске для миллионеров нового бренда - искусственного бриллианта.

И украшения, и техника

- Если честно, то многие представители зарубежных компаний - от Кореи до США - по производству искусственного алмаза или других направлений - наши бывшие соотечественники, - говорит **Андрей Синогейкин, глава Wonder Technologies**. - Ребята просто уезжают зарабатывать. Мы проморгали их в свое время, а иностранцы приезжали к нам и увозили «мозги».

Тем не менее, по словам Синогейкина, в России есть

научная и производственная база для выпуска искусственных алмазов.

- Мы начали работать, и у нас есть продукт - искусственный алмаз, - Синогейкин раскрывает сложенный бумажный лист, в котором настоящие бриллианты. - Он ничем не уступает зарубежным аналогам.

По его мнению, в дальнейшем разработке и выпуску алмазов необходимы инвестиции, которые не являются долгоиграющими, но быстро дают возврат средств.

- В России вот такая практика: наука и внедрение ее достижений в производство имеют такое свойство, как фрагментарность, - продолжает он, - а нужна система с участием государства и бизнеса. Тогда мы можем заявить о том, что Россия является лидером по производству искусственных алмазов, которые на мировом рынке постепенно, но уверенно вытесняют природные, потому что синтетический алмаз стоит намного дешевле. Он просто практичнее.

Подчеркнем, что алмазы и бриллианты - это не только украшения. Их широко используют в ракетостроении, космической и ювелирной промышленности. Поэтому вложения в эту сферу - это не колечко и сережки, а, скорее всего, государственный сектор экономики.

Егор Тумов

Как будет выглядеть служба такси в ближайшее время? Депутаты собираются ужесточить контроль за деятельностью водителей, требования к ним повысятся, но и цены на поездки значительно вырастут.

В Госдуме приступили к рассмотрению во втором чтении закона «О такси». Депутаты на этот раз встали на сторону водителей и настаивают, что агрегаторы не могут единолично формировать цены и тарифы. Поправка, предложенная главой Комитета ГД по транспорту и строительству Евгением Москвичевым, по сути, значит, что чиновники будут диктовать бизнесменам, как им вести бизнес. Многие эксперты сомневаются, что такая инициатива хоть сколько-нибудь жизнеспособна. В случае ее принятия коммерческие агрегаторы будут просто закрываться и на рынке транспортных перевозок наступит хаос.

А в Совете Федерации прозвучало требование допустить к работе в такси только людей, имеющих российские

ЗА РЕФОРМУ ТАКСИ ОТВЕТАТ... ПАССАЖИРЫ?

гражданство и водительское удостоверение, а также перевести всех таксистов в статус самозанятых. «Сегодня почти 50% таксистов работают нелегально», - утверждает **председатель Общественного совета по развитию такси в РФ Ирина Зарипова**. Каким образом власти собираются контролировать самозанятых таксистов? На этот вопрос пока никто толком ответить не может. Ирина Зарипова говорит о создании неких публичных точек, где водители смогут пройти медицинский осмотр с помощью телеме-

Согласно опросу в соцсетях, почти 23% ответили, что, если подорожание не выйдет за пределы 100 рублей, они будут по-прежнему заказывать такси. Но увеличение стоимости на 200 рублей устроит только 8%, остальные пересядут на общественный транспорт.

дицины, а также получить документы о техосмотре автомобиля. Но кто будет организовывать эти точки и будут ли они эффективны? Одной



АГЕНТСТВО «МОСКВА»/К. ЗЫКОВ

из главных претензий к таксистам стало то, что среди них слишком много людей с психическими отклонениями, алкоголиков и наркоманов. А именно эти диагнозы никак нельзя определить на расстоянии по картинке на мониторе компьютера.

Другой вариант реформы предлагают сами водители. В межрегиональном профсоюзе «Таксист» хотят признать агрегаторов своими работодателями и заключать с ними трудовые договоры. «Трудовой договор помог бы защитить наши права. Сейчас агрегатор может поменять условия в любой мо-

мент и даже не уведомить об этом, у него огромное преимущество. Потом, если заключать трудовые договоры, будет действовать квота на наем иностранцев. А вы наверняка знаете, сколько их сейчас в одной только Москве», - говорит **председатель межрегионального профсоюза «Таксист» Ярослав Щербинин**.

«Согласно Трудовому кодексу, работодатель обязан уведомлять сотрудников об изменении характера или условий работы за два месяца, а квоту на наем иностранцев необходимо получать через центр занятости. Официальное трудоустройство вынуждает агрегаторов нести ответ-

ственность за таксистов, и это должно улучшить качество сервиса и усилить безопасность поездок», - считает **профессор кафедры управления персоналом Финансового университета при Правительстве РФ Александр Сафонов**.

Однако официальные трудовые отношения потребуют и уплаты взносов в социальные фонды порядка 30%. Соответственно, это тоже скажется на стоимости поездки. В Тюмени, например, где уже проводится эксперимент по реформе такси, цены на перевозки выросли довольно значительно. Там, где раньше пассажир платил 120 рублей, сегодня он вынужден отдавать 320 рублей. В крупных городах, вероятно, счетчик взлетит еще больше.

Единственная инициатива, которая устроила все стороны, - это запрет работать в такси водителям с судимостями за опасные преступления - убийства, изнасилования, терроризм. Таких людей не подпускают к управлению автобусами, маршрутками и другими видами общественного транспорта.

Наталья Пуртова

«На пенсии БОЯРСКИЙ быстро угаснет»



ФОТО Г. УСОБЕВА

Знаменитому «мушкетеру» совсем скоро стукнет 70 лет. В преддверии своего юбилея Боярский неожиданно заговорил о заслуженном отдыхе и о том, как будет проводить время на пенсии.

допечного попрощаться с профессией и сообщил, что юбилейные спектакли с Боярским, премьера которых намечена на конец декабря, - «последняя возможность увидеть его на сцене». Но сын «мушкетера» Сергей поспешил опровергнуть новость об уходе отца на пенсию:

- Никаких таких планов не было.

Да и сам виновник переполоха в конце концов пошел на попятную: мол, его не так поняли, информация не соответствует действительности, и добавил, что работы у него - непочатый край, вот сейчас, например, тоже на съемках...

- Да какие там съемки! - удивился другой знаменитый «мушкетер» Валентин Смирнитский. - Боярский особенно и не снимается. Кроме того, он давно уже пенсионер. А вообще все, что касается ухода со сцены, из искусства, - это очень сложный вопрос. На него нужен длинный, основательный ответ, а мне сейчас некогда на эту тему рассуждать.

- Актер должен уйти на покой тогда, когда он не в состоянии запомнить и проговорить текст своей роли, - уверен режиссер Владимир Бортко, который снимал Боярского в фильме «Тарас Бульба». - Вот только в этом случае. А Михаил пока еще вполне справляется, я думаю. Так что рано ему отдыхать.

- Мне кажется, что если есть востребованность, то ни о каком заслуженном

отдыхе не стоит и помышлять, - считает друг Боярского, композитор Максим Дунаевский. - А вот если ее нет... Тогда творческий человек умирает, причем умирает не только душевно, но и физически. Он может быстро угаснуть! Востребованность и постоянная работа держат на плаву. Чем дольше это длится, тем дольше длится жизнь. Это совершенно очевидно. Поэтому сам я об уходе на покой даже не думаю и Боярскому не советую.

Но кроме опасности зачахнуть от тоски завершение карьеры сулит Михаилу Сергеевичу еще и материальные проблемы. Он сам говорил, что размер его пенсии - около 20 тысяч рублей. Негусто!

- Я прожить на эти деньги пока не пробовал, - признался актер, - но вообще, конечно, понимаю, что мое время ушло. Осень - все, листья опали. И стоишь голый, как дурак, и чего-то машешь сухими ветками. Рождаются новые люди, а ты - уже отработанная натура, уходящая. Поэтому какая польза от меня может быть? Только нянька, но пока еще функционирующая и не сидящая на шее у детей. Я пока еще сам передвигаюсь, могу чем-то помочь. Я могу еще кому-нибудь морду набить при необходимости. А могу и на Мальдивы отвезти и детей, и внуков!

Лидия Мезина

- Я достаточно старый и немощный человек, - признался Михаил Сергеевич. - Пыжиться и делать из себя молодого дурачка, который петухом ходит, не собираюсь. Сейчас меня поддерживают в основном медсестры и довольно удачно...

Похоже, что у Боярского действительно есть проблемы со здоровьем. Об этом говорит недавнее происшествие, когда актер на своем автомобиле вывернул на встречную полосу и бросил машину на перекрестке в центре Питера. Сам же при этом поспешил в ближайшую аптеку. Фармацевт, которая обслуживала Боярского, потом рас-

сказала, что артист был в очень плохом состоянии: у него тряслись руки, он не мог стоять и присел на стул.

- У него, наверное, большое сердце, - предположила женщина. - Он купил сердечные капли, препарат, понижающий пульс, и свое постоянное лекарство.

С большим сердцем играть в театре и сниматься в кино, конечно, тяжело. Поэтому Михаил Сергеевич заявил:

- От работы скоро избавлюсь совсем. Займусь правильным делом - воспитанием внуков.

Арт-директор артиста Андрей Зыкин подтвердил намерение своего по-

Секс-скандалы в нашем кино продолжают. Вслед за Кристиной Асмус, которой из-за откровенной сцены в фильме «Текст» угрожали физической расправой, досталось еще одной молодой и красивой актрисе - Катерине Шпице.

На завершившемся на днях Сочинском международном кинофестивале в числе прочих был представлен фильм Петра Олевского «Молодое вино». Публика неоднозначно восприняла картину, и в первую очередь из-за многочисленных фривольных сцен сексу-

ШПИЦУ пристыдили в Сочи

ального характера. А отдуваться пришлось актрисе Катерине Шпице, которая приехала на черноморское побережье представлять фильм.

«Как вам не стыдно было сниматься в такой картине, обнажаться, демонстрировать то, что обычно скрывают! А теперь еще сидите тут и улыбаетесь, как будто так и нужно. Надели бы платочек и молчали бы скромненько или извинились бы



перед зрителями», - после показа набросилась на актрису одна из зрительниц. На удивление Катерина

не растерялась и достойно отвечала на все нападки.

- Как можно обращать внимание только на это, не заметив главного - любовных страданий героини, - недоумевала Шпица, беседуя с журналистами. - Я думала, что в зале соберется продвинутая, подготовленная публика. И в основном на фестивалях так и бывает. Но иногда среди зрителей встречаются такие динозавры, что становится даже страшно: откуда они берутся в наше время?!

Андрей Князев

СМОТРИМ
ВМЕСТЕ

с Татьяной
Палаковой



Рюриковичи мы...

Все воскресенья ноября на Первом канале идет документально-игровой фильм «Рюриковичи». Стартовала эта премьера в День народного единства, что вполне понятно: осознание себя единой нацией, понимание перипетий истории своего народа - вещь совершенно необходимая...

К сожалению, историю России большинство из нас знает слабо, причем даже интеллигенция. Так что авторам проекта спасибо уже за то, что они напомнили имена великих князей, основные вехи их правления, значимые события в биографиях... Думаю, многим было интересно просто вспомнить, когда и почему столицу переносили из Киева во Владимир, а потом в Москву, когда и как Русь принимала православие... Все это школьная программа, но многие ли ее помнят?

Конечно, хотелось бы большей достоверности. Похоже, Лихачева авторы проекта все-таки не читали. Иначе, к примеру, не пытались бы представить Владимира Мономаха объединителем Руси. Впрочем, как не читали и самого Мономаха. В его «Поучении» вполне доходчиво сказано: «Каждо да держит отчину свою».

Далека от мысли, что массовому зрителю нужен научно-исторический фильм, где каждое значимое явление комментировалось бы с позиций всех существующих учений. Тогда дискуссии были бы на каждом шагу и семивековая история Рюриковичей растянулась бы на месяцы кинопоказа. Нет, попка нужна! Но уж если авторы не хотят углубляться в какие-то сложные темы, то просто не надо их трогать, чтобы не вводить зрителей в заблуждение.

Среди удач проекта - очень внятная инфографика и использование карты, отличная анимация, интересный ход с объяснением архаичных терминов... Сильный эпизод - рассказ о Куликовской битве. Четко обозначено, что победа войска Дмитрия Донского - это далеко еще не освобождение от власти Орды. А миссия Сергея Радонежского? Если бы не его подвижничество в объединении князей, не пришло бы это осознание своей общности как народа, не появилась бы мощная рать, вставшая на защиту интересов всей Руси. Так что это была победа не просто русского оружия, но в первую очередь русского духа. Знаковый момент, что в одном войске тогда объединились те, чьи потомки потом вершили судьбы россиян: Федор Кошка - предок венценосных Романовых, Григорий Пушка - прародитель Пушкина, Кутуз - основатель рода Кутузовых... Все-таки все в жизни не случайно.



Настя похожа на деда не только внешне, но и характером

Внучка Черномырдина скучает по деду

Уже в девятый раз в столице состоялось одно из самых красивых и торжественных мероприятий - ежегодный «Бал дебютанток», на котором в свет выходят юные наследницы именитых фамилий. В этот раз звездный час настал для сестры Тимати, дочери Валерия Меладзе, внучек Михаила Боярского и Виктора Черномырдина...

Всего дебютанток было 13. Самой видной из них, по мнению многих, стала старшая внучка **Михаила Боярского** Екатерина. Поддержать девушку пришлось почти все семейство: папа Сергей, мама Екатерина и, конечно, бабушка с дедушкой. Катя учится на третьем курсе факультета экранных искусств Санкт-Петербургского государственного института кино и телевидения. По признанию самой дебютантки, свою жизнь она мечтает связать с музыкой.

- Пока Катя не просила ей помочь, - признался нам ее знаменитый дедушка. - Так что не исключено, что со временем она забросит пение и оставит его себе просто как хобби.

