

SOS! СКОРОЙ ТРЕБУЕТСЯ СРОЧНАЯ ПОМОЩЬ



**Невеста,
удивившая мир**

СОЦСЕТИ

TV
программа
15 - 21
апреля

Мир
www.mirnov.ru

НОВОСТЕЙ

10 апреля 2024 г. №15(1581)

ТРАГЕДИЯ!

СТАВРОПОЛЬ-2017

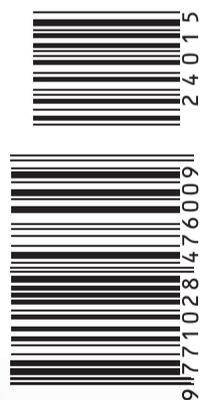
ТУЛУН-2019

ОРСК-2024

Кто утонет следующим?



РИА НОВОСТИ



LEGION-MEDIA



**Подорожают ли
яйца к Пасхе?**

РИА НОВОСТИ/В. АНЬКОВ

**Сдаем
квартиру
мигранту:
как не сесть
в тюрьму**

**Спортивные
игры
в космосе**

**Шимпанзе
готовится
к выставке
своих картин**



НЕ ЗАБУДЬ ПОДПИСАТЬСЯ НА ЛЮБИМУЮ ГАЗЕТУ ■ стр. 23

О плюсах и минусах распределения

На фоне кадрового кризиса в экономике РФ во власти стали активно обсуждаться варианты трудоустройства молодежи. И наиболее активно дискутируемый - нужно ли вернуться к системе распределения после окончания вузов, что существовала в СССР. Мнения экспертов разделились.

«В нашей стране почти 40 миллионов молодых людей, из них 750 тысяч ежегодно выпускаются из вузов и еще больше миллиона выходят из колледжей. Для них поиск работы - главная задача», - заявил председатель Комитета нижней палаты по молодежной политике Артем Метелев, подчеркнув, что столь же остро стоят вопросы жилья, социальной поддержки, дополнительного обучения. И когда компании или регионы вводят такую поддержку, это привлекает молодежь, пояснил А. Метелев.

Обсуждаются разные подходы к трудоустройству после окончания вуза. «Если государство расходует средства налогоплательщиков на обучение, то должны быть и справедливые механизмы регулируемой занятости в подобных сферах, исключая произвольный отказ выпускника от работы по профилю», - считает председатель Комитета Госдумы по науке и высшему образованию Сергей Кабышев.

Альтернативная точка зрения - в стране, мол, рыночные отношения, всех работодателей не заставишь брать к себе молодых сотрудников, да и система распределения противоречит Конституции. Ее статья 37 «закрепляет право человека на свободный труд и запрещает труд принудительный». Поэтому пусть выпускники сами определяют с профессией.

Судьбоносной теме и посвящен принятый Госдумой в первом чтении законопроект. Согласно документу, трудящихся молодых людей (до 35 лет включительно) поделит на две категории. Первая из них - «молодые работники». «Это те ребята, которые впервые трудоустраиваются на работу не по специальности и могут в первые три года претендовать на меры поддержки от своих работодателей и регионов», - считает Артем Метелев. То есть им предстоит трудиться в течение трех лет по месту первого трудоустройства.

Еще одна категория - «молодые специалисты». Это понятие в законодательстве уже есть, но его скорректируют. Сюда отнесут ту молодежь, которая устраивается на работу после учебы именно по специальности. Причем не будет учитываться, работал ли молодой человек ранее или нет. Дело в том, что по нынешним законам молодые люди, получившие трудовой опыт, лишаются поддержки государства. Так что законопроект устраняет эту несправедливость.

Однако дискуссия ни в обществе, ни в парламенте на этом не закончена. Посмотрим, куда она свернет далее.

Павел Максимов

39

ЦИФРА НОМЕРА

регионов России затронули весеннее половодье и вызванные им подтопления. Наиболее тревожная ситуация в Оренбургской области. Также подтопления домов, участков и дорог фиксируются в Алтайском крае, Башкирии, Самарской, Саратовской и Ульяновской областях. В зоне возможного подтопления находятся более 18 тысяч человек.

Вперед - в СССР!



в аптеках. Что любопытно, сами врачи об отсутствии этих лекарств даже не знают.

«Мы сейчас все любим обращаться к нашей советской истории, когда у нас было 800 препаратов, у нас были аптечные склады, у нас был провизор-информатор, который получал информацию о появляющихся препаратах, обрабатывал ее и доносил информацию до врачей. Когда начал формироваться рынок, у нас начали появляться медицинские компании, у которых отделы медицинских представителей и масштабная, достаточно затратная, дорогая история продвижения этих препаратов»,

- рассказывает участник рабочей группы по здравоохранению Экспертного совета при Правительстве РФ Мария Литвинова.

Сегодня эксперты приходят к выводу, что все же в СССР информирование было независимое, хотя и государственное. Но когда рынок сформировался, он стал зависим конкретно от той компании, которая занимается продвижением. Она и цены может накручивать, и выбирает, какие препараты закупать для нее нерентабельно.

И вдруг пациенты оказываются без лекарств. И так, назад в СССР? Точнее - вперед?!

Алексей Воробьев

Жизнь займы при наличии денег

Известный экономист, депутат Госдумы Оксана Дмитриева заинтересовалась вопросом: почему правительство наращивает государственные долги, занимая деньги не только при дефиците госбюджета, но и когда доходов явно больше, чем решено потратить?

По словам Дмитриевой, с 2001 по 2023 год власти РФ направили в зачетку - Фонд национального благосостояния (ФНБ) - свыше 10 трлн рублей. А вот госдолг за это время вырос на 21 трлн рублей! То есть долги выросли вдвое быстрее, чем накопления, потому как добавлялись и проценты за обслуживание заимствованных.

По мнению ряда экспертов, в этой схеме ФНБ выступил в роли «мультипликатора наоборот», не пополняя экономику ресурсами, а забирая из нее триллионы. Судя по всему, Минфин намерен продолжать эту практику. Знатки рассказывают, что в 2024-2026 годах ожидается рост объема государственного долга РФ. По итогам 2024-го госдолг составит 32,5 трлн рублей (18,1% ВВП). А к 2027-му он превысит 40 трлн рублей (19,8% ВВП). Одновременно с наращиванием госдолга Минфин собираются пополнять Фонд национального благосостояния в 2025-2026 годах на сумму более 1,8 трлн рублей ежегодно.

«В чем сакральный смысл планировать займы

при профицитном бюджете и платить проценты? Притом что расходы на обслуживание долга уже превышают расходы бюджета на образование и объем трансфертов на выравнивание регионов», - поинтересовалась депутат Дмитриева у главы Минфина Антона Силуанова. Однако на столь острые вопросы господин министр, как правило, не отвечает.

А действительно, какой смысл правительству копить долги? Какой смысл занимать ежегодно у коммерческих банков по 4 трлн дорогих рублей - под более 10% годовых? Продолжая пополнять ФНБ нефтяными сверхдоходами, то есть растить долговые обязательства при наличии денег «на другом счете».

Да вот в этих самых процентах и смысл. «Вся пирамида госдолга нужна для перекачки ресурсов в банковский сектор и реализации теневых, по сути, бюджетных схем», - утверждает О. Дмитриева. Некоторые эксперты удивлялись, каким образом российские банки умудрились получить в 2023 году 3,3 трлн рублей чистой прибыли и улучшить финансовый результат относительно года 2022-го более чем в 16 раз? Так правительство и помогло! Схема с пополнением ФНБ и накачкой деньгами банков далее продолжается переводом этих средств в другие финансовые активы, и далее ищи-свищи их. А потом клятвы с трибуны: «Денег у страны не хватает!»

Лаврентий Павлов

ОРСК-2024: КТО УТОНЕТ СЛЕДУЮЩИМ?

Каждый год весеннее половодье оказывается неприятным сюрпризом для региональных властей, спасателей и местных жителей. Каждый год государство выделяет миллиарды рублей на подготовку к половодью. Каждый год разбираются причины паводков. Но когда же наконец будут сделаны выводы и страна научится справляться с разрушительными паводками?

Паводок - дело обычное

Мало кого удивил разлив реки Урал и прорыв дамбы в Орске из-за мощных паводков вследствие таяния снега. Как и во многих паводковых местах России, в Оренбургской области уровень воды в реке стал резко подниматься. Это тоже дело обычное, весеннее. Более того, к паводкам местные и региональные власти даже готовятся, и, например, в какой-нибудь Саратовской области создают даже специальную паводковую комиссию. Вопрос всегда в том, насколько ответственные службы и чиновники эффективно работают и своевременно предотвращают угрозы. В Орске, судя по всему, все делалось спустя рукава.

В насыпанной в 2014 году дамбе пошли серьезные протечки из-за большого напора воды, хлипкое строение не выдержало, произошел прорыв. А ведь если послушать местных начальников, то почти миллиард рублей на дамбу был 10 лет назад потрачен не зря - ждали, что строение способно выдержать «запредельные нагрузки». Тут опять возникает интересный вопрос: а почему сразу не проверили дамбу на эти самые «запредельные нагрузки»? Почему ждали, пока смочет целый район, а в перспективе может вообще смыть весь город? Итог халатности, как всегда, плачевен - погибшие люди, тысячи эвакуированных, лишившихся домов и имущества, колоссальный материальный и моральный ущерб. Эксперты говорят, что вода из затопленного города уйдет не раньше, чем через пару недель... Сколько за это время всего погибнет, сгниет и будет уничтожено без возврата из движимого и недвижимого имущества?

Что покажет расследование

Нет сомнений, что будет быстро расследовано уголовное дело о халатности и нарушении правил строительной безопасности. Ведь виновных



(или стрелочников) надо предъявить возмущенным и отчаявшимся людям, иначе они не утихомятятся.

А пока суд да дело, доктор технических наук, гидролог Михаил Болгов комментирует происходящее: «Надо установить и понять, действительно ли в дамбе был строительный брак или недостаточно в свое время оказались выполнены проектные расчеты. Например, по пропускной трубе. Может быть, произошел перелив или фильтрационный вынос грунта, или еще что-то...»

Кстати, юристы сразу стали говорить, что в любом случае отвечать на первых порах будут сотрудники местной администрации. Именно они, помимо специальных

нег не хватило или ума? На авось понадеялись, как это у нас часто принято?

А ведь решение о строительстве этого сооружения, расположенного вдоль рек Урал, Орь и в районе озера Коровье, принимали в свое время после нескольких техногенных аварий и наводнений, в том числе в районе поселка Елшанка. Ныне затопленный микрорайон Старый город был застроен в основном одно-, двух- и трехэтажными домами 1930-х годов и современными коттеджами. Можно было представить, что с ними станет, если вода поднимется выше дамбы, что уже бывало?..

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

Из мест подтопления поступают сводки об отважных россиянах, которые не бросают друг друга в тяжелой ситуации. Российский хирург Вячеслав Кочкин помог более 40 пациентам спастись из затопленной больницы Орска. Врач находился на дежурстве, когда в больницу начала прибывать вода. Часть пациентов успели передать родным, но тяжелых больных пришлось спасти своими силами.

Вячеслав вызвал машины скорой помощи и организовал перевозку больных из реанимации. Благодаря ему удалось эвакуировать даже пациентов на ИВЛ. За два часа медперсоналу удалось вывезти 45 человек. Обошлось без потерь.

технических служб (которые тоже, конечно, ответят!), несут обязанность поддерживать в безопасном состоянии местную дамбу протяженностью несколько километров.

Кстати, интересно, что незадолго до прорыва мэр Орска Василий Козупица, говорят, успокоительно писал в телеграм-канале: мол, паводок этого года - первая и серьезная проверка дамбы на прочность... Опасений у людей, что их может затопить, нет. Оптимисты вместе с градоначальником вспоминали времена, когда Орск переживал половодье в отсутствие дамбы. Тогда паводком топило дома на улице Набережной. Сейчас, дескать, такой угрозы нет. Ага! А если уровень реки Урал составил 9,27 м, притом что опасным уровнем считается отметка в 7 м? Почему дамбу не сделали с запасом по высоте метров на 10? Де-

А ведь «звоночки» были...

Заказчик строительства дамбы ГУП «Облжилкомхоз» и подрядчик ООО «Спецстрой-3», судя по всему, сильно не напрягались, когда строили объект. И хотя объект заказывало государство (ГУП), вряд ли заказчики проводили необходимые экспертизы на прочность и местности, и самой дамбы, ее проекта. А это самое ООО исполнило все с минимальными затратами. Ему надо было, как всегда, быстрее освоить (присвоить?) приличное финансирование. В таких случаях, как показывает практика, увы, чаще думают, как набить себе карман, чем о будущей безопасности местных жителей. Много ли было расхищено? Тщательное расследование, скорее всего, это установит. Тут



срок, а кто и за какие миллиарды будет восстанавливать затопленный город, платить людям компенсации? Опять государство? Надо четко сказать, что мягкость наказания в таких случаях приводит к тому, что такие важные гидротехнические сооружения строят тупляк. А в итоге - беда, повторяющаяся в стране из года в год.

Ситуацию с дамбой немного прояснил доктор технических наук Владимир Тетельмин. Он предположил, что дамба была сделана из некачественных грунтовых материалов - гравия, песка, суглинка. Такие материалы крайне чувствительны к размыву водой. Сыграло свою роль и наплевательское отношение к ее ремонту и обслуживанию.

«Если бы это была бетонная плотина, она бы, конечно, стояла, - считает ученый. - А в случае с такой вот плотинкой «из песка и палок» даже если маленький ручеек перельется через гребень, он спокойно может потихоньку все размывать и образовать огромный проран, через который и хлынет большой поток воды. В этом случае проран образовался не в гребне, а в основании дамбы. Ведь дамба - это напорное сооружение. По действующим перепадам напора в этих грунтах образуются фильтрационные потоки, которые могут вначале выносить мелкие частицы и, усиливаясь, выносить все более крупные. Так образуется сквозной ход, через который может хлынуть большая вода и разнести все сооружение. Дамбы должны тщательно и регулярно проверяться: есть ли выходы на низовой грани плотины, есть ли на ней мочажины. Специалисты должны вовремя подсыпать грунт, если произошла его просадка. Образование фильтрационных потоков, то есть щелей в плотине, тоже можно было предотвратить».

Практически все эксперты в области гидротехнических сооружений единогласно говорят сегодня: первое и главное, что требуется проектировщику при создании дамбы, - это определить такую отметку ее гребня, чтобы вода ни при каком случае не переливала через гребень. Было это сделано в данном случае? Нет, конечно же...

А старожилы рассказывают о похожей ситуации, которая была здесь 60 лет назад, в 1957 году. Но тогда дамбы не существовало, и вода просто затопила всю местность. С тех пор много такой паводковой воды утекло, а выводов о безопасности Орска в плане затопления никто так толком и не сделал.

Евгений Малякин

одно можно сказать: во времена СССР такую дамбу если бы и строили, то обязательно привлекли бы ученых, солидных экспертов. И строили бы не из песка и палок, а точно уж из бетона. Тогда выгоду понимали: лучше один раз построить добротное сооружение, чтобы потом не платить огромные компенсации пострадавшим, да ущерббы подсчитывать... Сумма всех этих компенсаций значительно превышает затраченные на строительство средства.

Не случайно вскоре после перерезания красной ленточки на орской дамбе Росфиннадзор выявил факт нарушения порядка расходования бюджетных средств. Именно из-за этого, как тогда сообщалось, «не были достигнуты показатели результативности по строительству объекта». Яснее говоря, просто схалтурили.

Компанию подрядчика тогда обязали вернуть 51,2 млн рублей за необоснованное расходование денежных средств. И уже позже службы Ростехнадзора выявляли нарушения при содержании сооружения. Но пока, как говорится, гром не грянул, никто толком и не чесался.

Даже накануне трагедии, еще в марте 2024-го, облпрокуратура направляла в адрес первого заместителя главы Орска предостережение о недопустимости нарушения законодательства о защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Но не помогло ничего, даже внесение спасателями дамбы в Орске в список зон, наиболее подверженных ЧС.

Теперь каких-то чиновников оштрафуют «на карманные деньги» или дадут условный

Германия решила на самоубийство

Германия решает на самоубийство, объявляя легализацию так называемых легких наркотиков.

Германия легализовала каннабис, также известный в различных кругах как марихуана, конопля или просто травка. Тысячи счастливых граждан собрались, чтобы отпраздновать это событие у Бранденбургских ворот, с зажженными папиросами в руках. Дым, который поднимался над площадью, был отнюдь не табачным - улицу заволоч дым конопли. Участники манифестации утверждают, что теперь, вопреки протестам медицинской ассоциации, народ получил долгожданную свободу: с 1 июля и жителям крупнейшего в Европе государства разрешат легально покупать травку и выращивать на подоконниках до трех видов конопли.

Правительство уверяет, что легализация наркотика поможет бороться с черным рынком. Министр финансов считает, что никакого хаоса не случится. Однако понятно, что очень скоро Берлин переполнится обкуреными зомби. Марихуана снижает память и умственные способности, эти симптомы отравления могут проявляться в течение 20 дней - именно столько времени требуется, чтобы наркотик покинул ваш организм. Как и табак, марихуана приводит к раку и сердечно-сосудистым заболеваниям. Курильщики каннабиса чаще заболевают воспалением дыхательных путей.

Врачи, работающие в медицинских центрах оказания помощи молодежи с поврежденными марихуаной мозгами, предупреждают о назревающей катастрофе. Как и в случае с другими наркотическими средствами, у человека возникает привыкание к обычной дозе конопли, ему потребуются более сильные препараты и объемы курения.

Страны, легализовавшие каннабис раньше Германии, столкнулись с разными последствиями. Например, в США число подростков 12-17 лет с расстройствами, связанными с употреблением наркотика, увеличилось на 25% в штатах, где он был легализован.

Простым честным бюргерам остается лишь верить, что немецкая инициатива не приведет к деградации нации и увеличению уровня преступности, которая в последнее время в Германии и так бьет все рекорды.

LEGION-MEDIA



Известно, что американский мультимиллиардер Билл Гейтс финансирует проект по выведению генетически модифицированных комаров для борьбы со смертельно опасными заболеваниями. Но специалисты сомневаются в действенности разработок, потому что пока результаты вызывают обратный эффект.

В рамках проекта Гейтса выводятся только комары-самцы, притом что человека кусают в основном самки. Так, ГМО-самцы должны будут через спаривание передать самкам ген, который не позволит потомству дожить до взрослого периода, когда они начинают пить кровь.

Сообщают, что американский мультимиллиардер Билл Гейтс ранее выпустил 30 миллионов генно-модифицированных комаров в 11 странах. На очереди запуск миллиардов этих насекомых. Фермы генетически модифицированных комаров наращивают производство, чем занимается опекаемая Гейтсом компания Oxitec.

В Колумбии мультимиллиардер создал крупнейшую в мире фабрику по производству насекомых. Однако этот красивый проект подвергают кри-

Билл Гейтс провоцирует новые пандемии



тике, так как научная база этих генетических манипуляций пока недостаточна.

Появились сведения, что выпуск в Бразилии миллионов модифицированных комаров, которые должны были хотя бы сократить распространение лихорадки, по неизвестной причине привел к противоположному результату. В этом году в Бразилии наблюдается большой рост заражений лихорадкой денге. С начала года она настигла 364 тысячи человек, что в четыре раза больше, чем за тот же период в прошлом году. Бразильцы объясняют эту катастрофу манипуляциями Гейтса. Пришлось закупить миллионы доз детской вакцины от японской компании Takeda, которая получила гранты от фонда вездесущего Гейтса. В трех штатах Бразилии объявлено чрезвычайное положение.

Недуг распространяет вид комаров Aedes aegypti, которые переносят еще и Зику, желтую лихорадку, лихорадку чикунгунья. Вирус эндемичен для более 100 стран с тропическим и субтропическим климатом. У каждого четвертого зараженного возникают лихорадка, тошнота, боли в мышцах и суставах, а также боль за глазами. Ежегодно от тяжелых случаев заражения умирают 40 тысяч человек.

