

metro®

МОСКВА
2030

ГОРОД,
ОТКРЫТЫЙ
НОВОМУ

Форум-фестиваль
«Территория будущего.
Москва 2030»



ПРОЕКТ
МЭРА
МОСКВЫ

ЛЕТО
В МОСКВЕ

0+
РЕКЛАМА

МОСКВА
2030

0+



1 АВГУСТА — 14 СЕНТЯБРЯ

11 ФЛАГМАНСКИХ ПЛОЩАДОК
ФОРУМ-ФЕСТИВАЛЬ
«ТЕРРИТОРИЯ БУДУЩЕГО.
МОСКВА 2030»



ПРОЕКТ
МЭРА
МОСКВЫ

ЛЕТО
В МОСКВЕ

MOSCOW2030.MOS.RU

№ 1 В МОСКВЕ*

metro

90 ЛЕТ

**Московские команды
ГОТОВЯТСЯ К СЕЗОНУ**

Новый регулярный чемпионат КХЛ стартует 5 сентября. Смотрим, каких хоккеистов подписывают клубы для борьбы за Кубок Гагарина с. 16

gazetametro.ru

«Лето в Москве»
уже посетили
30 миллионов
гостей с. 04



Промежуточные итоги работы проекта подвёл Сергей Собянин. Горожане за два месяца лета успели послушать джаз, почитать книги и заняться спортом на свежем воздухе / АГН «МОСКВА»

**Бетонные стены
наполнили смыслом**

У Курского вокзала появилась галерея стрит-арта. Художники изобразили рыб и морскую пену с. 05



**Анна Завтур
расследует дело
о продаже органов**

Актриса рассказала о работе в новом триллере «Хирург». Там девушка сыграла независимую журналистку с. 07-13

РЕКЛАМА

Найти
ближайший
магазин



SOKOLOV

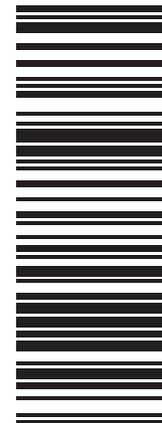
**ВАМ ПОДАРОК
ПОЛУЧИТЕ
СЕРЕБРЯНУЮ ПОДВЕСКУ**

БЕСПЛАТНО

Сроки проведения акции: с 01.08.2025 по 30.11.2025. Подарок выдаётся в период с 01.08.2025 по 30.11.2025 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_0825/ и по телефону 8 800 1000 750.



sokolov.ru





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

30 миллионов гостей посетили «Лето в Москве»

Город выставил на торги два исторических здания

НАСЛЕДИЕ. В Таганском районе Москвы выставлены на торги два исторических здания: усадьба Котова и флигель XVIII–XIX веков. Победитель аукциона обязан провести реставрацию и адаптацию объектов для современного использования. **METRO**

Столичные водоёмы патрулируют 100 спасателей

БЕЗОПАСНОСТЬ. В Москве спасатели усилили патрулирование рек и водоёмов из-за жары, сообщает mos.ru.

Ежедневно безопасность обеспечивают более 80 сотрудников, но в период жаркой погоды их число увеличивается до сотни. **METRO**

Началась проходка тоннеля метро между Москвой и Подмосковьем

ТРАНСПОРТ. Начаты работы на участке, который свяжет будущую станцию метро «Липовая Роща» в Красногорске со «Строгино» в Москве. Об этом в своём телеграм-канале рассказал мэр Москвы Сергей Собянин, который вместе с губернатором Подмосковья Андреем Воробьёвым дал старт работе проходческого щита. **METRO**



10-метровый щит «Мария» начал работать на станции «Липовая Роща» / ПРЕСС-СЛУЖБА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ

На северо-западе Москвы появятся тысячи рабочих мест

ПРОЕКТ. В Северо-Западном округе Москвы построят административно-деловой комплекс площадью более 83 тыс. кв. метров.

Этот проект создаст свыше 10 тыс. новых рабочих мест в районе Хорошёво-Мнёвники. **METRO**

Жители столицы помогают животным Белгорода

АКЦИЯ. Волонтеры Москвы передали более 2 тонн товаров для питомцев белгородского центра «Причал». Акция, организованная «Мосволонтером» и «РусДог», проходит в третий раз и поддерживает приюты в приграничье. **METRO**



Улицы и площади столицы стали концертными площадками / MOS.RU

Масштабный культурный проект, который длится в столице уже два месяца, в самом разгаре

Промежуточные итоги «Лета в Москве» подвёл в своём телеграм-канале Сергей Собянин

Михаил Нешевец
mvn@gazetametro.ru

В этом году на Красной площади прошли исторические и гастрономические фестивали, а также выставки и спектакли иммерсивного музея. Международный джазовый фестиваль и летний фестиваль «Зарядье» привлекли множество любителей музыки, а празднование Дня защиты детей, Дня молодёжи и Дня се-

мьи, любви и верности стало ярким напоминанием о важности этих значимых дат.

День и ночь Московского спорта собрали

множество участников. Фестиваль «Театральный бульвар» продолжает радовать зрителей.

Мэр напомнил, что предприниматели организуют различные акции и мероприятия. В рамках спецпроекта «Время возможностей» прошло уже 1,9 тыс. активностей.

«Лето в Москве» продолжается в каждом районе столицы. До 14 сентября можно посетить Зелёный театр, приобрести товары в «Зелёном маркете» и 12 арт-павильонах.

Новый проект «Книга в городе» предлагает уютные библиотеки под открытым небом, а тематические бульвары становятся местом для активного отдыха: шахматы на Гоголевском, спорт на Петровском и танцы на Чистопрудном.

Среди новых событий выделяются крупнейший фестиваль света «Проекция» и Фестиваль исторических и забытых игр, которые обещают стать настоящими находками для любителей уникальных мероприятий.

СЕРГЕЙ СОБЯНИН
мэр Москвы



ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ

Анализ данных станет главным навыком всех профессий

Будущее в Москве уже наступило – с этой идеей в амфитеатре нового стеклянного кампуса МГТУ им. Н. Э. Баумана выступили эксперты ключевых городских сфер в преддверии форума-фестиваля «Территория будущего. Москва 2030». Экономика, медицина, транспорт, строительство и информационные технологии – ни одно направление в столице не стоит на месте. Развивать их помогают визионеры – люди, которые точно знают, что же такое «профессия будущего».

– Если верить исследованиям последних лет, то 80% детей, которые сейчас ходят в детский сад, будут работать по профессиям, которых ещё не существует. А около 66% текущих профессий исчезнут в ближайшие 10–20 лет, – рассказывает директор Центра развития карьеры правительства Москвы Татьяна Коломиец.

ЦИФРА

3

вида навыков – профессиональные, мягкие и цифровые – будут основными для любой «профессии будущего» по мнению экспертов.

