

metro 

**СРАВНИТЕ
ВЫГОДУ!**

=399₹=



**ОБЫЧНЫЙ
МАГАЗИН**

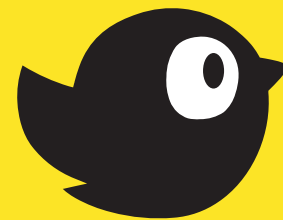


 **ЧИЖИК**

ПРОДАВЕЦ АО «ПРОДТОРГ», 109029, МОСКВА, СРЕДНЯЯ КАЛИТНИКОВСКАЯ, 28С4, ПОМ. XII, КОМ.36, ОГРН 1074345005778. НА ОСНОВАНИИ ИССЛЕДОВАНИЯ: CHIZHIK.CLUB/NEWS.

0+
РЕКЛАМА

СРАВНИТЕ ВЫГОДУ!



**ОБЫЧНЫЙ
МАГАЗИН**

ЧИЖИК



=

399 **₽**



**ТОЛЬКО
РЫБА**

**ПОЛЕЗНЫЙ
ПЕРЕКУС**

ПРОДАВЕЦ АО «ПРОДТОРГ», 109029, МОСКВА, СРЕДНЯЯ КАЛИТНИКОВСКАЯ, 28С4, ПОМ. XII, КОМ.36, ОГРН 1074345005778. НА ОСНОВАНИИ ИССЛЕДОВАНИЯ: CHIZNIK.CLUB/NEWS.

0+
РЕКЛАМА

№ 1 В МОСКВЕ*

metro®

gazetametro.ru

Китайским детям сложно даётся наша Р

Москвичка Наталья Шамова преподаёт русский язык в провинции Хулань **с. 04**

Не спешите худеть, чтобы потом не болеть

Объясняем, почему быстрый сброс веса к лету может навредить здоровью **с. 11**

Студенты МФЮА получают современный учебный комплекс

Сергей Собянин пообещал, что реконструкция здания на Неглинной улице закончится уже в следующем году **с. 05**



Российские паралимпийцы поражают характером и силой с. 16



Каждый из наших чемпионов стал победителем не только в спорте, но и в жизни / **ЮРИЙ КОЧЕТКОВ** / © РИА «НОВОСТИ»

РЕКЛАМА

Найти ближайший магазин



SOKOLOV

**ВАМ ПОДАРОК
ПОЛУЧИТЕ
СЕРЕБРЯНУЮ ПОДВЕСКУ
БЕСПЛАТНО**

Сроки проведения акции: с 20.02.2026 по 30.06.2026. Подарок выдётся в период с 20.02.2026 по 30.06.2026 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 по одному номеру телефона. 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_0226/ и по телефону 8 800 1000 750.



sokolov.ru





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



В Ново-Переделкино откроют музей Шехтеля

ПАМЯТНИКИ. В историческом здании бывшей дачи книгоиздателя Александра Левенсона планируют открыть музей прославленного архитектора Фёдора Шехтеля, сообщает Мосгорнаследие. Именно Шехтель проектировал этот живописный теремок с резными наличниками. Считается, что орнамент для наличников архитектор рисовал сам. **МЕТРО**



Первым делом солнце сподвигло горожан снять шапки / АГН «МОСКВА»

Потепление заставило москвичей снять пуховики и шубы

ВЕСНЕ ДОРОГУ. Вчерашний день стал самым тёплым в столице с начала года. Об этом рассказал ведущий специалист Центра погоды «Фобос» Михаил Леус в своём телеграм-канале. Воздух прогрелся до плюс 8 градусов, что на 1,7 градуса выше, чем в субботу, уточнил Леус. **МЕТРО**

| | |
|------------------|---------------|
| ПОГОДА НА ЗАВТРА | |
| 17 марта | вторник |
| +10 °C день | +1 °C ночь |



Ученики очень любят «селфиться» с русской учительницей (третья слева) / ВСЕ ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ГЕРОИНЕЙ ПУБЛИКАЦИИ

Учитель русского в Китае: «Разучивая букву Р, все вместе рычим как тигры»

В соцсетях завирусился ролик: китайские старшеклассники под предводительством учительницы декламируют «Голубой вагон» на русском языке

Metro расспросило педагога, москвичку Наталью Шамову, насколько легко школьникам Поднебесной даётся «великий и могучий»

Дарья Завгородняя
dariaz@gazetametro.ru

Наташа, произношение каких русских звуков даётся китайским ребятам труднее всего? – Это наш раскатистый «р». В китайском нет этого звука, и дети пытаются заменить его на «л». Тут я пускаю в ход скороговорки типа «На дворе трава, на траве дрова» или предлагаю вспомнить, как рычит мотоцикл и тигр, – и рычим вместе.

А что даётся легче всего – и вам, и школьникам? – Легче всего мне удаётся наладить общение с детьми, несмотря на то что я приехала сюда с английским и минимальным знанием китайского. Но скоро поняла, что учить – это моё. Работа приносит радость, заряжает энергией. Объясняя что-нибудь, пользуюсь и английским, и китайским языками, и языком жестов. (Смеется.) Ещё мне очень нравится, ког-

да дети мне что-то рассказывают о себе. Также удивляет, насколько хороший почерк у моих учеников. Видимо, после иероглифов кириллица даётся легче. Всем пять по чистописанию.

Какие темы по грамматике самые каверзные?

– Самая большая трудность – это, конечно же, падежи, потому что в ки-

тайском нет падежных окончаний. А от разнообразия наших форм у ребят глаза разбегаются. Ещё одна «засада» – глаголы движения. «Доплыть», «доехать», «добежать». Всё это будут разные перемены на разных видах транспорта и так далее. Это очень трудно даётся, потому что во многих языках такого разнообразия видов движения нет. Вообще же моя главная задача – развить у ребят навыки говорения, ведь в китайской традиции изучения иностранного языка упор делается на грамматику, на написание текстов, но не на устную речь.

Что детишек удивляет в ваших рассказах о России?

– Я действительно стараюсь рассказывать побольше о русской культуре, поскольку она очень отличается от китайской. Удивляют детей в основном какие-то вкусовые сочетания. Например, салат «Селёдка под шубой» – совсем что-то странное для них. Они не понимают, как можно совместить овощи, рыбу, приправить всё соусом и назвать салатом. Салат в их представлении – западное блюдо, просто листья салата с овощами. Рассказывая о русской культуре, я стараюсь опираться на некоторые «общие точки». Например, и русские, и китайцы очень гостеприимны, хлебосольны. Главный семейный праздник у нас

«ДЕТИ ПРЕДСТАВЛЯЮТ РОССИЮ КАК ГОСТЕПРИИМНУЮ СТРАНУ, НЕМНОЖКО ПОХОЖУЮ НА ХАРБИН».

НАТАЛЬЯ ШАМОВА
преподаватель русского языка
как иностранного

один и тот же – Новый год. Мы отмечаем его в разное время, мифология у нас разная, разный антураж, но обычаи собираться за столом, ходить в гости и делать подарки – похожи.

Бывают ли забавные случаи, связанные с недопониманием?

– Вот только сегодня я ученикам показывала, как выглядит жест прощания «пока-пока» – когда мы складываем кисть и машем рукой. Дети оживились: оказалось, этот жест точно такой же, как у «денежного котика» – это фигурка-талисман на счастье, популярная в странах Азии. Вы наверняка видели таких котиков на батарейках, которые машут лапкой. Я объяснила, что наше «пока-пока» с котиком исторически не связано. Хотя теперь русский язык стал более популярным в Китае, поэтому почему бы не желать друг другу богатства, говоря «пока-пока»?

«Голубой вагон» наверняка не единственная песня, которую вы с детьми разучили.

– Песни мы разучивали к международному конкурсу. Старшие – «Полюшко-поле», те, кто помладше, – «Голубой вагон». Пытались петь и «Калинку-малинку». На уроках я ставлю и современные песни, «Лететь» Антона Беляева, например. Кстати, в процессе знакомства с мультфильмом про Гену и Чебурашку выяснилось, что у последнего в Китае два названия. Одно похоже на наше – «Че-бу-ла-ша-ка», а второе – «да эр хо», что переводится как «большая обезьяна».

ТОЛЬКО ФАКТЫ



■ Изначально Наталья не планировала становиться учителем русского как иностранного, поступала в Государственный институт русского языка имени А. С. Пушкина, чтобы просто «много читать».

■ Вкус к преподаванию русского иностранцам у молодого филолога развился, когда она ста-

ла участницей волонтерской программы «Послы русского языка в мире».

■ До Китая Наталья успела поработать в Казахстане, Молдавии и Турции. В сентябре 2024 года вместе с мужем учительница приехала в Китай. Сегодня она трудится в одной из лучших школ провинции Хулань в Харбине.

Юристы и финансисты скоро отметят большое новоселье

#ZOOM



Не только практично, но и красиво / ВСЕ ИЗОБРАЖЕНИЯ: ПРОЕКТНЫЕ РЕШЕНИЯ / MOS.RU

Реконструкция

Учебный корпус Московского финансово-юридического университета (МФЮА) на Неглинной улице реконструируют. Об этом в своём канале в мессенджере МАХ рассказал Сергей Собянин.

Проект преобразит недостроенное здание, превратив его в современное образовательное пространство. Площадь постройки увеличится более чем в два раза, и она будет включать четыре этажа и один подземный уровень. Здесь можно будет получить высшее образование, пройти профподготовку и курсы повышения квалификации по финансовой безопасности, ИТ-аналитике и инновационным технологиям. В корпусе разместят лаборатории кибер- и финансовой безопасности, аналитический центр и общежитие для студентов. **Михаил Нешевец**



В новом корпусе будет приятно и учиться, и отдыхать

«Завершить работы планируем уже в следующем году».

СЕРГЕЙ СОБЯНИН
мэр Москвы



ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ



Общая площадь застройки – 6,3 тыс. квадратных метров

Москвичи переживают за судьбу вокзала

Metro выясняет, что станет с одним из культурных символов столицы

Инга Смирнова
internet@gazetametro.ru

«РЖД», являясь собственником Рижского вокзала, приняло решение о его продаже. В нашу редакцию неоднократно обращались москвичи, обеспокоенные судьбой этого важного объекта.

В пресс-службе Департамента транспорта Москвы

в ответ на запрос Metro рассказали, что, по данным утверждённой градостроительной документации, Рижский вокзал, выставленный на торги собственником «РЖД», сохраняет своё существование, на его месте в настоящее время не предусматривается строительство жилой недвижимости.