В 2023-м, по сообщению гарвардского издания по общественному здравоохранению, в бразильских городах были выпущены тучи лабораторных комаров породы, переносящей денге. Сегодня бразильские чиновники и американская компания пытаются как-то объяснить провал эксперимента. Тем временем в Бразилии строится фабрика, которая в год будет выпускать уже пять

миллиардов комаров. Это делается на грант в 50 миллиардов долларов от Гейтса.

Сегодня в Пуэрто-Рико объявлено чрезвычайное положение из-за нарастающего распространения смертельно опасной лихорадки денге. Такого еще не было в истории маленького острова.

В Пуэрто-Рико люди перешли на одежду, закрывающую все тело, развешивают противомоскитные сетки в жилье, поскольку вакцина от денге рассчитана только на детей 9-16 лет, для взрослых она бесполезна.

В Кении Гейтс обвинили в появлении в стране нового малярийного вектора, смертельного для человека. А после того как «крылатые» Гейтса были выпущены во Флориде и Техасе, в США были зафиксированы первые за многие годы случаи заболевания малярией.

Тем временем и Аргентина, куда тоже были посланы комары Гейтса, отбивается от их полчищ. Они проникли в метро Буэнос-Айреса, над платформами висят рои насекомых. Одну из станций даже пришлось из-за этого закрыть. Как и в Бразилии, здесь произошла вспышка лихорадки денге. И опять зарабатывает Takeda, продавая свою вакцину.

Невеста, удивившая мир



В конце марта в TikTok был опубликован видеоролик, демонстрирующий свадьбу счастливой пары. Видео обошло весь мир. Почему ролик сорвал миллионные просмотры? Дело в том, что невестой была 34-летняя Эбигейл Хенсел, у которой есть сиамская сестра-близнец Бриттани.

ет одну сторону туловища. У них две руки, две ноги, два позвоночника, два сердца и два желудка. При этом у них общие кровотоки, кишечник, мочевой пузырь и репродуктивные органы. Движения их рук скоординированы, они могут даже печатать на компьютере.

Сестры уверяют, что они - совершенно разные личности и отличаются харак-

терами. «Люди проявляли к нам любопытство с самого нашего рождения по вполне понятным причинам», - призналась одна из сестер в фильме. Но их родители постарались сделать все, чтобы девочки росли как вполне обычные дети, и ни в чем их не ограничивали. Мать близняшек - медсестра, отец - плотник, главное, что они оказались разум-

СПРАВКА «МН»

Самой знаменитой сиамской парой в истории были Чанг и Энг Банкеры, родившиеся в 1811 году в Сиаме (ныне Таиланд). Они выступали в бродячем «Цирке Барнума», объявленном «величайшим шоу на Земле». В его программе наибольший интерес у публики вызывало «Шоу уродов», участниками в нем были люди с различными врожденными отклонениями, гвоздем представления стали Банкеры.

Они стали отцами 21 ребенка, и каждый счастливо жил со своей супругой. В 32 года Чанг и Энг женились на сестрах Аделаиде и Саре Энн Эйтс. У Чанга было 10 детей, у Энга - 11, все без пороков развития. Каждый из братьев купил себе по дому, и, собственно, жили они на эти два дома, оставаясь у каждой женщины на неделю.

ными и любящими родителями, которые поняли, как правильно растить дочек, оказавшихся практически в одном теле. Близняшки работают учителями в начальной школе своего родного городка Нью-Брайтон в Миннесоте: Бриттани преподает физику и математику, а Эбби - литературу и историю.

Эбби и Брит обрели популярность, выступив в знаменитом шоу Опри Уинфри. О них был снят документальный фильм, и тогда они обе говорили, что хотят иметь семью и даже завести детей, так как соответствующие органы работают, как положено.

Когда заходит речь о сиамских близнецах, многих интересует вопрос: как проходит их интимная жизнь? О совсем уж пикантных подробностях герои говорить отказываются, но решительно опровергают намеки на аналог групповых отношений. Объясняют, что каждый из близнецов - отдельная личность, и право своей пары на приватность надо уважать, насколько это возможно. Эбби призналась: при ее близком общении с мужем ее сестра надевает повязку для сна на глаза и на полную катушку врубает музыку в наушниках.

Материалы подготовил Николай Иванов

У российских законодателей много хитростей при составлении законов страны. Принятый ими документ внешне может выглядеть вполне благопристойно и из каждой его строчки будет на весь мир звучать забота о народе, вот только при попытке реально эту заботу проявить будет регулярный облом.

В тексте закона либо случайно, а чаще специально, по требованию теневых лоббистов, появится маленькая недоделка, ошибка, погрешность (ненужное зачеркнуть!), которая сразу сведет на нет весь закон, не позволив ему работать.

Депутаты ЛДПР предложили индексировать зарплаты в двойном размере от уровня цен, установленных Росстатом на конец года. Документ, подготовленный в недрах фракции, призван вроде бы исправить эту практику. «В настоящее время Трудовым кодексом РФ определена обязанность работодателя проводить индексацию заработной платы в связи с ростом потребительских цен на товары и услуги. Вместе с тем не определен конкретный порядок определения уровня повышения заработной платы, - говорится в тексте законопроекта. - Реальный уровень роста цен на товары и услуги на практике имеет большее значение, чем данные официальной статистики».

В бумаге также отмечается, что часто цены у нас растут скачками и их официальный рост далеко не всегда

ОБЯЗАН ЛИ РАБОТОДАТЕЛЬ ПРОВОДИТЬ ИНДЕКСАЦИЮ?



соответствует реальному, что делает наш мутный рынок еще более мутным. Ну об этом особо.

Вряд ли миллионы трудящихся в стране знают, что их право на достойную зарплату скоро уже почти двадцать лет как гарантируют российские законы. С 30 июня 2006 года (!) в Трудовом кодексе РФ присутствует статья 134, которая сформулирована весьма жестко: «Обеспечение повышения уровня реального содержания заработной платы включает индексацию заработной платы в связи с ростом потребительских цен на товары и услуги. Государственные органы, органы местного самоуправления, государственные и муниципальные учреждения производят индексацию заработной платы в порядке, установленном трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, другие работодатели - в порядке, установленном коллективным

договором, соглашениями, локальными нормативными актами».

Так-то! Отлить это в граните перед всеми органами власти в РФ! Индексация либо в порядке, установленном трудовым законодательством, а Трудовой кодекс и ст. 134 - вот они, либо, если у вас частная компания, договаривайтесь с работниками и заключайте коллективный договор. Казалось бы, столь просто!

Однако в реальности статья ТК, якобы действующая почти два десятилетия, не работает. И вокруг нее баталии в судах до сих пор не утихают. И прежде всего по вопросам: обязан ли работодатель проводить индексацию и если да, то когда и в каком размере?

Надо констатировать, что работники, измученные грошowymi зарплатами, обращаются в суд с требованием о принуждении провести индексацию или о взыскании с работодателя зарплаты с учетом индексации и т. п. Однако в подавляющем

большинстве случаев в удовлетворении требований суды отказываются. Такие вердикты выносятся регулярно, и работодатели, которые знают об этом, делают вывод, что вовсе и не обязаны проводить какую-либо индексацию.

Но когда внимательно ознакомиться с текстом нормы закона, нетрудно заметить, что формулировка там, так сказать, императивная, то есть категоричная и не подлежащая какому-либо толкованию. В тексте нет оговорок «вправе», «может», «допускается» и т. д., что свидетельствовало бы о свободном усмотрении работодателя в этом вопросе.

По мнению юристов, императивный тон убеждает, что принимать соответствующие повышающие меры работодатель обязан! Эту же позицию об обязательности нормы для любого работодателя независимо от формы собственности подтвердил и Конституционный суд. В Определении КС от 19 ноября 2015 г. прямо подчеркнуто: предусмотренное ст. 134 ТК РФ правовое регулирование не позволяет работодателю, не относящемуся к бюджетной сфере, лишить работников предусмотренной законом гарантии и уклониться от установления индексации.

Правда, в Обзоре судебной практики Верховного суда РФ №4 (2017) указано, что по

смыслу ст. 134 ТК РФ работодатель не обязан проводить именно индексацию, но может выбрать и иной способ повышения уровня реального содержания зарплаты, так как индексация - лишь один из доступных и наиболее очевидных вариантов.

Обязанность повышать реальное содержание зарплаты работников может быть исполнена работодателем и путем ее периодического увеличения безотносительно к порядку индексации, в частности повышением должностных окладов, выплатой премий и т. п. Другими словами, работодатель может выбирать между способами повышения, но вот уклониться от повышения не может. Точнее, не должен. Но...

«Законопроектом предлагается определить зависимость между повышением заработной платы и индексом потребительских цен на все товары и услуги, установленные Росстатом на конец года, индексируя заработную плату не менее чем в двойном размере от указанного значения», - говорится в пояснениях авторов вносимого в Госдуму законопроекта.

«Индексация зарплат зачастую не успевают за реальным изменением цен. В итоге наши граждане сталкиваются с ситуацией, когда заработную плату вроде и проиндексировали, однако положение дел в бюджете семьи не изменилось. Так быть не должно», - объяснил необходимость принятия законопроекта Л. Слуцкий.

Пусть у них получится. Закон слишком залежался без работы.

Григорий Алексеев

КАК НЕ СЕСТЬ ЗА ТО, ЧТО СДАЛ КВАРТИРУ МИГРАНТУ



В России после теракта в «Крокус Сити Холле» начались массовые проверки мест проживания мигрантов. Правоохранительные органы шерстят «резино-вые квартиры», где порой бывают прописаны сразу несколько аулов. Хотелось бы увидеть задержания не только хозяев жилья, но и тех, кто оформлял там регистрацию десятков мигрантов. Однако перед тысячами арендодателей, живущих за счет сдачи квартир, в том числе и гостям из ближнего зарубежья, встал вопрос: как сдать свои «квадраты» мигранту и не сесть за это?

Сам по себе факт проживания подозреваемого в преступлении на съемной квартире - вовсе не причина привлекать владельцев жилища в качестве соучастников. Откуда хозяевам жилья знать все подробности биографии приезжего?

Однако это не касается случаев, когда владельцы жилья сдавали квартиру по устным договоренностям, «по знакомству», «по родственным связям» и никак не оформляли договор аренды жилья. Тогда у правоохранительных органов может возникнуть подозре-

ние, что владельцы квартиры были в курсе темных делишек своего квартиранта. Устную сделку также можно трактовать как попытку скрыть какую-то информацию.

Поэтому, чтобы обезопасить себя от возможных неприятностей, хозяевам жилплощади риелтор **Ольга Попова** советует обязательно заключать договор аренды.

Если квартиру снимает иностранец, собственник жилья обязан уведомить территориальный орган управления по вопросам миграции о прибытии жиль-

ца. Если квартиру сдают гражданину России из другого региона, тот может оформить временную регистрацию с согласия хозяина жилья. Временная регистрация обязательна для тех, кто проживает не по прописке больше 90 дней. Владельцам жилища не стоит волноваться: временная регистрация аннулируется автоматически после истечения срока действия. Также они могут самостоятельно досрочно прекратить временную регистрацию квартиросъемщика в МФЦ по месту жительства или через портал госуслуг.

Как известно, один из террористов, устроивших нападение на людей в «Крокусе», проживал в РФ по поддельному паспорту. Если у владельца жилья возникли сомнения в личности приезжих, можно предложить квартиросъемщику убедиться в подлинности его паспорта в ближайшем отделении банка, обратившись за бесплатной консультацией по любому вопросу. В случае если квартиросъемщик наотрез откажется это делать, у хозяина квартиры закономерно может появиться вопрос: «А может, этому человеку есть что скрывать?»

К сожалению, владельцы квартир в попытке уйти от налогов стараются избегать этих «формальностей» при приеме «гостей». Зря! Ведь времена сейчас такие, что сделки по знакомству могут повлечь наказание не только от налоговой, но и от ФСБ. А то и еще что похуже. Например, в Дагестане, когда брали террористов на съемной квартире, все жилище разнесли. Но поскольку владелец того жилья был связан с бандитами, сейчас его, вероятно, больше заботит уголовное дело, а не ремонт пострадавшей квартиры.

Яна Полянская

Кадровый голод

Сейчас для работы в составе бригады скорой необходимо пройти обязательное обучение в ординатуре по специальности «скорая медицинская помощь» или профессиональную переподготовку. Но учитывая, что мало кто рвется в скорую и готов за счастье работать в ней оплачивать двухгодичное профильное обучение за 300-400 тысяч рублей, в профессиональный стандарт врача скорой помощи хотят внести коррективы - всем, кто окончит факультеты «Лечебное дело» или «Педиатрия», позволят быть «скоромощниками». Необходимость таких изменений Минтруд изложил в пояснительной записке к своему будущему приказу, недавно опубликованному на портале правовых документов. В нем сказано, что число врачей скорой медицинской помощи (СМП) с 2014 по 2022 год снизилось на треть. Если в 2014 году в отрасли насчитывалось почти 14 тысяч работников, то в 2022-м осталось чуть более 9,6 тысячи, и отток кадров продолжается. Даже в относительно благополучной московской скорой сегодня в сутки бригады скорой помощи работает меньше, чем заявляют власти, - 750, что на 400 бригад меньше, чем в прошлом году. В сельских районах нехватка скорых чувствуется еще острее.

За и против

Мнения самих врачей об упрощении требований для «скоромощников» с формулировкой, что шестилетнего образования медикам должно хватить для спасения больных, разделились. Одни уверены, что это безумное решение, надо увеличивать набор в ординатуру на специальность «скорая медицинская помощь», потому что врач скорой - специалист широкого профиля и в его профстандарт вписаны такие непростые навыки, как родовспоможение, интубация трахеи, транспортная иммобилизация конечностей, позвоночника и таза, пункция и катетеризация вен, мочевого пузыря... Этим сложным манипуляциям учат в интернатуре или ординатуре.

Возможно, следует сделать обязательным предварительное прохождение спецкурса по скорой помощи для выпускников со сдачей дополнительного практического экзамена или со стажировкой на рабочем месте, так полагает депутат Госдумы Алексей Куринный.

Между тем большинство представителей медицинского сообщества с пониманием отнеслись к предстоящим изменениям и считают, что профильная специализация не нужна в принципе, а на скорой может работать любой медик, если он этого хочет. **Вопервых**, на скорой не нужно

Скорой требуется срочная помощь

Министерство труда предлагает допустить медиков без профильной специализации к работе на скорой помощи. Так власти намерены решить проблему дефицита кадров. Как это скажется на одном из первичных звеньев системы здравоохранения?



А. НОВОСИЛЦЕВ/АГН «МОСКВА»

вести пациента, а нужно при необходимости экстренно оказать помощь, и для этого есть все инструменты и лекарства. **Во-вторых**, студенты

Число врачей скорой медицинской помощи с 2014 по 2022 год снизилось на треть - с 14 000 работников до 9600. Даже в относительно благополучной московской скорой сегодня в сутки бригады скорой помощи работает меньше, чем заявляют власти, - 750, что на 400 бригад меньше, чем в прошлом году.

лечфака осваивают курсы скорой помощи и реанимации и плюс ежегодно проходят практику в больницах, так что на начальном этапе в состоянии работать фельдшерами в бригадах с врачом - и хуже от этого никому не будет. **В-четвертых**, реальный опыт, как ни крути, все равно нарабатывается только в полевых условиях, ну и, наконец, в регионах даже сейчас на скорой работают врачи без профильной специализации, студенты и выпускники вузов, а среди их наставников обычные терапевты с опытом работы или узкие специалисты. В сельской местности встретить в штате скорой профессионала с дипломом врача СМП и вообще большая редкость. Здесь чаще всего бригады укомплектованы одним фельдшером, и на том спасибо.

Деньги решают все

Причины кадрового голода более глубокие, и главные среди них - низкие зарплаты и колоссальные нагрузки. «По приказу Минздрава №388 в составе бригады скорой должны быть водитель, врач и два фельдшера, но из-за оттока людей по факту зачастую это либо водитель, фельдшер и врач,

либо водитель, фельдшер и медсестра. Либо просто водитель и фельдшер. Даже к психически больным выезжают сокращенные бригады, что опасно для жизни медиков, - говорит председатель независимого профсоюза «Фельдшер.ру» Дмитрий Беляков. Представьте, что вы при-

ехали по вызову, а у пациента клиническая смерть. Реанимация идет в четыре руки, и по стандарту качать надо 40 минут, сменяя друг друга. А как с реанимацией справится бригада, в которой многие отказываются работать в неполных бригадах из-за страха не справиться с тяжелыми случаями». По словам медиков, нагрузки в скорой нереальные: лет десять назад 5-6 вызовов в день были нормой, а сейчас их в день - от 15 до 20.

Кто бы как ни относился к инициативе Минтруда, все сходится в одном: даже новичкам, а уж тем более опытным работникам скорой нужна денежная мотивация. За идею, конечно, можно пахать, но семью она не прокормит. «Прислушался к совету Дмитрия Медведева и ушел из скорой в бизнес - на склад маркетплейса. Тоже бегаю, как по вызовам, но за сотку в месяц», - признается

бывший фельдшер высшей категории из Подмосковья.

В Москве врачи скорой могут зарабатывать и 100 тысяч рублей, а водители скорых - 45 тысяч (смешные для столицы деньги), но в регионах все гораздо хуже. В прошлом году на Кубани 28 водителей скорой помощи Гүлькевичской ЦРБ подали заявления об увольнении - им стало совсем невмоготу жить на зарплату 18-21 тысячу рублей в зависимости от стажа.

Стон работников скорой звучит из каждого уголка страны. «Из-за низких зарплат сотрудники увольняются и уходят на работу с более достойной зарплатой, а тем, кто остался, приходится работать на 1,5-2 ставки», - жалуются сотрудники ОСМП

села Миасского Челябинской области. «Оклад фельдшера - 8,3 тысячи рублей, врача - 10,3 тысячи рублей. Новые специалисты к нам не приходят», - сообщают из ОСМП Донецка Ростовской области. «Из-за нехватки персонала в бригадах работает один фельдшер и водитель. На дежурство по району фельдшеры заступают после суточного дежурства, то есть работают двое суток подряд», - признаются фельдшеры ОСМП п. Чегдомына Хабаровского края. «Наша зарплата после вычета налогов - 19,3 тысячи рублей, и только благодаря федеральной выплате в размере 7 тысяч она увеличивалась до 26 тысяч. Чтобы улучшить материальное положение, нам приходится брать дополнительные смены и буквально жить на работе. Здоровья уже не хватает, дети не видят нас сутками», - заявляют медработники ОСМП Южской ЦРБ в Ивановской области. «Оклад фельдшера - 10,37 тысячи рублей, зарплата за работу на ставку опытного фельдшера не достигает и 30 тысяч рублей, а начинающего - недотягивает до МРОТ», - признаются в ОСМП г. Буйска Костромской области. «У нас фельдшер - старший в бригаде и выполняет работу врача, а должностной оклад с медицинской сестрой одинаковый - 12,2 тысячи рублей. Почему?» - не возьмут в толк в ОСМП г. Топки Кемеровской области.

...Если проект правительственных чиновников будет узаконен, а пока нет никаких предпосылок считать по-другому, с 1 сентября этого года от врачей скорой больше не будет требовать обучения в ординатуре по соответствующей специальности. Но неужели чиновники полагают, что, как только они выпустят документ,

СОВЕТЫ «МН»

Пока служба решает свои проблемы, нам надо помнить, что не стоит дергать скорую по незначительным поводам вроде температуры 37,2 или насморка. Звонить в скорую следует в таких случаях: внезапный и непрекращающийся болевой синдром, кровотечение, термические и химические ожоги больших объемов, нарушено дыхание или сознание, представляющие угрозу для жизни.

Если скорая экстренная помощь не приехала в течение нормативных 20 минут (в отдаленных районах время ожидания может быть увеличено), перезванивайте диспетчеру и напоминайте о себе, указывая на то, что превышен норматив ожидания. Объяснения вроде «вызовов много, а бригад мало» не являются оправданием.