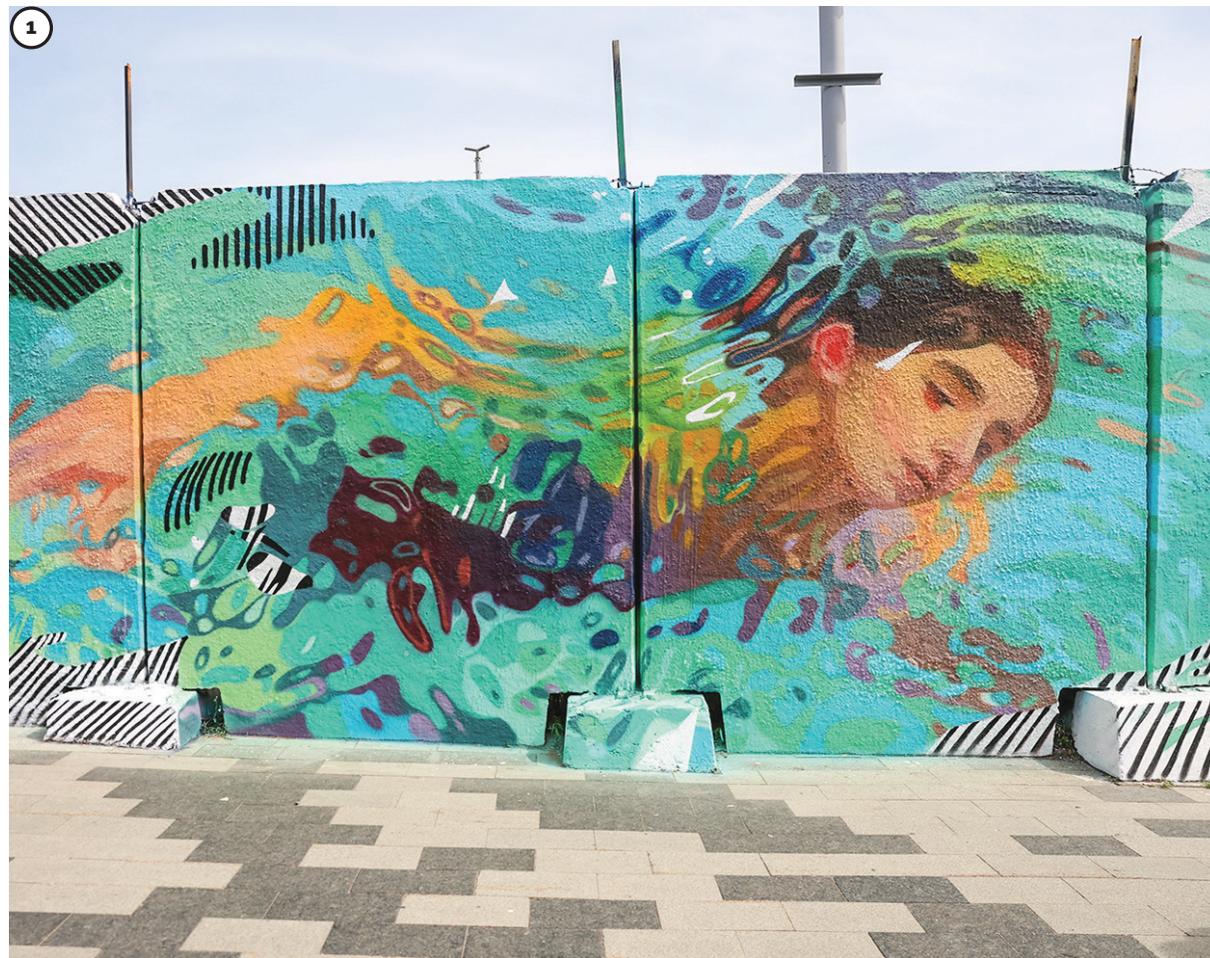
Статистика не так пугает, если знать, как приспособиться, а научить этому, как ни странно, может искусственный интеллект. Все эксперты публич-тока, будь то главврач московской поликлиники или экономист, планирующий бюджет города, сошлись в одном: навык «профессионала будущего» – аналитика.

Например, ИИ умеет обрабатывать и анализировать миллионы строк в Excel, но с ним ещё нужно уметь договориться, то есть грамотно составить запрос, или промт. Так, навыки промт-инженера создадут конкурентное преимущество для специалистов любой профессии, даже если, согласно статистике, жить ей осталось недолго. **МАРИЯ БЕЗГИНА**

ПОГОДА



#ZOOM



1. DYOMA (Александр Дёмкин)
Течение воды рифмуется с ритмом большого города, где человек становится его неотъемлемой частью, соединяясь с другими людьми, архитектурой и техникой в единый поток.

2. IMA
Извивающиеся линии словно повторяют пересечения улиц и переулков, а лестница символизирует подъём или же утилитарный способ достижения новых высот.

3. Гриша
Рисунок в эстетике наскального искусства отсылает к исконному понятию «граффити». Образ рыбы – напоминание об эволюции, когда предки человека только начинали делать первые шаги в освоении суши.

4. JöN (Евгений Малышев)
Коллаж включает в себя элементы скульптурной композиции, а морская пена подчёркивает и усиливает пышность и витиеватость барочных форм.

Человек сливается с городом в единый поток

У Курского вокзала открылась новая выставка стрит-арта «Фигура речи» в рамках совместного проекта ЦСИ «Винзавод» и Москомархитектуры – НЕТСТЕН.

«Мы хотели показать, как можно из совершенно тривиального места, где проходит 23 тысячи человек в день, создать наполненный смыслом арт-объект. Это пример того, как можно формировать городскую среду совершенно малыми средствами», – рассказал главный архитектор Москвы Сергей Кузнецов. **Анна Жукова**



КОРОТКО

В Москве появились аудиоэкскурсии на трамваях

С ПОЛЬЗОЙ. На трамвае № 39 запустили бесплатный аудиогид. Этот маршрут соединяет станции метро «Чистые пруды» и «Университет». По пути можно полюбоваться бульварами, мостами, переулками Замоскворечья и панорамными видами Кремля. Начать прослушивание можно с любой остановки, сообщается на сайте Московского транспорта. Скоро появятся аудиогиды по маршрутам А, № 7, 4, 25 и 6. **МЕТРО**

В Госдуме призвали подумать, чем заменить порно

ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ. Прежде чем запрещать порно, необходимо продумать альтернативный информационный продукт, который был бы интересен россиянам, заявила «Москве 24» депутат Нина Останина. Так она прокомментировала предложение коллег заблокировать порно контент с целью повышения рождаемости и защиты нравственности. **МЕТРО**



Теперь Тотошка в надёжных руках / «МОСОБЛПОЖСПАС»

Раненый пёс сам пришёл к спасателям в Серпухове

ТАЛИСМАН. Бездомного пса с рассечённой лапой обнаружили у ворот пожарно-спасательной части, сообщает пресс-служба «Мособлпожспаса». Он не лаял, не проявлял агрессии, а просто лежал и ждал. Спасатели обратились к ветеринару. Рану зашили, наложили повязку. Так как предыдущий пёс, талисман пожарной команды, умер, найдёныша оставили в части. Назвали Тотошкой. **МЕТРО**

«Медвежья услуга»: признание Палестины усугубит конфликт

Канада вслед за Францией и Британией заявила о планах признать палестинское государство. Министерство иностранных дел Израиля охарактеризовало эти действия как «награду для ХАМАС»

Григорий Воронцов
grigoriy.vorontsov@gazetametro.ru

Канада стала третьей страной G7, сделавшей подобное заявление за последние дни. По словам премьер-министра страны Марка Карни, признать Палестинское государство планируется в сентябре. Политик добавил, что этот шаг зависит от демократических реформ, в том числе от проведения администрацией Палестины выборов в следующем году без участия ХАМАС.

Во вторник о возможном признании заявил премьер-министр Британии Кир Стармер. Это произойдёт в случае, если «правительство Израиля не предпримет существенных шагов, чтобы положить конец ужасающей ситуации в секторе Газа». А за несколько дней до этого об аналогичных

планах на Генеральной Ассамблее ООН заявил президент Франции Эммануэль Макрон.

– Признание государства Палестина в непонятных границах и с непонятной структурой – это чистой воды политический демарш, – заявил в беседе с Metro востоковед Андрей Чупрыгин. – Правительства названных стран таким образом протестуют против политики Израиля. Однако эта история выглядит так, будто некоторые политические деятели пытаются усидеть на двух, а иногда и на трёх стульях. Арабам они рассказывают, какие они пропалестинские, но в это же время поддерживают политику США, помогающих Израилю.

Но гораздо важнее то, что признание государства на текущей стадии не по-



Тем временем в секторе Газа продолжается продовольственный кризис. На фото палестинцы идут с мешками муки, грузовики с которыми удаётся провести лишь изредка из-за израильской блокады / AFP

ЦИФРЫ

147

стран – членов ООН из 193 на сегодняшний день признают Палестинское государство.

1988

– год, когда было провозглашено создание Государства Палестина на заседании Национального совета Палестины в Алжире.

может решить конфликт, а лишь усугубит его, отметил Чупрыгин.

– Премьер-министр Италии Джорджа Мелони верно сказала, что это не решит проблему, а наоборот – уведёт от поиска ключа к её устранению. Внешне будет казаться, что проблема уже решена – признали же. Но на самом-то деле государства нет. Это не просто сотрясение воздуха, а опасное сотрясение воздуха.

Однако вполне возможно, как отметил эксперт, подобные инициативы связаны ещё и с тем, что никто уже и вовсе не понимает, как решать арабо-израильский конфликт.

– Проблема создания арабского государства Палестина как бомба замедленного действия была заложена ещё в резолюции Генассамблеи ООН № 181 от 1947 года. Уже тогда было

понятно, что никаких двух государств не будет создано. В то время под влиянием трагедии холокоста было огромное желание поспособствовать евреям в создании собственного государства, где они могли бы жить защищённо от внешних угроз. И настолько к этому все стремились, что как-то и не обратили внимания особого на детали. А дьявол кроется именно в них.

И дело даже не в том, что территория была поделена несправедливым образом, отметил Чупрыгин. Главное, что арабское государство Палестина было разделено на две части:

– И получилось, что это не государство, а два анклава. Им что, туннель нужно было рыть или строить огромный мост, чтобы перемещаться не пересекая двойную границу Израиля? Это нереальная история, и

ТОЛЬКО ФАКТЫ

■ Сектор Газа де-юре является одной из двух частей частично признанного арабского государства Палестина. Однако в новых заявлениях от стран G7 пока нет чёткого указания границ признаваемых ими территорий.

