

№ 1 В МОСКВЕ*

metro®

90
ЛЕТ**Рыба и ходьба помогут замедлить старение**

Наши иммунные клетки страдают от стресса и неправильного питания. Как им помочь, читайте на с. 09

gazetametro.ru



Москва восхищает и с земли, и с неба
с. 06

Вид на станцию метро «Филатов Луг» / РОЛЕТАЕВ.ФОТО

Во дворах столицы появятся арт-киты

Мэр Москвы Сергей Собянин рассказал, как преобразятся городские детские и спортивные площадки с. 03

Александр Петров мечтает о своих огурцах

В День дачника Metro расспросило известных москвичей, чем они любят заниматься за городом с. 02

В музее можно попасть через экран смартфона

Metro оценило новую 3D-платформу, где уже хранится множество оцифрованных шедевров с. 04

РЕКЛАМА

Найти ближайший магазин



SOKOLOV

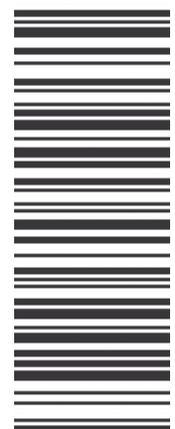
ВАМ ПОДАРОК
ПОЛУЧИТЕ
СЕРЕБРЯНУЮ ПОДВЕСКУ

БЕСПЛАТНО

Сроки проведения акции: с 26.05.2025 по 31.10.2025. Подарок выдается в период с 26.05.2025 по 31.10.2025 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 27.07.2018, 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. Информацию об организаторе акции, правилах её проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения можно получить на сайте sokolov.ru/retail/metro_msk_0725/ и по телефону 8 800 1000 750.



sokolov.ru



Звёзды на дачах медитируют и балуются блинчиками

Сегодня все любители огорода отмечают День дачника. И, как оказалось, заниматься посадочными работами любят не только обычные москвичи, но и известные актёры и музыканты. В беседе с Metro они рассказали, как проводят время в своих загородных домах

/ ТЕКСТ: ДАРЬЯ ЗАВГОРОДНЯЯ / ФОТО: ЛИЧНЫЙ АРХИВ ГЕРОЕВ / ВЛАДИМИР ТРЕФИЛОВ / © РИА «НОВОСТИ»



ПЁТР ФЁДОРОВ
актёр

– Несколько лет назад я построил большой загородный дом для своей семьи, как давно мечтал. Он находится в ближайшем Подмосковье. Моя мама фактически живёт там. Я очень люблю просыпаться с утра и чувствовать запах блинчиков. А потом сидишь на кухне и ешь мамины блины со смородиновым вареньем или крыжовником. А в глаза светит солнце... Счастье. Ещё мне очень нравится мастерить что-то в доме. Недавно сам достраивал веранду, перекладывал пол на чердаке. Всему этому меня научил мой дед. Моё детство прошло в деревне на Алтае, в окружении тайги, куда я периодически сбегал. И сейчас напоминание об этом для меня – возможность пойти в подмосковный лес, пособирать грибы.



АЛЕКСАНДР ПЕТРОВ
актёр

– Марина Цветаева говорила: дом – это не только крыша над головой, но и место, где собирается семья. В этом году я купил такой дом в Подмосковье, и мы уже даже переехали туда с женой и сыном. Сейчас с нами живут родственники жены, которые помогают нам. Настоящее родовое гнездо. Пока на участке растут только берёзы и красивый газон. Но в будущем планируем сделать небольшой огородец, чтобы огурцы можно было есть с грядки. И, конечно, оборудуем небольшую площадку для спортивных игр. Нам с детьми нужно будет где-то играть.



ЕКАТЕРИНА БОЛДЫШЕВА
певица

– На даче у нас много цветов, занимается ими, признаюсь честно, в основном мама Алексея (Алексей Горбашов – муж Екатерины, лидер и гитарист группы «Мираж». – Прим. ред.). Не могу сказать, что очень люблю копать в земле и сажать цветы. Но иногда я всё же присоединяюсь и к посадочным работам. Мой идеальный день на даче – посидеть в шезлонге в тени, почитать книгу или приготовить что-нибудь на гриле. Люблю лёгкую и полезную еду, например запечённые на решётке овощи! С горячей лепёшкой и свежей кинзой! Ещё мы любим жарить креветки. Тут главное – соус. В сметану выжимаем несколько долек чеснока, добавляем соль, перец, немного томатного соуса, мелко нарезанные маринованные огурчики и несколько капель лимона.



АГАТА МУЦЕНИЕЦЕ
актриса

– Сейчас мы живём в коттедже в Подмосковье. В этом году посадили яблони и груши, но урожай они дадут только через несколько лет. Садоводство – дело тонкое. Поэтому для меня дача ассоциируется не с садово-огородными работами, а всё-таки с прогулками, возможностью погреться на солнце, восстановить душевное равновесие. Хотя в детстве круг моих «дачных» занятий был шире. В деревне под Ригой, куда я любила ездить, я лазила по деревьям, которые росли рядом с нашим домом, собирала колорадских жуков с картошки и ловила лягушек вместе с соседскими ребятами. Я до сих пор общаюсь со своими «деревенскими» друзьями.

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

Искусственный интеллект продолжают внедрять в метро

ТРАНСПОРТ. В столичном метро начали тестировать нейрогелос в аудио-сообщениях, рассказали в Дептрансе. Такая новинка помогает подготовить объявление за считанные минуты. Это особенно важно в ситуациях, когда один из эскалаторов закрывают на ремонт или поезд начинают курсировать по изменённому маршруту. **МЕТРО**



Этот вид получил своё название благодаря спирально закрученным рогам / СКРИНШОТ ВИДЕО МОСКОВСКОГО ЗООПАРКА

В Московском зоопарке родились три козлёнка

ПОПОЛНЕНИЕ. Они относятся к виду таджикских винторогих козлов, сообщает пресс-служба зоопарка. Сейчас малыши уже вовсю бегают по искусственной скале на комплексной экспозиции «Турья горка» на Новой территории зоопарка. **МЕТРО**

В городе покажут зарубежный экстрим

В столице впервые состоятся международные соревнования по экстремальным видам спорта

Фестиваль «Московские экстремальные игры» проведут уже 3 августа на стадионе «РЖД Арена». В нём примут участие спортсмены Олимпийских игр – 2024 в Париже, профессиональные райдеры, многократные призёры Всемирных экстремальных игр, участники одной из крупнейших

мировых серий по мотокроссу и других международных экстрим-шоу. Об этом написано на mos.ru.

Уточняется, что в играх планируют принять участие спортсмены более чем из 15 стран мира, в том числе из Австралии, Франции, Чехии, Коста-Рики, Японии, Испании, Италии и США. Только в Кубке мира по воркауту, который также пройдёт в рамках этого фестиваля, запланировано участие спортсменов более чем из 37 стран!

Кроме того, зрители



Фестиваль состоится по адресу: Большая Черкизовская улица, дом 125, строение 1, в рамках проекта «Лето в Москве» / MOS.RU

нованиями и показательными выступлениями по катанию на BMX, самокатах, роликах, выполнению элементов паркура, мототрюков и мотокросса (FMX), а также фристайлу на снегоходах.

«Московские экстремальные игры» пройдут на действующем футбольном стадионе, где всё пространство будет переоборудовано под экстремальные дисциплины. Для зрителей организуют бесплатный вход, а также удобные места для отдыха и перекуса.

МАРИНА ВЕРЕСАЕВА

ПОГОДА НА ЗАВТРА

24 июля четверг

+26 °C день

+20 °C ночь

Кит, самолёт и театр теней преобразят обычные дворы

Однообразные детские и спортплощадки – это не про Москву. Здесь реализуют уникальные проекты для каждого уголка города

Пётр Николаев
internet@gazetametro.ru

Проекты спортивных площадок этого года отличаются большим разнообразием. Об этом рассказал Сергей Собянин в своём блоге. В городе будут возводиться уже привычные многофункциональные спортплощадки, а также более редкие памп-треки (для езды на велосипеде с препятствиями) и скейт-парки. Последние появятся у Нижнего и Верхнего Ивановских прудов и на Кетчерской улице.



На детской площадке возле Ивановских прудов всё будет так или иначе связано с водой: начиная с покрытия цвета морской волны и заканчивая лазилкой, напоминающей большого кита / SOBYANIN.RU

На детских площадках и вовсе возведут настоящие арт-объекты. Они будут отсылать либо к истории района, либо к определённой тематике. Таким, например, будет новый парк детства во Внуково. Здесь появится тематическая фотозона, где ребята смогут сделать снимки

ЦИФРА

1500

детских и 800 спортивных площадок планируется обновить или создать заново в этом году.

в образах пилота и стюардессы. В Бабушкинском районе, в сквере «Красная дорожка», «приземлится» игровой комплекс в виде самолёта. А в Бескудниковском районе у ребят будет свой театр теней – пьедестал с источником света, направленным на панель из белого пластика.

«Современные игровые пространства должны отвечать высоким стандартам безопасности и комфорта».

СЕРГЕЙ СОБЯНИН
мэр Москвы



ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ

Зелёные рельсы. Метро строят с заботой об экологии

Задача города – рационально использовать природные ресурсы как во время работ, так и при эксплуатации метрополитена, отметил Сергей Собянин в своём телеграм-канале. Мониторинг воздуха, подземных и поверхностных вод, анализ почвы проводятся при проходке тоннелей, затрагивающей территории природоохранных зон. Так, например, было при строительстве БКЛ. У объектов метрополитена становится больше зелёных насаждений. В ближайшее время около электродепо «Столбово» высадят более 600 кустарников и деревьев. Вред для природы минимизируется. Так, во время работ трава не выжигается и не используются химические реагенты.

ПЁТР НИКОЛАЕВ

КОРОТКО

Порталы в Москву установили в пяти регионах России

ВИРТУАЛЬНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ. На центральных улицах пяти городов по 20 августа будут работать мультимедийные инсталляции в виде порталов, сообщает mos.ru. «Туристы» увидят колесо обозрения «Солнце Москвы» на ВДНХ, маркет «Сделано в Москве» на Болотной площади, залы Третьяковской галереи. **METRO**

Пенсии работающих пенсионеров будут проиндексированы

ДЕНЬГИ. Августовское повышение затронет 1,3 миллиона граждан, которые продолжали официально работать в 2024-м. Об этом сообщили в Фонде пенсионного и социального страхования по Москве и Московской области. Прибавка устанавливается индивидуально и зависит от заработной платы. Для перерасчёта обращаться в отделение СФР не требуется. **METRO**



/ ДМИТРИЙ БЕЛИЦКИЙ / АГН «МОСКВА»

Кто спасает лучше всех

СОРЕВНОВАНИЕ. Финал городского конкурса «Московские мастера» среди спасателей стартовал в столице. Об этом сообщается на сайте mos.ru. Накануне участники соревновались в спасении с лодки, метании спасательного круга и умении извлекать пострадавшего из воды. Конкурс проводится в течение трёх дней. Победитель получит премию от правительства Москвы и памятный знак. **METRO**



СЛУШАЙТЕ ИСТОРИИ

знаковых архитектурных памятников столицы, ставших героями Великой Отечественной войны

КОНДИТЕРСКАЯ ФАБРИКА «КРАСНЫЙ ОКТЯБРЬ»



Кручу-верчу разглядеть хочу: москвич создал 3D-музей

Изучить произведения искусства в мельчайших деталях и со всех сторон можно онлайн. Не пора ли реальным музеям закрывать кассы, выяснило Metro

Марья Егорова
maryaego@gazetametro.ru

Ограждения для музейных экспонатов и ненавистное стекло, которое отражает свет и мешаает рассмотреть экспонат, в прошлом.

На «3D Платформе» собраны различные экспозиции: от народных игрушек до объектов исторического наследия. Артефакты можно не просто посмотреть, а увеличить и покрутить со всех сторон. Основатель Константин Попов вместе с командой трудился над проектом 7 лет. Благодаря креативной задумке им удалось привлечь инвестиций на сумму более чем 250 миллионов рублей. В 2023-м появились

первые онлайн-экспозиции. На сегодняшний день платформа включает в себя 18 оцифрованных музеев и выставок. Больше всего создатель гордится коллекцией пасхальных яиц, созданной мастерами фирмы Карла Фаберже для двух последних русских императоров.