Время прибытия бригады неотложной помощи - до двух часов. Она приезжает к пациентам, которые находятся в стабильном состоянии, их жизни ничего не угрожает, но дойти самостоятельно до поликлиники они не могут.

жизнь заиграет новыми красками, а у дверей отделений скорой помощи выстроятся гигантские очереди? Свежо предание, да верится с трудом. Чтобы скорая перестала ощущать кадровый голод, есть лишь один действенный способ - повысить зарплаты врачам, фельдшерам, медсестрам и водителям. Ей-богу, почему человек, спасающий людям жизни, должен получать меньше депутата, который зачастую спит на заседаниях? Если все оставить по-прежнему, Минтруду придется готовить новый приказ - о замещении фельдшеров и врачей, уволившихся со службы, медсестрами и санитарями.

Елена Хакимова

ОТКРЫТИЕ НА МИЛЛИОН!

ГИПЕРТонию, Остеохондроз, Трофические язвы лечим и дома!

Великая Отечественная война – бездна человеческого горя! Миллионы погибших, раненых и инвалидов! Но подвиг советского народа мы не забудем никогда! А опыт, полученный за время войны, спасает жизни по сей день. Ведь в военные годы люди осознали, насколько важна кровь. Врачи столкнулись с необходимостью массовых переливаний для спасения жизней. Это стало катализатором для научных прорывов в медицине.¹ Ученые задались вопросом влияния крови на здоровье человека. Что же будет, если наладить ее показатели?

Данные исследований произвели фурор в научном мире! Ученые обнаружили, что кровь невероятным образом влияет на здоровье человека! Удивительные показатели показала фотонная импульсная хроматерапия.

Оказалось, что с ее помощью можно не только поддерживать хорошее здоровье, но и дать отпор многим ужасным болезням. Таким, как остеохондроз, артрит, гипертония, трофические язвы и не только.

Фотонная импульсная хроматерапия, можно сказать, стала новым стандартом в медицине! Под действием фотонов человек начинает оздоравливаться изнутри. Здоровая кровь – здоровый организм!

ПРОРЫВ В МЕДИЦИНЕ. БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Загвоздка в том, как сделать небольшое устройство без потери мощности и силы?

А еще, чтобы такое лечение было доступно всем. Независимо от зарплаты или размера пенсии. И это случилось!

Совместными усилиями ведущих научно-исследовательских центров и инженеров выдающегося уровня решение было найдено! Не где-то за границей, а у нас, в России!

Гениальные конструкторы смогли заключить мощные источники фотонов в компактный аппарат «Спектр»!

Надежное и действенное лечение сложных болезней доступно для всех! Это действительно новые перспективы для заботы о здоровье! Нужно разместить устройство на руке и включить. Моментально фотоны начинают оздоравливать кровь и организм. Представляете? Теперь можно помочь здоровью и дома!

НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В БОРЬБЕ СО «СТАРЫМИ» БОЛЕЗНЯМИ

Только посмотрите какими действиями обладает медицинский аппарат «Спектр»:

- противовоспалительный;
- сосудорасширяющий;
- трофический (питание тканей);
- болеутоляющий;
- регенераторный (налаживает регенерацию тканей);
- иммуностимулирующий.

И это далеко не все. Уже разработаны рекомендации лечения с помощью «Спектра» для таких болезней, как:²

- Внутренние болезни — гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, хронические неспецифические заболевания легких, язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, дискинезии желчевыводящих путей, колиты, хронический панкреатит, острый холецистит, спаечная болезнь.
- Заболевания опорно-двигательного аппарата — остеохондроз позвоночника в стадии обострения с корешковым синдромом, воспалительные заболевания костей и суставов обменной этиологии в стадии обострения, артрозы, артриты, заболевания и травматические повреждения мышц и связок.
- Заболевания кожных покровов — зудящие дерматозы, трофические язвы различного происхождения, воспалительные инфильтраты, фурункулы.
- Хирургические болезни — послеоперационные и длительно незаживающие раны, келоидные рубцы, травмы (механические, термические), остеомиелит, трещины заднего прохода, гнойные абсцессы, маститы.



- Заболевания нервной системы — невралгии и невриты периферических нервов, невралгия тройничного нерва, неврит лицевого нерва, сосудисто-мозговая недостаточность.
- Заболевания мочеполовой системы — хронические воспаления, спаечные процессы в малом тазу, бесплодие, хронический неспецифический простатит.
- Заболевания ЛОР-органов — острое и хроническое воспаление придаточных пазух носа, фаринголарингиты, тонзиллиты, отиты, острые и хронические риниты.

Только представьте, все эти болезни можно лечить аппаратом «Спектр»! Без лишних трат средств и времени. Всего лишь 5–15 минут в день для здоровья. И совсем скоро появятся прилив сил, ясная голова, а тело не ноет и не болит!

ВОССТАНОВЛЕНИЕ ОРГАНИЗМА

Как же работает «Спектр»? Принцип лечебного действия аппарата основан на селективном (выборочном) поглощении биологическими тканями оптического излучения различных длин волн. Получается, фотоны, словно ремонтная бригада, могут исправить неполадки в теле.

А организм будто чувствует: ему пришли помочь и не только «впускает», но работает с ней сообща.

Это как во время Великой Отечественной войны, вся наша страна сплотилась для борьбы с врагом.

Так и организм человека, словно внимает опыту предков и общими силами с аппаратом «Спектр» дает отпор болезням. Такая совместная работа действительно поражает! Ведь происходит просто невероятно! Налаживается состояние крови, стимулируется выработка эритроцитов. Обогащенная жидкость проходит через все тело и оздоравливает органы. Каждый суставчик получает питание, а продукты распада и токсины выводятся прочь. И — о, чудо! — организм начинает самостоятельно бороться с болезнями! Гипертония, остеохондроз, трофические язвы и даже невралгии могут быть не страшны! Можно дать им отпор! И это еще не все. Совсем скоро становится заметно, как прибавляются силы, а болезни отступают. И это не удивительно, ведь под действием фотонов налаживается кровообращение и активизируется метаболизм в организме. Эритроциты насыщаются кислородом и распределяются по всему телу, а это неизбежно приводит к восстановлению здоровья. Органы и сосуды словно получили глоток свежего воздуха. Им хорошо, они больше не перегружены и без труда поддерживают здоровье. На коже, больше нет покраснений и шелушений. Да и морщины не так заметны. Вот она — вторая молодость, второе дыхание!

ОЩУЩЕНИЕ МОЛОДОСТИ И ЗДОРОВЬЯ

А представьте, как благотворно «Спектр» влияет на суставы. Укрепляется их структура, а также налаживается синтез (выработка) суставной жидкости. Останавливается развитие остеохондроза, уходит боль. Старая травма наконец-то перестала давать о себе знать.

Колени гнутся без щелчков, хруста и боли. Давление в норме, а значит, голова ясная и нет шума в ушах. Можно спокойно выйти на улицу. И не только посидеть на лавочке, но и прогуляться до магазина. Или просто пройтись, подышать свежим воздухом. Да все, что угодно! Ведь когда человек здоров, то хочется жить и жить!

С помощью очищающего воздействия фотонной импульсной хроматерапии продукты распада и токсины активно выводятся из тела. И стимулируются процессы регенерации тканей. Это способствует действенному заживлению трофических язв и уменьшению риска образования новых. Да и другие кожные болезни отступают! А что можно сказать о тех, кто страдает от гипертонии? Под действием фотонов нормализуется давление. Фотонная импульсная хроматерапия аппарата «Спектр» открывает новые горизонты в лечении и поддержании здоровья. Теперь можно и дома действительно бороться со многими болезнями.

5 ПРИЧИН ВОСПОЛЬЗОВАТЬСЯ «СПЕКТРОМ»:

1. Современная технология здоровья дома.
2. Действенное лечение, надежно и без неприятных последствий.
3. Можно пользоваться всей семьей.
4. Удобен в применении и компактен, можно брать с собой, куда угодно.
5. Доступен каждому.

ВЫБИРАЙТЕ КАЧЕСТВЕННОЕ

Как Вы уже наверняка поняли, сфера применения «Спектра» просто огромная. Гипертония, артриты, трофические язвы и не только. При этом важно, что лечиться можно и дома. А польза большая: оздоровление организма в короткие сроки. Еще важно учитывать, что «Спектр» уже прошел необходимые клинические испытания. И является медицинским изделием!

Сколько можно мучиться и страдать?! Ведь есть возможность пользоваться изобретением наших ученых и инженеров. У всех есть выбор, и человек может изменить свою жизнь! А «Спектр» всегда готов прийти на помощь. И чтобы получить этот удивительный аппарат, достаточно взять в руки телефон и позвонить. Горячая линия работает для Вас. Бесплатный звонок и консультация специалиста обеспечены. Не медлите, звоните!

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ! 0+			
16 апреля	ЧЕЛЯБИНСК	Аптека «Фармаимпекс», ул. Салютная, д. 11	9:00-10:30
	ВОЛГОГРАД	ДК Железнодорожников, ул. Цвиллинга, д. 54	11:00-12:00
17 апреля	НИЖНИЙ ТАГИЛ	ДК «Современник», просп., Ленина, д. 25	9:00-11:00
	КРАСНОДАР	ДК Железнодорожников, Привокзальная пл., д. 1	9:00-11:00
18 апреля	НОВОРОССИЙСК	Морской вокзал, наб. Адмирала Серебрякова, д. 2	14:00-15:00
	ЕКАТЕРИНБУРГ	Аптека «Фармаимпекс», ул. Челюскинцев, д. 25	9:00-10:30
	РОСТОВ-НА-ДОНУ	Аптека «Фармаимпекс», Сиреневый бул., д. 1	11:00-12:00
19 апреля	УФА	Аптека «Экона», ул. Цюрупы, д. 85	9:00-10:30
	САРАТОВ	Аптека «Фармаимпекс», просп., Октября, д. 91	11:00-12:00
20 апреля	МОСКВА	Центр народного творчества, ул. им. Ломоносова, д. 20	9:00-11:00
		Магазин «ДЕАЛМЕД», м. «Беляево» / «Калужская», ул. Профсоюзная, д. 88/20	10:00-13:00

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС ПО НОМЕРУ ТЕЛЕФОНА:

8 (800) 333-89-85

СПЕЦИАЛЬНАЯ ПАРТИЯ ПО НИЗКОЙ ЦЕНЕ!

Внимание! Количество физиотерапевтических аппаратов «Спектр» ограничено!



БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ * И БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА! *

WWW.PRODEX.RU

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка АО «Почтой России» или курьером до двери. Оплата при получении. Результаты могут отличаться. ¹<https://cyberleninka.ru/article/n/perelivanie-krovi-na-frontah-veliko-otechestvennoy-voyny-k-70-letiyu-veliko-robodu/viewer> ²Методические рекомендации к «Спектру», <https://pankov-ochki.ru/spekt/> *Акция действует с 10.04.2024г. по 10.05.2024г. 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. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕДИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ



ОСТОРОЖНО: МОШЕННИКИ!

Мошенники прикидываются работниками Соцфонда

Прочитала объявление о том, что сотрудники Социального фонда начнут обход квартир пожилых граждан, чтобы сверить их официальную регистрацию с реальным местом проживания, и если окажется, что они не совпадают, им урежут выплаты, снизят их или даже привлекут к ответственности, вплоть до уголовной. Моей соседке уже звонили и сказали, чтобы она предоставила встречу комиссии представителей Соцфонда. Что это за рейды такие и к чему нам готовиться?

Инна Васина, г. Химки.



Директор филиала №5 Отделения Фонда пенсионного и социального страхования РФ по Москве и Московской области **Анна Холоденко:** «Мошенники постоянно ищут новые способы обмана людей старшего возраста, и теперь, кроме прочего, распространяют в социальных сетях и мессенджерах недостоверную информацию о грядущей волне проверок пенсионеров со стороны Социального фонда, налоговой службы и отделов социальной защиты, уверяя, что сотрудники этих организаций начали обход квартир пожилых граждан с целью сверки прописки. Все это - абсурдные слухи, которые не соответствуют действительности! Сотрудники СФР и других государственных организаций никогда не ходят по домам с проверками или опросами. Если к вам пришли люди и представились работниками Соцфонда - это мошенники.

Также напомним, что сейчас в разных источниках звучит информация о том, что грядет увеличение размера пенсий, причем без всяких на то законных оснований, и на этой волне недобросовестные юристы навязывают пожилым людям услуги, заплатив за которые пенсионер якобы будет защищен от любых проверок и за него будут решать все вопросы с официальными органами, в том числе по перерасчету пенсии в большую сторону. Социальный фонд настоятельно рекомендует россиянам не доверять сомнительным предложениям, а если есть какие-то вопросы, обращаться в СФР или МФЦ. Для получения личной консультации по вопросу, требующему получения и обработки персональных данных (ФИО, дата рождения, СНИЛС, паспортные данные), можно обратиться в клиентскую службу СФР по месту проживания или пребывания, в электронную приемную фонда или на портал госуслуг. Получить консультацию можно через контакт-центр по социальным вопросам - операторы круглосуточно отвечают о пенсиях, детских пособиях и социальных выплатах по бесплатному федеральному номеру 8-800-100-00-01».

Если наследник за рубежом

? У меня есть квартира, которую я хочу передать по наследству человеку, который живет не в России. Как это сделать?

Марина Х., г. Саратов.

Адвокат Ярослав Гришин: «Согласно п. 1 ст. 1224 Гражданского кодекса РФ, отношения по наследованию регулируются правом той страны, где наследодатель имел последнее место жительства, однако наследование недвижимого имущества определяется по праву той страны, где находится это имущество. Независимо от того, в каком городе РФ располагается квартира, унаследовать ее может любой человек по нормам законодательства РФ. Поскольку в нем не установлено никаких ограничений для принятия наследства лицами, проживающими на территории иностранного государства, наследовать недвижимость можно по всем возможным основаниям - закону, завещанию и наследственному договору (ст. 1111 ГК РФ).

Если наследник находится за границей, он может принять наследство, оформив в консульстве

РФ доверенность для представления его интересов на территории РФ другим лицом. Также доверенность можно оформить у иностранного нотариуса, но, чтобы она действовала на территории РФ, ее необходимо легализовать - сделать апостиль (если страна является участницей конвенции, отменяющей требование легализации иностранных официальных документов, от 05.10.1961) или консульскую легализацию. Если наследник проживает в стране - участнице Минской конвенции 1993 г., он может обратиться к нотариусу по месту вашего жительства.

Третий вариант - приехать в РФ для подачи заявления и также оформить доверенность у нотариуса РФ, чтобы дальнейшее взаимодействие с нотариусом осуществлял представитель наследника, пока сам он будет находиться за пределами России».

Можно ли провозить мед в ручной клади?

? Летел в командировку в Москву без багажа, но взял друзьям в подарок мед. Когда проходил в аэропорту таможенно, сотрудница заявила, что провозить мед в ручной клади запрещено, так как «это жидкость». Но мед был не просто густой, а практически твердый! Заниматься оформлением багажа из-за одной банки не стал, провожающих не было, поэтому мне предложили выбросить в мусорное ведро сладкий гостинец, за который я заплатил 3500 рублей. Теперь хочу потребовать у авиакомпании компенсацию (момент выбрасывания меда снял на видео, чеки за покупку есть). Куда жаловаться?

Ильшат Х., г. Уфа.

Адвокат Алексей Гарин: «Каждая авиакомпания устанавливает свои правила при транспортировке меда, но все их объединяет одно: перевозчики приравнивают его к жидкости, несмотря на то, что мед действительно со временем может приобрести твердую форму. В целях безопасности любая перевозимая жидкость должна быть помещена в тару объемом 100 мл, а пассажир может пронести на борт не более 10 бутылок по 100 мл, упакованных в пакеты. То есть совокупный объем транспортируемой жидкости в ручной клади не должен превышать 1 литр.

Согласно п. 74 Правил проведения предполетного и послеполетного досмотров, утвержденных приказом Минтранса России от 25 июля 2007 года №104, обнаруженные при досмотре пассажиров предметы и вещества, запрещенные к перевозке на борту воз-

душных судов, изымаются с оформлением акта обнаружения и изъятия у пассажира этих предметов или веществ, регистрируются в журнале учета актов обнаружения и изъятия запрещенных к перевозке предметов или веществ и передаются на хранение в специально оборудованный склад аэропорта. Хранение изъятых осуществляется на возмездной или безвозмездной основе на основании условий договора хранения, заключаемого с пассажиром. При этом условия и сроки хранения определяются администрацией аэропортов самостоятельно и в разных аэропортах могут быть разными (к примеру, в Шереметьево безвозмездное хранение составляет до 30 дней). Поскольку требование к пассажиру выбросить вещь без разъяснения ему права на заключение договора хранения и его условий нарушает права пассажира, вы можете обратиться с заявлением в транспортную прокуратуру».



А тебя, Вася, попрошу остаться!

? Может ли учитель в качестве наказания оставить ученика после урока?

Е. Щепкина, г. Балашиха.

Юрист Юлия Решетова: «В СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» перечислены требования к тому, как должен быть организован учебный процесс, и требования остаться после урока или на перемене в них не входят, а значит, будут расцениваться как нарушение прав учеников. Так наказывать ребенка нельзя. При этом он может остаться после уроков добровольно для дополнительных занятий, подготовки к олимпиаде и т. д.»

Не дают кредит из-за долгов

? Не могу взять кредит в банке, так как у меня есть долги по ЖКХ. Если я их погашу, через какое время смогу обратиться за деньгами?

Леонид Д., Ивановская обл.

Юрист Алла Валева: «Все будет зависеть от того, как быстро сведения о погашении долгов попадут в организации, ведущие реестр кредитных историй (так называемое бюро кредитных историй), по базам которых банки проверяют кредитную историю клиентов. В среднем это период от трех месяцев до одного года. Вы можете попробовать ускорить этот процесс: после того как погасите долги по ЖКУ, зайдите на сайт госуслуг, выясните, какое БКИ ведет вашу историю, и подайте туда документы о погашенных долгах».

КОМУ МЕШАЮТ ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИНЫ?

В ближайшее время крупнейшие интернет-магазины (маркетплейсы) страны могут ждать не самые приятные изменения. Вероятно, пунктов выдачи станет меньше, процесс получения посылок усложнится, а цифры на ценниках вырастут. «МН» пытался разобраться, почему это происходит.



Маркетплейсы развивают малый бизнес

Развитие интернет-торговли максимально упростило жизнь покупателей - достаточно найти на сайте нужный товар, заказать его и вскоре получить посылку в ближайшем пункте выдачи или у курьера. Но именно сейчас выдвигаются законодательные инициативы, которые могут изрядно усложнить работу маркетплейсов. На рассмотрение Советом Федерации внесены сразу четыре законопроекта, способных сделать электронные магазины неудобными, а часто и недоступными для простого покупателя.

С одним из предложенных выступил **председатель Комитета СФ по экономической политике Андрей Кутепов**. Его идея заключается в том, чтобы запретить открывать новые пункты выдачи заказов (ПВЗ) в тех регионах, где крупнейшие маркетплейсы (в первую очередь Ozon и Wildberries) занимают четверть рынка. В январе Федеральная антимонопольная служба (ФАС) признала их коллективными монополистами с долей рынка в 80%. Сенатор Кутепов считает, что, поскольку интернет-магазины не ограничены в открытии новых ПВЗ, это дает им конкурентные преимущества в борьбе за покупателя.

Ему возражает **президент Ассоциации компаний интернет-торговли (АКИТ) Артем Соколов**. По его словам, запрет на открытие пунктов выдачи заказов ударит не по маркетплейсам, а по их партнерам, мелкому бизнесу. «Маркетплейс открывает свои распределительные центры, начинает активно развивать малый бизнес в этих локациях. Открываются логистические службы, новые пункты выдачи заказов. Из всех существующих ПВЗ основная часть - партнерские, то есть те, что были открыты местными предпринимателями. Как только мы ставим эти ограничения, то, по сути,

блокируем возможность региональному бизнесу продолжать свое развитие с площадками: торговать товарами и открывать пункты выдачи», - заявил он.