16-летняя Арина, дочь **Валерия Меладзе**, уже была на этом балу, но не в качестве участницы, а в составе группы поддержки старших сестер Инги и Софии, которые в разные годы тоже были дебютантками. Звездного папы в этот вечер рядом с дочками и бывшей супругой Ириной не было - певец находится в гастрольном туре. А вот сама Арина, которая в следующем году оканчивает школу, свою жизнь не собирается связывать с музыкой или шоу-бизнесом, она хочет по-

ступить в Первый Московский государственный медицинский университет, а в будущем, может быть, даже открыть собственную частную клинику.



Внучка Юрия Яковлева, дочь Меладзе и сестра Тимати

Телеведущая **Юлия Бордовских** была на балу со своей 20-летней дочерью Марией. На мероприятие девушка прилетела аж из Нью-Йорка, где учится в Школе искусств на отделении фотографии.

Бывшего премьер-министра России **Виктора Черномырдина** помнят многие, его знаменитая фраза «никогда такого не было, и вот опять» стала уже практически народной поговоркой. А вот 21-летняя внучка незабвенного премьера, который никогда за словом в кар-

ман не лез, оказалась девушкой довольно скромной и заметно волновалась.

- Если бы дедушка был жив, он бы ни за что не пропустил мой бал - он был абсолютно семейным человеком, - рассказала нам Настя. - Мне иногда его очень не хватает, скучаю по нему. К тому же мне часто говорят, что я похожа на деда не только внешне, но и характером...

Кстати, Анастасия Черномырдина учится на третьем курсе философского факультета МГУ, а параллельно - на четвертом курсе Академии акварели и изящных искусств Сергея Андрияки.

На балу появился и рэпер **Тимати** вместе со своей супругой **Анастасией Решетовой**. Музыкант приехал на мероприятие, чтобы поддержать свою младшую сводную сестру - 16-летнюю Анну Юнусову. Девушка учится в 10-м классе и хочет связать свою жизнь с азиатским искусством.

Остается лишь добавить, что начало бала было ознаменовано вальсом из «Сибирского цирюльника» в исполнении Национального филармонического оркестра России под управлением Владимира Спивакова!

Валерия Хващевская



Басков посмеялся над Киркоровым

Церемония вручения премии «Золотой граммофон» открыла череду новогодних концертов и съемок. Теперь почти каждый день артисты будут где-то петь, плясать, получать призы, причем иногда под ту же самую фонограмму...

Главной сенсацией нынешней церемонии стало отсутствие **Филиппа Киркорова**. Он не раз говорил о том, что больше не будет номинироваться на многочисленные музыкальные премии, и пока что слово держит.

- Я снял себя со всех номинаций, соревноваться за звание «Лучший артист» уже неприлично, пусть это делают другие, - объяснил певец.

Действительно, в годы оные Филипп получал по несколько «Грамммофонов» за раз, в итоге стал рекордсменом.

Теперь же по числу наград к нему вплотную подобрался **Николай Басков** - в этом году он получил сразу две статуэтки и не преминул поиздеваться над другом:

- Филипп, видимо, переживает, что я здесь, а он где-то там... Я, кстати, окропил зал святой водой, чтобы Киркоров не пришел на мероприятие.

Диму Билана за кулисами в очередной раз журналисты мучили вопросами о личной жизни.

- Почему вас так интересует, с кем человек спит? - взвился Дима. - Вам не все равно? Мне вот плевать на вашу личную жизнь, да и вообще я интересуюсь, о чем думает человек, а не с кем он в постели!

Про постель спрашивали и **Лайму Вайкуле**, которая впервые показала публике своего молодого возлюбленного. «У нас все хорошо, а больше вам ничего не скажу!» - сообщила 65-летняя артистка.

А вот **Дмитрия Маликова** пытались насчет дочки. Ведь он сам как-то обмолвился, что участвует в смотринах женихов Стефании.

- Я ничего дочери не советую, - дипломатично ушел от прямого ответа артист. - Надеюсь, что в итоге она сделает правильный выбор...

Иван Губкин

Новое лицо обойдется сыну Яковлевой в сотни тысяч

Единственный отпрыск знаменитой артистки решил избавиться от многочисленных татуировок, которыми он покрыт с ног до головы. Возможно ли сделать это так, чтобы от рисунков на теле не осталось и следа?

Елена Яковлева не раз говорила, что сын зря увлекся татуировками. Первую картинку он набил себе еще подростком. А дальше пошло-поехало! Увлечение переросло чуть ли не в манию: **Денис Шальных** изукрасил себе не только тело, но и лицо, причем выбирал довольно мрачные рисунки - на левой щеке, например, у него изображен... гроб.

Выглядит молодой человек настолько специфично, что многие считают его фриком. И это очень мешает Денису в жизни - и на личном фронте постоянно возникают проблемы, и серьезной работой трудно обзавестись.

Вот он и решил наконец свети свои татуировки, хотя бы те, что на лице. Молодой человек уже прошел первую процедуру очистки лица при помощи лазера. Впечатления ужасные!

- Было неприятно, это не та боль, которая мне нравится. По 10-балльной шкале боль была на уровне семи, тут прям всего сжимало, - признался Шальных.

Но Денис уверен, что терпит мучения не зря, и рассчитывает, что через какое-то время от татуировок не останется и следа.

- Следы, к сожалению, сохраняются обязательно, - говорит врач-косметолог **Арина**



АГЕНТСТВО «МОСКВА-7С» БЕДЯШКИН

Хмельевская. - Татуировка - это краситель, введенный под кожу. При помощи лазера краситель как бы дробят изнутри. На тканях появляется ожог, который даже после заживления будет заметен, потому что по цвету он отличается от окружающей кожи. Причем весь процесс часто занимает месяцы. Набить тату гораздо легче, чем потом его «стереть». И это недешево. Один сеанс для сведения одного тату стоит 2,5-5 тысяч. А сколько сеансов понадобится, неизвестно. Иной раз пациенты тратят в общей сложности сотни тысяч рублей.

Лидия Мезина

ОТКРОВЕНИЯ
ЗВЕЗДА
№23 декабря 2019

СТАС САДАЛЬСКИЙ: «МЫ С ВАСИЛЬЕВОЙ БОЛЬШЕ НЕ ДРУЖИМ!»

Жена Владимира Кузьмина:

ВОЗВРАЩЕНИЕ БЛУДНОГО МУЖА!

«У НАС НЕ ПОЛУЧИЛОСЬ РАССТАТЬСЯ»

БРИЛЛИАНТЫ ЗЫКИНОЙ: ЧТО ПУСТАЯ С МОЛОТКА?

70-ЛЕТНИЙ РИЧАРД ГИР Вновь СТАНЕТ ОДНОМ!

СКОЛЬКО ПОЛУЧАЮТ НАШИ ТЕЛЕВЕДУЩИЕ

ВНЕБРАЧЬЕ ДЕТИ ЕКАТЕРИНЫ II: КТО МОГ ВЗЯТИ НА ПРЕСТОЛ?

УЖЕ В ПРОДАЖЕ!

Учредитель: АНО «Редакция газеты «Мир новостей». Рег. ПИ №ФС77-56535 от 26.12.13 в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор). Рекламная.

Виторган-старший уже является многодетным отцом. У него есть дочь Ксения (53 года) от первого брака, сын Максим (47 лет) от второго. С третьей супругой **Ириной Млодик** актер воспитывает двух крошек - Этель и Клару. Обе девочки, по слухам, появились на свет благодаря суррогатному материнству. Чета Виторган этого не афиширует, но и не опровергает. Более того, Эммануил Геденович признал тот факт, что эмбрионы были получены искусственным путем, причем с запасом! Поэтому есть возможность обзавестись новым потомством.

- Хотелось бы еще сына, - заявил Виторган-старший. - Ну если не мальчик, так пусть будут три девочки у меня...

Заметим, что Эммануилу Геденовичу 79 лет, а его жене Ирине - 57. Поэтому их планы дальнейшего пополнения семьи несколько шокировали даже близкое окружение.

- Только что Эммануил снимался у меня в «Ералаше», - рассказал друг семьи **Борис Грачевский**. - И мы, честно говоря, не затрагивали эту тему. Я не знал, что он хотел бы родить сына... Как я к этому отношусь? Не могу сказать ни да, ни нет. Но если такое случится, то мне остается только пожелать долгих лет и крепкого здоровья Виторганам, чтобы можно было всех детей вырастить. Это самое главное.

- Еще и сын? - удивилась давняя подруга актера **Алла Иошпе**. - Я приветствую такое решение и буду моих любимых друзей поздравлять! Эмка - замечательный человек. Добрый, разумный и в то же время такой... чувственный. Раз он так задумал, значит, Ирочка его поддержала. Значит, так надо по жизни. Дай им Бог сил!

А тем временем бывшая невестка Эммануила Виторгана **Ксения Собчак** в своем YouTube-шоу как раз подняла тему суррогатного материн-



АГЕНТСТВО «МОСКВА»/С. КИСЕЛЕВ

Виторган думает о новом ребенке!

Эммануил Виторган, ставший недавно отцом девочек-погодовок, не желает останавливаться на достигнутом. Он собирается обзавестись еще и маленьким сыном!

ства и аборт. Она беседовала с режиссером **Валерией Гай Германикой**, и та заявила, что суррогатное материнство - это торговля человеком, а аборт - убийство. Потому что эмбрион - это тоже человек, у которого есть голова и сердце.

- Но нельзя же давать молекуле (так телеведущая назвала эмбрион. - **Ред.**) прав больше, чем женщине, которая не хочет рожать, - возразила Собчак. - Может, ее изнасиловали или тупо нет денег содержать этого ребенка. Зачем плодить нищету?

- Вопрос насчет аборта должна решать не женщина, а нерожденный ребенок, - говорит протоиерей **Всеволод Чаплин**. - Хочет он жить или нет? Но поскольку мы его решение узнать не можем, то тут должна действовать презумпция несогласия. В конце концов, с точки зрения бытия это такой же человек, как и мать, а вовсе не молекула и не часть тела. Хотя бы потому, что у него свой набор генов. То есть это уникальная личность. И душа у него есть, которая после аборта не попадет в Царство Божие... А вот суррогатное материнство церковью полностью отвергается, потому что это нарушает уста-

новленный Богом порядок. А коммерческое суррогатное материнство хуже проституции, потому что здесь речь идет о насилии над душой и матери, и ребенка, который потом наверняка узнает о том, как он был рожден. И душевная травма будет у всех: у биологических родителей, у суррогатной матери, у малыша. В конце концов, если Бог не дал детей, то может он дал что-то другое? И, может, через молитву надо спросить Бога, в чем его особая воля? Это что касается бездетных. А по поводу тех, у кого уже есть дети, но они все равно решили прибегнуть к суррогатному материнству, могу вот что сказать. Все должно соответствовать тому, как нас создал Бог. Много детей - это, конечно, хорошо. Но господин Виторган, по-моему, обзаводится детьми из гордыни и по какой-то прихоти, а не из желания долго и достойно воспитывать детей. Сколько жизни ему отмерил Господь? Ну допустим, еще 10 лет. Но воспитывать детей надо дольше! До тех пор, пока они в этом воспитании и в заботе нуждаются. Думает ли об этом господин Виторган? Не знаю...

Людия Мезина

Японцы влюбились в русскую музыку, блины и гречку

Заслуженные артисты России Валентина Воронина и Геннадий Шишлин, а также их дочь артистка Анастасия Юнисова в составе семейного фольклорного коллектива «Русская ярмарка» успешно завершили гастрольный тур по городам Страны восходящего солнца.



ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА

Тур состоялся в рамках программы культурного обмена «Люди людям», которую организует японская сторона. Наши артисты она приглашает уже в третий раз!

- Мы привезли с собой фольклорную программу и костюмы в русском и казачьем стиле, созданные модельером Еленой Пелевиной. Это уже проверено, но каждый раз удивляет: японцы любят и знают русскую народную музыку, радуются, подпевают и танцуют вместе с нами, - поделилась с нами **Валентина Воронина**. Программа поездки была составлена так, чтобы, помимо концертных выступлений, артисты много встречались со зрителями разных возрастов - от мала до велика, рассказывали японцам о русской культуре, учили играть на народных инструментах. В городе Гифу «Русская ярмарка» для гостей накрыла стол и накормила традиционной едой: блинами и гречневой кашей. Шеф-повар Руслан Юнисов, прилетевший вместе с музыкантами, сумел

удивить блинами - японцы оценили это как кулинарный шедевр. А гречку, подсолнечное масло и другие экзотические для Японии продукты наши артисты специально привезли с собой.

Зрители с восторгом принимали исполнение знаменитой «Катюши» на японском языке. Организатором события и публике также очень импонировало, что в гости к ним приехали не просто музыканты, а настоящий семейный ансамбль. Анастасия Юнисова не только выступала с музыкальными номерами, она стала и продюсером поездки, и переводчиком, и конферансье.

После финального концерта в Токио был устроен настоящий праздник в честь 30-летнего юбилея творческой деятельности трио «Русская ярмарка». Японцы чествовали гостей не только как друзей и замечательных музыкантов, но и как посланцев народной дипломатии и носителей семейных и культурных традиций из России.

Ирина Иванова



ФОТО Г. ЮСОВЕВА

«Показывать Колю немощным - это бесстыдство!»

Совсем скоро в самом большом концертном зале Москвы должно состояться выступление Николая Носкова. Хотя еще недавно врачи не верили, что после перенесенного инсульта артист сможет даже говорить...

Весной 2017 года Носков был госпитализирован с ишемическим спинальным инсультом. Больше недели артист провел в реанимации, где был подключен к аппарату жизнеобеспечения. Когда кризис миновал, Николай начал проходить реабилитацию под присмотром супруги Марины. За все это время он ни разу не вышел в свет...

