

**ЛЕТО
В МОСКВЕ**



**СТАНЬТЕ ЧАСТЬЮ
«ЛЕТА В МОСКВЕ»**



business-letto.mos.ru

№ 1 В МОСКВЕ*

metro®

90 ЛЕТ

Метроша закатил весёлый праздник

1 июня павильон Московского транспорта на целый день превратился в страну сказок и увлекательных игр с. 04

gazetametro.ru

Праздник спорта в «Лужниках» собрал более 112 тысяч участников с. 06



Фехтование – один из самых эффектных видов спорта на празднике / АГН «МОСКВА»

Более 600 тонн плавучего мусора вычистили за год

«Мосводостоку» исполнилось 50 лет. О его успешной работе рассказал Сергей Собянин с. 05



Почему «мисс мира» впервые стала тайка?

Рассказываем о самых громких скандалах на конкурсе с. 08



Молодость победила в Лиге чемпионов

Что изменилось после реформы главного еврокубка с. 16

Зарегистрировано как рекламное издание

РЕКЛАМА

Найти ближайший магазин

SOKOLOV

ВАМ ПОДАРОК

ПОЛУЧИТЕ СЕРЕБРЯНУЮ ПОДВЕСКУ

БЕСПЛАТНО

Сроки проведения акции: с 12.05.2025 по 30.09.2025. Подарок выдается в период с 12.05.2025 по 30.09.2025 в магазине SOKOLOV при предъявлении настоящего сертификата. Выдача денежных средств по данному сертификату не производится. Организатор оставляет за собой право изменить подарочный ассортимент акции. Организатор акции: ООО «СВ Ритейл», ОГРН 1187746709677 от 27.07.20218, ИНН/КПП 7716918034/771601001. Юридический адрес: 129343, г. Москва, проезд Серебрякова, д.4, стр. 1, офис 31А. Один человек может получить только один подарок по данной акции и не более одного подарка в день в случае одновременного участия в других акциях, проводимых организатором. Информация об организаторе акции, правилах её проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения можно получить по телефону 8 800 1000 750 и на сайте sokolov.ru/retail/metro_msk_0525/.

sokolov.ru



Шуметь в вагонах нельзя – это знает даже Метроша

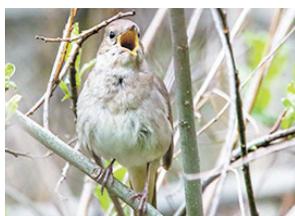


Отсканируй QR-код, чтобы прочитать о московских событиях на gazetametro.ru.

На Северном речном вокзале начался пляжный сезон

ЛЕТО В ГОРОДЕ. Пляжная зона с бассейнами для отдыха взрослых и детей открылась на Северном речном вокзале. Об этом сообщил заммэра Москвы по вопросам транспорта и промышленности Максим Ликсутов. Платный пляж открыт каждый день с 09:00 до 21:00. На территории есть 4 бассейна и более 400 шезлонгов и кроватей.

METRO



Соловиная трель / ПРЕСС-СЛУЖБА ДЕПАРТАМЕНТА ПРИРОДОПОЛЬЗОВАНИЯ И ОХРАНЫ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

Стрижи, соловьи и ласточки вернулись в Москву

ФАУНА. О возвращении перелётных птиц сообщил столичный Департамент природопользования и охраны окружающей среды. Орнитологи напоминают, что в период выведения птенцов важно соблюдать осторожность и не тревожить птиц. METRO

День защиты детей с размахом прошёл по столице – весёлый и беззаботный праздник отметили и в павильоне Московского транспорта

Юные москвичи проходили квесты, получали подарки, а главное – учились правилам поведения в транспорте

Помогать ребятам вызвался Метроша – обаятельный, но молчаливый вагончик. Как дети представляют себе первых метростроителей, выяснило Metro

Мария Безгина
maria.bezgina@gazetametro.ru

Пока главные виновники торжества – дети и их родители – подтягиваются к павильону, жожу и нажимаю на всё, что светится, крутятся и издаёт звуки. Тык – и оживает большой экран со схемой метро. Жму, разумеется, на свою «домашнюю» станцию.

– «Шёлковскую» называют станцией-сороконожкой из-за большого количества колонн, – материализуется за моей спиной симпатичный парень с бейджилом «Владислав Стрелец».

– Мария, Овен, – представляюсь ему в ответ. – Удобная у вас система, сразу понятно, кто есть кто.

– Знак зодиака у меня всё-таки такой, знаете, царский, – скромничает Владислав, намекая на свою львиную сущность. – А Стрелец – это фамилия.

Оказывается, Лев Стрелец знает о метро всё на свете – поток интересных фактов о звукоподающих стенах «Правжской», уникальных светильни-



После прохождения квеста у ребят была возможность протестировать все игры и симуляторы в павильоне – юный велосипедист наматывает круги по виртуальным дорогам, попутно вспоминая ПДД / **ВСЕ ФОТО: ЕЛЕНА КУПЦОВА**

как «Римской» и актовом зале в вестибюле «Первомайской» прекращается, только когда на горизонте появляется Метроша – праздник начинается!

Квадратный, объёмный, слегка взъерошенный персонаж заходит в зал под аплодисменты малышек.

– А чего он с нами не здороваются? – поступает резонный вопрос от вежливой шестилетки.

– Он вас стесняется, – объясняет за Метрошу светловолосая ведущая. – Чтобы познакомиться поближе, вам нужно встать за ним и сформировать состав поезда. Для этого правую руку кладём на плечо впереди стоящего, а левую вытягиваем в сторону – это будет токоприёмник, от которого питается наш вагончик.

Всеобщими усилиями топающий поезд прибывает на станцию «Первая очередь метро»: в этой части квеста детки узнают о том, как прокладывались первые 13 станций, а ещё –

изобразят героев, всю эту подземную красоту создававших.

– Раз, два, три, строитель метро на месте замри! – дуэтом объявляют ведущие, пока ребята принимают разные позы. Тут же

определяются дежурная по станции, сварщик, машинист и даже информационный столб, но моим фаворитом становится мальчик, лежащий на полу: он – рельс.

– А вы знаете, почему в Москве решили строить метро? – продолжает ликбез.

– Потому что это быстро!

– Потому что люди начали переезжать из деревень в большие города и понадобилось больше транспорта,

– десятилетний знаток истории, кажется, начал готовиться к выпускным экзаменам сильно заранее. На самом деле ответ оказывается куда проще: однажды Москву завалило снегом, и рельсы (а основным

видом общественного транспорта тогда был трамвай) замёрзли.

Наступает время ехать на следующую станцию – «Москва современная».

ДЕТСКИЙ КОНКУРС

Метроша, Электробусик и Речкин тоже отмечают День защиты детей, ведь они ещё малыши. Предлагаем нашим юным читателям пофантазировать, какими станут маскиеты Московского транспорта, когда вырастут. Нарисуйте их всех или выберите любимого героя и объясните, почему изобразили их таким образом.

Авторы лучших работ получают призы от Metro и Департамента транспорта, а самые оригинальные из них мы опубликуем. Работы принимаются до 1 июля включительно, просим вас указывать имя и возраст авторов рисунков.



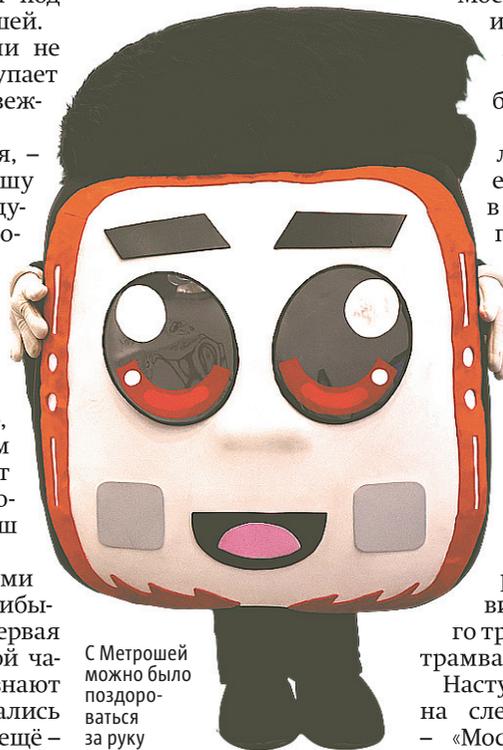
Работы можно отправить на наш WhatsApp по номеру +7(916)350-47-22 с пометкой «детство».

За спиной Метроши снова собирается колонна, топающая с ним в такт, а затем у рассевшихся на стульях детей начинается викторина. Среди вопросов – правила безопасности и культура поведения в транспорте.

– Можно ли шуметь в вагоне метро? – спрашивает ведущая. – Вариант А: кричать – нет, но громко говорить можно, Б: нельзя, нужно уважать других пассажиров, и В: конечно, можно, меня поймут, если я захочу покричать или даже спеть.

Ребята в своём ответе единогласны – Б.

«Жаль всё-таки, что петь нельзя, – думаю я. – В первый летний день, да ещё и такой праздничный, по-детски беспечно, петь хочется особенно сильно».



С Метрошей можно было поздороваться за руку

ПОГОДА НА ЗАВТРА
3 июня вторник
+23 °C день
+16 °C ночь



За чистой рек в столице следят круглогодично / MOS.RU

Раскалывают льды и защищают от мели: уникальному флоту Мосводостока – 50

Их работа – чистота водоёмов. Мосводосток отмечает полувековой юбилей

Как работает городской речной флот, рассказал Сергей Собянин в своём телеграм-канале

Артём Васев
artem.vasev@gazetametro.ru

Днём основания предприятия принято считать 1 июня 1975 года, когда был образован трест «Горгидроремонт». В 2025 году коммунальный флот Мосводостока насчитывает 30 судов, которые ежедневно патрулируют акватории Москвы-реки и Яузы.

Среди них – быстроходные катера, которые борются с загрязнениями, используя специальные сорбенты

для очистки воды от масел и химических соединений. Мусоросборщики убирают плавающий мусор, а плавучие краны работают в устьях малых рек, предотвращая обмеление и выход воды из берегов.

В состав флота также входят буксирные катера ледового класса «Риф» и «Норд», которые справляются с толстым льдом даже в сильные морозы.

А ещё у флота Мосводостока есть плавучий дом для экипажей. Здесь специалисты могут отдохнуть между сменами и даже жить во время длительных работ на воде.

За состоянием водоёмов, содержанием сложнейших гидротехнических сооружений следят больше 4,5 тысячи специалистов Мосводостока. И их работа заметна. В 2024 году было собрано более 600 тонн плавающего мусора и устранено почти 140 загрязнений на воде.

ЦИТАТА

«Конечно, уникальный флот Мосводостока – это не только техника, но и первоклассная команда, которая несёт свою службу на совесть».