В 2022 году, когда все опасались пустых полок в магазинах и тотального дефицита, правительство разрешило предпринимателям ввозить без пошлин товары на сумму 1 тысячу евро. Тогда эта мера помогла удержаться на плаву мелким предпринимателям, которые занимаются доставкой товаров из-за рубежа и продажей их на интернет-площадках. Удалось сохранить богатый ассортимент и не повышать цены на самые ходовые позиции. Теперь правительство решило, что с подобной вольницей пора заканчивать, и порог беспошлинного ввоза уменьшился. С 1 апреля он опять стал 200 евро, то есть если зарубежные покупки превысят эту сумму, то необходимо будет заплатить пошлину - 15% от стоимости всего товара. Эксперты говорят, что цены в маркетплейсах взлетят примерно на 20%, а многие зарубежные товары, которые еще недавно были вполне доступны, просто исчезнут.

Период турбулентности сказался и на отношениях интернет-площадок и продавцов, которые размещают здесь свои товары. Комиссии, которые маркетплейсы требуют с предпринимателей, взлетели до 27%. Некоторые эксперты считают, что жесткий прессинг со стороны государства связан именно с внутренней политикой крупных интернет-магазинов. Судя по отчетности одного из маркетплейсов, одним из ключевых источников заработка выступают штрафные санкции, применяемые к продавцам. Они выросли почти вдвое, до 14,9 млрд рублей. Нет сомнений, что это и дало основной вклад в прибыль, поскольку не требует от компаний практически никаких расходов.

Кому это выгодно?

«МН» уже писал о том, что чиновники высоко оце-

нили перспективы маркетплейсов: объем интернет-торговли в России в 2023 году вырос на 28% и достиг 6,4 трлн рублей. Теперь власти хотят создать глобальный интернет-магазин, полностью подконтрольный государству. Об этом впервые заговорил **заместитель председателя Комитета Совета Федерации по экономической политике Иван Абрамов**. Новая площадка будет заточена на продажу отечественных и только сертифицированных, прошедших полноценную проверку товаров.

Немалую выгоду рассчитывает получить и «Почта России», которая давно уже находится в сложной экономической ситуации. Решить свои проблемы связисты хотят за счет все тех же маркетплейсов. В прошлом году «Почта России» направила в Минцифры предложение взимать инфраструктурный платеж с электронных торговых площадок, имеющих годовую выручку более 1 млрд рублей. Маркетплейсы выступили против такой инициативы. По мнению АКИТ, предложение финансировать «Почту России» за счет маркетплейсов - «по факту изъятие оборотных средств» у бизнеса.

«Мне непонятно, как власти будут считать эти 25 процентов, после которых начнут ограничивать открытие пунктов выдачи. Как отделять количество кроссовок от литров сока? Это нереально. Поэтому, скорее всего, маркетплейсы получат приглашение к переговорам со стороны чиновников. Если давление властей на онлайн-площадки будет нарастать, то те начнут диверсифицировать свои риски и инвестировать, скажем, в Узбекистан, Киргизию, двигаться на Восток, чтобы поднять онлайн-торговлю там, где ее не кошмарят», - считает **председатель правления конфедерации обществ потребителей Дмитрий Янин**.

Наталья Владимировна

Производство яиц в России падает шестой месяц подряд. Что будет с ними на Пасху?



ПОДОРОЖАЮТ ЛИ ЯЙЦА К ПАСХЕ?

По итогам января-февраля 2024 года в России было выпущено на 1,8% меньше куриных яиц, чем годом ранее. По данным Росптицесоюза, лишь за февраль этого года производство куриных яиц сократилось на 1,5% по сравнению с предыдущим годом и на 7,5% по сравнению с предыдущим месяцем.

Надо признать, что цены несколько упали по сравнению с тем, что творилось с ценниками на яйца перед Новым годом. Но упали незначительно. По данным Росстата, в среднем цены на яйца в торговых сетях с января по декабрь 2023 года выросли в 1,6 раза - до 132,45 рубля за десяток. В феврале этого года десяток яиц стоил в среднем 129,17 рубля.

Правительство обещало улучшить ситуацию с яйцами в стране. Для стабилизации цен правительство ввело беспошлинные квоты на импорт 1,2 млрд яиц в 2024 году.

Минсельхоз также сообщил, что российские птицефабрики запланировали увеличить производство яиц. Кроме того, ведомство обещало перевести производителей яиц и торговые сети на долгосрочные контракты. «Игра в долгую», по идее, всегда должна способствовать снижению цен. Были налажены поставки яиц в Россию из Ирана, Азербайджана и Казахстана. Правда, потом выяснилось, что импортные яйца до прилавков не дошли. Они прямиком отправились на кондитерские фабрики и другие производства (например, майонеза),

где без яиц никак не обойтись. Но за счет того, что для этих целей не пришлось брать отечественные яйца, такого дефицита и ажиотажного спроса на этот продукт, как перед новогодними праздниками, больше не наблюдается.

Однако производство яиц в России все равно продолжает падать. В чем причина?

Эксперты указывают на птичий грипп, бушевавший на птицефабриках в разных регионах России в 2023 году.

Заболевание все еще не отступило. В январе этого года произошла вспышка гриппа, из-за которого под нож идет все птичье поколение на производстве на птицефабрике «Владимировская» в Астраханской области. В прошлом году от вспышек птичьего гриппа пострадали птицефабрики в Ярославской и Вологодской областях. В этом году, хотя они все еще не оправались от нанесенного эпидемией урона, там ожидается увеличение производства яиц. Кроме того, ждут больше яиц от несушек на фабриках Ростовской и Ленинградской областей. Но успеют ли они обеспечить население яйцами к Пасхе?

В торговых сетях пока не повышают цены и надеются на лучшее, хотя и отмечают уменьшение предложения этого ценного белкового продукта от производителей. Поэтому лучше запастись яйцами заранее, чтобы встретить праздник без суеты и волнений.

Ольга Поплавская



НЕЙРОСЕТЬ ТВОРИТ ДЛЯ ПИВОВАРОВ

Познакомиться с совместным творчеством пивоваров и нейросети, где рекламе придумала нейросеть, а вкус создали профессионалы, россияне могли уже в марте: реклама вышла на цифровых экранах в крупнейших городах страны. Так пивоваренная компания разработала первую рекламу безалкогольного пива в России, созданную с помощью искусственного интеллекта - нейросети Kandinsky. Кре-

ативный проект посвятили обновленной рецептуре безалкогольной «Балтики 7». Гармония рецептуры отразилась и в визуальной эстетике ролика, сгенерированного нейросетью. «С самого момента создания сорт был связан с темой инноваций и прогресса, поэтому создание рекламы с помощью нейросети - логичное решение», - поделилась **старший бренд-менеджер Екатерина Протопопова**.

Несмотря на то что в условиях разного рода санкций мы живем с 2014 года, российский зообизнес так и не смог насытить рынок эффективными средствами для профилактической защиты домашних животных от опасных паразитов.

ПРИШЛА ВЕСНА - ЗАЩИЩАЙ ПСА ОТ КЛЕЩА



Растаял снег, активизировались крошечные паукообразные - клещи, а вместе с ними и хозяева собак, которые ночи не спят, ломают голову над тем, как уберечь питомцев от мерзких кровососов. Антироссийские санкции «съели» большинство импортных препаратов, завоевавших отличную репутацию и доверие большинства владельцев собак, а цены на те, которые еще можно купить в интернет-магазинах, совсем не гуманные. Одна таблетка стоит минимум 3 тыс. рублей, а таких на сезон надо три. Недешевое удовольствие! К тому же из-за серых схем ввоза товаров ушедших из России веткомпаний велика вероятность нарваться на подделку или на привычную упаковку с перебитыми сроками годности: деньги за таблетку заплатишь космические, а после укуса клеща четвероногий друг все равно заболеет и даже может погибнуть, если вовремя не начать лечение. Оно тоже встанет в копеечку.

Отечественные ветсредства от эктопаразитов, в число которых входят и иксодовые клещи, стоят на порядок дешевле, однако многие из них у собаководов язык не поворачивается назвать безопасными. Многие хозяева считают их токсичными и опасаются давать песелям.

Но клещ-то не дремлет, и защищаться от него нужно. Спрашивается: как и чем? Если не удалось запастись проверенными импортными таблетками (считается, что именно такая форма защиты максимально эффективна против клещей), хозяевам четвероногих придется прибегать к плану Б - самим разбираться в составе доступных препаратов на свой страх и риск. Нередко такие эксперименты заканчиваются плачевно. В прошлом году таблетки от блох и клещей на основе моксидектина, выпущенные в Подмосковье, привели к массовым отравлениям собак. Десятки псов спасти не удалось. Шуму было много, и препарат был изъят из продажи и снят с производства. Препараты на основе моксидектина хороши и эффективны, но только когда их используют в виде капель, нанесенных на холку собаки, а в виде таблеток они могут вызвать у животного сильную интоксикацию, вплоть до

летального исхода, но наши веткомпании по-прежнему упорно стараются сделать из моксидектина таблетки. Опасные и токсичные, особенно для собак с мутацией гена MDR1 - мастифа, шелти, афганской борзой и многих других пород.

Большинство ветврачей признают, что у нас на рынке сейчас нет препаратов, которыми можно было бы реально работать зарубежные таблетки от паразитов, исчезнувшие из зоомагазинов.

Но почему в России нет своих адекватных таблеток от клещей вроде зарубежных «Симпарики» и «Бравекты»? Почему наши зообизнесмены не спешат импортозамещать лекарства для братьев наших меньших, хотя о том, что проблемы с поставками из-за рубежа будут, уже давно было ясно как день?

По словам кандидата биологических наук, ветеринарного врача-паразитолога **Сергея Коняева**, рынок зоо-

бизнеса, к сожалению, нечестный: «Хотя отдельные отечественные компании периодически рапортуют о создании импортных аналогов таблеток от клещей, это неправда. Иностранные препараты проходят тщательную проверку на эффективность, чего нельзя сказать про российские препараты. У нас она выполняется чисто номинально. В результате мы имеем потенциально опасные препараты для животных, но производители запускают их в продажу, обманывая покупателей о якобы проведенных исследованиях».

Но может, не стоит изобретать велосипед, а воспользоваться уже имеющейся формулой, на основе которой сделаны эффективные импортные препараты? Увы, в производстве любых препаратов исполнить такой финт невозможно. Действующие вещества из группы изоксазолинов, которые входят в состав зарубежных таблеток, защищены патентом. На то, чтобы его получить, были потрачены миллиарды долларов, и наши производители не имеют права за здорово живешь повторить формулу

на халяву, а делиться с нами (да и вообще с кем бы то ни было) патентом зарубежные фармкомпании по понятным причинам не намерены. Выход один - вкладывать деньги в собственные исследования и самим искать панацею от кровососущих паразитов. Чем скорее это сделать, тем больше шансов завоевать рынок. Он в России огромный, ведь клещи - напасть ежегодная и исчезать не собирающаяся, а значит, есть смысл инвестировать в разработки препаратов.

Если к собаке присосался клещ, являющийся переносчиком заболевания, удаление паразита ничего не даст - заражение уже произошло, поэтому важно не допустить того, чтобы клещи впились в четвероногого друга. Нельзя сказать, что в продаже нет вообще никаких лекарств и мы ничем не можем заменить те, что покинули Россию после начала СВО, но все же стоит признать - лечить животных и заниматься профилактикой от эктопаразитов стало значительно дороже и сложнее.

В сложившейся ситуации владельцам животных не стоит надеяться на какой-то один препарат против клещей. Можно применять другие доступные на рынке варианты защиты в комбинации - спреи, растворы, капли на холку, ошейники, шампуни, эфирные масла. Они дают определенную нагрузку на организм животного, но все же не такую, как пироплазмоз. Предварительно проконсультируйтесь с ветврачом. Он даст рекомендации с учетом состояния здоровья, возраста, веса, активности, породы и других индивидуальных особенностей питомца, объяснит, как наносить средства и с какой периодичностью.

Елена Хакимова

«Иностранные препараты проходят тщательную проверку на эффективность, чего нельзя сказать про российские. В результате мы имеем потенциально опасные препараты для животных, но производители запускают их в продажу, обманывая покупателей о якобы проведенных исследованиях».

ОГОРОД НА БАЛКОНЕ

В сезон можно снять с балконных грядок до 12 кг огурцов.



Полина Шанцева из Наро-Фоминска четвертый год подряд выращивает огурцы на своей небольшой лоджии в стандартной девятиэтажке. Огурцы оплели всю лоджию, словно лианы в джунглях. Началось это балконно-огородное увлечение еще в пандемию, когда все поневоле сидели дома. А хотелось на природу, покопаться в земле. Теперь за сезон, похвастала она, снимает с балкона 11, а то и 12 кг огурцов. На салаты ей с мужем хватает. Свежие огурцы она не покупает. А учитывая, сколько они

стоят сейчас, это неплохое подспорье семейному бюджету. К тому же Полина точно знает: ее огурцы экологически чистые, никакой химии в них нет. Дает похрустеть молодым свежим огурчиком. Действительно, вкусно!

Огороды на балконе в последнее время становятся модным трендом. Что только там не выращивают! И помидоры, и зелень, и лук зеленый (его, правда, можно вырастить и на лобном подоконнике).

Как советует опытный балконный огородник Полина Шанцева, для выра-

щивания на лоджии нужно выбирать сорта огурцов, которые не требуют опыления пчелами. Поспрашивайте в садовых магазинах. Есть особые самоопыляемые сорта огурцов.

Защитить семена от болезней и плесени можно, замочив их на пару часов в слабом розовом растворе марганцовки. И можно высаживать в грунт. Через неделю или даже чуть раньше появятся первые ростки.

Для плетущихся огурцов понадобятся рейки. Можно приспособить любые тонкие палочки, которые у вас есть под рукой.

Помидоры для выращивания на балконе или на подоконнике лучше брать детерминантные или супердетерминантные. Они низенькие. За ними легче ухаживать.

Сейчас солнца уже достаточно много. Дополнительное освещение для выращивания овощей на балконе или на подоконнике вряд ли понадобится. Но если вы живете в темном углу и солнечный свет вам загоразживает какая-нибудь высотка, то можно купить фитолампу. Такая лампа пригодится также, если решите выращивать зелень или овощи зимой, когда на дворе постоянно сумрачно.

Хорошо растут в домашних условиях базилик, укроп, лук, чеснок. Главное - не забывать поливать домашний огород вовремя.

Яна Полянская

Удары судьбы Татьяны Конюховой

Популярность этой замечательной советской актрисы в свое время была настолько огромной, что она как-то сыграла саму себя - звезду экрана. А недавно, когда Конюховой не стало, многие даже не сразу вспомнили, кто же это...

В фильме «Москва слезам не верит» **Татьяна Конюхова** появилась буквально на мгновение - в эпизоде, где героиня **Ирины Муравьевой** провожает взглядом советских актеров, проходящих по «красной дорожке» кинофестиваля. И восклицает: «Смотри, смотри! Конюхова! Обожаю!» Татьяна Георгиевна тогда сыграла саму себя эпохи 1950-х. Когда она действительно была в ореоле славы. К моменту съемок у **Меньшова** слава эта осталась в прошлом. А уж в наши дни мало кто помнил легендарную актрису. Хотя до конца 2000-х она еще играла в театре и снималась в кино. Преподавала актерское мастерство в Московском университете культуры. Выступала с сольной концертной программой, в которой читала стихи. Иногда появлялась в телепередачах. А потом... сил не было нигде появляться. Начала болеть. Что именно случилось, никому не говорила. Но болела очень тяжело и долго. Тем не менее уверяла, что планирует прожить до ста лет. Она немного не дотянула до этого срока - умерла в 92 года. Прожив интересную, яркую жизнь, в

которой, конечно, были не только подарки судьбы, но и удары.

Первое испытание актрисе пришлось выдержать еще в детстве. Она была старшей из трех детей в семье **Георгия** и **Анастасии Конюховых**. И вот когда отец ушел на войну, самый младший ребенок - **Игорек** - внезапно умер. И мама от горя погрузилась в депрессию. Она только лежала, глядя в одну точку. И

папа пришел с фронта и увез семью из родного им Ташкента в Прибалтику. Там Татьяна окончила школу и отправилась в Москву, где поступила во **ВГИК**.

Еще во время учебы ей предложили роль **Ганны** в знаменитой картине **Роу** «Майская ночь, или Утопленница». Дебют оказался настолько успешным, что начинающая актриса могла уже

выбирать - вот в этом фильме буду сниматься, а в этом нет. Иногда ошибалась. Так, **Конюхова** сама рассказывала, что отказалась от главных ролей в «Карнавальная ночь» и в «Летят журавли». Потому что режиссер **Григорий Рошаль** должен был снять ее в «Хождении по мукам» в роли **Даши**. **Конюхова** ждала начала съемок, но... Дашу в итоге сыграла другая актриса. Татьяна тяжело переживала это разочарование. У жизнерадостной девушки даже развилась депрессия, как когда-то у ее мамы. Но ей хватило сил встряхнуться и двигаться дальше. Тем более что от

5 фильмов с Конюховой

- «Разные судьбы», 1956 г.
- «Карьера Димы Горина», 1961 г.
- «Женитьба Бальзаминова», 1964 г.
- «Москва слезам не верит», 1979 г.
- «На золотом крыльце сидели», 1986 г.

Татьяне, которая сама еще была ребенком, пришлось заботиться о доме, о сестре. Да и о маме тоже: Таня по вечерам садилась около нее и читала стихи вслух. В такие минуты мама как будто бы оживала... Может, эти вечерние чтения - с выражением, с надрывом - и заронили росток мечты об актерской карьере.

Мама постепенно вернулась в свое нормальное состояние, война закончилась,



Но тот был женат, разводиться не собирался. Когда Татьяна узнала, что жена **Быкова** ждет ребенка, она прервала с ним связь. И сошлась с **Венгеровским**: искала в этом браке утешение. Но через четыре года встретила свою истинную любовь - **Владимира Кузнецова**, спортсмена, атлета, четырехкратного чемпиона СССР по метанию копья. Они прожили вместе 27 лет. Вырастили сына **Сергея**. А потом любимый супруг актрисы неожиданно слег. Онкология... «Судьба была к нему так беспощадна, отпустив всего 54 года! - сокрушалась **Конюхова**. - Он буквально сгорел. К сожалению, страшную болезнь обнаружили слишком поздно».

предложений по-прежнему не было отбоя. Татьяна Георгиевна особенно полюбилась зрителям по фильмам «На золотом крыльце сидели», «Разные судьбы», «Карьера Димы Горина», «Женитьба Бальзаминова». Всего она сыграла более чем в ста картинах!

Насыщенной была и ее личная жизнь. Первый брак продлился всего 10 дней. Ее избранник **Валерий Керн** (он потом займет высокую должность на «Мосфильме») за короткий срок успел довести Татьяну до белого каления своей ревностью. Актриса поняла, что нормальной жизни с ним не будет. И объявила о расставании.

Во второй раз она вышла замуж за звукорежиссера **Бориса Венгеровского**. Признавалась, что вышла не по любви. У нее случился роман с **Леонидом Быковым**.

Похоронив мужа, Татьяна Георгиевна не стала замыкаться в своем горе. Бралась за любую работу. Хотя давно уже была не так востребована, как раньше. И узнавать ее перестали: она спокойно ездила в метро. Но не расстраивалась, что слава давно упорхнула: «Я и так все получила от жизни, о чем только можно мечтать». На житейские разочарования, удары не сетовала: «Все, что со мной происходило, ценно, даже те события, которых на первый взгляд хотелось бы избежать. Все эти радости, печали, победы, поражения, успехи, ошибки составляют мою биографию, мою историю».

История **Татьяны Конюховой** завершилась 2 апреля. Светлая память...

Лидия Мезина

Пушной и Папунаишвили тоже хотят быть «удивительными»



На канале «Россия 1» идет уже седьмой сезон шоу, которое призвано удивлять и так и называется - «Удивительные люди». Чем же оказались поражены звездные эксперты? Нам удалось побывать на съемках программы...