А в конце прошлого года композитор **Виктор Дробыш** анонсировал триумфальное возвращение Николая на сцену. Мол, Носков записывает альбом, который станет его первой пластинкой за последние семь лет. **Иосиф Пригожин** все радовался: «Хочу сказать огромное спасибо Виктору Дробышу, который помогает Николаю Носкову вернуться в творческий строй».

Но вот **Сергей Мазаев** настроен куда менее оптимистично.

- У Николая очень тяжелая болезнь. Это будет жалкое зрелище, - считает музыкант. - Показывать Колю немощным - это бесстыдство! Ведь он великий певец. Но сегодня Носков должен быть на курорте, с семьей, а не переживать по поводу концерта.

Иван Попельнюхов

ЗНАМЕНИТАЯ ЯСНОВИДЯЩАЯ ГАЛИНА ВИШНЕВСКАЯ ВОЗВРАТИЛАСЬ ИЗ СВЯТЫХ МЕСТ

Реклама



Лауреат национальной премии «Золотой Водолей». Знаменитая не только в России, но и за рубежом.

- Обладает уникальным наследственным даром.
- Предскажет судьбу по линиям руки и книге судеб.
- Снимает порчу, сглаз, родовое проклятие, венец безбрачия старинными церковными обрядами.

• Поможет в решении жизненных проблем.
• Мощная помощь в бизнесе, карьере и материальном благополучии.

ВЕДЕТ ЛИЧНЫЙ ПРИЕМ.



Т. 8 (495) 772-18-81
Официальный сайт www.gvishnevskaya.ru.

«Дорониной нанесли страшную обиду!»



АГЕНТСТВО «МОСКВА»/А. ЛЮБИМОВ

В театральном мире назревает грандиозный скандал, если не сказать революция. Почти год назад с поста худрука МХАТа была отстранена легендарная Татьяна Дорониная. И вот теперь едва ли не все видные актеры требуют вернуть ей театр, о чем они сообщили в открытом письме к президенту. Судя по тому, что на недавнем вручении госнаград Татьяна Васильевна ходила под ручку с Владимиром Владимировичем, все возможно...

Тогда, год назад, 85-летняя Дорониная чисто формально не была уволена, ее перевели на солидную вроде бы должность президента театра. «Декоративного президента», как язвят нынешние защитники Татьяны Васильевны. Но декорация должна украшать, а вот Дорониная, как говорят, за минувший год в театре ни разу не появилась. Больна? Вроде бы логично. Однако на недавнем вручении госнаград легендарная актриса выглядела вполне здоровой. Так, может, действительно правы те, кто говорит, что от должности, которую Дорониная занимала 30 лет, ее заставили отказаться? Причем практически в прямом смысле этого слова.

Открытое письмо с требованием вернуть Татьяне Дорониной МХАТ, конечно, удивило. Почему вдруг сейчас? Ведь народная артистка, во-первых, увя, не молодеет. И команда, сменившая ее, вроде бы рьяно взялась за дело. Во-вторых, под письмом подписалось просто какое-то невиданное количество знаменитых актеров. Волей-неволей напрашивается вопрос: а сами они знают об этом? Ведь и такие случаи бывали. Может, за всеми этими подписями стоит некий закулисный и пока неведомый игрок, который преследует свои цели? Например, заполнить крупнейшее здание в центре Москвы...

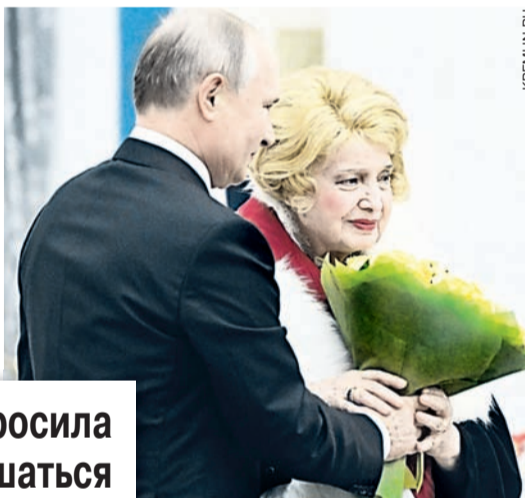
Так что же говорится в письме? То, что «увольнение Дорониной произведено без каких-либо веских оснований», что это «пренебрежение, проявленное по отношению к великой русской актрисе», что «вместо хорошо образованного и мудрого мастера управлять сложным организмом одного из первых русских театров на-

значен проектный менеджер Э.В. Бояков». Решение Минкультуры авторы письма называют «грубой ошибкой», которую «надо исправить как можно скорей». Потому что «великая русская актриса, несмотря на нанесенный ей удар, выстояла и готова защищать свое детище от уничтожения».

Она попросила президента вмешаться в ситуацию, которая сложилась во МХАТе.

- Какие у нее взаимоотношения внутри театра, я не знаю. Мне сказали, что ее уволили, а человека в таком положении я поддержала бы любого, - рассказала нам **Зинаида Кириенко**. - Она известная актриса и заслужила уважение. И ведь устраивала же всех до определенного момента. Что же вдруг случилось? Кому и почему она помешала? Я подписала это письмо из-за моральных и нравственных убеждений, ведь настоящие творцы, а это и Татьяна Васильевна, до последнего вздоха служат искусству. То, что с ней сделали, это все равно что выбросить, вышвырнуть человека из жизни! Должны же быть другие способы решения этой проблемы, гуманные!

- Это просто непростительно так обращаться с человеком! - вторит коллеге **Лариса Лужина**. - Татьяна Васильевна так много сделала для страны, для советского кинематографа, для народа! Она держала театр в руках долгие



KREMLIN.RU

годы. К ней с большим удовольствием шли работать артисты, шел своей зритель. Так что я к сложившейся ситуации могу относиться только резко отрицательно!

Ольга Остроумова также поддержала Дорониной:

- Мне сказали, ей играть не дают. И я подписала письмо. Если может, пусть играет!

Но артистам, особенно возрастным и сердобольным, особенно тем, кто не владеет в полной мере информацией, очень легко подать ситуацию в нужном свете. Другое дело - режиссер **Андрей Житинкин**, который работал со всеми звездами сцены, был худруком и хорошо знает не только театральную, но и закулисную жизнь.

- Ситуация непростая, - говорит **Андрей Альбертович**. - У нас ведь осталось не так много народных артистов СССР, а культовых актеров, которые

были символами эпохи, просто по пальцам пересчитать. Поэтому, я думаю, актеры бросились ее защищать, поскольку обида была нанесена, конечно, страшная. И сам метод очень странный. Доронину ведь почти сутки держали в театре, пока она не поставила свою подпись под документом о том, что согласна стать президентом.

- Но со стороны все выглядит чинно-благородно. Президент - почетная должность. А Доронину еще сделали председателем худсовета театра.

- Эта практика уже отработана. И Министерство культуры правильно делает, потому что должна быть ротация, должно быть движение. Ирина Антонова, например, стала президентом Пушкинского музея. И она везде: дает пресс-конференции, открывает выставки, всегда имеет возможность что-то сказать. То есть действительно остается знаковой фигурой для музея. Есть еще один красивый пример - президентом Театра им. Ермоловой стал народный артист Советского Союза Владимир Андреев. И у него остался свой огромный кабинет, и он так много занят в репертуаре, что просто диву даешься!

- А в данном случае?

- В данном случае ошибка была в том, что Дорониной обязательно нужно было дать какого-нибудь выдающегося экономиста. Не просто хорошего, а именно выдающегося! Потому что, я вам могу сказать, этот крупнейший театр, от которого в свое время отказался Олег Ефремов, как здание очень непростой. Во-первых, он был совершенно безалаберно построен.

По моему мнению, просто неправильно с точки зрения психологического театра - такой огромный зал, почти как Театр армии. И в этом варианте Татьяна Васильевна смогла сохранить труппу, привлечь своего зрителя... А ведь сей-



Триумвират руководителей театра: Прилепин, Пускепалис, Бояков

АГЕНТСТВО «МОСКВА»/А. АВИЛОВ

час сборы упали! Понимаете? Все-то думали, что вот теперь народ повалит, а получилось все наоборот. И налицо подтасовка! Я сам лично читал интервью, когда этот триумвират, который пришел (Эдуард Бояков, Сергей Пускепалис и Захар Прилепин. - Ред.), как-то странно говорил: мол, мы созваниваемся с Дорониной

каждый день... Как так можно говорить?! Потом они сказали: Дорониная очень хочет играть и репетировать. И я читал интервью Андрея Кончаловского, который выпускал там спектакль, и он сказал: я жду Доронину с цветами, потому что она моя любимая артистка... Конечно, это политика. Никогда она не была его любимой артисткой. Она у него не снималась никогда.

- Как же, по-вашему, надо было поступить?

- Министерство культуры решило эту ситуацию в чем-то формально. А сделать нужно было по-другому. Надо было быть в контакте с ней, предложить ей найти творческую единицу, худрука, дать сильнейшего экономиста. И она бы понимала, что они вместе обсуждают и творческую политику, и репертуар. Потому что, например, для Дорониной Прилепин - это бред собачий! А Бояков?! Знаете, Татьяну Васильевну так всю жизнь ненавидела «Золотая маска» и это был такой антагонизм! А он ведь и создал эту «Маску»!.. В общем, надо было ситуацию решать путем переговоров, а не шантажа.

- А может быть, сейчас кто-то дурит вашего брата? Может, есть некая сила, которая затеяла всю эту историю, чтобы свалить нынешних руководителей театра и забрать здание себе?

- Такая тема была, но, по моему, она уже растворилась. Я знаю, что амбиции на здание были у Никиты Сергеевича Михалкова, потому что ему нужен Дворец фестивалей. Вот как раз для кинофестивалей это очень удачное здание. И его амбиции я могу понять. Но у Михалкова уже сменились приоритеты, потому что подкралась болезнь, потому что он стал уже худруком Театра киноактера и там уже затеял реконструкцию. То есть главный претендент на это здание потерял к нему интерес. Так что я думаю, что письмо абсолютно эмоционально и там нет подводного течения. Кроме желания, во-первых, чтобы извинились перед Дорониной. Ведь так нельзя. Они, конечно, убавили ей несколько лет жизни. А во-вторых, в театре ведь что самое страшное? Самое страшное - все развалить, разворошить, потому что потом собрать будет намного труднее. Я вам открою секрет: актеры там, которые тащили репертуар, теперь уходят из театра, например в Малый...

Кстати, если говорить о задачах худрука, то у Ефремова был потрясающий афоризм, который потом подхватил и Табаков. Он говорил так: «Я коллекционирую труппу». Понимаете? То же делал и Захаров! А сейчас во МХАТе этого не происходит. Туда просто никто не пойдет...

Ксения Позднякова

Два суперклея от природы

Недавно на основе клея пауков американские ученые создали двусторонний пластырь, способный склеивать хирургические раны за несколько секунд. Важно, что швов при этом не остается. Новый пластырь уже опробовали на различных органах свиней и крыс: на тканях кожи, желудка и печени. В дальнейшем этот пластырь хирурги смогут применять и на тканях легких или трахеях. Накладывать швы на мягких тканях трудно из-за кровотечений. Но пауки выделяют липкую жидкость, которая позволяет им ловить насекомых даже в дождь: паучий клей мгновенно абсорбирует влагу с тела жертвы и прилипает намертво. Ученые изучили паучий клей и выделили в его составе полиакриловую кислоту. Ее синтезировали искусственно и нанесли на края пластыря для хирургических ран.

Еще ранее суперэффективный клей Geckskin был создан учеными, наблюдавшими за гекконами. Известно, что эти ящерицы могут двигаться по потолку и даже по стеклу благодаря миллионам микроскопических волосков, которыми покрыты их лапки. Гекконы держатся на любых поверхностях благодаря так называемым Вандерваальсовым силам, которые притягивают молекулы друг к другу. Используя тот же принцип и мягкие эластомеры в сочетании с жестким стекловолокном и углеродным волокном, они создали «волосатую» липкую ленту, которая имитирует сцепку геккона. Этой лентой, как скотчем, можно клеить что угодно и куда угодно. Лента выдерживает вес до 300 кг. Можно, например, приклеить ЖК-монитор к потолку или к стеклянной поверхности. В отличие от скотча лента не отлипает без специального сдвига волосков, а использовать ее можно многократно.



ПРИРОДА НА СЛУЖБЕ У ЧЕЛОВЕКА

«Самые ценные идеи - те, что подсмотрены у природы», - уверены ученые. Ведь за миллионы лет эволюции природа отработала массу вариантов и выбрала самые эффективные решения.

Омар против террористов

Глаза омара способны видеть в мутной и темной воде на океанском дне. Они отражают свет, а потом ловят отраженные от океанской мути световые волны, как летучие мыши ловят отраженный от предметов ультразвук. Эту суперспособность омара ученые США использовали для создания ручного рентгеновского сканера. Изобретение планируют использовать для полицейских на службе и для военных: этот аппарат позволяет видеть сквозь стену толщиной до семи сантиметров. Согласитесь, весьма полезно знать, где за углом стоит бандит.

Устройством, испускающим слабые рентгеновские лучи, уже заинтересовалось Американское управление

безопасности. Сами изобретатели уверяют, что с его помощью и таможенники смогут обнаруживать бомбы и контрабанду: оно покажет все, что находится в пределах пары метров. Также ручная «рентгеновская пушка» будет полезна и археологам, и строителям, которым сложно искать в стенах старую проводку.

Рентгеноскопический телескоп создается в Университете Лестера тоже на основе способности глаз омара отражать лучи, а потом снова фокусировать их в линзе. Этот телескоп будет изучать далекий космос, подобно телескопу «Хаббл».