Экспозиция пасхальных яиц была сделана совместно с Музеем Фаберже, который находится в Санкт-Петербурге, рассказал Metro Константин Попов, основатель платформы.

Историю более ста оцифрованных экспонатов можно почитать в описании под визуализацией. Так, «посетители» могут не только детально рассмотреть пасхальное



Пасхальное яйцо «Пятнадцатилетие царствования» можно покрутить и разглядеть вблизи Николая II и членов его семьи / СКРИНШОТ С САЙТА 3D-PLATFORMA.RU

ТОЛЬКО ФАКТЫ

■ Уже сегодня онлайн-музей – часть школьной программы. На «уроках о важном» дети изучают историю России по экспонатам.

■ «3D Платформа» – единственная в своём роде в России. На сайт можно выгрузить не только музейные экспонаты, но и различные модели одежды на реальных людях.

■ В некоторых музеях уже установлены планшеты рядом с экспонатами для того, чтобы изучить их подробнее.



«Посетители» могут увеличивать экспонаты руками / ПРЕДОСТАВЛЕНО СПИКЕРОМ

■ На платформе можно ознакомиться с народными костюмами и игрушками, а также с наследием ВОВ.

яйцо «Пятнадцатилетие царствования», но и узнать, что рамки портретов выполнены из мелких алмазов, которыми почти всегда обрамляют изображения высочайших особ. На самом экспонате изображены семь портретов членов царской семьи – Николая II, Александры Фёдоровны, их пятерых детей, а также композиции, изображающие «главные события из царствования государя императора».

– Мы используем инструментарий, который разработала наша компания. Первый способ создать цифровую копию – студийный, при котором все действия осуществляются в физическом музее.

А второй – «любительский» – с помощью приложения со встроенными нейросетями. Время оцифровки одного объекта – 5 минут.

По мнению Константина, виртуальный музей не заменит полностью реальную экспозицию. Это скорее дополнение для более детального изучения экспонатов, которые размещены за стеклом.

– Особенность виртуального музея в том, что он доступен каждому, независимо от местоположения и физической возможности посетить музей. При этом выставки стимулируют туризм – посетители виртуального музея хотят увидеть больше и планируют поездку в город, где находится «физический» музей.

Большой летний «Киноконцерт»

30 июля в зелёном театре ВДНХ
Выиграйте 2 билета от газеты Metro

metro



СКАНИРУЙ



Срок проведения конкурса с 21 июля 2025 года по 28 июля 2025 года включительно. Информация об организаторе конкурса, о порядке и правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам конкурса, сроках, месте и порядке их получения размещена по ссылке в конкурсном посте. Мероприятие 12+ Реклама 16+



КОРОТКО

Открылась регистрация на второй ночной велофестиваль

СПОРТ. Москвичи смогут снова прокатиться по Садовому кольцу, как на весеннем заезде, в котором приняло участие 45 тысяч человек. Присоединиться можно будет 2 августа в 21:00, 22:00 и 23:00. Помимо заезда будет ещё развлекательная программа до 01:00. Важно взять с собой экипировку: шлем, велосипедные фонари, защиту для локтей и коленей. Регистрация на mosvelofest.ru. **METRO**

В Москве стали больше производить косметики

ЭКОНОМИКА. Компании увеличивают выпуск продукции и осваивают новые рынки сбыта. С января по май 2025 года объёмы производства косметических изделий, а также мыла и чистящих средств выросли на 73,9 процента по сравнению с аналогичным периодом прошлого года. Об этом сообщили в пресс-службе Департамента инвестиционной и промышленной политики. **METRO**

Храм в Кожевниках будет реставрирован

ДОСТОЯНИЕ. В настоящее время ведутся ремонтные работы фасадов храма Живоначальной Троицы. Об этом сообщили в пресс-службе столичного Департамента культурного наследия. Специалисты проводят работы по восстановлению кирпичной кладки и очистке белокаменных деталей: колонн коринфского ордера, карнизов и лучковых фронтонов с барельефными изображениями. **METRO**

СРЕДА

СЕГОДНЯ В МОСКВЕ

ЕЖЕДНЕВНАЯ АФИША

/ Все фото: пресс-служба ВДНХ, АГН «Москва», пресс-служба Департамента культуры Москвы, leto.mos.ru



ВЫБИРАЕМСЯ НА НОЧНОЕ СВЕТОВОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ

Мультимедийная инсталляция Human Tiles. Световое шоу от команды из Португалии станет частью VIII международного фестиваля искусств «Вдохновение» на ВДНХ. Узоры из человеческих фигур будут проецироваться на здания – пришло время узнать, как выглядит сталинский ампи́р, выкрашенный в гжель, хохлому и португальский азулежу. (0+)

Где: ВДНХ, павильон № 58

Когда: 21:30–01:00

Цена: бесплатно



БОЛТАЕМ О НЕБЕ, МОРЕ И ЗАКАТЕ

Кинопоказ на крыше «Достучаться до небес». Любимую многими драму о смысле жизни покажут под открытым небом вечернего города. Легендарному саундтреку в исполнении Боба Дилана меланхолично подпеваем в закатных лучах. (18+)

Где: кинотеатр Taganka Roof, Большой дровяной пер., 6

Когда: 21:00–22:30

Цена: 2000 ₽, билеты на roofsound.ru

РАЗГЛЯДЫВАЕМ САМЫЕ ПЕРВЫЕ МОНОХРОМНЫЕ «ФОТОГРАФИИ»

Выставка «Не только Брейгел. Нидерландская гравюра XVI века из собраний Москвы и Санкт-Петербурга». Гравюры – своего рода цифровые фотографии прошлого – показывают мир таким, каким его видели люди в XVI веке. Работы в экспозиции созданы по рисункам выдающихся европейских художников: Рафаэля и Питера Брейгеля Старшего. (0+)

Где: Государственный музей изобразительных искусств имени А. С. Пушкина

Когда: 11:00–20:00

Цена: 0–500 ₽



УЧИМ СВОИ ПЕРВЫЕ ИЕРОГЛИФЫ

Занятие по японскому языку. Смотреть Миядзакэ или читать Мураками в оригинале после первого занятия вряд ли получится, но начать знакомство с языком страны, подарившей миру столько культурных открытий, – всегда хорошая идея. (12+)

Где: Российская государственная библиотека для молодёжи, Зал редкой книги

Когда: 19:30

Цена: бесплатно, регистрация на rgub.ru



ВЫЯСНЯЕМ, ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ЛИ РАНЬШЕ БЫЛО ЛУЧШЕ

Дискуссия «Из книги в кино. Экранизации литературных произведений». Книголюбам приготовиться: будем говорить о том, как нашу любимую литературу переносят на экраны. Поделиться мнением можно будет о фильмах «Джейн Эйр» (1983 и 2011), «Граф Монте-Кристо» (2024), «Мастер и Маргарита» (2005 и 2023) и других экранизациях классики. (0+)

Где: площадка «Литературный бульвар» на Сретенском бульваре

Когда: 19:00

Цена: бесплатно



ЕДЕМ ЗМЕЙКОЙ И ЁЛОЧКОЙ

Тренировка по роллер-спорту. Отличная альтернатива бегу, спортивной ходьбе и другим кардиотренировкам – ролики. Катание прокачивает мышцы, баланс и координацию. Помимо роликов на занятии обязательно нужен шлем. (18+)

Где: парк «Красная Пресня»

Когда: 19:00–20:00

Цена: бесплатно, регистрация на сайте moysportrayon.sport.mos.ru

ДВИГАЕМСЯ ПОД ГОРЯЧУЮ ЛАТИНСКУЮ МУЗЫКУ

Танцевальные мастер-классы. Сначала двухчасовое погружение в разные танцевальные направления устроит школа «9 залов», а затем Чистопрудный бульвар захватят латинские ритмы – тренеры студии ANDANCE будут учить бачате. В центре города посреди июля освоить самый летний и беззаботный танец будет особенно приятно. (6+)

Где: Чистопрудный бульвар, большая сцена

Когда: 17:00–22:30

Цена: бесплатно



УЗНАЁМ, КУДА ПРОПАЛ ГОРОД

Экскурсия «Москва военная. Маскировка Москвы во время Великой Отечественной войны». Речь пойдёт об уникальных военных технологиях и о том, как целый квартал центра столицы площадью 28 га просто исчез. (16+)

Где: встреча у павильона «Библиотеки Москвы» на Театральной площади

Когда: 12:00–13:00

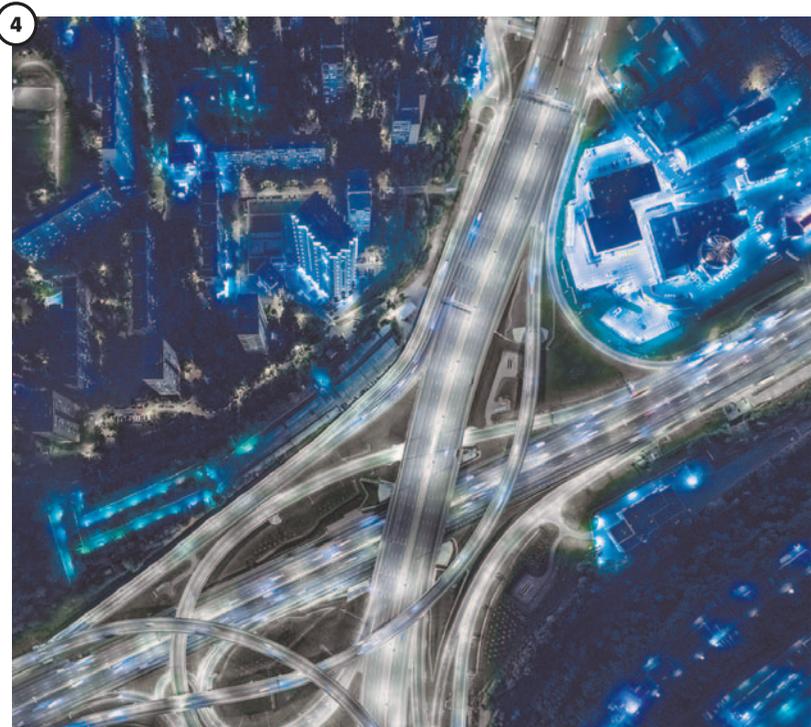
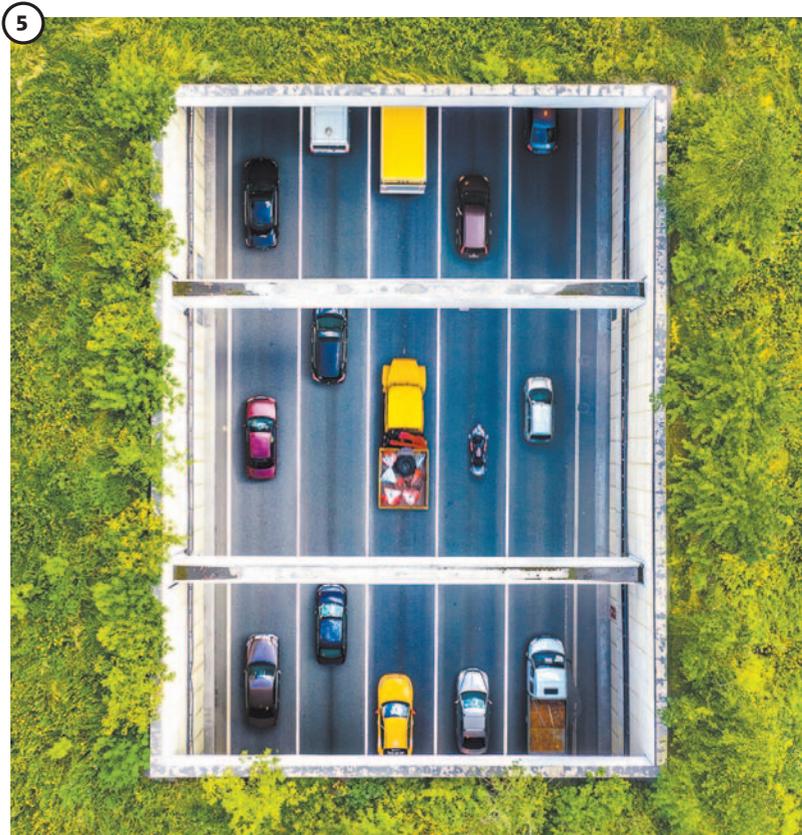
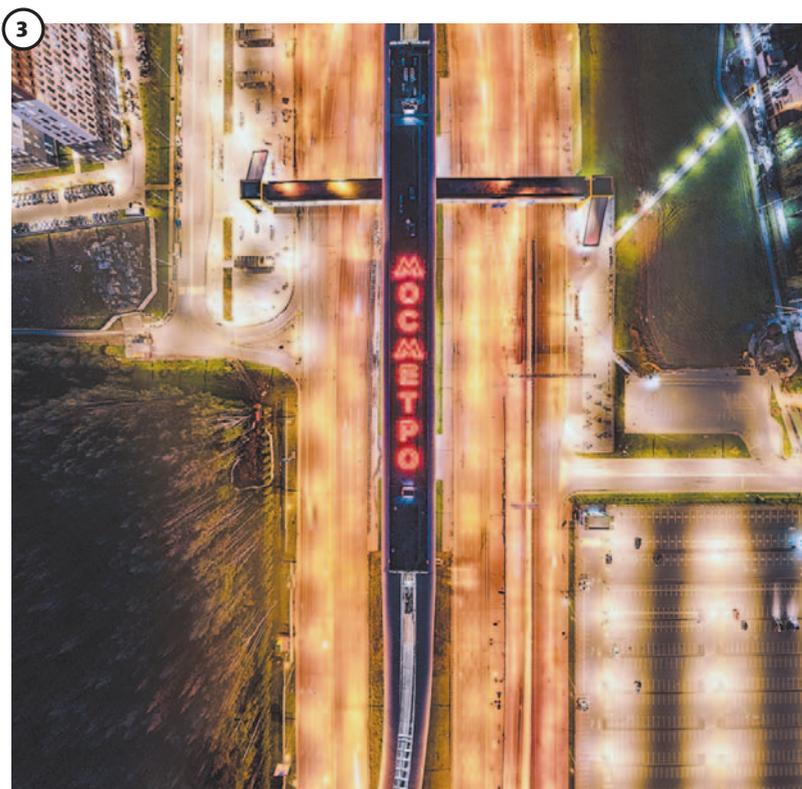
Цена: бесплатно, регистрация на сайте svetlovka.ru