Главный скептик программы - **Александр Пушной**.

- Точнее, я стараюсь быть скептиком, - признается нам **Александр**. - Почему стараюсь? Потому что действительно встречаются удивительные вещи. Удивительные порой даже не по содержанию, а по масштабу, по скорости. То есть удивляет не то, что человек умеет складывать или умножать в уме огромные числа, а то, с какой скоростью он это делает и сколько ему лет при этом. Это может быть даже восьмилетний ребенок!.. Еще в новом сезоне меня удивила участница, которая с помощью разговора с людьми определила того человека, у кото-

рого в кармане было кольцо. Украшение дали случайному человеку из десяти. Это на самом деле технология, здесь нет никакой магии. Фишка в том, что девушка, просто разговаривая с человеком, умеет определить, где он врет. Я бы с удовольствием в себе развил этот замечательный навык. Он может быть очень полезен, особенно когда у тебя трое детей! (Смеется.)

Еще один эксперт программы - **Евгений Папунаишвили** - всегда эмоционально реагирует на выступления участников и с удовольствием сам пробует чему-то научиться.

- Каждый сезон я задаю себе вопрос: «Ты уже столько

всего видел, столько эмоций было! Как тебя еще можно удивить?!» Но каждый раз, каждый эфир происходит что-то невероятное, - говорит известный танцор. - А этот сезон вообще какой-то zapредельный! Настолько сильный состав, что трудно выбрать кого-то одного из тех, кто запомнился. И это я совершенно искренне говорю. Я прямо в шоке! Хочется ли самому что-то попробовать? Ну да, конечно. Мне понравилось испытание с пазлом, когда девушка его очень быстро собирала. Это то, что доступно, то, что можно попробовать самому - купить и собрать. Мне казалось всегда, что это очень сложно и на это время нужно. Но я уже решил попробовать и дома нашел для этого место! (Смеется.) Буду утром за чашечкой кофе пазл складывать... Ну а кто победит в шоу? Я даже боюсь загадывать. Номера будут еще круче, еще сильнее! И если сейчас, в отборочных турах, я так нервничаю и не знаю, кому отдать предпочтение, то в финале даже боюсь представить, что будет...

Ирина Иванова

Людей, готовых продемонстрировать свои феноменальные способности, оказалось очень много. Из тысячи желающих принять участие в шоу были отобраны около семидесяти самых одаренных. Причем не только из России - к нам пожаловали уникалы из Китая, Индии, Италии, Монголии, Болгарии, Юж-

ной Кореи, ЮАР.. Кого здесь только нет: параатлет - рекордсмен Книги рекордов Гиннеса по альпинизму; профайлер - эксперт, распознающий любую ложь; орнитолог, способный различить голоса сотни птиц, и многие-многие другие удивительные люди.

И все-таки без критического взгляда не обойтись.

«Предан отца!» - пишут сейчас комментаторы в интернете про Филиппа, который до недавних пор был по паспорту Газмановым, но неожиданно сменил фамилию на мамину девичью и стал Муравьевым.

На первый взгляд, поступок выглядит странно. Филипп - неродной ребенок певца. Это сын его супруги Марины от первого брака. Но Олег Михайлович официально усыновил его еще в раннем детстве и дал свою фамилию. Парень этой фамилией всегда гордился. И вдруг такой демарш!

Объяснение, впрочем, лежит на поверхности. Филипп - бизнесмен. Он является одним из совладельцев компании, которая занимается грузоперевозками. И масштаб этого бизнеса солидный: согласно официальным отчетам, выручка компании превышает 1 млрд рублей. Но запросто могла снизиться как раз из-за фамилии Филиппа. Ведь его отчим **Олег Газманов** находится в санкционных списках Запада с 2022 года за безоговорочную поддержку СВО и участие в патриотических мероприятиях. Сам певец по этому поводу не переживает. Наоборот, подчеркивает, что это честь для него. Однако новый, 13-й пакет рестрикций США и ЕС продемонстрировал, что теперь под санкциями могут оказаться не только те, кто негоден Западу, но и их ближайшие родственники. Вероятно, поэтому Филипп поспешил сменить фамилию. Иначе мог пострадать его бизнес, ориентированный в числе прочего на сотрудничество с иностранными партнерами.

Сеть моментально забурлила осуждающими высказываниями: «Забугорный бизнес дороже, чем отчим, который воспитывал его с самого рождения», «Хочет и рыбку съесть, и в лодке по-



Сын Газманова сменил фамилию из-за санкций?

Новость о том, что пасынок артиста Филипп Газманов отказался от громкой фамилии отца и стал Муравьевым, вызвала неоднозначную реакцию. Многие Филиппа осуждают... Кроме самого Газманова-старшего!

кататься», «Продадут и променяют что угодно, лишь бы под санкции не попасть»... Поскольку Филипп на выпады никак не реагирует, журналисты обратились за разъяснениями к его сводному брату - родному сыну певца **Родиону Газманову**. А тот возмутился:

- Когда вы спрашиваете о том, что кто-то сделал, не у того, кто это сделал, это не интересно. То есть это может быть интересно только обывателю, но при этом абсолютно грязно и пошло.

Но народу ведь хочется знать: как на маневр пасынка отреагировал Газманов-старший? Телеведущая **Алла Довлатова**, которая общается со звездным семейством, уверена, что у Газмановых все спокойно:

- Я знаю, что Олег его (Филиппа) любит как родного сына, он его вырастил. И я думаю, что это было совместное решение. У них очень доверительные отношения. И вряд ли этот парень сделал бы что-то без согласования с Олегом. Полагаю, что там

все нормально. Скорее всего, они на семейном совете так решили. Ну а что делать? Сейчас есть такие истории, когда жены с мужьями разводятся, чтобы не попасть под санкции. И это не значит, что они разводятся по настоящему. Это все делается для того, чтобы обойти эти западные ограничения. Ну а что тут такого? Если у человека бизнес, который может от всего этого разрушиться, то надо же что-то предпринять. В конце концов Филипп сейчас поменял фамилию на Муравьев, а потом, когда все наладится, поменяет обратно. И снова станет Газмановым. А что делать, если они сволочи, эти западники? Пока они все разом мхом не покроются, нашим людям придется искать какие-то лазейки, изобретать своего рода антисанкции. На то мы и русские люди, что всегда из любой ситуации найдем выход. Где наша не пропадала! Нас голыми руками не возьмешь!

Людия Мезина

Буланова ищет суррогатную маму

Артистка скоро отметит год со дня своей третьей свадьбы с бизнесменом Валерием Рудневым. А совместного малыша, о котором супруги мечтали задолго до официального брака, все нет.



Татьяна Буланова старше мужа на 19 лет. И еще в самом начале отношений признавалась, что родить ему ребенка сама не сможет. Возраст не позволяет. Но она согласна рассмотреть вариант с суррогатной мамой. Когда в июне прошлого года после четырех лет гражданского брака она вышла замуж за своего избранника официально, многие подумали, что это не просто так. Что влюбленные наконец решились на участие в программе суррогатного материнства. Недавно певицу прямо об этом спросили. И она призналась, что сейчас все зависит не от нее, а от мужа:

- Сурмаму можно найти. Когда Валера финансово это сможет скомпоновать, реализовать, когда все сделано и будет готов, пожалуйста, я не против.

- Она уже так долго об этом говорит и... ничего не происходит! - заметила писательница и психолог **Юлия Шилова**. - Буланова вообще о своем браке много говорит: то у них с мужем все хорошо, то возникают проблемы, то опять все хорошо. Постоянно акцентируется внимание на этом браке. Я к Тане очень хорошо отношусь. Но мне кажется, что во всем этом больше пиара, чем чего-то реального. Семейные кризисы, чьи-то капризы и размолвки, а уж тем более планы по поводу ребенка - это все очень лич-

ное. Это то, что стараются не выносить на всеобщее обсуждение. А тут, наоборот, постоянно обсуждаются потаенные вещи... Зачем? Я про Буланову ничего плохого не могу сказать, она замечательная. И у нее чудесные песни. Но среди них нет новых хитов, вот в чем дело. И тогда главным хитом становятся рассказы о суррогатном материнстве. Я думаю, что если люди в этом заинтересованы, если действительно этого хотят, то делают все тихо, тайно. А главное - все же делают! Но тут мы наблюдаем пока только разговоры о намерениях. Несколько лет подряд. А нужно ли вообще во что бы то ни стало «рожать» ребенка, если тебе 55 и уже есть другие дети? Я примеряю ситуацию на себя. И понимаю, что мне это было бы вообще не нужно. Когда старшие дети выросли и ты наконец-то получила возможность пожить в свое удовольствие, то решиться на еще одного малыша трудно. Если только ради того, чтобы крепче сплотить семью, привязать к себе мужа... Такие примеры есть! Некоторые взрослые женщины при помощи маленького ребенка вполне успешно привязывали к себе молодых мужей. Но они не говорили о ребенке три года, а добивались того, чтоб он действительно появился.

М.Н.

КСТАТИ

А Долина видит одни плюсы!



Около 20 тысяч санкций введено в отношении России разными странами. Ограничительных мер против нас принято больше, чем против любого другого государства в мире. Однако, по мнению Ларисы Долиной, все это делает нас только сильнее.

- Благодаря всем этим санкциям мы можем позволить себе наслаждаться российскими вещами, продуктами! - говорит народная ар-

тистка. - Мы наконец-то поняли, что у нас самих есть чем гордиться.

Лариса Долина подчеркивает, что уже много лет принципиально одевается только у российских модельеров. Причем это касается не только повседневных, но и концертных нарядов.

- Мне не нужны заграничные тряпки! - уверяет певица. - Столько интересных талантливых модельеров у нас за это время появилось, которые занимаются высокой модой! А я, как любая уважающая себя женщина, очень люблю наряжаться.

Ф.Г.

Ротару теряет крымские «квадраты»

Уже в этом году София Ротару может лишиться своей элитной крымской недвижимости. Ее поместье в Ялте собираются национализировать.



прикрепленного к Крымской филармонии. Тогда-то София Ротару там впервые и оказалась. А когда стала выступать сольно и разбогатела, то открыла в этих знакомых стенах бутик-отель с самыми высокими ценами на полуострове.

Управляли «Виллой София», как называли элитную гостиницу, сын певицы Руслан Евдокименко и его жена Светлана. Кстати, земельный участок до сих пор зарегистрирован на Евдокименко. На него же была оформлена и другая

крымская недвижимость Ротару, например, квартира в 170 кв. метров, выделенная певице в первом элитном доме Ялты на улице Гоголя.

Однако после вхождения Крыма в состав России в 2014 году бизнес начал проседать. Стоимость номеров уменьшилась вдвое, и все равно гостиница пустовала. Народная артистка Украины заявила, что в Крым больше ни ногой. В итоге несколько лет назад квартиру певицы продали за 24 миллиона рублей, а отель закрыли.

Весной 2023 года «Ветераны России» обратились в Генпрокуратуру. «Это связано с возможной финансовой поддержкой Ротару ВСУ. Мы требуем отобрать ее недвижимость в Москве и Ялте, продать ее, а вырученные средства направить на нужды ВС РФ», - говорилось в послании.

В итоге в конце прошлого года антитеррористическая комиссия Крыма начала изучать вопрос возможности национализации всей крымской собственности Ротару. Председатель Госсовета Крыма Владимир Константинов заявил тогда: «От того, что она владела у нас недвижимостью, крымчанкой она не стала». А сенатор от Крыма Сергей Цеков сообщил о планах сделать в отеле Ротару ЗАГС.

Ожидается, что уже в этом году дом Хуторянки будет национализирован подобно квартире Владимира Зеленского. Его недвижимость в Ялте продали за 44 миллиона рублей. За поместье Ротару можно выручить в несколько раз больше.

Федор Григорьев

Почти полвека назад Софии Ротару поставили диагноз: «туберкулез легких». Потом проявилась тяжелая астма, из-за которой начались проблемы с голосом. И врачи посоветовали певице переехать в Крым: мол, целебный морской воздух спасет легкие.

Первый секретарь Крымского обкома КПСС выделил исполнительнице квартиру в пятиэтажке на окраине Ялты - в трехстах метрах от санатория, где ее лечили. Разбогатев, Ротару построила трехэтажный дом в районе Большой Ялты, рядом с Никитским

ботаническим садом. Помимо особняка в 400 «квадратов», здесь есть и гараж, и бассейн, и беседка, и сад. Но София Михайловна в Крыму не только поправляла здоровье, но и зарабатывала. Например, для создания «музыкального кружка» купила построенный еще в 1897 году памятник архитектуры «Купальни Роффе». Принимать морские ванны сюда в свое время приходили Чехов, Шаяпин, Бунин и другие знаменитые отдыхающие. В 1975 году здание отладили под репетиционную базу ансамбля «Червона рута»,



В отеле Ротару может разместиться ЗАГС



У художника семеро взрослых детей

Никас Сафронов мечтает о ребенке

Знаменитый художник признается, что практически не принимал участия в воспитании своих многочисленных отпрысков: они выросли без него. А сейчас он готов полностью посвятить себя отцовству...

Никас Сафронов давно уже многолетний отец. У него несколько детей от разных женщин:

- Пока семь, насколько я знаю. Плюс-минус. Я же никогда их не проверял, не трясу: мой - не мой. Эти дети рождались, кроме Стефано, не в браках и не по моему желанию. Занимался собой, своей жизнью, я не нянчился с детьми. И это меня, конечно, огорчает.

Официально художник был женат дважды - на Драгане из Югославии и итальянке Франческе, которая и родила ему упомянутого Стефано. В дальнейшем Никас строил отношения без брачных уз. И от таких отношений тоже рождались дети.

Сейчас все они уже взрослые. И художник сожалеет, что пропустил все самое интересное в жизни собственных наследников. Поэтому задумался о том, что было бы чудесно, если бы сейчас у него снова появился малыш. Ведь положила руку на сердце: а почему нет? У 84-летнего Эммануила Виторгана - две маленькие дочки, у 78-летнего Евгения Петросяна четыре года назад родился сын, а в октябре 2023-го - дочка. И у Сафронова вполне может быть потомство. Он уверяет, что по-прежнему чувствует себя как юноша. И от женщин у него отбоя нет. Один из его сыновей - Лука Загравкин, проживающий в Москве вместе с отцом, даже

посетовал: «А вот с женщинами мы до сих пор постоянно боремся. Они приходят, мы их выпроваживаем, чтобы сильно не засиживались». Смеем предположить, что если женщин не выпроваживать, то мечта Никаса о позднем ребенке, которого он вырастит сам, осознанно, может и сбыться. Однако есть кое-что, что художника останавливает:

- Надо же при жизни видеть, кто из ребенка получится, какой пошел дорогой, ты обязан иметь запас времени на его воспитание.

Неужели он сомневается, что проживет еще достаточно долго?

Да, народному художнику России 8 апреля исполнилось

68 лет, с чем мы его от всей души поздравляем! И хотим отметить, что он в превосходной форме. Поэтому какие его годы! У него все впереди!

Хотя, может, про необходимый запас времени он говорил в связи с тем, что ему, как и в молодости, не хватает часов даже для полноценного сна. Он по-прежнему погружен в творчество. А когда не стоит за мольбертом, то находится в движении - участвует во всевозможных мероприятиях, занимается просветительской и благотворитель-

ной деятельностью, ездит по России и по миру.. Например, недавно выезжал в Швейцарию, где готовял его персональную выставку. Еще одна экспозиция живописи Сафронова недавно открылась в Ростове-на-Дону, откуда картины потом поедут в Бахрейн, прямым ходом во дворец короля Хамада Второго. Так что времени действительно на все не хватает. Возможно, поэтому главным ребенком Никаса по-прежнему остается искусство.

Лидия Мезина

Не пропустите!

ОТКР. ВЕИИЯ ЗВЕЗД

Мир новостей

ЛЮДИ и судьбы

№5 2024

Портреты ИЛЬИ РЕПИНА

ОПАСНО для жизни!

ОЛЕГ ЯНКОВСКИЙ

Последний Народный артист

Илья Мечников

ТРИ САМОУБИЙСТВА ВЕЛИКОГО УЧЕНОГО

ЧТО ОСТАЛОСЬ ЗА КАДРОМ?

Человеческая судьба знаменитых киносовак

Проделки «морского дьявола» на съемках «Человека-амфибии»

Нелетские страсти вокруг «БИРАТИНО»

Учредитель: АНО «Российская газета». Мир новостей. Рег. ПМ №5077-79/03 от 27.11.20 в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор). Рязань.

У Ларисы Рубальской - важная дата: ровно 40 лет назад была исполнена первая песня на ее стихи. Для Ларисы Алексеевны это не просто приятное событие, а такое, которое перевернуло всю ее жизнь. Профессиональная переводчица японского стала поэтом-песенником, знаменитым на всю страну!

Тогда, 40 лет назад, муж Ларисы Рубальской показал ее стихи своему знакомому - известному композитору Владимиру Мигуле. Тот написал музыку - так все и началось... С тех пор ее строчками о себе рассказали Пугачева, Аллегрова, Киркоров, Малинин, Алсу и многие другие известные исполнители. Сколько хитов она сочинила - «Свет в твоём окне», «Доченька», «Транзитный пассажир», «Странная женщина», «Напрасные слова»... Вот что об этом рассказывает сама Рубальская.

«Песни все вытеснили»

- Лариса Алексеевна, помните первую свою песню, которая была исполнена, и кто с ней выступал?

- Конечно, помню. Это была песня «Воспоминание», очень важная для меня. Она в моей биографии - самая главная отметина. Первое исполнение было в 1984 году. Именно поэтому я сейчас и отмечаю 40-летие творческой деятельности. Ее исполнила Валентина Толкунова, а музыку написал Владимир Мигуля. В то время ничто не предвещало такого моего жизненного пути, что я стану писать песни, что я даже буду иметь возможность выступать со сцены. Эта песня сделала мою судьбу. Я считаю, что это легкая рука Владимира Мигули прикоснулась к клавишам, а чудесный голос Валентины Толкуновой дал этой песне жизнь. И, конечно, благодаря этой песне все началось... В ней есть строки: «Не в сезон - в начале марта я приду на пляж забытый...» И эта песня действительно родилась в марте...

- Если бы вдруг не наступил этот момент и песня не была бы исполнена, то кем бы вы себя видели?



Лариса РУБАЛЬСКАЯ:

«Я везучая: все само как-то происходит!»



«Луна и тишина мне не нужны»

- Я так бы и работала переводчиком японского языка. Я очень любила эту работу. В этом качестве каждый день проводила пресс-конференции и не думала, что что-то переменится. Была уверена, что так до старости и буду этим заниматься. У меня это хорошо получалось, я охотно шла каждый день на работу. Но песни все вытеснили...

- Вы же еще, кажется, в школе успели поработать?..

- Да, две недели... Я окончила пединститут, получила специальность «учитель русского языка и литературы»... А почему всего две недели... Меня выгнали быстро. Ну комиссия из РОНО не увидела во мне советского учителя. Мы тогда сказку «Морозко» проходили, и дети мои, мною наученные, стали говорить, что собачка в этой сказке - самый положительный герой. Потому что отец - трус, мачеха - злодейка, а собачка лучше всех. И комиссия возмутилась: объяснять детям в советской школе, что положительный герой - собачка? Вы не должны работать с детьми!.. Потом случайно я увидела объявление в газете - был набор на курсы японского языка. И начала работать переводчицей японского языка. А потом... Потом я стала писать стихи...

«Луна и тишина мне не нужны»

- Сколько всего вы написали песен, не считали?

- Порядка семисот, наверное. У моих песен такой разброс: и шансон, и цыганские, и детские, и лирические, и смешные... И я этим горжусь! Но очень хороших, конечно, меньше...

- А очень хорошие - это какие?

- Это когда хочется послушать - и потом еще раз послушать, потом подпевать, потом дать послушать подружке, по-



С Александром Кальяновым

том - соседке... Хорошая песня тревожит, вызывает улыбку. И самое главное - ее хочется дослушать до конца. «Странная женщина», «Транзитный пассажир», «Доченька», «Напрасные слова» - это мои вечные хиты. И если начинать перечислять, то, конечно, есть что спеть... (Улыбается.)