■ В Палестине власть разделена между несколькими структурами. Махмуд Аббас – президент Государства Палестина и глава движения ФАТХ. Премьер-министром Палестинской национальной администрации является Мухаммед Мустафа. При этом в секторе Газа власть принадлежит ХАМАС.

она такой была с самого начала.

Израиль в свою очередь отреагировал на инициативу крайне негативно, отметив, что она помешает достижению сделки по прекращению огня в секторе Газа.

– Премьер-министр Израиля Нетаньяху заявил, что это медвежья услуга для всех, потому что признавать по факту несуществующее государство – это жест в сторону ХАМАС. Это выглядит как награда за терроризм, а не призыв к переговорам.

Санкции же против Израиля маловероятны, как и какие-то реальные действия Запада по разрешению конфликта:

– В ином случае сразу найдутся персонажи, которые будут говорить: «А чего вы дёргаетесь? Проблема-то уже решена. Уже признали же государство и всё».



КОРОТКО

На Украине восстановили независимость НАБУ и САП

БОРЬБА. Верховная рада приняла закон, восстанавливающий независимость Национального антикоррупционного бюро Украины (НАБУ) и Специализированной антикоррупционной прокуратуры (САП). Трансляцию заседания вёл телеканал «Рада». Ранее закон, ограничивавший полномочия НАБУ и САП, вызвал в стране массовые протесты. **METRO**



Депутат Верховной рады с плакатом «Нет терпимости к коррупции в Украине» / AFP

Россия и Сирия проведут инвентаризацию всех соглашений

СОТРУДНИЧЕСТВО. Москва и Дамаск договорились проанализировать все соглашения между двумя странами, заявил глава МИД РФ Сергей Лавров на пресс-конференции по итогам переговоров с сирийским коллегой Асаадом аш-Шибани в Москве. Глава МИД Сирии подтвердил настрой новой администрации продолжать сотрудничество с РФ. **METRO**

Китай отверг требования США отказаться от нефти из РФ

ТОРГОВЛЯ. Пекин продолжит закупать российскую нефть несмотря на предупреждения Вашингтона о возможных 100%-ных пошлинах, сообщает Reuters. Китайские официальные лица подчеркнули, что решения о закупках нефти в суверенной стране будут приниматься на основе внутренней политики, а не угроз. **METRO**

Президент Лаоса пообещал подарить России двух слонов

ПРЕЗЕНТ. Президент РФ Владимир Путин провёл переговоры с лаосским коллегой Тхонглуном Сисулитом, который заявил, что хочет подарить России пару слонов. Об этом сообщила пресс-служба Кремля. Он подчеркнул, что это животное символизирует в Лаосе мир и благополучие. «В хозяйстве пригодятся», – пошутил в ответ Владимир Путин. **METRO**

САМЫЕ ГЛАВНЫЕ УДОВОЛЬСТВИЯ ВЫХОДНЫХ

WEEKEND

metro 



АННА ЗАВТУР ГОТОВА ПОСТРАДАТЬ ЗА ПРАВДУ

Актриса рассказала Metro о своей роли независимой журналистки в новом сериале «Хирург»

Откроет киносмотр комедия Стаса Иванова «Геля». По сюжету ради безбедного будущего своей семьи дальнбойщик Саня (Илья Малаков) решается перебраться явно криминально добытый «телендваген», или «гелю». Поездка оборачивается погоней, которая столкнёт Саню с капитаном полиции (Антон Васильев). Эта встреча изменит их жизни навсегда.

В конкурс фестиваля вошло 10 фильмов. Это семейная драма «Жемчуг» со Светланой Ходченковой, Евгением Цыгановым, Сергеем Гилёвым и Ириной Пеговой, а также звездой советского кино Эрой Зиганшиной. Режиссёром выступила Тина Баркалая.

ЖЮРИ:

- Олег Маловичко, сценарист
- Алёна Званцова, режиссёр
- Юлия Иванова, продюсер
- Александр Дьяков, киноэксперт, редактор
- Ангелина Стречина, актриса
- Ясмينا Бен Аммар, продюсер

Зрители и жюри увидят камерный триллер «Кто-то должен умереть» Евгения Григорьева, главные роли в котором исполнили Юлия Снегирь, Павел Деревянко, Аглая Тарасова и Денис Прытков. Режиссёр Вячеслав Росс представит драму «Догги» с Марией Мацель и Александром Устюговым.

Илья Хотиненко и Владимир Карабанов покажут современную адаптацию повести Владимира Железникова «Чучело» с элементами мюзикла. Сюжет практически повторяет

В Выборг приедет новое «Чучело»



Мария Симонова в фильме «Чучело»

33-й Фестиваль российского кино объявил состав жюри, фильмы открытия и закрытия, а также предварительную конкурсную программу, в которой ещё могут произойти изменения. Рассказываем, что нас ждёт в Выборге в этом году

/ КАДР ИЗ ФИЛЬМА, САЙТ ФЕСТИВАЛЯ «ОКНО В ЕВРОПУ»



1



2

Жюри:
1. Олег Маловичко (председатель),
2. Ангелина Стречина

историю фильма 1983 года с Кристиной Орбакайте. Переживающая первую влюблённость школьница берёт вину на себя за близкого друга и становится объектом насмешек. Но только здесь травля начинается в Сети, а затем переносится и в реальный мир.

В числе дебютантов – Филипп Ларс с драматической комедией «35-я страница» с Егором Корешковым и Анной Чиповской. Также в конкурсе притча о травмах прошлого «Большая земля» от режиссёра Юлии Трофимовой. Кроме того, в программе – «Делириум» Вячеслава Березовского, «Любовь» Никиты Миклушова, «День рождения Сидни Люмета» Рауля Гейдарова и «Встречные» Камилы Рамазановой.

Закроет фестиваль лента Ларисы Садилевой «Дочь капитана» о том, как 8-летняя девочка ждёт приезда отца-моряка, в то время как никто не верит в его существование.

ОКСАНА ЧЕРТОВА

Роковая гейша Юля

Звезда сериала «Калимба» Юлия Волкова не побоялась слиться с красной дорожкой на премьере сериала «Хирург», выбрав алый цвет для своего туалета. А белый кардиган с восточными мотивами в принте сделал Юлию немного похожей на японскую гейшу.



КИМОНО
ALIEXPRESS
1789 P

ПЛАТЬЕ
HELIOPIPIA
17 900 P

СУМКА
BECAUSE BAGS
5707 P

КОЛЬЦО
ALOUH
5900 P

МЮЛИ
TAMARIS
5250 P

2



METRO
«РАЗДЕЛО»
ЮЛИЮ
ВОЛКОВУ

Русские каникулы Рудковской удивили всех

Яна Рудковская с мужем Евгением Плющенко выложили в Сеть видеоотчёт о семейном отдыхе в Плесе. От пользователей соцсетей не укрылась ни одна деталь репортажа, особенно фраза Яны «Ощущение, что не в России».



СОЦСЕТИ

3

За выходные супруги с 12-летним сыном Александром (Гномом Гномычем) посетили местные церкви, посмотрели достопримечательности и сходили на шопинг, а 42-летний фигурист попробовал воды из уличной колонки и порыбачил на пару с Гномычем. Пользователи Сети не смогли удержаться от едких комментариев в адрес Яны, разгуливающей в Chanel и Dior по Плесу и рассуждающей о своих ощущениях. Досталось и Евгению, недавно сделавшему блефаропластику. **METRO**

«Какой-то антикомплимент... типа, ждали фуфляндию... что ещё может быть в России-то... зажрались».
@kukuxa

«Рудковская почила на Мальдивах, можно и Ивановскую область похвалить. 42-летний фигу-

рист попробовал воды из уличной колонки, какой нонсенс».
@Julliana

«Вот и отвезли Женку с новыми глазами в город невест. Свершилось».
@Silvestr



**Юлия
Топольницкая**

ЗВЁЗДЫ СО ВКУСОМ

7 августа стартует сериал «Баранкины и камни силы», где Юлия Топольницкая сыграла извозчицу начала XIX века, которую занесло в наш век. Тут она попробовала бургеры и пришла в дикий восторг. Узнали у актрисы про её гастрономические пристрастия

МАРИЯ ПОЗИНА | ФОТО: «КИНОПОИСК»

1 Любимое блюдо

Свекольник.

2 Любимое блюдо в вашем исполнении

Тут сложнее. Я неплохо готовлю яичницу и окрошку.

3 Что обычно едите на завтрак?

Всё зависит от того, во сколько мне нужно куда-то ехать. Если очень рано, то я обычно ничего не ем, а что-то уже успеваю съесть по пути или на сменах. А если это выходной, то я могу расслабиться и готовить яичницу, авокадо, огурчики, помидорчики.

4 Есть ли у вас семейный рецепт, который передаётся из поколения в поколение?

Наверное, есть, но я как-то упустила этот момент.

5 Самое экзотическое блюдо или продукт, которые вы пробовали? Где это было?