#ZOOM



Москва, которую не увидят с земли

В галерее «Пространство» открылась уникальная фотовыставка «Точки интереса. Москва с высоты». Автор снимков – Сергей Полетаев, один из самых топовых воздушных и архитектурных фотографов страны Анна Жукова



Москва как будто раскрывается заново. Здесь можно увидеть знакомые достопримечательности в новом свете с разных точек обзора и в разном настроении. Сергей рассказал Metro, как он делал некоторые из этих снимков.

1. «Остров мечты»

«Как выглядит «Остров мечты», знают все. А вот парковка перед зданием раскрывается во всей красе только с высоты: с уровня земли этот геометрический узор из фонарей совершенно незаметен. 2020 год».

2. Туман. Останкинская башня

«Низовой туман в Москве – большая редкость. Он случается всего раз или два в год. В то утро мне повезло снять Останкинскую башню, выглядывающую из тумана».

3. Мосметро

«Прочитав новость, что на крыше станции метро «Филатов Луг» установили огромную надпись «Мосметро», я поспешил на съёмку. Буквы хорошо видны с самолётов, заходящих на посадку во Внуково. 2022 год».

4. С первого раза не разобраться

«Одна из крупнейших автомобильных развязок в России – пересечение МКАД и Московского скоростного диаметра в Бусиново. Когда я еду здесь на машине, каждый раз вспоминаю эту фотографию и пытаюсь представить, где же именно я нахожусь».

5. По жёлтой полосе

«Специально подсчитал: для этого кадра тоннеля на Третьем транспортном кольце я сделал 384 дубля. На одной фотографии жёлтые машины ехали вот так, гуськом, одна за другой».

Как лиса помогла найти месторождение алмазов

Ровно 70 лет назад в Якутии началась история отечественной алмазной промышленности, которая вывела страну в число мировых лидеров по добыче драгоценных кристаллов

Многие открытия тех лет связаны с удивительными историями и легендами. Рассказываем одну из них

Анна Жукова

anna.zhukova@gazetametro.ru

Якутия, лето 1955 года. Бескрайняя и молчаливая тайга. Геологи продираются сквозь болотистые ручьи, промывают пробы в ледяной воде, мечтая найти то, что приведёт страну к технологическому прорыву.

Как рассказали Metro в алмазодобывающей компании «Алроса», в послевоенные годы Советский Союз остро нуждался в собственных алмазах. Их приходилось импортировать из-за рубежа – без алмазов нельзя было развивать оборонную промышленность, станкостроение и оптику.

Геологи получили чёткую задачу государственного значения: найти коренные месторождения на территории СССР. И хотя первые алмазы в Якутии на реке Вилюй были найдены в 1949 году, настоящая «алмазная революция» началась только в середине 50-х годов.

Главной подсказкой для геологов были пиропы – ярко-красные минералы, спутники алмазов. Когда их находили в ручьях или песках, знали: где-то неподалёку должен залежать кимберлит – горная порода, в которой могут содержаться алмазы. Поиски «пироповых следов» часто заводили геологов в непроходимые болота. Это была тяжёлая кропотливая работа.

13 июня 1955 года отряд партии № 132 Амакинцкой экспедиции шёл по такой «пироповой тропе»



Одна из первых палаток геологов. Мирный, Якутия, 1955 год / АРХИВНЫЕ ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ПРЕСС-СЛУЖБОЙ «АЛРОСА»



Геолог Юрий Хабардин промывает пробы



Алмаз в обломках кимберлита

вверх по течению реки Ирелях. В составе группы были геологи Юрий Хабардин, Екатерина Елагина, Владимир Авдеенко, рабочие Жуков и Герасимов, а также каюр-проводник Иннокентий Иевлев. Многочасовые исследования проб приносили скромные результаты. На одном из участков ручей вовсе исчез в заболоченной мари и вместо минералов геологов встречал только тёмно-серый ил.

Возвращаясь обратно к Иреляху, амакинцы решили промыть последние пробы дня.

На склоне росла высокая лиственница. Оползень обнажил её корни, под ко-

«Нашему маленькому коллективу выпала редкая удача – первыми поднять обломок кимберлита из получившего мировую известность богатейшего месторождения алмазов».

Из записей геолога Екатерины Елагиной

торыми чернела свежесрытая лисья нора. Вечернее солнце подсвечивало голубоватую породу, где, как капля крови, горел красный пироп.

Юрий Хабардин принялся копать шурф. На метровой глубине он вытащил обломки кимберлита, в одном из которых сияли алмазы.

Радости геологов не было предела! Екатерина Елагина позже вспоминала:

«Когда под плоской плиткой увидели сразу два крупных кристалла, втроем издали рёв, подобный тому, какой исходит от переполненного стадиона при удачно заброшенной шайбе!»

Экспедиция была засекреченной, поэтому 15 июня каюр Иевлев передал радистке зашифрованное сообщение. Это была легендарная радиограмма: «Закурили трубку мира, табак отличный». Руководство экспедиции, естественно, сразу сообразило, о чём речь. Так родилось название легендарной кимберлитовой трубки «Мир».

На самом деле, как писала Екатерина Елагина, трубка всё равно была бы найдена. Тем не менее красивая история о лисе, которая как бы привела людей к алмазам, превратилась в символ удачи, острого глаза и упорства геологов.



Соединённые Штаты выйдут из состава ЮНЕСКО

ПОЛИТИКА. Администрация президента США Дональда Трампа сообщила гендиректору ЮНЕСКО Одри Азулай, что дальнейшее участие страны в деятельности организации «не отвечает национальным интересам» Соединённых Штатов. Об этом говорится в сообщении на сайте Госдепа. Выход из организации намечен на 31 декабря 2026 года. **METRO**

Лавров назвал «оборзением» отношение стран ЕС к России

ДИПЛОМАТИЯ. Страны союза «в духе геббельсовской пропаганды» внушают своему населению, что Россия опасна, заявил глава МИД РФ Сергей Лавров.

«Когда Европа остервенела, они сейчас являются частью «международного оборзения» по отношению к РФ», – сказал он на пресс-конференции по итогам встречи с коллегой из Мозамбика. **METRO**



На дебатах Байден был сонным и заторможенным / СКРИНШОТ / YOUTUBE / WSJ NEWS

Сын Байдена объяснил провал отца на дебатах с Трампом

ОПРАВДАНИЕ. Сын 46-го президента США Джо Байдена, объяснил его плохое выступление на дебатах с Трампом 28 июня 2024 года приёмом снотворного.

«Он облетел весь мир. Ему 81 год. Он чертовски устал. Ему дают пилули, он поднимается на сцену и выглядит как олень в свете фар», – сказал Хантер на YouTube-канале Channel 5 with Andrew Callaghan. **METRO**

ПЛЮС



Лёгкая ветровка – главный элемент гардероба в тёплый, но ненастный сезон. Стилист объясняет, как сделать образ с ней модным и уместным даже в деловом или вечернем стиле

Маргарита Лемешко
lem@gazetametro.ru

ВЕТРОВКА

С ЧЕМ ЕЁ СОЧЕТАТЬ ЭТИМ ЛЕТОМ

Московское лето – 2025 стало необычайно капризным, а значит, на смену хлопковым футболкам и шелковым майкам приходят лёгкие ветровки. Когда погода меняется по несколько раз в день, куртка становится не просто функциональной вещью, а важной частью образа. К счастью, дизайнеры возвращают на подиумы модели в духе 90-х, переосмысливают классику и предлагают десятки вариантов, как интегрировать этот предмет гардероба в ежедневный стиль.

– Ветровка – идеальный ответ на нестабильное лето. Сегодня она не только практичная вещь на случай ветра и дождя, но и ключевой акцент образа, – отмечает персональный стилист Анастасия Жарикова. – Главное – подобрать правильный фасон и не бояться миксовать.



«Эксперимент – главный тренд сезона. Не бойтесь носить ветровку с каблуками или под пиджак. Это не только про моду, но и про свободу самовыражения».

АНАСТАСИЯ ЖАРИКОВА
стилист

Лёгкая куртка больше не прячется в гардеробе «на случай дождя» – она становится частью образа, который можно носить каждый день. Главное – не бояться сочетаний.

Отсканируй QR-код, чтобы читать больше новостей из мира моды и красоты на gazetametro.ru.



Спорт и кружево? Экцентричное, но удачное сочетание



Летние ткани располагают к миксу с ветровкой



Лёгкая куртка отлично впишется в вечерний образ



Спортивный верх добавит изюминку деловому наряду

/ СОЦСЕТИ @KATYAKLEMA,
@ALEKSANDRAMAKSIMOVA,
@LANALEROV

4

образа от стилиста

Идеи для стильных сочетаний

Спорт-кежуал. Классика: ветровка, кроссовки, велосипедки или джинсы. Добавьте кепку или футболку с винтажным принтом – и образ готов. Это универсальное решение на каждый день.

С летними тканями. Лёгкость и контраст – в тандеме ветровки с платьем-комбинацией, юбкой из хлопка или шортами бермудами. Отлично смотрится с соломенной шопер-сумкой и сандалиями.

Гламур + функциональность. Ветровку теперь можно надевать даже к вечернему образу. Блестящая или кружевная юбка, мюли на каблуке и компактный клатч – сочетание неожиданное, но невероятно стильное.

С офисной классикой. Наденьте куртку поверх жакета или сочетайте с прямыми брюками, лоферами и рубашкой. Это вариант для тех, кто хочет немного расслабить строгий дресс-код без потери элегантности.

КАКИЕ ФАСОНЫ В МОДЕ

1 Ретроспорт. Олимпийки в духе 90-х – с лампасами, цветными вставками, графичными линиями. Такие куртки могут быть как с капюшоном, так и без. Идеально вписываются в тренд на ностальгию.