СЕРГЕЙ СОБЯНИН
мэр Москвы



ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ

Ночные автобусы связывают более 100 районов



Автобус n14 ходит от ст. м. «Китай-город» до ст. м. «Молодёжная» / АГН «МОСКВА»

Об их популярности рассказал Сергей Собянин в своём телеграм-канале. Он отметил, что всего с начала года на всех 18 маршрутах – 16 ночных и 2 круглосуточных – совершено около 300 тыс. поездок. Каждую ночь ими пользуются порядка 3,5 тыс. раз.

Сеть ночных маршрутов связывает практически все округа с центром города, аэропортами Внуково и Шереметьево, а также с главными железнодорожными вокзалами и ключевыми транспортными узлами.

Мэр напомнил, что первые ночные маршруты были запущены более десяти лет назад. За это время сеть значительно расширилась и продолжает развиваться. В прошлом году к уже работающим добавили два новых – n14 до ст. м. «Молодёжная» (Кунцево) и n16 до проезда Карамзина (Ясенево). **АРТЁМ ВАСЕВ**

КОРОТКО

Учителем года был признан историк из Зеленограда

ОБРАЗОВАНИЕ. В столице назвали имена лучших педагогов. Об этом рассказал мэр Москвы Сергей Собянин в своём телеграм-канале. Победителем в номинации «Учитель года Москвы» стал Александр Оджо. Он ведёт уроки истории и обществознания в школе № 854 в Зеленограде. Теперь Александр поборется за звание учителя года России. **МЕТРО**



Александр Оджо с заслуженной наградой / ТЕЛЕГРАМ-КАНАЛ СЕРГЕЯ СОБЯНИНА

Московский стандарт распространят на всю страну

ГОРОД. В столице с помощью камер мониторят соблюдение правил строительства, торговли, землепользования и услуг в сфере ЖКХ, благоустройства. По инициативе Москвы был утверждён национальный стандарт видеонаблюдения для решения городских задач, учитывающий 10-летний столичный опыт, сообщил Сергей Собянин в телеграм-канале. **МЕТРО**

Поймал больше 13 кг рыбы и выиграл миллион рублей

ХОРОШИЙ УЛОВ! Рыболовный чемпионат завершился в заказнике Москвы-реки. Об этом сообщила пресс-служба оргкомитета цикла городских уличных мероприятий «Московские сезоны». Первое место и приз миллион рублей получил мастер спорта из Серпухова, чемпион Москвы в личном и командном зачёте Александр Узелков. **МЕТРО**

Начался конкурс на лучшее оформление витрин

УКРАШАЕМ СТОЛИЦУ. С 1 июня стартовал приём заявок на участие в конкурсе «Грант на оформление 100 первым», сообщает mos.ru. Предприниматели могут компенсировать затраты на оформление внешнего облика помещений. Кроме того, бизнесмены также могут побороться за победу в конкурсе на лучшее сезонное оформление витрин. **МЕТРО**



Силачи поднимали невероятные веса и поражали своей выносливостью / ВСЕ ФОТО: АГН «МОСКВА»

Спортивные зоны

Во время праздника состоялось открытие скейт-парка. Он стал одной из крупнейших экстрим-площадок столицы – здесь смогут кататься до 500 человек одновременно.

Любители острых ощущений посетили зону стантрайдинга (трюковой езды) – здесь прошёл чемпионат России по этому виду мотоспорта и показательные заезды с тюками.

В зоне «Стронгмен» профессиональные атлеты удивляли гостей своим умением поднимать невероятные тяжести. А для тех, кто решил испытать на прочность самого себя, подготовили другую зону с полосой препятствий!

Забава нашлась и для поклонников шевелить мозгами, а не руками и ногами. На фестивале организовали состязания по шахматам и турнир по сборке кубика Рубика.

ЦИФРЫ

>112

тысяч человек посетили «Лужники» в День московского спорта.

30

различных зон было доступно посетителям.

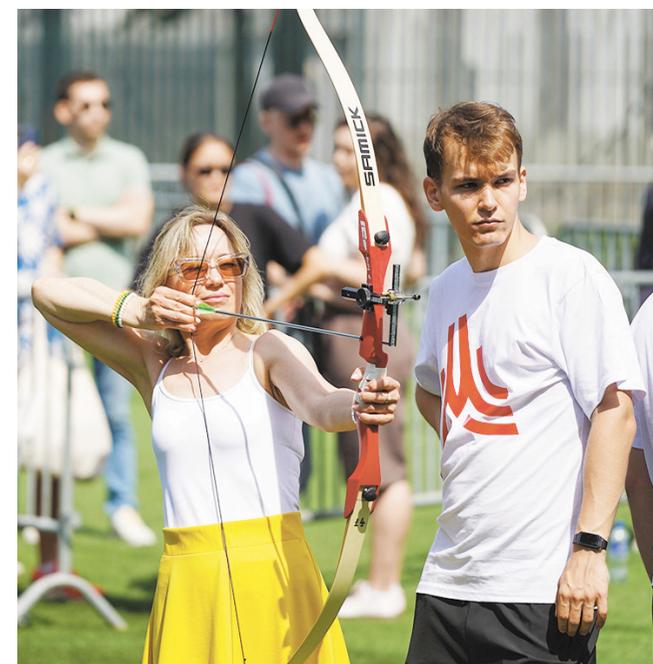
Мотоциклы и штанги отрывались от земли

Прыгали, бегали, болтали

В «Лужниках» бодро проводили весну – 31 мая состоялся День московского спорта. Здесь для москвичей не только провели мастер-классы по различным активностям, но и организовали фан-встречи со звёздами спорта – Евгенией Медведевой, Диной Авериной, Артёмом Дзюбой. **Марина Вересаева**



Для любителей лёгкой атлетики была организована зона с турниками



Те, кто давно хотел научиться стрелять из лука, наконец-то воплотили свою мечту в реальность



На фестивале нашлось место и для поклонников кардио – здесь состоялась массовая тренировка на велотренажёрах



Мотоциклы подлетали к небесам, поражая гостей фестиваля



Даже скейтбордисты не отказались принять участие в «Живых шахматах»

СЕГОДНЯ В МОСКВЕ

ЕЖЕДНЕВНАЯ АФИША

/ Все фото: пресс-служба парка Горького, mos.ru.



ПОЗНАЁМ СВОИ ЭМОЦИИ ПОСЛЕ ПРОГУЛКИ В ПАРКЕ ГОРЬКОГО

«Быстрая психология: управляй эмоциями, телом, состояниями и желаниями». Практикующий психолог с дипломом МГУ Татьяна Мунн расскажет слушателям о том, как управлять эмоциями, чтобы они не мешали жить счастливой жизнью и дышать полной грудью. (16+)

Где: Арка главного входа (Лекторий, правый пилон, 3-й этаж)

Когда: 19:00

Цена: бесплатно, регистрация: afisha.timepad.ru

НАСЛАЖДАЕМСЯ КЛАССИКОЙ В СОВРЕМЕННОМ ИСПОЛНЕНИИ

«Доходное место» Островского кинорежиссёра Дмитрия Астрахана – один из ярчайших спектаклей современного Ленкома. Не переделывая пьесы, режиссёр рассказывает историю о том, есть ли в наши дни у молодого человека шансы преуспеть честным путём. В постановке участвует и собака, йоркширский терьер Барни. (16+)

Где: Ленком Марка Захарова

Когда: 19:00

Цена: от 2500 ₽



ИЗУЧАЕМ КЛАССИЧЕСКИЙ ЯПОНСКИЙ ТЕАТР

Символизм и музыка японских постановок. Музыкант и педагог Татьяна Петрова расскажет о различиях между японским и европейским театральным языком, а также о том, как передаются эмоции и характеры персонажей в театре Страны восходящего солнца. (12+)

Где: культурный центр «Марьино Роца», ул. Октябрьская, 58

Когда: 19:00

Цена: бесплатно, регистрация: bilet.mos.ru



ОТКРЫВАЕМ СЕЗОН КУПАНИЯ В ОТКРЫТОМ БАССЕЙНЕ

Прогноз погоды сегодня обещает солнечный и тёплый день. В природных водоёмах пока купаться прохладно, а вот поплавать в бассейне с чистой подогреваемой водой, а потом выпить латте, сидя в шезлонге, – очень даже можно. (3+)

Где: в парках Москвы «Ходыньское поле», «Красная Пресня», «Сокольники» и др.

Когда: 09:00–18:00

Цена: от 550 ₽, бронирование сеанса на сайте bilet.mos.ru



РИСУЕМ СТОЛИЧНОЕ ЛЕТО

Один из самых живописных парков столицы приглашает себя нарисовать. Преподаватель Диана Парсамова научит основам композиции, покажет, как делать набросок и накладывать краски. В финале ученики сами создадут работы в жанре пейзажа и заберут их домой на память. (6+)

Где: Воронцовский парк, 7

Когда: 14:00

Цена: 850 ₽



УЧИМСЯ ПЕТЬ В НАРОДНОМ СТИЛЕ

Мастер-класс по вокалу «История фольклорных игр». Участники мастер-класса с головой окупятся в творческую атмосферу, узнают о музыкальных традициях русского народа и попробуют спеть что-нибудь сами. (6+)

Где: центр культуры и искусств «Щукино», ул. Маршала Малиновского, 7

Когда: 18:00

Цена: бесплатно, регистрация: bilet.mos.ru



ИДЁМ КАТАТЬСЯ НА САПБОРДЕ

Прогулка с инструктором в Чистый залив. Строгинская пойма приглашает покататься на сапе в безопасной безмоторной зоне под чутким руководством специалиста. Оборудование можно арендовать на месте, с собой взять сменную одежду и перекус. (16+)

Где: Большой Строгинский затон

Когда: 13:00

Цена: 2000 ₽



СЛУШАЕМ МУЗЫКУ В БИБЛИОТЕКЕ

Концерт «Лето. Любовь. Классика». Солисты оперы и оркестра Большого театра России, а также Российского национального оркестра исполнят произведения Моцарта, Шопена, Сибелиуса и других знаменитых композиторов. (12+)

Где: Российская государственная библиотека искусств, ул. Николаямская, 1 (Большой зал)

Когда: 16:30

Цена: бесплатно, регистрация: afisha.timepad.ru

Тайская студентка с укулеле и 16 кошками покорила мир

Новой «мисс мира» впервые за 72-летнюю историю конкурса стала представительница Таиланда

Подобные конкурсы никогда не обходятся без скандалов. Рассказываем, что случилось на этот раз

Анна Жукова
anna.zhukova@gazetametro.ru

Финал одного из самых престижных конкурсов красоты прошёл в индийском городе Хайдарабад. Корону и титул «Мисс мира» завоевала 21-летняя Опал Сучата Чуангсри из Таиланда.