Подготовила Ольга Поплавская

Хобот для рутинных дел

Слоновый хобот стал прообразом робохобота. Его собирают не только на сборочных комбайнах, но и при посадке саженцев и в борьбе с сорняками в сельском хозяйстве. Создала такой роботизированный хобот немецкая компания Festo. Робохобот способен сгибаться в любых направлениях и в целом ведет себя как настоящий хобот слона. А похож он больше

всего на дополнительные руки Октопуса из фильма про Человека-паука. Робохобот самообучаемый: он может повторять движения человека, который с ним работает, а также запоминать необходимую степень давления на определенные предметы. Так что робохоботом скоро можно будет и орехи колоть, и лампочки в люстру вкручивать, и даже делать хирургические операции.

Светлячки в смартфоне

Светлячки помогли корейским физикам изобрести сверхяркие светодиоды, которые на 55% мощнее обычных. Группа выбрала для исследований японских светлячков. Оказалось, все дело в устройстве брюшка светлячков: им требуется не так уж много энергии, чтобы подавать призывные световые сигналы особым противоположного пола. А все потому, что их брюшко как стиральная доска.

И коэффициент преломления света на брюшке светлячка такой же, как коэффициент преломления света в воздухе. Корейские ученые сделали пластиковую форму с набором выемок, повторяющих узор из наноструктур на брюшке светлячка, залили ее прозрачной смолой, а потом подсветили несколько таких «фонарей» светодиодами. И ярче всего свет отразился, как в линзе маяка, в оригинальных наноструктурах, полностью повторявших устройство брюшка светлячка *Luciola lateralis*. В дальнейшем это изобретение планируют применять для подсветки жидкокристаллических мониторов и экранов смартфонов.



ADOBE STOCK

ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА УМЕР БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК?



Каждый, кто хоть однажды пережил смерть близкого человека, знает, как тяжелы первые часы после того, как случилось горе. Городская специализированная служба «Ритуал-Сервис» (сайт www.ritual.ru), информирует об участившихся случаях мошенничества и значительного завышения цен на оказание ритуальных услуг.

Как уберечь себя от обмана - первые действия

Если горе случилось дома: важно знать и быть готовым к тому, что после сообщения о факте смерти, информация будет продана «черным агентам» за сумму не менее 25 тысяч рублей. Помните: похоронив в дом незваного гостя, вы скорее всего станете его жертвой и переплатите за организацию похорон в 2-3 раза больше по сравнению со стоимостью тех же услуг, заказанных в городской специализированной службе по вопросам похоронного дела.

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ:

1. Обратитесь в проверенную городскую специализированную службу по телефону 8 (499) 317-43-63 (КРУГЛОСУТОЧНО) и вызовите сотрудника городской ритуальной службы.
2. Запишите Ф.И.О. выехавшего к вам сотрудника, чтобы не ошибиться и открыть дверь именно ему.
3. Дождавшись специалиста, вызовите сотрудников скорой помощи (тел. 103) и полиции (тел. 102).
4. Ни в коем случае не передавайте кому-либо паспорт усопшего до заключения договора ритуальных услуг.



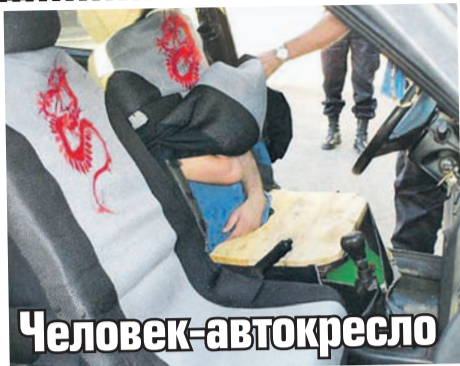
Если горе случилось в больнице: чаще всего о наступлении смерти сообщают сотрудники ритуальной компании при больнице. Пользуясь своим положением, они предлагают свои услуги по завышенным ценам, заманивая родственников фиктивной скидкой на услуги морга.

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ:

1. Обратитесь по телефону 8 (499) 317-43-63 (КРУГЛОСУТОЧНО) и вызовите сотрудника городской ритуальной службы.
2. Вместе с прибывшим сотрудником отправляйтесь в морг для оформления документов и оплаты услуг медучреждения.



Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (499) 317-43-36 или на сайте службы www.ritual.ru



Человек-автокресло

QUNKI.COM

Сотни тысяч мигрантов ежегодно штурмуют границу США и Мексики. Далеко не всегда они пересекают границу легально, порой придумывая для этой цели совершенно фантастические способы.

Известны случаи, когда мигранты пытались пересечь границу государства, «превращаясь» в неодушевленные предметы. По словам Джима Чапарро, главы офиса антиконтрабанды в Службе иммиграции и натурализации США, на сегодняшний день бизнес на контрабанде людей, будто спрут, опутал страну. В частности, мафиозная организация «Американские волки», по данным ФБР, получает доход от контрабанды людьми более пяти миллиардов долларов в год.

В последние годы таможенники США не раз находили людей, пересекающих границу страны замаскированными под... автомобильные кресла! В Мексике специально изготавливались сиденья для легковых автомобилей, полые внутри. Туда контрабандисты сажали людей, которые, приняв форму автомобильного кресла, должны были потерпеть несколько часов, пока машина пересечет таможню. Обнаружили подобный способ провозки нелегальных мигрантов случайно: грузный таможенник сел на такое кресло, чтобы оформить бумаги, а оно издало недовольный звук.

Самые необычные перевозки

КОНТРАБАНДЫ

С развитием современной техники попытки контрабанды наркотиков, золота и драгоценностей должны были уйти в прошлое. Но нет! Контрабандисты во всем мире изобретают все новые и новые трюки один удивительнее другого, а их преступный бизнес продолжает процветать. Расскажем о самых оригинальных способах провоза пяти наиболее популярных у контрабандистов грузов.

Гнездо в нижнем белье

В советские годы в нашей стране был невероятно популярен мультипликационный фильм про братьев-колобков и злого иностранного туриста, пытавшегося контрабандой вывезти за границу слона. Данная история не так уж фантастична...

Конечно, слонов никто контрабандой не возит, а вот редких птиц - довольно часто. Несколько лет назад в аэропорту Мельбурна

был задержан пассажир, следующий из ОАЭ. Как и в случае с россиянкой, взвешив на ступнях золото в Китае, таможенников привлекла странная походка мужчины. Его отвели в специальное помещение и провели личный досмотр. Таможенники не могли сдержать возгласа удивления, когда увидели, что под штанами к трусам мужчины были приклеены завернутые в бумагу две редкие птицы. Другой любитель птицы в таком же интимном месте попытался вывезти из Индии несколько птенцов колибри. При этом контрабандист нашёл на свое белье специальные кармашки, похожие на гнезда, куда и посадил для перевозки птенцов редкой птицы.

ФОТО С САЙТА DAILYMAIL



ADOBESTOK

Когда охранник - кобра

Чаще всего контрабандой пытаются провезти, разумеется, наркотики. Способы для этой цели злоумышленники по всему миру придумывают самые невероятные, однако таможенники не теряют бдительности.

Самый распространенный способ провезти наркотики - использование в качестве контейнера человеческого желудка со спрятанными в нем презервативами с наркотическими веществами. Однако данный способ слишком опасен, поэтому в последние годы наркотики все больше пытаются провезти в желудках собак. Обычно данный способ используют наркоторговцы из Колумбии. А вот мексиканские тамо-

женники все чаще находят контейнеры с наркотиками во внутренних загонах замороженных акул, идущих на экспорт. Но особенно рискуют злоумышленники из Индии - прячут наркотики во внутренних частях ядовитых змей, а потом контрабандой везут их через границу. Ничего не скажешь, кобра - хороший охранник и внимание отвлекает здорово, вот только изъятие контейнера с наркотиками чревато смертельным укусом.

В то же время в Канаде преступники повадились выпиливать у бревен на лесозаготовках сердцевину и прятать там марихуану, перепродавая стволы с начинкой за рубеж или в другие регионы страны. В Центральной Америке наркобароны охотно скупают старые дизельные подводные лодки времен Второй мировой войны, чтобы на них переправлять наркотики в Европу через океан.

Золотые тапки

Современная аппаратура, сканирующая багаж граждан, пересекающих государственную границу, как известно, способна просветить как человека, так и его багаж практически насквозь. В данных обстоятельствах пойти на риск проноса контрабанды может только очень смелый или легкомысленный человек.

Сложно сказать, на что рассчитывала россиянка, попытавшаяся в последних числах октября этого года провезти через читинскую таможню в Китай восемь слитков золота. Внимание сотрудников таможни она привлекла своей странной походкой: молодая, внешне здоровая девушка еле передвигала ноги, будто к ним были прикованы гири. Как оказалось, гири и были - золотые! После прохождения проверки

металлоискателем оказалось, что к ступням девушки скотчем были примотаны золотые слитки весом 1863,81 грамма. Стоимость золотых сланцев составила более пяти миллионов рублей. В ходе допроса выяснилось, что слитки были изготовлены кустарным способом из золотого песка, а через границу девушку попросил их провезти житель Китая, чья личность устанавливается.

По данным таможенников, попытки контрабандой вывезти из России золото в Китай в последнее время приобрели характер настоящей эпидемии. В августе уже задержали россиянку, которая пыталась провезти в Китай золото, спрятав его под стельками кроссовок. Ранее в Благовещенске таможенники задержали гражданина Китая, попытавшегося вывезти 916 грамм шлихового (неочищенного) золота в термосе.

Произведения искусства: ни вывезти, ни ввезти

По данным Всемирной таможенной организации за 2018 год, Россия оказалась на первом месте в мире по контрабанде культурных ценностей.

В 1990-е годы предметы искусства вывозились из страны чуть ли не в открытую с минимальной маскировкой. Во второй половине 1990-х годов в аэропорту Пулково-2 россиянин, отбывавший в США через Финляндию, положил на ленту для досмотра три чемодана и сумку. Оператор сканирующего устройства не заметил ничего подозрительного. Однако группа вторичного таможенного досмотра, действующая в штатском, перед посадкой попросила гражданина открыть чемоданы. Внутри, переложенные личными вещами, оказались

старинные рукописи, книги, рисунки, гравюры, антикварные марки. Более недели искусствоведы разбирали необычную контрабанду, обнаружив собственноручно подписанный Петром I указ от октября 1724 года, указ императрицы Анны Иоанновны 1732 года, письмо Екатерины Великой, написанное в Царском Селе и датированное 14 апреля 1786 года, месяцеслов царя Алексея Михайловича 1662 года и многое другое. Наличие штампов на форзацах книг «Императорская библиотека Эрмитажа» подтвердило, что книги были похищены.

Российские таможенники знают случаи не только незаконного вывоза культурных ценностей за рубеж, но и обратные примеры, подобные сюжету бессмертной «Брил-

лиантовой руки». В первых числах ноября этого года пресс-служба ГУ МВД России по Санкт-Петербургу и Ленинградской области сообщила о задержании контрабандистов, которые, давая взятки таможенникам, ввозили из Финляндии в Россию предметы искусства на миллионы рублей. Прятали ценный груз, как правило, на грузовых паромах, следовавших в нашу страну. По данным правоохранителей, потребителями данных грузов были антикварные магазины Москвы, Санкт-Петербурга и частные коллекционеры. На данный момент выявлено более 800 ценных предметов, подобным образом попавших в Россию. Вот только если раньше контрабандистам за подобные фокусы грозил штраф, то с прошлого года за ввоз и вывоз из страны предметов искусства и коллекционирования грозит тюремный срок.

СКОРО В ПРОДАЖЕ!

ТЕМА НОМЕРА: **НОВЫЙ ГОД И РОЖДЕСТВО**

выпуск **Мир** **АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ**

www.mir.mirnov.ru

ПЕНСИОНЕРА МЕТА СКАНВОРД

29 ноября 2019 г. № 7(6)

стр. 2-3 **ВАЖНЫЕ ЗАКОНЫ, ВСТУПАЮЩИЕ В СИЛУ В 2020 г.**

стр. 4-5 **ГОРОСКОП ОТ ПАВЛА ГЛОБЫ**

стр. 6-7 **ТАК ЛИ СТРАШЕН ВИСОКОСНЫЙ ГОД?**

стр. 18-19 **ЕЛКА: НЕ ТОЛЬКО СИМВОЛ ПРАЗДНИКА, НО И ЛЕКАРСТВО**

Алена Хмельницкая: НОВОГОДНЕЕ ЖЕЛАНИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО ИСПОЛНИТСЯ

Рег. ПИ № 0577-71783 от 08.12.17 в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия. Заказчик: ООО «ММБК-Коллекция», 123100, г. Москва, Шмитовский пр.-д., 5. Реклама

Многим из нас, увы, не по карману походы в рестораны и поездки за рубеж с целью отведать блюда разных национальных кухонь. Автор рубрики **Дарья ОТАВИНА** поможет приготовить полноценное ресторанное меню на домашней кухне!

Сирия - красивая, тревожная и... вкусная!

Сегодня мы с вами приготовим три простых сирийских блюда, которые придется по вкусу всем членам семьи. Это будут закуска из баклажанов баба гануш с мягким и нежным вкусом, запеченная целиком острая рыба самака харра, которая придется по душе ценителям пряностей и приправ, и десерт, от которого придут в восторг дети, - маленькие сирийские блинчики со сладкой начинкой.



Катаеф

Ресторанная цена аналогичного блюда в Москве - от 250 рублей, домашняя себестоимость порции - от 50 рублей.

История

Катаеф - традиционный арабский десерт в виде небольших блинчиков со сладкой начинкой и ореховой посыпкой. Готовят катаеф в Сирии, Египте и Ливане. Начинка бывает творожной, сырной и кремовой. По текстуре, а также размеру и форме они сильно отличаются от русских блинчиков (сирийские сворачиваются кулечком). А вот готовить их также легко!

Ингредиенты для теста:

200 мл молока, 200 г муки, 100 мл воды, 1 ст. л. сахара, 1/2 ч. л. разрыхлителя, 1/2 ч. л. сухих дрожжей.

Для начинки:

сладкая творожная или сырковая масса.