2 Утилитарный стиль. Куртки с множеством накладных карманов в оттенках хаки, пыльного бежевого, охры или серо-зелёного. Подойдут для образов с уклоном в городскую сафари.

3 Бомберы. Укороченные и лёгкие, с отложным воротником или мягкой резинкой. Лучшая база для повседневных и вечерних образов.

4 С утяжкой. Модели на кулиске по талии и с воротником-стойкой напоминают мини-парки. Универсальны и легко комбинируются с разной обувью.

– Я советую выбирать модели из водоотталкивающих тканей, со свободным кроем, – комментирует стилист. – Цвет необязательно должен быть базовым – яркие оттенки тоже уместны, особенно в образах на каждый день.



Приём антиоксидантов или мелатонина в таблетках без выявленного дефицита и назначения врача может быть неэффективен или даже вреден / SHUTTERSTOCK

Три этих важных элемента помогут сохранить иммунитет

Необъяснимая усталость, карусель респираторных заболеваний и непрекращающаяся аллергия – эти состояния тревожный сигнал: иммунные клетки начали стареть

Учёные нашли способ вернуть этот процесс вспять. Какой, Metro узнало на медицинском форуме в кластере «Ломоносов»

Анастасия Соболева
anastasia.soboleva@gazetametro.ru

– Процесс старения иммунных клеток начинается на рубеже 25 лет, – рассказала Оксана Гизингер, профессор кафедры микробиологии имени В. С. Киктенко Медицинского института РУДН. – Ключевыми факторами такого старения являются оксидативный стресс и хроническое воспаление. Оксидативный стресс – это состояние, при котором в организме резко возрастает количество агрессивных свободных радикалов, а механизмы их нейтрализации ослабевают. Эти радикалы повреждают клеточные стенки, ДНК, гормоны, ферменты, антитела и витамины. Хроническое воспаление представляет собой длящийся неделями, месяцами или даже годами фоновый воспалительный процесс. В совокупности эти факторы приводят к дисбалансу иммунных клеток, снижая их чувствительность и способность своевременно распознавать патологии,

болезни и аллергические реакции.

Чтобы определить начало старения иммунных клеток и снижение их защитной функции, необходимо контролировать три ключевых показателя: – это С-реактивный белок (СРБ), железо (ферритин) и мелатонин.

– С-реактивный белок, вырабатываемый печенью в ответ на воспаление, является важным защитником, поглощающим чужеродные агенты, – объяснила профессор. – Его повышенный уровень чётко указывает на воспалительный процесс в организме.

Не менее важен ферритин, хранящий запасы железа.

– Этот элемент критичен для созревания новых иммунных клеток и их способности противостоять инфекциям, – рассказал специалист. – При этом как дефицит, ослабляющий иммунный ответ, так и избыток ферритина способны провоцировать оксидативный стресс.

Третий ключевой показатель – мелатонин.

– Этот «гормон сна» – мощный природный антиоксидант. Он напрямую влияет на активность иммунных клеток, – отметил профессор. – Снижение его уровня ограничивает выработку ферментов, которые борются с повреждениями клеток.

Чтобы поддержать здоровье иммунной системы, необходимо регулярно контролировать уровень этих ключевых биомаркеров. Если воспаление уже присутствует, следует начать снижать его с помощью противовоспалительной диеты, антиоксидантов, спорта и снижения стресса.

3 СОВЕТА ЭКСПЕРТА ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ВОСПАЛЕНИЙ

■ Регулярный чек-ап

Чтобы сдать анализы на СРБ, ферритин и мелатонин следует обратиться к терапевту, который направит вас на анализ крови. Делать это необходимо 1–2 раза в год.

■ Противовоспалительная диета

Увеличить потребление:

- **омега-3:** жирная рыба (лосось, скумбрия), льняное масло, грецкие орехи;
- **антиоксидантов:** ягоды, тёмный шоколад (>70% какао), зелень (шпинат, петрушка);
- **полифенолов:** зелёный чай, куркума (с чёрным перцем), имбирь, оливковое масло extra virgin;
- **клетчатки:** цельнозерновые, овощи, фрукты, бобовые.

Исключить/ограничить потребление:

- **трансжиры:** маргарин, майонез; следует значительно снизить потребление жаренных продуктов, особенно в кляре;
- **рафинированные углеводы:** выпечку из белой муки;
- **обработанное и красное мясо:** колбасы, сосиски, бекон;

■ Спорт

Кардио (ходьба, велосипед) 150 минут в неделю + 2 силовые тренировки в неделю – снижают висцеральный жир (один из источников воспаления).

ИИ-агент позволяет лучше понять больного

ИИ-агент, задействованный в системе здравоохранения Москвы, отмечает месяц работы. За это время он составил более 2 млн кратких сводок по электронным медицинским картам

Светлана Перцова

– Мы запустили в столице ИИ-агента для саммаризации (сбора и систематизации) сведений из электронных медицинских карт москвичей. Он автоматически анализирует историю обращений, результаты обследований, назначения и готовит для врача структурированную сводку по теме каждого конкретного визита пациента, – рассказывает Анастасия Ракова, заместитель мэра Москвы по вопросам социального развития, подводя итоги месяца работы нововведения в сфере здравоохранения столицы.

Благодаря ИИ-агенту врач может быстрее при-

своей медицинской истории. Например, человек может забыть названия лекарств, которые он принимает, не озвучить жалобы или не рассказать врачу о своих хронических заболеваниях, ведь они в его понимании не связаны с текущей болезнью. Между тем в правильном диагностировании они могут сыграть важную роль, – объясняет Metro Оксана Одарюк, главный врач Городской поликлиники № 8. – Особенно ценна такая помощь при первичных визитах, когда пациенту трудно чётко сформулировать проблему и он использует общие термины вроде «что-то беспокоит».



Искусственный интеллект помогает врачам вести приём / ПРЕДОСТАВЛЕНО ПРЕСС-СЛУЖБОЙ ДЗМ

нять решение, а пациент – получить помощь без задержек.

С момента запуска сервиса, по её словам, создал уже более 2 млн кратких сводок по картам, и это число растёт каждый день примерно на 44 тысячи.

Столичные врачи довольны новой появившейся у них опцией, ведь она даёт возможность иметь всю важную информацию о пациенте, что повышает точность постановки диагноза и назначений.

– ИИ-агент помогает в ситуациях, например, когда пациент не упомянул важные эпизоды из

ПЛЮСЫ ИИ-АГЕНТА

■ Внимание на детали
Сводка, сформированная агентом, помогает врачу видеть полную картину: результаты прошлых анализов и исследований, назначения, обращения к скорой, хронические заболевания.

■ Ничего не теряется
ИИ показывает, что могло быть упущено, и врач не теряет важную информацию или не тратит большое количество времени на её поиск.

#ZOOM



Зубастые и прекрасные: лучшие фото акул и скатов

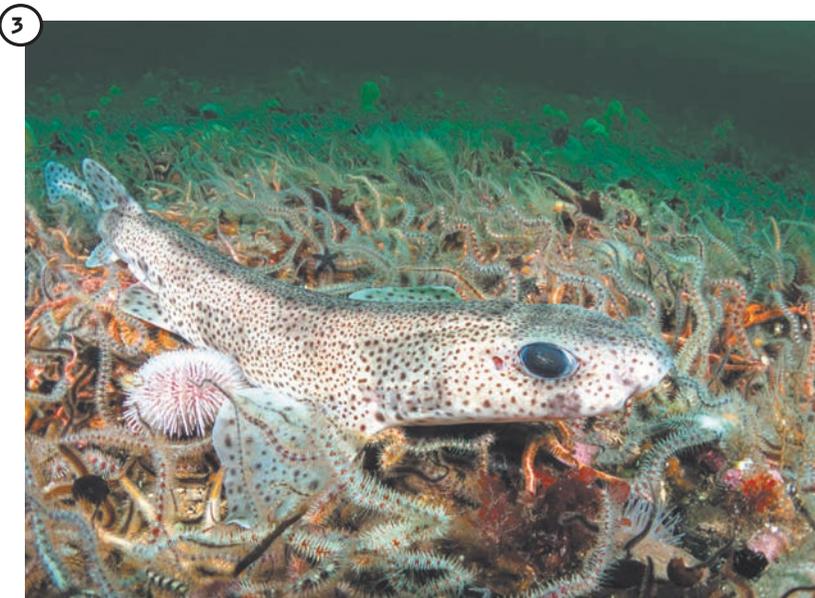
Они считаются одними из самых опасных животных на Земле – во многом дурную славу создал фильм «Челюсти». Но эти существа являются и одними из главных украшений океанов. Премия Shark Photographer of the Year от организации Shark Trust, занимающейся защитой акул, пытается донести до зрителей красоту этих величественных обитателей морей. Конечно, не без помощи отважных фотографов со всего мира. Metro знакомит вас с лучшими работами 2025 года

МЕТРО, ГРИГОРИЙ ВОРОНЦОВ

ЦИФРА

343

фотографии прислали участники конкурса.



«Присланные нам фото показывают невероятное разнообразие среди акул и скатов. На снимках, сделанных в 34 странах, были запечатлены аж 76 их видов».

SHARK TRUST



1. Абсолютный победитель конкурса

«На первый взгляд этот снимок кажется простым, но в нём скрыто столько глубины, что хочется возвращаться к ней снова и снова», – отметил один из членов жюри. На снимке изображена акула-зебра, плывущая недалеко от берегов Австралии / Джулиан Хебештрайт

2. Победитель категории «Не только акулы»

Этот эффектный снимок разделяет происходящее под водной гладью и над ней. На нём изображена миграция скатов манта в Мексике в драматическом чёрно-белом цвете / Мартин Броен

3. Победитель категории «Британские острова»

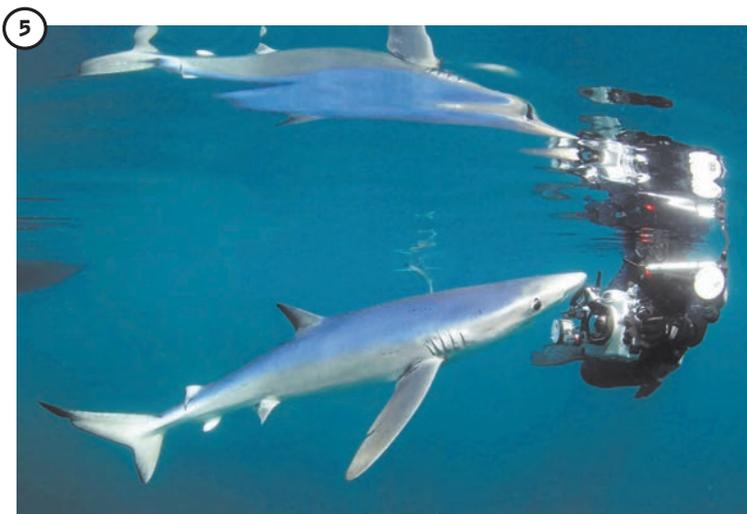
Малая кошачья акула у берегов Шотландии / Гектор Кларк

4. Победитель категории «Исследование океана»