В ведомстве отметили, что, как и все москвичи, Департамент транспорта заинтересован в дальнейшем бережном развитии этого исторического объекта как в культурном, так и в социальном плане:

«Рижский вокзал всегда являлся важным транспортным объектом для столицы и её жителей, это часть истории Москвы, один из самых красивых вокзалов города. Кроме того, Рижский вокзал – историческое здание, объект культурного наследия. Исторически рядом с этой территорией сложился большой транспортный узел, и сейчас развитие транспортной инфраструктуры здесь продолжается. Рядом уже действует станция МЦД-2, останавливаются пригородные поезда Рижского



Один из красивейших вокзалов столицы сохранится / АГН «МОСКВА»

направления, вблизи расположены станции БКЛ и Калужско-Рижской линии метро. В будущем здесь также будут останавливаться поезда МЦД-3, МЦД-4 и ВСМ. Также вблизи спустя 30 лет была восстановлена трамвайная линия на Трифоновской улице. Рядом пересечение проспекта Мира и ТТК. Это очень важная и перспективная для города территория с сильным транспортным развитием, огромным потоком пассажиров и значимостью для москвичей, поэтому особенно важно сохранить её достойный облик».

Интеллектуальная курочка готова показать ум, но только за червячка

В Московском зоопарке проживают чрезвычайно талантливые и послушные воспитанники – обычные курочки

Репортёр Metro выяснила, зачем и чему обучать пернатых, и убедилась в том, что «глупость» кур – это глупый стереотип

Марья Егорова
maryaego@gazetametro.ru

Дверь вольера открывает, и оттуда резво выбегает рыжая курочка. Она без малейшего страха изучает пришедших к ней гостей – меня и фотографа Ольгу. Не впечатлившись визитёрами, пернатая отвернулась от нас и решила прогуляться вокруг.

– Иди сюда, Белка! – зовёт Анастасия Потапова, ведущий зоотехник отдела детского зоопарка, и стучит по зелёному столику для тренировок. Курочка ринулась на зов, взмахнула крыльями и взлетела на место назначения.

– Червяков не боитесь? – спрашивает меня Анастасия и протягивает горсть извивающихся личинок.

«Боюсь, конечно», – с ужасом думаю я и, неловко улыбнувшись, с благодарностью принимаю гостинцы.

В Белочке сразу считывается готовность к труду, и мы начинаем занятие. Первая команда называется «мишень». Курочке необходимо попасть клювом в амулет от сглаза. Я беру в руку оберег, и Белочка сразу соображает без всяких голосовых команд, что от неё требуется, и безукоризненно выполняет трюк. Я даже не успела осмыслить увиденное, как курочка начала возмущённо клевать мою другую руку – знает, там её вознаграждение.

Анастасия подчёркивает, что сразу должно быть позитивное подкрепление в виде угощения, чтобы курочка не обижалась и не саботировала.

Следующее в программе – «цветные столбики». Когда



Белка любезно согласилась дать мне лапу, но не по доброте куриной, а за живое угощение, к которому сразу потянулась / **ВСЕ ФОТО: ОЛЬГА КАРАСЁВА**



Курочка ловко справилась с заданием на понимание цвета и направления



Открывать замки – самое сложное задание, но и оно Белке по силам

стоят красные, воспитанница должна их обходить по часовой стрелке, зелёные – против неё, синие – пройтись «восьмёркой» между ними. С этим упражнением Белка справляется без нареканий.

Далее по списку идёт физкультминутка. За червячок курочка охотно согласилась пожать мне руку по команде «дай лапу» и по-куриному присела, услышав «лежать».

Кульминация показа – ящик с щеколдами, внутри которого лакомство. Тут-то курочке пришлось поломать голову. Настав-

ЦИФРА

5

минут длятся ежедневные тренировки кур. Таких занятий может быть несколько в день.



«У каждой птицы свой уровень способностей, и мы стараемся найти индивидуальный подход».

АНАСТАСИЯ ПОТАПОВА
ведущий зоотехник отдела детского зоопарка

ница заботливо подсказывала палочкой, что нужно открыть, и Белка преуспела. Для отдыха от умственной нагрузки курочке разрешено поиграть в мячик.

Но важно понимать, что эти тренинги для кур не во имя циркового искусства. – Занятия имеют практическую пользу и помогают птице не бояться людей, – подчёркивает Анастасия. – Например, давать лапу нужно для того, чтобы беспроблемно стричь когти.

После тренинга Белочка возвращается в вольер – пора переваривать червячков и остужать голову.

КОРОТКО

В «Москино» снимут российско-индийский фильм

ТВОРЧЕСТВО. Проект отечественной кинокомпании «Смена» и индийской Kartina Entertainment And Sports Private Limited расскажет историю бадминтонистки, которая едет в составе сборной России на турнир в Индию. Часть съёмок пройдёт в Москве, а фрагменты матчей отснимут с применением современных технологий и компьютерной графики, сообщает mos.ru. **METRO**

В аэропортах и на вокзалах запретят такси с зазывалами

ТРАНСПОРТ. Предлагать услуги частного извоза вне специальных мест запретят. Этот вопрос обсудили в Мосгордуме в рамках круглого стола. Столичный Департамент транспорта поддержал предложение комиссии о регулировании работы водителей такси вблизи аэропортов и вокзалов и примет необходимые меры, сообщил телеграмканал Дептранса. **METRO**



/ **МИНИСТЕРСТВО ЭКОЛОГИИ И ПРИРОДОПОЛЬЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

В парке «Лосиный Остров» обнаружили веретеницу

ПРИРОДА. До недавнего времени в столице этот вид ящериц считался исчезнувшим, однако волонтер Евгений Пулин опроверг это фотографией животного в национальном парке. Теперь известно, что под пологом леса редкий вид сохранился. Веретеница – это ящерица, которая лишена ног, поэтому её часто принимают за змею. **METRO**

СЕГОДНЯ В МОСКВЕ

ЕЖЕДНЕВНАЯ АФИША

Текст: Мария Безгина / Все фото: АГН «Москва»



ОТПРАВЛЯЕМСЯ НА КОСТЮМИРОВАННЫЙ ПРАЗДНИК

Выставка «Под маской». Готовы очутиться на карнавале XIX века? В залах не укрыться от взглядов маркиз и арлекинов, а из-за тканевых занавесов доносятся звуки светских балов. В экспозиции, посвящённой маскарадам и гуляньям, – живопись, графика, куклы, веера, кокошники и, конечно, маски. (0+)

Где: Музей русского импрессионизма

Когда: 11:00–20:00

Цена: 750 ₽



ОБСУЖДАЕМ КИНО С СОЗДАТЕЛЯМИ

Предпремьерный показ ленты «Картины дружеских связей». На экранах – фильм о встрече тридцатилетних друзей, которые когда-то учились вместе в одной актёрской мастерской. После сеанса состоится встреча с продюсером Павлом Карыхалиным и актрисой Дашей Котрелёвой. (18+)

Где: к/т «Москино Космос»

Когда: 19:30

Цена: 520–650 ₽

РАЗБИРАЕМСЯ В ДУХОВНЫХ ПРАКТИКАХ МОНАХОВ

Лекция «Открытие буддизма». Встреча для тех, кто давно хотел изучить тонкости древнейшей религии, но каждый раз откладывал это на следующую инкарнацию. Эксперт проведёт краткий обзор этого вероучения и его этики, а также расскажет о разновидностях буддизма в России и в мире. (16+)

Где: Библиотека им. М. И. Рудомино

Когда: 18:30–20:00

Цена: бесплатно, регистрация на libfl.ru



ПЕРЕНОСИМСЯ ЗА ШКОЛЬНУЮ ПАРТУ

Занятие в Вечерней школе Политехнического музея. Здесь ведут уроки для взрослых, желающих снова сесть за учебники. Сегодня вспоминаем информатику и узнаём, чем наш мозг похож на жёсткий диск, а ДНК – на флешку. (12+)

Где: Библиотека им. Н. А. Некрасова

Когда: 19:30

Цена: бесплатно, регистрация на nekrasovka.ru



ТРЕНИРУЕМ УМ И ДУМАЕМ НА ПЯТЬ ШАГОВ ВПЕРЁД

«Шахматный Март» в Саду им. Баумана. Если вы устали от онлайн-партий с ботами в своём телефоне, выходите прогуляться по одному из центральных парков Москвы: игры там проводят каждый будний день. Сражаться приглашают и начинающих игроков, и тех, кто близок к званию гроссмейстера. (0+)

Где: Сад им. Баумана, помещение администрации

Когда: сеансы 14:00–15:00 и 16:00–18:00

Цена: бесплатно



УЧИМСЯ ЖИТЬ В ОНЛАЙН-МИРЕ

Лекция «Психолог в парке». Не важно, сколько часов в день вы проводите за экраном, 2 или 12, – цифровая среда влияет на нашу психику. Как избежать перегрузки, расскажет эксперт. (16+)

Где: парк Горького, ул. Крымский Вал, 9, стр. 9

Когда: 19:00–21:00

Цена: бесплатно, регистрация на gorky-park.timepad.ru

ИЗУЧАЕМ НАСЛЕДИЕ ВЕЛИКОГО АВАНГАРДИСТА

Международная научная конференция «ПРО_Конструктив – II. От авангарда к современности». Поклонники конструктивизма, ваш выход! К конференции, посвящённой родоначальнику этого направления Владимиру Татлину, можно присоединиться в качестве слушателя. В программе выступления исследователей и экскурсия по выставке. (0+)

Где: Центр «Зотов», ул. Ходынская, 2, стр. 1

Когда: 11:00–20:00

Цена: бесплатно, регистрация на centrezotov.ru



ГОТОВИМСЯ К ЛЕТНЕМУ СЕЗОНУ

Еженедельные занятия по футболу. Совсем скоро пинать мяч можно будет на свежем воздухе, а пока, чтобы не терять сноровку, занимаемся в крытом манеже. На тренировках ждут детей, молодёжь и взрослых. (8+)

Где: стадион «Арена Альфа Спорт», Шипиловский пр-д, 63, корп. 2

Когда: 15:00

Цена: бесплатно, регистрация на билет.mos.ru

Журналисты раскрыли тайну самого дорогого «вандала»



Трамп пообещал вернуть санкции против России после кризиса

ВХОДИТ И ВЫХОДИТ. «Я хочу, чтобы в мире была нефть», – сказал американский лидер в ответ на вопрос о решении США временно отменить некоторые санкции в отношении российской нефти. «Как только кризис завершится, санкции вернутся», – заявил Трамп в интервью телеканалу NBC. Решение об ослаблении санкций против Москвы ранее раскрыли в ЕС. **METRO**

Депутат призвал дать жильцам право управлять отоплением

ЭКОНОМИЯ. Жильцам многоквартирных домов нужно дать возможность самостоятельно регулировать отопление в квартирах, что позволит платить только за фактическое потребление тепла, считает первый зампред комитета Госдумы по строительству и ЖКХ Владимир Кошелев. Для этого он предлагает установить поквартирные системы контроля температуры. **METRO**

«Я Робби», – обронил он в микрофон ВВС за три года до того, как прогремела его первая крупная выставка. Эту фразу из интервью 2003 года вспомнили только сейчас

СМИ и фанаты охотились за личностью Бэнкси десятилетиями, но истина, как это часто бывает, оказалась совсем рядом...