Для украшения:

сахарная пудра, молотые грецкие орехи, шоколадная стружка или ягоды.

Метод

Дрожжи и сахар заливаем теплой водой, перемешиваем и оставляем на 5 минут.

Пресеянную муку, разрыхлитель и молоко соединяем и перемешиваем.

Вливаем дрожжи с сахаром в мучную смесь и тщательно взбиваем венчиком. Накрываем миску полотенцем и оставляем на полчаса в теплом месте.

На сухую горячую сковороду наливаем тонкой струйкой половину половника. Тесто начнет сильно пузыриться (блин не переворачиваем).

Когда поверхность блинчика перестанет быть влажной, сразу снимаем его со сковороды (не пережаривайте, иначе потом будут плохо лепиться, и не складывайте стопкой!).

Готовым блинам даем слегка остыть и из еще теплых скручиваем кулечки (неподжаренной стороной внутрь) и запекаем по краю до середины.

Наполняем каждый кулечек сладкой творожной начинкой. Посыпаем тертым шоколадом, орехами или ягодами.

Самака харра/Samaka harra

Ресторанная цена аналогичного блюда в Москве - от 1000 рублей, домашняя себестоимость - от 400 рублей.



из баклажанов, как наша баба гануш. Украшением блюда всегда является рубленая зелень, а главным его вкусовым дополнителем - большое количество приправ, и как правило, острых.

«Горячая, острая рыба» так переводится с арабского наше следующее блюдо «самака харра».

Метод

Смешиваем все сухие специи с оливковым маслом. Натираем рыбу снаружи и изнутри и отправляем в холодильник мариноваться на пару часов.

Грецкие орехи мелко рубим, смешиваем с порезанным болгарским перцем (в Сирии его предварительно запекают в духовке при температуре 170-180 градусов в течение 30 минут). Смесь немного подсаливаем и перчим. Добавляем раздавленный чеснок или предварительно запекаем зубчики вместе с болгарским перцем. Выкладываем на противень большой лист алюминиевой фольги, сбрызгиваем его оливковым маслом.

Замаринованную рыбу наполняем начинкой, оставшуюся кладем под саму рыбу и смазываем сверху. Снова сбрызгиваем оливковым маслом, чуть

прикрываем рыбу фольгой по краям и отправляем в заранее разогретую до 180-185 градусов духовку примерно на 30 минут. Тонко режем перчик чили колечками и посыпаем непосредственно перед подачей, при желании сбрызнув рыбу лимонным соком и щедро посыпав зеленью.

Баба гануш/Baba ghanoush

Ресторанная цена аналогичного блюда в Москве - от 250 рублей, домашняя себестоимость порции - от 50 рублей.

Ингредиенты на 4-6 порций: 3 спелых баклажана, 3 зубчика чеснока (минимум), 2 ст. л. лимонного сока, 3 ст. л. покупной кунжутной пасты тахини, 1/3 чашки оливкового масла первого отжима (80 мл), 1/4 чашки свежей петрушки, соль, перец (опционально).

История

Баба гануш представляет собой пюре из мякоти баклажана, смешанного с приправами, специями и различными добавками.

С арабского языка перевести словосочетание сложно, но баба однозначно означает «папа» и ко второму слову относится либо как к отцу, прародителю всех овощей - баклажану, либо как к избалованному и соблазненному этой мужской закуской трапезнику. Также это блюдо часто называют «мутабель».

«Восток - дело тонкое» - как вы помните, так что в этимологические и исторические детали мы вдаваться не будем.

Метод

Самым вкусным и аутентичным считается метод запекания баклажанов на углях или решетке. Включаем газовую плиту и кладем на конфорку с несильным огнем один баклажан, периодически его переворачивая. Обжигаем до тех пор, пока кожура не пригорит равномерно со всех сторон. (В блюде она не будет использоваться, а вот мякоти придаст тот самый необходимый вкус костра и гриля.)



Обугленные, или, как говорят профессиональные повара, карбонизированные таким образом баклажаны отправляем в предварительно разогретую духовку. Можно обернуть фольгой для ускорения процесса, а лучше без нее и в режиме гриль. Готовим при 180-200 градусах около 30-40 минут.

Даем остыть до комнатной температуры. Снимаем кожуру и отправляем мякоть в миску. Добавляем выдавленный чесночный и лимонный сок, тахини, не переставая мешать и слегка взбивать массу вилкой (не используйте кухонных электроприборов). Затем постепенно вводим оливковое масло, хорошенько солим, чтобы ушла природная горькость баклажана.

Консистенция готовой закуски «баба гануш» должна получиться нежной, похожей немного на пасту-пюре с кусочками мякоти и почти бесцветной. В остуженную и готовую массу вводим мелко порезанную зелень петрушки, при желании перчим, поливаем оливковым маслом первого отжима и едим тонкими хрустящими лепешками с кунжутными зернами или подсушенным в духовом шкафу лавашем вместо столовых приборов.

Приятного аппетита!

Политик, директор Института актуальной экономики Никита Исаев скончался в возрасте 41 года, и это уже вызывает подозрение. Нежданно отказало сердце. Приехал в Тамбов, выступил перед оппозиционными группами, сел в поезд, сделал пост в «Фейсбуке» - и вдруг...

«Беда в том, что человек внезапно смертен»

«Он старался помогать людям, ездил по всей стране, обращал внимание федеральных властей на самом высоком уровне на проблемы, связанные с медициной, образованием. Очень талантливый оратор, человек высокой степени открытости, коммуникабельности. Политик, экономист. Лидер общественно-политического движения «Новая Россия». Кандидат юридических наук, действительный государственный советник третьего класса. Очень достойный, его уход из жизни просто потряс» - так вспоминают Исаева близкие люди.

Успехи в бизнесе

Никита ушел из жизни спустя четыре дня после своего дня рождения. Он появился на свет 12 ноября 1978 года в Москве. У него четыре сестры и брат, многодетная семья жила в коммуналке. Трудное детство, проблемы с бытом - все это мотивировало Исаева на хорошую учебу. Он занимался в одной из лучших школ в стране - №325 с углубленным изучением юриспруденции, фотография Никиты до сих пор размещена на Доске почета и сайте школы. Он уже в 13 лет знал, чем будет заниматься по жизни.

Окончив школу с серебряной медалью, он поступил в Московский государственный юридический университет (МГЮА). Затем была аспирантура, диссертация на тему «Правовая природа договора перестрахования» в РГГУ и степень кандидата юридических наук.

Исаев начал строить карьеру уже в университете, когда создал центр по обучению новичков-предпринимателей нужным знаниям в финансовой сфере. Тогда же появилась и общественная работа - в 1999 году он стал главой организации «Фонд поддержки молодых лидеров».

Да, Никита бурно развивался. Уже в 18 лет вчерашний школьник стал юрисконсультантом, а в 20 лет, еще обучаясь на юрфаке, возглавил юридический от-

НИКИТА ИСАЕВ: ОН СДЕЛАЛ СЕБЯ САМ



ПРЕСС-СЛУЖБА ИАЭ

Соцсети взорвались вопросами: «Что на самом деле случилось в поезде? Умер или убит известный политолог Никита Исаев?» Но «Мир новостей» берет другой ракурс, вспоминая о Никите Исаеве как о человеке, который сделал себя сам.

дел «Руснефтегаза», то есть в его жизни были преподавательская деятельность, правоведа и бизнес, где Исаев был весьма успешен. Он даже основал компанию Prime Insurance, ориентированную на премиум-сегмент страхового рынка, и сделал всего за три года из нее страховой холдинг, в котором объединились более 20 страховых компаний из России и Европы.

«Переключайтесь на свободу»

Но потом наш герой сменил вектор, начав сотрудничать с государством. В 2005 году он создает «Молодежную школу бизнеса Никиты Исаева», аффилированную с прокремлевским движением «Наши». Кремль выделял солидные суммы на проведение всевозможных слетов, создание летних лагерей, обучение студентов. Это был интересный проект.

Говорят, что его лоббировали Якименко и Сурков и что, заручившись их поддержкой, Исаев вступил в «Единую Россию». И тут же получил должность в Департаменте экономического развития и торговли правительства Ивановской области. Так началась карьера чиновника - пост в Росмолодежи, потом в Минрегионразвития. Решение вопросов Северного Кавказа, чтобы превратить регион в туристическую зону.

Еще был проект первого в стране спортивного реалити-шоу «Футбольная академия», где завязались связи с тогдашним министром спорта Виталием Мутко, а также с владельцем «Челси» и олигархом Романом Абрамовичем.

Исаев - видный, статный, у него было много романов. Самый громкий - с ведущей «Дома-2» Ксенией Бородиной. Длительные отношения не слишком долго, но о них говорила модная Москва.

В Сети не так много фотографий Никиты с бывшей супругой Надеждой и детьми - двумя дочерьми. О личной жизни он особо не распространялся, но хорошие отношения с родными сохранил, даже приходил по субботам на семейные завтраки.

Принцип жизни был таким: «Если юридические отношения уже не делают вас счастливыми - не растрачивайте свою жизнь на конфликт, не мучайте себя и всех вокруг. Переключайтесь на свободу. Здесь настоящая жизнь».

Путь в политику

Очень интересно, как госслужащий и единоросс стал оппозиционером, продвигая свои идеи в эфире федеральных телеканалов.

Случилось это так. В 2015 году Исаев на базе двух своих проектов «Молодежной школы бизнеса» и «Финансового дома» создал на-

учно-исследовательскую организацию «Институт актуальной экономики», задавшись целью - освещать сложные экономические проблемы и ситуации простым языком, понятным большинству граждан. А для этого нужно было идти в эфир.

И не просто пиариться, а строить политическую карьеру. Исаев в 2016 году решил выдвинуться от единороссов в депутаты Госдумы. Наверное, это можно было бы сделать без проблем от партии власти, но Никита хотел стать руководителем партии. За спиной руководства «Единой России» он входил в президиум партии «Родина». Такое совмещение невозможно, вот и получилось, что и единороссов пришлось покинуть, и «Родина» на выборах набрала лишь 1,5 процента голосов и не прошла в парламент.

Тогда Исаев в январе 2017 года объявил о том, что создает собственное общественно-политическое движение «Новая Россия», рассчитывая стать конкурентом действующей власти.

Вот так и получилось, что для продвижения себя Исаев начал появляться в разнообразных политических ток-шоу, выступая как директор Института актуальной экономики. Набрал больше 100 тысяч подписчиков на YouTube, писал актуальные колонки в различные СМИ, где есть заметная трибуна.

Вроде и критиковал власть, но Навальным не был, за решетку не попадал. Вроде был запретной оппозицией, но в федеральных эфирах появлялся регулярно. Вроде считался политиком, но реальными делами не занимался. Был доверенным лицом Павла Грудина на выборах президента РФ, считался советником лидера «Справедливой России» Сергея Миронова. Пытался сделать коллаборацию с разнообразной реальной оппозицией - от Навального до Гудкова и Владимира Рыжкова. Мы видели фотографии в соцсетях, но что стояло за ними?

Плюшевый оппозиционер

Но даже таким людям с большим умом и неумной энергией, не имея за плечами реальных дел, можно стать заметными в системе внутренней политики России. Не назовем их современными Хлестаковыми, которые ездят по регионам и терзают душу местным князькам. Нет, Исаев не притворялся кем-то иным, но он превратился в единоличный проект по публичной обструкции

губернаторов. Настойчиво объезжал регионы, намеренно ввязываясь в самые скандальные конфликты, где на местах зарождались протестные настроения.

Был ли это кремлевский проект для стимулирования губернаторов на местах или сам Исаев, имея большой опыт в бизнесе и политике, просчитал, что сейчас перспективна роль москвича из басни, которая лает на провинциальных слонов, - этого мы утверждать не будем.

Но в такой нише Никита Олегович оказался в последние годы своей жизни. Выступал он ярко, публика его запоминала, выделяла неординарного молодого человека и считала даже политиком нового поколения, за которым будущее России. Потому что в принципе Исаев произносил правильные вещи, что коррупция - это плохо, что нужно помогать бедным, что правительство работает не всегда эффективно, что небо синее, а трава зеленая.

Да, это иногда был популизм. С другой стороны, если ты хочешь стать руководителем партии, которая будет набирать вес, только через публичные лозунги и поездки в регионы можно достучаться до народа, чтобы титаническим трудом заработать на выборах лишние полпроцента.

И нужны такие люди на политических ток-шоу, чтобы создавать поляриность мнений. Удобно, когда в роли оппозиционера выступает не какой-то отморозок, который завтра в YouTube зальет новый фильм вроде «Он вам не Димон», а человек, по сей день сохранивший связи со структурами администрации президента. В общем, такой «плюшевый оппозиционер», через которого можно решать различные политпроекты. Например, создать 100 каналов в «Телеграме», чтобы через них прокачивать повестку, нужную Кремлю.

Мы не скажем, что Никита Исаев обрел гиперпопулярность к концу жизни. Простите, что пользуемся пошлой метрикой количества подписчиков в «Инстаграм», но в наше время это реальная валюта. Настоящий оппозиционер - Алексей Навальный, который головой идет пробивать бетонные стены, у него под миллион подписчиков (929 тысяч) и это его аудитория. Исаев же имел 35 тысяч подписчиков.

Человек своей ниши и дитя своего времени. Он не был политиком-бузотером, хотя мог таким казаться, а говорил правду - ту, которую люди хотели услышать здесь и сейчас.

Очень обидно, что Никита Исаев ушел. 41 год - это безумно рано, мог бы еще жить и жить.

**Материал подготовил
Стенан Строев**



ЖИЗНЬ БЕЗ САХАРА ВОЗМОЖНА!

Что произойдет с человеком, если он на две недели откажется от сладкого продукта?

Специалист по кетодиете доктор Берг провел любопытное исследование на эту тему. Вот к каким выводам он пришел.