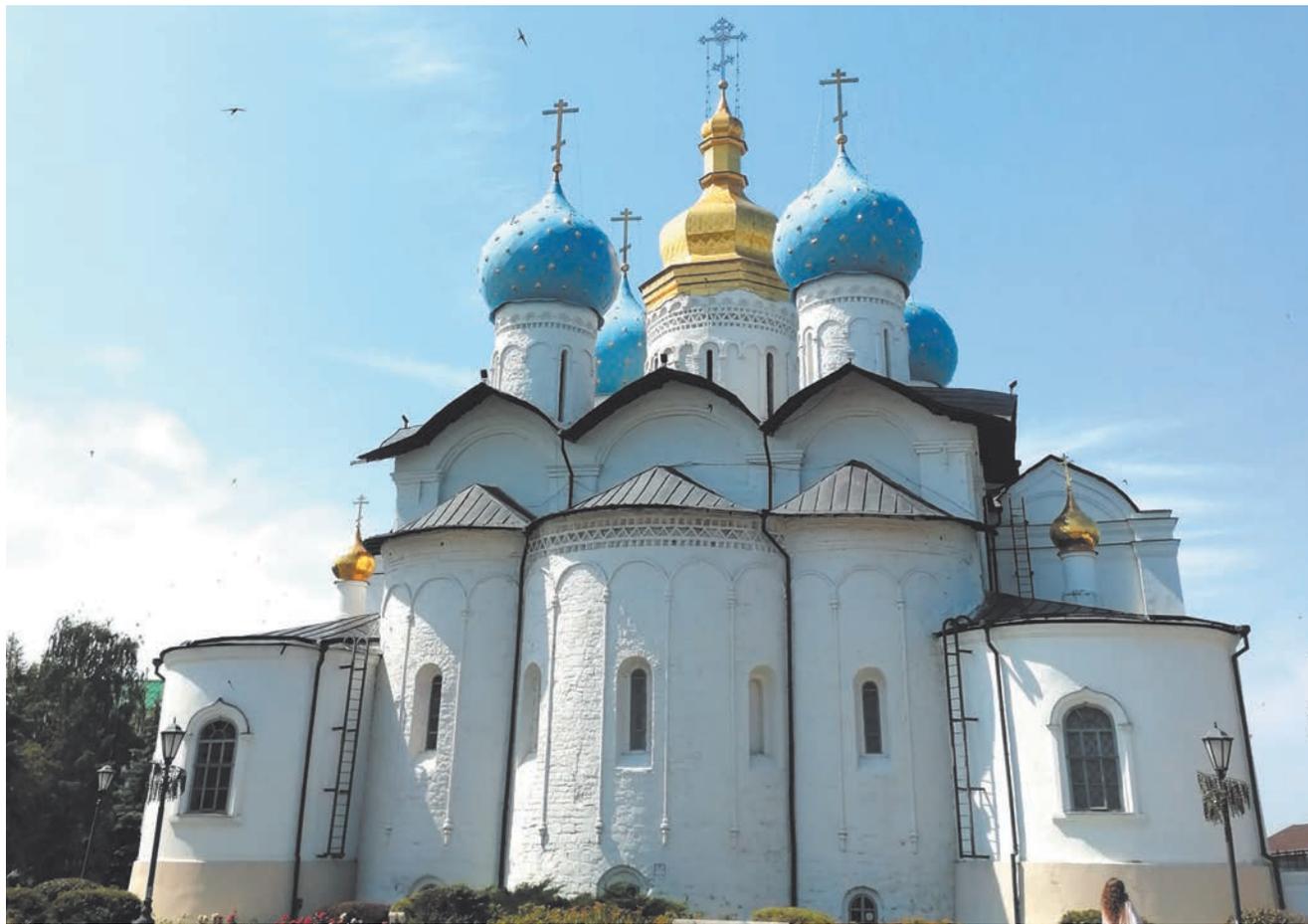
Шёлковая акула с другом. Снимок сделан недалеко от Кубы / Байрон Конрой

5. Победитель категории «Жизнь с акулами»

Голубая акула у побережья Корнуолла знакомится с подводным фотографом / Джиллиан Марш



Удивит не только эчпочмаками



Благовещенский собор – самый старый памятник архитектуры в Казани / ВСЕ ФОТО АВТОРА

Журналист Metro провела насыщенный и очень сытный уик-энд в солнечной столице Татарстана

И теперь делится, как распланировать пару дней, чтобы успеть увидеть в Казани самое красивое и попробовать самое вкусное

Из главных рекомендаций – прилетайте голодными, не бойтесь заскучать в музеях и оставьте время на шопинг

Мария Позина
mariya.pozina@gazetametro.ru

Из Москвы в Казань можно добраться на машине, на автобусе, на поезде и на самолёте. Я предпочла последний вариант – лететь всего чуть дольше часа (я примерно столько же ехала на такси до Шереметьево).

ПЕРВЫЙ ДЕНЬ

Если прилетели утром и с пустым желудком, начните знакомство с городом с трапезы. Один из отличных вариантов – кафе «Аулак» от Fine Group на территории Кремля. Тут есть традиционный татарский завтрак, куда входят яичница, колбаски из индейки, овощные закуски, корт (сушёный творог), оладьи, пышки и лепёшки (привыкайте сразу, что мучного в Казани много не бывает). Моё личное открытие – сливочное масло с мёдом (бал-май). Убийственно вкусно и калорийно.

Когда сможете оторваться от стола, переходите к осмотру ближайших достопримечательностей – мечети «Кул Шариф»,

Благовещенского собора, падающей башни Сююмбике и Эрмитажа.

Рекомендую не пропустить Спасскую башню, особенно если приехали с ребёнком. Исторические факты тут можно узнать не только от гида, но и через интерактивные экспонаты, а в финале вам покажут световое мини-шоу «Сны башни».

Продолжите погружение в национальную культуру на обеде. Проштудировав самые популярные места по соседству, я пошла в ресторан «Чирэм». Мне повезло со столиком, но, говорят, бронировать сюда надо за две недели.

Приехать в Казань и не попробовать эчпочмаки было бы глупо – я навернула с начинкой из гуся, телятины и картофеля. Ещё рискнула заказать стейк из конины (на любителя, но попробовать стоило) и завершила обед пирогом с калиной (восхитительно!). И кстати, если сравнить с московскими ресторанами вокруг и около Кремля, то ценник в Казани процентов на 20 ниже (средний чек около 2000 рублей).

Завершился день длинной прогулкой по набережной. Если бы было чуть больше времени, отправилась бы ещё на экскурсию на теплоходе.

ВТОРОЙ ДЕНЬ

Утром второго дня я поехала за город в Свияжск, где расположен красивый архитектурный ансамбль – Иоанно-Предтеченский и Успенский монастыри, Музей деревянного зодчества.

Закладывайте на Свияжск часа 4, чтобы успеть погулять, всё осмотреть и попасть в чудесный Музей истории Свияжска.

Остаток дня я провела на местном Арбате – улице Баумана – в поисках сувениров. Результаты моего улова – чак-чак, местный чай на травах и вяленое гусиное мясо, серебряное колечко и носки с надписью «Алга», что в переводе с татарского – «вперёд».

Как утверждают сами татары, у них нет слова «назад», они просто поворачиваются в другую сторону и говорят: «Алга!» Я так и сделала, отправившись обратно в Москву.

ФОТООБЗОР



1

Визитная карточка Казани – мечеть «Кул Шариф»

2



Рядом с мечетью недавно открылась уютная чайная «Ак Чынаяк», где можно попробовать национальные десерты



3

Фотографии из Свияжска выглядят как открытки

4



Новое здание театра Камала у озера Кабан. Его фасад украшен огромными треугольниками, которые повторяют форму ледяных «цветов», распускающихся на озере зимой

Продолжаем рубрику «Смотреть нельзя выключить»,
в которой оцениваем новые ТВ-проекты.
На этот раз обсудим шоу «Погоня»

Нас не догонят?



СМОТРЕТЬ

ВЫКЛЮЧИТЬ

■ **Симпатичные парни.** Ведущие – актёры Олег Гаас и Вячеслав Чепурченко – выглядят непривычно для наших ТВ-шоу интеллигентно и при этом брутально, Гаас во всяком случае.

■ **Городские виды.** Продюсеры не стали отправлять участников за тридевять земель, чтобы перебивать конкурсы крупными планами крабов и морских волн, и только выиграли от этого. Знакомые столичные парки и улицы использованы не только как красивые декорации, но как ловушки и как препятствия для игроков. Зрелищно и кинематографично получилось.

■ **Задания.** Невозможно не вспомнить сериал «Игра в кальмара», глядя на разнообразные испытания, приготовленные авторами шоу. Занятные детские игры на смекалку, внимательность и удачу, которые хочется «украсть» для домашних посиделок с семьёй или друзьями.



В каждом выпуске нового спортивно-развлекательного шоу – пятнадцать участников, чья задача не попасть в руки к специально обученным и хорошо натренированным людям в чёрных костюмах. За каждую минуту на дистанции игроки получают по пять тысяч рублей. Эту сумму можно увеличить, выполняя миссии от ведущих. Те, кто продержится дольше всех, получают крупный денежный приз.



Отсканируй QR-код,
чтобы прочитать
другие материалы
на тему культуры.

■ **Слабые игроки.** Перед просмотром шоу я бы посоветовала ознакомиться с составом участников. И если среди них вы обнаружите своих кумиров, то не спешите радоваться: боюсь, вас ждёт разочарование в физических, да и умственных способностях некоторых из них – плоские шутки, матерщина и повальный топографический кретинизм. Заплутать буквально в трёх соснах и не найти павильон «Космос» – похоже, некоторые из героев не то что на ВДНХ никогда не были, а вообще, кроме ЦУМа, в Москве ничего не видели.

■ **Суета сует.** То, как показана беготня героев, не выдерживает никакой критики. Я понимаю, что, не имея ни малейшего плана в голове, большинство из них мечутся как мухи в банке, но было бы неплохо дать возможность зрителям хоть как-то отслеживать их маршруты.

■ **Наигранный ужас.** Почему-то все игроки постоянно твердят, как им страшно, как будто за ними охотятся не мужчины-красавцы в чёрном, а стая бешеных псов.



КОРОТКО

Проект «Вирус попсы» объяснит феномен тоски по 90-м

НОСТАЛЬГИЯ. Начата работа над документальным сериалом о самых громких российских хитах 90-х – начала 2000-х, сообщили в пресс-службе телеканала «Россия». Героями проекта «Вирус попсы» стали Баста, группа «Альянс», Шура, Султан Лагучев, Слава, Kamazz, Хлоя и другие артисты. Каждая из серий раскроет историю одного хита: от зарождения и славы в прошлом до современной кавер-версии. **METRO**

Ефремов и Добронравов открывают школу в Узбекистане

СЕРИАЛ. Трейлер второго сезона драмеди «Крутая перемена – 2» обнаружил «Кинопоиск». В продолжении истории учитель литературы Андрей Ларионов (Никита Ефремов) будет знакомить узбекских коллег с российской программой образования в надежде, что его назначат директором престижной московской школы по возвращении. Директора строящейся местной школы сыграл Иван Добронравов. **METRO**

Прилучный уезжает из Москвы в Анапу в трейлере «Винограда»

ВИДЕО. В Сети вышел первый тизер-трейлер проекта «Виноград». Герой Павла Прилучного Егор, заведя интрижку со стажёркой, в одно утро теряет семью, а с ней и все средства к существованию. И именно в этот момент он вдруг узнаёт, что стал владельцем убыточного виноградника в родной Анапе, куда и отправляется, чтобы начать жизнь с чистого листа. **METRO**



Кроме Прилучного в комедии Владимира Щеголькова снялись Софья Сеницына, Сергей Газаров, Марина Зудина, Егор Корешков и др. / **kiun**

Звезда «Дневников вампира» снова женится

ПРОЕКТ. 41-летний Пол Уэсли сделал предложение своей девушке, 25-летней модели Натали Кукенберг. Фотография с обручальным кольцом появилась в соцсетях Натали. По всей видимости, помолвка состоялась в итальянской Тоскане, куда пара прибыла на отдых.

Это не первый брак актёра. В 2019 году Уэсли женился на фитнес-тренере Инес де Рамон, их брак распался в начале 2022 года. **METRO**

Умерла актриса Татьяна Егорова, автор книги про Миронова

УХОД. Актриска скончалась в возрасте 81 года, сообщил Союз кинематографистов России.

На её счету более 30 кинолент в таких фильмах, как «Право на прыжок», «Журавль в небе», «Служебный роман», «Однажды, двадцать лет спустя», «Время желаний», «Друг», «Армавир», «Очень верная жена».

Также Егорова известна как автор книги «Андрей Миронов и я», где описала свой многолетний роман с актёром. **METRO**



«Благодать» (реж. Паоло Соррентино)

Эта история любви станет фильмом открытия фестиваля. Здесь оscarоносный итальянский режиссёр вновь объединился с актёром Тони Сервилло, который ранее сыграл в его фильмах «Лоро» и «Великая красота». Герой переживает кризис среднего возраста и ищет любые пути, чтобы его преодолеть. В родном городе, куда он решает вернуться, его ждёт роковая встреча, которая кардинально повлияет на его планы. В фильме также снялась Анна Ферретти.