Анна Жукова
anna.zhukova@gazetametro.ru

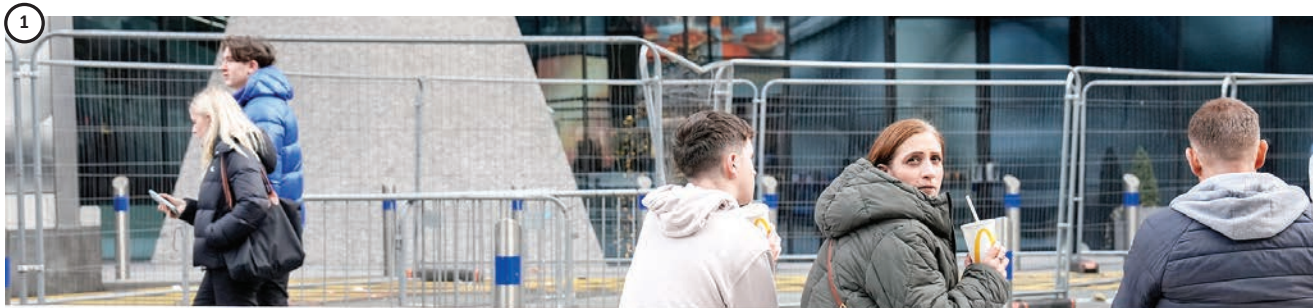
Журналисты Reuters пришли к выводу, что культовый художник Бэнкси, чьи граффити превратились из уличного вандализма в арт-объекты за миллионы долларов, – это Робин Ганнингем, уроженец Бристоль 1973 года рождения.

Такая версия выдвигалась и раньше. В 2008 году газета Mail on Sunday писала, что под маской Бэнкси скрывается Робин Ганнингем. Однако вскоре после выхода публикации объект слежки исчез. Оказалось, что художник сменил паспорт и стал Дэвидом Джонсом – эта фамилия настолько же распространена в Англии, как Иванов в России.

И вот спустя почти 20 лет журналисты Reuters снова вышли на след, и он привёл их... на одну из крыш Нью-Йорка.

Главную зацепку они нашли в книге Banksy Captured Стива Лазаридеса, издателя и фотографа, много лет работавшего с Бэнкси. Он описал инцидент с задержанием художника за роспись рекламного щита на крыше здания.

Внимательно изучив фотографию неоконченных граффити, журналисты выяснили не только адрес, но и время создания работы – сентябрь 2000 года. Им удалось найти материалы по делу уличного художника, задержанного в этот промежуток времени по этому адресу.



1. Reuters считает, что Бэнкси – привилегированная фигура в стрит-арте: ему якобы позволено то, что не позволено другим / AFP
2. Робин Ганнингем / СКРИНШОТ YOUTUBE / REUTERS



Анонимность придавала особую магию его образу / AFP

ВЕРСИИ, КОТОРЫЕ РАССМАТРИВАЛИСЬ РАНЕЕ

■ Тьерри Гетта (Mr. Brainwash). Французский художник, главный герой документалки Бэнкси «Выход через сувенирную лавку».

■ Роберт Дель Ная. Музыкант, сооснователь группы Massive Attack, а также известный уличный 3D-художник.

■ Бэнкси – это не один человек, а как минимум 5–7 художников. Одна из самых популярных теорий среди арт-критиков.

«Признание в мелком правонарушении было собственноручно подписано Робин Ганнингемом», – сказано в публикации.

В пользу этой версии говорит и тот факт, что в радиointerview от 2003 года Бэнкси первый и единственный раз назвал своё имя: «Я Робби». Интервью было опубликовано ВВС в 2023 году.

Последним кусочком пазла стала поездка Бэнкси в 2022 году в разрушенное село Горенка под Киевом, где он создал несколько работ. Его сопровождали известный военный фотограф Джэйлс Дьюли (позже Бэнкси публично благодарил его за помощь с украинским проектом) и соос-

нователь группы Massive Attack, художник Роберт Дель Ная.

«В день, когда Дьюли и Дель Ная въехали на территорию Украины, границу в том же месте пересёк некий Дэвид Джонс. Источник также сообщил нам дату рождения, указанную в паспорте Джонса. Она совпала с датой рождения Робина Ганнингема», – говорится в расследовании.

Перед публикацией материала агентство обратилось к художнику напрямую и предоставило результаты расследования. Бэнкси запрос проигнорировал, а его адвокат Марк Стивенс прислал гневную депешу с «несогласием по многим деталям» и, не

ЦИФРА

\$25,4

миллиона – за эту сумму была продана картина Бэнкси «Девочка с воздушным шаром», частично уничтоженная шредером.

опровергая при этом сути, призвал не публиковать статью – ради безопасности художника. Но Reuters всё же опубликовало, отметив забавный момент: в сентябре 2025-го Бэнкси разрисовал стену Королевского суда Лондона, но ему почему-то не предъявили никаких обвинений, что ставит вопрос об особых привилегиях со стороны британских властей.

Российский уличный художник Тимур Fork, известный своим стилем «пластилиновый реализм», назвал потерю анонимности ударом по образу Бэнкси.

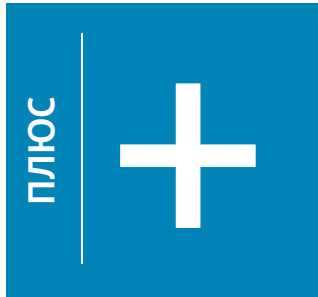
«Его смелые работы вдохновляют миллионы людей по всему миру, – говорит Fork. – Но, к сожалению, наш век цифровых технологий не оставляет шансов на сохранение тайны. Однако сам факт раскрытия личности разрушает ту самую «магию», которая десятилетиями приковывала внимание к работам художника».



Местные жители говорят, что уже привыкли к подобным «рейдам» / СКРИНШОТ ВИДЕО / T.ME/PDMNEWS

На Чукотке белые медведи таскают еду у местных жителей

ВОРИШКИ. Они расхищают припасы, которые хранятся на улице. Последний такой случай произошёл на днях в селе Уэлен – самом восточном населённом пункте России, сообщает ИА «Чукотка». Местная жительница ранним утром сняла на видео, как белый медведь деловито расхаживает по улице, вынюхивая добычу, и пытается взломать «холодильник» – специальный ящик для хранения моржового мяса. **METRO**



Отсканируй QR-код, чтобы ознакомиться с другими материалами рубрики «Деньги» на сайте gazetametro.ru.

Процесс разблокировки банковских карт упростят

ИНИЦИАТИВА. Минцифры России вместе с Банком России прорабатывают механизм разблокировки банковских карт при помощи сайта «Госуслуги».

Ранее депутаты предложили создать единое окно для подачи заявлений о разблокировке счетов и банковских карт «в целях упрощения идентификации граждан». **METRO**



/ SHUTTERSTOCK

Больше всего денег носят с собой жители Кавказа

ФИНАНСЫ. Самый высокий спрос на наличные среди российских регионов зафиксирован на Северном Кавказе, пишет РИА «Новости» после изучения данных ЦБ РФ о разнице между поступлениями и выдачами через банки. В Чечне показатель достиг почти 22 тысяч рублей, в Ингушетии – около 14,5 тысячи, в Дагестане – 12,2 тысячи. **METRO**



В сфере внимания мошенников – домовые чаты и группы по интересам / SHUTTERSTOCK

Какие новые ловушки придумали мошенники

Новые схемы обмана придумали аферисты. Они направлены на определённые социальные категории людей или жителей одного дома

Альберт Кошкарев
albert.koshkarev@gazetametro.ru

Как и раньше, арсенал мошенников составляют фишинговые сайты, поддельные ссылки, рассылка вирусов, звонки и ложные сообщения с целью выманить данные банковских карт или получить доступ в «Госуслуги» и банковские аккаунты. Однако методы социальной инженерии совершенствуются.

Например, одна из читательниц Metro рассказала о том, что на днях сотрудник одной из компаний получил по корпоративной почте письмо якобы от отдела персонала. В письме давалась ссылка, перейдя по которой необходимо было подтвердить дату бу-

Персонализированный подход позволяет проникнуть даже в закрытые сообщества, чтобы найти жертв именно там

дущего отпуска. Смутило не очень корректное название компании и отсутствие подписи главы HR. Позже выяснилось, что ссылка вела на фишинговый сайт, с которого в устройство загрузилось вредоносное ПО.

Похожую схему мошенники в этом году также стали использовать, чтобы получить доступ к персональным данным и банковским приложениям дачных, школьных или домовых чатов. Чтобы всё выглядело правдоподобно, аферисты взламывают аккаунт одного из участников, а затем от его имени отправляют фотографии, ссылки на какую-то якобы важную информацию и прочее. В этом году особенно актив-

но мошенники рассылают «троян» «Мамонт», который крадёт платёжные данные и перехватывает push-уведомления и СМС с кодами авторизации в банковских сервисах.

Распространяются и схемы, рассчитанные на людей, проживающих в одном доме: рассылка квитанций на оплату услуг ЖКХ с поддельными QR-кодами, а также звонки и СМС от имени УК. Например, мошенники могут позвонить и сообщить о планируемой смене домофона. Под этим предлогом они просят продиктовать код из СМС или последние цифры номера от поступившего звонка, якобы чтобы «привязать

ключи» или «внести владельца квартиры в новую систему». С помощью кода аферисты получают доступ к «Госуслугам» или банковским счетам.

Известны случаи, когда после того, как обманутой человек продиктовал мошенникам СМС-код, на его телефон приходило сообщение о взломе банковского приложения или подозрительных операциях со счетами. Затем поступал звонок якобы от сотрудников банка или Росфинмониторинга, которые убеждали жертву установить специальное приложение для «защиты средств», а также приложить банковскую карту к NFC-метке телефона – якобы для смены цифрового кода. Таким образом на устройство устанавливалась вредоносная программа, позволявшая создать виртуальную копию карты и бесконтактно снять деньги.

Не теряют актуальности и звонки якобы от государственных организаций вроде Банка России или силовых ведомств. Однако сейчас всё чаще используется иная схема: на элек-

ВАЖНО

Как распознать звонок мошенника:

■ Звонки из банка могут быть с официального, с федерального или мобильного (если звонят из отделения), но не скрытого номера.