У вас пропадет желание есть сладкое

Каждый раз, когда вы употребляете сладкое, ваш мозг получает удовольствие, а потом просит добавки. Организм при этом вырабатывает инсулин - гормон, снижающий уровень сахара в крови, что и вызывает ту самую тягу. То есть, перестав есть сладкое, вы избавитесь от зависимости.

Улучшится состояние кожи

На лице и теле исчезнут высыпания, кожа будет сиять. Все дело в том, что повышающийся от употребления сахара инсулин вызывает выброс андрогенов - мужских гормонов - у женщин и снижает тестостерон у мужчин. Именно поэтому люди страдают от акне.

Организм очистится

Лишние килограммы, пожалуй, самое очевидное, что может ожидать любителей сладкого. Сахар содержит большое количество простых углеводов, вывести которые можно с помощью правильного питания и регулярных физических нагрузок. Кроме того, чрезмерное употребление сахара нарушает нормальное расщепление пищи, что приводит к проблемам с печенью, поджелудочной железой, желудком и кишечником. Отказавшись от сахаросодержащих продуктов, организм сам будет выводить сначала лишнюю жидкость, а потом жир. За одну неделю можно потерять от 3 до 7 килограммов.

Повысится выносливость

Если вы любите сладкое, то наверняка замечали, что после еды чувствуете себя особенно уставшим. Все дело в сахаре - его высокий уровень

в крови вызывает усталость мозга и сонливое состояние. Когда уровень глюкозы придет в норму, вы заметите прилив бодрости после приема пищи. Организм будет получать больше питательных веществ, рационально расходуя энергию.

Улучшится настроение

При частом употреблении сахара привыкший организм начинает вырабатывать эндорфины - гормоны счастья - только после того, как вы съедите что-то, содержащее глюкозу. Это как наркотик - со временем только шоколадка, печенье или сладкий чай будут вызывать у вас радость. Все остальное будет казаться организму просто источником энергии. Без сахара вы снова научитесь радоваться простым вещам, иными словами, вашему мозгу не нужна будет дополнительная стимуляция.

Уменьшится восприятие боли

В процессе перестройки вашего тела на новое топливо (жир вместо сахара) организм станет более устойчивым к воспалениям и боли. Ваша печень и почки очистятся, перестанут образовываться бляшки в сосудах, снизится риск инсульта и сердечного приступа. В процессе отказа от сахара может наступить обострение симптомов ваших заболеваний на три дня, но это стоит перетерпеть. По истечении двух недель вы почувствуете себя намного лучше и активнее.

По словам доктора Берга, наш организм не воспринимает сахар как что-то полезное. Конфеты легко можно заменить на мед или сухофрукты, а кофе будет таким же бодрящим со стевией - природным заменителем сахара. Через две недели ваш организм скажет вам спасибо и вы увидите изменения, посмотрев на себя в зеркало.

Считаем овец правильно



Надоело считать сначала овец, а потом время до звонка будильника, спать, стоя в транспорте, и держаться за поручень одновременно?

Что и говорить, недосыпать вредно! Как показали исследования ученых США, частые недосыпания приводят к нарушению когнитивных функций в мозге. Проще говоря, со временем недосып накапливается и мы совершаем больше ошибок в работе. Парадокс: студент приносит в жертву здоровый сон, чтобы больше выучить, но чем чаще он засиживается за полночь, тем ниже его продуктивность. Попробуем вместе разорвать этот замкнутый круг и понять, как помочь себе заснуть быстрее, а проснуться бодрее.

Делайте перерывы между работой и сном. Дайте себе около получаса, чтобы переключиться с работы и настроиться на качественный сон. Полезным будет завести какой-нибудь ритуал перед тем, как лечь спать: неспешная прогулка, чтение книги или медитация. Не лучшей идеей будет просмотр сериалов или новостей, это только возбуждает вашу нервную систему.

Ложитесь до полуночи. Считается, что час сна до полуночи равен двум часам после. Наше тело готовится ко сну, начиная с 9 вечера. В этот период в организме начинается активная выработка мелатонина - гормона сна. Температура тела и давление при этом немного снижаются, организм понимает, что пора спать.

Не наедайтесь на ночь. Последний прием пищи должен быть не позже, чем за 2-3 часа до сна. Если же ваш живот начинает урчать, врачи рекомендуют съесть банан. Он содержит магний, который отлично расслабляет мышцы и облегчает процесс засыпания.

Ложитесь и вставайте в одно и то же время. Если в рабочие дни вы ложитесь в 11 часов ночи, а просыпаетесь в промежутке от 6 до 7 утра, то в выходные желательно придерживаться того же распорядка.

Следуйте правилу здорового сна «10-3-2-1». Это правило разработал американский фитнес-тренер Крейг Баллантайн. Чтобы все сработало, потребуется выдержка. Вот что оно гласит: за 10 часов до сна - никакого кофеина. За 3 часа до сна - никакой еды и алкоголя. За 2 часа до сна - никакой работы, за 1 час до сна - никаких электронных устройств.

Меньше нервничайте. Если вы много волнуетесь, это может вызвать неполадки со сном. В этом случае организму не хватает калия - физиологического успокоительного. Вам следует добавить в повседневный рацион больше овощей и зеленых салатов. Это успокоит нервную систему и позволит организму быстрее заснуть.

Запоминайте позу, в которой проснулись, и именно в той же засыпайте. Эта хитрость поможет вам быстрее заснуть.

Между правым и левым боком выбирайте первый. Американские ученые считают, что спать на левом боку вредно. Если спать на правом боку, сердце будет над печенью, не испытывая при этом давления, и засыпать будет комфортно.

Сколько же времени необходимо организму для восстановления энергии? С этим вопросом мы обратились к врачу-сомнологу Александру Коптеву:

«Есть множество людей, которые утверждают, что после 3-4 часов сна они отлично себя чувствуют. Сказать, что это бесполезно для здоровья, не сказать ничего. Короткий сон говорит о скрытых проблемах в организме. Важно понимать, что долгий сон не менее вреден. Он говорит о наличии сердечно-сосудистых заболеваний, проблем с нервной системой.»

В идеале здоровый человек должен спать около 7-8 часов. Если он спит меньше 7 часов, сон бесполезен. Организм просто не успеет восстановиться, будет медленнее усваивать информацию, быстрее уставать.

Определите свои циркадианные ритмы - циклы своей активности. Существует несколько типов, и, узнав свой, вы сможете скорректировать свой образ жизни в соответствии с ними. Вам будет гораздо комфортнее, если перенести важные дела на период вашей активности и подыема сил».

Подготовила Екатерина Шагина

Панченко А.В. к.м.н. ФГБОУ ВПО РНИМУ им. Н.И.Пирогова Минздрава России.

КАК НЕ ЗАБОЛЕТЬ В ЭПИДЕМИЮ

Холодная погода увеличивает риск заболеть респираторными инфекциями. Защита от простуды должна быть комплексной. Имеет значение правильная одежда, полноценное питание с увеличенной калорийностью, ограничение посещения общественных мест. Важное место в профилактике ОРВИ имеет защита слизистой оболочки носа от проникающих вирусов.

Вакцинация против гриппа привела к многократному снижению заболеваемости гриппом в нашей стране. Но количество заболевших другими респираторно-вирусными инфекциями не уменьшилось. Связано это с тем, что в структуре острой заболеваемости грипп занимает не более 31,4%. Остальные случаи ОРВИ вызваны другими вирусными и бактериальными инфекциями.

влиять на которые нужно другими способами.

В качестве защитных мер можно рекомендовать **ношение масок, мытье рук с антисептическими растворами, проветривание помещений, обработка воздуха в помещениях ультрафиолетом. Мытье рук с мылом может снизить острую заболеваемость у детей до 50%.** Широко распространено профилактическое применение противовирусных и иммуномодулирующих препаратов.

Перспективным подходом к решению проблемы является предупреждение внедрения вируса в организм человека при помощи наружных средств.

В качестве средства защиты слизистой носа хорошо известна Оксолиновая мазь. В последние годы появились указания на профилактическую эффективность эфирного масла «Дыши», крема «Виросепт», назального порошкового спрея «Назаваль плюс», «ИнфаГеля», содержащего интерферон альфа, бактериальных лизатов. Применение растворов морской соли так же давала положительные результаты в плане снижения острой заболеваемости.

Комплекс мероприятий по предотвращению ОРВИ.

• Вакцинация от гриппа должна быть своевременной. В зимний период проводить ее поздно.

• Дополнительно используйте методы неспецифической профилактики. Напомним, что 70% случаев ОРВИ не грипп.

• Одевайтесь по погоде, увеличьте калорийность питания, избегайте посещения общественных мест, мойте руки с мылом как можно чаще (после прихода домой, на работу, посещения туалета, общественного транспорта, перед едой), проветривайте помещения.

• Защищайте слизистую носа при помощи наружных средств.

• По согласованию с врачом профилактический прием иммуномодулирующих препаратов.

• Если заболели - лечитесь правильно. Обратитесь к врачу, применяйте назначенные противовирусные (или другие) средства.

ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ХОЛОДОВ

ЗДОРОВЬЕ БРОНХОВ

Спрашивайте в аптеках и интернет-аптеках.
Консультации по применению: (495) 729-49-55.

www.Inpharma2000.ru
Косметические средства

МЫ СНОВА НЕ ПоеДЕМ НА ОЛИМПИАДУ?



Расплата за бездействие чиновников

Пятнадцать месяцев длилось расследование, связанное с фальсификацией документов, представленных Всероссийской федерацией легкой атлетики (ВФЛА) в оправдание пропуска прыгуном в высоту Данилом Лысенко трех тестов допинг-контроля. Обвиняемыми в организации этой аферы международная федерация в первую очередь признала теперь уже экс-президента ВФЛА Дмитрия Шляхтина, исполнительного директора федерации Александра Паркина, самого атлета и его тренера Евгения Загоруйко. Всего под обвинение попали семь человек, связанных с российской легкоатлетической федерацией. С 10 апреля по 21 ноября международное следствие опросило 22 свидетелей и ознакомилось с 7 тысячами электронных посланий, полученных с изъятых в федерации с помощью Российского антидопингового агентства телефонов и жестких компьютерных дисков.

Сбываются все негативные прогнозы гендиректора Российского антидопингового агентства Юрия Гануса. Обидно, ведь нынешний кризис можно было предотвратить еще весной, если бы был принят предложенный Ганусом план по коренной реорганизации легкоатлетической федерации. Проект был направлен в Олимпийский комитет России и Министерство спорта. Но там отказались что-либо предпринимать, чтобы предотвратить скандал.

Итак, Дмитрий Шляхтин отправился в отставку, а временно исполняющим обязанности главы ВФЛА на заседании президиума при большинстве воздержавшихся была выбрана вице-президент федерации Юлия Тарасенко. Старший тренер команды Юрий Борзаковский снял свою кандидатуру.

- К Борзаковскому тоже есть вопросы, - дипломатично заметил Юрий Ганус в интервью для нашей газеты. - Его назначение лишней раз продемонстрировало бы неблагополучие текущего состояния нашего спорта. А ведь у нас достаточно достойных людей. Необходимо перезагрузить федерацию, выбрать новых функционеров, которые способны осуществить перемены. Мы подошли к той черте,

когда для выхода из кризиса нужна команда принципиальных единомышленников.

- *Может быть, они все еще ждут команды сверху, чтобы объявить перевыборы президента, а она не поступает?*

- Пора братья за работу. Президент поставил задачу до конца года восстановить в правах легкоатлетическую федерацию, какая им еще нужна команда? Они сорвали его поручение. Это касается не только легкоатлетической федерации, но и всего нашего спорта.

- *Современный большой спорт вовлекает политику, бизнес и большие деньги. А некоторые тренеры буквально одержимы допингом и готовы его применять до «последнего вздоха»...*

- Повторю, у нас в спорте достаточно достойных людей, способных осуществить глубокие реформы. Главное - не терять драгоценное время. Я говорил об этом еще в мае. Ведь смогло же наше антидопинговое агентство интегрироваться в международную среду. Мы четко строим работу на общепринятых принципах, что показало и наше участие в расследовании дела Лысенко. Однако не наша вина, что первое условие по

Международное следствие опросило 22 свидетелей и ознакомилось с 7 тысячами электронных посланий.

восстановлению агентства было сорвано, оно относилось к аутентичности переданной Всемирному антидопинговому агентству (ВАДА) базы данных московской лаборатории.

Знаменитый шведский «охотник за допингом», почетный член МОК, бывший вице-президент ВАДА доктор Арне Лунгквист, внимательно следящий за происходящим в России, считает, что сейчас для инициатив Российского антидопингового агентства как никогда требуется политическая поддержка российского руководства.

Как и ожидалось, международная федерация приостановила процесс восстановления в правах российской легкой атлетики под предлогом неясности, с кем теперь вести эту работу. Высказывается пред-

ложение, что наша легкоатлетическая сборная временно может перейти под опеку Олимпийского комитета России, который будет работать с нейтральными атлетами. Будем надеяться, что это пойдет на пользу российским спортсменам. Тем временем созданной для разбирательства с российским допингом комиссии Андерсена предстоит решить, выносить ли на предстоящий конгресс федерации, переименованной в Мировую легкую атлетику, предложение об исключении членства ВФЛА из международной федерации. А такая перспектива выглядит довольно реальной. Многие зависят от того, какой ответ до 12 декабря будет получен из Москвы по поводу аферы с Лысенко.

«Закон Родченкова» с политической подоплекой

На недавнем заседании Всемирного антидопингового агентства в польском городе Катовице разразилась небывалая для этой, как правило, очень сплоченной организации перепалка. Связана она была с принятием в конце октября законодателями США направленного на борьбу с допингом «антидопингового закона Родченкова». Ключевой делегат из США государственная чиновница Кендел Эрлих на заседании Совета ВАДА обрушилась на генерального директора агентства Оливье Ниггли с обвинением в том, что руководство неправоммерно использовало деньги, которые правительство США выделяет на поддержание его организации, на лоббирование в Конгрессе США внесения в «закон Родченкова» кардинальных изменений. Хотя 250 тысяч для лоббистской деятельности в Конгрессе были крайне незначительными деньгами, естественно, они могли помешать инициативе, поддержанной на волне антироссийской истерии двумя партиями.