«Отец, мать, сестра, брат»

(реж. Джим Джармуш)

Меланхолическая драма с Кейт Бланшетт, Вики Крипс, Адамом Драйвером и Шарлоттой Рэмплинг в главных ролях. Триптих, состоящий из трёх несвязанных историй, рассказывает о взрослых братьях и сёстрах, решивших воссоединиться после долгих лет разлуки. В атмосфере напряжённости, возникающей между членами семьи, каждому предстоит переосмыслить свои отношения друг с другом и эмоционально далёкими родителями.



«Франкенштейн»

(реж. Гильермо дель Торо)

Новая интерпретация классического ужастика, основанная на знаменитом готическом романе Мэри Шелли. Гениальный учёный-экспериментатор оживляет мёртвое тело. Но радость от научного открытия длится недолго. Монстр, порождённый Франкенштейном, теперь охотится за ним самим. В картине сыграли Миа Гот, Джейкоб Элорди, Оскар Айзек, Кристоф Вальц и другие знаменитые актёры.



«Кремлёвский волшебник»

(реж. Оливье Ассайас)

Политический триллер, основанный на одноимённом бестселлере Джулиано да Эмпольи с Джудом Лоу в роли Владимира Путина. Действие разворачивается в 1990-х в России. В этом новом мире свободы и хаоса молодой режиссёр Вадим Баранов неожиданно становится политтехнологом главы ФСБ.

Франкенштейн, Путин и инопланетяне заглянут в Венецию

82-й Венецианский международный кинофестиваль объявил программу. В основном конкурсе будет участвовать 21 фильм. Metro рассказывает про самые ожидаемые премьеры

ОКСАНА ЧЕРТОВА / ФОТО: КАДРЫ ИЗ ФИЛЬМОВ



«После охоты»

(реж. Лука Гуаданьино)

Психологическая драма с Джулией Робертс. Личная и профессиональная жизнь профессора колледжа Альмы Олссон оказывается на перепутье, когда Хенрика Гибсона, её давнего друга и коллегу, обвиняет в домогательствах одна из лучших учениц, Мэгги. Альма сама хранит мрачную тайну из прошлого, которая теперь грозит выйти наружу.



«Бугония»

(реж. Йоргос Лантимос)

Ещё одна совместная работа режиссёра и Эммы Стоун, которые уже привозили в Венецию в 2023 году «Бедных-несчастных». Этот комедийный научно-фантастический фильм является ремейком южнокорейской ленты «Спасти зелёную планету!» (2003). Юноша, помешанный на теории заговора об инопланетянах, похищает влиятельного бизнесмена, решив, что тот – захватчик из другой цивилизации, угрожающей жизни на Земле.



«Голос Хинд Раджаб»

(реж. Каутер Бен Ханья)

Регион Ближнего Востока и Северной Африки представлен в конкурсе этой остросюжетной политической драмой тунисского режиссёра Каутера Бен Ханьи, известной по фильму «Дочери Ольфы», получившему две награды на Каннском фестивале в 2023 году. Фильм рассказывает об убийстве пятилетней палестинской девочки, которая осталась в машине, атакованной израильскими военными в секторе Газа 29 января 2024 года, и была позже найдена мёртвой.



«Джей Келли»

(реж. Ноа Баумбак)

Комедийная драма Ноа Баумбака, сценарий которой написан в соавторстве с Эмили Мортимер, где в главной роли снялся Джордж Клуни. Он играет успешного актёра, переживающего кризис идентичности. Смешная и трогательная история о взрослении взрослых. Также в фильме снялись Адам Сэндлер, Лора Дерн, Билли Крудап и Райли Кио.

ГОРОСКОП
на среду, 23 июля 2025 года

Астролог Лилия Любимова



♈ ОВЕН
21.03 - 20.04

В небе союз томного летнего Солнца и взрывного Урана. Будьте готовы к вспышкам вдохновения и внезапным предложениям. Возможна встреча, которая заставит пересмотреть привычные планы.

♉ ТЕЛЕЦ
21.04 - 21.05

День может начаться с лёгкой суматохи: неожиданные гости, внезапные изменения дома или идеи по переезду. Лучше заранее освободить вечер и не планировать ничего сложного.

♊ БЛИЗНЕЦЫ
22.05 - 21.06

Хорошее время для общения и обмена идеями. Вы можете найти необычное решение старого вопроса или завязать вдохновляющее знакомство. Будьте открыты к спонтанности.

♋ РАК
22.06 - 22.07

Интуиция подскажет, где выгодно вложиться или на чём можно сэкономить. В деньгах и комфорте сегодня будет особенная ясность - главное, не бойтесь попробовать новое.

♌ ЛЕВ
23.07 - 22.08

Вы на волне обновления. Хочется сменить имидж, стиль общения или даже цели. Прислушайтесь к этим импульсам - они подсказывают, куда двигаться дальше.

♍ ДЕВА
23.08 - 22.09

Могут возникнуть неожиданные озарения на темы, которые давно волновали. Это день, когда разум и интуиция работают в связке. Не забудьте уделить внимание отдыху.

♎ ВЕСЫ
23.09 - 22.10

Возможны неожиданные приглашения или встречи, которые изменят планы. Соглашайтесь - сегодня за импульсивными шагами могут скрываться важные повороты.

♏ СКОРПИОН
23.10 - 21.11

Хороший день для нестандартных рабочих решений. Возможны неожиданная поддержка или признание. Ваш нестандартный подход к делу может принести успех.

♐ СТРЕЛЕЦ
22.11 - 21.12

Мечты и желания словно обретают форму. Сегодня хорошо учиться, планировать поездки, вдохновляться идеями. День подходит для запуска новых проектов.

♑ КОЗЕРОГ
22.12 - 20.01

Вопросы бюджета потребуют гибкости и творчества. Возможны новые источники дохода или нестандартные сделки. Прислушайтесь к интуиции в финансовых делах.

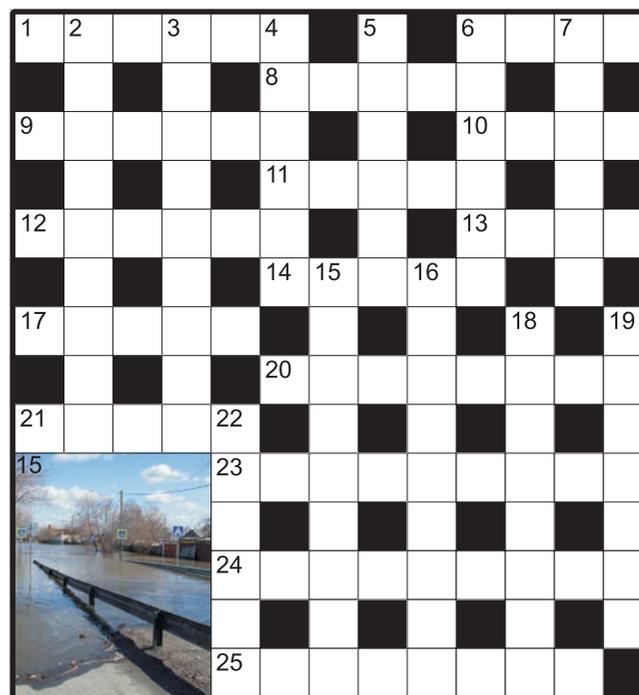
♒ ВОДОЛЕЙ
21.01 - 18.02

День даёт шанс освежить личную жизнь. Возможны флирт, примирение или вдохновляющий разговор. Главное - остаться собой и не бояться быть уязвимыми.

♓ РЫБЫ
19.02 - 20.03

На работе шанс внедрить новые инструменты или технологии. Освободившееся время лучше потратить на хобби, дом или просто отдых под любимую музыку.

КРОССВОРД



- 4. Сумка для дичи
- 5. Устройство для смягчения удара автомобиля



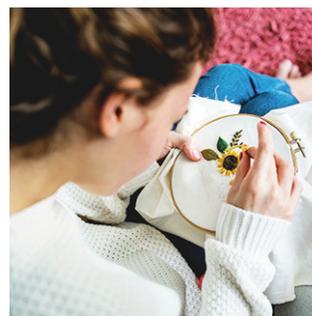
- 6. Подлиза, подхалим
- 7. Металл, названный в честь дочери Тантала

15. Ежегодный подъём уровня реки

- 16. Состояние человека, доведшего себя голоданием до минимального объёма
- 18. Поросячья невежливость
- 19. Возвышение, трибуна для выступающего при чтении лекций, докладов
- 22. «Отвёртка», которой не шурупы выкручивают, а канавы в дереве «роют».

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

- 1. Прозаическое сочинение с размахом «Войны и мира»
- 6. Привычка отдыхать перед усталостью
- 8. Вышивка сплошными плотными стёжками



- 9. Отец папиного отца
- 10. Глас истерзанной души
- 11. Звук копыт, от которых пыль по полю летит
- 12. Пыхтение старика после подъёма на верхний этаж хрущёвки

- 13. Протока между озёрами
- 14. «Дротик», втыкаемый медсестрой в пятую точку пациента
- 17. В футболе: удар «в облака»
- 20. Женщина, которая поставила обман на поток
- 21. Привычный порядок жизни
- 23. Основная функция, для которой была изобретена лампа накаливания
- 24. Лечащий врач в больнице с определённой специализацией
- 25. Обычная профессия чукчи на Крайнем Севере.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

- 2. Авангардист производства советских времён
- 3. Конфета, для которой обёртка - «наволочка»

ОТВЕТЫ

- ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 1. Эпопея, 2. Переделовщик, 3. Подушечка, 4. Ягдташ, 5. Бампер, 6. Лыстеч, 7. Нюбики, 8. Плот, 9. Лыстеч, 10. Стол, 11. Топот, 12. Одышка, 13. Ерик, 14. Шприц, 15. Уклад, 16. Источник, 17. Свинство, 18. Кафе, 19. Дичь, 20. Лыстеч, 21. Одышка, 22. Лыстеч, 23. Основная функция, для которой была изобретена лампа накаливания, 24. Ордан, 25. Оленевод.
- ПО ВЕРТИКАЛИ:** 2. Авангардист производства советских времён, 3. Конфета, для которой обёртка - «наволочка»

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

СУДОКУ

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

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

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

НЕДВИЖИМОСТЬ

Выкуплю квартиру, комнату, долю. С долгами, с арестом, с залогом или без. Т. 8(495)409-83-23

ФИНАНСЫ

100% займ до 500 т.р. Без отказа! 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

Адвокаты и юристы! Пенсионерам скидка до 50% на услуги! Консультация бесплатная! Звоните! 8(495)201-25-12
Адвокаты. Споры по наследству, недвижимости, земле. Мошенничество. Возврат квартир. Уголовные дела. Т. 8(985) 210-25-63
Вернём деньги с юристов-аферистов. Выписываем через суд. Долги, пенсии, кредиты. Недорого, оплата по результату. Т. 8(495)220-56-66

РАБОТА

5–10 тыс. руб. в день + оклад. Оплата сразу. Без опыта. Работа на 1-2 часа в день. Гражданство РФ. Курьер. Тел. 8(915)017-34-50

3300–5000 руб./смена «на руки». 91 000–150 000 руб./месяц. Уборщица, грузчики, разнорабочие. График на выбор. Жильё, медкнижка. Еженедельный аванс. РФ, СНГ, Официально. Тел.: 8(977)958-46-20, 8(977)581-42-60

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

Активная помощница/к женщине-руководителю. Всему обучу сама. Высокий доход. Тел. 8(929)662-85-10

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

Вахта! От 120 000 руб. Грузчики, комплектовщики, уборщицы. Проживание, питание, авансы. Тел. +7(991)583-51-43

Вахта. З/п от 120 750 руб. Грузчики, комплектовщики, штабелёры. Авансирование, проживание, питание. +7(903)572-18-01

Вахта от 123 000 руб. Комплектовщики, разнорабочие. Проживание, питание, спецодежда, премии. Авансы. Москва и обл. 8(800)700-09-60

Водитель-экспедитор для работы с РЦ федеральных сетей (Пятёрочка, Перекрёсток и т. д.). От 120 тыс. руб., график 6/1, г. Долгопрудный. Тел. 8(906)020-11-22