■ Настоящий сотрудник банка никогда не спросит секретные реквизиты карты, ПИН-коды и пароли.

■ Во время разговора мошенники сообщают, что вам пришла ссылка в СМС, и настойчиво уговаривают её открыть, чтобы вы установили вредоносную программу.

■ Мошенники сообщают о внезапном выигрыше в лотерею, предлагают прибыльную работу. Взамен просят оплатить небольшой взнос или сообщить данные банковской карты.

ЦИФРА

29,3

млрд рублей похитили мошенники с банковских счетов россиян в 2025 году.

тронную почту поступает письмо якобы от ФНС о налоговой задолженности и с требованием её погасить. В послании может быть фальшивый QR-код для оплаты и телефон «ответственного сотрудника». При попытке оплатить долг по коду жертва попадает на фишинговый сайт, замаскированный под официальную страницу ФНС в Интернете. Все введенные данные сразу попадают в руки аферистов.

Замедление Telegram также дало мошенникам обильную почву для того, чтобы выманить данные у активных пользователей мессенджера. Под предлогом «улучшения» его работы они предлагают пройти по ссылке якобы на чат-бот, который поможет обойти все ограничения. После того как пользователь подтверждает свои данные и проходит аутентификацию, он теряет доступ к своему аккаунту, а мошенники могут использовать его персональные данные для рассылки вредоносных вирусов и ссылок на фишинговые сайты.

Строим карьеру после 50: где переобучиться на новую профессию

Стать IT-специалистом и открыть собственный бизнес помогают пенсионерам в Москве. Освоить кардинально новую для себя специальность можно в любом возрасте

Глеб Бугров
gleb.bugrov@gazetametro.ru

Даже после 50 можно легко построить карьеру с нуля. Профессиональные наставники центров «Профессии будущего» и «Моя карьера» столичного Департамента труда и соцзащиты обучат всех желающих востребованным и современным специальностям.

Беспокоиться о трудоустройстве после прохождения курсов не придется: с поисками работы помогают карьерные на-

ставники, а 400 компаний – партнёров центров охотно возьмут «молодого» специалиста в штат.

В центре «Профессии будущего» сделан упор на программы переобучения. 50-летний Александр Горюнов, работавший в киноиндустрии, театре и на телевидении, с помощью курсов решил исполнить мечту детства.

– Я обучаюсь на портного, создаю женскую одежду, – поделился он. – Применяю свой многолетний творческий опыт в новом деле.



«Серебряное» поколение составит конкуренцию молодёжи / SHUTTERSTOCK

Неплохим вариантом для представителей пенсионного и предпенсионного возраста становятся курсы репетиторов: прежний опыт станет отличной базой для начала карьеры. Также в центре предлагают программы подготовки на слесарей, электриков, операторов станков, IT-специалистов (в том числе и в направлении искусственного интеллекта), дизайнеров и психологов.

Выбирать готовый вариант необязательно. Индивидуальные консультации в центре «Моя карьера» помогут выбрать наиболее подходящую сферу, а 240 образовательных курсов дадут возможность развиваться в желанном направлении. Благодаря центру пенсионерка Анжела Шишкина успешно запустила бизнес по продаже авторских прыжков.

– Я превратила хобби в источник дохода, – рассказала она. – Научилась составлять бизнес-план, развивать соцсети, искать коллаборации, правильно показывать товар, словом, получила все необходимые инструменты для достижения успеха.

ВАРИАНТЫ КУРСОВ

- **Бармен**
Стоимость: 5 тыс. ₽
Количество часов: 168
Доход: 90–180 тыс. ₽
- **Повар**
Стоимость: 5 тыс. ₽
Количество часов: 210
Доход: 90–210 тыс. ₽
- **Графический дизайнер**
Стоимость: 20 тыс. ₽
Количество часов: 252
Доход: 90–180 тыс. ₽
- **Дизайнер интерьера**
Стоимость: 24,5 тыс. ₽
Количество часов: 258
Доход: 90–220 тыс. ₽
- **Менеджер маркетплейсов**
Стоимость: 16,5 тыс. ₽
Количество часов: 180
Доход: 90–150 тыс. ₽
- **Специалист по закупкам**
Стоимость: 18 тыс. ₽
Количество часов: 260
Доход: 100–200 тыс. ₽
- **Нейрологопед**
Стоимость: 24 тыс. ₽
Количество часов: 144
Доход: 90–120 тыс. ₽

Работа в Московском транспорте

Ева Шебяковская / Никита Бучачий
Специалист по обслуживанию электрооборудования

Преимущества:

- надежная работа с заботой о будущем
- карьера и профессиональное развитие
- стабильный доход и премии

А также:

- надбавки за стаж и классность
- обучение и питание за счет предприятия
- дополнительный отпуск

8 495 622-22-22 (из Москвы)
8 800 220-22-02 (бесплатно для регионов)

transport.mos.ru/job



Московский транспорт



+7 495 539-54-54
3210 с мобильного

transport.mos.ru
t.me/DtRoad

КОРОТКО

Онкобольным расскажут о заморозке половых клеток

ИНИЦИАТИВА. Минздрав РФ издал методические рекомендации о порядке информирования онкобольных о возможности криозаморозки половых клеток. Перед проведением химио- и лучевой терапии им расскажут о возможности криоконсервации биоматериалов с целью сохранения фертильности, а также помогут получить такую медпомощь. **METRO**

Большинство россиян стареет в возрасте 60 и более лет

СТАТИСТИКА. Первые выраженные клинические проявления старения у россиян наблюдаются после 60 лет, заявила главный внештатный гериатр Минздрава РФ Ольга Ткачёва.

У части граждан возраст-ассоциированные заболевания проявляются ещё до 60 лет, зачастую при наличии факторов риска. **METRO**



/ SHUTTERSTOCK

Энергетические напитки сделают менее вредными

КОНТРОЛЬ. Росстандарт завершил разработку обновлённого межгосударственного стандарта на тонизирующие напитки. Новые правила вступят в силу с января 2027 года. Ключевым нововведением станет максимальное ограничение тонизирующих компонентов и ужесточение нормы по содержанию сахара. **METRO**

Почему быстрое похудение опасно

Желчевыводящая система страдает от резкого похудения. Врач-гастроэнтеролог и нутрициолог Татьяна Лакомова рассказала, что весной растёт поток пациентов с проблемами ЖКТ и даже с желчекаменной болезнью

Ольга Гостюхина
olga.gostiukhina@gazetametro.ru

Участники марафонов и «сушек», стремящиеся в короткий срок приобрести стройную фигуру к лету, зачастую вместо ушедших килограммов приобретают серьёзные проблемы со здоровьем.

По словам гастроэнтеролога и нутрициолога Татьяны Лакомовой, резко худеющие пациенты рискуют приобрести желчекаменную болезнь.

– Она формируется довольно быстро. Уже за полгода желчный пузырь может быть весь забит камнями, а формируются они гораздо раньше. Кроме того, развивается жировой гепатоз. Казалось бы, при нём как раз надо худеть, но постепенно. При быстром похудении печень не успевает перерабатывать жирные кислоты, и они откладываются в виде капелек жира. В результате человек похудел, а печень потолстела, – рассказала она.

Врач обратила внимание, что и сброс веса с помощью популярных препаратов не избавляет от такого риска.

Активное расщепление жировой ткани увеличивает поступление жирных кислот в печень и стимулирует образование холестерина. От его переизбытка и появляются застои в желчном пузыре.

Кроме того, на фоне низкокалорийных диет и нерегулярных приёмов пищи вырабатывается меньше холецистокинина – гормона, отвечающего за сокращение желчного пузыря, в котором от такого питания образуется застой желчи. В этот период формируются камни.

По словам Татьяны Лакомовой, худеть оптимально на килограмм в неделю, при этом питаться нужно так же регулярно, как и раньше.

– В пище должны содержаться белок и жиры, которые стимулируют секрецию холецистоки-



Вместо оздоровления из-за снижения веса люди получают желчекаменную болезнь / SHUTTERSTOCK

ЦИФРА

70–140

грамм жировой ткани безопасно терять при похудении за один день. В месяц рекомендуется худеть на 1,2–4 кг.

нина и помогают своевременному сокращению и опорожнению желчного пузыря, – пояснила врач.

Она добавила, что на разных этапах похудения желательно периодически делать УЗИ. Кроме того, нужно пить достаточное количество жидкости и по согласованию с врачом принимать для профилактики урсодезоксихолевую кислоту.

Кстати, при ожирении с индексом массы тела

(ИМТ) более 30 рекомендуется снижать вес на 3–4 кг в месяц. При ИМТ менее 30 – не более 1,2 кг в месяц.

Врач напомнила, что похудение – стресс для желудочно-кишечного тракта. Она отметила, что снижение веса на 10 кг в месяц опасно для большинства людей, потому что приводит к потере мышечной массы, к обезвоживанию и серьёзному нарушению обмена веществ.

НЕВИДИМЫЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Каждый десятый россиянин сталкивается с потерей слуха. Но люди часто откладывают обращение к сурдологу, потому что стесняются носить слуховое устройство. В этом случае идеальным решением становится миниатюрный аппарат с технологией RIC – выносным динамиком. Он незаметен на ухе, даже если вы носите короткую стрижку. До 23 марта 2026 года на такие устройства в центре слуха «СлышуВижу» действует скидка 11% или второй аппарат со скидкой 30%.

Способность хорошо слышать напрямую связана с работой мозга. Мы постоянно получаем и обрабатываем звуковую информацию. Чем меньше человек тренирует эту способность, тем сложнее её восстановить в будущем. В 95% случаев аппараты полностью останавливают или сильно замедляют процесс возрастного снижения слуха.

Если пенсионеров в меньшей степени волнует вопрос наличия самого аппарата, то у подростков и активных взрослых он часто стоит остро. Не всегда хочется, чтобы окружающие знали столь личные подробности. Однако тугоухость сложно скрыть, если вести активную социальную жизнь. Так многие слабослышащие, сами того не замечая, становятся более замкнутыми, что приводит к депрессии.

Но есть решение – миниатюрные аппараты с технологией RIC. Их не видно из-за особенностей конструкции и цвета, который можно подобрать под оттенок волос. Это самые современные и технологичные модели от ведущих производителей слуховых устройств.

ПРЕВОСХОДНОЕ КАЧЕСТВО ЗВУЧАНИЯ В МИНИАТЮРНОМ КОРПУСЕ

В обычных аппаратах микрофоны и динамик, который преобразует сигналы в звуковые волны, заключены в одном корпусе. В аппаратах RIC динамик устанавливается прямо в ушную канал, а остальные элементы выведены за ухо. Соединяются эти части аппарата тончайшим проводом менее 1 мм в диаметре.