Это было в Китае. Я пробовала телячьи мозги.

6 Блюдо(-а), которые ассоциируются с детством и почему?

С детством на самом деле много блюд ассоциируется: пирожки с капустой, тушёная капуста, котлетки. Потому что мама всё это готовила и это было очень вкусно.

7 Блюдо или продукт, которые вы не будете есть, даже будучи сильно голодной?

Я не очень люблю гречу и оливки.

8 Какое блюдо обязательно стоит на вашем Новогоднем столе?

Оливье и селедка под шубой.

9 Любимый ресторан в Москве

На самом деле их много, но мне нравится ресторан Sage.

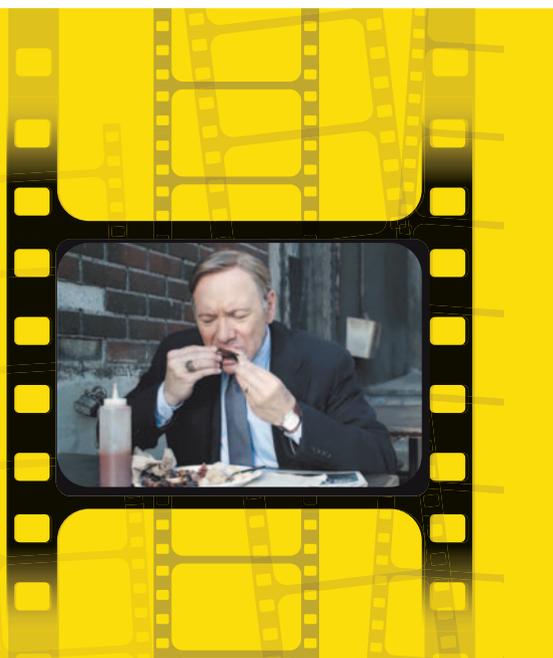


ГОТОВИМ

С ПЕРВОГО ДУБЛЯ

Сегодня готовим свиные рёбрышки, которые так аппетитно то и дело ел в сериале «Карточный домик» хитрый политик Фрэнк Андервуд в исполнении Кевина Спейси

ВИКТОРИЯ МЕЛЬНИКОВА | ФОТО АВТОРА И КАДР ИЗ СЕРИАЛА «КАРТОЧНЫЙ ДОМИК»



1



Продукты: свиные рёбра – 1 кг. Для маринада: 4 ст. л. кетчупа, 6 ст. л. соевого соуса, 1 ч. л. соуса табаско, 2 ч. л. давленного чеснока, 1 ч. л. чёрного молотого перца.

2



Подготовка. Рёбра обмыть и нарезать равными кусочками, я делала кусочки по одной косточке внутри. В миске для маринования хорошо перемешать все ингредиенты для соуса.

3



Маринуем. Смешать рёбрышки с маринадом и оставить на несколько часов в холодильнике. По рецепту достаточно 2–3 часов, я оставляла практически на сутки – мясо пропиталось отлично.

4



Запекаем. Духовку нагреть до 180 градусов. На противень положить фольгу, слегка смазав растительным маслом. Выложить куски мяса и накрыть фольгой, чтобы получился «пакет». Выпекать 40 минут, убрать сверху фольгу и дать подрумяниться ещё 20 минут.



Рёбра Фрэнка ВДОХНОВЛЯЮТ

Главный герой «Карточного домика» Фрэнк Андервуд питал к рёбрышкам особую страсть, ходил постоянно в одну и ту же забегаловку, где Фредди готовил это блюдо по своему секретному рецепту. Мы взяли классический рецепт свиных рёбрышек по-американски – и получилось не хуже, чем у Фредди! Мясо вышло мягким и пикантным. У маринадов для рёбрышек есть несколько вариаций: где-то добавляется коричневый сахар, где-то – мёд и горчица, но главные ингредиенты – кетчуп, соевый соус и перец чили. Можно пофантазировать и придумать свой неповторимый рецепт.



«Карточный домик» – американский сериал в жанре политического триллера. 6 сезонов выходили с 2013 по 2018 год. В центре сюжета амбициозный конгрессмен от Демократической партии Фрэнк Андервуд, который помог Гарриету Уокеру стать президентом США, но не получил от него обещанную должность. Теперь Фрэнк и его жена Клэр готовы пойти на всё, чтобы отомстить президенту.

МУЗЫКА МЕТРО



Отсканируй QR-код, чтобы проголосовать за лучшую новинку месяца!

ВЫБЕРИ ЛУЧШУЮ ПЕСНЮ ИЮЛЯ

Весь месяц журналисты Metro выбирали лучшие треки. Теперь дело за тобой! Проголосуй за понравившуюся песню в группе «Metro Москва». Итоги подведём в понедельник, 4 августа

ТЕКСТ: АРТЁМ ВАСЕВ



Warkings feat. Dominum

Hangman's Night

Если бы хеви-метал придумали в Средневековье, он бы звучал так. Немцы под громоподобные барабаны и огненные риффы воспевают тамплиеров.

Мнение из соцсетей: «Пригласить Феликса Хельдта было хорошей идеей. И голос Моргану тоже потрясающий».
@KoPKingofPikmin



Грель

«Июль-пыль»

Рита Жирова (она же Грель) поёт о невыносимой жаре и навязчивом желании дождаться дождя, чтобы наконец открыть окна нараспашку.

Мнение из соцсетей: «Случайно наткнулась на песню по запросу «июль», зацепило. Весь день на репите».
@Екатерина Кошманова



hehehe

«Июль»

Ещё один гимн самому тёплому месяцу года. Версия от владивостокской инди-группы получилась более романтичная и наивная.

Мнение из соцсетей: «Только представьте: вы садитесь в машину, тёплый ветер треплет волосы и звучит это...»
@НиколайНикифоров-егк



Alice Cooper

One Night Stand

Самый жуткий хит июля — 77-летний музыкант достал из самого тёмного угла своей души историю о маньяке, пускающем кровь на первом свидании.

Мнение из соцсетей: «Пример, как нормальный трек для 70-х считается в современном мире скандальным».
@emmeesse4684

КУДА СХОДИТЬ ОТДОХНУТЬ В МОСКВЕ

WEEKEND

АФИША

ВЫХОДНОГО ДНЯ

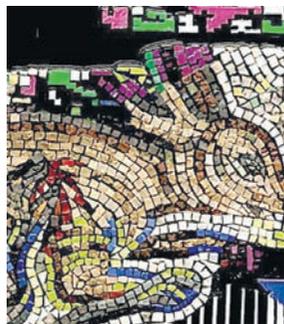


Театр

«Эсмеральда»

Летние балетные сезоны. Труппа Национального классического балета под руководством Анны Нехлюдовой представит знаменитый спектакль по роману Виктора Гюго «Собор Парижской Богоматери». Солисты — Наталья Одинокова и Александр Петриченко. (12+)

Где: РАМТ
Когда: 5 августа, 19:00



Выставка

«Мария Архипова. Фрагментированная реальность»

Новые технологии. Выставка расскажет, как человек и машина воссоздают утраченные фрагменты истории. (12+)

Где: ММОМА на Гоголевском бульваре
Когда: до 21 сентября, 12:00, кроме пн.



Кино

«Джюльетта и Ромео»

Мюзикл. Одну из главных ролей в постановке по мотивам трагедии Шекспира сыграла Ребел Уилсон (леди Капулетти). Саундтрек к фильму написал Эван Кидд Богарт — автор хитов Бейонсе, Рианны и Адель. (16+)

Где: кинотеатры Москвы
Когда: с 7 августа



Экскурсия

Театральные истории (сборная группа)

Ищем таланты. Участники познакомятся с театром графа Шереметева, узнают об актёрах того времени и попробуют себя в роли учеников актёрской школы. (6+)

Где: усадьба Кусково
Когда: 2–30 августа, 12:00, по сб. и вс.



Концерт

Дельфин

«Мы обязательно встретимся». Гостей ждут специальный сет-лист и неповторимая атмосфера концерта под открытым небом. Творческая энергия Дельфина способна преобразить всё пространство вокруг. (16+)

Где: Дизайн-завод
Когда: 7 августа, 19:30

Концерт



«Рассказы Шукшина»

Литература и музыка.