ЗРИТЕЛИ ПЛАКАЛИ

Сучата покорила жюри не только внешностью (её рост 180 см – исключение по тайским меркам), но и активной жизненной позицией. Она учится на факультете международных отношений Университета Таммасат и мечтает стать послом, интересуется антропологией и психологией, а ещё играет на укулеле и помогает бездомным животным.

Во время конкурса Сучата растрогала зрителей до слёз, поделившись своей историей. Когда ей было 16 лет, у неё обнаружили рак груди на ранней стадии. После продолжительного лечения девушка смогла победить болезнь и решила посвятить свою жизнь помощи другим. Так появился её благотворительный проект Oral Fog Net, направленный на повышение осведомлённости о раке груди и поддержку женщин с этой болезнью.

ОБЕЗЬЯН НЕ ПУСТИЛИ

Как сообщает Indian Express, финал конкурса дважды оказывался под угрозой срыва. В начале мая очень некстати вспыхнул конфликт между Индией и Пакистаном. Организаторы опасались, что



Корона изготовлена из белого золота весом 18 карат, украшена 1770 мелкими бриллиантами и огромным сапфиром весом 175,49 карата / AFP



«Вице мисс мира» стала участница из Эфиопии, на третьем месте – Польша, а четвёртое заняла представительница Мартиники / MISSWORLD.COM

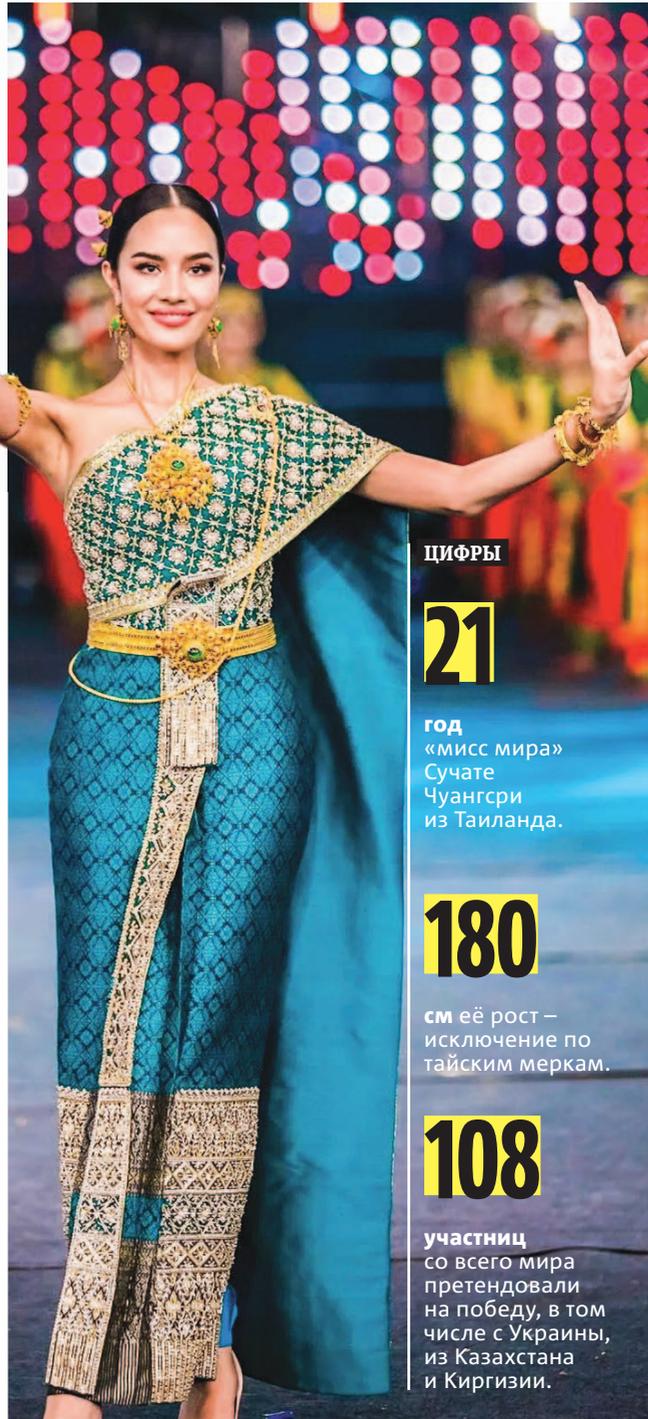
А ВЫ ЗНАЛИ, ЧТО ...

■ Сучата свободно говорит на четырёх языках: тайском, английском, испанском и китайском.

■ Помогает родителям в гостиничном бизнесе на Пхукете.

■ Заняла третье место на конкурсе «Мисс Вселенная – 2024», но её лишили титула из-за нарушений по контракту.

■ У неё дома живут 16 кошек и 5 собак.



Победительница Опал Сучата в национальном наряде / MISSWORLD.COM

ЦИФРЫ

21

год «мисс мира» Сучата Чуангсри из Таиланда.

180

см её рост – исключение по тайским меркам.

108

участниц со всего мира претендовали на победу, в том числе с Украины, из Казахстана и Киргизии.

УКРАИНСКИЙ КРИЗИС

О спецоперации на Украине и событиях вокруг неё

КРУШЕНИЕ ПОЕЗДОВ

В Брянской области обрушился автомобильный мост, под которым проезжал пассажирский поезд, в результате чего с рельсов сошли четыре вагона, сообщает ТАСС. Семь человек погибли, больше 70 пострадали, в том числе пятимесячный младенец. Всех детей доставили в клинику Рошалья в Москве.

Ещё одно обрушение автомобильного моста произошло в Курской области. Из-за падения обломков на пути с рельсов сошли тепловоз и три товарных вагона. Пострадали машинист и два его помощника. В обоих случаях причиной ЧП стал подрыв опор мостов.

296

украинских беспилотников было сбито силами российской ПВО за ночь 1 июня, отчитались в Минобороны.

«РЕМОНТ» ОТНОШЕНИЙ

Россия заинтересована продолжать «ремонт» российско-американских отношений, сообщил Дмитрий Песков журналисту «России 1» Павлу Зарубину. По его словам, Кремль внимательно отслеживает высказывания Трампа, но реагировать на них нужно спокойно.

ИМЯ ДЛЯ МАШИНЫ

«Уралвагонзавод» объявил народное голосование по выбору нового названия боевой машины «Терминатор». На заводе отметили, что существующее название появилось спонтанно и не совсем соответствует традициям именования военной техники.



Новое название объявят на форуме «Армия-2025» / ЕВГЕНИЙ БИЯТОВ / © РИА «НОВОСТИ»

восприняли это как напоминание о колониальном прошлом, когда британцы считали местных людьми второго сорта. Впрочем, дальше споров в соцсетях дело не зашло.

Куда более серьёзным ударом по репутации конкурса стало заявление представительницы Англии Миллы Мэги. Она рассказала, что на одном из мероприятий участница посадила с мужчинами средних лет, финансирующими проект. Предполагалось, что девушки будут увеселять спонсоров. «Я чувствовала себя как проститутка», – пожа-

ловалась Мэги в интервью The Independent. Однако организаторы обвинили её в клевете.

Россиянок на «Мисс мира» нет уже несколько лет. Никаких официальных заявлений с объяснением причин от организаторов не поступало.

– Да, мы не участвовали, но у наших девочек есть дела поважнее, – уверяет Metro директор конкурса «Мисс Россия» Анастасия Беляк. – Они занимаются своими благотворительными проектами, вот сейчас, например, готовили мероприятие ко Дню защиты детей.



ПЛЮС



Отсканируй QR-код, чтобы прочитать другие материалы рубрики «Здоровье» на сайте gazetametro.ru.

Будням работы врачей посвящено множество фильмов и сериалов / КАДР ИЗ СЕРИАЛА «СКОРАЯ ПОМОЩЬ»

Что надо узнать о правилах работы скорой помощи, прежде чем вызывать её

Прежде чем обращаться к специалистам, определите, в каком состоянии находится пациент

В некоторых случаях будет достаточно неотложки, в других больному поможет лишь скорая помощь

поступит в службу спасения, а затем – диспетчеру скорой. В крупных городах, например в Москве, на линии работает более тысячи диспетчеров и на звонок отвечают буквально за три секунды, круглосуточно.

незамедлительно, зачастую с сиреной, маршрут строится с помощью системы ГЛОНАСС.

Светлана Перцова
svetlana.pertsova@gazetametro.ru

Экстренные ситуации могут случиться с каждым. И тогда на помощь приходит скорая медицинская помощь. Но как правильно её вызвать, чтобы помощь оказали так, как требуется в данный момент? Об этом Metro рассказала фельдшер скорой и неотложной помощи, эксперт телеканала «Доктор» Владлена Березовская.

резкая боль в груди и т. д. Неотложная помощь – это поликлиническая служба. Она приезжает, когда угрозы жизни нет, но помощь требуется. Обычно неотложка приезжает в течение двух часов или суток, если, например, нужна консультация при ОРВИ или обострении хронических заболеваний.

КАК БЫСТРО ПРИЕЗЖАЕТ СКОРАЯ?

– Скорая помощь должна приехать в течение 20 минут с момента поступления вызова, – отмечает эксперт. – Время зависит от тяжести симптомов и того, насколько подробно вы их опишете диспетчеру. Если жалобы действительно серьезные – бригада выезжает

ВЫБИРАЕМ ПЛАТНУЮ ИЛИ ГОСУДАРСТВЕННУЮ?

– Платная скорая помощь может отвезти вас в выбранную больницу или даже в другой город, а также дольше наблюдать пациента на вызове, – рассказывает эксперт. – Государственная скорая всегда придет бесплатно и окажет помощь по стандартам, но выбор стационара или врача невозможен – всё решает оперативный отдел по маршрутизации.

СКОРАЯ И НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ – ЧТО ВЫБРАТЬ?

– У каждого понятия своя специфика. Скорая помощь вызывается при жизнеугрожающих состояниях, – объясняет эксперт. – Это ситуации, когда медлить нельзя: потеря сознания, судороги,

КАК ПРАВИЛЬНО ВЫЗВАТЬ СКОРУЮ ПОМОЩЬ?

– Скорая помощь относится к экстренным службам, поэтому вызвать её можно даже с нулевым балансом или без СИМ-карты, – отмечает Владлена Березовская. – Для этого достаточно набрать номер 112 (с любого телефона), 03 (с городского) или 103 (с мобильного). Ваш звонок немедленно

ВЫЗЫВАЙТЕ, ЕСЛИ ЕСТЬ:

- нарушение дыхания;
- потеря сознания;
- судороги;
- нарушение ритма сердца;
- внезапная потеря памяти;
- асимметрия лица;
- судорожный приступ, эпилепсия.