Технология на рынке уже почти десять лет. В США более половины слабослышащих выбирают именно аппараты RIC и вот почему:

- **Естественный звук.** Динамик располагается близко к барабанной перепонке. Звуки передаются без искажений, при этом нет необходимости в большом усилении. Этот факт и позволил выполнить аппараты такими маленькими.
- **Аппараты не «свистят».** Когда в устройстве микрофон и динамик находятся рядом, может возникнуть акустическая обратная связь. Особенно в моменты, когда вы снимаете свитер или поправляете волосы. В аппаратах RIC эти элементы разнесены – вероятность появления обратной связи снижается и подавляется эффект «эха».
- **Хорошо слышно звуки со всех сторон.** На это влияет расположение микрофона и технологии, которые автоматически фокусируются на самом чётком источнике звука.



– Снижение слуха – это проблема, которая не решается сама по себе. Если чувствуете, что приходится часто переспрашивать собеседника или делать погромче телевизор, когда остальные члены семьи постоянно убавляют звук, скорее всего, есть повод обратиться к сурдологу. Наши специалисты проводят бесплатные консультации и аудиометрию. Если по показаниям необходим слуховой аппарат, мы подберём лучший для вас из 500 моделей в наличии. Вы точно заметите, как улучшится ваша жизнь!

Никита Дикопольцев
основатель центра «СлышуВижу», сурдоакустик



* Для применения скидки передайте купон сотруднику центра. Скидка 11% на все слуховые аппараты или второй аппарат со скидкой 30% до 23 марта 2026 года. Скидка предоставляется от рекомендованных розничных цен. Л041-01024-74/00358375 от 02.12.2020. РЕКЛАМА ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

СЛЫШУ ВИЖУ
тысячи товаров для слуха и зрения

ДО 23 МАРТА 2026 ГОДА
СКИДКА 11%
НА ВСЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ ИЛИ ВТОРОЙ АППАРАТ СО СКИДКОЙ 30%
Мы принимаем сертификаты ТСП
Для участия в акции покажите купон администратору.

Для записи на бесплатную консультацию позвоните по телефону
8(499)106-53-43
СлышуВижу.рф

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



ЧТО ПОСМОТРЕТЬ НА ДИВАНЕ

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



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



«Рустер» / Rooster

Герой Стива Карелла пытается наладить отношения с дочкой / НВО МАХ



Глава колледжа Уолтер, помешанный на поддержании молодости

Metro посмотрело первую серию трагикомедии «Рустер» со Стивом Кареллом в главной роли

Мария Позина
mariya.pozina@gazetametro.ru

О ЧЁМ

Автор популярных приключенческих романов Грег Руссо (Стив Карелл) приезжает в колледж, который когда-то и сам окончивал. Официальная причина визита – творческая встреча со студентами по приглашению руководства, настоящая – проведать дочку Кэти, которая тут преподаёт.

С наследницей у Грега не самые близкие отношения. Но она переживает ужасный период – муж, тоже преподаватель, бросил её и на глазах у всего кампуса

ДОСЬЕ

■ **Режиссёры:** Билл Лоуренс, Мэтт Тарсес

■ **Сценаристы:** Билл Лоуренс, Мэтт Тарсес

■ **В ролях:** Стив Карелл, Скотт Макатур, Энни Мумоло, Чарли Клайв, София Мэйси



закрутил роман со студенткой. Руссо решает воспользоваться ситуацией, чтобы не только поддержать дочь, но и попытаться сохранить

её брак, ведь сам он вот уже 5 лет не может оправиться от развода.

ВПЕЧАТЛЕНИЯ

Главный герой, настроение и юмор «Рустера» ненавязчиво напоминают другой комедийный сериал о мужчине средних лет, который тоже пытается пересобрать себя и свою жизнь заново, – «Тед Лассо». И эта схожесть неслучайна – за сценариями обоих проектов стоит один и тот же человек, Билл Лоуренс.

И там, и там история цепляет, потому что за внешней простотой и шутками скрываются глубокие переживания, а за обаянием и оптимизмом главных героев – внутренние растерянность и одиночество. Стив Карелл снова показывает умение быть одновременно смешным и трагичным, при этом не скатываясь ни в пошлость, ни в излишний пафос.

В фокус авторов попадает не только семейная катастрофа Руссо, но и конфликт поколений. Студентки считают его сексистом и смеются над его романами, в которых женщин и части их тела сравнивают с фруктами, а дочка считает папу и его советы устаревшими. А когда всё же решает ими воспользоваться, всё становится только хуже – во всяком случае, после разговора по душам с бывшим мужем от их семейного жилища остаётся только пепелище. И это не метафора.

НОВИНКИ
НЕДЕЛИ



1



«Цезарь»

Михаил Трухин в комедии про охранника, который однажды выясняет, что среди его предков был героический полковник Цезарь. Эта новость настолько его окрыляет, что он решает – пора действовать, а не прозябать!

С 16 марта на СТС. (16+)

2



«Гуляй, шальная!»

Комедия с Мариной Федункив и Максимом Лагашкиным. В отделе полиции Красновского района появляется новая глава – майор Елизавета Кивер, получившая прозвище Императрица.

С 16 марта на ТНТ. (16+)

3



«Несовершенные женщины» / Imperfect Women

Триллер с Элизабет Мосс и Кейт Мара. Героини пытаются самостоятельно расследовать загадочную гибель своей близкой подруги, заодно раскрывая неприглядные тайны из прошлого.

С 18 марта на Apple TV+. (18+)

КОРОТКО

Серебряков и Аронова встретятся с хейтом

СОЦСЕТИ. В Сети появился трейлер нового триллера «Хейтер» с Марией Ароновой, Алексеем Серебряковым и Любовью Аксёновой.

Судя по видео, в центре сюжета окажется злоумышленник в маске монстра-зайца, который будет вмешиваться в жизни разных людей и угрожать их безопасности.

В кинотеатрах картина выйдет 9 апреля. METRO



Скриншот из трейлера / «КАРО ПРЕМЬЕР»

Уинслет попала во вселенную «Властелина колец»

БЛОКБАСТЕР. Звезда «Титаника» получила ключевую роль в картине Энди Серкиса «Властелин колец: Охота за Голлумом», пишет Deadline.

Кейт Уинслет составит компанию Иэну Маккеллену (Гендальф), Элайдже Вуду (Фродо) и самому Серкису (Голлум). Продюсером выступит Питер Джексон. Съёмки в Новой Зеландии начнутся уже в мае. METRO

Мона и Эльдар Джарахов сообщили о расставании

ЛИЧНОЕ. Пара рассталась ещё в декабре, об этом певица сообщила в своём телеграм-канале.

«Мы благодарны друг другу за 1,5 года истинно интересных отношений. Мы многому научили друг друга и действительно любили», – написала Мона, уточнив, что они с Эльдаром остаются близкими друг другу людьми, которым нужна сепарация. METRO

Назвали самые слабые фильмы и актёрские работы года

РЕЙТИНГИ. В США вручили антипремию «Золотая малина». Больше всего наград получила новая адаптация романа «Война миров» – в номинациях «Худший фильм», «Худший режиссёр» (Рич Ли), «Худший актёр» (Айс Кьюб), «Худший сценарий» и «Худший ремейк».

«Малина» также досталась Ребел Уилсон за роль в «Шпионской свадьбе». METRO

1



МУЗЫКА МЕТРО

Середина марта – время, когда в небе снова кружат грачи, в мессенджеры стучатся бывшие, а в хит-парад лучших новинок недели, по версии Metro, возвращаются те, кого вы уже не надеялись там увидеть

ТЕКСТ: АРТЁМ ВАСЕВ

Диана Арбенина

«Дайте сигнал»

Коротко о треке: Диана Сергеевна выразила в припеве мысли каждого москвича, страдающего от периодического отключения Интернета.



«Дайте танк (!)»

«Песня»

Коротко о треке: идеальная композиция для тех, кто постоянно забывает названия. Говоришь: «Алиса, включи песню», – и она наконец-то угадывает.



Unheilig

Nur Ein Kleiner Schritt

Коротко о треке: великолепное сочетание брутального вокала Графа и детского хора. Как будто демон зашёл на утренник и отобрал микрофон у воспитательницы.



Hollywood Undead

1x1

Коротко о треке: количество нецензурных выражений зашкаливает даже для этих классиков рэп-рока. Куда только смотрит их американский Роскомнадзор?



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

ЛУЧШИЙ ТРЕК НЕДЕЛИ



«синдром главного героя», Booker

«базара нет»

Коротко о треке: модный трек с лексикой из 90-х. Фраера, вы зачем латте на цифирь сменили, рамсы попутали? Без обид, но это косяк.



Pussycat Dolls

Club Song

Коротко о треке: первый релиз группы за шесть лет. Доказательство, что кошечки всегда возвращаются туда, где их любят.



ICEGERGERT, FEDUK

«Ненависть»

Коротко о треке: пацанский дуэт двух пацанов для ровных пацанов: «Семья и статус – всё для пацана». Не песня, а пацанский цитатник.

Кустурица прилетел греться в Югру



Губернатор Ханты-Мансийского автономного округа – Югры Руслан Кухарук и президент фестиваля Эмир Кустурица / ПРЕСС-СЛУЖБА ФЕСТИВАЛЯ

В Ханты-Мансийске открылся XXIV Международный фестиваль кинодебютов «Дух огня»

Оксана Чертова

По традиции старт смотрю при помощи киношной хлопушки дали его президент, сербский режиссёр Эмир Кустурица, и губернатор Ханты-Мансийского автономного округа – Югры Руслан Кухарук.

По красной дорожке перед церемонией открытия прошли известные кинематографисты, актёры и музыканты, среди которых Леонид Ярмольник, Леонид Каневский, Евгений Маргулис, Павел Лунгин, Софья Лебедева, Сергей Члиянц, Алексей Герман – младший и другие.

– Я всегда думаю: в Ханты-Мансийске так холодно, но в то же время так тепло, потому что там собрался культурный круг людей и в нём надо быть, – признался Кустурица со сцены.

Церемония была выстроена как путешествие в мир кино. Вечер начался с символического объявления о прибытии рейса «Весь мир – Ханты-Мансийск», после чего ведущие – актриса Елизавета Боярская и солист Большого театра Эльчин Азизов – приветствовали гостей как пассажиров, благополучно приземлившихся в столице фестиваля. Ведущие представили членов жюри междуна-

ЦИФРЫ

8 фильмов вошло в основную программу конкурса.

4 года президентом фестиваля «Дух огня» является Эмир Кустурица.