Народный артист России Виктор Сухоруков представит рассказы писателя «Стёпкина любовь», «Сапожки», «Срезал», «Миль пардон, мадам» и другие знаменитые произведения Шукшина под музыкальный аккомпанемент Академического оркестра русских народных инструментов имени Н. Н. Некрасова. (6+)

Где: Зелёный театр ВДНХ
Когда: 8 августа, 20:00

Выставка

«Фотострелка. Синий»

В фокусе. В экспозицию, посвящённую синему цвету в фотографии, вошли 50 работ российских авторов, демонстрирующих современные тенденции фотоискусства. Проект продолжает серию выставок, исследующих художественный потенциал отдельных цветов. (12+)

Где: Библиотека № 180 имени Н. Ф. Фёдорова
Когда: 1–20 августа, 12:00

Театр



«Вий»

Рок-н-драма. В постановке Александра Баркара текст повести Николая Гоголя переплетается с музыкой, поэзией и современной драматургией. В спектакле звучат песни Вени Д'ркина — автора-исполнителя, которого называли «Высоцким 1990-х». Также литературным источником для «Вия» стала пьеса «Панночка» Нины Сакур. (16+)

Где: Театр на Таганке
Когда: 3 августа, 19:00

Экскурсия

V Триеннале текстильного искусства и современного гобелена Любителей спорта и искусства ждут на экскурсиях с бегущим искусствоведом. Здесь можно в лёгком темпе пробежать три-четыре километра, а заодно изучить арт-объекты выставки, которые расположены в парке и музее. (6+)
Где: музей-заповедник «Царицыно», Хлебный дом, Большой дворец, парк
Когда: 2 августа, 16:00–17:00

Выставка

«Если бы стены стали водой»
Архитектура. В центре внимания творения бразильянки Лины Бо Барди, которая входит в число наиболее почитаемых и влиятельных архитекторов мира. (6+)
Где: «ГЭС-2»
Когда: до 19 октября



Физкультура и спорт

Московский ночной велофестиваль
Крути педали! Большой спортивный праздник, частью которого станут световое экстрим-шоу, инсталляции, выступления артистов проекта «Музыка в метро», диско-автобус с подсветкой и выступление DJ Groove. (16+)
Где: праздник начнётся в фестивальной городке на Зубовской улице. Вход с улицы Большая Пироговская
Когда: 2 августа, 21:00



Дискуссия

«Что такое детство?»
Внутренний ребёнок. Эксперты обсудят историю и философию понятия «детство» и его границы. Кто определяет, когда мы становимся взрослыми? Что такое «внутренний ребёнок» и можно ли сохранить его так, чтобы он помогал быть взрослым? (16+)
Где: кинозал, Еврейский музей и центр толерантности
Когда: 4 августа



Фестиваль

«Ремесло. Традиции. Искусство»
Секреты народного творчества и музыка, лекции по истории промыслов и знакомство с мастерством скульпторов и живописцев, много мастер-классов на любой возраст (нужна регистрация). (0+)
Где: музей-заповедник «Коломенское» у Музея деревянного зодчества
Когда: 1–3 августа



Выставка

«Бисерные истории»
Рукоделие. В экспозиции представлено около 50 произведений времени триумфа бисера в России – конца XVIII – XIX веков. Здесь можно найти образцы «бисерной переписки» – подарков с милыми посланиями. (6+)
Где: музей-усадьба «Кусково», Итальянский домик
Когда: до 19 апреля 2026



Концерт

«Комбинация»
«Не забывай наш первый вечер». После сериалов «Слово пацана» и «Комбинация» легендарная группа переживает вторую волну популярности. На летнем концерте можно будет подпевать хитам «Бухгалтер» и American Boy. (18+)
Где: Зелёный театр ВДНХ
Когда: 3 августа, 20:00

Фестиваль

«Арт-бульвар на Гоголевском. Творческий активатор»
Создай свой арт-объект. Москвичей ждёт насыщенная программа: лекции, мастер-классы, флешмобы, выступления музыкантов и художников, массовое участие в создании арт-объектов. В день открытия на Гоголевском бульваре будет установлен необычный арт-объект и символ вдохновения – гигантские головы Венеры Милосской. Зрители фестиваля смогут принять участие в их раскрашивании. (6+)
Где: Гоголевский бульвар
Когда: 2 августа – 14 сентября

Экскурсия

«Горожане-мечтатели»
Иммерсивная прогулка. Главная цель увлекательного променада – попытка ответить на вопросы, что мы хотим оставить после себя и можно ли сделать это частью города. В интерактивной форме гид расскажет о меценатах и промышленниках, людях, во многом формировавших облик современной столицы. (12+)
Где: от ст. метро «Охотный Ряд»
Когда: 3 августа, 16:00

Кино



«Банда аутсайдеров»

Криминальную комедию 1964 года от Жан-Люка Годара можно будет увидеть на большом экране и обсудить с киневедом Никитой Котиком. История рассказывает про двух парней, одержимых голливудскими гангстерскими фильмами, и прекрасную Одиль, которая предложила ограбить особняк её тётки. (16+)
Где: кинозал нового пространства находится в Еврейском музее и центре толерантности
Когда: 6 августа, 19:00

Выставка



«Взгляд сквозь сияние»

Лаковая живопись Вьетнама будет показана столь масштабно впервые за многие годы. Зрители увидят живописные пейзажи с бескрайними просторами, залитые водой рисовые поля, горные рынки и жанровые сцены – работы мастеров, чьи творения давно стали национальным достоянием: Ле Куок Лок, Фам Хау, Нгуен Чонг Кiem, Чан Динь Тхо и другие. (6+)
Где: Музей Востока
Когда: 31 июля – 14 сентября

Цирк

«Пять цирков – один манеж»
В честь Международного дня клоуна в рамках проекта «Лето в Москве» сразу пять цирковых площадок столицы, от Большого Московского цирка до цирка на проспекте Вернадского, представят свои лучшие номера в шапито, расположенном в парке «Южное Бутово». (0+)
Где: ландшафтный парк «Южное Бутово»
Когда: 1 августа, 14:00

Фестиваль

Экзотика индонезийского кино
Страсти островитян. В программу вошли пять фильмов: психологическая драма «Бестиарий», научно-фантастическая картина «Череп», мистическая комедия «Мальчик с движущимся изображением», фэнтези «Подчёркнутые пробелы» и хоррор «Кошмар». (18+)
Где: «Иллюзион»
Когда: с 1 по 3 августа

Кино

«По законам улиц»
Криминальный триллер про подростка-карманника из Индии, который орудует с бандой на улицах Мумбаи. Однажды он крадёт крупную сумму денег у мужчины, который влез в долги ради свадьбы дочери. Этот поступок вызывает череду роковых событий, заставляющих карманника влюбиться, пересмотреть все свои мечты и планы и встать на защиту нуждающихся. (18+)
Где: в кинотеатрах
Когда: уже в прокате

Фест-форум

«Голоса мира».
Гала-концерт
Дарования со всех концов света. Событие объединит на одной сцене талантливых певцов, музыкантов, гимнастов и танцоров, разного возраста и стилей. В концерте примут участие и популярные звёзды: Леонид Агутин, Анжелика Варум, Диана Гурцкая и другие. (0+)
Где: концертный зал «Москва»
Когда: 3 августа, 19:00



Дофаминовый гардероб

КАК ОДЕЖДА ПОМОГАЕТ УЛУЧШИТЬ НАСТРОЕНИЕ И В ЧЁМ ПОДВОХ

Яркие вещи как источник радости и уверенности – идея dopamine dressing стремительно завоевала соцсети и шкафы модниц. Однако у этого тренда есть свои скрытые особенности. Эксперт рассказала, как использовать его осознанно и со вкусом

ТЕКСТ: МАРГАРИТА ЛЕМЕШКО | ФОТО С ПОКАЗОВ: MOSCHINO.COM, VALENTINO.COM, GIAMBATTISTAVALLI.COM

Дopamine dressing, или дофаминовый гардероб, – это стиль, при котором человек надевает яркую, необычную или просто любимую одежду, чтобы почувствовать радость, вдохновение и прилив энергии. Название говорит само за себя. Дофамин – это гормон удовольствия и радости плюс одежда, которая помогает его вырабатывать. Идея проста: носим то, что вызывает позитивные эмоции. Одежда работает как эмоциональный якорь и помогает настроиться на нужную волну, поддержать себя в сложный день или выразить радость, когда внутри хорошо.

Почему это направление стало популярно

В основном из-за воздействия мировых событий на общество. Например, пандемия и усталость от унылой домашней одежды. После месяцев в спортивных костюмах и пижамах многим захотелось добавить красок и эмоций в повседневность. Одежда стала инструментом самовыражения и поднятия настроения.

Также большую роль играют социальные сети: яркие вещи лучше смотрятся в кадре, вызывают отклик и лайки. Поэтому это направление идеально вписывается в формат коротких и моментально цепляющих видео.

– Не стоит забывать, что многие люди устали от серого, бежевого, блёклого. В России ещё пару лет назад повсеместно был минимализм. И найти яркие цвета, принты или нестандартные формы было по-настоящему непросто. В дефиците были те вещи, которые могут дать ощущение свободы, детской игры, эксперимента, – рассказала Metro имидж-стилист Екатерина Краснова. – В дополнение к этому такая одежда помогает справиться с тревожностью, апатией, прокрастинацией. Потому что яркий образ даёт возможность «включиться» и почувствовать себя увереннее, интереснее, живее.