КОРОТКО

Врачи выступают за проведение обязательного анализа на диабет

ПРЕДЛОЖЕНИЕ. Главный внештатный эндокринолог Министерства здравоохранения РФ Иван Дедов высказался за введение обязательного скрининга на сахарный диабет по всей стране. По его мнению, включение этого анализа в программу диспансеризации помогло бы значительно повысить выявляемость заболевания на ранних стадиях. Напомним, что, по данным Минздрава, диабет диагностирован у 6 млн россиян. **METRO**

В России стали делать существенно меньше аборт

ВЫВОДЫ. По данным Министерства здравоохранения РФ, в 2024 году в стране зафиксировано 338 367 случаев искусственного прерывания беременности. По сравнению с предыдущим годом этот показатель сократился на 6,6%. Динамика обусловлена проведением доабортного психологического консультирования, введением «дней тишины», а также системы материального поощрения для беременных, решивших сохранить ребёнка. **METRO**

Большинство россиян ищут врача по рекомендациям знакомых

СТАТИСТИКА. Крупные страховая и медицинская компании провели совместное аналитическое исследование и выяснили, как наши соотечественники выбирают врачей. Оказалось, к примеру, что большинство россиян (62%) при выборе врача руководствуются советами близких и коллег. При этом важно, чтобы врач был максимально компетентным и доброжелательным. **METRO**

НАГЛЯДНО

Данные исследования:



Врачи объяснили, для чего надо вводить в меню грецкие орехи

НАУКА. Грецкие орехи могут оказывать значительное положительное воздействие на здоровье кишечника, включая снижение риска развития опухолей. К такому выводу пришли учёные из Университета Коннектикута. Медики уверяют, что употребление грецких орехов связано с ростом уровня пептида YY – гормона, который обладает способностью тормозить рост злокачественных клеток. **METRO**

Собаки научились помогать врачам искать рак

ИССЛЕДОВАНИЕ. Израильские учёные разработали нестандартный метод обнаружения рака при помощи собак. В ходе исследования участники с онкологией дышали в маску для лица в течение 3 минут, а затем её отпирывали в испытательный центр к обученным собакам породы бигль. Из 261 участника, у которых был диагностирован рак, собаки правильно идентифицировали 245 случаев. **METRO**



Игропрактик должен поддерживать за столом доброжелательную атмосферу / ЮЛИЯ ЩЕДРОВА

Игропрактики дают ВОЗМОЖНОСТЬ ЛЮДЯМ ПОНЯТЬ САМИХ СЕБЯ

Специальность «игропрактик» включена в «Атлас новых профессий» – альманах перспективных отраслей и профессий на ближайшие 15–20 лет

Юлия Щедрова
julia.shchedrova@gazetametro.ru

Представьте, что вы хотите разобраться в сложной жизненной ситуации или проблемах на работе. Можно пойти к психологу, а можно... поиграть в трансформационные или бизнес-игры! Это особый вид игр, где главная цель не выиграть, а найти ответы на важные вопросы и лучше понять себя.

Ведением таких игр занимаются профессионалы – игропрактики. Современный игропрактик сочетает в себе множество ролей: он одновременно сценарист, дизайнер, психолог и режиссёр.

Игропрактики приходят в эту сферу разными путями. Кто-то проходит курсы дообразования (около 20–25 тыс. руб. за два месяца, правда, для того, чтобы поступить, вам потребуется диплом психолога), а кто-то идёт осваивать науку в вуз,

Metro узнало, что из себя представляет это модное направление и где можно освоить эту профессию

например, в Московский университет имени С. Ю. Витте, Московский университет «Синергия» или Московский государственный психолого-педагогический университет (цена вопроса – от 78 тыс. руб. в год).

По словам игропрактика Евгения Геллера, в портфолио которого более 20 воплощённых в жизнь трансформационных и бизнес-игр, важнейшее качество представителя этой профессии – умение создать правильную атмосферу за столом. Именно в безопасной и доброжелательной среде включаются участки мозга, отвечающие за креативность и развитие.

Людей, которые обычно обращаются к игропрактикам, интересуют три темы: реализация собственного потенциала, отношения и личные финансы.

– Чаще всего участники приходят на игры, связанные с деньгами,

отношениями и самореализацией. Также востребованы игры для бизнеса. Иногда ко мне приходят целые отделы из компаний или команды из сетевого бизнеса – учиться работать лучше и продавать эффективнее. Есть также большой запрос на поиск себя и смысла. Люди приходят с вопросами: «Кто я?», «Что через меня приходит в мир?» – и игры дают им возможность это понять. И очень важно, чтобы в этом процессе сопровождал профессионал с образованием психолога, педагога, ведущего игр и групп, – говорит Светлана Сагезе – учредитель проекта «Мир игропрактики».

Для того чтобы стать хорошо зарабатывающим игропрактиком, вам придётся быть максимально активным.

– Есть ведущие, которые зарабатывают 50 тыс.

руб. в месяц, а есть те, кто выходит на доход 200–300 тыс. руб. в месяц, – говорит Евгений Геллер. – Всё зависит от уровня вовлечённости, умения продвигать себя и профессионального подхода. Ведь это две разные компетенции – хорошо вести игру и хорошо себя продвигать.

С мнением коллеги согласна и Светлана Сагезе.

– Если человек не развивает свою экспертизу и не выстраивает линейку продуктов (игры, выездные форматы), он не зарабатывает совсем. Средний срок жизни «случайного» игропрактика – 2 года, потом они просто уходят в другие профессии. При стабильной работе и грамотной упаковке продуктов можно выйти на доход от 100 тыс. до 1 млн руб. в месяц, но таких – мало.

Решив стать игропрактиком, нужно помнить и о других особенностях этой профессии. Поскольку игропрактика – развивающаяся профессия, требуется постоянное обучение. Спрос на такие услуги пока есть только в крупных городах.

И ещё: работа предполагает общение с людьми, поэтому не исключены конфликты, которые придётся решать. Будьте к этому готовы.

КАКИЕ БЫВАЮТ ИГРЫ:

■ **Трансформационные игры.** Во время игры участники отслеживают свои жизненные стратегии и сценарии, и это позволяет им трансформировать их в более эффективные.

■ **Бизнес-игры.** Широко применяются для сплочения коллектива или освоения конкретных навыков. Например, с помощью игры можно обучить менеджеров новым техникам продаж, ведению переговоров или работе с возражениями клиентов.

ИДЕИ ДЛЯ РАБОЧЕГО СТОЛА

Выбираем лучшие приспособления для вашего рабочего стола

Metro составило подборку гаджетов, которые сделают из вашего рабочего места конфетку. На незахламлённый и небанальный стол будут засматриваться все коллеги



Организатор
Организатор The iStick Multifunction Desktop Organizer поможет определить место на рабочем столе – карандашам, телефону, многочисленным фотографиям и даже стаканчику с кофе. Порядок гарантирован.



Держатель для ручек
Держатель для ручек GlobalDeals с несколькими отверстиями в виде лежащего человека. С остервенением тыкая в него ручки, вы точно сможете сбросить стресс, вызванный несправедливыми «наездами» боссов и коллег.



Мини-пылесос
Этот крошечный Mini USB-пылесос можно подключать к компьютеру или ноутбуку на рабочем месте и убирать всю поверхность, включая клавиатуру или выдвижные ящики.



Тёплые перчатки
Отличный гаджет для тех, кто мёрзнет под включённым кондиционером. Перчатки работают от USB. Греют руки до комфортной температуры и при этом точно не способны ударить током, даже если от усердия от вас летят искры.



«Рынок игропрактик активно растёт – в том числе за счёт интереса со стороны бизнеса и образовательных организаций».

ЕВГЕНИЙ ГЕЛЛЕР
игропрактик

ПРИГЛАШАЕМ
РАСПРОСТРАНТЕЛЕЙ
газет в вестибюлях метрополитена

ДЖЕЙМС БОНД УСТРОИТ ПЕРЕПРЕЛКУ В ЛОНДОНЕ
metro

ГРАФИК РАБОТЫ:
в утренние часы до 11:00
ежедневно, кроме субботы
и воскресенья

8(999)869-35-35
8(915)470-45-85
8(985)081-08-46
8(495)190-71-07
8(985)111-55-78

Работа в Московском транспорте

Власов Сергей / Павел Ткач / Максим Иноземцев
Водитель электробуса / Машинист электропоезда /
Начальник группы Отдела дорожного патруля

- Надежная работа
- Стабильный доход и премии
- Льготы и социальный пакет
- Транспортные компенсации
- Дополнительный отпуск

8 495 622-22-22 (из Москвы)
8 800 220-22-02 (бесплатно для регионов)
transport.mos.ru/job



Московский
транспорт



+7 495 539-54-54
3210 с мобильного

transport.mos.ru
t.me/DtRoad



ЧТО ПОСМОТРЕТЬ НА ДИВАНЕ

Каждую неделю мы рассказываем о самом интересном в мире кино и сериалов



Отсканируй QR-код, чтобы прочитать рецензии на другие кино- и сериальные новинки.



ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА

«И просто так» /
And Just Like...

Кэрри пытается выжать из себя новую книгу / МАХ



Кэрри, Миранда и Шарлотта вернулись. Metro делится впечатлениями от начала третьего сезона «И просто так»

Шарлотта умеет радоваться любой ерунде

Мария Позина
mariya.pozina@gazetametro.ru

О ЧЁМ

Итак, новый сезон проекта, который является продолжением «Секса в большом городе», стартует ровно с того, на чём закончился второй. Кэрри занимается обустройством квартиры и радуется открыткам, которые Эйдан шлёт ей со своей фермы. Он полностью посвятил себя воспитанию сына, пообещав вернуться к возлюбленной лет через пять. К удивлению друзей, Кэрри безропотно приняла статус «ждули».

Миранда находится в активном поиске

ДОСЬЕ

■ **Режиссёр:** Майкл Патрик Кинг

■ **Сценаристы:** Майкл Патрик Кинг, Даррен Стар, Кендес Бушнелл

В ролях:

Сара Джессика Паркер, Кристин Дэвис, Синтия Никсон, Марио Кантоне, Сара Рамирес, Эван Хэндлер, Сарита Чоудри и др.



новой любви, но пока довольствуется случайными связями.

У Шарлотты новостей ещё меньше. Практически всю серию она ругается с другими собачниками, которые незаслуженно травят её бульдога.

ВПЕЧАТЛЕНИЯ

Конечно, впереди ещё 11 серий и рано делать выводы. Но пока – после просмотра первой – ощущение дежавю и усталости.