родного конкурса, в которое в этом году вошли один из наиболее влиятельных китайских сценаристов Лу Вэй (председатель), камерунская актриса Ндамо Дамарис, критик из Испании Хайме Кристиан Ногера Мартин, сценарист и продюсер из Сербии Горан Радованович и глава Киностудии имени М. Горького Юлиана Слащёва.

Конкурс российских дебютов предстоит судить жюри под председательством режиссёра Андрея Прошкина. В коллегии также вошли музыкант Евгений Маргулис, оператор Мария Соловьёва, актёры Александра Урсуляк и Леонид Ярмольник.

ГОРОСКОП
на понедельник, 16 марта 2026 года

Астролог Лилия Любимова



♈ ОВЕН
21.03 - 20.04

Марс, Меркурий и Восходящий Узел собрались вместе, и вас тянет дожать старый спор. Не надо. Сейчас любая резкость в словах обернется против вас. Выдохните и подождите.

♉ ТЕЛЕЦ
21.04 - 21.05

Планы могут рухнуть без предупреждения. Не цепляйтесь за расписание, будьте гибче. Вечером всё утрясётся само, а пока займитесь тем, что не требует чёткого плана.

♊ БЛИЗНЕЦЫ
22.05 - 21.06

Техника капризничает, настроение скачет, рутина бесит. Знакомо? Сегодня лучше не начинать ничего нового. Разбирайте старое и проверяйте документы дважды.

♋ РАК
22.06 - 22.07

Жажда свободы накрывает с утра. Хочется всё бросить и никому ничего не быть должным. Не действуйте на эмоциях, просто запишите, что чувствуете. Пригодится позже.

♌ ЛЕВ
23.07 - 22.08

Соблазн сказать жёсткую правду в лицо очень велик. Но правда, сказанная зло, перестаёт быть правдой. Найдите мягкую форму или промолчите до завтра.

♍ ДЕВА
23.08 - 22.09

Нервный день, но вы справитесь лучше других. Ваше оружие сегодня: списки, структура, спокойствие. Пока все паникуют, вы просто делаете дело.

♎ ВЕСЫ
23.09 - 22.10

Звёзды советуют не вестись на манипуляции. Если предложение звучит слишком красиво, скорее всего, так и есть. Берите паузу перед любым решением.

♏ СКОРПИОН
23.10 - 21.11

Тянет вернуться к старому проекту или выяснить отношения, которые давно зависли. Можно, но без спешки и ультиматумов. Мягкость сегодня сильнее напора.

♐ СТРЕЛЕЦ
22.11 - 21.12

За рулём будьте предельно внимательны. Спешка и невнимательность сегодня опасны. Если можно пройтись пешком или подождать, выберите этот вариант.

♑ КОЗЕРОГ
22.12 - 20.01

Обязательства давят, а свобода манит. Не разрывайтесь. Сделайте минимум необходимого по работе и разрешите себе вечер без планов и задач.

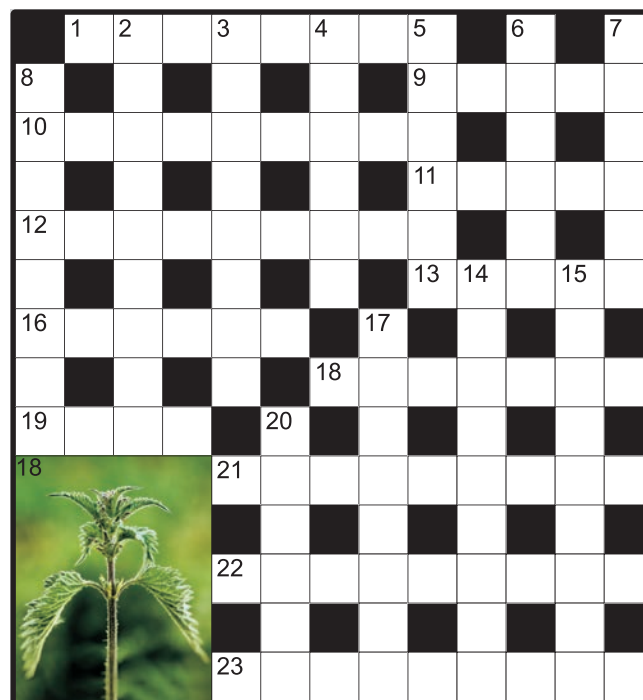
♒ ВОДОЛЕЙ
21.01 - 18.02

Луна в вашем знаке обостряет всё: эмоции, идеи, нетерпение. Гениальные мысли мешаются с импульсивностью. Записывайте первые, не действуйте на эмоциях.

♓ РЫБЫ
19.02 - 20.03

Тихий день для вас на фоне общей нервозности. Побудьте наблюдателем. Не лезьте в чужие конфликты, берегите свою энергию на вторую половину недели.

КРОССВОРД



ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

- 1. Маэстро лосьонов и одеколонов
- 9. Охотник на службе у государства
- 10. Что выдвигает прокурор во время суда?
- 11. Толпа коров из стаголов



- 12. Писатель, ударившийся в рассказы о собственной жизни
- 13. Не последний человек в Индии
- 16. Сундучок, что в басне Крылова просто откровенно

18. Трава для наказания сорванца

- 19. Минимальная частичка, которая может остаться после разделения бакса на монетки
- 21. Постоянные заказчики, покупатели какой-либо фирмы
- 22. Столярный зажимной инструмент
- 23. Игрушка, принципиально не желающая принимать горизонтальное положение.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

- 2. Ценный ювелирный камень цвета морской воды
- 3. Творческое воображение

4. «Одежда» картошки, сваренной без предварительной чистки



- 5. Опись деловых бумаг
- 6. Кошка, способная обогнать автомобиль на стометровке
- 7. Право на бесплатный проезд пенсионеров в городском транспорте
- 8. Мужчина, обеспечивающий свою семью
- 14. Казнь одного органа ради жизни остального организма
- 15. Антипод совы



- 17. Фитильное ружьё XIV-XVI вв.
- 20. Блузка с юбкой, которые «водой не разольешь».

ОТВЕТЫ

- ПО ГОРИЗОНТАЛИ:**
1. Парфюмер. 9. Ереп. 10. Обвинение. 11. Стадо. 12. Медведь. 13. Раджа. 14. Ампуляция. 15. Жакет. 16. Ларчик. 17. Кинетра. 18. Крапива. 19. Цент. 20. Платёж. 21. Воронка. 22. Струбцина. 23. Неполноценность.
- ПО ВЕРТИКАЛИ:**
2. Кварц. 3. Творчество.

КАК КАЧЕСТВЕННО И ЭФФЕКТИВНО УСТАНОВИТЬ ЗУБНОЙ ИМПЛАНТАТ ПРИ НЕХВАТКЕ КОСТНОЙ ТКАНИ?



Диков Антон Павлович
хирург-имплантолог
более 5 тысяч пациентов

Дефицит костной ткани считается главным противопоказанием к восстановлению зубов. Дело в том, что в кости в области удалённых зубов происходит естественное рассасывание костной ткани, так как на неё перестаёт оказываться жевательное давление, а кость теряет опору в виде зуба.

Центр имплантации ИМПЛАНТС предлагает современные решения для замены утраченных зубов – импланты из высококачественного титана с уникальной резьбой, которые отличаются широким модельным рядом для различных клинических ситуаций.

Записывайтесь на бесплатную консультацию и забронируйте акционную цену до конца месяца.

Акция* до 31.03.2026 г.

Заморозили для вас цены 2025 года



ЛЕЧЕНИЕ ЗУБОВ «ВО СНЕ»
(под седацией)

ИМПЛАНТАЦИЯ
от 24 900 руб.

«ВСЕ-на-4/6»
от 129 000 руб.

Профессиональная гигиена от 7 500 руб.

*Условия акции уточняйте по телефону

ИМПЛАНТС
проимплантс.рф
+7(495)019-02-33
Ст.м. «Павелецкая»,
ул. Новокузнецкая, д. 33, стр. 1

Лицензия № ЛО41-01137-77/02550746 от 30.06.2025г. ООО «ПРОИМПЛАНТС», ОГРН 1237700548766 Реклама 18+
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

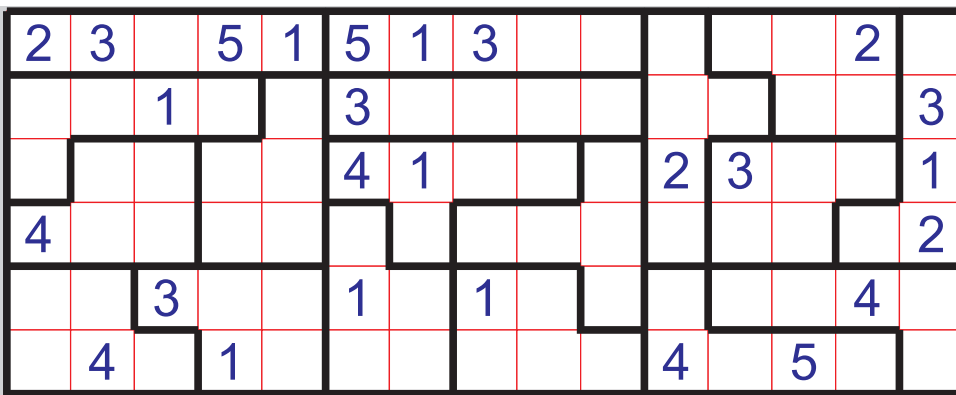
ПРИГЛАШАЕМ

РАСПРОСТРАНИТЕЛЕЙ

ГАЗЕТ В ВЕСТИБЮЛЯХ МЕТРОПОЛИТЕНА

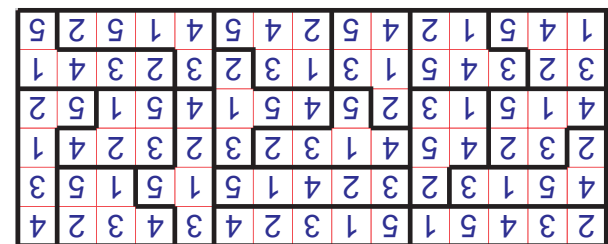
ГРАФИК РАБОТЫ:
в утренние часы до 11:00
ежедневно, кроме субботы
и воскресенья

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



КАК РЕШАТЬ

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



ОТВЕТ

НЕДВИЖИМОСТЬ

Выкуплю. Куплю. Оценю. Сниму любую недвижимость в Москве и МО до 100 км от МКАД. Опыт 16 лет. Страховка САО «РЕСО-гарантия» (агент). 8(926)316-6617, <https://t.me/realkontis>