Суть закона состоит в том, что он позволяет федераль-

ному правительству преследовать любого человека или организацию, замешанных в мошеннических допинговых схемах. Закон касается всех международных соревнований в США и за их пределами с участием атлетов США или спонсируемых американскими компаниями.

Ниггли заявил, что ВАДА не собиралось вмешиваться во внутренние дела США, однако агентство обеспокоено экстерриториальным аспектом предусмотренных этим законом антидопинговых мер и криминализацией разбирательств допинговых нарушений. Люди и корпорации, работающие на спортивных состязаниях в любой стране, окажутся уязвимыми перед системой уголовного наказания в США.

Предусматриваются штраф до миллиона долларов и тюремное наказание до 10 лет для участников допинговых схем.

- Мы получим систему, которая не будет больше работать, - предупреждает Ниггли. «Закон Родченкова» дает американским властям беспрецедентный контроль над международным спортом. Предусматриваются штраф до миллиона долларов и тюремное наказание до 10 лет для участников допинговых схем.

Адвокат Родченкова Джим Уолден обвинил ВАДА и МОК в попытках повлиять на законодателей, чтобы защитить «коррупционные интересы России». Конгрессмен Майкл Берджес заявил, что «закон Родченкова» «направлен на противодействие незаконным допинговым схемам и ограничение сферы влияния России в попытках подорвать западные ценности». Председатель юридического комитета в Конгрессе США Джеролд Надлер обвинил МОК, ВАДА и международный спортивный арбитраж в неэффективности реакции на «российский допинг». Теперь же, по его словам, в США создается механизм наказания за допинговые махинации и суды США получат возможности защитить американских атлетов, пострадавших от русского допинга.

Одновременно закон позволяет усилить давление на международные спортивные организации. И это больше всего встревожило МОК и ВАДА. В то же время закон не затрагивает буквально пропитанные допингом профессиональные виды спорта в Америке - Национальную футбольную и хоккейную лиги, Национальную баскетбольную ассоциацию, которые не подписали Всемирный антидопинговый кодекс.

- Нас беспокоит американская юрисдикция, которая выйдет за пределы Соединенных Штатов и затронет другие части мира, - заявил теперь уже бывший президент ВАДА Крейг Риди.

Америка вне закона

Можно было бы приветствовать решимость Америки бороться с допинговым злом, если бы она проявлялась и в самих США, где до сих пор демонстрируется поразительная снисходительность к допинговым нарушениям. Свидетельством тому стала недавняя история с разоблачением применения допинга в тренировочном центре «Найка» под руководством Альберто Салазара, всего лишь дисквалифицированного за свои бесчеловечные допинговые эксперименты за четыре года,

ни о каком пожизненном отстранении, тюремном заключении и выплате штрафа не идет и речи.

«Нью-Йорк таймс» опубликовала рассказ одной из жертв тренера-садиста бегуньи Мэри Кейн, описавшей моральные и физические издевательства в группе «Найка». Салазар заставлял ее взвешиваться на виду у всей группы, и когда она не могла сбросить вес, он начинал публично срамить бегунью, заставлял ее принимать запрещенные диуретики для сгонки веса. Ее организм был настолько истощен, что у нее прекратилась выработка эстрогена, способствующего формированию и укреплению костной массы. У нее сломались в ходе тренировок пять различных костей. Кейн высказала опасение, что закрытый из-за допинга Орегонский проект «Найка» будет воскрешен под другим брендом и тренировать в нем будут те же ассистенты Салазара.

А на заседаниях в Катовице американцы заявили руководству ВАДА, что у международного агентства нет оснований заниматься расследованием атлетов, тренировавшихся у Салазара. Глава Антидопингового агентства США Трэвис Тайгарт выразил удивление тем, что ВАДА пытается вмешиваться в американские дела. В Катовице он заявил, что представители ВАДА могут выступать только в роли наблюдателей при рассмотрении допинговых нарушений в США.

Николай Иванов



Через газету благодарю ясновидящую бабушку Аню

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

Не опускайте руки: ДОРОГУ ОСИЛИТ ИДУЩИЙ!

Т. 8-968-946-78-64

Реклама

Илья Н. GERMAN

Маг-профессионал

Решение вашей проблемы в день обращения за помощью

В 2018 году И.Н. Герман был признан одним из сильнейших магов России по результатам независимых социологических опросов

- Верну мужа в семью в самых запущенных случаях и навсегда устраню связь с любовницей.
- Инволютированный приворот. Раз и навсегда верну любимого человека с помощью авторского приворота особой силы за 1 день.
- Избавлю вас от негативного воздействия родственников и недоброжелателей.
- Сниму тяжелую порчу, сглаз и родовое проклятие. Установлю 100%-ную зеркальную защиту.
- Открою денежный поток и поставлю код на удачу и везение.
- Решу сложные и нестандартные проблемы.

Всю работу, необходимую для положительного решения вашей проблемы, выполняю полностью сам. Работу провожу необрядовыми методами. Результат гарантирую в случае, когда вам не смогли помочь другие специалисты.

Реклама

Тел.: 8 (495) 743-96-04; 649-41-44; 8 (926) 444-18-87 (whatsapp/viber), www.factorlive.ru
Прием без выходных и праздников, м. «Кропоткинская», Пречистенский пер., д. 7

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Драматург с «Утиной охотой». 7. Птица отряда журавлеобразных. 10. Студент, что приезжает на сессии. 11. Глашатай вместо газеты. 12. Китайская декоративная собачка. 13. Зона для пикника по Стругацким. 15. Усач, что таится в омуте. 16. Галдеж на школьной перемене. 17. Грызун семейства полевок. 18. Шпиль здания как он есть. 19. Массаж пяток, вызывающий смех. 22. Строитель небоскребов. 25. «А... как у собаки, а глаз как у орла». 26. Ручной гимнастический снаряд. 29. Итальянский режиссер Серджио. 31. Автор пьесы «Кукольный дом». 33. Рыба, поднимающаяся по водопаду. 35. Странник в произведении «На дне». 36. Написал «Войну с саламандрами». 38. Место битвы Франции и Пруссии в 1806 г. 39. Затежник у отдыхающих. 41. Склад снопов на деревне. 42. Татьяна с хитом «Дальнобойщик». 44. «Подзорная труба» с видом на амбу. 47. Сторож у входа. 49. Драматическая повесть Куприна. 50. Кредитно-залоговое учреждение. 53. Преувеличение устами эстета. 55. Индейцы - «настоящие люди». 56. Детские потешки. 60. Болтовня ходиков. 61. Своя точка зрения. 62. Печеный округлый хлеб. 63. Воровской осведомитель.

Национальность Тутанхамона. 30. «Пивной» район на западе Москвы. 32. Кулак в Средней Азии. 34. Сняла фильм про Штирлица. 37. Ольга, что сыграла в «Крестоносце». 40. Иномарка с кольцами. 42. Виновник душевной травмы. 43. Обращение к Элтону Джону. 45. Может встать в горле. 46. След кетчупа на скатерти. 47. Батюшка у католиков. 48. Торговец всякой всячиной. 50. Кусочек ткани для аппликации. 51. Ученая степень - «недомагистр». 52. Татьяна, «блондинка за углом». 54. ... Кита - солнце-подобная звезда. 57. Альфонс, французский прозаик. 58. Возможность выиграть. 59. Мартин у Джека Лондона.

ПОДАРИТЕ РЕБЕНКУ ПРАЗДНИК!

«ВЕСЕЛЫЙ ЗАТЕЙНИК» - это ежемесячный журнал развивающих игр для детей от 6 до 13 лет, повышающих их IQ. В нем - головоломки, шарды, ребусы, забавы, кроссворды, загадки, литературные викторины, оригами и каригами, уроки школы безопасности, рисования, детское творчество, экологический минимум, сказки, стихи, басни, игры на воздухе и многое другое. Немалое место занимает рубрика «Сделай сам». И все это в красочном оформлении современных художников.

С этого года в «ВЕСЕЛОМ ЗАТЕЙНИКЕ» по просьбе родителей и детей возрожден выпуск журнала в журнале «ЭРУДИТ» - настоящая радостная школа будущих интеллектуалов.

МАМЫ И ПАПЫ, БАБУШКИ И ДЕДУШКИ, ПОДАРИТЕ ДЕТЯМ И ВNUКАМ РАДОСТЬ, ПОДПИСАВШИСЬ НА ЭТОТ ЖУРНАЛ!

Подписной индекс в официальном каталоге ФГУП «Почта России» - «Подписные издания» - П1926

28 ноября - трин Меркурия и Нептуна: усиленная интуиция, романтические идеи будут на руку писателям и людям визуальных искусств. 30 ноября - секстиль Меркурия и Сатурна: успех в научных изысканиях и литературном творчестве. 3 декабря - секстиль Меркурия и Плутона: благоприятным сегодня будет ведение дел по страховкам, завещаниям, налогам.



АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ ОТ ВИКТОРИИ ЗВЕЗДНОЙ

| | | | | | |
|--|--|---|--|---|---|
| <p>19.03 - 20.04 ОВЕН</p> <p>Звезды советуют Овнам сначала доделать свою работу, а уже потом отвлекаться на помощь коллегам. Если вы вовремя не закончите свой проект, босс не будет принимать ваших отговорок. Любые разногласия в четверг будут легко урегулированы в неформальной обстановке. Вторник посвятите встрече с друзьями. Благоприятные дни - 29 и 1. Неблагоприятные дни - 2 и 3.</p> | <p>21.04 - 20.05 ТЕЛЕЦ</p> <p>Если Тельцы долгое время воспринимали свою работу как обременительную обязанность, которая не дает им ни гармонии, ни счастья, не пора ли им подумать о смене рода занятий? В середине недели воздержитесь от семейных конфликтов. В выходные доделайте отложенные домашние дела. Благоприятные дни - 27 и 29. Неблагоприятные дни - 30 и 2.</p> | <p>21.05 - 21.06 БЛИЗНЕЦЫ</p> <p>Сейчас Близнецы медлительны и тяжелы на подъем, звезды советуют им отложить любые действия, требующие больших энергозатрат, на следующую неделю. В четверг будьте внимательны с документацией, избегайте фактических ошибок. В понедельник возможны финансовые потери. Благоприятные дни - 27 и 29. Неблагоприятные дни - 30 и 1.</p> | <p>22.06 - 22.07 РАК</p> <p>В этот период у Раков может возникнуть ощущение нестабильности. При появлении трудностей не паникуйте, а проанализируйте их с точки зрения здравого смысла и, возможно, найдете даже что-то полезное! Четверг хорош для подписания документов. В субботу займитесь собой, сходите в парикмахерскую. Благоприятные дни - 28 и 3. Неблагоприятные дни - 27 и 2.</p> | <p>23.07 - 23.08 ЛЕВ</p> <p>Львам в данный период рекомендуется обращать внимание на мелкие и незначительные детали. В результате вы, вероятно, сможете разоблачить обман одного из ваших знакомых. Пятница идеальна для домашних дел и решения финансовых вопросов. В понедельник торопитесь медленно. Благоприятные дни - 27 и 30. Неблагоприятные дни - 29 и 1.</p> | <p>24.08 - 23.09 ДЕВА</p> <p>Девы решат подчеркнуть свою индивидуальность. Для того чтобы реализовать эту цель, вы можете выбрать креативный наряд или экстравагантную стрижку, главное - постарайтесь не выглядеть странно. Выходные будут идеальны для романтического общения. В понедельник сделайте ставку на выдержку и дипломатичность. Благоприятные дни - 27 и 1. Неблагоприятные дни - 28 и 29.</p> |
| <p>24.09 - 23.10 ВЕСЫ</p> <p>Все начинания Весов будут сопровождаться большими успехами. Трудные и запутанные задачи вы будете решать без особых усилий, так что можете рассчитывать на серьезную награду от руководства. В субботу вы получите долгожданное известие. Правильно распределяйте время во вторник. Благоприятные дни - 30 и 2. Неблагоприятные дни - 28 и 29.</p> | <p>24.10 - 22.11 СКОРПИОН</p> <p>На этой неделе у Скорпионов будет шанс добиться заметных успехов в карьере. Не упустите такую возможность и не думайте ни о чем другом, кроме покорения карьерного олимпа. В среду не переусердствуйте с инициативой, ограничьте число поставленных целей. В пятницу лучше заняться домашними делами. Благоприятные дни - 28 и 29. Неблагоприятные дни - 30 и 1.</p> | <p>23.11 - 21.12 СТРЕЛЕЦ</p> <p>В этот период Стрельцов с большой вероятностью ждут любовные разочарования. Попытайтесь их избежать, помня, что о настоящих чувствах свидетельствуют не слова, а дела. В субботу возможны ссоры и необдуманные поступки. Во вторник будьте пунктуальны и соблюдайте этикет. Благоприятные дни - 28 и 30. Неблагоприятные дни - 27 и 2.</p> | <p>22.12 - 20.01 КОЗЕРОГ</p> <p>Сейчас для Козерогов деловая активность нежелательна. Запланируйте встречу с близкими людьми, поделитесь с ними заботами и переживаниями, почувствуйте единение и внутренний комфорт. В четверг не допускайте бестактности. Во вторник доверьтесь интуиции и действуйте по ситуации. Благоприятные дни - 27 и 28. Неблагоприятные дни - 1 и 2.</p> | <p>21.01 - 19.02 ВОДОЛЕЙ</p> <p>Водолеи ждут серьезные перемены в личной жизни, связанные с новыми знакомствами и разрывом старых связей. В любом случае не забывайте о тех, кто помог вам в трудные времена. В среду оформляйте и подписывайте важные документы. В воскресенье следите за своими вещами. Благоприятные дни - 27 и 2. Неблагоприятные дни - 28 и 29.</p> | <p>20.02 - 20.03 РЫБЫ</p> <p>У Рыб период связан с ослаблением организма и обострением хронических заболеваний, поэтому им звезды рекомендуют умеренную занятость и легкие физические нагрузки. Просьбы о финансовой поддержке будут удовлетворены в субботу. Вторник благоприятствует активной деятельности и освоению новых знаний. Благоприятные дни - 28 и 29. Неблагоприятные дни - 27 и 3.</p> |

ДВОЙНОЙ УДАР ПО БОЛЕЗНЯМ

Как быстро привести свой организм в порядок

Вы хотите улучшить здоровье, не меняя при этом привычного образа жизни, без посещения поликлиник и стационаров? Но так, чтобы результаты вас только радовали? Оказывается, это возможно! Представьте, есть такая «кнопка»: нажал на нее и - ты здоров! Вы думаете, чудеса? Конечно, чудеса. Но такая «кнопка» действительно есть, и не одна. Их много! Вы удивитесь, но они доступны каждому. Бери и пользуйся! Вопрос: как же их найти?