Чем опасен дофаминовый гардероб

Яркий образ может дать всплеск настроения, но, как и любая стимуляция, это быстро проходит. Без внутренней работы над состоянием дофаминовая одежда превращается в зависимость от новых покупок.

– Если не учитывать свои особенности внешности, цветовые характеристики, пропорции, то легко «переборщить». Визуальный шум может утомлять, и вместо энергии приходит раздражение или ощущение «клоунского» образа, – отметила эксперт.

Кроме того, иногда за dopamine dressing скрываются импульсивный шопинг, хаотичное потребление и перегруженный гардероб. Яркость ради яркости не всегда делает образ стильным или уместным. То, что работает в социальных сетях или на отдыхе, может быть неуместно в повседневной жизни, особенно в профессиональной среде.



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

ДЬЯВОЛ КРОЕТСЯ В ДЕТАЛЯХ



/соцсети @katykirii, @mysterious_mary, @sofiamiccolho

К концепции дофаминового гардероба также относятся различного рода аксессуары, украшения и обвесы, в том числе и нашумевшие игрушки «Лабубу» и их аналоги



Показ Moschino



Показ Valentino



Показ Giambattista Valli

Вы играете журналистку. А как вы сами относитесь к нашей братии?

– Уважительно и позитивно отношусь. Если человек делает свою работу профессионально, занимается этим каждый день с интересом, как-то убедительно существует в своей профессии, это не может не вызывать уважения. На самом деле когда-то давно у меня даже была мечта стать журналистом, учиться в МГУ. Мне кажется, это очень интересная, сложная профессия, и я рада, что была возможность сыграть человека, который занимается этим непросто делом.

Был ли у вас какой-то прототип?

– Я очень много изучала опыт зарубежных журналистов, даже скорее блогеров, работающих в жанре трукрайм. В России это менее популярно, в Америке этого много. Это люди, которые занимаются частными случаями, в том числе расследованием пропавших людей, убийств и всяких других околориминальных вещей. Выбирают опасные темы и освещают их, на мой взгляд, почти героически.

В «Хирурге», как и в сериале «Немцы», вы играете девушку с обострённым чувством справедливости, которая борется за правду и не боится противостоять власти и сильным мира сего. Вы сама такая же в жизни?

– В жизни я стараюсь договариваться со всеми и во всех ситуациях. В юности я была жёстче, совсем как моя Эрна из «Немцев».

Согласны ли вы с позицией вашей героини, которая готова скорее принять то, что её партнёр женат, чем то, что он замешан в истории с нелегальными операциями, против которых она выступает?

– Это вопрос доверия и уважения. Если вы с любимым человеком видите какие-то серьёзные перспективы и верите в них, компромиссы возможны. У этого, как и у всего, есть срок годности. В зоне терпения очень некомфортно, это высокая плата за возможность дотянуться до чего-то очень важного и бесценного. Иногда мы ошибаемся в людях, как моя героиня Марина в «Хирурге» ошиблась в Сергее. Компромиссов с человеком, который переступил черту, угрожает чьей-то жизни или проявляет насилие, быть не может.

Насколько тема чёрного рынка в трансплантологии, на ваш взгляд, актуальна и кому может быть интересен сериал на эту тему?

– Ну, это такой фикшен. Мне кажется, всё-таки очень много вокруг этой темы домыслов и фантазий. Да, здесь обострены обстоятельства, но по факту даже на законодательном уровне сейчас не может существовать в России такой клиники, которая могла бы заниматься в частном порядке трансплантологией, это очень серьёзно отслеживается госорганами. И поэтому тут надо отнестись к этому как к такой страшной, чёрной сказке, интригующей, захватывающей.

Как вы относитесь к своему здоровью?

– Я ужасный ипохондрик, к сожалению, но с годами как-то научилась с этим справляться и с этим жить. Ещё на фоне того, что в профессии есть большие эмоциональные потрясения, мне иногда кажется, что психика придумывает какие-то защитные механизмы в виде болезней. Но сейчас я преодолела этот кризис и стараюсь, конечно, следить за своим здоровьем, как-то заниматься спортом, правильно питаться, стараться спать – хорошо, когда есть возможность для этого, потому что иначе, конечно, очень трудно. Поэтому это такой вынужденный ЗОЖ, как я его называю. (Смеётся.) Я иногда вижу людей, кто может так существовать – не спать, вышивать, как-то свободно относиться к режиму, к каким-то вредным привычкам. Я даже иногда немного им завидую, потому что у меня так не получается. Мой организм намного более нежный в этом плане, и я с ним в диалоге.

Вы много снимаетесь, какие проекты для вас оказались наиболее энергозатратными?

– Наверное, из последних это, конечно, «Высокий

В Сети стартовал триллер «Хирург» о чёрном рынке органов. Поговорили с Анной Завтур, сыгравшей в нём независимую журналистку, снимающую фильм о подпольной трансплантологии



Читайте полное интервью на сайте gazetametro.ru.

сезон», потому что мне пришлось очень много летать туда-обратно, и так как у меня есть работа в театре в России, то, конечно, полностью меня никто бы не отпустил. И из-за этого я летала примерно два раза в месяц туда-сюда, из России во Вьетнам. Это была зима в России. Представьте себе: -15, -20 градусов, снег и всё прочее. А во Вьетнаме жара и очень большая нагрузка, сильная

«ЖДУ РОЛИ КРУЧЕ, ЧЕМ МОГУ СЕБЕ ПРЕДСТАВИТЬ»

Анна Завтур

акклиматизация. Я считала, что за три с половиной месяца проекта в небе провела буквально 6 с половиной суток. Плюс от меня, конечно, требовалась усиленная физическая подготовка. Я очень много тренировалась, училась кататься



АННА ЗАВТУР

Возраст: 26 лет
Родилась: Санкт-Петербург, Россия
Фильмография: «Немцы», «Высокий сезон», «Отпуск в октябре», «Лихие», «Походу любовь», «Путешествие на солнце и обратно», «Капкан на судью», «Разрешите обратиться», «Цикады», «Рыжий» и др.

на кайт-сёрфе, на мотоцикле, получила права на мотоцикл. Сейчас смотрю назад и не понимаю, как я это всё вообще сдюжила. И, если честно, немножко этим горжусь.

Есть роль, о которой мечтаете?

– Я в последнее время люблю думать про это как про что-то, что должно быть определено судьбой. Иногда просто наши ожидания оказываются намного меньше того, что нам предназначено. Хочу про это так думать. Поэтому жду какой-то роли, которая будет даже круче того, что я могу себе представить.

ОКСАНА ЧЕРТОВА



Сергей Булкин / ТАСС



Всё, что вы хотели знать об Анне

1 ДЕТСТВО

Родилась в многодетной семье. У Анны три брата, старший Никита получил образование режиссёра в Нью-Йоркской киноакадемии. Увлекалась танцами, пела, изучала живопись и историю балета.

2 УЧЁБА

В РГИСИ, куда Анна поступила на курс Вениамина Фильштинского, студент- вместе с режиссёром Дарьей Шаминой основали независимый театр FULCRO. Критикам запомнилась её роль еврейской девочки Рахельки в постановке «Наш класс».

3 ТЕАТР

В 2022 году в МДТ – Театре Европы прошла премьера «Чайки» Чехова в постановке Льва Додина. Для Анны Завтур, игравшей Нину Заречную, этот спектакль стал первым, в котором она участвовала «с нуля», а не как введённая актриса.

4 КИНО



Первым большим проектом в кинокарьере Анны стал сериал «Немцы», где она сыграла беззащитную дочь главного героя Эрну. Далее последовали роли в фильмах Романа Михайлова, сериале «Лихие» Юрия Быкова.

5 ЛИЧНАЯ ЖИЗНЬ



В отношениях с режиссёром Стасом Ивановым, с которым познакомилась на съёмках сериала «Немцы». Причём сначала речи не шло даже о дружеской симпатии.

ГОРОСКОП
на ПЯТНИЦУ и ВЫХОДНЫЕ ДНИ

Астролог **Лилия Любимова**

ОВЕН
21.03 – 20.04

Вы в центре внимания – день сулит радость, вдохновение и даже сюрпризы из прошлого: сообщение, звонок, знакомая идея. Это может стать началом чего-то приятного. В выходные Луна переместится в ваш знак – эмоции обострятся, но появятся и много сил.

ТЕЛЕЦ
21.04 – 21.05

Домашние дела потребуют вашего решения – старый вопрос может снова напомнить о себе. Не откладывайте: после этого почувствуете облегчение. Выходные подойдут для лёгкого отдыха и восстановления внутреннего спокойствия.