ФИНАНСЫ

Деньги с любой кредитной историей! 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(495)157-17-08. Профессиональные юристы. Отобрали квартиру? Не дают наследство? Попали на мошенников? Срочная защита. Вернем деньги и недвижимость. Исправляем ошибки юристов. Бесплатная консультация

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

Вернем деньги с юристов-аферистов. Долги, пенсии, жильё. Недорого, оплата по результату. 8(495)220-56-66

РАБОТА

3500–5000 смена. Вахта 15 смен. Бесплатное питание, проживание. Грузчик, комплектовщик, упаковщик. м. Бауманская. 8(800)600-78-49

Агент по продвижению рекламной продукции по почтовым ящикам. Оплата еженедельно, сдельная. Можно пенсионерам. Звоните с 8 до 18. 8(999)889-36-88

Административная помощница/к. Постоянная занятая для добросовестной сотрудницы/ка. Тел. 8(916)461-85-26

Ассистент врача-стоматолога. Москва, ул. Кременчугская, д. 3, корп. 4 (м. Славянский б-р). 3/п 5500 в день, график сменный с 9:00 до 21:00. Т. +7(962)945-08-85

АТП требуются разнорабочие. Предоставляется питание, проживание. Оплата ежедневно от 5000 р. 8(996)648-90-40

В офис. Помощник руководителю. Предпенсионеров обуч. Доход достойный. Тел. 8(929)662-85-10



РАБОТА вахтой для мужчин и женщин



Официальное трудоустройство. Бесплатное проживание

Вечерний секретарь. Возможен гибкий график в вечернее время. Доход от 55 000 р. 8(926)976-24-60

Гардеробщицы требуются в медучреждения. График работы гибкий. Берём всех. Все районы. Тел.: 8(925)107-19-82, 8(925)936-21-17

Грузчик мобильный с ежедневной оплатой. Квартирные, офисные переезды. 3200 – 4800 р. Тел. 8(977)360-22-52, Сергей

Грузчики в пару к водителю. 3/п 3000 р. в день на руки, выплаты ежедневно! м. Домодедовская. 8(925)906-72-68

Дворник в частную школу, с 7:00 до 16:00. 3/п от 65 000 руб. м. Зюзино. Оформление по ТК. Тел. 8(903)535-79-69, Анжела Николаевна

Дворник. РФ, м. Аэропорт. Гр. работы 5/2 с 07:00 до 16:00. 3/п 80 000 р. Трудоустройство официальное. Оксана, +7(906)077-79-12

Кладовщик. 3/п от 100 000 руб. на руки. На фабрику «Красный Октябрь», м. Красносельская, ул. Лобачика, дом 1, стр. 1. Средняя стоимость смены 5000 руб. + подработки. Акция «Приведи друга», от 20 000 руб. Тел.: 8(800)200-43-33, 8(916)642-13-83

Кладовщик требуется в Гостиницу 5*. ТК РФ, 3/п 76 000 р./мес., 5/2 (09:00 – 21:00), питание, униформа, соцпакет. Т. +7(495)937-08-96, Владислав

Контролёр-охранник. 3/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, график 1/3. Звоните: 8(495)982-57-38

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

Консьерж. График 2 через 4 суток (отдых 00:00-6:00). м. Крылатское (6–10 мин. пешком). 3/п от 18 000 р., в т. ч. для пенсионеров. Т. +7(999)901-98-90

Курьер. 3/п 2000 – 10 000 руб./день, выплаты сразу. Гражданство РФ. Тел. +7(996)363-46-59

Курьер на документы. Гр. РФ. Оплата сразу 20 000 р. в день. 8(999)830-50-27

Курьер на документы. От 20 до 65. Гр-во РФ. Оплата сразу 5-7 т.р. в день. Т. +7(958)202-15-05

Курьер на утро. Доставка газет по организациям. С 6:30 до 10:00. Доступно, в т. ч. пенсионерам. Звоните с 7 до 10: 8(925)545-16-14

Операторы кол-центра. 3/п от 45 000. Входящие, исходящие звонки. Возможно без опыта работы. Г/р 9–18. 8(985)746-67-76, 8(499)322-08-76

Охранник. 3/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

Охранник. 3/п до 6000 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. 3/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 (муж./жен.). Сутки 4500 – 6000 р. Вахта 3500 р. Москва и МО (Электроугли, ст. Бронницы, Мытищи и др.). 8(499)369-37-87, 8(967)070-32-02

Охранник на вахту в Москве, от 3250 р. + питание+жильё. ЧОП. 8(936)300-51-58

Охранник, сторож. Вахтовый метод. Проживание на объекте. 3/п от 70 000 в месяц. Рассмотрит семейные пары. 8(903)797-80-03

Охранники в Бизнес-центр с УЧО. 5000 руб./смена (на руки) + питание, форма. График: 7/7 (по 12 часов). Соцпакет. м. Куусково. Тел.: 8(963)665-95-75, 8(929)589-61-10

Охранники строго с УЧО. Работа на объектах в Москве и МО. Вахтовый метод работы 15/15, 30/15, 30/30. Ставка за смену: от 3000 до 5000 руб. охранник, на руки. Форма предоставляется. ТК РФ. Тел. +7(966)173-71-46, Кристина Сергеевна

Охранники с лицензией. От 92 000 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 в Бизнес-центр, ГСК, вахта, оплата 3500 руб./смена. 8(499)192-81-60

Охранники. УЧО. Вахта. 15/15. Официально. 4000 р. – охранник. 4500 р. – старший. 8(925)081-92-42

Плотники, маляры. Новое строительство (работа в Москве). Тел.: 8(985)981-13-51, 8(925)0632-73-93

Повар в частную школу, с 7:00 до 16:00. 3/п от 85 000 руб. м. Каховская. Оформление по ТК. Тел. 8(903)535-79-69, Людмила Юрьевна

Помощник предпринимателя. От 20 до 65. Гр-во РФ. Оплата сразу 5-7 т.р. в день. Т. +7(958)202-15-05

Помощник/ца руководителю с Урала. Достойная подработка для работающих людей. Личная встреча. Тел. 8(916)108-54-68

Приёмщица в химчистку «Диана». 3/п 40 000 – 45 000 руб. + премия. Г/р 2/2. Без опыта работы. г. Москва, ЦАО, ЗАО, Солнцево. Т. 8(967)115-26-30

Провизор/фармацевт в аптеку. 3/п 60 000 – 80 000 руб. Работа за первым столом. Г/р 5/2 с 9:00 до 16:00. Оф. по ТК РФ, соцпакет. м. Каширская. Тел. +7(903)796-61-03

Работа в call-центре на м. Тушинская. Рассматриваем строго с опытом работы в КЦ по продаже БАДов! Без удалёнки, только офис. Оклад 60 000 р. + 20% от выкупа. Тёплая база купивших + входящие заявки. Доход от 180 000 р. Т. 8(926)996-09-79

Рабочие. 500 р./час, предоставляем общежитие. Строительство дорог. Гражданство РФ. Пражская. 8(977)817-83-16

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

Рабочие на фабрику мороженого. 3/п 162 000 руб. за вахту 45 смен! Вахта. Без опыта. Мужчины/женщины. Бесплатное проживание и обеды. Еженедельные авансы. Заселение в день приезда. Мороженое без ограничений. Тел. 8(800)600-73-39

Рабочие, подсобники на строительство. Работа постоянная или вахтой. Оплата ежедневно от 2000 до 3000. Питание, жильё предоставляются. +7(926)483-00-66

Рабочие, подсобники на строительство. Работа постоянная. Оплата ежедневно от 2500. Питание, спецодежда, жильё предоставляются. +7(926)483-54-98

Рабочие с ежедневной оплатой от 2500. Работа в Москве. Проживание + питание. 8(926)483-53-70

Раздача газет Metro. Оплата 650/700 рублей за смену. Телефон 8(915)470-45-85

Разнорабочие. Москва и МО. Предоставляем проживание, 3-разовое питание. Ежедневные выплаты Тел. 8(925)766-43-33, Андрей, 8(928)419-54-92, Юлия

Разнорабочий. Доход 6000 – 7100 руб./день. ТК. Объекты по Москве. Проживание и спецодежда бесплатно. График 5/2, 6/1. Тел. 8(926)023-84-80 (Екатерина)

Разнорабочий (обязанности грузчика, дворника). 3/п 61 600 руб., м. Алексеевская, 1-й Рижский пер., д. 6, стр. 11. Г/р 5/2, с 07 до 16. Оф. по ТК РФ. Тел. 8(495)788-16-02

Распространители конвертов по почтовым ящикам требуются. Зарплата от 2500 руб. в день + проездной. Тел.: 8(499)458-63-41, 8(495)912-07-96

Строители, отделочники-универсалы. 3/п 120 000 руб. На постоянную работу. Граждане РФ. Оформление по ТК РФ. Тел. 8(985)059-14-97

Требуются в ТД Подмоскovie (г. Железнодорожный): 1) охранник-контролёр – 3/п 3000 р./смена; 2) дворник – 3/п 60 000 р. Иван Анатольевич. 8(965)227-07-06

Требуются в ТЦ «Курс» (м. Новокосино): 1) охранник-контролёр – 3/п 5000 р./смена; 2) разнорабочий-дворник – 3/п 60 000 р. Иван Анатольевич Т. 8(965)227-07-06

Требуются охранники. 3/п 3000 руб. в день. Вахта 15 дней, наличие УЧО. Место работы: МО, Старая Кулава. Официальное оформление. 8(968)620-13-73, 8(906)738-21-40

Требуются работники на кондитерское предприятие. 3/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

Уборщица срочно. ПК66. м. Новокосино. Салтыковская ул., 11Б. График 6/1, 95 000 руб. Тел.: 8(964)588-37-22, 8(915)257-54-91

Уборщица в частную школу, с 8:00 до 13:00. 3/п от 43 000 руб. м. Каховская. Оформление по ТК. Тел. 8(903)535-79-69, Анжела Николаевна

Уборщица в частную школу, с 8:00 до 17:00. 3/п от 58 000 руб. м. Каховская. Оформление по ТК. Тел. 8(903)535-79-69, Людмила Юрьевна

Уборщица, дворник на ТЭЦ. 3/п от 51 279 р. График 5/2. Оформление, премии. Подберём объект. Телефоны: 8(985)681-53-97, 8(916)281-54-84

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.vmigpereezd.ru

АНТИКВАРИАТ

Антиквариат покупаем 24/7. Купим всё, кроме одежды. Книги до 1945 г., открытки, марки, иконы, значки, статуэтки, украшения, самовары, игрушки, фарфор, фототехнику и др. Тел. 8(929)537-00-50

Купим всё! Книги, открытки, фарфор, игрушки, антиквариат и др. Тел. 8(916)671-25-83