- Сколько примерно песен в месяц пишете? Есть какая-то определенная цифра, которой надо соответствовать?

- Нет, этого нет. Все зависит от того, что у меня происходит внутри, в душе. Если я вдруг услышу импульс какой-то, который пробивает сознание, то пишу. Мне не нужно, чтобы для этого был заказ или что-то еще, я просто не могу не написать. Но если есть заказ и предложены какие-то временные рамки, то я обязательно его выполню. Я много лет работала переводчицей японского, и у меня эта дисциплинированность очень сильно развита.

Поэтому если мне скажут, что надо завтра написать гимн к восьми утра, то он будет написан. Я просто вызову у себя это состояние, при котором могу писать. А вот так какого-то графика написания у меня нет. Я ничем не связана, и это прекрасно. И моя жизнь в основном - концертная деятельность, гастроли. Вообще я везучая: все само как-то происходит! В какое время суток лучше писать стихи - тоже не имеет значения. Главное - что я должна быть сыта, выспавшаяся. И желательно ходить по двору - это помогает мне для работы мозга. Я не такой поэт, которому нужны луна и тишина. (Смеется.)

- А было когда-нибудь так, что вам не нравилась ваша песня в чьем-то исполнении?

- Нет, такого никогда не было. У меня в первую очередь возникает чувство благодарности, что человек прикоснулся к этому и стал это петь. Я всегда хочу сказать артисту: «Спасибо, что ты озвучил мои нехитрые мысли!»

«У певцов другая жизнь»

- Вы сказали про гастроли. А есть гастрольный график на ближайшее время?

- Да. Я еду во Владимир, Белгород, Петрозаводск, Псков. Отказываюсь иногда от каких-то поездок и выступлений, потому что физически тяжело. Но обычно в месяц - по четыре или пять концертов. В свое время я много выступала за рубежом: и в Канаде, и в США, и в

Израиле. Но я не очень люблю там выступать - мне больше нравится здесь. Мои переживания - здешнего происхождения, и мне страны бывшего СССР ближе. Мне больше нравится в Бресте с залом разговаривать, чем в каком-то канадском клубе. У них другая жизнь, другие страсти, другие отсчеты. Сейчас вот в Баку приглашают - думаю, соглашаться или нет. Сомневаюсь только потому, что просто боюсь летать. Но очень люблю плов, который

там делают. Я была там, когда проводили «Евровидение». Меня Полад Бюль-Бюль оглы пригласил. Ко мне приставили человека, чтобы он показывал мне все красоты Баку. А я все думала: как бы пойти на рынок и купить местные огурцы. Я очень заземленный человек... Из Казахстана приглашают тоже. И из Беларуси, где я была не раз, - это вообще мой край!..

- Многим женщинам нравятся ваши песни. Вы общаетесь со своими поклонниками?

- Во-первых, мои уши очень сильно реагируют на то, что мне говорят и что обо мне говорят. Когда заканчивается концерт, ко мне вереница поклонников подходит. Они что-то шепчут на ухо о своих радостях и горестях, держат за руку, потому что есть такая молва, что кто подержится, тот выйдет замуж. И многие, кстати, вышли! Я не думаю, что это из-за моей руки, но это как-то сработало! (Смеется.) И еще я веду социальные сети, комментарии тоже важны для меня - они очень часто становятся темами для каких-то моих придумок и стихов...

- Ну а с певцами, которые поют ваши песни, вы дружите?

- Да не сказала бы, все-таки посторонние люди...

- Такие проникновенные строчки пишете для этих людей, такое впечатление, что хорошо их знаете.

- Нет. Должна сказать, притом что я такая покорная, голову особо не поднимаю, но я к себе отношусь очень хорошо. Я считаю, что не должна под них подстраиваться, я могу и диктовать тоже. Если умный ты, то услышишь и поймешь. И если случалась удачная песня, значит, у артиста хватило ума ее спеть.

- Значит, близко к себе эстрадников не подпускаете?

- А они мне не близкие, они живут совсем другой жизнью. Конечно, ко многим из них я хорошо отношусь, при встрече мы тепло и искренне общаемся. Но так, чтобы вечером позвонить и поделиться своими радостями и горестями, - этого, конечно, нет.

- Лариса Алексеевна, у вас нет детей. Эту тему мы можем затронуть?

- Можем. Раньше эта тема была для меня болевой, а сейчас... Сейчас это прошло.

- А в свое время?

- В свое время это было страшно, много лет я страдала, сильно страдала. Но так сложилась жизнь. Послевоенное дитя - чего-то, наверное, не хватало... Но за что я мужу своему благодарна - он ни разу за все годы супружеской жизни не сказал мне, что что-то не так: что ты не можешь родить, что у нас нет детей, что семья неполная. Он настолько к этому относился терпимо, и он настолько хорошо относился ко мне, что горестные мысли отступили...

Анна Соколова

Сказочное везение

«Совершенно случайно» все призы розыгрыша достались организаторам викторины.



В соцсетях и телеграм-каналах не только в Челябинской области, но и по всей России завирусилось видео викторины «Всей семьей - за Златоуст», в которой победили ее организатор и члены его семьи.

В посвященной Году семьи викторине разыгрывалось множество неплохих призов: электросамокаты, айфоны, электрочайники и другая бытовая техника. А главным призом был автомобиль LADA Vesta. Неудивительно, что занимательная игра привлекла множество участников в небольшом городке Златоусте Челябинской области.



Итоги викторины торжественно подвели в муниципальном клубе «Гайдаровец» в конце марта. Объявлял итоги розыгрыша сам директор клуба Алексей Разумейко, он же - организатор викторины.

Главный приз объявляли, как водится, последним. Автомобиль LADA Vesta выиграла сторож клуба Светлана Яснова, которая, ну так со-

впало, является еще и тещей директора Разумейко.

Там же выяснилось, что большую часть наиболее ценных призов выиграли другие родственники директора: супруга, тети, дяди и т.д.

Конкурс вызвал в Златоусте серьезный скандал. В ситуацию вмешалась полиция.

Директор клуба Алексей Разумейко от своей тещи, конечно, не отказывается, но заявил, что к результатам викторины никакого отношения не имеет: «Так получилось!» Мол, просто теще повезло, а он всего лишь предоставил клуб для подведения итогов конкурса.

После разразившегося скандала семье чиновника пришлось вернуть призы, а самому директору уволиться по собственному желанию. Организаторы викторины - сотрудники фонда «Наш Челябинск» сейчас сотрудничают с правоохранительными органами - в ГУ МВД России по Челябинской области начали проверку по возможной фальсификации результатов викторины.

Из газовых конфорок полилась вода



Пытаясь сэкономить на услугах специалистов, житель Екатеринбурга залил водой систему газоснабжения многоэтажек.

Вода вместо газа при включении конфорки полилась у жильцов сразу двух соседних многоэтажек на улице Чкалова в Екатеринбурге. Оказалось, такое чудо им устроил сосед.

Дурных намерений у мужчины не было. Он всего лишь хотел самостоятельно подключить водонагреватель. Но не знал как. Однако и деньги на вызов мастера тратить не пожелал. Решил, что «сам не дурак», разберется.

Сейчас в рекламе многих сервисных мастеров есть такая

строка: «Починим даже то, что самостоятельно попытался наладить ваш муж». Это таких горе-мужчин, у которых руки не из плеч растут, как у жителя Екатеринбурга, и имели в виду. Немало хлопот он доставил газовой службе. А попытка сэкономить на услугах специалистов вылилась для екатеринбуржца маленьким штрафом, который ему предстоит заплатить за нанесенный ущерб.

В процессе подключения водонагревателя что-то пошло не так.

И в результате вода пошла напрямую в газовую трубу. Ладно бы «умелец» затруднил жизнь только себе и соседям по лестничной клетке. Но мужчина каким-то образом умудрился заполнить водой газопровод на фасаде дома, а также систему подземных сетей между домами. Так что водопроводная вода пошла из газовых плит аж в двух многоэтажках.

Мораль: не умеете что-то подключать, лучше вызывайте специалиста. Дешевле обойдется!

Шимпанзе Майкл готовится к выставке своих картин



Талант художника примат открыл у себя недавно, но его теперь не остановить: требует красок.

Шимпанзе Майкл из зоопарка Ростова-на-Дону радуется посетителям своими картинами. Самец из вида человекообразных обезьян рисует гуашью и акварелью. Художественный талант у Майкла обнаружился случайно, когда сотрудники зоопарка решили разнообразить досуг обезьян в большом вольере и подкинули им пачку бумаги, краски и кисточки.

Все обезьяны попробовали свои силы в творчестве, но большинству это быстро надоело. Однако 19-летний самец Майкл, который еще и вожак обезьяньей стаи, постепенно забрал себе все художественные принадлежности и начал с упоением творить. Получаются, конечно, абстракции. Но... «Я художник, я так вижу». На аукционах еще и не такая мазня за сотни тысяч долларов продается.

Сотрудники зоопарка рассказали, что Майкл отличается умом и сообразительностью. Он вовсе не тиран, а довольно дружелюбный вожак стаи. Легко разрешает конфликты между драчунами-соплеменниками.

Как художник Майкл очень требователен к себе. Он рвет рисунки, которые считает неудачными. Оставляет и позволяет забрать сотрудникам зоопарка только те картины, которые ему самому нравятся.

«Все наши обезьяны стали рисовать. Но у Майкла к этому особый талант, так как получается лучше всех», - сообщили работники зоопарка и добавили: - Майкл - любимчик зоологов и публики.

Скоро звезда зоопарка Ростова-на-Дону удостоится первой персональной выставки, потому что его шедевров уже набралось немало. Не исключено, что какие-то из картин будут проданы на аукционе.

Во всем мире картины животных-художников разбирают как горячие пирожки и по хорошей цене. Большинство студентов художественных вузов могут только мечтать о таких гонорарах.

Самым известным живописцем в мире из всех животных был ныне уже покойный самец шимпанзе по кличке Конго. В 2005 году на аукционе «Бонхамс» три его картины были проданы за 14 400 фунтов стерлингов.

Конь Чойа в США - тоже известный художник. Кисточку мустанг держит в зубах. Он открыл в себе талант живописца, когда помогал своей хозяйке красить забор. Увидев, что коню это дело нравится, предприимчивая американка решила использовать увлечение в практических целях и теперь загребает деньги, когда дает коню порисовать на мольбертах на глазах у публики. За его картины покупатели готовы отдать до 10 000 долларов.

За рисование взялась даже черепаха Купа из США. Ее работы, правда, оценивают скромнее - от 125 до 200 долларов. Но все равно картины черепахи Купы пользуются большим успехом, чем картины ее хозяйки - художницы Кирры Варзеиджи.

В Минусинске никто не захотел становиться мэром



В Минусинске Красноярского края не нашлось желающих возглавить город.

По местным правилам мэра в городе можно избирать, если поступят хотя бы две заявки. Но срок подачи документов на должность главы истек 27 марта. А желающих побороться за кресло мэра Минусинска так и не нашлось: ни одного пакета документов от соискателей должности так и не поступило.

По данным на сегодняшний день, конкурс на должность главы администрации города продлили. Если кандидаты не объявятся, конкурс будет продлеваться до бесконечности.



по Камчатскому краю предъявило обвинение в хулиганстве депутату города Елизово, который одновременно исполняет обязанности главы муниципалитета. До этого проходило расследование уголовного дела.

В жизни елизовского главы началась черная полоса: незадолго до инцидента его исключили из «Единой России» за подрыв авторитета органов власти. Причем, как ни странно, это совсем не связано с делом о хулиганстве. Просто мэр-депутат еще и попался на пьяном вождении. В феврале он был остановлен сотрудниками ГИБДД и отказался пройти медосвидетельствование на состояние опьянения.

А пока рулить городом будет действующий мэр, который до передачи власти является официальным главой города.

Но на этом, как оказалось, приключения мэров в России за последние дни не исчерпываются. Глава города Елизово - второго по численности населения города на Камчатке, в котором проживают 36 000 человек, - угодил под домашний арест за хулиганство. Причина - драка на одной из баз отдыха в Елизовском районе. Следственное управление СК России

ЛЮБИЛ.

УБИЛ.

По статистике, в России за время пандемии, когда люди вынужденно сидели дома месяцами и чаще ссорились, от рук своих мужей или сожителей погибли более 3000 женщин. Сегодня в семейные отношения прочно вошел новый термин «абыюз» - насилие над человеком. Кого считать абыюзером, а кого жертвой и можно ли найти выход из абыюзивных отношений?

Сейчас у всех на слуху громкое уголовное дело: в Казахстане судят экс-министра Куандыка Бишимбаева за жестокую расправу над женой. Он избил жену до смерти прямо в туалете ресторана - в общественном месте. Затем, пользуясь служебным положением, потребовал стереть все записи с видеокamer и пытался уверить судью, что жена сама в истерике «убилась» об унитаз. На суде выяснилось, что Бишимбаев избивал жену дома неоднократно, оказывал психологическое давление. Почему же она, красивая и неглупая женщина, даже не пыталась уйти от мужа-тирана? Почему никто на работе не замечал агрессивности бывшего министра?

Случаи смерти одного из супругов в результате домашнего насилия встречаются, конечно, не только в Казахстане. Консорциум женских неправительственных объединений, проанализировав 11 175 судебных приговоров, вынесенных за убийство и умышленное причинение тяжкого вреда здоровью, опубликовал печальную статистику за период с 2011 по 2019 год: за восемь лет в России от рук мужей и сожителей погибли 12 209 женщин.

Миф: абыюзера видно сразу

Москвичка Татьяна, с которой мы разговаривали во время длительной поездки, рассказала о себе. Все у нее хорошо: и карьера, и зарплата, и дочка радуют, вот только с мужчинами ей не везет. Первый муж бил - сломал ребро. Развелась. Второй муж бил - сломал челюсть. Еле сбежала: он потом еще долго звонил, угрожал, названивал ее родителям с оскорблениями и угрозами. «Господи! - ужасаюсь я. - Где ты себе таких негодяев находишь?»

Татьяна говорит, что каждый раз все начиналось красиво и романтично: охапки роз, подарки, походы по ресторанам... А потом абыюз

ведь начинается не сразу: с окрика, пощечины. Дальше - больше: может впечатать головой об стену или ударить кулаком в лицо. И каждый раз бурные примирения, его уверения «ты сама виновата», увещевания понять «его вспыльчивость» и т. д.

Сейчас у Татьяны есть мужчина. Не бьет. Заботится. Но она уже боится связывать с ним свою судьбу и признается, чего-то ей в нем не хватает: «Не такой яркий, что ли». Похоже, нормальный спокойный мужчина для нее уже проигрывает на фоне «романтичных» бывших.

- На самом деле абыюзеры не ведут себя агрессивно на первых свиданиях, - предупреждает **семейный психолог Юлия Подгорнова**. - Если бы жестокого человека было видно сразу, кто бы с ним связывался? Во время ухаживания они умеют произвести впечатление приятного, эрудированного и щедрого человека. Как же распознать абыюзера еще на стадии ухаживаний, чтобы потом не было поздно: когда вы уже босая, беременная, на кухне, а он контролирует всю вашу жизнь, бьет и оскорбляет? Обращайте внимание на детали: агрессивный стиль вождения машины, вспыльчивость и раздраженность по отношению к окружающим, например к обслуживающему персоналу в ресторане, обвинения бывших во всех грехах, нетерпимость к чужому мнению и отказ договариваться, желание все контролировать, в том числе детали вашей жизни, намеки на то, что «он лучше знает», а вы «немного недотягиваете», - это повод задуматься и очертить личные границы.

Миф: абыюзеры - только мужчины

Это неправда. Просто женщины в силу комплекции, предпочитают не физическую агрессию, а психологическую. Классический пример женщины-абыюзера - это Маргарита Павловна Хоботова из фильма «По-

кровские ворота». И ведь все-то она делает из лучших побуждений! Потому что «лучше всех знает, как надо!»

Но бывают такие агрессивные женщины, которые одной «пилежкой» мужа и властными указаниями не ограничиваются. Например, в прошлом году в Сочи жена сильно избивала мужа на автобусной остановке на глазах у прохожих. Вмешаться в семейную ссору пришлось стражам порядка. В Набережных Челнах в 2022 году жена забила мужа до смерти сантехнической трубой из ревности. По признаниям соседей, она вообще его систематически избивала.

Не застрахованы от жен-абыюзеров даже миллионеры. Так, в 2017 году в Кишиневе полиция расследовала дело о нападении на банкира-миллионера Михаила Левицкого его бывшей жены, которая нанесла ему сильные побои в области головы. От этого у Левицкого потом появились опухоли, он начал страдать психическим заболеванием. И перестал быть и банкиром, и миллионером.

У кого выше риск стать жертвой абыюза? Психолог Юлия Подгорнова считает, что чаще всего и сами абыюзеры, и их жертвы имели негативный опыт в семье, впитали с детства неправильные установки. Если, к примеру, женщина еще ребенком привыкла, что ее личные границы постоянно нарушают, что ее жестко контролируют родители, даже поднимают на нее руку, то на первых порах она даже не поймет, что ее партнер - абыюзер.

ПОЛЕЗНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ ДЛЯ ЖЕРТВ АБЬЮЗА:

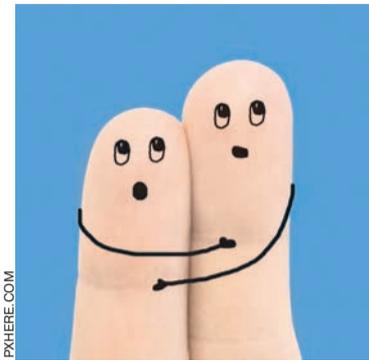
+7 (800) 333 44 34 (бесплатно по России) - круглосуточные экстренные консультации психолога.
Всероссийский телефон многопрофильной психологической помощи всем взрослым: +7 (800) 200-89-11 (круглосуточно).
+7 (800) 7000 600 (по будням с 7.00 до 21.00) - всероссийский бесплатный телефон доверия для женщин, подвергшихся домашнему насилию.

С самого начала выстраивайте равноправные отношения с партнером и отстаивайте свои границы в случае их нарушения. Не позволяйте собой манипулировать. Если видите, что человек не собирается исправляться и не старается понять вашу точку зрения, просто уходите.

Ольга Поплавская

КАК ПОБОРОТЬ ТРЕВОЖНОСТЬ

После теракта в «Крокус Сити Холле» в России резко возросли продажи антидепрессантов.



Порог тревожности и страха у всех разный. Это нормально. Мы живем в неспокойное время, и тревога за себя и детей естественна. Сразу после теракта был вал отказов россиян от билетов на театральные постановки, концерты и другие развлекательные мероприятия. Опустели торгово-развлекательные центры и кинотеатры. Однако нельзя доводить дело до возникновения фобий. Психолог Андрей Сенин дает советы, как побороть тревожность без таблеток.

1. **Чтобы успокоиться, старайтесь заниматься привычными делами.** Например, давно надо было разобрать шкаф и сменить одежду по сезону. Или приготовить обед. Это поможет отвлечься от панических мыслей.
2. **Когда происходит что-то плохое, а вы знаете про себя, что все принимаете близко к сердцу и это окажет влияние на ваше здоровье, не сидите часами за просмотром новостей и соцсетей.** В первые часы после громкого события всегда много фейков. Дайте себе «время тишины». Отложите гаджеты. Почитайте книгу.
3. **Лучше всего побороть тревожность помогает общение с природой.** Старайтесь чаще выбираться на дачу, в парк, в лес, просто на прогулку в красивом месте. Смотрите на закаты, на восходы, любуйтесь водоемами. Самые прекрасные вещи на земле бесплатны и доступны каждому. Научно доказано: зеленый цвет листьев успокаивает, повышает концентрацию внимания и даже немного снижает давление.
4. **Побороть тревожность отлично помогают занятия йогой, плаванием, любым приятным для вас видом спорта.** Одно условие - вся физическая активность должна быть в радость.