Главный энергетик, от 120 000 руб. График 5/2, оформление по ТК РФ. Остаповский проезд, 12, стр. 7. Тел. 8(916)360-17-24

Горничная в общежитие. Вахта 20/20, 30/30, оплата 1600–2500 р. сутки. Проживание бесплатно. 8(903)536-93-88

Грузчик требуется в отель в центре Москвы. Строго ТК РФ, 5/2, 80 000 руб., питание, соцпакет. Тел.: +7(495)937-08-97; +7(903)799-72-17

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

Грузчик. З/п 75 000 руб. Г/р 5/2 с 9 до 18. Оплачиваемый отпуск. На склад в Москве (м. Дмитровская, Бутырская). Тел. 8(936)240-20-24

Грузчики в пару к водителю. З/п 3000 р. в день на руки, выплаты ежедневно! м. Домодедовская. 8(925)906-72-68

Грузчики. З/п 80 000 руб. График 5/2 с 8:00 до 17:00. Оформление по ТК РФ. Бесплатное питание, проживание, регистрация. м. Новопеределкино. 8(926)002-59-90

Дворник в частную школу. С 7:00 до 16:00. З/п от 60 000 руб. м. Нагатинская. Оформление по ТК. Тел. +7(903)535-79-69, Анастасия. Звонки строго с 08:00 до 17:00

Дезинфектор. З/п 70 000 руб. + проездной. Возможен неполный рабочий день или по графику 1/1, 1/3, 2/2, выходные. 8(916)24-25-835

Женщинам/мужчинам. Работа на стройке, складах, клининг. Проживание, питание, ежедневные выплаты. +7(926)483-05-07

Кассир в столовую. График работы 5/2 с 8:00 до 15:00. З/п 50 000 + питание. м. Беговая. 8(925)060-13-25

Контролёр-охранник. З/п от 35 000 руб. на руки. Требуются контролёры-охранники на фабрику «Красный Октябрь». м. Красносельская, ул. Лобачика, дом 1, стр. 1 ТК РФ. Без лицензии, подработка, график 1/3. Звоните: 8(495)982-57-38

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

Курьер. З/п 2000–10 000 руб./день, выплаты сразу. Гражданство РФ. Тел. +7(996)990-03-16

м. Белорусская. Ищем уборщицу в клинику. График: 6х1 с 8:00 до 20:00. З/п 90 000 руб. (на руки). Светлана, 8(906)046-85-65

м. Семёновская. Уборщица, 5/2 с 7:00 до 16:00, 90 000; дворник, 5/2 с 7:00 до 16:00, от 60 000 + подработка. Официальное трудоустройство. 8(964)701-31-51

м. Сухаревская. Ищем уборщицу в офисное здание. График: 5х2 с 18:30 до 21:30. З/п 32 000 руб. (на руки). Наталья, 8(915)233-40-14

м. Сходненская. Требуется посудомойщица в кафе. График: 5х2 с 8:00 до 17:00 (сб., вс.). З/п 60 000 руб. (на руки). Наталья, 8(903)235-37-27, Александр, 8(916)684-75-92

м. Сходненская. Требуется котломойщик в кафе. График: 5х2 с 8:00 до 17:00 (сб., вс.). З/п 100 000 руб. (на руки). Наталья, 8(903)235-37-27, Александр, 8(916)684-75-92

Мастер отделочных работ. График 5/2. м. Ленинский проспект. З/п 95 000 рублей. 8(926)800-26-72
Мастер по ремонту ванных комнат и санузлов требуется в компанию «ЛидерВанн». З/п от 150 000 руб. Тел. 8(915)130-08-16, Юлия

Мастер-хаус. График 5/2. м. Ленинский проспект. З/п 85 000 рублей. 8(926)800-26-72

Медицинская сестра в ОУ. Сертификат по педиатрии обязателен! З/п от 100 000 руб. м. Нагатинская, м. Зюзино. ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Ольга. Звонки строго с 08:00 до 17:00

Мойщица посуды в столовую. График 5/2 (с 8:30 до 18:00). З/п 60 000 руб. м. Сходненская, Волоколамская, Трикотажная. +7(929)619-00-35

Мойщица-уборщица. График 5/2. 70 000 р. м. Курская. +7(903)165-22-47

Мойщица-уборщица. График 5/2. 70 000 р. м. Маяковская. +7(929)963-34-80

На фабрику «Красный Октябрь» требуются водители дизельных и электропогрузчиков. З/п без задержек от 100 000 руб. на руки. м. Красносельская, ул. Лобачика, дом 1, стр. 1. Обязательно наличие удостоверения. Тел.: 8(800)200-43-33, 8(916)642-13-83, 8(985)812-93-29

На фабрику «Красный Октябрь» требуются операторы линий и укладчики-упаковщики. З/п без задержек от 110 000 руб. на руки. м. Красносельская, ул. Лобачика, дом 1, стр. 1. Средняя стоимость смены 5000 руб. Тел.: 8(800)200-43-33, 8(916)642-13-83, 8(985)812-93-29

Охранник. Вахта м/ж. З/п от 3000 рублей/сетки. График разный. Объекты г. Москвы. Тел. 8(977)865-47-40

Охранник в ЧОП, от 3500 р. + питание, до 5000 р. без питания. 8(936)300-19-00

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 (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. Г/р сменный. Тел.: 8(916)490-40-48, 8(495)640-26-73

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 р. 8(925)081-91-65

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

Охранники. З/п 3100–4000 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, работа в районе Шереметьево, Химки. З/п 3800 р./сутки. 8(916)548-08-11, Сергей

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

Повар в частный детский сад, с 7:00 до 16:00. З/п от 85 000 руб. м. Нагатинская. ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Анастасия. Звонки строго с 08:00 до 17:00

Повар-универсал. З/п 90 000 руб./мес. График 5/2, 8:00-17:00. м. Нахимовский проспект. Тел. 8(985)755-94-10

Помощник воспитателя в частный д/сад, с 8:00 до 17:00. З/п от 60 000 руб. м. Нагатинская. ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Анастасия. Звонки строго с 08:00 до 17:00

Прачка, офис Яндекс. 6/1. ДЕНЬ 8-16, 15-23, з/п 75 000 руб., дежурство в воскресенье за доплату. м. Москва-Сити, башня «Нева». Тел. +7(495)476-42-44

Прачка+уборщица в частный детский сад, с 8:00 до 17:00. З/п от 60 000 руб. м. Нагатинская. ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Анастасия. Звонки строго с 08:00 до 17:00

Промоутер (натяжные потолки). Гибкий график, высокая оплата, стабильные выплаты. Т. 8(985)690-50-21

ТРЕБУЮТСЯ РАБОТНИКИ с опытом и без опыта

ТОЛЬКО ДЛЯ ГРАЖДАН РФ С ВОЕННЫМ БИЛЕТОМ

УСЛОВИЯ:
• **ОФИЦИАЛЬНОЕ ТРУД-ВО**
• **4000-6000 РУБ/СМЕНА**

ОБЯЗАННОСТИ:
ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА ОБЪЕКТАХ ОАО «РЖД»

8-926-736-45-96
(ПН-ПТ 08:00-17:00)

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

Рабочий дом для граждан РФ, РБ. Жильё, питание, проезд, сигареты. Зарплата от 10 500 до 17 500 в неделю. 8(926)810-41-91, Дмитрий

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

Рабочий по ремонту бытовок. З/п от 60 000 руб. Мастер на все руки. Навыки по проведению ремонтных работ. Г/р 5/2. м. Новокосино. Тел. 8(968) 488-32-35

Раздача газет Metro. Оплата 550/600 рублей за смену. Телефон 8(915)470-45-85

Разнорабочий. Доход от 4100 до 5125 руб./день. ТК. Объекты по Москве. Проживание и спецодежда бесплатно. Компенсация патента. График 5/2, 6/1. Тел. 8(926)023-84-80 (Екатерина)

Разнорабочий. Оплата 3500 руб. в день. Ежедневные выплаты. В строительную компанию. Объекты Москвы, МО. Звонить с 9 до 18 в будни. Тел. 8(977)810-18-47

Сантехник. График 5/2. м. Ленинский проспект. З/п 90 000 рублей. 8(926)800-26-72

Слесарь механосборочных работ, от 100 т.р. на руки. Сборка изделий согласно конструкторской документации. Шоссе Энтузиастов, 56. Тел. 8(495)786-37-04

Слесарь-электромонтажник, от 100 т.р. на руки. Изготовление жгутов, кабелей, пайка разъемов, опрессовка наконечников. Шоссе Энтузиастов, 56. Тел. 8(495)786-37-04

Сторож. 2300 руб./смена. Вахта 15/15. С проживанием. м. Тушинская. Тел. 8(925)023-91-58

Строители. Срочно! Реконструкция здания. Возможно проживание. Оплата сдельная. Тел. 8(916)547-15-08

Токарь, от 100 т.р. на руки. Токарная обработка деталей из стали и цветного металла. Шоссе Энтузиастов, 56. Тел. 8(495)786-37-04

Требуются посудомойщицы в ресторан (Москва, Сколково) Зарплата: до 105 000 руб., график: 5х2/4х3/6х1/2х2 по 12 ч. Предоставляем питание, медкнижку, форму, проезд, хостел. Премия 20 000 руб. 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, д. 16. Т. 8(919)139 00 91

Уборщик для уборки служебных помещений. Приветствуются граждане РФ. График 5/2. З/п от 55 000 до 62 000. м. Крототкинская. Тел.: 8(926)321-90-66, Светлана, 8(915)364-41-57

Уборщик/ца, РФ, Банк России. 2/2 ДЕНЬ, з/п 55 000 руб., нужна медкнижка, официальное оформление по ТК. Севастопольский пр-т, 66. Тел. +7(495)476-42-44

Уборщик/ца, офис Яндекс. 6/1 НОЧЬ. Вс.-пт., 00–8:00, суббота 08–16:00. З/п 90 000 руб. м. Москва-Сити, башня «Нева». Тел. +7(495)476-42-44

Уборщик/ца, офис Яндекс. 5/2 ДЕНЬ 7-15, 13-21, з/п 65 000 руб., дежурство по выходным за доплату. м. Москва-Сити, башня «Нева». Тел. +7(495)476-42-44

Уборщик/ца, РФ, Банк России. 5/2 УТРО до 10:00, з/п 27 000 руб., официальное оформление по ТК. м. Новокузнецкая. Тел.+7(495)476-42-44

Уборщица в мебельный салон. График: 2 рабочих дня/ 4 выходных – 40 000 руб. на руки. м. Шелепиха. 8(903)613-24-09

Уборщица в министерство. м. Китай -город, 5/2, гр. РФ, официальное трудоустройство, прикрепление к ведомственной поликлинике, работа в ночь. З/п 75 000 р. Тел. 8(916)302-32-16, строго после 19

Уборщица в офис. Гр. РФ., до 65 лет. м. Серпуховская. Работа в ночь или в день. График: 6/1, с 07:00 до 19:00 или с 19:00 до 07:00, з/п 80 000 р. Тел. 8(985)665-67-88

Уборщица в сервисный центр. м. Академика Янгеля. Ул. Дорожная, д. 9 стр. 1. З/п 70 000 р. 5/2 с 9:00 до 18:00. Официально. Писать в ватсап 8(922)840-19-81

Уборщица в столовую. График работы 5/2 (с 8:30 до 18:00). З/п 60 000 руб. м. Сходненская, Волоколамская, Трикотажная. +7(929)619-00-35

Уборщица в частный детский сад, с 8:00 до 17:00. З/п от 58 000 руб. м. Нагатинская. ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Анастасия. Звонки строго с 08:00 до 17:00

Уборщица в частный детский сад, с 16:00 до 20:00. З/п от 35 000 руб. м. Нагатинская. ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Анастасия. Звонки строго с 08:00 до 17:00

Уборщица-посудомойщица. З/п 50 000 р. + чаевые. График: 2/2. м. Добрынинская. 8(915)200-05-16

Удалённая работа из дома: менеджер по продажам БАД (Нутра). Опыт обязателен. Компьютер, гарнитура, тишина. З/п 17% + оклад. Звоните и пишите: 8(926)996-09-79