Покупаем всё! Марки, монеты, значки, акции, кино- и фотоаппаратуру, документы, банкноты, открытки, часы, ювелирные, самовары, иконы, ёл, игрушки, янтарь, бронзу, кукол, статуэтки и др. Т.: 8(495)641-67-21, 8(926)803-60-43

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

Ремонт стиральных и посудомоечных машин, холодильников, электроплит. 8(966)999-76-83. Бесплатный выезд. Гарантия

МЕБЕЛЬ И ПРЕДМЕТЫ ИНТЕРЬЕРА

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

РАЗНОЕ

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

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

ПУНКТЫ ПРИЁМА ОБЪЯВЛЕНИЙ:

- 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)973-23-41, 8(901)553-23-41
- Ст.м. «Марина Роща» 8(495)640-18-48, доб.123
- Ст. м. «Октябрьское Поле» 8(495)773-94-98
- Ст.м. «Петровско-Разумовская» 8(495)978-41-38, 8(901)517-41-38
- Ст.м. «Шоссе Энтузиастов» 8(800)551-50-98, 8(926)606-97-60

Объявления в этой рубрике являются рекламой



МОСКВА • Metro выходит в 18 странах мира, на 4 континентах, на 13 языках • Генеральный директор Наталья Клименева • Главный редактор Иван Чеберко • Коммерческий директор Мария Кобцева • Арт-директор Павел Киреев • Распространение Роман Харитонов
 • Редактор номера Мария Позина • Столичная утренняя газета Metro Ф Информационное издание • Регистрационное свидетельство ПИ № ТУ 50-232 от 26 февраля 2009 г. Выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи и массовых коммуникаций по Москве и Московской области • Учредитель и издатель: АО «Газета Metro» • Адрес издателя и редакции: 125124, г. Москва, вн.тер.г. муниципальный округ Беговой, ул. Правды, д. 24, стр. 4, помеч. 1Н • Тел. редакции: 8(495) 787-12-11 • E-mail редакции: internet@gazetametro.ru
 • Отдел рекламы: 8(495) 787-12-11. E-mail: reklama@gazetametro.ru • Сайт: www.gazetametro.ru • Мнение авторов может не совпадать с позицией редакции • Редакция не несёт ответственности за материалы информационных агентств, стиль и грамотность рекламных объявлений.
 • Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые сертификаты и лицензии • Редакция не несёт ответственности за содержание рекламных материалов, а также за надлежащее исполнение рекламодателями своих обязательств • Время подписания по графику: 19:30
 • Время подписания номера фактически: 15:03.2026, 20:00 • Газета «Metro Москва» распространяется бесплатно • Материалы под рубриками: «Metro-каталог», «Metro-каталог/Дом», «Metro-каталог/Туризм», «Metro-Экспресс» печатаются на правах рекламы

СПОРТ

С

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



Кими Антонелли впервые выиграл гонку в «Формуле-1»

ТРИУМФ. 19-летний гонщик «Мерседеса» победил на Гран-при Китая. Вторым стал его напарник Джордж Расселл. Замкнул тройку Льюис Хэмилтон. Он впервые занял призовое место в гонке за рулём «Феррари».

Теперь пилоты отправятся на Гран-при Японии. А вот апрельские этапы в Бахрейне и Саудовской Аравии отменены из-за конфликта на Ближнем Востоке. **METRO**



Форвард МБА-МАИ Андрей Зубков сделал дабл-дабл и стал лучшим игроком финала / МИХАИЛ КИРЕЕВ / © РИА «НОВОСТИ»

Московский клуб стал обладателем Кубка России

БАСКЕТБОЛ. МБА-МАИ одолел «Пари Нижний Новгород» со счётом 68:67. Этот финал Кубка был для столичного коллектива первым. До этого москвичам доставалась лишь бронза турнира.

В матче за третье место «Динамо» из Владивостока обыграло ЦСКА-2 – 74:68. Оба матча проходили на базе ДВФУ. **METRO**

Наши герои победили соперников и ужасы жизни

Паралимпийские игры завершены. Россия смогла отправить в Италию всего шесть человек, но они принесли стране третье место в медальном зачёте

Наши спортсмены взяли 12 наград, из них восемь – золотые. Рассказываем, что им пришлось преодолеть, чтобы добиться успеха на мировой арене



ИВАН ГОЛУБКОВ

Жизнь бросала Ивану вызовы с первого же его дня на Земле. Голубков родился с диагнозом спина бифида (расщепление позвоночника). Родители отказались от мальчика, так что он провёл детство в Доме ребёнка и психоневрологическом интернате. На сани Иван сел, чтобы вырваться из четырёх стен.

И как поехал! Россиянин стал звездой лыжных гонок сидя. Он девять раз подряд завоевал Кубок мира, выиграл шесть медалей на чемпионате мира – 2022. Паралимпийских наград у Голубкова не было только из-за недопуска наших атлетов на Игры в Пекине.

В 2026 году 30-летний Иван исправил и эту обидную несправедливость, победив в гонках на 10 и 20 км. Хотя начиналась Паралимпиада для атлета нелепо. Голубков не смог пройти квалификацию в спринте, потому что пропустил свой старт. Но в итоге спортсмен увозит из Италии два золота.

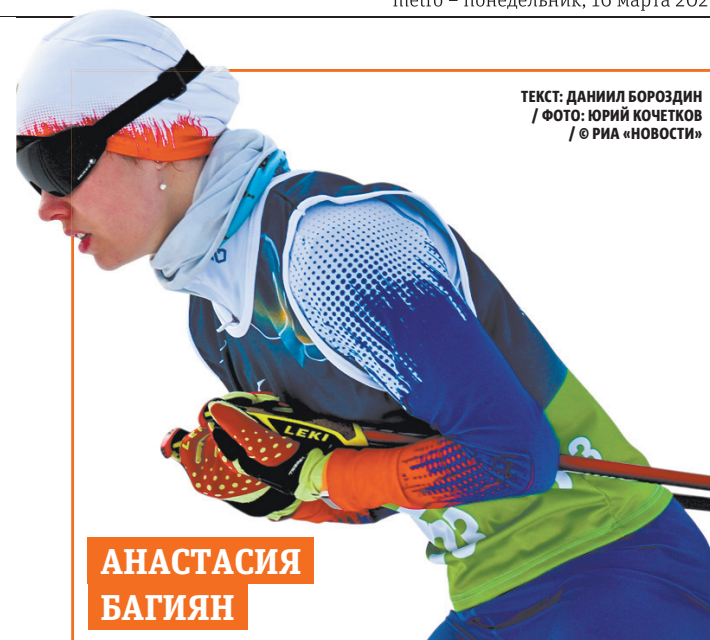


АЛЕКСЕЙ БУГАЕВ

Несмотря на врождённую деформацию кисти, Бугаев в раннем детстве занялся горными лыжами, пойдя по стопам своей мамы Татьяны, имевшей разряд кандидата в мастера спорта. Уже в 15 лет юноша дебютировал на международной арене. Год спустя он попал на Паралимпиаду в Сочи и стал сенсацией турнира, взяв два золота, два серебра и бронзу. В Пхёнчхане Алексей пополнил

свою коллекцию наград, завоевав золото и серебро. В отличие от партнёров по команде, в Италию Бугаев ехал с большим опытом побед на Играх.

Однако состязания сложились непросто. После бронзы в скоростном спуске было четвертое место в супергиганте и обидный сход в суперкомбинации. Но в гигантском слаломе Алексей финишировал третьим, а в слаломе в последний день Паралимпиады наконец-то добрался до золота.



АНАСТАСИЯ БАГИЯН

ТЕКСТ: ДАНИИЛ БОРОЗДИН / ФОТО: ЮРИЙ КОЧЕТКОВ / © РИА «НОВОСТИ»

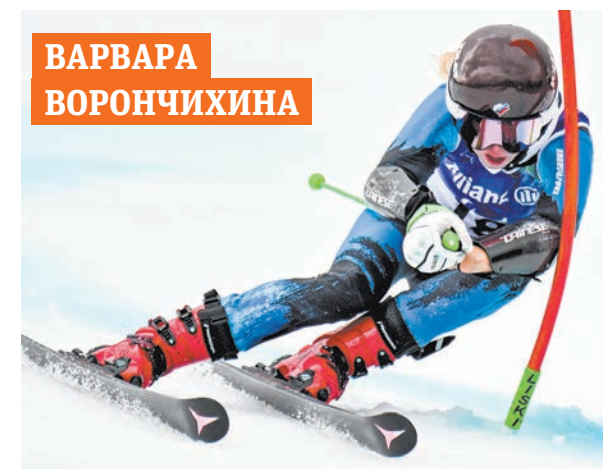
Проблемы со зрением у уроженки Перми начались ещё в детстве. Из-за них Настя не могла заниматься спортом. В 15 лет девочка полностью ослепла. Как рассказала «Аргументам и фактам» мама спортсменки Ирина, лыжи спасли её дочь от депрессии. Сначала Анастасия каталась с родителем, потом стала заниматься с тренером и добилась успеха.

Паралимпиаду-2022 Багиян была вынуждена пропустить, так как российскую команду отстранили. Но на Играх в Италии 24-летнюю

спортсменку было уже не остановить. Она взяла три золотые награды, выиграв спринт, а также гонки на 10 и 20 км. Даже хамские отказы призеров из Германии и Чехии сделать совместные фото с пермячкой не смогли испортить ей настроение.

Россыпь золотых паралимпийских наград Анастасия собрала без полноценной бригады специалистов по подготовке лыж. Более того: с ней даже не было её тренера. Алексей Турбин не смог получить аккредитацию на Игры.

ВАРВАРА ВОРОНЧИХИНА



У Варвары с рождения отсутствует часть левой руки. Но это не заставило девочку комплексовать: она всегда была очень активной и общительной. В четыре года уроженка Байкальска встала на горные лыжи, а пару лет спустя пошла в секцию. Успехи привели девушку в Москву: она окончила колледж физической культуры и спорта «Спарта» и Российский университет спорта «ГЦОЛИФК».

На чемпионате мира – 2021 Ворончихина собрала хороший урожай, взяв два золота и четыре серебра. Казалось,

награды Паралимпиады тоже не за горами, но дисквалификация сборной России заставила Варвару ждать своего шанса на Играх ещё четыре года.

Именно Ворончихина принесла нашей стране первую медаль на соревнованиях в Италии. Благодаря её победе гимн РФ впервые был включён на Играх-2026. Всего Варвара завоевала в Италии два золота, серебро и бронзу. Неудивительно, что 23-летнюю спортсменку попросили быть знаменосцем сборной России вместе с Иваном Голубковым.