НЕВИДИМЫЕ «КНОПКИ» ЗДОРОВЬЯ

Да, их не видно, но они есть. Если на них правильно воздействовать, вы получите потрясающий эффект, будто на вас работает целая клиника высококлассных специалистов! Только вообразите: у вас появляется море энергии, происходят долгожданные улучшения здоровья. Болезни отступают. Голова перестает болеть, суставы не ноют, самочувствие улучшается. Уже многие в восторге от магнитных стелек: ходят по ним и с каждым шагом улучшают и продлевают свою жизнь! Вы скажете: «Не может быть!» А ведь если хорошо вспомнить, в жизни вы постоянно пользуетесь «кнопками» выздоровления. Например, появляется боль - вы интуитивно трете это место и - боль проходит! Было же ведь у вас такое? «И не один раз!» - ответите вы. Здорово! Значит, волшебные точки и вправду существуют!

Так как же избавиться от боли, которая изматывает годами? Мы ее почему-то терпим и начинаем думать, что иначе и быть не может. А ведь можно жить по-другому! Читайте статью до конца, и вы узнаете, как легко решить проблемы со здоровьем самыми современными методами.

ТОЧКИ ЗДОРОВЬЯ У ВАС НА СЛУЖБЕ

Необязательно штудировать научную литературу в поисках точек здоровья. Российские медики, ученые и производители все уже сделали за вас. Они объединились и создали эффективные и удобные в использовании изделия - медицинские стельки СМБФ для обуви. Почему именно стельки? Идея подсказана самой природой. Ведь именно на наших стопах расположено большинство биологически активных точек - на каждой по несколько десятков! А что, если на них грамотно воздействовать? То состояние здоровья улучшается! Однако встает вопрос: как их лучше активизировать и заставить работать на себя?

Разработчики решили применить два хорошо изученных фактора. Вместе они усиливают положительное влияние на организм человека. Это акупунктура и магнитотерапия. Оба метода проверены временем, безопасны, помогают сократить потребление таблеток, стать активнее и моложе. Это просто потрясающе! Вообразите, можно заметно поправить здоровье, не нарушая привычного образа жизни ни днем ни ночью. Это здорово!

УДОБСТВО И ЭФФЕКТИВНОСТЬ

Так в чем же преимущество стелек? Их действие по эффективности



сравнимо со стационарными процедурами, но при этом не надо ездить в поликлинику, тратить время и деньги. Достаточно поместить стельки в удобную обувь и продолжать заниматься своими делами. Даже батарейки не надо менять. И шаг за шагом вы начнете понимать - здоровье и настроение в ваших руках!

Вот список показаний к применению стелек СМБФ:

- усталость ног;
- боли в области стоп;
- гипертония, боли в сердце;
- нарушение кровообращения;
- ослабленный иммунитет;
- заболевания органов дыхания, одышка;
- невроты и бессонница;
- регулярные головные боли;
- профилактика реакций на геомагнитные изменения.

Стельки СМБФ позволяют вернуть радость ощущения силы и здоровья. Это же восхитительно!

АКУПУНКТУРА ИЛИ МАССАЖ

Как вам, вероятно, уже известно, стопа является проекцией наших органов. На ней находятся 61 активная точка и 72 тысячи нервных окончаний! Поэтому, зная, где и как оказать воздействие, вы получаете необходимый результат. Все точки можно объединить в четыре массажные зоны. Первая из них - у основания пальцев, она корректирует работу зрения и слуха. Вторая располагается вдоль плющевой подушки, эта зона помогает восстанавливать деятельность щитовидной железы, сердца и легких. Третья находится в середине стопы и позволяет улучшить состояние почек, печени и поджелудочной железы. А вот пятка отвечает за половые органы и хороший сон. Получается, что, массируя стопы, вы приводите весь свой организм в порядок!

К чему еще приводит воздействие на биологически активные точки? Оно усиливает кровоток и активизирует нервные окончания в зоне влияния. В результате в организме вырабатываются эндорфины - вещества, способные облегчить боль. Представьте, боль проходит. Это невероятно! Идет стимуляция нервных волокон, расположенных в коже и мышцах. Импульсы боли, которые идут по ним, достигают мозга раньше, чем сигналы от пораженных органов. За счет этого запускается механизм восстановления тканей. Оздоровление происходит естественным путем, за счет активации

внутренних сил организма. Это просто великолепно!

ВЕРНЫЕ ПОМОЩНИКИ

При ходьбе босиком происходит массаж стопы, тренируется и укрепляется весь организм. Как же быть? Ведь мы привыкли к обуви и по-другому себе не представляем. Стельки СМБФ как раз помогают достичь эффекта ходьбы босиком. На их поверхности имеются специальные эластичные шипы округлой формы. Они осуществляют массаж биологически активных точек стопы и помогают организму заработать в полную силу. Холодные конечности становятся теплыми. Поступление дополнительного воздуха обеспечивает профилактику грибка на ногах. Специальные мягкие выступы позволяют переместить центр тяжести вперед. Снимается нагрузка с позвоночника и суставов. Становится легче ходить, и большие расстояния вам теперь нестрашны.

ВОЗМОЖНОСТИ МАГНИТОТЕРАПИИ

Влияние акупунктуры усиливает магнитотерапия. В стельках СМБФ используются специальные медицинские магниты. Их дает сама природа, и они на 100% натуральны!

Так в чем же их сила? Постоянное магнитное поле, исходящее от магнитов, встроенных в стельки, стимулирует иммунные силы организма, оказывает естественную поддержку всем жизненно важным системам и органам. Что же в результате происходит? Улучшается работа и состав всех клеток. Увеличивается проницаемость клеточных оболочек. Нормализуется концентрация ферментов и гормонов. А все это очень важно для полноценной работы всего организма!

Вообразите, когда вы пользуетесь стельками СМБФ, идет восстановление кровообращения - как сосудистого, так и капиллярного. А ведь его нарушение - это причина большинства болезней. В результате улучшается кровоток в голове - выравнивается давление и проходят головные боли. Конечности теряют скованность и становятся теплыми. Нормализуется уровень холестерина в крови. Приходит в норму вязкость крови и лимфы. Представьте, устраняется вероятность образования тромбов в организме, что означает снижение риска внезапной смерти!

Как результат - кровеносная система начинает лучше снабжать клетки питательными веществами и кислородом. Ваш организм обновляется. Это ли не замечательно?!

При этом улучшается выведение вредных веществ. Происходит это за счет возникновения противовоспалительного, обезболивающего и противоотечного эффектов. Ваш организм получает второе дыхание! Вы о таком мечтали?! Теперь это возможно!

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ С КАЖДЫМ ДНЕМ ВСЕ ЛУЧШЕ

Под воздействием стелек СМБФ начинает восстанавливаться кислотно-щелочной баланс в организме. Значит, желудочно-кишечный тракт работает без сбоев! Лимфатическая система улучшает свою работу. Идет положительное воздействие на иммунитет. Исчезают чужеродные и больные клетки. Вы забываете про простуды!

Стельки СМБФ благоприятно воздействуют на гипоталамус мозга, который регулирует работу эндокринных желез. Ведь именно от них зависит качество работы всего организма. Наградой вам будет улучшение обмена веществ. Это потрясает!

К тому же восстанавливается работа печени и почек. Уменьшаются побочные эффекты от приема лекарств. Результат - множество болезней отступает. С каждым днем вы становитесь здоровее, и все это действие стелек СМБФ!

ВАМ КАЖЕТСЯ ИЛИ ЭТО ВРЕМЯ ПОВЕРНУЛОСЬ ВСПЯТЬ?

Стельки СМБФ уже многим принесли пользу: вернули утраченное здоровье, подарили годы активной жизни! Ведь прежде чем попасть на прилавки страны, они прошли медико-технические и клинические испытания. Стельки СМБФ рекомендованы Минздравом России к широкому применению, сертифицированы и доступны практически всем. Представьте, при сроке службы более пяти лет они обойдутся вам всего в 50 копеек в день! Вы знаете другое такое эффективное средство за такие смешные деньги?

А вы готовы избавиться от болей и усталости? У вас есть желание привести свой организм в порядок? Вы хотите продлить свою жизнь?

Тогда приобретайте медицинские стельки СМБФ. Они всегда будут рядом! Всегда будут к вашим услугам! Болезни начнут отступать. Состояние здоровья заметно улучшится. Вы сможете жить полноценной жизнью, наполненной энергией и движением. Вы станете открытыми для новых и важных дел.

Будьте здоровыми и счастливыми! Пользуйтесь стельками СМБФ! Успехов вам и здоровья! Дарите здоровье себе и своим близким!

РЕКОМЕНДУЕМ!



Натуральное средство «Одуванчик П» - бережная забота о ваших суставах!

Витаминный комплекс «Остеомед Форте» - комплексное средство для продления молодости и красоты всего организма.

БАД НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Уточните у нашего оператора, как получить «Одуванчик П» и «Остеомед Форте» в подарок!

«ДЕЖУРНЫЙ ПО ЗДОРОВЬЮ»

А на втором месте по количеству активных точек - наши запястья, на каждом из которых расположено шесть точек. Ведь недаром именно здесь мы измеряем пульс. Браслет АМБФ помогает избавиться от заболеваний лучезапястного сустава, болей в сердце и головных болей. Изделие оказывает целебное воздействие на кровь и сосуды. При этом вы начинаете ощущать прилив сил и бодрости. Улучшается настроение и самочувствие, продлевается жизнь.

Браслет удобен и легок, не требует подзарядки и батареек. Его магнитное поле оказывает воздействие на самые дальние уголки организма. Все это дает возможность получать великолепные результаты при минимуме усилий!

ЗАКАЗЫВАЙТЕ СТЕЛКИ СМБФ

8 (800) 777-83-09

(Если линия занята, пожалуйста, перезвоните.)

433507, г. Димитровград, а/я 19, заказ М-71. (В письме укажите ваш номер телефона.)

Цена при покупке одной пары СМБФ ~~1715 руб.~~ 870 руб. Вы сэкономите 845 руб.

Цена при покупке двух и более пар СМБФ ~~1715 руб.~~ 770 руб. Вы сэкономите 945 руб.

Успейте приобрести подарки к Новому году, пока выгодно!

При заказе стелек СМБФ браслет АМБФ будет доступен вам по специальной цене - всего 670 руб.!



ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ В ВАШЕМ ГОРОДЕ

| ЕКАТЕРИНБУРГ | 3 ДЕКАБРЯ |
|--|-------------|
| ДК Горького, ул. Первомайская, д. 24 | 18.00-19.00 |
| ЕКАТЕРИНБУРГ | 4 ДЕКАБРЯ |
| ДК Горького, ул. Первомайская, д. 24 | 09.00-10.00 |
| ДК Лаврова, пр. Космонавтов, д. 23 | 11.00-12.00 |
| ДК Химмаш, ул. Грибоедова, д. 13 | 13.00-14.00 |
| ЧЕЛЯБИНСК | 5 ДЕКАБРЯ |
| ДК ЧТЗ, пр. Ленина, д. 8 | 10.00-11.00 |
| Аптека «Фармаимпекс», пр. Свердловский, д. 84б | 12.00-13.00 |
| МАГНИТОГОРСК | 6 ДЕКАБРЯ |
| ДК Орджоникидзе, ул. Набережная, д. 1 | 09.00-10.00 |
| Аптека «Экона», ул. Труда, д. 25 | 11.00-12.00 |
| КИРОВ | 11 ДЕКАБРЯ |
| Аптека «Фармаимпекс», Октябрьский пр., д. 84 | 09.00-10.00 |
| ДК «Родина», ул. Гайдара, д. 3 | 11.00-12.00 |
| ЧЕБОКСАРЫ | 12 ДЕКАБРЯ |
| ДК Агрятного завода, ул. Мира, д. 1 | 10.00-11.00 |
| ДК тракторостроителей, Эгерский б-р, 36 | 12.00-13.00 |
| КАЗАНЬ | 12 ДЕКАБРЯ |
| ДК химиков, пр. Ямашева, д. 1 | 17.00-18.00 |
| КАЗАНЬ | 13 ДЕКАБРЯ |
| ДК химиков, пр. Ямашева, д. 1 | 10.00-11.00 |
| Аптека «Фармаимпекс», ул. Татарстан, д. 11 | 12.00-13.00 |

ООО «Паритет», ОГРН 1197325011069. 433507, г. Димитровград, пр. Димитрова, д. 2а. Рег. удостоверение ФСР 2010/06689. *Акция действует с 26.11 по 31.12.2019 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Доставка Почтой России или курьером до двери. Оплата при получении. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