Нина Белова



КАКАЯ РЫБА ПОЛЕЗНЕЕ?

Рыба относится к тем белковым продуктам, которые можно есть даже сейчас - в Великий пост. Чем полезен этот продукт?

Кислоты на три буквы

Начнем с плюсов. В рыбе много хорошего белка, немало витаминов и микроэлементов. Но самое главное, в ней есть нечто такое, что отсутствует в других продуктах вообще, - это очень полезные омега-3 жирные кислоты.

Если быть совсем точным, то это две аминокислоты с непронизимыми названиями - эйкозапентаеновая и докозагексаеновая. Обычно их обозначают тремя буквами - ЭПК и ДГК соответственно. Человек не может их синтезировать, а они нам необходимы, как и витамины. Пользы от них масса:

- защита сосудов от атеросклероза (а значит, и от стенокардии, инфарктов, инсультов, нарушений сердечного ритма);
- защита мозга от депрессии и слабоумия в старости;
- профилактика тяжелых аутоиммунных заболеваний (ревматоидный артрит, системная красная волчанка и др.);
- противораковые эффекты рыбы (их связывают с ЭПК).

Кажется понятно, что раз кислоты жирные, то их много в жирной рыбе. Но есть нюансы. Это не только дорогие деликатесные рыбы, истекающие жиром, вроде семги, форели, угря и т.п. Не меньше, а порой даже больше жира и в самой дешевой и демократичной селедке и кильке (см. «Наша справка»). А вот в пресноводной рыбе и нежирной морской ЭПК и ДГК, конечно, меньше. Но пренебрегать такой рыбкой не стоит, потому что таких жирных кислот немного, но есть другие полезные вещества.

Оптимальное потребление рыбы - два раза в неделю: один раз - рыба жирная, второй раз - обычная. Стандартная порция - около 200 грамм.

Рыба против рака

Отдельно о противораковых свойствах рыбы. Есть исследования, в которых показано, что она защищает от развития злокачественных опухолей молочной железы, простаты, толстого кишечника, почек, легких, поджелудочной железы, желудка и некоторых других органов. Это связывают в первую очередь с ЭПК. Она обладает



универсальным противораковым действием, но особенно полезна для защиты почек. В исследовании шведских ученых Каролинского института было установлено, что женщины, потребляющие жирную рыбу хотя бы один раз в неделю, болеют раком почки на 44% реже. Нежирная рыба и морепродукты таким защитным действием не обладали.

Витамин рыбы

Все слышали, что витамин D, которым очень богат рыбий жир, защищает от рахита и укрепляет кости. Но его польза во много-много раз больше. И это не только витамин, но и гормон, согласно современным данным науки.

Витамин D может предупреждать развитие многих заболеваний, в числе которых 16 видов рака. В рыбе он действует заодно с ЭПК. В первую очередь витамин D предупреждает развитие таких опухолей, как рак груди, про-

статы, толстого кишечника, поджелудочной железы, пищевода, яичников, эндометрия (рак внутренней оболочки матки), мочевого и желчного пузыря, желудка, прямой кишки, почек, и некоторых других злокачественных опухолей.

Таблица. «Волки» и «овцы» в мире рыб

ХИШНИКИ	ЭВРИФАГИ*	НЕХИШНИКИ
Тунец	Треска	Минтай
Сайда	Ставрида	Хек (меньше 31 см)
Хек (но только больше 31 см)		Нерка
Навага		Семга
Судак		Сельдь
Белорыбца		Шпрот (килька)
Нельма		
Белуга		
Горбуша		
Чавыча		

* Эврифаги - всеядные, едят как растительную, так и животную пищу.

Еще витамин D препятствует развитию обоих типов сахарного диабета, болезней сердца, гипертонии, синдрома раздраженного кишечника, болезни Крона (серьезная болезнь толстой кишки), туберкулеза и рассеянного склероза. Он также облегчает течение ревматических заболеваний, поражающих суставы, и остеоартрита.

Главная беда полезной морской рыбы

В море накопилось огромное количество вредных отходов, и в том числе ртути. Она содержится во всех обитателях моря, но по законам экологии ее больше всего накапливают хищные рыбы. Они являются конечным звеном пищевой цепочки. Сначала ртуть усваивают водоросли и планктон, ими питается нехищная рыба. Она, как и все живые организмы, накапливает в себе этот металл, не выводя его. Со временем концентрация ртути увеличивается.

Когда такая рыба становится добычей хищников, она пе-

редает им эту ртуть в больших количествах, чем она есть в водорослях и воде. И чем дольше живет хищная рыба, тем больше ртути накопит она за свою жизнь. Вывод из этого простой: покупая хищную рыбу (см. таблицу), старайтесь выбирать не самые большие экземпляры. Рекордсменами по ртути являются такие большие хищники, как тунец и меч-рыба. У нас они не очень популярны, а вот в США, где их едят много, они официально запрещены беременным. Ведь ртуть может приводить к врожденным порокам у ребенка. Но беременным и плоду очень нужны ЭПК и ДГК. Поэтому в это время женщинам лучше есть или некрупную рыбу, или нехищную.

Диоксины в фермерской рыбе

Сегодня очень популярна фермерская рыба, ее выращивают как в море, так и в пресных водоемах. С ней тоже есть проблемы: в ней находили в высоких концентрациях кадмий, свинец и другие тяжелые металлы.

Но еще чаще она содержит канцерогенные диоксины и близкие им вещества. В больших исследованиях ученых из США показа-

но, что в диком лососе этих вреднейших веществ бывает существенно меньше. Они изучали фермерских лососей из разных стран, и самыми богатыми диоксинами оказались европейские рыбы из Шотландии, Дании и Норвегии. Содержание этих токсинов в них столь велико, что авторы исследования рекомендовали питаться таким лососем не чаще одного раза в месяц. Тихоокеанский лосось тоже не без греха, но, по мнению ученых, его можно есть примерно раз в неделю без проблем.

Откуда в лососе диоксины? Ученым известен ответ - из кормов. Они имеют в своем составе рыбную муку и рыбий жир. А в них концентрация диоксинов и тяжелых металлов может быть весьма высокой.

Все это говорит о том, что на дорогой рыбе лучше экономить и не важно, какая она: дикая морская или выведенная на фермах. Отличная альтернатива ей дешевая и не менее жирная морская рыба, о которой мы уже говорили.



Кардиоаспирин защищает не только от инфарктов, но и от рака печени

Аспирин в маленьких дозах, как его принимают для профилактики тромбов сердечники, заодно защищает и печень.

К этому выводу пришли американские медики. Их статья вышла недавно в «Журнале Американской медицинской ассоциации» (JAMA). Ученые обнаружили, что малые дозы аспирина защищают от отложения жира в печени.

На протяжении шести месяцев ученые проводили эксперимент, в котором участвовали 80 человек. У каждого был стеатогепатоз (повышенное отложение жира в печени). Сегодня эта болезнь встречается почти у каждого третьего. Как правило, она бывает одним из проявлений метаболического синдрома, для которого типичны избыточный вес или ожирение и сахарный диабет 2-го типа. Очень часто у таких пациентов возникают артериальная гипертензия, гиперхолестеринемия и бляшки в сосудах, приводящие к ишемической болезни сердца, инфарктам миокарда и инсультам.

Во время эксперимента половина его участников ежедневно лечилась кардиоаспирином. Согласно принятым в США нормам, его доза составляла 81 мг (в России он обычно бывает в дозе 75, 100 или 150 мг). Пациенты из контрольной группы принимали пустышку (плацебо). В первой группе количество жира в печени сократилось в среднем на 6,6%, а в контрольной - увеличилось на 3,6%. Однако встречались пациенты, которым аспирин помогал более эффективно, у них количество жира уменьшалось на 30% и даже больше.

Ученые пришли к выводу, что прием аспирина в кардиологических дозах каждый день на протяжении 6 месяцев существенно уменьшал содержание жира в печени по сравнению с плацебо. Они планируют продолжить исследование, чтобы набрать еще большую статистику.

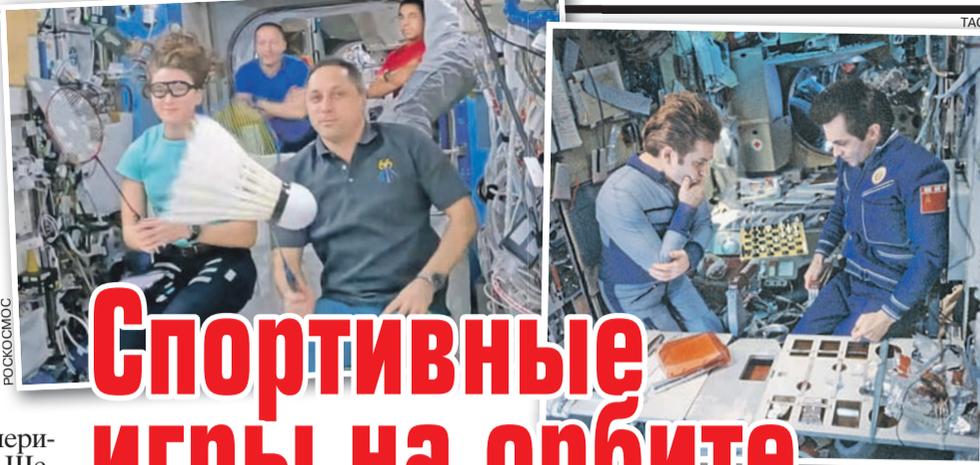
В исследовании есть два очень оптимистичных аспекта. Первый заключается в том, что среди сердечников, которым прописывают кардиоаспирин, много пациентов с метаболическим синдромом. И значит, лекарство защищает их не только от тромбов в сосудах, но и от стеатогепатоза. А второй момент связан с профилактикой цирроза и рака печени. Это типичные осложнения избыточного накопления жира в печени.

Материалы подготовил
Олег Днепров

Гольф на Луне

Первым в космос поднялся Юрий Гагарин, представлявший Советский Союз. А вот первыми на Луне побывали американцы. Кроме научных исследований на спутнике Земли янки проделали немало удивительных вещей - от установки масонского флага до первой игры в гольф. Американский астронавт Алан Шепард решил продемонстрировать, как мячик для гольфа полетит на Луне в условиях отсутствия трения о воздух. Руководство полетами разрешило взять на орбиту два мяча, а в качестве клюшки - использовать телескопический выдвигной стержень из алюминия, предназначенный для сбора лунной породы. К нему уже непосредственно на Луне астронавт должен был прикрепить специальную головку для удара. Ее он заказал на Земле за свой счет.

Исторический удар был назначен на 6 февраля 1971 года. Но триумфальной игры не получилось. Мяч был установлен в специальной ловушке на лунной поверхности. Нормально ударить по нему астронавту помешал скафандр. Сквозь его стекло импровизированная клюшка и мяч едва проглядывали, а толстые перчатки не давали нормально замахнуть. Во время первого удара Шепард промахнулся. Вторая попытка была более удачной, но еле задетый мяч пролетел совсем немного, учитывая отсутствие трения о воздух и слабую гравитацию Луны. Только удар по второму мячу принес Ше-



Спортивные игры на орбите

День космонавтики - один из любимых праздников в нашей стране. Вместе с ним в Россию приходит настоящая весна, и поклонники уличных видов спорта радостно распаковывают свой инвентарь. При этом мало кто задумывается: а можно ли играть в спортивные игры в космосе? Оказывается, такие прецеденты были, расскажем о самых интересных.

парду нужный результат. Мяч улетел в темноту. Позируя на камеру, Алан Шепард мечтательно протянул: «На мили и мили...» Но нет. Никаких миль на практике не было. Мячик пролетел всего 36,5 метра. Хотя при нормальном ударе мяч для гольфа мог бы пролететь и на Луне расстояние до 4 километров.

Удар в открытом космосе - это по-русски!

Улучшить результат американцев удалось нашим космонавтам. Был изготовлен специальный мяч весом всего 3 грамма и диаметром 43 миллиметра. 23 ноября 2006 года космонавт Михаил Тюрин достал из стыковочного отсека «Пирс» позолоченную клюшку, положил мячик на

открытую платформу и, замахнувшись, с первой попытки отправил его в открытый космос. Этот удар по мячу для гольфа вошел в Книгу рекордов Гиннеса. Что стало с мячом в дальнейшем, неизвестно. Считается, что спустя несколько дней полета он просто сгорел в атмосфере Земли.

Шахматный матч Земля - космос

В знаменитой книге «12 стульев» Остап Бендер, помнится, предлагал провести междупланетный шахматный турнир. Роман был написан в 1927 году, его авторы даже не догадывались, что их смелое предложение осуществится через 43 года - в 1970-м. Первая космическая шахматная

партия состоялась между членами экипажа пилотируемого корабля «Союз-9» Андреем Николаевым и Виталием Севастьяновым на борту и Николаем Каманиным, Валерием Быковским и Виктором Горбатко, находившимися на Земле в Центре управления полетами. Чтобы игра состоялась, была сконструирована специальная доска с пазами, из которых фигуры не разлетались. О своих ходах противники сообщали друг другу по радиосвязи. На весь матч ушло около шести часов. Матч завершился вничью на 35-м ходу.

Бадминтон: за золотой медалью на орбиту

Первая игра в бадминтон на МКС состоялась зимой 2018 года. В международном матче Россию представляли Антон Шкаплеров и Александр Мисуркин. За США играл Марк Ван де Хай, а за Японию - Норисигэ Канаи. Контроль за игрой осуществляла Национальная федерация бадминтона России. Но, учитывая, что матч все-таки проходил в открытом космосе, счет никто не вел. Да и внешне весь процесс выглядел очень своеобразно. Космонавты для удара как могли цеплялись за различные ремни и поручни, расположенные внутри орбитального модуля. Равновесие удавалось сохранять буквально чудом. Удар по волану создавал импульс,

при котором удержаться на месте было очень непросто. Тем не менее игра понравилась всем ее участникам. После возвращения на Землю Антон Шкаплеров и Александр Мисуркин были торжественно награждены золотыми медалями чемпионата Европы за участие в первой в мировой истории игре в бадминтон на орбите.

Футбол: распасовка на МКС

Было бы странно, если космонавты не попытались бы сыграть в футбол на борту МКС, учитывая популярность этой игры на Земле. Естественно, полноценных команд на орбите взять было неоткуда. Поэтому все, что смогли сделать космонавты, - это пасовать мяч друг другу. Первыми накануне чемпионата мира по футболу в Бразилии в 2014 году на орбите сыграли в футбол небольшим резиновым мячом американцы. Но поскольку мяч был не футбольный, это событие не засчиталось как первая футбольная игра на орбите.

Вслед за ними спустя четыре года, во время подготовки к чемпионату мира по футболу в России, на орбиту Земли подняли настоящий футбольный мяч. Сыграть в него довелось Антону Шкаплерову, который раньше отличился в игре в бадминтон, и бортиженеру Олегу Артемьеву.

Будем надеяться, что в ближайшем будущем количество различных видов спорта, в которые можно будет играть в отсеках космического корабля и на территории инопланетных станций, существенно увеличится.

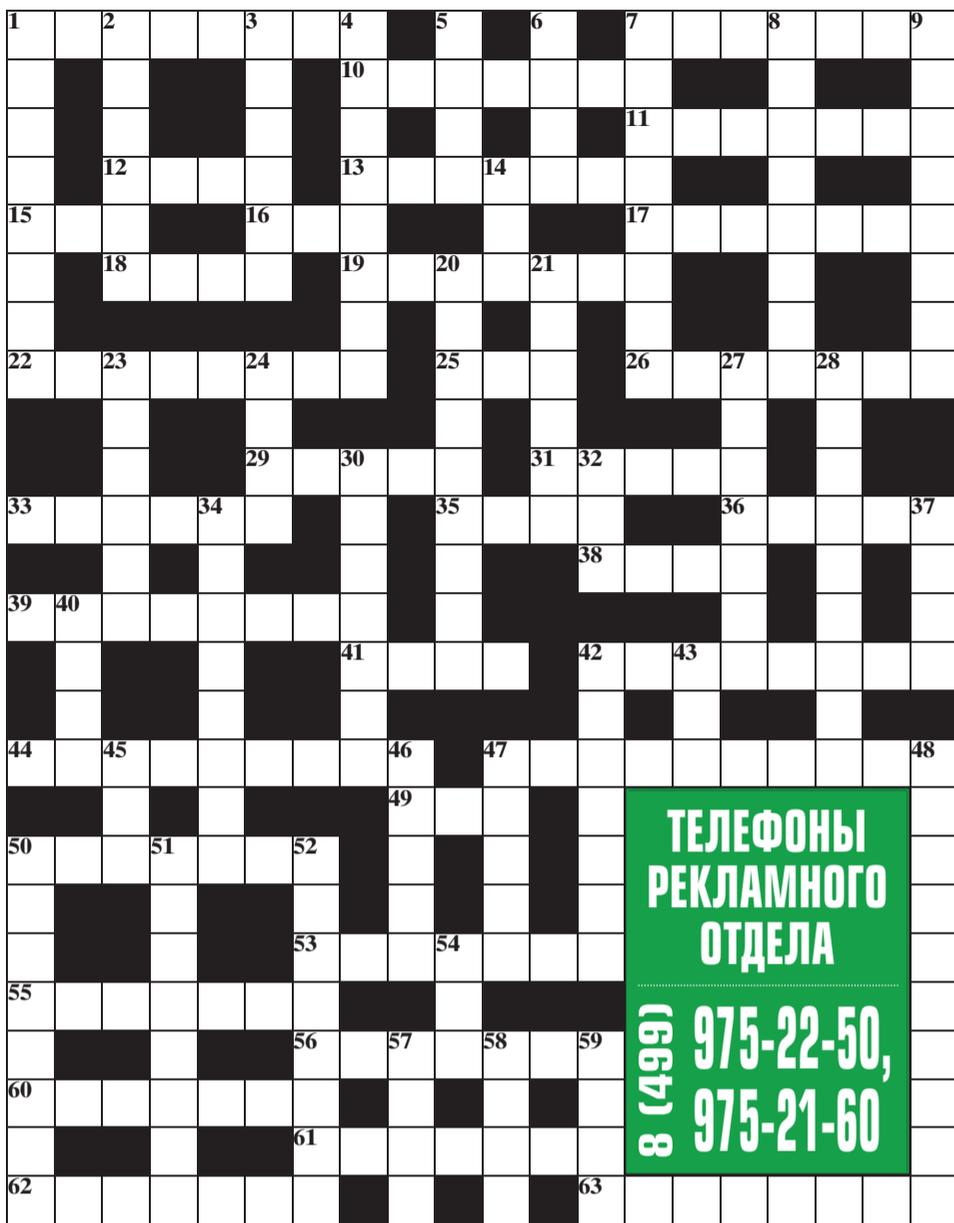
Дмитрий Соколов



10 апреля - соединение Венеры и Нептуна: доверяйте своему вдохновению и интуиции. Благоприятный период для творчества, духовного самосовершенствования. 12 апреля - квадратура Меркурия и Юпитера: вам будет недоставать организованности и практичности, лучше не братья за дела, которые вам не под силу. 14 апреля - трин Юпитера и Солнца: удачное стечение обстоятельств, усиление оптимизма, расширение жизненных и творческих перспектив. 16 апреля - квадратура Венеры и Юпитера: возможно, вам будет не хватать осознанности. Неадекватная оценка финансового положения и склонность к переделанию.