«Секс в большом городе» был революционным феминистическим сериалом, откровенно рассказывающим о любовных похождениях женщин 30+. «И просто так» должен был продолжить начатое и говорить о проблемах и переживаниях современных дам за 50.

И первые два сезона казались в меру откровенными и жизненными. Героини проявляли свою силу уже в обстоятельствах зрелого возраста – мужья умирают, здоровье подводит, дети выходят из-под контроля.

Но к третьему сезону авторы как будто пошли по кругу. Бывшие иконы стиля вдруг превратились в нелепо разряженных поверхностных богатых тётток с бедами, высосанными из пальца. Одна не может справиться с домашней сигнализацией, другая живёт проблемами своего пса. Хотя бы не было четвёртого сезона, а то неловко за них всех.

НОВИНКИ
НЕДЕЛИ



1



«Нереальности», 2-й сезон

Продолжение комедии с Ольгой Дибцевой. Бывшая звезда реалити после вынужденного ухода из шоу возвращается в свой родной городок и пытается начать обычную жизнь.

С 1 июня на **Kion**. (18+)

2



«Клюшка» / Stick

Спортивная драма с Оуэном Уилсоном. Его герой Прайс когда-то подавал надежды в гольфе, но в итоге карьера не удалась. Теперь он тренирует других неудачников, но однажды к нему в ученики приходит настоящий самородок.

С 4 июня на **Apple TV**. (18+)

3



«Засланец из космоса» / Resident Alien, 4-й сезон

Новые серии фантастического комедийного проекта про пришельца (Алан Тьюдик), который оказывается на Земле с целью уничтожить человечество. Но его планы резко меняются.

С 6 июня на **Syfy**. (18+)



КОРОТКО

Компания Netflix рассказала о будущих новинках

АНОНСЫ. На презентации Tudum рассказали про третью часть детектива «Достать ножи» – она будет называться «Пронись, мертвец» и выйдет 12 декабря.

Также были показаны первые кадры из триллера The Rip с Беном Аффлеком и Мэттом Дэймоном про копов и тайник с деньгами и трейлер «Франкенштейна» от Гильермо дель Торо. **METRO**



Трейлер нового «Франкенштейна» можно уже посмотреть в Сети / СКРИНШОТ

Рене Зеллвегер рассталась со своим бойфрендом

ЛИЧНОЕ. Как утверждает Daily Mail, отношения 56-летней Рене Зеллвегер с 46-летним бизнесменом Антом Энстидом подошли к концу.

По данным издания, причиной разрыва стали финансовые трудности Анта: его автокомпания обанкротилась, ему пришлось продать дом. Рене не стала поддерживать бойфренда, решив, что ей эти проблемы не нужны. **METRO**

Финчер снимет фильм по сценарию Тарантино

БОЛЬШОЕ КИНО. Режиссёр «Бойцовского клуба» снимет продолжение хита Квентина Тарантино «Однажды в... Голливуде».

Как сообщает The Hollywood Reporter, в центре сюжета окажется актёр-дублёр Клифф Бут, которого снова сыграет Брэд Питт. Также в фильме появится Элизабет Дебики («Корона»). Дэвид Финчер приступит к съёмкам в июле. **METRO**

Стася Милославская получила предложение

ПОМОЛВКА. Телеграм-канал Super опубликовал видео, на котором молодой человек во время концерта Валерия Меладзе делает предложение руки и сердца Стасе Милославской.

По данным Super, женихом 30-летней актрисы стал 22-летний футболист ЦСКА Егор Ушаков. Пара не афишировала свои отношения и пока не комментировала помолвку. **METRO**

МУЗЫКА МЕТРО

Каждую неделю журналисты Metro слушают новые треки, составляют хит-парад и голосуют за лучшую песню

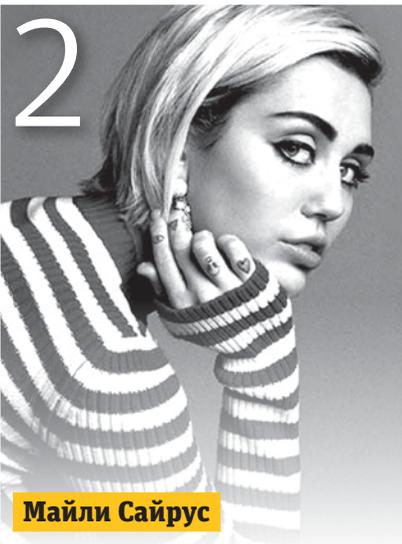
ТЕКСТ: АРТЁМ ВАСЕВ

Lorde

Man of the Year

Коротко о треке: песня о принятии себя. После второго куплета хочется, как новозеландская исполнительница в клипе, кружиться в танце, размахивая руками, будто тебя никто не видит.

1



Майли Сайрус

Easy Lover

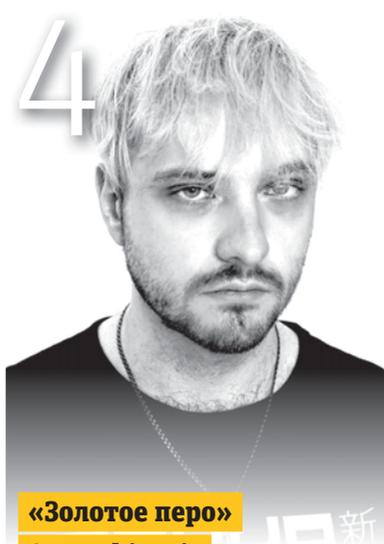
Коротко о треке: огламуренный Pink Floyd – как назвала эту композицию сама певица. По её логике получается, что The Wall – недогламуренная Майли?



мартин

«ты случилась»

Коротко о треке: мальчик подросток. Участник шоу «Голос. Дети» и «Детского Евровидения» откровенно и по-взрослому поёт про свои чувства.



«Золотое перо» & pyrokinesis

«Украшение»

Коротко о треке: если бы Юрий Визбор был жив, наверняка пожал бы парням руку. Вроде незамысловатая песня под гитарку с великой строчкой «Я воскресаю каждый раз, когда умирает искусство».



Отсканируй QR-код, чтобы услышать лучшие новинки этой недели!

ЛУЧШИЙ ТРЕК НЕДЕЛИ



Tate McRae

Just Keep Watching

Коротко о треке: приз «Самый запоминающийся музыкальный проигрыш этого года» отправляется в Канаду. Идеально, чтобы поставит на рингтон.



Mirèle

«Кинотеатр, в который ты опоздал»

Коротко о треке: если бойфренд не пришёл на свидание, первое, что нужно сделать, – написать об этом песню. По крайней мере, по версии Mirèle.



Дмитрий Журавлёв

«Убегу из города»

Коротко о треке: уроженец села Верхняя Колыбелька, блогер, ведущий и юморист доказывает самому себе, что он ещё и певец.

ЧТО ПОСМОТРЕТЬ

Его герои совершают ошибки, мстят и начинают всё сначала

Ветерану кинематографа Клинту Иствуду исполнилось 95 лет. Пока маэстро готовится снимать новый фильм, вспомним его режиссёрские работы, ставшие классикой

/ ВСЕ ФОТО: КАДРЫ ИЗ ФИЛЬМОВ



«Непрощённый»

(18+)

Вестерн про бандита, который однажды вышел из игры, стал фермером и примерным отцом. Но кровавое прошлое так легко никого не отпускает.



«Мосты округа Мэдисон»

(12+)

История любви, которой не было. Герой Иствуда, фотограф Роберт, приезжает по работе в округ Мэдисон, где встречает прекрасную Франческу (Мэрил Стрип).



«Гран Торино»

(18+)

Драма про вдовца, ветерана Корейской войны Уолта, который живёт к ненависти ко всему, что его окружает, включая соседей-мигрантов.



«Малышка на миллион»

(18+)

Фильм про тренера по боксу, который был уверен, что жизнь прошла впустую, пока в его зале не появилась 31-летняя официантка, мечтающая биться на ринге.

ГОРОСКОП
на понедельник, 2 июня 2025 года
Астролог Лилия Любимова



ОВЕН
21.03 - 20.04

Понедельник может начаться не по плану, но именно это и станет источником вдохновения. Нестандартные идеи, спонтанные встречи, неожиданные повороты - всё это стоит рассматривать не как сбой, а как подарок. Не бойтесь менять планы на ходу.

ТЕЛЕЦ
21.04 - 21.05

Вас потянет к порядку - и это не только про шкаф. Наводить чистоту и структуру захочется в отношениях, в делах, в личных целях. День отлично подходит для ревизии и избавления от лишнего, а также для внутреннего «перезапуска».

БЛИЗНЕЦЫ
22.05 - 21.06

День активный и насыщенный. Возможен неожиданный звонок, предложение, смена планов. Не отклоняйте приглашения - даже если сначала кажется, что это не ваше, именно такие идеи могут задать курс на интересные летние перемены.

РАК
22.06 - 22.07

Сегодня стоит быть бережнее с энергией - своей и чужой. День хорошо подходит для финансовых расчётов, понимания своих трат, а также мягкой перестройки привычек. Чем меньше объяснений, тем больше сохраните сил.

ЛЕВ
23.07 - 22.08

Утро может быть напряжённым, но не спешите паниковать - к вечеру многое прояснится и устаканится. Луна в Деве поможет навести внутренний порядок. Ваша задача - не держаться за старый маршрут, а довериться новому направлению.

ДЕВА
23.08 - 22.09

Неожиданно для себя вы можете начать мечтать об отпуске. Даже если он пока не на горизонте, сделайте маленький шаг: выберите локацию, составьте список вещей или позвольте себе просто почувствовать это предвкушение.

ВЕСЫ
23.09 - 22.10

Вы жадете общения и новых эмоций, но не все сегодня будут собраны и пунктуальны. Кто-то может забыть, опоздать, перепутать. Отнеситесь к этому с юмором - лето только начинается, и день всё равно будет ярким.

СКОРПИОН
23.10 - 21.11

Понедельник подсказывает - пора распланировать лето. Не только отпуск, но и рабочие процессы. Подумайте, как делегировать ресурсы и когда позволить себе паузу. Стратегия сегодня важнее скорости.

СТРЕЛЕЦ
22.11 - 21.12

День может начаться с одной идеи, а закончиться совсем другой. Позвольте себе фантазировать, обсуждать, смотреть маршруты. Иногда именно случайная мысль становится началом большого летнего приключения.

КОЗЕРОГ
22.12 - 20.01

Кто-то из близких может удивить вас переменами в планах - не раздражайтесь. У вас есть все ресурсы, чтобы перестроиться. Спокойствие, системность и чуть-чуть гибкости - и всё решится быстрее, чем вы думали.