БЛИЗНЕЦЫ
22.05 – 21.06

Разговоры и встречи сегодня будут лёгкими, искристыми, заряженными вдохновением. Поделитесь своими мыслями с тем, кто вас слышит. А в выходные можно спонтанно собраться в дорогу или съездить к друзьям.

РАК
22.06 – 22.07

День принесёт финансовые идеи и предложения, которые вы могли забыть. Самое время вернуться к подсчётам и планам – шанс есть, главное, его не упустить. В выходные полезно разобраться с бюджетом или провести мини-ревизию покупок.

ЛЕВ
23.07 – 22.08

Вы на волне: ретроградный Меркурий подбрасывает классные идеи, а интуиция работает чётко. День подойдёт для того, чтобы продумать перемены и начать действовать. А выходные подарят вам внимание, поддержку и, возможно, повод для гордости.

ДЕВА
23.08 – 22.09

Организм требует перезагрузки – устройте себе день без суеты, в мягком ритме. Прогулка, медитация, чтение, вода – всё, что заземляет и расслабляет, сейчас на пользу. В выходные хорошо уйти в уединение или выбраться на природу.

ВЕСЫ
23.09 – 22.10

Хорошее настроение обеспечат встречи с друзьями, звонки от близких и вечеринки без повода. Не отказывайтесь от спонтанных приглашений. В выходные может появиться идея для совместного проекта – ловите вдохновение.

СКОРПИОН
23.10 – 21.11

День подойдёт для рывка в работе – идеи и наработки могут дать нужный результат. Вас услышат, заметят, поддержат. А в выходные стоит сменить обстановку и сбавить темп – мозгу нужен отдых.

СТРЕЛЕЦ
22.11 – 21.12

Август начинается с желания уехать или хотя бы сменить картинку. Даже небольшое приключение подарит нужные эмоции. В выходные можно решиться на то, что давно планировали, но всё откладывали.

КОЗЕРОГ
22.12 – 20.01

Финансовые вопросы выходят на первый план – возможен шанс вернуть утраченное или вложиться выгодно. Подключите расчётливость и чутьё – они на высоте. В выходные появится возможность красиво закрыть старую тему.

ВОДОЛЕЙ
21.01 – 18.02

Вечер может стать началом новой истории – романтической или просто важной для души. Сегодня не надо быть логичным – будьте настоящим. В выходные вы почувствуете, как нарастает энергия перед полнуним в вашем знаке.

РЫБЫ
19.02 – 20.03

День подойдёт для необычных решений и лёгкой креативности. Даже рутинные задачи сегодня решаются быстрее, если довериться чутью. А в выходные постарайтесь выдохнуть и позаботиться о себе – вы это заслужили.



НЕДВИЖИМОСТЬ

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

Сдам койко-место, недорого, любое метро в Москве. Регистрацию не делаем, только жильё! Хорошие условия. +7(925)430-18-67

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. Пер. № 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

РАБОТА

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

В клинику «АО Медицина», м. Маяковская, требуются сотрудники. Грузчик, с з/п 75 000 руб., т. +7(925)462-59-94. Администратор по сопровождению, з/п 70 000 руб., т. +7(925)462-59-94. Прачка, з/п 73 000 руб., т. +7(925)459-75-34. Кастелянша, з/п 75 000 руб., т. +7(925)465-37-04. Санитарка, з/п 70 000 руб., т. +7(926)181-90-57. Дежурный администратор (швейцар), з/п 80 000 руб., т. +7(925)459-75-34. Оформление по ТК, официальная з/п, соцпакет, ДМС

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



РАБОТА вахтой для мужчин и женщин



Официальное трудоустройство. Бесплатное проживание.

Горничная в отель «Металлург». З/п от 75 000 руб. Возможно проживание! График 5/2 с 9:00 до 18:00; 6/1, вахта 15/15. Тел. 8(929)585-19-80. м. Достоевская, Октябрьский пер., д. 12

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

Контролёры турникетов. Вахта 15/15. Официально. Жильё. До 96 000 руб. 8(925)081-92-42

Курьер. Выплаты 5000–12 000 руб./день. Гибкий график. Поездки по Москве. 8(916)996-35-51

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

Мастер отделочных работ. График 5/2. м. Ленинский проспект. З/п 100 000 рублей. 8(929)530-82-81

Мастер по ремонту ванных комнат и санузлов требуется в компанию «ЛидерВанн». З/п от 150 000 руб. Тел. 8(915)130-08-16, Юлия

Механики швейного оборудования. З/п высокая, график обсуждается. Тел. 8(925)863-43-45

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

Охранник в офис. м. Раменки. Жен./муж. до 45 лет. З/п 7000 сутки, график ½. Наличие УЧО желательно. Москва и МО. Тел. 8(991)931-51-53

Охранник в ЧОП, вахта с питанием, 100 000 р., с УЧО 5000 р. +7(936)300-19-00

Охранник на вахту в универсам. Без лицензии. Аванс еженедельно. Зарплата без задержки от 50 000 руб. Т. 8(926)781-43-46

Охранник-сторож. М/МО. Вахта 30/30, 30/15. З/п от 70 000 руб. в месяц. Рассмотрим семейные пары. 8(916)320-01-01

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

Охранники. З/п 310–4000 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

Повар холодного цеха, посудомойщица в столовую. График 5/2. м. Планерная. 8(915)282-56-53

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

Рабочие, подсобники на строительство. Работа постоянная или вахтой. Оплата ежедневно. Питание, спецодежда, жильё предоставляются. +7(926)483-67-24

Рабочий по комплексному обслуживанию и ремонту зданий. График 5/2. м. Ленинский проспект. З/п 90 000 рублей. 8(929)530-82-81

Сотрудник ОПМ (на поломочную машину). Москва, срочно. Ул. Дорожная, 9, стр. 1. З/п 100 000 р. на руки. 5/2 с 9:00 до 18:00. Официально. 8(925)541-52-19

Уборщица в офис. График 5/2 с 8:00 до 18:00. З/п 65 000 рублей на руки. Преображенская площадь, д. 4. Тел. 8(926)593-79-15

Уборщица в сервисный центр. м. Улица Академика Янгеля. Ул. Дорожная, д. 9, стр. 1. З/п 100 000 р. на руки. 5/2 с 9:00 до 18:00. Официально. 8(925)541-52-19

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

Уборщица. З/п до 98 000 руб. График 5/2. Официальное оформление. Тел. 8(925)005-11-60

Уборщица офисного помещения. 60 000 р. Пятидневка. Тёплый Стан. 8(903)180-71-81

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. Честные цены. www.vmigpreezd.ru

РАЗНОЕ

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

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

ПУНКТЫ ПРИЁМА ОБЪЯВЛЕНИЙ:

- Ст. м. «Авиамоторная» 8(495)133-16-22
- Ст. м. «Аэропорт» 8(495)642-29-33, 8(926)403-84-18
- Ст. м. «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 юриция)
- 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. «Марина 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
- Ст. м. «Октябрьское Поле» 8(495)773-94-98
- Ст. м. «Павелецкая» 8(495)775-60-46
- Ст. м. «Петровский парк», «Мнёвники» 8(915)333-22-47 (выезд)
- Ст. м. «Петровско-Разумовская» 8(495)978-41-38, 8(901)517-41-38
- Ст. м. «Пролетарская» 8(495)225-50-46
- Ст. м. «Савёловская – Лианозово» 8(915)222-33-47
- Ст. м. «Тулская» 8(495)961-00-18
- Ст. м. «Тургеневская» 8(495)788-77-03
- Ст. м. «Ховрино» 8(903)786-17-18
- Ст. м. «Шоссе Энтузиастов» 8(800)551-50-98, 8(926)606-97-60
- Ст. м. «Шелепиха» 8(495)96-100-97
- Ст. м. «Щукинская», «Тушинская» 8(905)705-17-48
- Ст. м. «Электровозовская» 8(495)228-06-30

Объявления в этой рубрике являются рекламой

ВОЗМЕСТИМ УЩЕРБ ПРИ ЗАЛИВЕ
Срочная юридическая помощь при заливе

+7 (495) 153 24 03

КУПОН НА СКИДКУ 5%
И БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ

Вырежи и сохрани на всякий случай!

СПОРТ

С

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



Ян Непомнящий покинул турнир на Esports World Cup в Эр-Рияде

ШАХМАТЫ. Россиянин, выступающий за команду Ашгога, в четвертьфинале проиграл Арджуну Эригайси. Соперник из Индии на турнире с призовым фондом \$1,5 млн представляет Gen.G.