Фрезеровщик, от 116 т.р. на руки. Фрезеровка корпусных деталей из стали и цветных металлов. Шоссе Энтузиастов, 56. Тел. 8(495)786-37-04

Шеф-повар в частный детский сад, с 7:00 до 16:00. З/п от 110 000 руб. м. Нагатинская. ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Анастасия. Звонки строго с 08:00 до 17:00

Электрик (свыше 1000В). График 5/2. м. Ленинский проспект. З/п 95 000 рублей. 8(926)800-26-72
Электрик (до 1000В). График 5/2. м. Ленинский проспект. З/п 90 000 рублей. 8(960)917-04-68

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)029-9333

АВТОПЕРЕЕЗДЫ

8(495)220-22-35, 8(903)000-75-92. Грузоперевозки, переезды квартирные. Машины. Профгрузчики. Упаковка. Честные цены. www.vmigperezdz.ru

КУПЛЮ

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

РАЗНОЕ

Книги покупаем, домашние библиотеки. Выезд специалиста бесплатный. Оплата сразу. Т. 8(495)961-36-02

Предприятие «Микконт» купит микросхемы, конденсаторы, реле, платы, сопротивление. 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. «Аэропорт» 8(800)300-81-43
- 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 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. «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. «Молодёжная» 8(915)387-70-75
- Ст. м. «Нижегородская» 8(495)225-50-46
- Ст. м. «Озёрная» 8(495)196-19-40
- Ст. м. «Окружная» 8(495)978-41-38, 8(901)517-41-38

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 Черберко • Арт-директор Павел Киреев • Распространение Роман Харитонов • Редактор номера Мария Позина
 • Столичная утренняя газета



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



Виктор Дьёкереш перешёл из «Спортинга» в «Арсенал»

ФУТБОЛ. Шведский нападающий завершил трансфер в новый клуб, утверждает инсайдер Фабрицио Романо в соцсети X. По данным источника, сумма сделки составила €63,5 млн плюс €10 млн в виде бонусов.

В прошедшем сезоне форвард отметился 54 голами и 13 результативными передачами в 52 матчах во всех турнирах. **METRO**

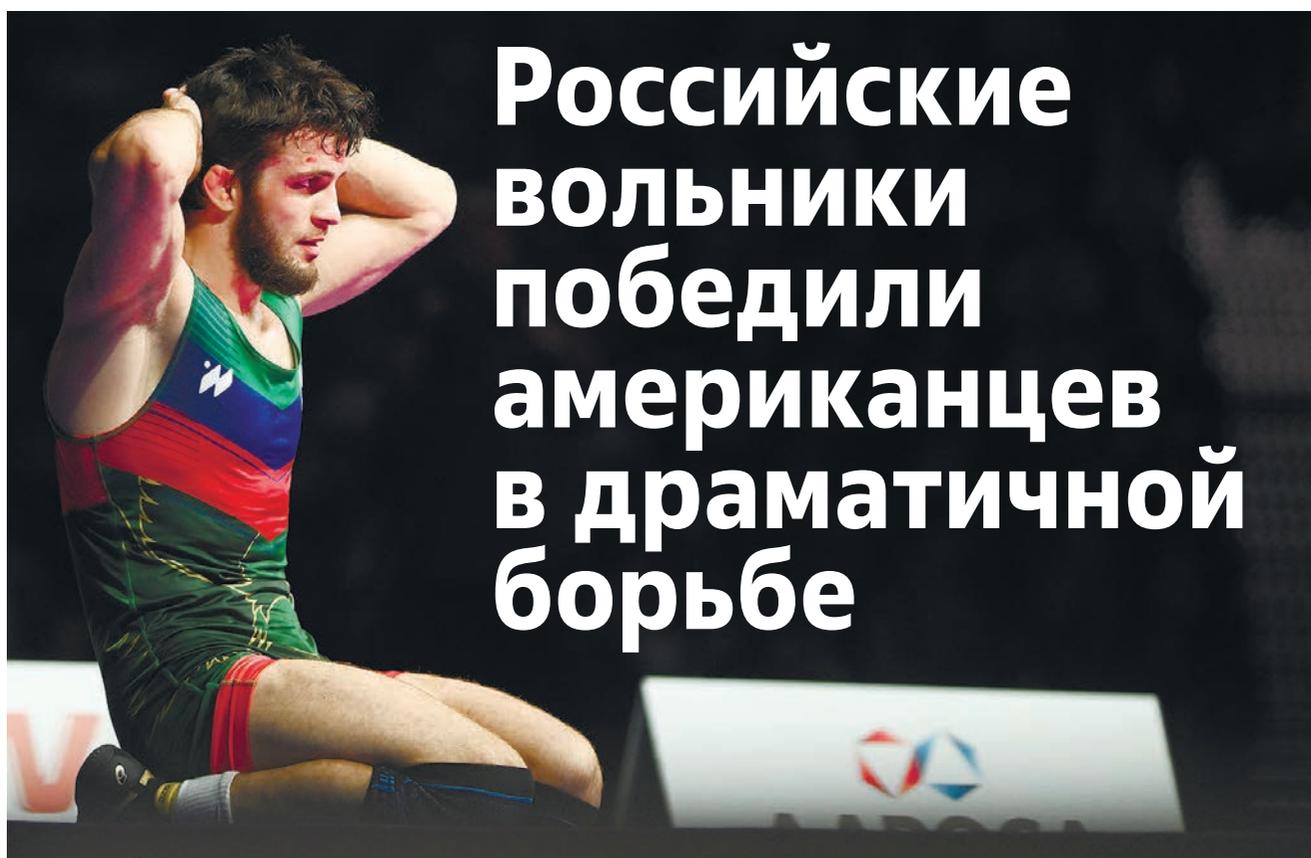


Россиянки в синхронном плавании всегда задавали тон / **АЛЕКСАНДР ВИЛЬФ** / © РИА «НОВОСТИ»

Синхронистки из России впервые в XXI веке упустили золото в команде

ВОДНЫЕ ВИДЫ. Россиянки взяли серебро в технической программе в команде на чемпионате мира, пропустив китайнок. Это первое поражение наших синхронисток на первенствах планеты в команде с 1994 года.

Тренер Татьяна Покровская заявила «Матч ТВ», что на результате сказало отстранение: «Мы словно с дачи вернулись, на которой несколько лет жили». **METRO**



Магома Дибиргаджиев одолел своего оппонента со счётом 8:4 / **ВЛАДИМИР АСТАПКОВИЧ** / © РИА «НОВОСТИ»

Российские вольники победили американцев в драматичной борьбе

Матчевая встреча спортсменов под лозунгом «Борьба за мир» прошла в Будапеште с гимнами и флагами России и США

Наши борцы одержали общую победу над американцами со счётом 6-4. Успех России в основном принесли атлеты из лёгких весовых категорий

Даниил Бороздин
daniel.borozdin@gazetametro.ru

Соревнования состоялись под эгидой Профессиональной борцовской лиги в рамках турнира PWL 9. В последний раз подобная матчевая встреча проходила в 2017 году.

Перед началом турнира прозвучал гимн России – для нынешних международных состязаний событие редкое, а потому особенно приятное. В Будапешт команды привезли не самые сильные составы: лидеры готовятся к чемпионату мира. Но наши борцы, выступавшие под российским триколором, начали встречу мощно.

В непростой схватке в категории до 57 кг Муса Мехтиханов одолел Люка

Лилледаля – 8:5, а его брат Муслим Мехтиханов в весе до 61 кг не оставил шансов Сету Гроссу – 10:0. Ещё более разгромными получились 2 следующих поединка. В категории до 65 кг Абасгаджи Магомедов разбил Сиджея Комposito – 13:2, а в весе до 70 кг Сайын Казырык не оставил шансов Брюсу Андониану – 13:0.

Более конкурентной вышла схватка Магомы Дибиргаджиева. В категории до 74 кг он оказался сильнее Джозефа Блейза со счётом 8:4. А вот дальше у россиян начались трудности.

Почти потеряв шансы на итоговую ничью, американцы включились. Они выиграли 4 поединка подряд в весовых категориях до 79, 86, 92 и 97 кг. Мохьмад Насирхаев, Аманула Расулов, Аманула Гаджимагомедов и Константин Пшеничников уступили Дижее Хамити, Маркусу Коулмену, Майку Маккиавелло и Джею Айелло соответственно.

ЦИФРА

8

лет

прошло с последней матчевой встречи между сборными России и США. Тогда команды сошлись в Иране, а победу со счётом 6-2 одержали американцы.

ТОЛЬКО ФАКТЫ

■ Матчевые встречи по вольной борьбе между сборными СССР и США проводились с 1958 года. На протяжении 30 лет советские борцы не уступали в них ни дома, ни в гостях.

■ Турниры между 2 ведущими борцовскими державами играли важное значение для развития отношений между странами.

■ Прилетев в Венгрию, сборная России возложила цветы к памятнику советским воинам-освободителям в Будапеште. Об этом сообщил телеграм-канал PWL.

Победу в противостоянии России принёс Зелемхан Хизриев. В категории до 125 кг он катком прошёл по Тренту Хилдджеру, победив со счётом 11:0.

– Скажи я, что технический результат меня не в первую очередь волновал, слукавил бы, – признаётся Метро президент Федерации спортивной борьбы России Михаил Мамиашвили. – Конечно, хотелось выиграть, и слава богу, что в упорнейшей борьбе так сложилось. Хизриев сделал маленькое чудо.

По словам Мамиашвили, американцы ожидали победы Хилджера и итоговой ничьей. Они уже предложили выбрать катего-

рию для дополнительного поединка не с помощью жребия, а совместным решением команд:

– Я сказал: «Давайте не будем спешить с итогом 10-й схватки. Этот горец (Хизриев. – Прим. ред.) должен реализовать свою ответственность за всю команду», хотя Мехтиханов с горящими глазами заверял меня, что умрёт, но выиграет дополнительную 11-ю схватку.

Президент федерации отказался выделять кого-либо кроме капитана Абасгаджи Магомедова, сплотившего команду и настроившего коллектив:

– Конечно, есть и разочарования. Но я ребята после завершения матчевой встречи сказал: «Если проигрываете будут правильно проанализированы и станут поводом для пересмотра своего отношения, то у вас есть будущее. Надо, чтобы из этого урока были извлечены выводы. Все ребята талантливые, способные. Без проигрышей не бывает побед. Самое главное – дать правильную оценку.

Мамиашвили отметил, что следующие встречи уже планируются:

– По первоначальной договорённости предполагалось противостояние до 2 побед. Сейчас согласована следующая встреча в Москве. Скорее всего, американцы приедут своим лучшим, идеальным составом. Мы тоже будем готовиться, но не исключено, что будет – 1-1. Тогда 3-я встреча пройдёт в США.

Юниор побил державшийся с 1980 года рекорд в беге

18-летний Алексей Данилов обновил рекорд СССР и России в беге на 400 метров. Это случилось на встрече российской и белорусской команд в Бресте. Данилов преодолел дистанцию за 44,56 сек. Предыдущий рекорд на Олимпиаде 1980 года в Москве установил Виктор Маркин, ставший тогда чемпионом Игр.

Алексей превзошёл ещё одно достижение. Он побил рекорд Европы среди юниоров, который продержался 40 лет. В 1984 году в Риме спортсмен из ГДР Томас Шенлебе преодолел дистанцию за 45,01 сек.



Впереди у Алексея Данилова наверняка большое будущее / **ГРУППА ВФЛА ВО «ВКОНТАКТЕ»**

После финиша Данилов невероятно спокойноотреагировал на свой феноменальный результат. Лишь разглядев итоговое время, юноша дал волю эмоциям.

– После финиша сразу начал смотреть на табло, сначала подумал – показалось, – заявил рекордсмен телеканалу «Беларусь 5». – У меня плохое зрение, -3. Но потом, когда начал всё ближе к табло подходить, был поражён. Начали вылетать нехорошие слова, это от радости, эмоции.

Российский легкоатлет рассказал, что помогло ему показать столь быстрое время:

– Ну, во-первых, это подготовка. Подготовка перед соревнованиями, момент настроя. Но самое главное – это поддержка всех людей, которые за меня сегодня держали кулачки. **ДАНИИЛ БОРОЗДИН**