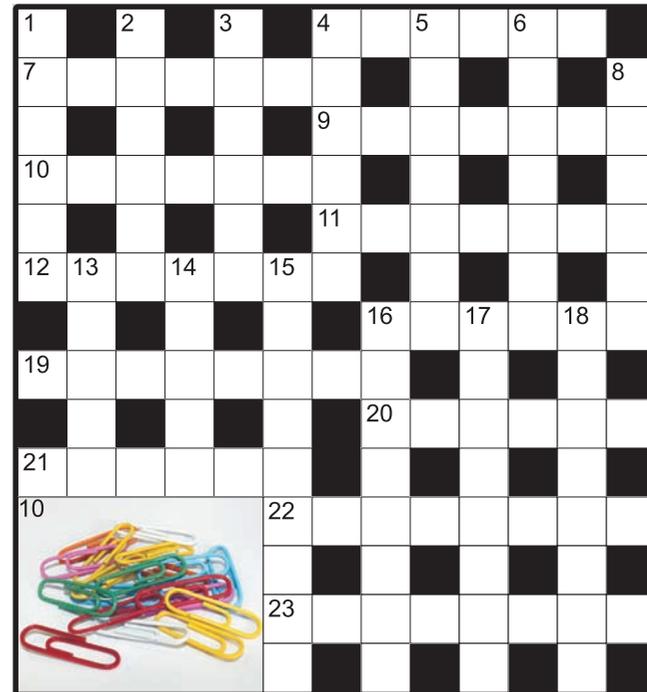
ВОДОЛЕЙ
21.01 - 18.02

Поговорите с собой по-честному: о чём вы мечтаете, что устали терпеть, чего хотите прямо сейчас? Этот день создан для внутренней настройки. И пусть Луна поможет вам услышать себя - не поверхностно, а самую глубину.

РЫБЫ
19.02 - 20.03

Общение сегодня может раздражать - лучше погружаться в дела и абстрагироваться от лишнего. Рабочая концентрация даст отличные плоды, если не отвлекаться на эмоции и болтовню вокруг.

КРОССВОРД



ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

- 4. Кооперативный магазин в деревне или селе
- 7. Музыкальная мешанина
- 9. Приспособление для спуска курка огнестрельного оружия

10. Канцелярская принадлежность

- 11. Громкий, судорожный плач
- 12. Православный священник
- 16. Какая военная маскировка бывает дымовой?
- 19. Бабушка, которая сидит на хлебе и воде, но не из-за диеты
- 20. Стрижка бывает и под него
- 21. Поучительный рассказ в религиозной литературе

- 22. Спирт, бьющий не столько по мозгам, сколько по носу



- 23. У него спрашивают счёт, но не спортивного матча.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

- 1. Один из путей к цели
- 2. Посредник в общении с духами, медиум
- 3. «Накачанный» малыш
- 4. Уроженка Гаваны, портящая здоровье богатых мужчин

- 5. Тёмная особа, ставшая неожиданной победительницей забега
- 6. Ежедневный приём калорий
- 8. Какой отделочный материал позволяет музыкантам экономить силы на живом исполнении?



- 13. Деталь, оберегающая часы от спешки и медлительности
- 14. Мальчик, любящий и изучающий природу



- 15. Тот, с кем одновременно берутся за один гуж
- 16. Тайник на одежде
- 17. Часть наряда, за которую закладывают алкаши
- 18. Русский обряд знакомства с невестой.

ОТВЕТЫ

- По горизонтали:** 4. Сельно, 7. Попри, 9. Гашетка, 10. Скрепка, 11. Выдание, 12. Батюшка, 16. Завеса, 19. Экономка, 20. Горшок, 21. Прица, 22. Напяти, 23. Официант. **По вертикали:** 1. Спосо, 2. Спирит, 3. Крепыш, 4. Сипара, 5. Лощадка, 6. Плянка, 8. Фанера, 13. Анкер, 14. Юннат, 15. Компаньон, 16. Заинтиник, 17. Борротник, 18. Смирничья.

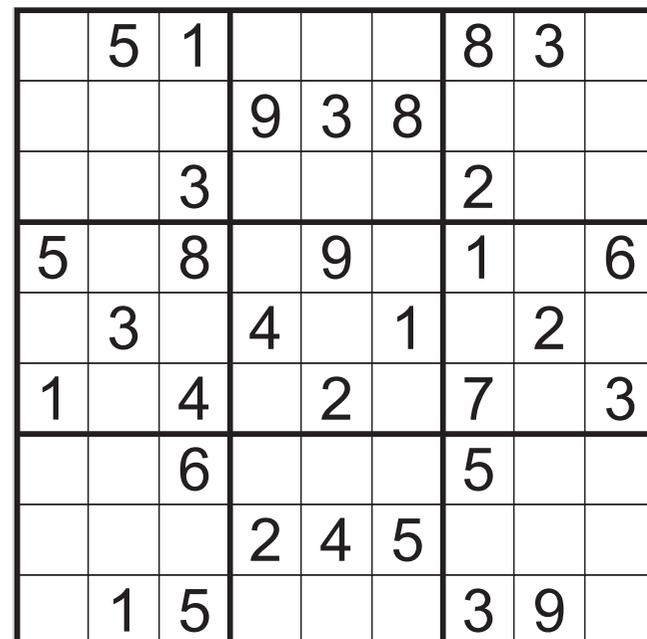
АНЕКДОТЫ

- Жена пишет мужу СМС: «Что делаешь?» - «Ем салат из креветок». - «Зачем так мучиться? Положи в тарелку и ешь из неё!»
- Вчера я долго собирался, чтобы пойти в театр. Дождь тоже собирался долго, но пошли мы одновременно.
- Вчера допоздна шпатель клевал стены и потолок. Сегодня утром, намазывая паштет, механически заделывал все дырки на

- хлебе и затирает неровности паштета. Теперь, когда подсохнет, надо будет шкуркой лишнее снять.
- Если бы месяцы не были такими длинными, наши зарплаты не казались бы такими маленькими.
- - На рыбалку поедem? - Ага! - Удочки будем брать? - Ну их, ещё потеряем!
- На дискотеках провинциальных городов появился новый вид раз-

- влечений. Ведущий объявляет белую драку - дамы лупят своих кавалеров.
- Блондинка - мужу: - Милый, купи мне новый телевизор, только не такой умный, попроще. А то я какой фильм ни посмотрю, никак его не пойму.
- Вы любите, чтобы утром вам приносили кофе в постель, но вы одиноки? Бригада опытных грузчиков доставит вас вместе с кроватью в любое кафе нашего города.

СУДОКУ

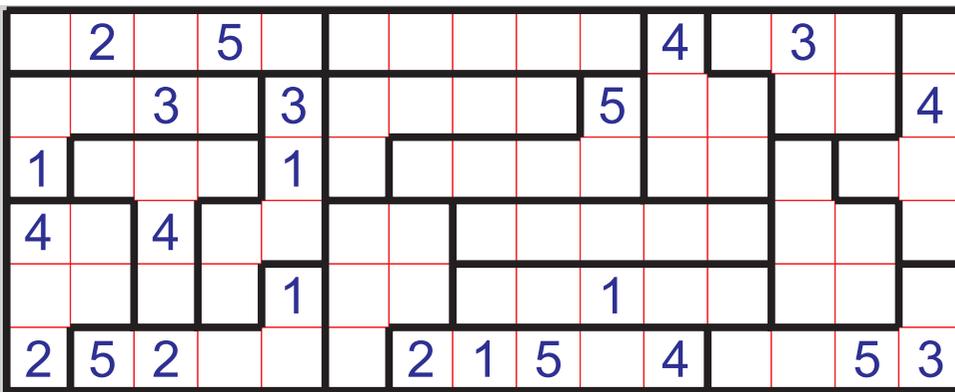


КАК РЕШАТЬ

Заполните все пустые клетки игрового поля цифрами от 1 до 9 таким образом, чтобы ни в одной строке, столбце и малом квадрате 3x3 цифры не повторялись.

ОТВЕТЫ

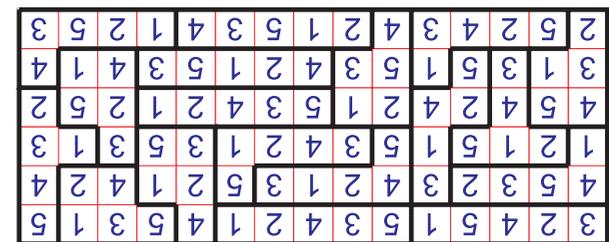
4	9	3	7	6	8	5	1	2
8	1	6	5	2	4	9	3	7
2	7	5	1	3	6	4	8	9
3	8	7	2	4	5	6	9	1
5	6	2	4	8	1	9	3	7
9	4	6	3	7	9	8	2	5
7	6	2	9	3	1	5	4	8
3	9	8	7	2	6	4	5	1



ОТВЕТ

КАК РЕШАТЬ

Заполните каждую зону игрового поля цифрами от 1 до 5. При этом соседние клетки, в том числе и по диагонали, не могут содержать одинаковые числа.



СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

■ **Ремонт квартиры:** обои, натяжной потолок, плитка, сантехника, электрика, циклёвка, ламинат. Тел. 8(495)978-03-44
 ■ **Услуги электрика** на дом недорого, без выходов. Электромонтажные работы под ключ. Москва и область. +7(926)145-49-69



РАБОТА вахтой для мужчин и женщин



от **3800 руб.** смена
 МО, г. Чехов
8 (995) 987-38-49
8 (926) 089-00-48
 Официальное трудоустройство. Бесплатное проживание

ФИНАНСЫ

■ **100% займ**, без отказа! От 10 тыс. руб. Т.: 8(495)766-06-29, 8(985)188-34-44. ООО МКК «ВелкомДеньги». ОГРН 1162901054128. Рег. № 29001253. СРО «МИР»
 ОЦЕНИВАЙТЕ СВОИ ФИНАНСОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ И РИСКИ

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

■ **8(499)409-85-01.** Московская социальная юридическая служба. Бесплатные консультации. Все споры. Иски

■ **Вернём деньги** с юристов-аферистов. Выписываем через суд. Долги, пенсии, кредиты. Недорого, оплата по результату. Т. 8(495)220-56-66

РАБОТА

■ **4000–5000 рублей** за смену. Вахта с проживанием! Требуется упаковщица, комплектовщица и грузчица! Телефон +7(901)417-12-71
 ■ **105 000 руб.** Упаковщица, грузчица. Ставка от 3500 руб./смена. Вахта от 7 смен. Авансы от 5000 руб. Проживание, питание, премии. 8(800)700-09-60

■ **115 000 руб.** з/п. Проживание и питание. Комплектовщица, грузчица. Авансирование и премии. м. Бауманская. 8(800)600-78-49

■ **Адвокаты.** Споры по наследству, недвижимость, земле. Мошенничество. Возврат квартир. Уголовные дела. Т. 8(985)210-25-63

■ **Архисрочно.** Руководителю требуется помощница со здоровым смыслом. Личная встреча. Доходно. Тел. 8(980)125-36-44

■ **Вакансия разнорабочий.** Работа/подработка. З/п 2500–3800 руб./день. Ежедневные выплаты без задержек. Выход на следующий день. Тел. 8(995)153-60-20

■ **Вахта.** З/п от 115 000 р. Комплектовщица, водители рохли. Авансирование и проживание. м. Бауманская. +7(964)727-39-89

■ **Вахта на фабрику мороженого.** З/п 162 000 руб. за вахту! Берём всех. Оператор линии мороженого в Подмоскowie. Бесплатное проживание и обеды. Еженедельные авансы. Заселение в день приезда. За приезд в июне 10 000 руб. Тел. 8(800)600-73-39

■ **Компания АО «Сервисснаб»**, г. Одинцово, ул. Акуловская, д. 23. На постоянную работу требуются: 1) подсобный рабочий – 70 т.р., стропальщик – 80 т.р., слесарь-сантехник – 85 т.р., электрик – 85 т.р., водитель МТЗ – 85 т.р. Премии ежемесячно. Проживание бесплатно. 8(495)593-15-48, 8(985)385-86-62
 ■ **Котломойщик** в столовую. 5/2 с 8:00 до 17:30. З/п 75 000 + питание. м. Тульская. 8(967)153-14-09
 ■ **Котломойщица.** З/п 6000 р./смена + питание. Можно без опыта. Стабильная зарплата, униформа, ТК РФ. График ночной 3/3, с 20 до 06 час. ТК РФ. м. Красные Ворота, Садовая-Черногрозская, 8/2, Angels. 8(967)227-31-08, 8(926)415-72-57
 ■ **Курьер.** З/п 2000–10 000 руб./день, выплаты сразу. Гражданство РФ. Тел. +7(925)211-48-31
 ■ **Курьер.** З/п 5000 руб. выход + ежемесячный оклад, поездки в ИФНС, банки. Тел. +7(916)614-87-90
 ■ **Мойщик гранита** и бронзы без опыта работы. 5/2 с 08:00 до 17:00, з/п 85 000 р. Московская область, г. Мытищи, Осташковское ш., 4-й км, вл. № 2. 8(985)826-50-23
 ■ **Операторы кол-центра.** З/п от 45 000. Входящие, исходящие звонки. Возможно без опыта работы. Г/р 9-18. 8(985)746-67-76, 8(499)322-08-76
 ■ **Охранник.** 3500–3900 руб. за сутки. Москва. Вахта, 15/15, 45/15, 60/15, 30/30. Наличие УЧО. Тел. 8(991)775-12-82
 ■ **Охранник** в ЧОП. Вахта + питание = 100 000 в месяц. Тел. 8(936)300-19-00
 ■ **Охранник, график суточный 4/4, 5/5, 6/6, 15/15.** З/п от 4000 (сутки), работа в Москве, ТК РФ. +7(916)578-20-50
 ■ **Охранник.** З/п 5000–5200 руб./смена. Режим 1/3, 2/2. Официальное трудоустройство в госкомпании. Соцгарантии. ДМС. Тел. 8(915)005-49-37
 ■ **Охранник.** З/п до 5000 на руки. Москва, МО. Без лицензии. День/ночь/сутки. Форму выдаём. ООО «Легат». м. Курская. Тел.: 8(495)795-47-35, 8(965)325-77-02

■ **Охранник** (муж./жен.). Сутки 4500–6000 р. Вахта 3500 р. Москва и МО (Электроугли, ст. Бронницы, Мытищи и др.). 8(499)369-37-87, 8(967)070-32-02
 ■ **Охранник на вахту в универсам.** Без лицензии. Аванс еженедельно. Зарплата без задержки от 50 000 руб. Т. 8(926)781-43-46
 ■ **Охранник.** С лицензией и без. Различные объекты. Хорошие бытовые условия. Гарантированная оплата. 8(906)782-30-22, 8(964)589-55-99

■ **Охранники.** 4000–5500 руб./смена + питание, форма. Наличие УЛЧО. Г/р суточные: 1/3, 2/4, 7/7, 14/14. Соцпакет. м. Филатов Луг, Румянцево, Перово. Тел.: 8(963)665-95-75, 8(929)589-61-10
 ■ **Охранники.** Вахта 15/15. Официально. Жильё. До 100 000 р. 8(925)081-91-65
 ■ **Охранники.** З/п 2700–4000 руб. за сутки. Вахта 15/15, 30/15. Наличие УЧО/без УЧО. Москва и МО. Тел.: 8(926)919-05-84, 8(991)931-51-53
 ■ **Охранники.** Объекты (административные здания), КПП. Муж./жен., наличие УЛЧО приветствуется. З/п 4 р. – 3700 руб./сут, 6 р. – 5000 руб./сут. Г/р 5/2 (дневной) 55 000–60 000 руб. в месяц. Форма бесплатно. Соцпакет. ТК РФ. Проживание. Подработки. м. Сокол. +7(985)143-43-17
 ■ **Охранники** с лицензией. От 85 000 до 140 000 в месяц. Охрана административных зданий в Москве. 2/4, 1/3, подработки. Соцпакет. ООО «ЧОО СБ». 8(985)336-55-96
 ■ **Охранники!** Срочно! Посты сидячие! Быт. условия: всё есть! Графики сменные и вахты. З/п 2 раза в мес. Тел. 8(916)442-91-76, Иван

■ **Охранники с УЧО или без.** Вахта. З/п 2500–3500 р./смена. 8(968)840-73-42
 ■ **Охранники.** 400 «Кобальт-Охрана». Объекты в Москве и МО. З/п за смену 12 ч. – от 3500 р. и за смену 24 ч. – от 5000 р. Выплата з/п без задержек. 8(915)365-72-71
 ■ **Подработка.** Мобильный грузчик. Свободный график. 3200–4800 р. в день. Оплата сразу на месте. 8(977)360-22-52, Сергей
 ■ **Продавец-кассир.** З/п в день от 3000 руб., в ночь от 3500 руб. за смену. м. Смоленская и м. Белорусская. Тел.: 8(903)510-73-80 или 8(909)662-80-47
 ■ **Работайте кассиром** в Москве. 3300 р. в день. Ежедневная оплата. Индивидуальный график. +7(925)114-58-52

■ **Рабочий-монтажник.** З/п 90 т.р., график 5/2, доставка на объект, монтаж оборудования (светофоры, камеры телеобзора, детекторы), протяжка кабелей. м. Пражская. 8(977)817-83-16
 ■ **Раздача** газет «Метро». Оплата 550/600 рублей за смену. Телефон 8(915)470-45-85
 ■ **Разнорабочий.** Прокладка кабельных линий. Доход от 5300 руб./день. ТК. Объекты по Москве. Проживание и спецодежда бесплатно, ДМС. График 5/2, 6/1. Тел. 8(926)023-84-80
 ■ **Руководителю** с Урала сотрудница/к в московский офис. Сама обучаю. Личная встреча. Тел. 8(916)108-54-68
 ■ **Сантехник** требуется в отель в центре Москвы. Оформление по ТК РФ, 2/2, питание, соцпакет, медкнижка, страховка. Тел.: +7(495)937-08-96; +7(903)799-72-17
 ■ **Слесарь-электромонтажник** на участок крупных блоков. От 130 т.р. на руки. Пайка оловянно-свинцовыми сплавами. Вязка жгутов. Шоссе Энтузиастов, 56. Тел. 8(495)786-37-04
 ■ **Суши-повар** (ночной) требуется в ресторан панзиатской кухни. Опыт работы в ресторанах Москвы от 1 года. График работы сменный, ночной 3/3 с 18:30. З/п 6200 р./смена + питание. ТК РФ. Улица 1905 года, дом 2/1, Boom Boom Room. 8(967)227-31-08, 8(926)415-72-57
 ■ **Техник** по эксплуатации (мини-вахта 3х3 суток) в ресторанно-гостиничный комплекс. З/п от 100 000 р. Бесплатно предоставляются: проживание, питание, форменная одежда. График 3/3 суток. ТК РФ. м. Спортивная, Киевская. 8(925)772-18-78, +7(967)227-31-08
 ■ **Уборщица** в мебельный салон. График: 2 рабочих дня/4 выходных – 40 000 руб. на руки. м. Шелепиха. 8(903)613-24-09
 ■ **Уборщица** в новую поликлинику 218 м. Бабушкинская. 6/1: 8:00-20:00. З/п 80 000 р. на руки. Ул. Напрудная д. 15, пр-д Шокальского, д. 8, ул. Ротерта, д. 12, Полярная, д. 28. Тел. 8(922)840-19-81
 ■ **Уборщица** в столовую. График работы 5/2 (с 8:30 до 18:00). З/п 57 000 + питание. м. Сходненская, Трехотажная. 8(919)100-68-17
 ■ **Уборщица, дворник** на ТЭЦ. З/п от 55 301 р. График 5/2. Оформление, премии. Подберём объект. Телефоны: 8(985)681-53-97, 8(916)281-54-84
 ■ **Уборщица.** З/п 70 т.р. В хостел. Бесплатное проживание. График: 6/1. Тел. 8(968)922-22-44
 ■ **Фасовщицы(ки).** З/п от 40 000 руб. (сдельная) Г/р 5/2, с 8 до 17. Фасовка семян. ООО «АГРОФИРМА ПАРТНЁР». м. Владыкино. Тел. 8(985)361-43-19

■ **Электрик.** З/п от 60 000 руб. График работы 5/2. Оформление по ТК. Остаповский проезд, 12. Тел. 8(916)360-17-24
 ■ **Электромонтёр,** от 86 т.р. на руки. Работы по эксплуатации и ремонту электрооборудования до 1000 В. Шоссе Энтузиастов, 56. Тел. 8(495)786-37-04

АВТОВЫКУП

■ **Автомобили** иностранные и отечественные в любом состоянии износа. Снятие с учёта в ГИБДД, оформление и эвакуация за мой счёт. Оплата сразу. Тел.: 8(926)029-93-33

АВТОПЕРЕЕЗДЫ

■ **8(495)220-22-35,** 8(903)000-75-92. Грузоперевозки, переезды квартирные. Машины. Профгрузчики. Упаковка. Разумные цены. www.vmigperezdy.ru

СООБЩЕНИЯ

■ **Утерянные документы** – дубликат аттестата о среднем общем образовании 06504 000001833 от 25.06.2014 г. и аттестат об основном общем образовании 65 БВ 0001751 от 21.06.2010 г., выданные МАОУ Лицей № 2 г. Южно-Сахалинска на имя Петелиной Валерии Андреевны, считать недействительными