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ ОТ ВИКТОРИИ ЗВЕЗДНОЙ

<p>21.03 - 20.04 ОВЕН</p> <p>Сейчас для Овнов будет полезно перейти от слов к делу. Постарайтесь внедрить в практику какие-либо новшества, но не кричите об этом сразу, пока не получите ответный положительный отзыв. Выходные благоприятны для романтических встреч. Не перегружайте себя работой во вторник. Благоприятные дни - 14 и 16. Неблагоприятные дни - 11 и 13.</p>	<p>21.04 - 20.05 ТЕЛЕЦ</p> <p>Тельцы часто бывают правы, но это не значит, что во всем. Попробуйте открыть свой ум для другой точки зрения, вы не всегда должны выигрывать в споре! Пятница - отличное время для покупок и финансовых операций. В понедельник не беритесь за все сразу, стремитесь к последовательности. Благоприятные дни - 10 и 16. Неблагоприятные дни - 12 и 13.</p>	<p>21.05 - 21.06 БЛИЗНЕЦЫ</p> <p>Выполняя каждодневную работу, Близнецы обязаны соблюдать все правила и инструкции. Не стесняйтесь получить консультацию у ваших коллег и следуйте технике безопасности. В субботу вам нужны отдых и внимание к своему здоровью. Избегайте авантюризма и безответственности во вторник. Благоприятные дни - 11 и 14. Неблагоприятные дни - 10 и 15.</p>	<p>22.06 - 22.07 РАК</p> <p>Ракам в этот период следует ожидать приглашения на прогулку или романтическое свидание. Долой неуверенность, вы выглядите прекрасно. В среду используйте прилив сил и вдохновения в решении рабочих вопросов. В конце недели интуиция станет хорошим помощником в денежной сфере. Благоприятные дни - 11 и 12. Неблагоприятные дни - 10 и 15.</p>	<p>23.07 - 23.08 ЛЕВ</p> <p>Общий фон недели довольно напряженный, но Львы смогут успешно избежать многих проблем. Лучший способ сохранить внутренний баланс - нырнуть с головой в какую-нибудь сложную задачу. Постарайтесь быть объективными и дипломатичными в четверг. В выходные доделайте отложенные домашние дела. Благоприятные дни - 12 и 13. Неблагоприятные дни - 14 и 16.</p>	<p>24.08 - 23.09 ДЕВА</p> <p>Девы будут вынуждены переживать негативные эмоции, связанные с постоянными провокациями и агрессией. Постарайтесь оставаться равнодушными к тому, что не касается вас напрямую. В пятницу займитесь собственным имиджем, сходите в парикмахерскую. Во вторник не спорьте с коллегами. Благоприятные дни - 14 и 15. Неблагоприятные дни - 10 и 12.</p>
<p>24.09 - 23.10 ВЕСЫ</p> <p>У Весов хороший период для торговых операций и выгодных покупок. Заключенные в этот период договоры и сделки принесут хорошие результаты. Кроме того, у вас сейчас удачный момент для новых знакомств и романтических отношений. В среду лучше не торопить события. В выходные развейтесь с друзьями. Благоприятные дни - 10 и 11. Неблагоприятные дни - 12 и 13.</p>	<p>24.10 - 22.11 СКОРПИОН</p> <p>На этой неделе Скорпионы могут отдать долги, и не только материальные. Постарайтесь избавиться от всего, что тянет вас назад. Уделите внимание своей внешности. На личной ноте - период неустойчивости и меланхолии. Четверг удачен для крупных покупок. В воскресенье избегайте семейных конфликтов. Благоприятные дни - 10 и 12. Неблагоприятные дни - 11 и 13.</p>	<p>23.11 - 21.12 СТРЕЛЕЦ</p> <p>Стрельцы терпеть не могут тратить слишком много времени на обсуждение некоторых вопросов. Звезды не советуют вам сейчас принимать скоропалительные решения, чтобы впоследствии не сожалеть об этом. В среду доверьтесь интуиции. Пятницу проведите в тесном семейном кругу. Благоприятные дни - 14 и 15. Неблагоприятные дни - 12 и 13.</p>	<p>22.12 - 20.01 КОЗЕРОГ</p> <p>Возможно, вы неправильно толкуете намерения своих коллег. Уже скоро Козероги убедятся, что все было сделано из лучших побуждений. Помните, что сотрудничество - лучший способ преодоления многих проблем. Выходные проведите в домашних делах. Во вторник возможны финансовые потери. Благоприятные дни - 13 и 15. Неблагоприятные дни - 10 и 11.</p>	<p>21.01 - 19.02 ВОДОЛЕЙ</p> <p>Сексуальность и привлекательность Водолеев будут на высоте. Ваше обаяние сейчас способно открыть любые двери. Постарайтесь избегать разборок с начальством и домашними, все должно решаться полюбовно. В среду есть шанс изменить ситуацию к лучшему. Избегайте необдуманных решений в субботу. Благоприятные дни - 11 и 12. Неблагоприятные дни - 13 и 16.</p>	<p>20.02 - 20.03 РЫБЫ</p> <p>Рыбам пора задуматься над переменами. Попробуйте изменить себя и применить некоторые простые решения, которые могут помочь сделать вашу жизнь более позитивной в целом. В четверг займитесь спортом. В субботу возможны случайные финансовые неудачи. Благоприятные дни - 10 и 16. Неблагоприятные дни - 13 и 15.</p>



**ТЕЛЕФОНЫ
РЕКЛАМНОГО
ОТДЕЛА**
8 (499) 975-22-50,
975-21-60

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Настойчивое убеждение. 7. Энтони с богатой фильмографией. 10. Обращение к молодой особе. 11. Комиссар, сражавшийся со «спрутом». 12. Золотое ханство монголов. 13. Блаженное состояние отрешенности. 15. Пластинка со схемой в электронике. 16. Герой в мире Матрицы. 17. Глиняный домик. 18. Корабль, спешивший в Колхиду. 19. Клоунский цирковой номер. 22. Аппарат для дыхания на глубине. 25. Главный город итальянцев. 26. В «Чародеях» был Иванушкой. 29. Преграда наводнению. 31. Резная фигурка на поясе гейши. 33. Дебри истории. 35. Шелковая ткань. 36. Зеленый салат. 38. Родается в голове гения. 39. Опасный для пехоты снаряд. 41. Парочка супругов. 42. Полная противоположность. 44. Коренная жительница Вены. 47. Глухая необразованность. 49. Картошка фаст-фуд. 50. Обшивка стен из сосновых досок. 53. Каждый десятый в тонне. 55. Обувь, спешащая в спальню. 56. Упаковка коробки конфет. 60. Водораздел в судьбе Цезаря. 61. Ядовитость слов. 62. Он же пилот. 63. Музыкант-духовик.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Упор для весла на судне. 2. «Старая» часть света. 3. Столица Белой олимпиады-98. 4. Конь, способный забодать. 5. Клен-альбинос. 6. Уха в народе. 7. Ирина Муцуовна в нашей политике. 8. Центр Непала. 9. Руководитель «Виртуозов Москвы». 14. Кипящая смола для сапожника. 20. Кожа под манускрипт. 21. Причина для развода. 23. Елена с «Оловянным сердцем». 24. Горы, где живут кондоры. 27. Участник поединка чести. 28. Звание Шмидта. 30. Ребенок с пальчик. 32. Озеро между Гуроном и Онтарио. 34. Астрид из книжного пространства. 37. Эммануил с «вещью в себе». 40. Центр в верховьях Волги. 42. Статус танцевального партнера. 43. Измельчитель в мясорубке. 45. Родня муксуна и омуля. 46. Борзая с густой шерстью. 47. Патриарх – зачинщик раскола. 48. Научный сотрудник «того» света. 50. Бабушка-консьержка. 51. «Надо-едливое» чувство во рту. 52. Владелец ценных бумаг. 54. Место практических занятий стрелков. 57. Хвойное дерево для хороводов. 58. Застольная речь. 59. Носатый пришелец из сериала.

РЕМОНТ, НАСТРОЙКА, УСТАНОВКА:
компьютеров,
телевизоров,
стиралок,
электроплит,
холодильников **УСЛУГИ САНТЕХНИКА**
8(499)394-06-57 РЕКЛАМА

☹️☹️☹️
- Милый, может, я останусь у тебя ночевать?
- Поздно, я уже вызвал лифт.

☹️☹️☹️
Психолог:
- А вы попробуйте разнообразить вашу сексуальную жизнь

с мужем. Например, переоденьтесь в любимого им персонажа из онлайн-игр.
Пациентка:
- Ну и где же я возьму костюм танка?!

☹️☹️☹️
- О, я замечаю, как с годами мужчины все больше интересуются мной!

- Софья Павловна, это врачи...

☹️☹️☹️
- Фаина, - спрашивает ее старая подруга, - как ты считаешь, медицина делает успехи?
- А как же. В молодости у врача мне каждый раз приходилось раздеваться, а теперь достаточно язык показать.

Ветвистая "плакса"	Побоище с мечами	Певница из Бугульмы	Посланец татарского хана						
			Американский журавлик	Плод у фасоли	Днев- звезда Франции		Уваренные пенки из топленого молока		
	Образчик совершенства	Башкирское весеннее застолье							
				Имя писателя Моруа	Денежный интерес в деле		Конечность в сапоге		
Бывшая жена Сомса Форсайта	Головной убор торшера	Армада военных судов	Персонаж Гюго... Вальжан	Река России, Белоруссии и Латвии					
			Копия на пленке	Синоним базара					
Забор из бревен-"карандашей"	"Выдающаяся" в длину псина	"Быстроное" соревнование				Из него ступают на перрон	Блок новостей в Интернете		
			Курорт с Воронцовским дворцом	Атлет из Древней Греции	Контур лица и яйцо				
	Отметина лобзиком	Храм с крышами, загнутыми вверх					Бумага, призывающая к ответу		
			Автор сказки "Старик Хоттабыч"						
Время выступления гипнотизера	Ужасающий трофей индейца	Основа меню японских ресторанов				Восточный ветер для боцмана			
				Крупа для детской каши					
Чувство неприязни	Король из песни Пугачевой	Тупик для гротесмистера		Число толстяков в сказке Олеси	Знаменитая повесть Куприна				
Та, что любит обсуждать других	Взрывчатое вещество	Выкормыш капиталистской волчицы							

ПОДПИСКУ НА ГАЗЕТУ

МОЖНО ОФОРМИТЬ
В ЛЮБОМ ПОЧТОВОМ
ОТДЕЛЕНИИ РФ



Подписной индекс
газеты «Мир новостей»
в каталоге «Почта России»

П2474

Также оформить подписку
можно на сайте или по QR-коду
<http://podpiska.pochta.ru>



ОТВЕТЫ НА СУПЕРКРОССВОРД №14 (1580)

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Валторна. 7. Расплав. 10. Лаптевы. 11. Берлиоз. 12. Алла. 13. Ноктюрн. 15. Гол. 16. Тау. 17. Истукан. 18. Овца. 19. Шпунтик. 22. Таблетка. 25. Рай. 26. Василек. 29. Ревун. 31. Икона. 33. Лангет. 35. Саки. 36. Дартс. 38. Таль. 39. Откормыш. 41. Алоэ. 42. Редактор. 44. Пастернак. 47. Кровопийца. 49. Эра. 50. Капучин. 53. Прибалт. 55. Острога. 56. Разброс. 60. Аспирин. 61. Иллюзия. 62. «Титаник». 63. Галустян. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Винегрет. 2. Лекало. 3. Регата. 4. Аленушка. 5. Шпак. 6. Ревю. 7. Рыбников. 8. Ползунки. 9. Везунчик. 14. Тон. 20. Убранство. 21. Тайник. 23. Бабник. 24. Торт. 27. Свадьба. 28. Лаврентий. 30. Варшава. 32. Кит. 34. Европейец. 37. Сбор. 40. Тура. 42. Реостат. 43. Дно. 45. Суп. 46. «Кэрри». 47. Казна. 48. Армагеддон. 50. Киловатт. 51. Уборщица. 52. Напарник. 54. Боб. 57. Залп. 58. Резь. 59. Стяг.

☹️☹️☹️
- Вот ты говоришь, что я расплнела, что все мои платья мне малы, а вот это, цвета хаки, даже великовато...
- Это палатка.

ЧТО ПРИШЛО НА ПОМОЩЬ ЛЕКАРСТВАМ? МЕДИЦИНА БУДУЩЕГО, ИЛИ ЧТО ОТ НАС СКРЫВАЛИ УЧЕНЫЕ?

УЧЕНЫЕ НАУЧИЛИСЬ ОТКЛЮЧАТЬ БОЛЬ

Согласно данным опроса, у 99% россиян в домашней аптечке есть два-три вида болеутоляющих.¹

Исследования доказывают, что злоупотребление обезболивающими препаратами иногда может привести к гипертонии, почечной недостаточности, язве желудка, гастриту и ко многим другим печальным последствиям.²

Что делать и можно ли обойтись без привычных средств?

Сегодня возможно многое! Ведь ученые нашли выход в борьбе с болью. Напрашивается вопрос: как им это удалось? Оказывается, боль в теле можно «отключить» с помощью электричества. Как это понимать?

Дело в том, что за боль в теле отвечает нервная система. А электрические импульсы умеют воздействовать на нервные волокна так, что боль бесследно проходит. Представляете?! И знаете, что самое интересное? Совсем не важно, какая эта боль - суставная, головная или боль внутренних органов.

Электростимуляция помогает избавиться от боли разного происхождения, а главное - сделать это максимально надежно! На основе этих исследований ученые из Екатеринбурга разработали современный противоболевой аппарат «СЭЛФДОКС МУВЕР» (SELFDOCS MOVER).

Он стал одним из первых в России портативным обезболивающим! МУВЕР разработан настолько грамотно и профессионально, что не только снимает боль, но и помогает устранить ее причину. И делает это в считанные минуты! Представляете? Все это благодаря электрическим импульсам особой частоты.

В 1972 году случилось невероятное! Парализованный англичанин после удара молнии обрел подвижность. Этот случай попал в Книгу рекордов Гиннеса и, более того, не остался незамеченным нашими учеными.

Изучив возможности электрических разрядов, специалисты совершили удивительное открытие, которое помогло найти реальную возможность для избавления практически от любой боли! А как этой возможностью можно воспользоваться, Вы узнаете в этой статье.

А знаете, что самое приятное? Этой разработкой можно воспользоваться уже сегодня, и сделать это и дома! Аппарат уже помог многим людям, и теперь готов помочь всем!

УМНЫЕ ИМПУЛЬСЫ ПОМОГУТ ПРИ БОЛИ

На самом деле МУВЕР потряс медицинский мир! Но как ему это удалось и в чем секрет его действенности? Сейчас расскажем.

Все дело в умных импульсах аппарата! Они имеют особую низкую частоту. И, чтобы избавиться от боли, нужно расположить аппарат на больном месте. Дальше МУВЕР сделает все сам. Умные токи аппарата действуют прямо на очаг боли. Поэтому обезболивающее действие достигается в считанные минуты (это в несколько раз быстрее обычных средств, потому что они должны раствориться и пройти весь путь в организме к источнику боли), а главное - надежно. Ведь практически сразу вместо ноющей или стреляющей боли чувствуется небывалое облегчение, а организм при этом не получает ударов по печени или желудку.



К тому же МУВЕР поможет скорректировать работу нервной системы и даже мышц! Зажатые мышцы, которые порой не выдерживают привычной нагрузки, начнут наконец расслабляться. И вместо скованности и напряжения чувствуется тепло и расслабление. Кровь побежит по сосудам куда быстрее, разнося недостающее питание и кислород. Налаживается и отток лимфы, начнут спадать отеки и воспаления. Вот здесь-то и ждет не просто освобождение от боли, но и самовосстановление. Ведь аппарат, действуя даже в одном месте, помогает нормализовать работу всего организма в целом! Вот они - новые технологии! Вот оно - оздоровление!

ДЕЙСТВЕННОСТЬ БЬЕТ РЕКОРДЫ!

Действенность аппарата «МУВЕР» подтверждена клиническими исследованиями. Он запатентован (патенты РФ №2141856 и №2141304), а значит, его технология продумана до мелочей и поистине уникальна в своем роде, что говорит о его высоком качестве.

• острая и хроническая боль, связанная с заболеваниями и травмами опорно-двигательного аппарата (программа «Боль сильная»).

Казалось бы, всего два показателя. Но ведь какие они емкие! Ведь боль - одна из главных проблем, мешающих жить. И уже сегодня МУВЕР поможет избавиться от этой проблемы, скинуть оковы боли и шагнуть в новую здоровую жизнь!

МУВЕР - это инновационная терапия, которая с легкостью адаптируется под разную боль и способна вычеркнуть ее из жизни! И сегодня такая терапия может быть у каждого человека!

Ведь МУВЕР помогает снизить прием обезболивающих (конечно, по согласованию с врачом), а значит, сохранить здоровье внутренних органов. Это не только эффективно, но и экономно!

Подарите легкость движения, ясную голову и высокое качество жизни. Позвоните нам прямо сейчас и закажите аппарат «МУВЕР»! Запатентованная новая технология в считанные минуты избавит от боли!

И жизнь уже не будет такой, как прежде! Ведь в зеркале будет отражение здорового и счастливого человека! Оставьте боль в прошлом, сделайте шаг навстречу здоровью! И живите долгие и счастливые годы!

ПОСМОТРИТЕ НА ОФИЦИАЛЬНЫЕ ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ АППАРАТА «МУВЕР»:

• острая и хроническая боль, связанная с патологией внутренних органов (программа «Боль»);

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА*

8 (800) 777-90-41

БЕСПЛАТНАЯ
ДОСТАВКА*

МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!*

WWW.PRODEX.RU

WWW.APTEKA.RU

ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

Только защитная голограмма на упаковке - это гарантия того, что вы приобрели не подделку, а настоящий медицинский аппарат.



«Здравствуй! Заранее прошу: не публикуйте мою фамилию. Не первый раз наткнулся в газетах на ваш аппарат «Эретон». Всегда все доходчиво и обстоятельно написано. Только вот мне не совсем понятно про «приятное побочное действие в виде мощной эрекции», о котором часто пишете. Как оно достигается? Что-то дополнительно нужно делать?»

Виктор Петрович, г. Брянск

Спасибо за вопрос! При эректильной дисфункции рекомендуется стандартная программа, состоящая из 10-12 ежедневных процедур по 5-12 минут (с каждой процедурой время воздействия увеличивается на 1 минуту). Как правило, этого достаточно. На всякий случай можно проводить дополнительную процедуру за 30-60 минут до интимного контакта.



ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС: 8 (800) 777-61-24
ПОСЛЕДНЯЯ ПАРТИЯ ПО СТАРЫМ ЦЕНАМ*

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ! 0+			
16 апреля	ЧЕЛЯБИНСК	Аптека «Фармаимпекс», ул. Салютная, д. 11	9:00-10:30
	ВОЛГОГРАД	ДК Железнодорожников, ул. Цвиллинга, д. 54	11:00-12:00
17 апреля	НИЖНИЙ ТАГИЛ	Дом офицеров, просп., имени В. И. Ленина, д. 31	9:00-11:00
	КРАСНОДАР	ДК «Современник», просп., Ленина, д. 25	9:00-11:00
	НОВОРОССИЙСК	ДК Железнодорожников, Привокзальная пл., д. 1	9:00-11:00
18 апреля	ЕКАТЕРИНБУРГ	Морской вокзал, наб. Адмирала Серебрякова, д. 2	14:00-15:00
	РОСТОВ-НА-ДОНУ	Аптека «Фармаимпекс», ул. Челюскинцев, д. 25	9:00-10:30
	УФА	Аптека «Фармаимпекс», Сиреневый бул., д. 1	11:00-12:00
19 апреля	САРАТОВ	Аптека «Айболитмедсервис», ул. Варфоломеева, д. 222А/108А	9:00-11:00
	САРАТОВ	Аптека «Экона», ул. Цюрупы, д. 85	9:00-10:30
	САРАТОВ	Аптека «Фармаимпекс», просп., Октября, д. 91	11:00-12:00
20 апреля	МОСКВА	Центр народного творчества, ул. им. Ломоносова, д. 20	9:00-11:00
		Магазин «ДЕАЛМЕД», м. «Беляево» / «Калужская», ул. Профсоюзная, д. 88/20	10:00-13:00

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка АО «Почта России» или курьером до двери. Рег. удостоверение № РЗН 2021/16055 от 15.12.2021 г. Результаты могут отличаться. ¹https://www.sostav.ru/publication/bady-59856.html. ²https://medcentr-diana-spb.ru/informacziya/chem-opasny-obezbolivyushhie-dlya-organizma-cheloveka/. *Акция действует с 10.04.2024 г. по 10.05.2024 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. Оплата при получении. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.