Непомнящий остался недоволен своей игрой в плей-офф соревнований в Саудовской Аравии. «Плохой день», – подвёл итог Ян в своём телеграм-канале. **METRO**



Клепикову вдохновило командное золото в эстафете / **МАКСИМ БОГОДВИД** / © РИА «НОВОСТИ»

Дарья Клепикова вышла в финал чемпионата мира с рекордом РФ

ПЛАВАНИЕ. В полуфинальном заплыве на 100 м кролем россиянка показала время 53,14 сек. Сегодня она примет участие в финале этой дисциплины. Дарья Трофимова туда не прошла.

Евгения Чикунова попала в финал на дистанции 200 м брассом. Она показала лучшее время в полуфинальных заплывах – 2:20.65. Финал с участием Чикуновой также состоится сегодня. **METRO**

ТЕКСТ: ДАНИИЛ БОРОЗДИН, / ФОТО: АЛЕКСАНДР КРЯЖЕВ, КРИС БЭРРИ, ВЛАДИМИР ФЕДОРЕНКО / © РИА «НОВОСТИ» / ТЕЛЕГРАМ-КАНАЛ «ТРАКТОРА» ГРАФИКА: АНДРЕЙ КАЗАКОВ | METRO

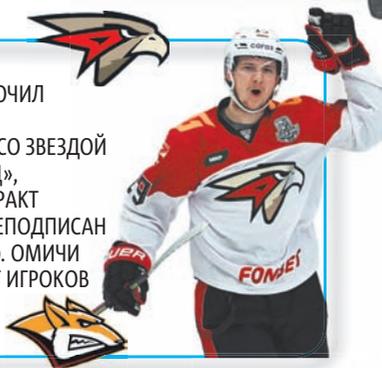
«Спартак» переманил уфимского канадца

До начала регулярного чемпионата осталось чуть более месяца. Одни клубы активно обновляют состав, другие оставляют привычные сочетания. Рассказываем о главных новостях

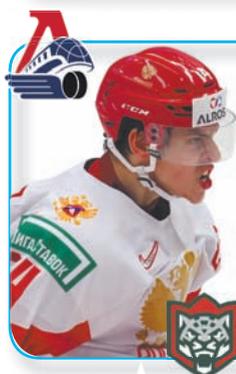


«СПАРТАК» ПОДПИСАЛ КОНТРАКТ НА ГОД С **НЭЙТАНОМ ТОДДОМ**. В СЕЗОНЕ-2024/25 КАНАДСКИЙ ФОРВАРД ИГРАЛ ЗА «САЛАВАТ ЮЛАЕВ». ОН НАБРАЛ 52 ОЧКА В 68 МАТЧАХ РЕГУЛЯРНОГО ЧЕМПИОНАТА И 5 ОЧКОВ – В 4 ВСТРЕЧАХ ПЛЕЙ-ОФФ. ПОТЕРЯЛИ УФИМЦЫ И ЗАЩИТНИКА ДИНАРА ХАФИЗУЛЛИНА, РАЗОРВАВ С НИМ КОНТРАКТ.

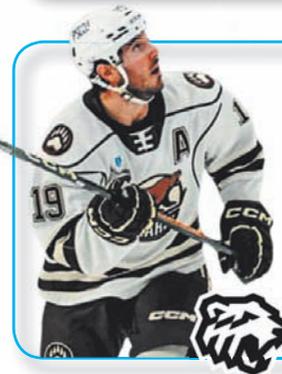
ВЛАДИМИР ТКАЧЁВ ЗАКЛЮЧИЛ ДВУХЛЕТНЕЕ СОГЛАШЕНИЕ С «МЕТАЛЛУРГОМ». РАНЕЕ СО ЗВЕЗДОЙ КХЛ РАССТАЛСЯ «АВАНГАРД», ХОТЯ ЕЩЁ В ДЕКАБРЕ КОНТРАКТ С НАПАДАЮЩИМ БЫЛ ПЕРЕПОДПИСАН ДО КОНЦА СЕЗОНА-2029/30. ОМИЧИ АКТИВНО ИЗБАВЛЯЮТСЯ ОТ ИГРОКОВ ИЗ-ЗА БОЛЬШОЙ ЗАЯВКИ.



МАКСИМ МАМИН ПЕРЕШЁЛ В МОСКОВСКОЕ «ДИНАМО», ПРЕДЛОЖИВШЕЕ ЕМУ КОНТРАКТ НА 2 ГОДА. ПО ДАННЫМ «СЭ», ОН БУДЕТ ЗАРАБАТЫВАТЬ 60 МЛН РУБЛЕЙ В ГОД. РАНЕЕ 30-ЛЕТНИЙ НАПАДАЮЩИЙ ВЫСТУПАЛ ТОЛЬКО ЗА ЦСКА, ЗА КОТОРЫЙ В ОБЩЕЙ СЛОЖНОСТИ ОТЫГРАЛ 9 СЕЗОНОВ.



«ЛОКОМОТИВ» И «АК БАРС» ПОКА ПАССИВНЫ В СЕЛЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ. ОДНАКО «СЭ» УТВЕРЖДАЕТ, ЧТО КАЗАНЦЫ ПОДПИШУТ КОНТРАКТ С **ГРИГОРИЕМ ДЕНИСЕНКО**, КОГДА ВЫМЕНЯЮТ ЕГО У ЯРОСЛАВЦЕВ. В РЕГУЛЯРНОМ СЕЗОНЕ АХЛ – 2024/25 НАПАДАЮЩИЙ НАБРАЛ 39 ОЧКОВ В 65 ИГРАХ.



32-ЛЕТНИЙ **МАЙК ВЕККИОНЕ** ПРОВЕДЁТ БЛИЖАЙШИЙ СЕЗОН В «ТРАКТОРЕ». РАНЕЕ АМЕРИКАНСКИЙ ФОРВАРД ВЫСТУПАЛ В АХЛ, НАБРАВ ТАМ 331 БАЛЛ В 538 МАТЧАХ. ПРОШЕДШИЙ СЕЗОН ОН ИГРАЛ ЗА «ХЕРШИ» – ФАРМ-КЛУБ «ВАШИНГТОНА».



ПОТРАТИЛ СКА, ЧТОБЫ ОБМЕНЯТЬ 5 ИГРОКОВ В ДРУГИЕ КЛУБЫ, СООБЩАЕТ «СЭ». В ОБМЕН КЛУБ ПОЛУЧИЛ ОТ СОПЕРНИКОВ МОЛОДЫХ ХОККЕИСТОВ. ЭТО СДЕЛАНО ФОРМАЛЬНО, ЧТОБЫ У СКА НЕ ВОЗНИКЛО ПРОБЛЕМ ИЗ-ЗА ПОТОЛКА ЗАРПЛАТ КХЛ.

КХЛ СООБЩИЛА ОБ ИЗМЕНЕНИЯХ В РЕГЛАМЕНТЕ ЛИГИ. ТАК, СЕРИЯ БУЛЛИТОВ В РЕГУЛЯРНОМ ЧЕМПИОНАТЕ ТЕПЕРЬ БУДЕТ СОСТАВЛЯТЬ 3 БРОСКА ВМЕСТО 5, А КРАЙНИЙ СРОК ОБМЕНОВ И ДОЗАЯВОК ПЕРЕНЕСЁН С 27 ДЕКАБРЯ НА 25 ЯНВАРЯ.



ВЫБОР METRO СПОРТИВНАЯ АФИША СТОЛИЦЫ



1 ADM DRIFT CONTEST, 2 АВГУСТА

Звёздным российским пилотам предстоит выдержать конкуренцию со стороны юных талантов дрифта на автодроме ADM Raceway. За отдельную плату зрители смогут и сами проехать по трассе с опцией дрифт-такси. Начало в 11:00. Дети до 10 лет включительно могут пройти бесплатно.

2 ЭКСТРИМ НА «РЖД АРЕНЕ», 3 АВГУСТА

«Московские экстремальные игры» начнутся на стадионе «Локо» в 10:00. На поле и прилегающих территориях смонтирована зрелищная трасса. В программе – BMX, самокаты, ролики, памп-трек, паркур, фри-стайл на мотоциклах, квадроциклах и снегоходах.



Мотофристайл – экстремальный вид спорта, который поражает воображение зрителей / **SHUTTERSTOCK**

3 ЧЕМПИОНАТ РФ ПО КОНКУРУ, 3 АВГУСТА

Сильнейшие всадники России соберутся в подмосковном загородном комплексе HORSEKA в полдень, чтобы выявить лучшую спортивную пару страны. Конкур – наиболее зрелищный вид конного спорта. Он требует высокого уровня мастерства для преодоления барьеров и канав.

4 МЕДИАЛИГА В КУБКЕ РФ, 5–6 АВГУСТА

Медиафутбольные клубы участвуют в официальном турнире РФС. «Амкал» во вторник в 18:00 встретится с обнинским «Квантом» на стадионе «Зоркий» в Красnogорске. А в среду в 20:15 2DROTS примет владимирское «Торпедо» на стадионе «Москвич» в Текстильщиках.