

№ 1 В МОСКВЕ\*

metro

gazetametro.ru



Латино-американская  
и русская культуры  
спелись в центре  
Москвы с. 02

Наши родные песни красиво звучат под аккомпанемент сампоны / ВЛАДИМИР ВЯТКИН / © РИА «НОВОСТИ»

# Арбатско-Покровская линия будет продлена за пределы МКАД

Новую станцию метро «Гольяново» с двумя выходами на Уссурийскую улицу планируют открыть в 2028 году. Однако «Гольяново» недолго будет оставаться конечной, рассказал Сергей Собянин с. 03

**Священник-рокер записал альбом и стал звездой Сети**

В беседе с Metro отец Дионисий привёл доказательства, что гитару создал Бог с. 07



**Атлет-аниматор поздравляет дам с днём рождения**

Идею поднимать настроение одиноким женщинам молодому человеку подала его любимая девушка с. 04

**300 тысяч в месяц?! Мне и миллиона едва хватает!**

Margo, Юрий Лоза и другие звёзды рассказали, на что тратят деньги с. 13

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



## Эксперты подсчитали, какой станцией пользуются чаще

**СТАТИСТИКА.** В 2026 году самыми популярными станциями МЦК стали «Москва-Сити» и «Ботанический сад», в топ также вошли «Ростокино», «Площадь Гагарина» и «Кутузовская», сообщила пресс-служба Дептранса.

Кроме того, стало известно, что в мае рост пассажиропотока составил 20% по сравнению с аналогичным периодом 2025 года. **METRO**



На первой выставке представлены натюрморты и пейзажи / MOS.RU

## В технопарке заработала передвижная галерея

**ВЫСТАВКА.** Цель «Техно-Вернисажа» – вывести искусство за пределы классических галерей и показать его прямо на производственных территориях. Как пишет mos.ru, на данный момент на площадке представлены картины, созданные современными художниками. **METRO**

ПОГОДА НА ЗАВТРА  
23 июля четверг  
+23 °C день +16 °C ночь

# Москвичи узнали, в какую сторону шагать, чтобы освоить мексиканский танец

**В Москве стартовал Фестиваль латиноамериканской и карибской культуры.**

Журналист Metro отправилась на праздник, чтобы научиться танцевать сальсу и попробовать тропические коктейли

Светлана Перцова

svetlana.pertsova@gazetametro.ru

– Девочки, там будут учить танцевать бачату. Давно хотела попробовать, идём! – радостно вопит девушка, которая заходит в сад «Эрмитаж». В нём проводится открытие Фестиваля латиноамериканской и карибской культуры.

Следую за ней и, минуя рынок, на котором идут бои среди покупателей за

сомбреро и веера, оказываюсь на танцевальной площадке. Там проходят уроки по чему-то очень бодрому и мексиканскому. Как я узнала? По сомбреро и громким крикам Viva México!

Преподавательница, жонглируя смесью испанского с русским, говорит, в какую сторону и какие шаги нужно делать. Аудитория, надо сказать, понимает. «Два шага налево, два направо, два назад, два

вперёд и поворото-о-от! Освоить комбинации танцев Caballo Dorado, El Sonidito, La Chona сложно, но можно. По крайней мере, потом дома получилось.

Устав от движений, отправляюсь к фудмаркету. Готовлюсь протестировать экзотические лимонады. Арбузный – самый вкусный! Но слишком надолго я там не задержалась. Ведь вокруг было столько интересного...

### КУДА ЕЩЁ СХОДИТЬ:

■ 18-го и 19-го числа в «Эрмитаже» было лишь торжественное открытие фестиваля. Сам он продлится до 26 июля.

■ 22 июля в Библиотеке иностранной литературы им. М. И. Рудомино по регистрации можно попасть на концерт парагвайской музыки или на встречу с эквадорской поэтессой Валерией Гусман Перес.

■ 23 июля там же по регистрации пройдёт концерт перуанской певицы Мариэлы Кон. А 24 июля – лекция посла Мексики в РФ на тему «Что нужно знать, чтобы понять мексиканца?».

/ ВСЕ ФОТО: ОЛЬГА КАРАСЁВА



## Праздник шёл по всему парку

1 Национальные костюмы для выставочной зоны привезли представители стран – участниц фестиваля.

2 Уроки по танго, сальсе и самбе проходили на танцевальной площадке. Многие использовали эту возможность, чтобы познакомиться.

3 Арбузные лимонады, смузи, пина колада, а также севиче (сырая рыба), буррито, эмпанадас (пирожки в форме полумесяца) и прочая экзотика на фудмаркете расхodziлись мгновенно.

4 На сцене показывали национальные танцы – например, парагвайский танец с бутылкой. Опытные исполнительницы могут удерживать до десяти бутылок.

5 Девушка-волонтер в мексиканском платье для праздника День мёртвых выглядела очень эффектно.



# Станция Московского метрополитена «Гольяново» будет конечной недолго

**Арбатско-Покровскую линию** решено продлить. Об этом мэр Москвы Сергей Собянин рассказал на церемонии завершения проходки второго перегонного тоннеля между станциями «Щёлковская» и «Гольяново»

Михаил Нешевец  
mnv@gazetametro.ru

Прокладка подземных сооружений на строящемся участке Арбатско-Покровской линии полностью окончена.

В мессенджере «Макс» мэр напомнил, что проходку первого тоннеля к строящейся станции закончили всего пару месяцев назад – работы ведутся в очень высоком темпе.

Станция «Гольяново» проектируется с островной платформой и двумя подземными вестибюлями с выходами на обе стороны Уссурийской улицы.

## ЦИФРЫ

**19**

метров – максимальная глубина залегания нового тоннеля.

**160**

тысяч жителей района Гольяново коснётся улучшение транспортного обслуживания.



Сергей Собянин поздравил метростроителей / ПРЕСС-СЛУЖБА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ

Выходы оснастят лифтами. Дизайн станции будет отсылать к космической тематике. Такое решение связано с тем, что в Гольяново находится крупное предприятие «Гео-

физика-Космос», ведущее свою историю с XIX века. В отделке планируют использовать качественный металл российского производства. Сейчас на площадке возводят ограж-

дающие конструкции, разрабатывают грунт и монтируют основные монолитные элементы станционного комплекса. Открытие станции запланировано на 2028 год.



**«ЖИТЕЛИ  
ВОСТОЧНОГО  
ДОЛГОЕ ВРЕМЯ  
ПРОСИЛИ ПРОДЛИТЬ  
ЭТУ ЛИНИЮ  
ЗА «ГОЛЬЯНОВО», ДО  
РАЙОНА ВОСТОЧНЫЙ,  
КОТОРЫЙ НАХОДИТСЯ  
ЗА МКАД».**

СЕРГЕЙ СОБЯНИН  
мэр Москвы

## Это водитель Александр.

Он работал бортпроводником, а потом прошёл обучение, чтобы управлять трамваем



А это номер и сайт, где можно узнать о работе в Московском метрополитене  
+7 495 622-22-22 / [rabota.transport.mos.ru](http://rabota.transport.mos.ru)



Московский  
метрополитен



+7 495 539-54-54  
3210 с мобильного

[mosmetro.ru](http://mosmetro.ru)  
[transport.mos.ru](http://transport.mos.ru)





СРЕДА

СЕГОДНЯ В МОСКВЕ

ЕЖЕДНЕВНАЯ АФИША

Текст: Дарья Завгородняя / Все фото: mos.ru, пресс-служба Музея Гаража особого назначения / Александр Казаков / ТАСС



ПРАЗДНУЕМ МАКУШКУ ЛЕТА  
ВМЕСТЕ С ГРУППОЙ UMA2RMAN

«Приходите услышать главных амбассадоров лета на большом опен-эйре», – написано в пресс-релизе концерта коллектива, который вот уже более 20 лет собирает стадионы (на фото – Владимир Кристовский). Места остались только на танцполе и в фан-зоне. (16+)

Где: Дизайн-завод  
Когда: 19:30  
Цена: 4500–5500 Р

ВЫЯСНЯЕМ, ПОЧЕМУ 21-Я «ВОЛГА»  
СТАЛА ЛЕГЕНДОЙ АВТОПРОМА

«ГАЗ-21. Сквозь время» – путешествие по вехам истории знаменитого советского автомобиля. Посетители смогут проследить судьбу модели от выпуска первой партии до статуса антикварной ценности: создание, будни, забвение, разрушение и, наконец, возрождение благодаря труду реставраторов. (0+)

Где: пр-кт Мира, 119, павильон № 53–54  
Когда: 11:00–20:00  
Цена: 1250 Р



ИЗУЧАЕМ РАСТИТЕЛЬНЫЙ МИР  
СТАРИННОЙ ДВОРЯНСКОЙ УСАДЬБЫ

«Кусковская ботаника». Выставка в Кусково раскрывает разнообразие видов цветов, кустарников и деревьев, которые росли в усадьбе во второй половине XVIII – начале XIX века. В экспозиции также представлены произведения декоративно-прикладного искусства, отражавшие тогдашнее увлечение дворянства ботаникой. (6+)

Где: Итальянский домик  
Когда: 10:00–18:00  
Цена: 300 Р

СМОТРИМ ШОУ И ВСПОМИНАЕМ  
ВЕЛИКОГО РЕФОРМАТОРА ТАНГО

«Пьяццоллиана». Театр El Tango de Plata представляет спектакль, основанный на лучших произведениях Астора Пьяццоллы. В основе шоу – судьба гениального композитора XX века, заставившего весь мир влюбиться в аргентинское танго. (0+)

Где: Сцена на Пушкинской набережной в парке Горького  
Когда: 19:00  
Цена: бесплатно



УЗНАЁМ НОВОЕ О  
МУЛЬТИКАХ СССР

«Герои «Союзмультфильма» как явление». На лекции шеф-редактор киностудии Сергей Капков расскажет, как создавались культовые персонажи советского анимационного кино: Винни Пух, Карлсон, Умка и другие. (12+)

Где: Библиотека им. Н. А. Некрасова  
Когда: 19:00  
Цена: бесплатно, нужна регистрация на сайте: nekrasovka.ru



ИДЁМ К ЧЁРТУ  
НА КУЛИШКИ

Солянка и Хитровка: когда-то эти места были глухой окраиной Москвы, теперь это центр, но «чёртовы кулишки» никуда не делись – у них есть и точный адрес. Об этом и о многом другом расскажут на экскурсии. (12+)

Где: ст. м. «Китай-город», выход № 10  
Когда: 19:00  
Цена: 200 Р, необходимо записаться на сайте: poulitcam.ru



СЛУШАЕМ ПЕСНИ  
СТИНГА НА ОРГАНЕ

«Симфонические хиты Феличита». На концерте с романтическим названием прозвучат шедевры эстрадных композиторов Стинга, Челентано, Аль Бано, Тото Кутуньо, Поля Мориа в исполнении органа и симфонического оркестра. (12+)

Где: кафедральный собор Петра и Павла, Старосадский пер., 7/10, стр. 10  
Когда: 20:30  
Цена: 1000–4500 Р



УЧИМСЯ ЛЮБИМОЙ  
ИГРЕ ПАРИЖАН

Петанк. На оборудованных полях под руководством тренера можно отработать технику бросков, получить советы по тактике игры, а также сыграть в «Точный выстрел», посостязаться в личных и парных турнирах до 13 очков. (0+)

Где: Тверской бульвар  
Когда: 12:00–21:00  
Цена: бесплатно

# Секрет чемпионов: московские перчатки отправят соперника в нокаут

Подробнее о том, как рождается продукт, которому доверяют чемпионы, смотрите в свежем выпуске программы «Пять минут о московской промышленности».



**Сегодня в России отмечается День бокса – Metro пообщалось с московским производителем профессиональной экипировки и узнало у основателя Ultimatum Boxing Сергея Иванютина, почему каждая модель попадает в магазин только после проверки на ринге**

Софья Ермакова

**Почему вы решили самостоятельно разрабатывать экипировку для бокса?**

– Я сам занимаюсь боксом и всегда понимал: хорошая экипировка рождается не из данных маркетинговых исследований, а из опыта в спортивном зале. Мне хотелось не просто выпустить красивые перчатки, а создавать вещи, которые помогают спортсмену. Каждую новую модель мы разрабатываем с нуля, проверяем в тренировках, дорабатываем и только потом запускаем в производство.

**Сколько времени занимает разработка новой модели?**

– От года до нескольких лет. Создание новой модели – это качественное переосмысление продукта, переход к следующему поколению. Наблюдая за каждым изделием, мы накапливаем понимание, что и как можно сделать лучше.

**Как строится производственный процесс? Что удалось автоматизировать, а что – нет?**

– Всё начинается с идеи и проектирования конструкции. Затем создаются лекала, изготавливаются опытные образцы, проводятся испытания, после чего начинается серийное производство.

На каждом этапе есть элементы автоматизации. Но роль человека остаётся решающей. Современное оборудование помогает выполнять часть технологических операций, например точно и быстро раскраивать, сшивать и обрабатывать материалы. А вот за набивку боксёрских перчаток отвечает человек, здесь требуются большой опыт и буквально хирургическая точность.

Самый важный процесс – контроль качества на каждом этапе производства. Ошибку гораздо легче предотвратить, чем исправить в конце. Кроме того, новые модели обязательно

испытываются в реальных тренировках спортсменами элитного уровня. Только после этого они попадают на полку магазина.

**Какие специалисты работают на производстве?**

– Над созданием экипировки трудятся конструкторы, технологи, специалисты по материалам, закройщики, швеи, мастера сборки и специалисты по контролю качества.

**Какой элемент экипировки самый сложный в производстве?**

– Безусловно, боксёрские перчатки. Они состоят из большого количества деталей, каждая из которых влияет на удобство, безопасность и долговечность изделия. Нужно одновременно обеспечить защиту кисти, правильную посадку, баланс веса, комфорт и надёжность.

**Помогает ли в производстве искусственный интеллект?**

– ИИ анализирует большие объёмы информации, ускоряет работу с документацией, помогает искать новые технические решения и быстрее прорабатывать идеи. Но окончательные инженерные решения по-прежнему принимают люди.



В экипировке компании Сергея Иванютина спортсмены выступают на крупнейших российских и международных турнирах, включая соревнования под эгидой Международной боксёрской ассоциации (IBA) / ВСЕ ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА ДИПП



Специалисты контролируют материалы, точность изготовления, геометрию и внешний вид каждого изделия

## В ЦИФРАХ

■ Ежемесячно компания производит: 500 пар перчаток, 250 пар обуви, 150 шлемов, 150 пар тренерских лап и 50 боксёрских груш.

■ Более 50 компаний выпускают спортивные товары в Москве.

■ Почти на 70% выросло производство товаров для спорта в столице в 2025 году по сравнению с 2024-м.

## КОРОТКО

### Московское лекарство от артрита добилось мирового успеха

**ПРИЗНАНИЕ.** Оригинальный препарат ГК «Р-Фарм» для терапии ревматоидного артрита был включён в обновлённые рекомендации Азиатско-Тихоокеанской лиги ассоциаций ревматологов (APLAR). Как сообщил заммэра Москвы по вопросам транспорта и промышленности Максим Ликсутов, в клиническую программу исследований вошло более 2,4 тысячи пациентов из 19 стран. **METRO**

### Более 75% российских лифтов произвели в Москве

**ДОСТИЖЕНИЕ.** Московские лифты работают в десятках российских регионов. Как отметил министр правительства Москвы, руководитель Департамента инвестиционной и промышленной политики Анатолий Гарбузов, за первые пять месяцев 2026 года предприятия произвели свыше 5,8 тыс. лифтов. Всего в столице подъёмное оборудование производят порядка 10 компаний. **METRO**

### В Хорошёвском районе появится новый бизнес-центр

**ИНФРАСТРУКТУРА.** На Магистральной улице завершается монтаж фасадных конструкций. Деловой объект строится в рамках программы по стимулированию создания мест приложения труда (МПТ). В пресс-службе Департамента инвестиционной и промышленной политики сообщили, что здесь будет создано свыше 500 рабочих мест. **METRO**



Так будет выглядеть новый бизнес-центр / ПРЕСС-СЛУЖБА ДИПП

## ВАКАНСИИ



Откликнуться на вакансии можно по почте: [rabota@technomoscw.ru](mailto:rabota@technomoscw.ru)

**КОМПАНИЯ «ЭЛТА»**  
Специалист по контролю качества продукции  
**Условия:** от 98 000 руб. до вычета НДФЛ, соцпакет, ДМС после испытательного срока. Место работы: Зеленоград. График: с 09:00 до 17:30, пн.-пт.

**КАРАЧАРОВСКИЙ МЕХАНИЧЕСКИЙ ЗАВОД**  
Монтажник радиоэлектронной аппаратуры и приборов  
**Условия:** от 144 000 руб./месяц до вычета НДФЛ, полная занятость. Сменный график работы 5/2 (I смена – с 07:00 до 15:40; II смена с 15:10 до 23:40).

Предусмотрено обучение. Возможность карьерного роста. Возможность переработки и работы в выходной день (оплата в соответствии с ТК РФ). Регулярные премии, дополнительное поощрение заслуженных работников.

**«ПЛАЗМА-НЕКСТ»**  
Инженер КИПиА  
**Условия:** работа в стабильной фармацевтической компании. График 5/2. Место работы: Зеленоград, Алабушево. Достойный уровень заработной платы (оклад и ежемесячная премия). ДМС, подарки детям, корпоративная сим-карта.

# Священник-металлист уверен, что гитара создана Богом

**В церковной среде электрогитару нередко называют инструментом дьявола.** Однако отец Дионисий Табакис, священник Греческой православной церкви, решил на собственном примере опровергнуть стереотип

Анна Жукова

anna.zhukova@gazetametro.ru

53-летний отец Дионисий служит в городе Нафплион и внешне выглядит вполне канонично: длинная чёрная ряса, густая борода. Но в свободное от церковных дел время он берёт в руки электрогитару и мочит риффы.

Его альбом Paradise Metal («Райский металл»), который он записал буквально на коленке, неожиданно стал одним из самых продаваемых на платформе Bandcamp.

Пластинка получила оценку 7,6 балла от авторитетного музыкального критика Pitchfork. Это выше, чем у Daft Punk и Arhex Twin.

Музыка отца Дионисия – это причудливый сплав дум-метала, восточных мотивов, церковного пения и даже техно. Особый колорит добавляет безладовая электрогитара, которая позволяет извлекать тонкие звуковые оттенки, отсылающие к византийской музыкальной традиции. Как признаётся сам священник, его дед был бе-

женцем из Смирны (современный Измир), поэтому восточная культура у него в крови.

Записывать песни отец Дионисий начал около четырёх лет назад – с Божьей помощью. Самостоятельно освоил множество редких инструментов: банджо, кабак-кемане, лютию, танбур, лиру. Играть на гитаре его научил сосед сверху, а с музыкальными программами помог разобратся сын. Вокалисткой стала знакомая прихожанка, которая записывала свои партии на смартфон.

Главная миссия отца Дионисия – разрушить шаблонное представление об электрогитаре как о «сатанинском» инструменте.

– Гитара немного неправильно понята в Церкви. Считается, что она «от дьявола». Но дьявол не может ничего создать. Всё создаёт Бог, – объясняет он в беседе с Metro. – Гитара – древний благодатный инструмент, история которого насчитывает более 4 тыс. лет. Она обязана своим происхождением древнегреческой кифаре. Моя Harley Benton R-457 просто потрясающая:

она звучит более минорно, но при этом тепло, как «волны» человеческого голоса.

Почему выбор пал именно на тяжёлую музыку, у священника тоже есть логическое объяснение:

– Слово «металл» происходит от греческого metalláo, что означает «добывать, исследовать». Красивая музыка, на каком бы инструменте она ни была сыграна, тоже может быть способом прославления веры. Гитара – это всего лишь окно, через которое можно увидеть целую вселенную.



Табакис уже 27 лет служит в церкви и воспитывает троих детей / ПРЕДОСТАВЛЕНО ГЕРОЕМ МАТЕРИАЛА

## КОРОТКО

### Госдума приняла закон о легализации криптовалюты

**ДЕНЬГИ.** Документ признаёт цифровые валюты имуществом и вводит судебную защиту прав на них. Регулятором назначен Банк России, который будет вести реестры криптообменников и цифровых депозитариев, сообщает РБК. Крипту можно использовать как инвестиционный инструмент (покупать/продавать на биржах). Платить ею внутри России запрещено. **METRO**

### Экс-глава Минобороны Украины метит в президенты

**КАДРЫ.** Михаил Фёдоров, чей уход с поста министра обороны вызвал протесты по всей стране, может баллотироваться на президентский пост, пишет британская газета Times со ссылкой на высокопоставленный источник в военных кругах. Он отмечает, что заявления Фёдорова похожи на предвыборные и в экс-министре видят угрозу Зеленскому. **METRO**

# Хуситы грозят баб-эль-мандебским бунтом

**Йеменские хуситы объявили о блокаде портов Саудовской Аравии. Повстанцы также угрожают перекрыть Баб-эль-Мандебский пролив, через который идут товары из Азии в Европу**

Александр Братерский

a.braterskii@gazetametro.ru

Блокада портов – ответ на недавнюю неудачную атаку самолёта с лидерами группировки. Её осуществили союзные Эр-Рияду войска Йемена. Как сообщил представитель хуситов Яхья Сари, реше-

ние о блокаде вступило в действие в понедельник, 20 июля. Неделями ранее хуситы официально вышли из режима прекращения огня с саудитами, действовавшего с 2022 года.

Как отмечает в своём блоге бывшая чиновница Совета нацбезопасности США Эллисон Минор, блокада портов – чувствительный удар для Эр-Рияда: ежедневный объём экспорта нефти из одного из крупнейших портов страны – 4 миллиона баррелей нефти в день.

Кроме того, хуситы угрожают перекрытием Баб-эль-Мандебского пролива. Это кратчайший морской путь для доставки товаров из Азии в Европу. Пролив также служит южными воротами в Суэцкий канал. Через Суэц, по данным экспертов,

30% всех контейнерных перевозок.

По мнению Минор, возможное перекрытие хуситами пролива опаснее, чем атака на порты, учитывая, что Баб-эль-Мандебский пролив стал «альтернативой» Ормузу и через него сегодня экспортируется более 7 миллионов баррелей нефти в день.

Хуситы в 2023–2025 годах успешно обстреливали проходящие через пролив суда союзников Израиля, протестуя против действий этой страны в Газе. Как отмечает в беседе с Metro аналитик Центра анализа стратегий и технологий Юрий Лямин, в то время хуситы «прекрасно продемонстрировали свою силу и потенциал». Тогда международное судоходство через Баб-эль-Мандебский пролив для западных судоходных компаний фактически



Йеменские хуситы вышли на тропу войны с Саудовской Аравией / AFP

прекратилось, напоминает эксперт.

– Хуситы регулярно атаковали суда-нарушителей с помощью БПЛА, противокорабельных баллистических и крылатых ракет, а также безэкипажных катеров, – говорит Лямин. Помешать атакам ни США, ни ЕС в то время не смогли, и повстанцы сняли блокаду лишь после перемирия в Газе.

При этом, как отмечают западные аналитики, Саудовской Аравии есть чем ответить хуситам, так как страна обладает достаточно мощным комплексом ПВО. Лямин предостерегает дальнейшую эскалацию конфликта.

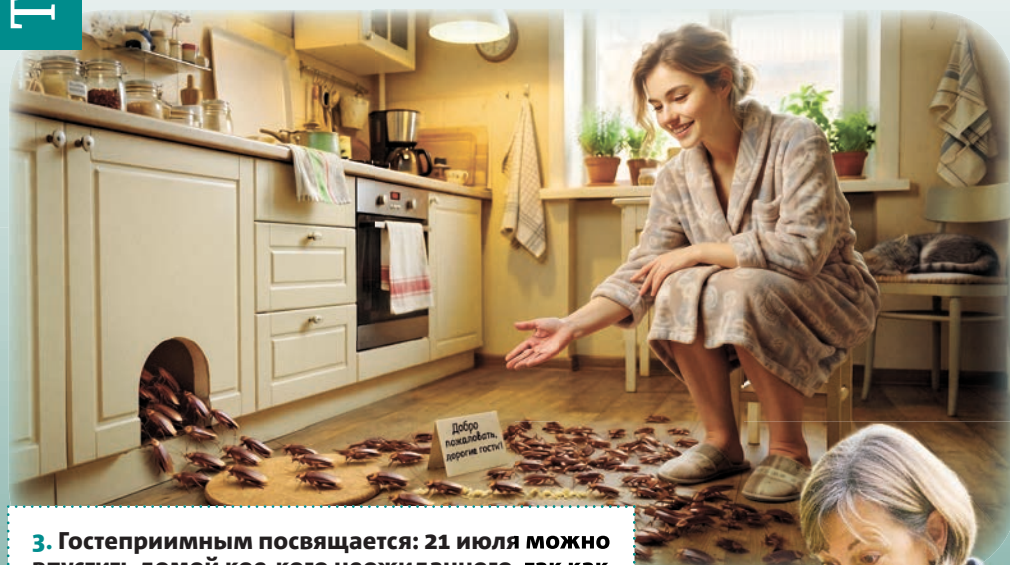
– Попытка наступления просаудовских сил в Йемене чревата полномасштабным возобновлением войны, к чему хуситы тоже готовились.

**1. 10 июля – прекрасная пора, чтобы провести время на свежем воздухе, но не в одиночестве. Попробуйте угадать, кого в этот день можно взять в компаньоны, ведь отмечается...**

- а) День рыбалки с водяным
- б) День пикника с плюшевым мишкой
- в) День сбора коры вместе с лосями и зайцами

**2. 14 мая стоит попробовать себя в хореографии «определённого вида», потому что в эту дату никак нельзя пропустить...**

- а) День танца с дредью
- б) День танца в садовой бочке
- в) День танца «как курица»



**3. Гостеприимным посвящается: 21 июля можно впустить домой кое-кого неожиданного, так как отмечается...**

- а) День «Пригласите инопланетянина жить с вами»
- б) День заселения тараканов к себе на кухню
- в) День «Пригласи в гости незнакомца по имени Олег»

**4. Представьте: 5 сентября, летний отпуск подошёл к концу. Вы проспали на работу, и вам уже звонит яростный начальник. Но ничего страшного, ведь сегодня...**

- а) День опозданий
- б) День «Проигнорируй претензии начальника»
- в) Праздник «Выпей кофе и забей на работу»

**6. 10 июля вспомните о насекомых, ведь в эту дату...**

- а) День «Не угощайте бабочку пивом»
- б) День «Не ругайте колорадского жука»
- в) День «Не наступите на пчелу»



# Попробуйте найти повод для праздника каждый день

Например, на этой неделе можно было отметить День хождения по бордюрам и День толстяка и толстушки.

В вопросах теста есть один реально существующий праздник и два выдуманных Metro. Сможете ли их вы отличить?

МАРЬЯ ЕГОРОВА  
maryaego@gazetametro.ru

**5. Какой дурацкой привычке посвятили целый праздник 23 апреля?**

- а) День грызения ногтей
- б) День ковыряния в носу
- в) День вырывания волосков из бровей



**7. Кулинары тоже не забыты! 11 августа знатоки не пропустят...**

- а) День мусорной еды
- б) День недоваренныхпельменей из щуки
- в) День борьбы с комочками в манной каше

**8. 19 сентября можно смело весь день кричать «Йо-хо-хо!», потому что отмечается...**

- а) День нечленораздельных воплей
- б) День «Говори как пират»
- в) День боли в коленях

## РЕЗУЛЬТАТЫ

### 0–3 правильных ответа

Нам остаётся лишь надеяться, что ни одна пчела не пострадала 10 июля по причине вашего незнания таких важных дат...

### 4–6 правильных ответов

Неплохо, но рекомендуем приобрести календарь со всеми праздниками и не упускать возможности «законно» принять в гости прибывших марсиан.

### 7–8 правильных ответов

Ваша голова – кладёз поводов для выпив... вечеринки! Гордимся тем, что вы знаете, в какой день стоит поковыряться в носу.

ПЛЮС



# КАК ВЫБРАТЬ ИДЕАЛЬНЫЙ ДОЖДЕВИК

**САМЫЙ СТИЛЬНЫЙ СПОСОБ ПЕРЕЖИТЬ ЛИВЕНЬ**

**Плащ-палатку оставляем для походов: городской дождевик сегодня выглядит как полноценная модная вещь. Эксперт рассказала Metro, какие модели особенно актуальны и с какой обувью и аксессуарами их сочетать**

Маргарита Лемешко  
lem@gazetametro.ru

/СОЦСЕТИ @ANNA.SPADES.LOVA, САЙТЫ ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИНОВ



## С чем носить дождевик

Лаконичная модель легко сочетается с деловым костюмом, летним платьем, джинсами или спортивным комплектом. Если дождевик прозрачный, именно одежда под ним становится главным акцентом. В таком случае стилист советует попробовать яркую рубашку, цветные брюки или крупный принт.

К однотонному дождевику можно добавить заметную обувь или аксессуары. Но если сама модель яркая, с принтом или металлическим блеском, остальные вещи лучше оставить спокойными.

Для дождливой погоды практичнее выбирать кожаные лоферы, челси, резиновые модели или другую обувь, которую легко очистить. Сумку тоже лучше брать из материалов, не боящихся влаги: гладкой или лакированной кожи, нейлона. Замшу и деликатный текстиль стоит оставить для сухой погоды.

Дождевики с поясом помогают обозначить талию, а свободный прямой крой понравится тем, кто прежде всего ценит комфорт

## На что обратить внимание при выборе

Начать стоит с материала. Для города подойдут лёгкие модели из полиэстера с водоотталкивающим покрытием, мягкого ПВХ и других непромокаемых тканей. Хороший дождевик не должен быть слишком жёстким, громко шуршать или неприятно липнуть к телу.



При выборе плаща обязательно учитывайте, как он будет сочетаться с вашими образами

## