metro®

ТОП-10 СПОСОБОВ НАЙТИ БЫВШИХ КЛИЕНТОВ РОКЕТБАНКА:

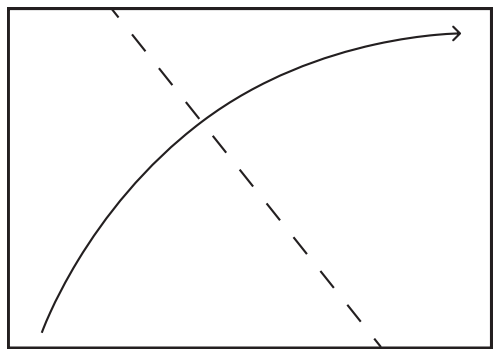
УДЬИХ ЕЛ ІТОВ КЕТА?

1. НАПИСАТЬ БЫВШИМ
2. ЗАПОСТИТЬ СТОРИС
3. ПОДОЙТИ К НЕЗНАКОМКЕ В БАРЕ
4. КРИКНУТЬ В ОКНО: КТО-НИБУДЬ ВИДЕЛ БЫВШИХ КЛИЕНТОВ РОКЕТА?
5. СПРОСИТЬ В ОЧЕРЕДИ В ПОЛИКЛИНИКЕ
6. РАЗЛОЖИТЬ ТАРО ОНЛАЙН
7. НАПИСАТЬ В ДОМОВОЙ ЧАТ

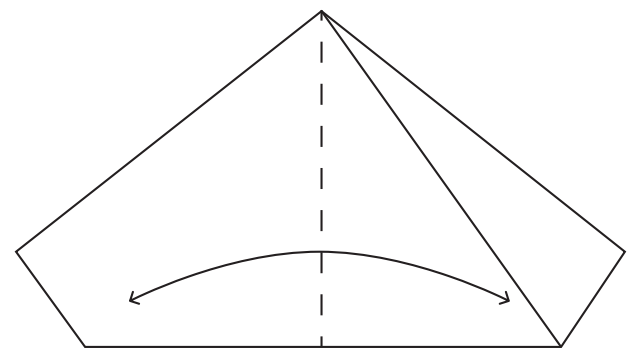
РЕКЛАМА. РОКЕТБАНК. БАНКОВСКИЕ УСЛУГИ ОКАЗЫВАЕТ ПАО «СОВКОМБАНК»

рубрика «очумелые ручки»

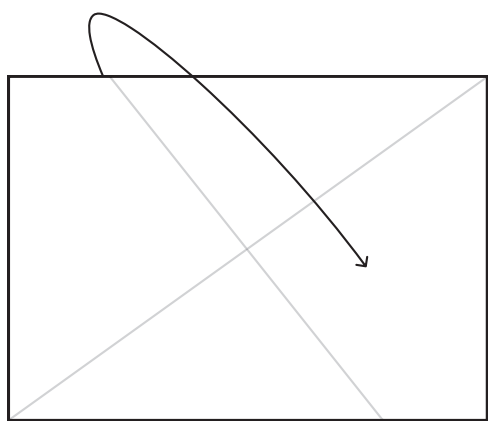
НАБОР, КОТОРЫЙ ПОМОЖЕТ ТЕБЕ ВЫЙТИ НА СЛЕД БЫВШИХ КЛИЕНТОВ РОКЕТБАНКА. СОЗДАЙ ИЗ ГАЗЕТЫ ВСЁ, ЧТО НУЖНО ДЛЯ ПОИСКА: ОЧКИ-РОКЕТБЕНЫ И КЛИЕНТОСКОП (на последней странице)



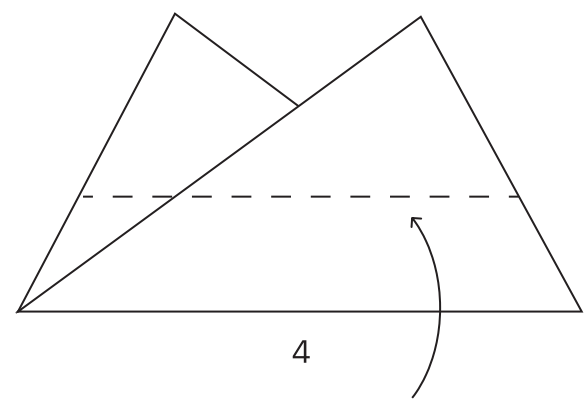
1



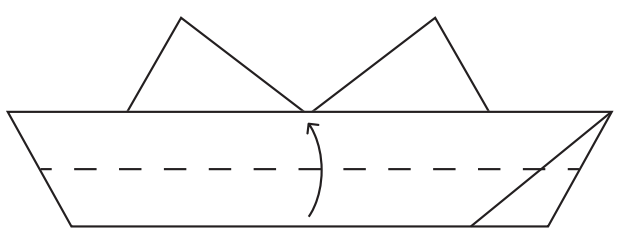
2



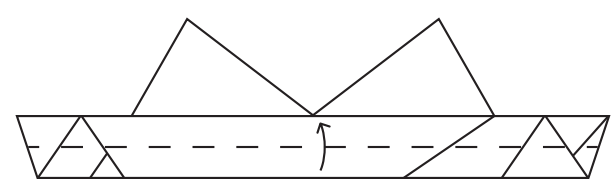
3



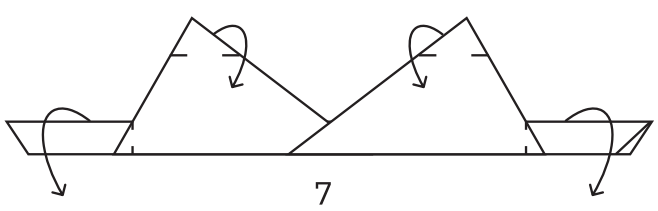
4



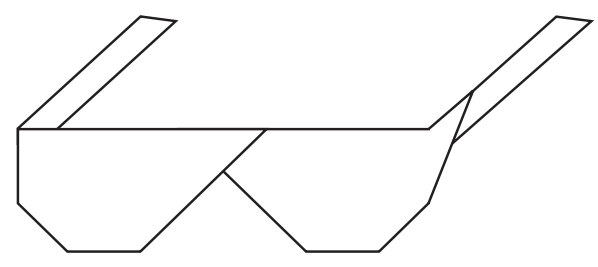
5



6



7



8

gazetametro

№ 1 В МОСКВЕ*

metro®

ГАЗЕТА METRO МОСКВА четверг, 5 июня 2025 № 25 (102/5641) Столичная утренняя газета

90 ЛЕТ М

Встаёт с колёс на рельсы как «трансформер»

Рассказываем про невидимую для пассажиров технику, которая ежедневно обслуживает столичное метро **с. 06**

Куда все бегут? **На спортивные фестивали!** с. 05

Мэр столицы Сергей Собянин рассказал о грядущих спортивных мероприятиях / **АГН «МОСКВА»**

gazetametro.ru

Зарегистрировано как рекламное издание

Экспериментируем с дрожжами и штопаем бананы

В выходные в «Зарядье» стартует МЕДИКФЕСТ. Рассказываем, почему его нельзя пропустить **с. 04**

Учёный предложил ввести отпуск для выгоревших

Инициатива уже направлена в Минтруд, но есть нюансы **с. 08**

Фильм о продавце унитазов взял главный приз

В Великом Новгороде завершился фестиваль молодого кино **с. 14**

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

НОВОСТИ

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

Речные прогулки по Москве-реке поставили новый рекорд

ТРАНСПОРТ. Всего за один день жители и гости столицы приобрели более 5 тысяч билетов на прогулочные рейсы по Москве-реке, сообщили в пресс-службе Дептранса. В этом сезоне для досуга на воде доступны 6 интересных маршрутов, а самые востребованные – «Северный», «Исторический» и переправа Северный речной вокзал – Захарково. **METRO**

У храма в районе Крылатское появилась подсветка

АРХИТЕКТУРА. У храма Рождества Пресвятой Богородицы на западе столицы появилась художественная подсветка. Об этом сообщил заммэра столицы по вопросам жилищно-коммунального хозяйства и благоустройства Пётр Бирюков. Так, храм второй половины XIX века украшает 116 современных осветительных приборов. **METRO**

В столичном зоопарке провели настоящую жабью свадьбу

АМФИБИИ. Жаба-ага Настюша наконец-то обрела женское счастье – она вышла замуж за Ванюшу. Об этом рассказали в пресс-службе Московского зоопарка. Праздник прошёл в спокойной и природной обстановке – молодожёны обменялись клятвами под пристальным взглядом подружки невесты – жабы-рогатки Машеньки. **METRO**

Как и нужно, самка крупнее самца / **СКРИНШОТ ВИДЕО МОСКОВСКОГО ЗООПАРКА**

В Москву придёт невероятно жаркая погода для июня

ЛЕТО. Начальник отдела управления в кризисных ситуациях Росгидромета Анатолий Цыганков в разговоре с АГН «Москва» заявил, что во вторник, 10 июня, воздух в столице прогреется до плюс 29–34 градусов.

«Это ещё не экстремальное тепло, но будет жарко», – сказал он. **METRO**

ПОГОДА НА ЗАВТРА

6 июня	пятница
+26 °C день	+19 °C ночь

Столичный выпускной впервые пройдёт на ВДНХ

ДИСКОТЕКА. Главной площадкой для городского выпускного в этом году впервые станет ВДНХ. Праздник пройдёт в ночь с 27 на 28 июня и объединит свыше 45 тысяч участников, сообщила заммэра Москвы по вопросам социального развития Анастасия Ракова. В течение ночи для выпускников выступят известные артисты, например Shaman, группы Dabro, The Hatters и Gayazov$ Brother$, Татьяна Куртукова, Mona, Юля Гаврилина. Праздник продлится до 6 утра. **METRO**

Идём в гости к клеткам и учимся штопать бананы

Уже в эти выходные в научно-познавательном центре «Заповедное посольство» парка «Зарядье» пройдёт МЕДИКФЕСТ. Москвичи смогут послушать лекции от действующих врачей, принять участие в спасении жизни и заглянуть в микромир. Внимание, посещение фестиваля бесплатное, однако на некоторые активности требуется регистрация

МАРИНА ВЕРЕСАЕВА / ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА ПАРКА «ЗАРЯДЬЕ», SHUTTERSTOCK

Ищем вирусы

Мастер-класс «Микрогерои и микрозлодеи» пройдёт 8 июня в 16:15. Москвичи узнают всё о грибах, бактериях, вирусах и одноклеточных животных, которые окружают человека, и выяснят, какие несут опасность, а какие нет. Кроме этого, гости узнают, что такое антибиотик и как он всё же работает. В конце мастер-класса участники проведут эксперимент с дрожжами и углекислым газом, а также научатся работать с микроскопом.

Смотрим на клетку

Мастер-класс «Что внутри нас: от клетки до органа» пройдёт 7 июня в 10:45, 12:00, 13:30 и 14:45. Посетители узнают, как устроено наше тело, что об этом думали во времена Античности и как менялись представления о работе организма на протяжении разных эпох. У гостей будет шанс погрузиться в микромир человеческого тела при помощи микроскопов и увидеть клетки своими глазами.

Ищем железо

Лекция «Анемия – не диагноз» состоится 8 июня в 14:00. Москвичи узнают, из-за чего появляется анемия, что такое гемоглобин, ферритин и кто находится в группе риска. Регистрация на сайте zaryadyepark.ru.

Изучаем череп

Интерактивная выставка «Предки человека» будет ждать гостей в холле «Заповедного посольства» 7 июня с 11:00 до 18:00. Москвичи смогут взять эволюцию человека в свои руки! А точнее – детально изучить черепа древнейших предков человека – от австралопитека до синантропа. Останки можно будет потрогать и сравнить, после чего гостям расскажут интересные факты об этапах эволюционного развития Homo sapiens.

Изучаем факты

Лекция «Разрезы сквозь века: как развивалась хирургия?» состоится 7 июня в 14:00. Гости узнают необычные медицинские факты, истории о фатальных поражениях и блистательных победах в этой области. Регистрация на сайте zaryadyepark.ru.

Учимся штопать

Мастер-класс «Мой шаг в хирургию» пройдёт 7 июня в 13:30, 14:45 и 15:45. Москвичи научатся накладывать хирургические швы импровизированным пациентам – бананам!

Спасаем жизнь

Интерактив на улице «Реанимобиль: инструкция по применению от РНЦХ» будет проходить 7 июня с 11:00 до 18:00. Гости смогут попасть внутрь специального автомобиля, где врачи анестезиологи-реаниматологи проведут мини-курс по экстренной помощи.

Дане нужна ваша помощь, чтобы продолжить лечение

Парню нужна ваша помощь / **ФОНД «ПОДСОЛНУХ»**

У 17-летнего Данилы Зайцева первичный иммунодефицит. Первые симптомы болезни у мальчика появились в восьмилетнем возрасте – на коже возник фурункул. Родители решили, что это последствия простуды. Однако вскоре воспаления начали появляться регулярно. Ребёнок многократно лечился у дерматологов и хирургов, но это не дало результатов. В 2023 году ребёнка впервые направили к иммунологу, который выявил серьёзные нарушения в организме. Был назначен препарат «Секукинумаб». Он дал кратковременное улучшение, но потом симптомы вернулись. Весной прошлого года Данила прошёл обследование и лечение в НМИЦ детской гематологии и иммунологии им. Рогачёва. Чтобы продолжить лечение, необходимы дорогостоящие препараты. Пока на них оформляются документы по льготе, семье требуется помощь. Необходимо оплатить препараты «Упадацитиниб» и «Адалимумаб» общей стоимостью 171 000 рублей с учётом доставки.

ОЛЬГА МОСКАЛЕНКО

ПОМОЧЬ ЛЕГКО

■ Чтобы помочь Даниле, отправьте SMS со словом «МЕТРО» и суммой пожертвования на 3434. Например: «МЕТРО 100», и подтвердите оплату в ответном сообщении.

■ Дополнительную информацию смотрите на сайте фонда «Подсолнух» fondpodsolnuh.ru или звоните: +7(800)500-63-35.

Столица приглашает на спортивные фестивали

В этом году в Москве пройдут сразу четыре больших спортивных события. Рассказываем, где можно размяться и посоревноваться

Михаил Нешевец
mvn@gazetametro.ru

Москва в очередной раз готова подтвердить свой статус – города спорта. Она станет площадкой для ярких спортивных событий, включая забеги, экстремальные соревнования и киберспортивные турниры.

Постановление о поддержке правительством Москвы четырёх масштабных спортивных событий подписал мэр столицы Сергей Собянин. Предполагается, что в них смогут принять участие десятки тысяч спортсменов.

«Мы создаём все условия для любителей активного образа жизни: от площадок возле дома до крупных городских событий».

СЕРГЕЙ СОБЯНИН
мэр Москвы

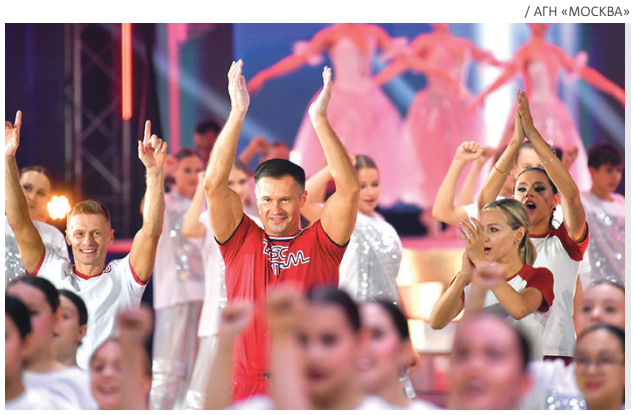
ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ

/ АГН «МОСКВА»

Extreme Moscow City Games

В сентябре в столице соберутся поклонники экстремальных видов спорта более чем из 15 стран. В программе – мотофристайл на мотоцикле и снегоходе, стантрайдинг, этап Кубка России по BMX, чемпионат России по роллерному спорту, Кубок мира по воркауту и соревнования по паркуру.

/ АГН «МОСКВА»



Гимнастическое шоу Алексея Немова «Легенды спорта»

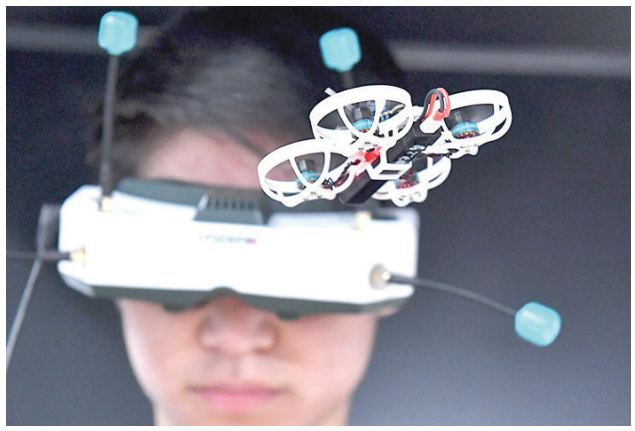
Оно состоится во Дворце спорта «Мегаспорт» имени А. В. Тарасова в октябре. Шоу объединяет спортивную, художественную, воздушную и эстетическую гимнастику, акробатику и цирковое искусство.

/ MOS.RU

Big Run Fest

В июле большой беговой фестиваль превратится в грандиозный городской праздник со спортивными иммерсивными экскурсиями, живой музыкой, конкурсами, викторинами и фуд-кортом. Все желающие смогут выбрать подходящую дистанцию для забега по Садовому кольцу – 5, 10 или 15 километров.

/ АГН «МОСКВА»



Киберзарница

В сентябре в «Лужниках» состоится «Киберзарница». Участники смогут испытать свои силы в тактической стрельбе, управлении БПЛА, спортивном ориентировании и других дисциплинах. Также пройдут турниры и шоу-матч по CS2.

Детсад построили за две недели

О том, как такое стало возможным, рассказал Сергей Собянин

Михаил Нешевец
mvn@gazetametro.ru

Первый детский сад, построенный по модульной технологии, открылся в столице. Об этом в своём телеграм-канале сообщил мэр Москвы.

Сверхкрупные модули доставляются на площадку и монтируются в короткие сроки. Большая часть производственных этапов проходит на заводе, что позволяет обеспечить высокое качество готового объекта.

В конструкции предусмотрены все необходимые закладные для инженерных систем, что упрощает монтаж. Благодаря современным технологиям удалось существенно сократить сроки строительства, при этом сохранив высокие стандарты качества.

Детский сад оснащён всем необходимым: 12 группами, медицинским блоком, службой охраны, пищеблоком, а также физкультурным и музыкальным залами.

Внутри стены детсада украшены рисунками / ТЕЛЕГРАМ-КАНАЛ МЭРА МОСКВЫ

ЦИФРЫ

114

модулей понадобилось для строительства детского сада.

300

детей смогут посещать группы в новом здании, возведённом по современной технологии.

КОРОТКО

В Москве завершилась Неделя предпринимательства

ИТОГИ. Она дала новые возможности для развития бизнеса в столице. Об этом в своём телеграм-канале написал мэр Москвы Сергей Собянин.

Её главные события: Startup Village в Сколково, День предпринимательства, акция «День без турникетов» и Московская неделя интерьера и дизайна – посетило более 300 тысяч человек. **METRO**

В МАИ создали дрон, который никогда не устаёт

ТЕХНИКА. Аппарат для осмотра объектов и ведения видеонаблюдения способен беспрерывно находиться в воздухе, сообщает пресс-служба института. Он связан с землёй оптоволоконным кабелем, поэтому может использоваться в зонах, где полёты строго запрещены. **METRO**

«Ласточки» будут ходить по МЦК чаще

ЭТО ВРЕМЕННО. 6 июня «Ласточки» на Московском центральном кольце (МЦК) будут курсировать с минимальным четырёхминутным интервалом, сообщает пресс-служба МЖД.

Это связано с проведением спортивного мероприятия на стадионе «Лужники». **METRO**

Метро показало технику, невидимую для пассажиров

44 года со дня рождения отметила Специальная автобаза (САБ) Московского метрополитена, расположенная в старинном депо «Северное»

Репортёр Metro отправилась поздравить учреждение с красивой датой и осмотрела автотехнику, которая помогает метро и трамваям работать стабильно

Дарья Завгородняя
dariaz@gazetametro.ru

Машина «Сапсан» проводит проверку работоспособности перед выездом для ремонта контактной сети / **ВСЕ ФОТО: ЕЛЕНА КУПЦОВА**

ТЕСТ-ДРАЙВ

Знакомство со Специальной автобазой метро началось с приятного. Меня посадили в электрический «Москвич 3е» и устроили тест-драйв. Это была моя первая в жизни поездка на электромобиле.

– С 2023 года парк легкового транспорта мы полностью укомплектовали автомобилями «Москвич», – объяснил по дороге начальник САБ Антон Матюнин, – и очень довольны.

Мне патриотичный «москвич» тоже пришёлся по душе: просторные кожаные сиденья, бесшумный ход, мягкая подвеска. Едешь будто на диване.

А такие машины отвечают за чистоту внутренних коммуникаций метро

Слесарь Игорь Дубцов проводит диагностику кондиционеров автомобиля «Москвич 6»

БОЙЦЫ НЕВИДИМОГО ФРОНТА

Легковые машины – лишь малая часть парка САБ. За 40 с лишним лет гаражи автобазы разрослись более чем в 25 раз – за минувшую пятилетку добавилось около 700 единиц техники. Здесь есть и автокраны, и автовышки, и ковшовые экскаваторы, и катки. Спецтехника автобазы укладывает асфальт, участвует в возведении трамвайных путей, а зимой следит за чистотой станций метро и автовокзалов: коммунально-уборочные машины собирают снежные массы даже из самых труднодоступных мест. Есть каналопромывочные машины, которые помогают содержать в исправном состоянии инженерные и водосточные системы в метро, устраняют сложные засоры в ливнёвках. Благодаря этим «невидимым труженикам» в «подземных дворцах» Москвы чистый и свежий воздух.

– В САБ работает несколько автоколонн – каждая выполняет свои особые задачи. Колонна № 1 доставляет на рабочие места сотрудников метро, – рассказывает Антон Матюнин. – Вторая перевозит материалы и запчасти для ремонта и обслуживания поездов, зданий, сооружений и вообще всего хозяйства метро. Это ответственное дело, ведь большинство станций метрополитена – объекты культурного наследия, за которыми нужно ухаживать особенно бережно. В колонне есть автомобильные краны, поднимающие грузы весом до 32 тонн, манипуляторы и вышки высотой подъёма до 29 метров. Недавно транспортировали на утилизацию старые трамваи, каждый весом почти 17 тонн – непростая задача. При перевозке таких махин важно организовать погрузку и разгрузку, чтобы ничего не разрушить и не сломать – бордюры, зелёные насаждения.

ЦИФРА

>1500

единиц техники, включающих более 220 различных марок и моделей автотранспорта, сейчас насчитывается в парке САБ.

«САПСАН» НЕ ТОЛЬКО ПОЕЗД

Особая гордость парка САБ – восемь автомобилей типа «Сапсан», которые «умеют» вставать с колёс на рельсы и выполнять работы на сложных участках трамвайных линий, а также на всей сети автомобильных дорог, куда обычной автотехнике не добраться.

– Например, «Сапсаны» могут оперативно поднять бригаду для ремонта контактной сети трамвая. Это очень важно, чтобы трамвайные маршруты работали без перебоев, – подчеркнул руководитель автобазы метро.

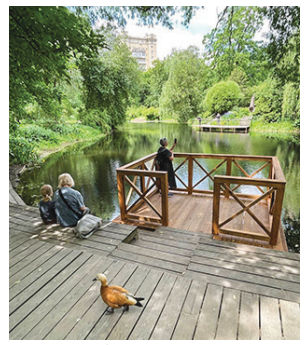
КОРОТКО

В столице стали производить больше станков

ПРОМЫШЛЕННОСТЬ. За последние пять лет станкоинструментальная отрасль показала рост по объёму экспорта на 2% и выручки – на 48,1%, сообщили в пресс-службе Департамента инвестиционной и промышленной политики. В машиностроительном комплексе Москвы работают 260 предприятий, их штат в общей сложности составляет более 11,7 тыс. человек. **METRO**

На Старинном пруду воссоздали мостки XIX века

КРАСОТА! Сооружение построили в «Аптекарском огороде» на историческом месте, ориентируясь на фотокарточку 1880-х годов, сохранившуюся со времён легендарного директора Ботанического сада МГУ профессора Ивана Горожанкина. Чтобы мостки прослужили подольше, их изготовили из металла и обшили деревом. **METRO**


Такой же «балкончик» украшал водоём 150 лет назад / **ТЕЛЕГРАМ-КАНАЛ «АПТЕКАРСКОГО ОГОРОДА»**

Библиотеки готовят более 100 мероприятий

ДОСУГ. События для книголюбов запланированы в рамках XI книжного фестиваля «Красная площадь» с 4 по 7 июня, сообщает пресс-служба столичного Департамента культуры. Один из самых интересных «библиотечных» форматов – пешеходные лекции. Также гостей ждут спектакли, поэтические чтения и так далее. А все желающие смогут оформить себе единые читательские билеты. **METRO**

ЧЕТВЕРГ

СЕГОДНЯ В МОСКВЕ

ЕЖЕДНЕВНАЯ АФИША

/ Все фото: mos.ru, АГН «Москва», телеграм-канал «Аптекарский огород МГУ»

ВЫПОЛНЯЕМ ОБЕЩАНИЕ ВСТАТЬ НА РОЛИКИ ЛЕТОМ

Сеанс катания на роллердроме. Специально оборудованная площадка появилась недалеко от «Зелёного маркета» проекта «Сделано в Москве». Роллердром вмещает одновременно свыше 100 человек, можно прийти со своими роликами или арендовать их на месте за 500 ₽. Отдохнуть во время сеанса можно на трибуне и фуд-корте неподалёку. (3+)

Где: Болотная наб., Репинский сквер

Когда: сеансы в 10:00, 12:00 и 17:00

Цена: бесплатно, регистрация на leto.mos.ru

РАССМАТРИВАЕМ БАЛЕТНЫЕ ПАЧКИ И ИЗЯЩНЫЕ ПУАНТЫ

Выставка «Калейдоскоп времени». В выставку Бориса Мессерера, сценографа и живописца, вошло более 150 работ. Среди них – макеты декораций и холсты со сценами из постановок. Особенно много на полотнах балерин: отец художника – артист балета, мать – актриса немого кино, а двоюродная сестра – Майя Плисецкая. **(12+)**

Где: Московский музей современного искусства, Гоголевский б-р, 10, стр. 1

Когда: 12:00–21:00

Цена: 350 ₽, есть льготные категории

ВДЫХАЕМ АРОМАТ НЕЖНЫХ ПИОНОВ И ИЗЫСКАННЫХ ИРИСОВ

Фестиваль. Более 300 сортов самых летних цветов будут радовать своим видом и ароматом до 25 июня включительно. Экземпляры самые разнообразные: и с японских полей, и из французских садов, некоторые из них уникальны. На выставке секретами выращивания поделятся коллекционеры клуба «Цветоводы Москвы». (0+)

Где: «Аптекарский огород», пр-т Мира, 26/1

Когда: 10:00–20:45

Цена: 500 ₽, есть льготные категории

ПРОБУЕМ СЕБЯ ЗА РУЛЁМ ВИРТУАЛЬНОГО СУПЕРКАРА

Заезды на автосимуляторах. В мир автоспорта приглашают погрузиться и новичков, и профессионалов. Единственное правило – рост должен быть выше 150 и ниже 210 сантиметров. Реалистичные заезды проводят на гоночных сиденьях с рулём и педалями – разобраться со всеми кнопками и рычагами помогают инструкторы. **(0+)**

Где: Тверской б-р, 2

Когда: 12:00–20:00

Цена: бесплатно, регистрация на leto.mos.ru

ПЕРЕНОСИМСЯ В КАЗАХСКИЙ АУЛ

Специальный показ – «Ласточка». Коневодческая ферма, затерянная в казахской степи, и внезапный приезд фотографа-француза – всё это фестивальное кино Малики Мухамеджан. После просмотра картины режиссёр останется, чтобы обсудить её со зрителями. (18+)

Где: центр «Зотов»

Когда: 19:30

Цена: 300–500 ₽

СЛУШАЕМ МУЗЫКУ ТУРЕЦКОЙ ДИВЫ

Концерт «Волшебная флейта». Выступает Шефика Кутлуер – флейтистка из Турции с мировым именем. «Волшебной флейтой» её назвали критики The New York Times: музыкант выпустила 17 альбомов и основала ежегодный фестиваль классической музыки в Анкаре. (6+)

Где: Библиотека иностранной литературы им. М. И. Рудомино

Когда: 19:00–20:30

Цена: бесплатно, регистрация на libfl.ru

ВСПОМИНАЕМ БЕЛКУ И СТРЕЛКУ

Лекция «Мозг на орбите». С какими трудностями сталкивались первые собаки-космонавты, расскажет физик Павел Гайдук на основе данных об их мозговой активности. На повестке также – программные ошибки, нейросети и устройство космических аппаратов. (18+)

Где: Библиотека им. Н. А. Некрасова

Когда: 19:00

Цена: бесплатно, регистрация на nekrasovka.ru

ВНИКАЕМ В ИСТОРИЮ ВДНХ

Экскурсия «Архитектура павильона № 5». История мультифункционального павильона началась в 1954 году: сначала он представлял культуру, сельское хозяйство и промышленность Латвийской ССР, через 10 лет пространство превратилось в «Академию наук СССР – Физику», а сейчас там обосновался Музей городского хозяйства Москвы. (6+)

Где: ВДНХ, павильон № 5

Когда: 17:00

Цена: бесплатно

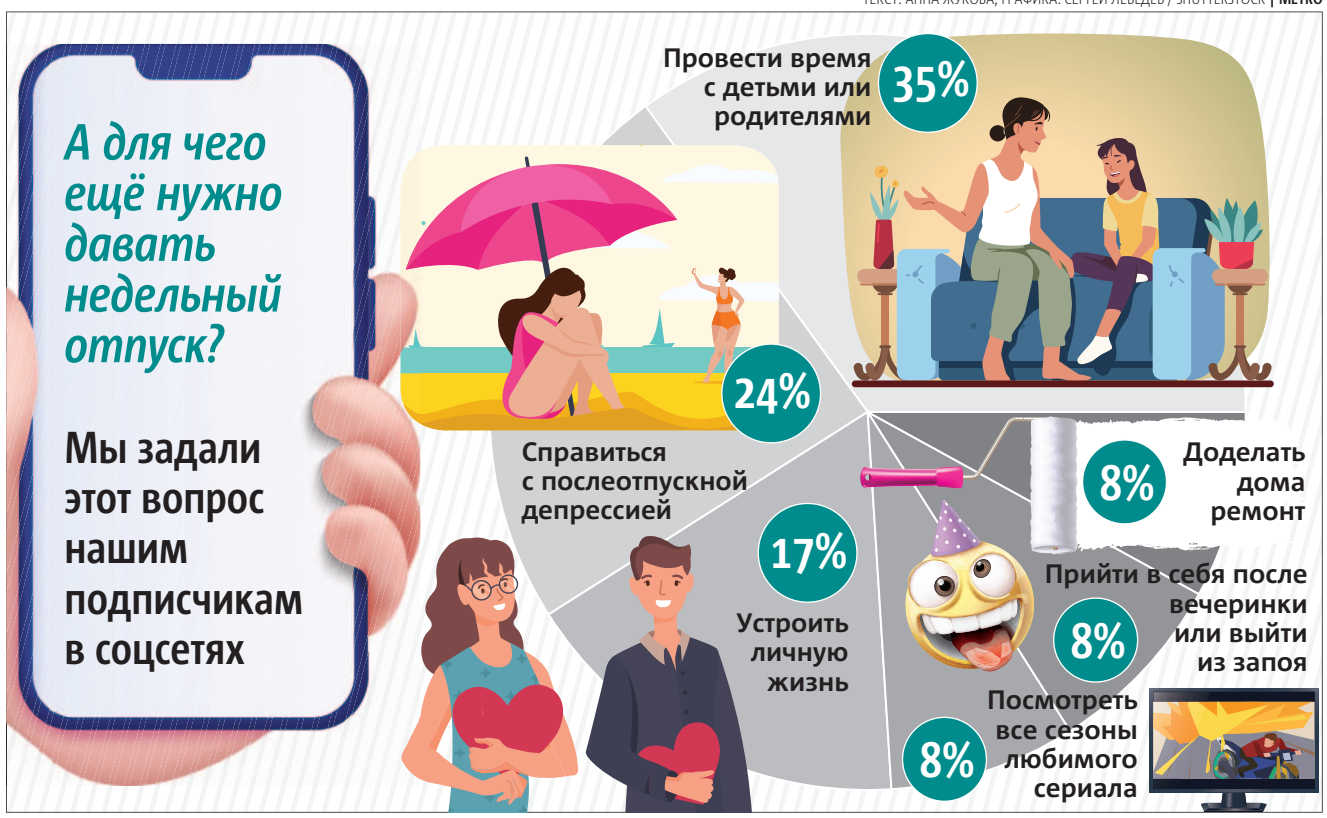
Учёный предложил ввести оплачиваемый отпуск для людей, страдающих от… эмоционального выгорания

Дополнительную неделю отдыха можно будет получить, если принести соответствующую справку от врача

Чаще других с выгоранием сталкиваются медики, работники хосписов, учителя, журналисты и айтишники

У россиян может появиться новый повод не ходить на работу

ТЕКСТ: АННА ЖУКОВА, ГРАФИКА: СЕРГЕЙ ЛЕБЕДЕВ / SHUTTERSTOCK | METRO



ЦИФРА

58%

работающих россиян хотя бы раз сталкивались с признаками эмоционального выгорания (согласно исследованиям ВЦИОМ).

Анна Жукова
anna.zhukova@gazetametro.ru

Директор Института исследования проблем современной политики Антон Орлов обратился в Минтруд с инициативой ввести отпуск для выгоревших сотрудников.

Он объяснил, что ещё в 2019 году Всемирная организация здравоохранения признала эмоциональное выгорание болезнью и включила её в Международную классификацию болезней (МКБ-11).

В группе риска – врачи, работники хосписов и домов престарелых, учителя, журналисты, IT-специалисты и другие профессии с высокой нагрузкой.

Среди признаков – постоянная усталость (даже после сна), проблемы с концентрацией (например, забыли, зачем зашли в комнату), раздражительность (особенно к коллегам). Ну что, узнали себя?

Орлов уверен, если подобное состояние запустить – можно и до депрессии дойти. Так что пусть все знают: это не лень или нежелание работать – это болезнь! Ну а пока Минтруд раздумывает над предложением, мы решили выяснить, как обстоят дела с дополнительными отпусками в других странах.

ЯПОНИЯ

В Японии оплачиваемый отпуск предоставят, если заболел ребёнок или пожилой родственник. Это называется «кагоё». При этом обычный отпуск у японцев составляет всего пять рабочих дней в году.

ФИНЛЯНДИЯ

В Финляндии можно взять двухнедельный отпуск по уходу за домашними животными. В большинстве компаний считают, что питомец – это ещё один член семьи. Особенно лояльно работодатели относятся к сотрудникам, которые забрали собаку или кошку из приюта.

АВСТРАЛИЯ

В Австралии сотрудники могут брать оплачиваемый отпуск для участия в экологических проектах, таких как восстановление природных заповедников, борьба с пожарами или очистка береговых линий.

США

Отпуск в привычном нам понимании в США не предусмотрен вообще. Однако компании в частном порядке предоставляют своим сотрудникам так называемый запас свободного оплачиваемого времени, и это оговаривается в контракте.

НОВАЯ ЗЕЛАНДИЯ

Оплачиваемый отпуск до 10 дней в году предоставляется жертвам домашнего насилия. Также трёхдневный отпуск могут получить супруги, если женщина потеряла плод на любом сроке беременности. Власти страны считают, что для физического и психологического восстановления требуется время.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

Елизавета Жесткова
врач-психиатр, психотерапевт

«Сама по себе инициатива кажется очень хорошей. Люди с какими-то лёгкими кратковременными психическими расстройствами, которые не могут взять больничный, как, например, те, кто болеет ангиной или гриппом, смогут получить небольшой отпуск, чтобы восстановиться. Но есть одно но: если мы говорим про МКБ-10, то эмоциональное выгорание не является расстройством, это фактически вариант нормы. Если брать следующую классификацию, МКБ-11, которая в России пока не принята, то эмоциональное выгорание действительно вынесено как отдельное заболевание. В любом случае хотелось бы, чтобы люди этим не злоупотребляли и не приносили справки от терапевта из поликлиники.

Должна быть врачебная комиссия, которая будет принимать решение, выгорел ли человек и нужен ли ему отпуск. Частично это реализуется уже сейчас. Например, у врачей-психиатров отпуск длиннее, чем у других медицинских работников. То есть нам дают лишние дни «за вредность». Так почему бы не ввести дополнительный отпуск из-за эмоционального выгорания, если оно действительно произошло?»

КОРОТКО

Поддельные сайты будут моментально блокировать

БЕЗОПАСНОСТЬ. Пилотный проект по мгновенной блокировке фейковых сайтов, крадущих логины, пароли, личные и платёжные данные граждан, стартовал в России. Он продлится до 1 марта 2026 года, сообщает ТАСС со ссылкой на МВД. Цель проекта – защитить пользователей от интернет-мошенничества. Лучшие практики будут закреплены законодательно. **METRO**

Шойгу по поручению Путина встретился с Ким Чен Ыном

ПЕРЕГОВОРЫ. На встрече обсуждалась реализация «некоторых пунктов Договора о всеобъемлющем стратегическом партнёрстве РФ и КНДР, а также увековечивании памяти северокорейских бойцов, помогавших в освобождении Курской области», сообщили в пресс-службе аппарата Совбеза РФ. Также обсуждалась ситуация вокруг конфликта на Украине. **METRO**

Россиянам напомнили об одной из популярных схем мошенничества / **СКРИНШОТ ИЗ ВИДЕО**

Прокуратура Подмосковья выпустила ролик в стиле Netflix

КРЕАТИВ. Прокуратура Московской области сняла короткометражку о телефонных мошенниках с чернокожими актёрами в главных ролях. В ролике обыгрывается шуточная ситуация, в которой родственники умершего африканского короля случайно узнают о ещё одном «наследнике» – Анатолии Кильмяшкине из подмосковной Балашихи, после чего ему поступает звонок. **METRO**

КОРОТКО

Трамп сообщил о симпатии к председателю КНР Си Цзиньпину

ОТНОШЕНИЯ. Президент США заявил в своём аккаунте в соцсети Truth Social, что симпатизирует председателю КНР Си Цзиньпину, несмотря на его сложный характер.

«Мне нравится председатель Китая Си, всегда нравился и всегда будет нравиться, но он очень жёсткий и с ним крайне трудно заключить сделку!» – написал Трамп. **METRO**

В Азии провели масштабный рейд против мошенников

ПРЕСТУПЛЕНИЯ. Спецслужбы Гонконга, Макао, Южной Кореи, Таиланда, Сингапура, Малайзии и Мальдив в ходе совместной работы арестовали более 1,8 тыс. человек. Как сообщает AP, их обвиняют в мошенничестве с онлайн-покупками по телефону, а также с инвестициями и трудоустройством. Возраст арестованных составляет от 14 лет до 81 года. **METRO**

Ли Джэмён с супругой Ким Хе-гён после инаугурации **/ © РИА «НОВОСТИ»**

Новый президент Южной Кореи будет дружить с соседом

ПОЛИТИКА. В стране состоялись внеочередные президентские выборы, на которых победил 61-летний кандидат от демократической партии «Тобуро» Ли Джэмён. Во внешней политике он формально занимает более умеренную позицию в отношении Северной Кореи, с которой он намеревается добиться восстановления связей. **METRO**

Президент Исландии предпочёл работе в офисе природу и общение с туристами **/ X / GISLI OLASON**

Рисовали собак и разводили пчёл: чем занимались президенты на пенсии

Григорий Воронцов
grigoriy.vorontsov@gazetametro.ru

После отставки некоторые мировые лидеры выбирают довольно необычные или даже эксцентричные способы проводить время. Metro составило список неожиданных, странных или просто забавных занятий бывших президентов.

Смотритель

Гвюдни Йоуханнессон, Исландия

Недавно стало известно, что бывший исландский лидер устроился на работу экскурсоводом в национальном парке Тингведлир. По словам Йоуханнессона, его всегда вдохновляли природа и общение с людьми, поэтому работа здесь для него идеальна. Мужчина встречает туристов, рассказывает о вулканах, стоит на ресепшене и даже занимается уборкой. В интервью BBC он даже заявил, что будет чистить общественные туалеты – непонятно всерьёз или в шутку.

Плотник

Джимми Картер, США

Политик начал заниматься плотничеством ещё до того, как возглавил страну. Он даже самолично принял участие в постройке своего дома в Плейнсе, штат Джорджия, в том числе устанавливал крышу. После ухода с поста президента Картер продолжил заниматься любимым делом. Например, он строил дома для бедных через некоммерческую благотворительную организацию Habitat for Humanity. В 1992 году бывший президент в составе группы волонтёров за неделю возвёл несколько одноэтажных домов для малоимущих в Вашингтоне. Сегодня в них по-прежнему живут несколько семей. Таким образом, дело Картера пережило его. Он скончался 29 декабря 2024 года.

Пчеловод

Виктор Ющенко, Украина

После ухода из политики он заявил: «Сейчас у меня есть время для жены, детей, внуков. Для пчеловодства в конце концов». В 2012 году Ющенко рассказывал, что у него целых три пасеки. Экс-президент даже возил свой мёд на соревнования пчеловодов в Мельбурне. Тогда Украина впервые выставила свои продукты пчеловодства, и, как оказалось, мёд с пасеки Ющенко получил высшую награду. Также бывший политик возил свой гречишный мёд на выставку в Париж, где его тоже назвали лучшим.

Художник

Джордж Буш – младший, США

Буш увлёкся живописью ещё в 2009 году после ухода с поста президента, но держал своё хобби в секрете. Известность к нему пришла неожиданно – в 2013 году хакер с ником Гусифер взломал почту его сестры Дороти и выложил на всеобщее обозрение несколько работ Буша. Экс-президент не стал опровергать своё авторство и даже вывесил написанные им портреты Путина, Далай-ламы и своего отца в библиотеке в Далласе. При этом наибольшую страсть бывший президент США питает к изображениям не людей, а собак. Их политик нарисовал уже около сотни. Однако большинство американцев заинтересовал описанный в письмах автопортрет в душе. Естественно, в стиле ню.

УКРАИНСКИЙ КРИЗИС

О спецоперации на Украине и событиях вокруг неё

ПОМОЩЬ КИЕВУ

НАТО включит военную помощь Украине в «связанные с обороной» расходы. Новый подход планируется реализовать в рамках предложения повысить оборонные траты для стран Альянса до 5% от их ВВП, сообщает Euractiv.

109

беспилотников ВСУ сбили российские средства противовоздушной обороны за 4 июня. Об этом сообщили в Минобороны РФ.

ЗАЩИТА МОРЯ

Минобороны Нидерландов выделит Украине пакет военной помощи в размере €400 млн, заявил глава ведомства Рубен Брекельманс. Об этом сообщает агентство Reuters. Средства пойдут на обеспечение безопасности на море.

БОЛЬШЕ ДРОНОВ

Великобритания планирует увеличить инвестиции в создание беспилотников с целью поставить Украине 100 тысяч дронов в 2025 году. Это в десять раз больше, чем в предыдущем, сообщили в британском минобороны.

УДАР ПО МИРУ

Президент России Владимир Путин возложил вину за теракты в Брянской и Курской областях на вооружённые силы Украины. В этой связи глава государства усомнился в необходимости объявлять перемирие на фронте и проводить саммит с представителями киевских властей.

Владимир Путин **/ ГАВРИИЛ ГРИГОРОВ / © РИА «НОВОСТИ**

ПЛЮС

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

МОЛОКО ЗА ВРЕДНОСТЬ

Макс Брандт рассказал, чем ему нравится профессия фуд-блогера и что в ней плохого

Макс Брандт, фуд-блогер / ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ГЕРОЕМ МАТЕРИАЛА

Мы продолжаем рубрику «Молоко за вредность». В этот раз поговорили с популярным кулинарным блогером Максом Брандтом об издержках его профессии

Светлана Перцова
svetlana.pertsova@gazetametro.ru

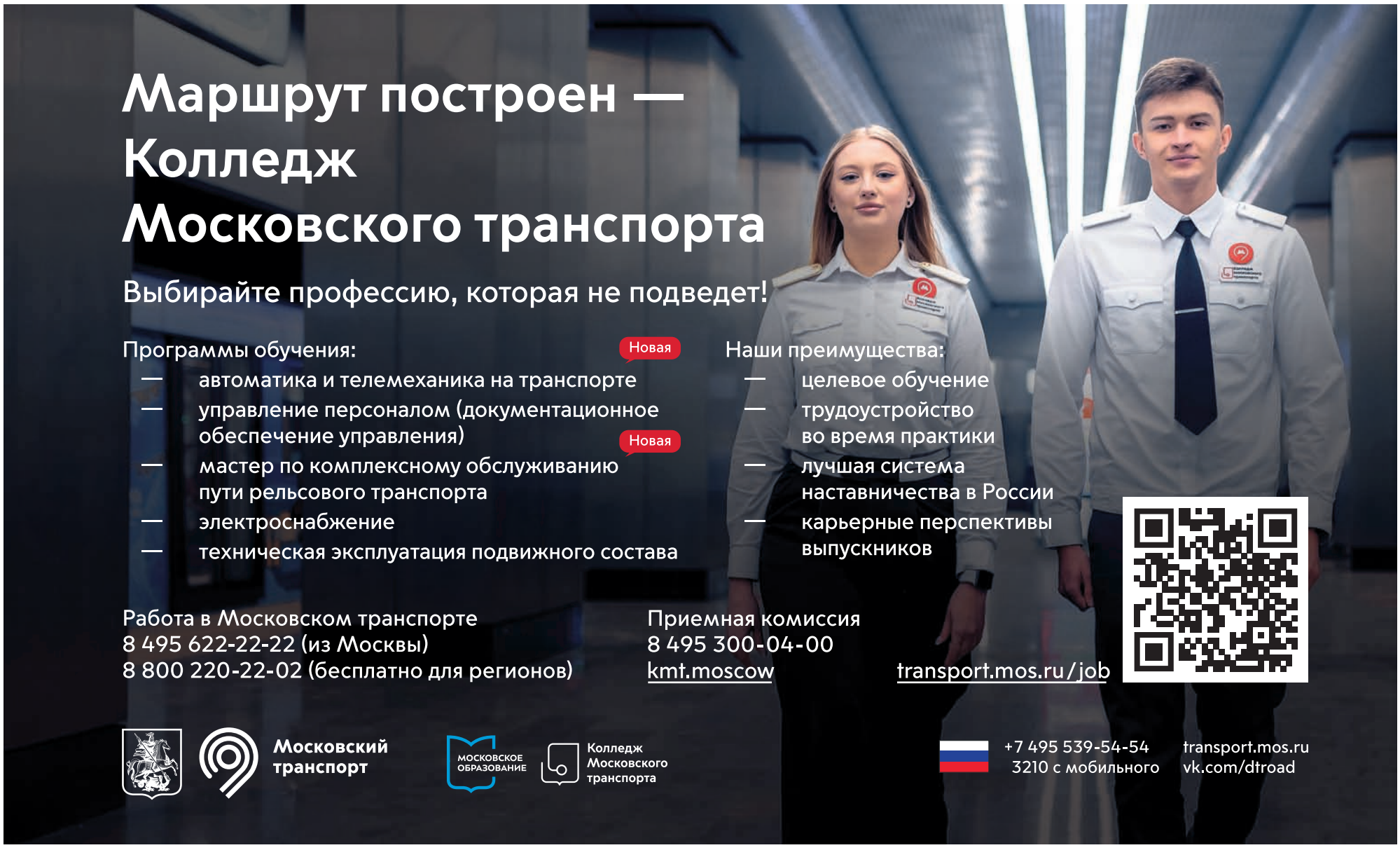
– Мне тридцать шесть лет. Почти половину жизни я занимаюсь производством видео для Интернета. Сначала я просто снимал обзоры продуктов. Но в восемнадцатом году Ольга Бузова пригласила меня на открытие своего ресторана в Москве и всё изменилось. Я сделал на него обзор – видео набрало полтора миллиона просмотров за неделю. Тогда я понял, что такой контент заходит. С тех пор езжу по городам и странам – изучаю кухни мира.

Фуд-блогинг – дело непростое. Нужно всегда быть актуальным, эмоциональным и весёлым. В то же время это одна из самых лучших профессий, потому что ты можешь сначала полететь во Владивосток поесть краба, потом в Екатеринбург – попробовать рёбрышки или пельмешки из трёх видов мяса. Впрочем, это влечёт за собой и некоторые проблемы.

Есть мне приходится много и часто. Даже если мы говорим про обычный обзор, который в итоге получается на полчаса, в реальности снимается часа три. И за это время нужно продегустировать от шести до девяти блюд. Естественно, о сочетании продуктов речи не идёт. Нужно попробовать и салат, и суп, и морепродукты, и, конечно же, сладкий десерт, а он бывает прям очень приторный, с избытком сахара. Так что ресторанный критик постоянно рискует здоровьем. Особенно под угрозой желудочно-кишечный тракт – самый главный инструмент работы.

> **«Пристально следить за здоровьем я стал с прошлого года, когда у меня в почках образовался камень. Я в то время выяснил, что помидоры, которые я обожаю, способствуют образованию соли. И что воду нужно пить обязательно, это не просто какой-то врачебный штамп, это необходимость, особенно для человека, который связал свою жизнь с поглощением разнообразной пищи».**
>
> **МАКС БРАНДТ**
> фуд-блогер

Но самое сложное – это снимать фильмы про гастрономию различных городов. Когда ты летишь в какой-то город, ты и так не высыпаешься, а тебе за три дня нужно ещё обойти пятнадцать заведений, попробовать пятьдесят блюд. И дать всему этому оценку, не повторяясь. А ещё это профессия очень затратная, потому что перелёт, проживание и оплата всех блюд встают в копеечку. Пока не раскрутишься, очень сложно. Но если у вас получилось, то оно того стоит.



Рецепт без таблеток: почему врачи прописывают музыку

Исследование учёных из медицинского колледжа при Калифорнийском университете Нортстейт (США) показало, что прослушивание приятных мелодий способствует быстрому восстановлению после операций, снижая у пациентов стресс и чувствительность к боли. Что такое музыкотерапия и при каких заболеваниях её выписывают, выяснило Metro

/ FREEPIK

Саид Пулидо
internet@gazetametro.ru

Музыкальная терапия – это вид лечения, который, как следует из его названия, использует музыку в качестве волшебной пилюли, чтобы помочь людям, чья жизнь была затронута травмой, болезнью или инвалидностью.

Методика позволяет лечить широкий спектр физических и психических проблем. Она широко используется в онкологических центрах, школах, программах реабилитации и психиатрических больницах.

ТОЛЬКО ФАКТЫ

Медицинский курс музыкальной терапии подбирается индивидуально. Всё зависит от эффекта, который необходим пациенту. Например, расслабление или снятие боли, улучшение когнитивных функций и т. д. Мелодии меняются в зависимости от прогресса лечения.

■ Существует две основные методики музыкотерапии:

● **Активная методика:** пациент создаёт музыку сам. Он может играть на музыкальных инструментах, петь, импровизировать, а может и танцевать.

● **Рецептивная методика:** пациент погружается в глубокое расслабление, прослушивая приятные мелодии.

■ Эффективность каждой из методик всецело зависит от того, насколько хорошо музыкальный терапевт учёл и совместил клинический диагноз пациента и его вкусовые предпочтения. Именно благодаря этому есть возможность помочь человеку, воздействуя на его эмоции.

■ Также музыкальный терапевт должен не только иметь музыкальное образование, но и разбираться в таких вещах, как психология или педагогика, особенно если он работает в сфере раннего развития.

При каких физических и психических расстройствах может помочь музыкальная терапия

1 ТРЕВОГА
Музыкотерапия помогает людям управлять своими чувствами. Она снижает раздражительность, улучшает настроение и выравнивает эмоциональный фон.

2 БЕССОННИЦА
Музыка стимулирует лимбическую систему головного мозга, что способствует расслаблению. Спокойная мелодия замедляет дыхание и сердцебиение, что приводит к более глубокому и качественному сну.

3 СТРЕСС
Звуковая терапия хорошо помогает справиться с эмоциональным выгоранием. Благоприятные звуки стимулируют выработку эндорфинов, которые повышают настроение и снимают чувство тревоги.

4 БОЛЕВОЙ СИНДРОМ
Самым интересным аспектом музыкальной терапии является её способность снижать чувствительность к боли. Ритмы и мелодии стимулируют выработку естественных опиоидов в мозге, которые действуют как анальгетики.

5 РЕАБИЛИТАЦИЯ
Прослушивание музыки является эффективным методом улучшения подвижности. Это важно для людей, проходящих реабилитацию после неврологических заболеваний, например инсульта, болезни Паркинсона·

6 АУТИЗМ
Игра на музыкальных инструментах, таких как барабаны, ксилофоны, маракасы и других ударных, требует координации движений, что помогает людям с аутизмом усовершенствовать моторные навыки. В то же время разные типы ударов – сильные, слабые, быстрые, медленные – тренируют контроль над движениями.

7 ИММУНИТЕТ
Научные исследования подтверждают, что прослушивание приятной музыки стимулирует выработку иммуноглобулина – антитела, играющего важную роль в защите слизистых оболочек от инфекций.

8 РАБОТА МОЗГА
Музыка – ценный инструмент для стимуляции когнитивных функций, особенно у пожилых людей с таким заболеванием, как болезнь Альцгеймера. Знакомая мелодия может пробуждать воспоминания, активируя области мозга, связанные с долговременной памятью.

9 КРЕАТИВНОСТЬ
Создание музыки способствует творческому развитию и гибкости мышления. Пациенты могут выражать эмоции через звук, что особенно полезно при психологических травмах или депрессии.

10 АСТМА
Игра на духовых инструментах, например на флейте или губной гармошке, укрепляет дыхательную мускулатуру. Это прекрасная профилактика респираторных заболеваний, включая астму.

«Индивидуальный звук: Как REM-настройка слуховых аппаратов в центре «СлышуВижу» улучшает качество жизни»

Новые технологии теперь доступны каждому. Центр слуха «СлышуВижу» приглашает всех желающих протестировать настройку слуховых аппаратов «прямо у себя в ушах». Благодаря REM-технологии мы улучшаем передачу речи на 24% по сравнению с заводскими настройками.

Обычно центры слуха используют стандартные программы от производителей для настройки аппаратов. Настройка слухового аппарата происходит «по-среднему» и не учитывает индивидуальные особенности ушного канала пациента. Это приводит к тому, что речь становится тихой и неразборчивой или, наоборот, звук оказывается слишком громким и искажённым.

С 2021 года, чтобы правильно настроить аппарат, мы используем специальное REM-оборудование (real ear meusures – измерения в реальном ухе). Эта индивидуальная настройка позволяет учитывать особенности ушного канала, расстояние от вкладыша слухового аппарата до барабанной перепонки и проверять, как аппарат работает при разной громкости и частотах. В результате достигается максимальная чёткость речи и комфортное использование устройства в любых условиях: просмотр телевизора, прогулка на улице или передвижение на общественном транспорте.

Процесс настройки выглядит так: пациент садится напротив специального динамика, а в ушные каналы вставляются микрофоны. Они замеряют, как звук от динамика доходит до барабанной перепонки. Слух уникален, и каждый пациент уникален! У каждого человека есть свои частотные пики, и их важно учитывать, чтобы звук через аппараты был естественным. Затем, не вынимая микрофоны, устанавливаются слуховые аппараты. Микрофоны оценивают, насколько правильно аппараты усиливают звук на разных громкостях и частотах. Специалист в реальном времени видит, нужно ли что-то исправить в настройках, и может быстро внести изменения. Тестирование повторяется несколько раз, чтобы убедиться, что всё настроено правильно. Эта процедура имеет большое значение как для взрослых, желающих повысить качество своей жизни, так и для детей, которые не всегда могут четко описать свои ощущения.

Технология REM активно используется в Европе, а в России всего около десяти центров слуха, которые могут предложить эту услугу своим пациентам.

– Мы начали настраивать слуховые аппараты по технологии REM с осени 2021 года. Многие пациенты приходят к нам для перенастройки аппаратов, которые они купили раньше. Мы замечаем, насколько улучшилось качество звука. Разборчивость речи повышается на 20–30%. Пациенты выходят с улыбкой на лице.

Никита Дикопольцев
основатель центра «СлышуВижу», сурдоакустик

СЛЫШУ ВИЖУ
тысячи товаров для слуха и зрения

Записаться на настройку слуховых аппаратов с технологией REM можете и вы. У нас эта услуга **БЕСПЛАТНАЯ**. Если у вас ещё нет собственных аппаратов или вам нужен новый, мы предлагаем скидку **8%** на новые европейские аппараты (Phonak, Oticon, ReSound, Signia) по купону до **20 июля**

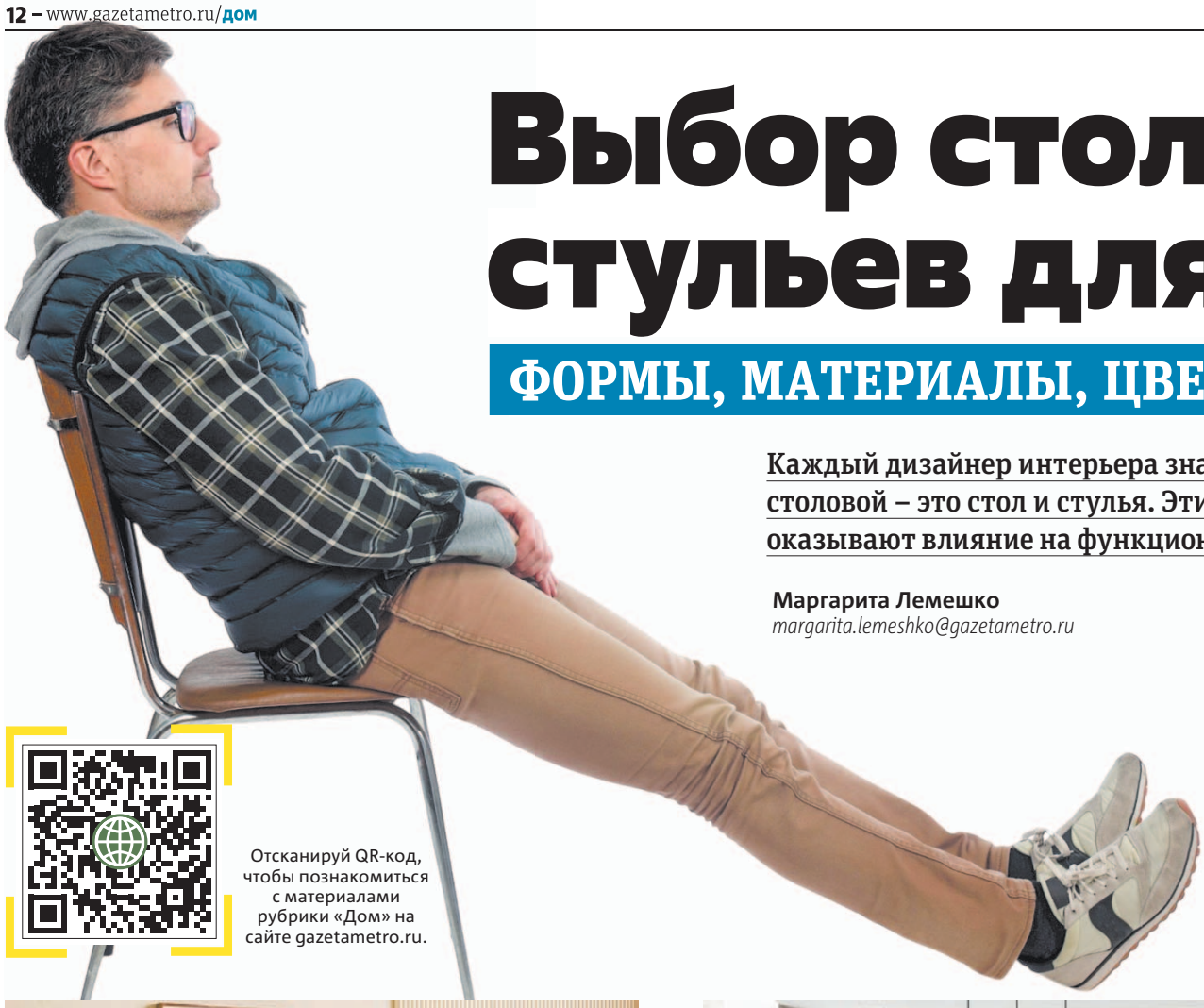
Для участия в акции покажите купон администратору.

Для записи на бесплатную консультацию позвоните по телефону
8(495)106-3231
СлышуВижу.рф

Приобрести аппараты можно по адресам:
м. Октябрьская, Ленинский проспект, 11с 1
м. «Парк культуры», Пречистенская набережная, 5
м. «Площадь Ильича», Ул. Волочаевская, 15, стр. 1
Медконсультации и приобретение аппаратов:
м. «Верхние Лихоборы», Дмитровское шоссе, 70

* Для применения скидки 8% на умные слуховые аппараты передайте купон сотруднику центра до 20.06.2025 года. Скидка предоставляется от рекомендованных розничных цен. Л041-01024-74/00358375 от 02.12.2020. РЕКЛАМА

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



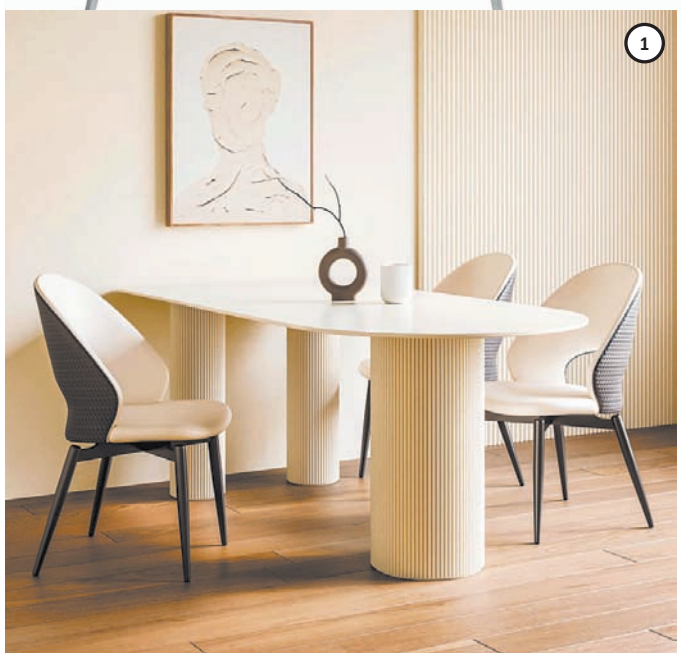
Выбор стола и стульев для столовой

ФОРМЫ, МАТЕРИАЛЫ, ЦВЕТА – ЧТО В ТРЕНДЕ?

Каждый дизайнер интерьера знает, что одна из ключевых составляющих любой столовой – это стол и стулья. Эти предметы задают тон всему помещению, оказывают влияние на функциональность и визуальное восприятие пространства

Маргарита Лемешко
margarita.lemeshko@gazetametro.ru

Отсканируй QR-код, чтобы познакомиться с материалами рубрики «Дом» на сайте gazetametro.ru.



1. Асимметричный стол может стать акцентным объектом пространства
2. Столешница из стекла визуально сделает пространство более лёгким
3. Столы прямоугольной формы всегда актуальны и считаются классикой
4. Сочетайте формы, материалы и фактуры, чтобы добиться уникального дизайнерского эффекта

/ SHUTTERSTOCK

Формы: от привычного до экспериментов

Классические прямоугольные столы продолжают пользоваться популярностью, но сегодня на пике находятся и другие формы.

– Круглый стол ассоциируется с уютом. В современных коллекциях такая форма часто оснащена раздвижным механизмом, что позволяет оптимально использовать пространство столовой, – рассказала Metro архитектор и руководитель студии дизайна интерьеров PAVLOVA.PRO Марина Павлова. – Овальные столы создают баланс между классикой и инновациями, идеально вписываясь в просторные помещения. В то же время не теряют актуальности и нестандартные формы – асимметричные столы притягивают внимание и становятся центральным элементом обстановки.

Материалы: натуральность и эклектика

В 2025 году акцент на экологичность и натуральность выходит на первый план.

Дерево – фаворит среди материалов, признанный за его тепло и универсальность. Особенно популярны изделия из массива дуба, ясеня и ореха с явной текстурой.

Стеклянные столы остаются в тренде благодаря своей способности визуально облегчать пространство.

Металл, особенно в чёрных или золотых оттенках, стал неотъемлемой частью современных коллекций.

Цветовые решения: игра на контрастах

Актуальная палитра призывает к экспериментам с сочетанием оттенков.

– Белый и серый, остающиеся базовыми в интерьере, теперь соседствуют с глубокими зелёными, синими и бордовыми цветами. Такой подход позволяет оживить обстановку и создавать уникальные цветовые комбинации, – отметила эксперт.

Стулья в нынешнем сезоне также не отстают в разнообразии: обивка предлагается из бархата или экокожи/кожи ярких оттенков. Кроме однотонных цветовых решений, пользуются популярностью графические узоры и монохромные принты, которые позволяют интегрировать стулья в любой стиль – от скандинавского до ар-деко.

СОВЕТЫ ОТ ДИЗАЙНЕРА ИНТЕРЬЕРА

1. Форма стола должна соответствовать не только функциональным требованиям, но и эстетическим пожеланиям.

2. Отдайте предпочтение естественным и устойчивым к износу материалам.

3. Необходимо, чтобы палитра гармонировала с общим интерьером. Используйте цветовые акценты для создания уникального комплекта.

КУЛЬТУРА

Отсканируй QR-код, чтобы прочитать другие кинорецензии.

КИНОПРЕМЬЕРА

Ради спасения своего поля детишки не брезговали никакими способами, в том числе синим красителем / **КАДР ИЗ ФИЛЬМА** (6+)

В новом «Поле чудес» нет ни Буратино, ни Якубовича, но есть смурфик Шведов

В прокат выходит семейная комедия «Поле чудес», которая вернёт взрослых в дачное детство, а детей научит проводить каникулы без гаджетов

Оксана Чертова
oksana.chertova@gazetametro.ru

В подмосковном посёлке каждое лето собирается одна сложившаяся детская компания. Эти мальчики и девочки в розовых кофточках и джинсовых шортиках почему-то совсем не помогают своим бабушкам поливать огород и полоть грядки, как было в моём детстве, но и не сидят с утра до ночи в телефонах, как это делает большинство современных детей. Всё время они проводят в кукурузном поле, где у них есть «штаб» – старая лодка, в которую они, как сороки, тащат всё, что где-то плохо лежало, вплоть до дорожных знаков, пекут там картошку и мечтают когда-нибудь провести электричество. Но одно из любимых «штабных» занятий компании – смаковать легенду о том, что где-то в этих краях спрятан клад с деньгами и украшениями времён Наполеона, якобы зарытый некой княгиней.

Однажды в посёлок приезжает новое, более похожее на реальное семейство – мать-блогерша (Елена Лядова, которой до полного соответствия образу блогерши не хватает только накачанных губ), отец-бизнесмен (Денис Шведов) и дочь-воображала Катя.

Конфликты с чужаками начинаются с новенькой Кати, которая вносит раскол в союз двух закадычных подруг. История, кстати, очень жизненная, чувствуется, что и режиссёр, и сценарист – женщины и взята она из собственного печального опыта.

Но проблемой пострашнее оказывается то, что папа Кати намерен выкупить кукурузное поле, чтобы построить там рынок.

Штабная гоп-компания вынашивает план, как не допустить такого святотатства, и начинает мелко и не очень мелко пакостить незваным соседям – прокалывает шины автомобиля, крадёт телефон и даже добавляет красителя в шампунь, чтобы Катин папа не смог поехать на сделку по оформлению покупки поля.

Создатели картины называют её «девчачьей версией «Тимура и его команды», хотя до подвигов гайдаровских героев этим мелким вредителям, конечно, далеко. Как и до «Петрова с Васечкиным», и до историй вроде «Бронзовой птицы». Фильм скорее вызывает ассоциацию с «Любопытной Варварой», но и там приключения детворы были как-то если не серьёзнее, то увлекательнее.

Режиссёр: Анна Сичинская

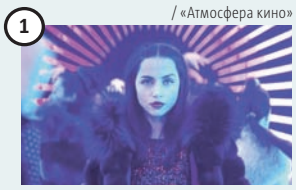
Сценарист: Эдина Умерова

В ролях: Елена Лядова, Денис Шведов, Елена Цыплакова, Ева Данилко, Полина Айнутдинова и др.

ЧТО НОВОГО В КИНО

1

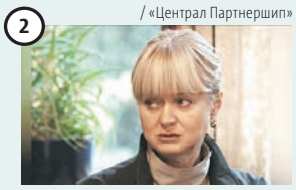
/ «Атмосфера кино»



«Балерина» / Ballerina (США)
Криминальный экшен-фильм с Аной де Армас в главной роли. Действие боевика разворачивается во вселенной «Джона Уика», между событиями третьей и четвёртой частей. (18+)

2

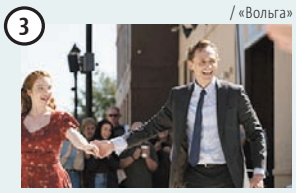
/ «Централ Партнершип»



«Самозванцы» (Россия)
Историческая драма, действие которой происходит в 1993 году. Расследование смерти режиссёра, оставившего незаконченный фильм «Борис Годунов», совпадает с драматическими событиями у телецентра «Останкино». (18+)

3

/ «Вольга»



«Жизнь Чака» / The Life of Chuck (США)
Экранизация повести Стивена Кинга о человеке, проживающем свою жизнь в обратном порядке, начиная с момента смерти от рака мозга и заканчивая детством. (18+)

4

/ «СБ Фильм»

«Копы в законе» / Mob Cops (США)
Криминальная драма, основанная на реальной истории двух бывших детективов полиции Нью-Йорка, которые тайно работали на мафию. (18+)

КОРОТКО

Вышел тизер второго сезона «Постучись в мою дверь в Москве»

ВИДЕО. В продолжении русского ремейка турецкого сериала бизнесмена Сергея Градского сыграет Кирилл Дыцевич (вместо Никиты Волкова). В новых эпизодах Градский готов серьёзно измениться, чтобы вернуть любовь Саши Гордеевой (Лиана Гриба). Также в сериале снялись Влад Соколовский, Екатерина Волкова, Игорь Жижикин, Алика Смехова и другие. **METRO**

«Саша станет решительнее, Алина – хитрее, а кто-то станет вообще другим человеком!» – говорится в тизере про нового Градского / **СКРИНШОТ ТИЗЕРА**

В шорт-лист премии «Большая книга» вошли 15 произведений

ЛИТЕРАТУРА. В этом году награда впервые будет вручаться только двум победителям – по одному в номинациях «Художественная литература» и «Нон-фикшен». Среди авторов, чьи работы вошли в короткий список: Эдуард Веркин («Сорока на виселице»), Андрей Рубанов («Ледяная тетрадь»), Людмила Вебер («Девочка и тюрьма»), Зоя Богуславская («Халатная жизнь») и другие. **METRO**

Юра Борисов снимется в новом фильме Луки Гуаданьино

КИНО. Российский актёр, Эндрю Гарфилд и Моника Барбаро ведут переговоры о съёмках в фильме «Искусственный». Как сообщает THR, сценарий основан на истории, когда главу OpenAI Сэма Альтмана уволили и вернули в компанию за несколько дней. Предполагается, что Борисов сыграет инициатора увольнения – сооснователя OpenAI – Илью Суцкевера. **METRO**

Актриса Яна Кошкина развелась с мужем

ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ. Новость о расставании с мужем Анатолием Черкасовым после 1,5 года брака 35-летняя артистка сообщила сама в соцсетях, «дабы избежать сплетен и ненужных слухов». «Скажу так: никто никому не изменил, домашнего насилия не было, имущество не делили, каждый остался при своём. В целом мирно и осознанно разошлись», – написала Яна. **METRO**

Молодое кино изучает медуз и ест «Доширак»

В Великом Новгороде завершился Второй фестиваль молодого кино «Новое движение». Решение жюри, в состав которого вошли режиссёр Алексей Мизгирёв, актёр Даниил Воробьёв, актриса Александра Ревенко, продюсер Сабина Еремеева и оператор Даниил Фомичёв, многих удивило. Три из пяти призов они присудили зрительской ленте о харассменте, а Гран-при и миллион рублей отдали авторскому кино, которое, правда, поняли немногие

«Привычка нюхать пальцы» – приз за лучший фильм фестиваля

Рамаз Кебадзе в фильме «Привычка нюхать пальцы» / КАДР ИЗ ФИЛЬМА

Оксана Чертова
oksana.chertova@gazetametro.ru

Главный герой картины – продавец унитазов Рамаз (Рамаз Кебадзе), чья жизнь не богата яркими событиями. Над ним то зло подшучивает друг, доставая звонками с анонимного номера с просьбами потравить тараканов, то коллега в который раз настойчиво заставляет съесть «Доширак» по своему фирменному рецепту», то приходится общаться с тупыми клиентами-покупателями.

Нескончаемый «день сурка» с одними и теми же нехитрыми развлечениями – рисованием фаллосов в блокноте, нюханием клея-карандаша, взбалтыванием бутылки «Фанты» с «Ментосом», варкой в кастрюле яиц вместе со стикерами и прочей малопонятной ерундой. «Пора изменить свою жизнь и перезагрузиться», – говорит нейроголос...

Хотя картина и выглядит как сплошная импровизация, на самом деле, по словам режиссёра и сценариста Славы Иванова, изначально «сценарий был написан как положено – от и до, с репликами, движениями, аркой персонажа».

– В какой-то момент мы придумали, что главный герой заморозит себя на 50 лет, – поделился задумкой автор. – Но уже на второй смене поняли, что у нас живая история и это будет лишний кусок.

По словам Иванова, снимали по выходным и каждый раз что-то привносили новое, переписывали реплики, добавляли детали, докупали реквизит. В итоге наснимали 14 часов материала и столкнулись с тем, что для того, чтобы сделать один фильм, придётся много историй вырезать. Но из этого вполне могут получиться и вторая, и третья части. Так что, вероятно, продолжение этого безумия следует...

ЦИФРА

14

часов
материала было отснято для 55-минутного фильма.

«Северная станция» – лучшие режиссура, женская и мужская роли

Оксана Чертова
oksana.chertova@gazetametro.ru

Студентка биофака Света (Дарья Алыпова, «лучшая женская роль») отправляется в экспедицию на станцию «Северная» изучать медуз. Там она попадает под обаяние научного руководителя Павла Рудина. И ни наличие у самой Светы мужа – будущего священника (Сергей Волков, «лучшая мужская роль»), ни то, что Рудин тоже женат, не мешает ей вступить с ним в близкие отношения, из которых, разумеется, не выходит ничего путного. Через 10 лет из романтичной девушки Света превращается в одинокую, боящуюся близких отношений, а потому не брезгующую случайными связями работницу океанариума. Но однажды бывшая однокурсница предлагает Свете выступить с обвинениями в харассменте против Рудина, который якобы продолжает массово развращать студенток. Начиная ворошить в памяти прошлое, Света не знает, как поступить, ведь, похоже, до сих пор в него влюблена...

Многих удивило, что дебютную работу режиссёр Сергей Овечко снял про женщину.

«Я рада, что эта жесть со мной произошла в начале, на первых съёмках. Мне кажется, это сделало меня сильнее».

ДАРЬЯ АЛЫПОВА
актриса

– То, к чему я подключался, это опыт абьюзивных отношений, в которых, в принципе, в основе своей пол от пола не отличается, – пояснил автор. – А во-вторых, я просто очень люблю женщин и мне очень приятно рассказывать про них, пытаться разобраться в женской психологии.

Актриса Дарья Алыпова призналась, что когда приступила к съёмкам, то начала узнавать в героине себя и от этого ей становилось немного жутковато:

– Это был такой мой первый опыт, когда настолько много мне пришлось эмоционально прожить, и теперь я знаю, как бывает непросто, но и как бывает интересно.

Дарья Алыпова (Света) в фильме «Северная станция» / КАДР ИЗ ФИЛЬМА

ДРУГИЕ ПОБЕДИТЕЛИ

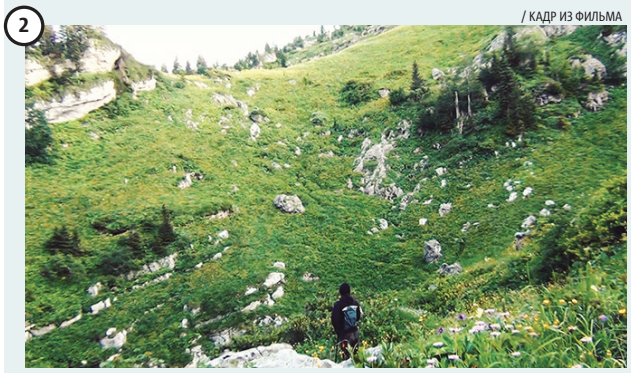
Кто ещё уехал из Великого Новгорода не с пустыми руками

Всего в конкурсе фестиваля участвовало восемь картин. Рассказываем, какие ещё фильмы, кроме двух лент-фаворитов, получили призы и дипломы киносмотра

1 / КАДР ИЗ ФИЛЬМА

«Неподвижные звёзды» (18+)
Приз «За лучшее визуальное решение» получил оператор Никита Лычёв за работу над драмой Ивана Курбакова. В центре сюжета – несколько молодых ребят, переживающих смерть своей подруги-поэтессы Сони.

2 / КАДР ИЗ ФИЛЬМА



«Иногда мы путешественники» (18+)
Диплом жюри «За звуковую экранизацию монументальной тишины» получил снятый одним кадром фильм – визуальный эксперимент Даниила Прасолова.

3 / КАДР ИЗ ФИЛЬМА

«Идеальная тишина» (18+)
Диплом «За проведённую плановую работу по устранению шума» жюри присудило фильму «Идеальная тишина» Славы Фёдорова о работниках ЖЭКа, пытающихся найти источник шума в одной из квартир.

4 / КАДР ИЗ ФИЛЬМА

«Мой парень, манекен» (18+)
Компания «Атмосфера кино» свой приз присудила мелодраме Дмитрия Николенко о девушке, оживившей заколдованного парня при помощи сарматской маски.

Неизвестная работа Васнецова скоро обретёт нового владельца

Главным лотом будущих торгов Московского аукционного дома, которые пройдут 8 июня, станет ранее неизвестная картина Виктора Васнецова «Боярин»

До последнего времени она находилась в семье астронома Авенира Яковкина. Metro рассказывает историю интересного полотна

«Боярин» Виктора Васнецова почти сто лет не покидал одну семью / ПРЕСС-СЛУЖБА МОСКОВСКОГО АУКЦИОННОГО ДОМА

Наталья Бабахина
natalia.babakhina@gazetametro.ru

Авенир Яковкин (1887–1974) занимался изучением Луны и его именем даже был назван один из её кратеров. И, как многие учёные прошлого, Яковкин увлекался коллекционированием живописи. До сегодняшнего дня в семье астронома бытовала легенда, что «Боярин», на которого смотрели несколько поколений Яковкиных, будто бы принадлежит кисти Виктора Васнецова. Легенду наконец решили проверить у специалистов, которые подтвердили авторство известного русского художника.

Композиционно «Боярин» схож с картиной Виктора Васнецова «Царевна у окна» 1920 года, которая сейчас хранится в собрании Челябинского государственного музея изобразительных искусств. «Боярин» тоже ориентировочно написан в 1910–1920 гг. и сразу после создания попал к Яковкину, который был современником Васнецова. Таким образом, почти сто лет картина находилась в семье первого и единственного своего владельца – не самый частый случай для полотен известных художников.

После смерти Авенира Яковкина в 1974 году его сын Владимир унаследовал коллекцию картин и даже профессию отца – он стал полярным астрономом.

ЦИФРА

27 млн

рублей
– начальная стоимость «Боярина» на будущих торгах.

– «Боярин» представляет собой яркий образец позднего периода творчества Виктора Васнецова, – рассказывает Сергей Подстаницкий, историк искусств, коллекционер и сооснователь Московского аукционного дома. – Не только стилистика картины, но и особенности угольного подготовительного рисунка, характер живописного построения изображения, без всяких сомнений, позволяют его считать работой художника.

«Атрибуция «Боярина» – ещё один судьбоносный случай в практике нашего аукционного дома».

СЕРГЕЙ ПОДСТАНИЦКИЙ
историк искусств

По словам эксперта, эта картина – одно из свидетельств многолетнего художественного интереса Виктора Васнецова к древнерусскому костюму. Художник с большой любовью его изучал и изображал не только в сюжетах на исторические темы, но даже «одел» на портретах в древнерусский мужской костюм своих сыновей Владимира и Алексея.

«Боярин» стал вторым за этот год случаем обнаружения и продажи на торгах Московского аукционного дома ранее неизвестных картин Виктора Васнецова: так, в марте этого года с молотка за 135 миллионов рублей ушли его же «Богомольцы».

Кроме картины Виктора Васнецова, на аукцион выставят около 150 лотов, включая полотно Ильи Репина «Портрет Веры Репиной на фоне декоративного пейзажа в японском стиле», эстимейт которого составит 13 млн рублей, а также пейзаж «Финский залив» кисти Ивана Шишкина, начальная стоимость которого 20 млн рублей.

КОРОТКО

Германика продолжает ругаться с коллегами

СКАНДАЛЫ. Только затих конфликт между Валерией Гай Германикой и Дианой Арбениной, которая обвинила режиссёра в непрофессионализме, как к претензиям певицы присоединилась Софья Синицына. Актриса сериала «Чистые» в соцсети назвали пробы у Германики «ужасными».

«Если ты серая бездарная мышь, то любой кастинг в драме для тебя будет адом», – отреагировала в Сети Валерия. **METRO**

«Папины дочки» теперь снимаются в большом кино

ТЕЛЕХИТ. Началась работа над фильмом «Папины дочки. В кино», который выйдет в прокат уже осенью, сообщает пресс-служба телеканала СТС.

По сюжету семья Васнецовых-Васильевых отправится на важное торжество в Кисловодск. И это путешествие принесёт им немало потрясений. В картине появятся звёзды сериала «Папины дочки» – от Филиппа Бледного до Андрея Леонова. **METRO**

Никита Волков сыграл безутешного отца, потерявшего сына

КИНО. Завершились съёмки семейной мелодрамы «Где ты?». Главный герой – врач скорой помощи Макс (Никита Волков) – переживает страшную трагедию. Его новорождённого ребёнка кто-то похитил, и полиция оказывается бессильна. Спустя 6 лет его жена Анна смиряется с потерей и готова начать жизнь сначала, а Макс не может перестать искать своего сына. **METRO**

Автор сценария будущей картины – Алексей Нужный («Я худею») / ПРЕСС-СЛУЖБА ФИЛЬМА

Телеведущая Ксения Бородина в третий раз вышла замуж

ТОРЖЕСТВО. Её избранником стал 36-летний блогер Николай Сердюков. Пара познакомилась во время съёмок реалити, на котором Ксения выступала в роли ведущей, а будущий супруг был участником.

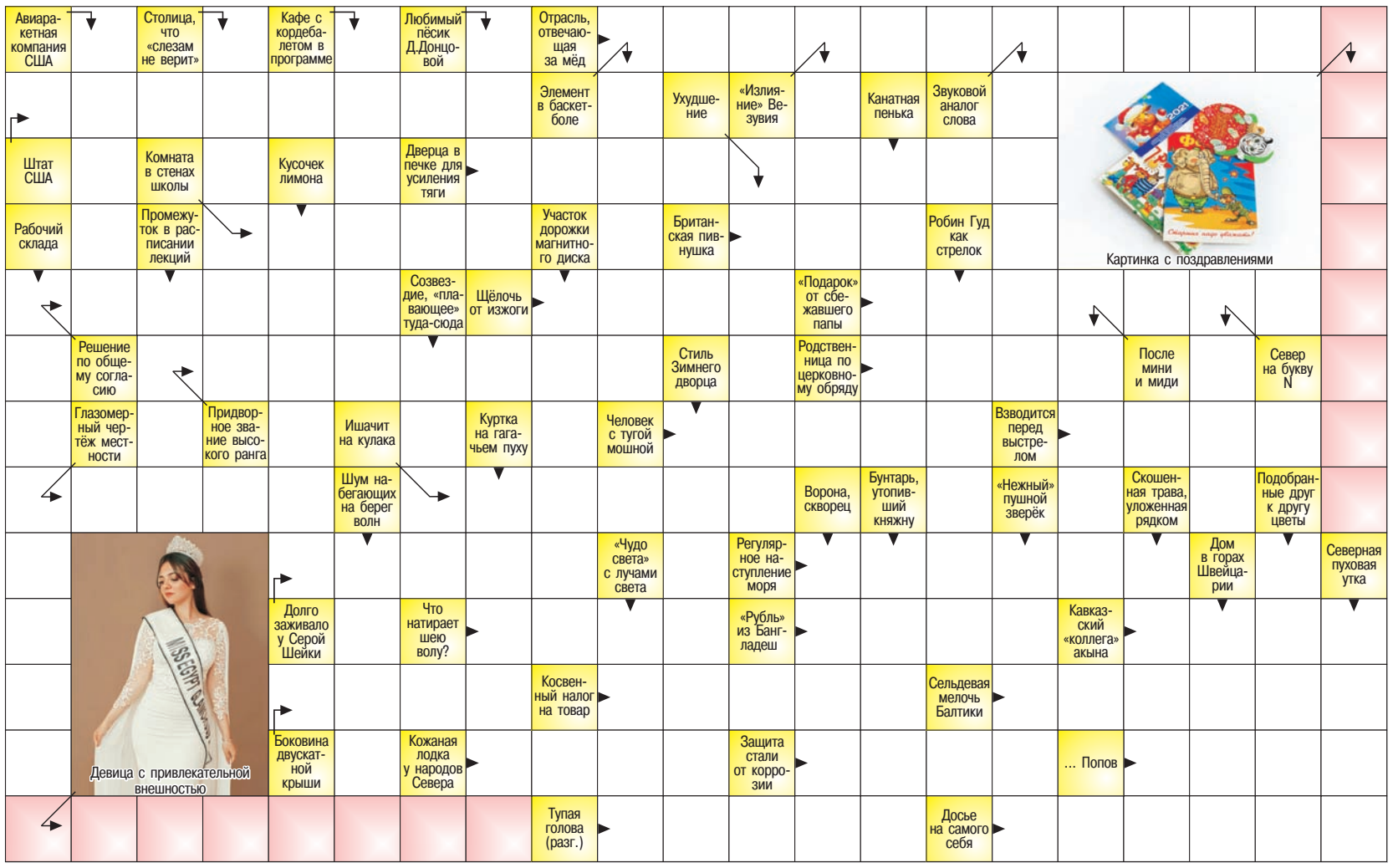
О свадьбе сообщила сама Ксения Бородина, опубликовав фото с церемонии в соцсети.

Для Ксении это третий брак, от двух прошлых мужей у телеведущей двое детей. **METRO**

Бывшие участницы группы t.A.T.u. интригуют

ШОУ-БИЗНЕС. Солистки группы, которая распалась ещё в 2011 году, намекнули на воссоединение. Во всяком случае в соцсетях Юля Волкова и Лена Катина опубликовали одно и то же фото, на котором они сняты со спины в сценических костюмах.

«Путь длиною в жизнь. И снова мы идём одной дорогой, уверенно и только вперёд», – подпись к фото интригует. Других комментариев пока нет. **METRO**



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Пчеловодство. Коропало. Класс. Подлавало. Лаб. Сода. Аллигаторы. Уробор. Кума. Кроки. Камерер. Батрак. Борщ. Кулек. Прилив. Крыло. Ярмо. Тяга. Ацтр. Акцыз. Сауна. Красотка. Скос. Кавк. Цинк. Олег. Кочан. Анкета.

ПО ВЕРТИКАЛИ: Боинг. Москва. Кабаре. Монс. Подбор. Угадок. Лава. Абака. Омоним. Отрыжка. Ломтик. Угаковщик. Окно. Сектор. Лучник. Рыбы. Барокко. Максн. Нора. Аналка. Рокот. Птица. Разин. Ласка. Валок. Бухет. Мавк. Шалье. Гара.

АНЕКДОТЫ

■ Мужик приходит в цирк и говорит:
– У меня уникальный номер: собака играет на скрипке Паганини!
– Да вы что, с ума сошли – кто же ходит в цирк слушать скрипичные концерты?!

■ – Юль, почему тебя постоянно называют Юлька-кастрюлька?
– Потому что частенько крышечка съезжает.

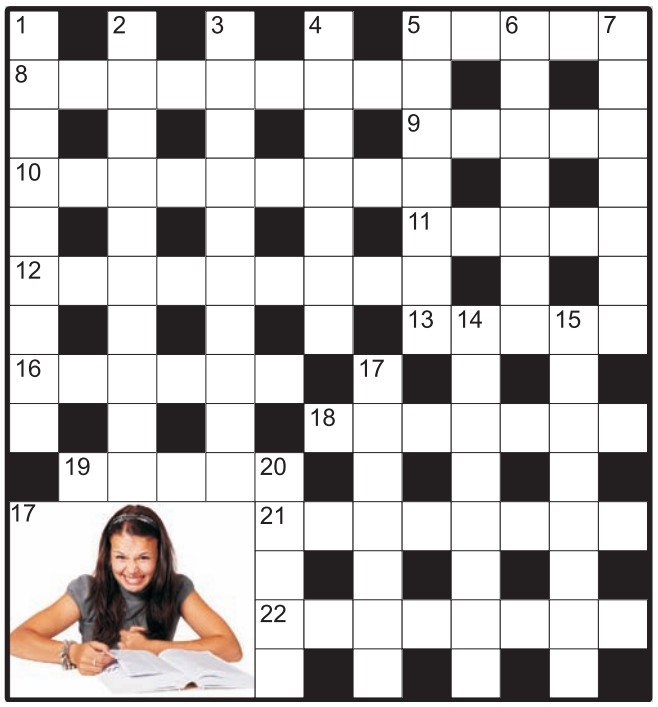
■ Продавец на рынке так сильно нахваливал свой товар, что даже не заметил, как начал целовать свиную голову.

■ Решил сесть на диету. Вместо мяса и колбасы накупил яблок и бананов, вместо водки – кефира. Плохо стало уже к обеду.

■ Семейное счастье – это когда желания жены совпадают с возможностями мужа.

■ Надпись в автобусе: на место кондуктора не садиться. Рядом на стекле: в окно кондуктора не смотреть.

КРОССВОРД



ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

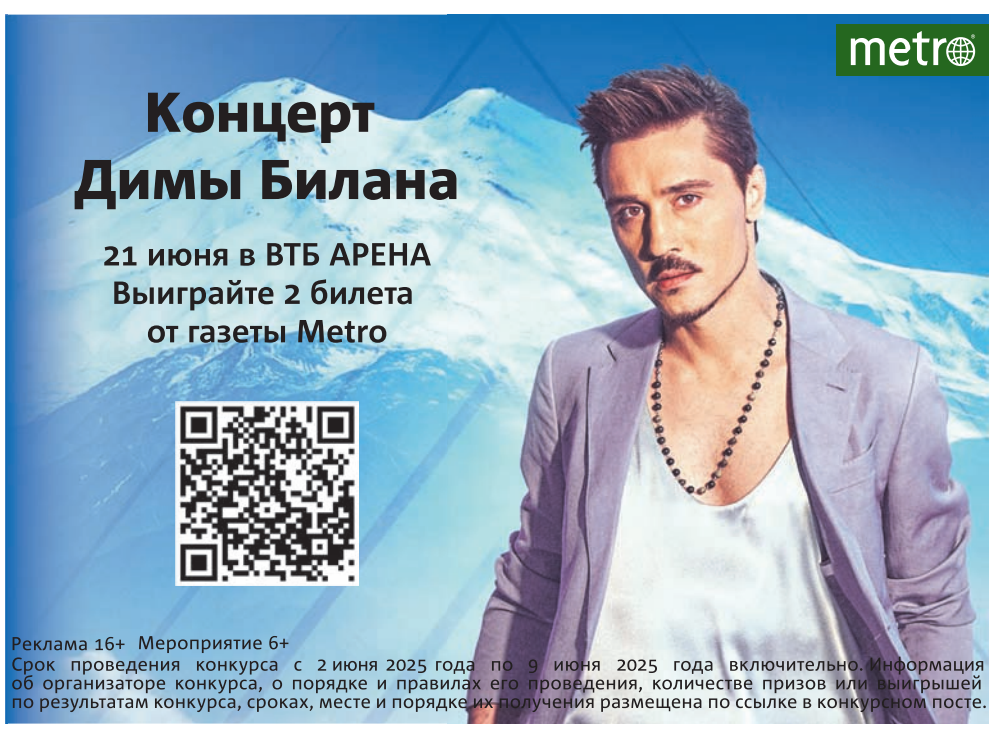
5. Большая церковь
8. Прибор для поддержания постоянной температуры
9. Для него лежание на шпалах является занятием совершенно безопасным
10. Материал, подшитый к внутренней поверхности одежды
11. Ржущий коллектив
12. «Агрессивные» игроки команды
13. Веник-нудист
16. Страна, что на севере граничит со Швейцарией
18. «Бассейн», в котором борта ледяные, вода холодная и того и гляди корочкой покроется
19. Настил из брёвен в блиндаже
21. Маленькая закусочная с продажей вина
22. Инструмент художника, стальная пластинка в виде лопатки для удаления красок.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Регулярное денежное пособие учащимся
2. Внесение части суммы на счёт продавца до получения товара
3. «Солистка» на симпозиуме
4. Человек, балансирующий между армией и высшим образованием
5. Тот, кто разрабатывает общий план войны
6. Неуёмный говорун
7. Изображение дома, выполненный акварельными красками
14. Сотрудник ЧК при Грозном
15. Процесс определения голосованием, кто же станет президентом
17. Ужимка ломаки или мина кривляки
20. Зеркало, позволяющее увидеть себя в полный рост.

ОТВЕТЫ

По горизонтали: 5. Собор. **8.** Термостат. **9.** Рельс. **10.** Подкладка. **11.** Табун. **12.** Нападение. **13.** Голик. **16.** Италия. **18.** Прорубь. **19.** Накат. **21.** Рюмочная. **22.** Мастихин.
По вертикали: 1. Стипендия. **2.** Предоплата. **3.** Доклад. **4.** Студент. **5.** Стратег. **6.** Балабол. **7.** Рисунок. **14.** Опричник. **15.** Избрание. **17.** Гримаса. **20.** Трюмо.



ПРИГЛАШАЕМ
РАСПРОСТРАНИТЕЛЕЙ
газет в вестибюлях метрополитена
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
РЕКЛАМА

ГОРОСКОП

на четверг, 5 июня 2025 года

Астролог Лилия Любимова

ОВЕН
21.03 – 20.04

Сегодня всё удаётся, если вы действуете легко и в моменте. Удачный день для коротких поездок, переписок и разговоров – особенно если вы говорите от сердца. То, что давно хотели сказать, будет услышано.

ТЕЛЕЦ
21.04 – 21.05

Вы можете получить приятный бонус: подарок, скидку, комплимент или идею, как порадовать себя. Финансовые дела сегодня идут легче, а настроение становится всё более летним. Позвольте себе немного удовольствий.

БЛИЗНЕЦЫ
22.05 – 21.06

День, когда можно и нужно заявить о себе. Обновите аватарку, расскажите о себе в соцсетях, напомните о своих проектах. Вы сейчас на волне – и всё, что делаете с удовольствием, будет воспринято особенно тепло.

РАК
22.06 – 22.07

Внешне – активный день, а внутри – желание тишины. Слушайте себя. Лучше наблюдать, чем участвовать в суете. Вы уловите важные нюансы, которые другим просто не видны.

ЛЕВ
23.07 – 22.08

Ожидаются неожиданные приятные новости, приглашения или встречи. Отличный день для лёгкого общения, непринуждённых прогулок и тёплых встреч. Не стройте жёстких планов – спонтанность принесёт радость.

ДЕВА
23.08 – 22.09

День благоприятен для рабочих писем, презентаций, согласований. То, что вчера казалось трудным, сегодня легко сдвинется с мёртвой точки. Общайтесь и будьте открыты к конструктивному диалогу.

ВЕСЫ
23.09 – 22.10

Появляются новые идеи, особенно связанные с путешествиями, обучением или расширением горизонтов. Вдохновение придёт от общения с теми, кто мыслит нестандартно. Хорошо думать о будущем.

СКОРПИОН
23.10 – 21.11

Вы чётко почувствуете, где заканчиваются ваши возможности и начинаются чужие ожидания. Этот день – про ясность и уважение к личным границам. Проговорите важное спокойно – и многое встанет на свои места.

СТРЕЛЕЦ
22.11 – 21.12

Сегодня легко быть в гармонии с собой и окружающими. Возможны тёплые разговоры, вдохновляющие встречи или просто состояние, что вы на своём месте. Удачный день для свиданий и лёгкого флирта.

КОЗЕРОГ
22.12 – 20.01

Мозг на работе, но тело мечтает об отдыхе. И не зря: даже маленькая передышка сегодня даст мощный заряд. Попробуйте выдохнуть и разрешить себе чуть больше лени – это не слабость, а забота о себе.

ВОДОЛЕЙ
21.01 – 18.02

Хочется лёгкости, новизны, свободы. Позвольте себе день удовольствий: от внешнего преображения до новых впечатлений. Отличное время, чтобы порадовать себя, даже если это будет просто красивая мелочь.

РЫБЫ
19.02 – 20.03

День подходит для уютных домашних дел, общения с близкими и спокойных радостей. Обновите что-то в доме, приготовьте что-то вкусное или просто устройте вечер тёплого общения – это наполнит вас изнутри.

НЕДВИЖИМОСТЬ

Куплю долю квартиры, комнаты, с долгами, с арестом, с залогом или без. Т. 8(495)409-83-23

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

Ремонт квартиры: обои, натяжной потолок, плитка, сантехника, электрика, циклёвка, ламинат. Тел. 8(495)978-03-44

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 руб./смена. Вахта с проживанием! Требуются: упаковщики, комплектовщики и грузчики! Т. +7(901)417-12-71

115 000 руб. з/п. Проживание и питание. Комплектовщики, грузчики. Авансирование и премии. м. Бауманская. Т. 8(800)600-78-49

Администратору парикмахерской требуется помощница, желательно пенсионерка. м. Пионерская. Тел. 8(925)191-03-53

Вакансии. Комплектовщики, разнорабочие. З/п от 105 000 руб. Вахта. Проживание, питание, спецодежда, премии. Авансы. Москва. Т. 8(800)700-09-60

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 204 000 руб. за вахту. От 30 смен. Проживание, питание бесплатно. Т. +7(931)521-84-38

Вахта. З/п от 115 000 руб. Комплектовщики, водители рохли. Авансирование и проживание. м. Бауманская. Т. +7(964)727-39-89

Грузчик-рабочий на производство. З/п до 55 т.р. Погрузка/разгрузка или упаковка мелких изделий – 5/2, 08:00–17:00 или сменный. м. Шоссе Энтузиастов. Тел. 8(985)365-14-29

Грузчики. З/п 75 000 руб. График 5/2 с 08:00 до 17:00. Оформление по ТК РФ. Бесплатное питание, проживание, регистрация. м. Варшавская. Т. 8(926)002-59-90

Доставляйте заказы «Самоката», когда удобно. Велосипед выдаём. Доход каждую неделю до 45 000 руб. Оформление за час. Начните уже завтра! Тел.*0015

Кассир с обучением. Индивидуальный график. 3300 руб./день. Ежедневные выплаты. Звоните +7(925)018-08-34

Контролёры турникетов. Вахта 15/15. Официально. Жильё. До 96 000 руб. Т. 8(925)081-91-65

Котломойщик. График 5/2. 70 000 р. м. Текстильщики. Т. +7(929)963-34-80

Котломойщик. График 5/2. 65 000 р. м. Площадь Ильича. Т. +7(903)129-97-88

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 ИФНС. Банки. Тел. +7(916)614-87-90

Лифтёр-оператор за эскалаторами. м. Измайловская, ТЦ «Парагон». З/п 35 000 руб. График с 8 до 23. Т. 8(925)829-45-19

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. Т. 8(985)826-50-23

Мойщица-уборщица. График 5/2. 65 000 руб. м. Текстильщики. Т. +7(903)265-22-47

Охрана, вахта, от 3000 руб. с питанием, смены 2/2, 3/3, 4500 руб. Тел. 8(936)252-57-36

Охранник, 2/2, только ночь, смена 2300 руб. м. Белорусская. Смоленская и Белорусская. Тел. 8(903)510-73-80 или 8(909)662-80-47

Охранник. 3500–3900 руб./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 руб./месяц. Тел. 8(936)300-19-00

Охранник (контролёр/стрелок) в филиал ФГУП «Охрана» Росгвардии по г. Москве. З/п от 5000/6000 р./сут. Охрана объектов и материальных ценностей. Гражданство РФ. Соцпакет. ТК РФ. Бесплатно: форма, обучение, медкомиссия. Гр/р сменный. Тел.: 8(916)490-40-48, 8(495)640-26-73

Охранник (муж./жен.). Сутки 4500–6000 р. Вахта 3500 р. Москва и МО (Электроугли, ст. Бронницы, Мытищи и др.). Т.: 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

Охранники. Вахта 15/15. Официально. Жильё. До 100 000 руб. Т. 8(925)081-91-65

Охранники. Вахта. М./ж., з/п от 3000 руб./сутки. График: различный. Объекты г. Москва. Т. 8(977)865-47-40

Охранники г. Москва. ЧОП «Цунами». З/п до 90 000 руб./мес. Вахта, 2/4, 7/7. Т.: 8(495)737-78-26, 8(903)596-92-11

Охранники г. Химки. График сменный. З/п от 65 000 руб. Тел. 8(915)344-25-19

Охранники, контролёры. Вахта, от 90 000 руб./месяц, разные объекты. Москва. Т. +7(929)943-29-13, absfera.ru

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./месяц. Форма бесплатно. Соцпакет. ТК РФ. Проживание. Подработки. м. Сокол. Т. +7(985)143-43-17

Охранники с УЧО в офисный центр, Москва. Вахта. З/п 3250–6500 руб./смена. Официальное трудоустройство. Форма + проживание бесплатно. Тел. 8(926)551-69-14

Охранники с УЧО и без. Вахта. От 3000 руб./смена. Различные объекты. Надёжный ЧОП. Т. 8(916)909-01-33

Подработка. Мобильный грузчик. Свободный график. 3200–4800 руб./день. Оплата сразу на месте. Т. 8(977)360-22-52, Сергей

Приёмщики заказов в химчистку «Диана». От 33 т.р. Районы САО и СВАО. Ждём активных пенсионеров. Работа рядом с домом. Т. 8(926)747-49-05

Рабочие. Гр. РФ, РБ. Оплата ежедневно от 2000 р. Работа в Москве. Проживание, питание, спецодежду предоставляем. Т. +7(991)751-37-95

Рабочие, подсобники на строительство. Работа постоянная либо вахтой. Оплата ежедневно. Питание, спецодежда, жильё предоставляется. Т. +7(926)483-01-95

Рабочий-монтажник. З/п 90 т.р, график 5/2, доставка на объект, монтаж оборудования (светофоры, камеры телеобзора, детекторы), протяжка кабелей. м. Пражская. Т. 8(977)817-83-16

Слесарь-электромонтажник на участок крупных блоков. От 130 т.р. на руки. Пайка оловянно-свинцовыми сплавами. Вязка жгутов. м. Шоссе Энтузиастов, 56. Тел. 8(495)786-37-04

Требуются посудомойщицы-уборщицы в рестораны. Зарплата: до 93 000 руб. Гр/р: 5х2/4х3/2х2 по 10–12 ч. Бесплатное питание, медкнижка, форма. Премия за приведённого друга. Звоните/пишите: +7(926)690-83-21

Требуются работники на кондитерское предприятие. З/п без задержек от 40 000 руб. на руки, 5/2 (суббота и воскресенье выходные). С 07:00 до 15:30 и с 11:00 до 19:30. м. Бауманская, ул. Бауманская, 16. Т. 8(919)139-00-91

Уборщик/ца. РФ Банк России. Утро 5/2 – з/п 27 000 руб., день 2/2 – з/п 55 000 руб., официальное оформление по ТК. Севастопольский проспект, 66. Тел: +7(495)476-42-44

Уборщица в новую поликлинику 218. м. Бабушкинская. Гр/р 6/1: 08:00–20:00. З/п 80 000 р. на руки. Ул. Напрудная, 15; пр-д Шокальского, 8; ул. Ротерта, 12; Полярная, 28. Тел. 8(922)840-19-81

Уборщица в Третьяковскую галерею. Графики: утро (8:00–10:00) – подработка 5/2 – 25 000 р. или 8:00–18:00 за 70 000 р. (5/2 + дежурство). Кадашевская наб., 12. Т. 8(925)541-52-19

Уборщица. З/п 70 т.р. В хостел. Бесплатное проживание. Гр/р 6/1. Тел. 8(968)922-22-44

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 куплю. 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.vmigpereezd.ru

КУПЛЮ

Музей ищет экспонаты! Дорого купим книги до 1945 г., статуэтки, игрушки, самовары и др. Т. 8(900)546-00-81

УСЛУГИ

Уборка офисов, санузлов и др. помещений. Долгосрочный договор, безналичный расчёт! Вознаграждение посреднику гарантируется. Т. 8(925)740-52-37 с 13 до17 ч

МЕБЕЛЬ И ПРЕДМЕТЫ ИНТЕРЬЕРА

Обивка, перетяжка и ремонт мягкой мебели. Большой выбор тканей. Гарантия. 8(495)585-63-85

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(985)786-08-65

Предприятие «Микконт» купит микросхемы, конденсаторы, реле, платы, сопротивления Тел. 8(800)707-22-53

ПУНКТЫ ПРИЁМА ОБЪЯВЛЕНИЙ:

- Ст. м. «Битцевский Парк» 8(925)504-51-08 (только юрлица)
- Ст.м.«ВДНХ», «Ростокино» 8(916)652-44-85
- Ст.м. «Волжская» 8(985)933-58-69, 8(915)157-79-19
- Ст.м. «Ленинский проспект» 8(495)543-99-11
- Ст.м. «Марьина Роща» 8(495)640-18-48, доб.123
- Ст.м. «Молодёжная» 8(915)387-70-75
- Ст.м. «Нижегородская» 8(495)225-50-46
- Ст.м. «Озёрная» 8(495)196-19-40
- Ст. м. «Октябрьское Поле» 8(495)773-94-98
- Ст.м. «Павелецкая» 8(495)775-60-46

Объявления в этой рубрике являются рекламой

metro

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** Анна Жукова • **Газета Metro Москва ©** Рекламное издание • Регистрационное свидетельство ПИ № ТУ 50-233 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 Метро» • 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: 04.06.2025, 20:00 • Газета «Metro Москва» распространяется бесплатно • Материалы под рубриками: «Столица», «Metro-Экспресс» печатаются на правах рекламы

Газета отпечатана:
АО «ПРАЙМ ПРИНТ МОСКВА», 141707, МО, г. Долгопрудный, Лихачёвский проезд, 5 В • Заказ 1359

ABC ТИРАЖ НОМЕРА 300 000 СЕРТИФИЦИРОВАН НЕЗАВИСИМЫМ БЮРО ТИРАЖНОГО АУДИТА ABC

16+

СПОРТ С

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

Роман Ротенберг готов решить проблемы «Витязя»

ХОККЕЙ. Экс-тренер СКА обсудил долги «Витязя», составляющие 200 млн рублей, с генменеджером Игорем Варицким, утверждает «Матч ТВ». Если Ротенберг сможет привлечь 1,5 млн на сезон, то спасёт клуб.

Ранее телеграм-каналы сообщали, что Роман возглавит «Витязь». Также в подмосковный клуб придёт новый спонсор. **METRO**

18-летняя Андреева нервничала из-за шумящих зрителей / **AFP**

Мирра Андреева сенсационно уступила 361-й ракетке мира

ТЕННИС. В четвертьфинале «Ролан Гаррос» россиянка проиграла Лоис Буассон из Франции – 6:7 (6:8), 3:6. На игру 6-й ракетки мира повлияли не только успехи соперницы, но и крики с трибун.

Теперь Андрееву и Диану Шнайдер ждёт полуфинал в парах. Они сразятся с итальянками Сарой Эррани и Жасмин Паолини. **METRO**

Брат и сестра из Москвы допрыгались до Книги рекордов

Амин и Алсу Ходжиевы – первые брат и сестра, которые выступают дуэтом на соревнованиях по художественной гимнастике. Рекорд был официально зарегистрирован в мае в Книге рекордов России

Ольга Гостюхина
olga.gostiukhina@gazetametro.ru

Алсу и Амин выступают с номером «Весёлые морячки» / **«КОЛИБРИ СТАР»**

В клуб художественной гимнастики «Колибри Стар» Алсу привела мама – девочке было всего 3 года. Тренеры оценили талант и её хорошие физические данные. А позже мама Венера предложила попробовать в паре с Алсу её брата (старше на 2 года).

Амин уже занимался акробатикой, и его навыки очень пригодились в совместной работе. Так появился их первый совместный номер «Весёлые морячки».

– С начала года ребята 4 раза выступали на соревнованиях различного уровня, в том числе и международного, с показательным номером. Публика встречала их бурными овациями, – рассказала Metro тренер Валерия Шелякина.

По словам наставников, брат и сестра настолько дружны, что им не нужно тратить время на то, чтобы приспособиться друг к другу. Обычно на это уходят годы.

Включается музыка, и ребята показывают мне свой номер. Удивительная слаженность и гибкость, а ещё – артистизм и полное погружение в тему. За всем этим стоит большая работа и взрослых, и детей.

– Мы немало времени уделяем хореографии и повышению актёрского мастерства, при этом Амин продолжает параллельно заниматься акробатикой, потому что смешанная пара подразумевает акробатические элементы – поддержки и прочее. Сейчас мы с ним готовим программу выступлений с предметами, – продолжает Валерия.

«Было бы интересно, если бы в художественной гимнастике появилась дисциплина «смешанная пара». Раньше были соревнования смешанных пар, которые проводились в рамках чемпионата России. Было интересно смотреть. Это хорошо для разностороннего развития спортсменов».

ОЛЬГА КАПРАНОВА
многократная чемпионка мира и Европы по художественной гимнастике

– Я очень хочу выступить с палкой, – признаётся юный спортсмен.

Алсу тем временем не отходит от него ни на шаг. Удивительно, но и вне спортзала они проводят почти всё время вместе. Играют в настольные игры, ходят с родителями в зоопарк и мечтают об олимпийских медалях.

Несмотря на то что соревноваться в парной гимнастике Ходжиевым пока не с кем, они усиленно тренируются 6 раз в неделю, выступают по отдельности и вместе.

Главный тренер клуба Ольга Павелковская уверена: парные соревнования обязательно будут:

– Дуэты и трио развиваются в Казани, у нас этим занимается Екатерина Сиротина. Есть также направление эстетической гимнастики. Возможно, и парные выступления станут отдельным видом, а Алсу и Амин будут среди его основоположников. Но для соревнований нужны участники не менее чем из 23 регионов России.

Модрич тряхнёт стариной в «Милане»

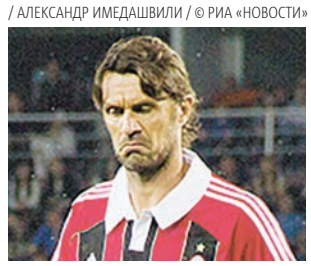
39-летний хорват близок к переходу в итальянский клуб. Но Лука не первый полевой «пенсионер» в истории «красно-чёрных». Вспоминаем, в каком возрасте с «Миланом» прощались легенды

/ АЛЕКСАНДР ИМЕДАШВИЛИ / © РИА «НОВОСТИ»

ФИЛИППО ИНДЗАГИ
38 лет, 9 месяцев, 4 дня

Нападающий, известный умением играть на грани офсайда, принёс «Милану» россыпь наград. Последний матч Пиппо провёл очень красиво: выйдя на замену в игре с «Новарой», он забил победный мяч в своём стиле.

/ АЛЕКСАНДР ИМЕДАШВИЛИ / © РИА «НОВОСТИ»



ПАОЛО МАЛЬДИНИ
40 лет, 11 месяцев, 5 дней

Мальдини – главная фамилия в истории клуба. Пошедший по стопам отца защитник провёл здесь все 24 года карьеры, сыграл 901 матч и выиграл 26 трофеев. Правда, тёплого прощания с фанатами не вышло из-за конфликта.

/ТАСС

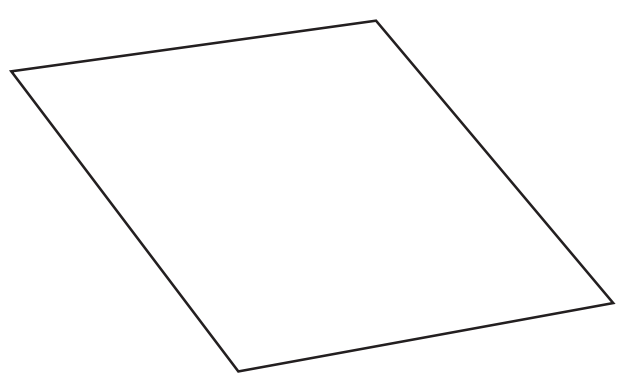
АЛЕССАНДРО КОСТАКУРТА
41 год, 25 дней

Воспитанник «Милана» на заре карьеры съездил в аренду в «Монцу», а затем вернулся в родной клуб, чтобы играть за него долгие 20 лет. В прощальном матче защитник отличился с пенальти, но «Удинезе» всё равно победил – 3:2.

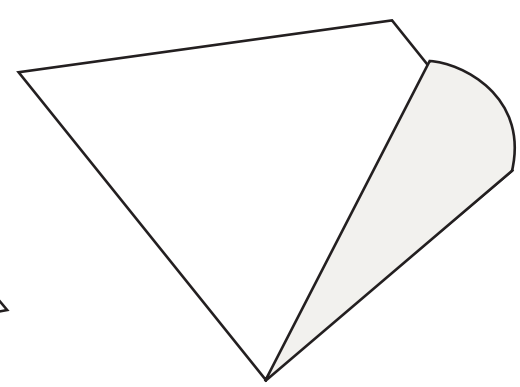
/ ЕГОР ЕРЕМОВ / © РИА «НОВОСТИ»

ЗЛАТАН ИБРАГИМОВИЧ
41 год, 5 месяцев, 15 дней

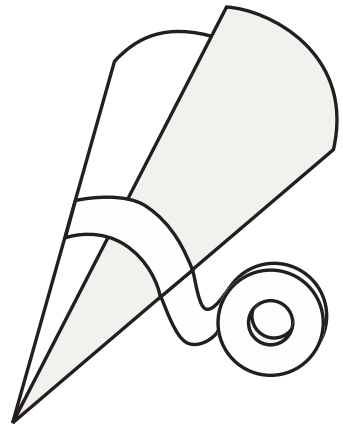
Форвард сменил кучу топ-клубов, но с «Миланом» у него произошла «химия». Оба раза, приходя в стан «россонери», Златан выигрывал Серию А. Завершающий сезон испортили травмы, но мяч в последней игре он всё же забил.



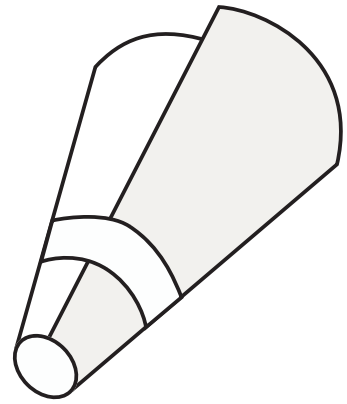
1



2



1



2

КЛИЕНТОСКОП: СОБЕРИ ЕГО, ЧТОБЫ ВЫЙТИ
НА СЛЕД БЫВШИХ КЛИЕНТОВ РОКЕТБАНКА

8. НАБИТЬ ТАТУ
НА ТЕЛЕ

КТО-НИБУДЬ ВИДЕЛ БЫВШИХ КЛИЕНТОВ

9. НАПИСАТЬ
НА ЗАБОРЕ

10. СДЕЛАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ
ЧЕРЕЗ ДИДЖЕЯ