РАЗНОЕ

■ **Книги** покупаем, домашние библиотеки. Выезд специалиста бесплатный. Оплата сразу. Т. 8(495)961-36-02
 ■ **Предприятие** «Микконт» купит микросхемы, конденсаторы, реле, платы, сопротивления Тел. 8(800)707-22-53

ПУНКТЫ ПРИЁМА ОБЪЯВЛЕНИЙ:

- Ст. м. «Авиамоторная» 8(495)133-16-22
- Ст. м. «Аэропорт» 8(495)642-29-33, 8(926)403-84-18
- Ст. м. Беломорская, 8(916) 974-20-48
- Ст. м. «Белорусская» (Кольцо) 8(495)614-54-05
- Ст. м. «Битцевский Парк» 8(925)504-51-08 (только юриция)
- Ст. м. «Ленинский проспект» 8(495)973-23-41, 8(901)553-23-41
- Ст. м. «Марьяна Роща» 8(495)640-18-48, доб. 123
- Ст. м. «Павелецкая» 8(495)775-60-46
- Ст. м. «Петровско-Разумовская» 8(495)978-41-38, 8(901)517-41-38
- Ст. м. «Савёловская – Лианозово» 8(915)222-33-47
- Ст. м. «Тульская» 8(495)961-00-18
- Ст. м. «Тургеневская» 8(495)788-77-03
- Ст. м. «Ховрино» 8(903)786-17-18
- Ст. м. «Щукинская», «Тушинская» 8(905)705-17-48
- Ст. м. «Электровзводская» 8(495)228-06-30

Объявления в этой рубрике являются рекламой



МОСКВА • Metro выходит в 18 странах мира, на 4 континентах, на 13 языках • Врио генерального директора Наталья Клименчева • Главный редактор Иван Чеберко • Арт-директор Павел Киреев • Распространение Роман Харитонов • Редактор номера Дарья Загородняя
 • Газета Metro Москва © Рекламное издание • Регистрационное свидетельство ПИ № ТУ 50-333 от 26 февраля 2009 г. Выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи и массовых коммуникаций по Москве и Московской области • Учредитель и издатель: АО «Газета Metro» • Адрес издателя и редакции: 125124, г. Москва, вн.тер.г. муниципальный округ Беговой, ул. Правды, д. 24, стр. 4, помещ. 1Н • Тел. редакции: 8(495)787-12-11 • E-mail редакции: internet@gazetametro.ru • Отдел рекламы: 8(495)787-12-11. E-mail: reklama@gazetametro.ru
 • Сайт: www.gazetametro.ru • Мнение авторов может не совпадать с позицией редакции • Редакция не несёт ответственности за материалы информационных агентств, стиль и грамотность рекламных объявлений. • Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые сертификаты и лицензии • Редакция не несёт ответственности за содержание рекламных материалов, а также за надлежащее исполнение рекламодателями своих обязательств • Время подписания по графику: 19:30 • Время подписания номера фактически: 01.06.2025, 20:00
 • Газета «Metro Москва» распространяется бесплатно • Материалы под рубриками: «Столица», «Metro-Экспресс» печатаются на правах рекламы

СПОРТ

С

Отсканируй QR-код, чтобы прочитать о спортивных событиях на gazetametro.ru.



«Спартак» объявил об уходе своего воспитанника

ФУТБОЛ. «Красно-белые» расстаются с 25-летним Михаилом Игнатовым, сообщается в клубном телеграм-канале. Игрок является выпускником академии «красно-белых». В составе взрослой команды «Спартак» полузащитник принял участие в 132 матчах во всех турнирах, в них Игнатов отметился девятью голами и 16 результативными передачами. **METRO**



Андреева также выступает в одиночном разряде, сегодня она сыграет с Дарьей Касаткиной / AFP

Мирра Андреева и Диана Шнайдер продолжают жечь в паре

ТЕННИС. Россиянки обыграли французенок Каролин Гарсию и Диан Парри на «Ролан Гаррос». В четвертьфинале парного турнира они встретятся с соотечественницей Анастасией Потаповой и Ольгой Данилович из Сербии.

В следующую стадию также прошла Вероника Кудерметова. Она выступает в дуэте с Элизе Мертенс из Бельгии. **METRO**

Обновлённая Лига чемпионов завершилась избиением «стариков»

70-Й РОЗЫГРЫШ ГЛАВНОГО ЕВРОКУБКА ПРОШЁЛ В ФОРМАТЕ С ОБЩИМ ЭТАПОМ И СТЫКОВЫМИ МАТЧАМИ. РАССКАЗЫВАЕМ, ЧТО ИЗМЕНИЛОСЬ ПОСЛЕ ЕГО РЕФОРМЫ



5:0

– С ТАКИМ СЧЁТОМ «ПСЖ» В РЕШАЮЩЕЙ ИГРЕ РАЗГРОМИЛ «ИНТЕР». ЭТА ПОБЕДА СТАЛА КРУПНЕЙШЕЙ В ИСТОРИИ ФИНАЛОВ ЛИГИ ЧЕМПИОНОВ, ПИШЕТ ОРТА. ПАРИЖАНЕ ВПЕРВЫЕ ВЫИГРАЛИ ЭТОТ ТУРНИР. ГЛАВНЫМ ГЕРОЕМ ВСТРЕЧИ СТАЛ 19-ЛЕТНИЙ ДЕЗИРЕ ДУЗ, ЗАБИВШИЙ 2 МЯЧА И СДЕЛАВШИЙ ГОЛЕВУЮ ПЕРЕДАЧУ. ТАКЖЕ ГОЛОМ ОТМЕТИЛСЯ ЭКС-ИГРОК «ЛОКО» И «РУБИНА» ХВИЧА КВАРАЦХЕЛИЯ.



144

УНИКАЛЬНЫХ ПРОТИВОСТОЯНИЯ ПОДАРИЛ ЗРИТЕЛЯМ ОБЩИЙ ЭТАП ТУРНИРА. НА ГРУППОВОМ ЭТАПЕ ЛИГИ ЧЕМПИОНОВ В ПРОШЛЫЕ ГОДЫ ТАКИХ ВСТРЕЧ БЫЛО ВСЕГО 48. НЕПРЕДСКАЗУЕМОСТЬ ТУРНИРНОЙ ТАБЛИЦЫ ЗАСТАВЛЯЛА КОМАНДЫ АКТИВНЕЕ АТАКОВАТЬ И УСТРАИВАТЬ ЯРКИЕ МАТЧИ. НАПРИМЕР, В 7-М ТУРЕ «БАРСЕЛОНА» ОБЫГРАЛА «БЕНФИКУ» СО СЧЁТОМ 5:4.



30

ЛЕТ И 252 ДНЯ – СРЕДНИЙ ВОЗРАСТ СТАРТОВОГО СОСТАВА «ИНТЕРА» В ФИНАЛЕ. У «ПСЖ» ОН СОСТАВЛЯЛ 25 ЛЕТ И 96 ДНЕЙ. РАЗНИЦА МЕЖДУ КОМАНДАМИ – 5 ЛЕТ И 146 ДНЕЙ, РЕКОРДНАЯ ДЛЯ ФИНАЛОВ ЛИГИ ЧЕМПИОНОВ, ПОДСЧИТАЛ ОРТА.

618

МЯЧЕЙ ЗАБИЛИ ФУТБОЛИСТЫ В ЭТОМ РОЗЫГРЫШЕ ЛИГИ ЧЕМПИОНОВ. ЭТО ПО 3,27 ГОЛА В СРЕДНЕМ ЗА МАТЧ. МЯЧ ВЛЕТАЛ В СЕТКУ ЧЬИХ-ТО ВОРОТ КАЖДЫЕ 28 МИНУТ. САМЫМ РЕЗУЛЬТАТИВНЫМ КЛУБОМ СТАЛА «БАРСЕЛОНА» – 43 ГОЛА. ЕЁ ФОРВАРД РАФИНЯ РАЗДЕЛИЛ ЗВАНИЕ ЛУЧШЕГО БОМБАРДИРА С СЕРУ ГИРАССИ ИЗ «БОРУССИИ». ОБА ЗАБИЛИ ПО 13 МЯЧЕЙ.

5-М

РОССИЯНИНОМ, ВЫИГРАВШИМ ЛИГУ ЧЕМПИОНОВ, СТАЛ МАТВЕЙ САФОНОВ, ПРИНЯВШИЙ УЧАСТИЕ В 2 МАТЧАХ. РАНЕЕ ТРОФЕЙ ДОСТАВАЛСЯ ИГРОКУ ДОБРОВОЛЬСКОМУ («МАРСЕЛЬ», СЕЗОН-1992/1993), ВЛАДИМИРУ БУТУ («БОРУССИЯ», СЕЗОН-1996/1997), ДМИТРИЮ АЛЕНИЧЕВУ («ПОРТУ», СЕЗОН-2003/2004) И ДЕНИСУ ЧЕРЫШЕВУ («РЕАЛ», СЕЗОН-2015/2016).

€148,4

МЛН УЕФА ВЫПЛАТИТ «ПСЖ» ПО ИТОГАМ СЕЗОНА, УТВЕРЖДАЕТ ФУТБОЛ MEETS DATA В СОЦСЕТИ X. €6,5 МЛН ПАРИЖАНЕ ПОЛУЧАТ ЗА ПОБЕДУ В ФИНАЛЕ, ЕЩЁ €4 МЛН – ЗА УЧАСТИЕ В СУПЕРКУБКЕ УЕФА, ГДЕ ОНИ ВСТРЕТЯТСЯ С ВЫИГРАВШИМ ЛИГУ ЕВРОПЫ «ТОТТЕНХЭМОМ».

189

МАТЧЕЙ СОСТОЯЛОСЬ НА ОСНОВНОЙ СТАДИИ ТУРНИРА. РАНЬШЕ ИХ БЫЛО 125. НА ОБЩЕМ ЭТАПЕ КОМАНДЫ ПРОВЕЛИ ПО 8 ВСТРЕЧ. ЗАТЕМ В ПАР ЕЩЁ И ВЫЯВЛЯЛИ СИЛЬНЕЙШИХ В СТЫКАХ ДЛЯ ПРОХОДА В ПЛЕЙ-ОФФ. СРЕДИ НИХ БЫЛ И «ПСЖ», ЗАНЯВШИЙ НА ОБЩЕМ ЭТАПЕ ЛИШЬ 15-Е МЕСТО, НО В ИТОГЕ ВЗЯВШИЙ КУБОК.



ТЕКСТ: ДАНИИЛ БОРОЗДИН, ФОТО: АФР, ГРАФИКА: ПАВЕЛ КИРЕЕВ | METRO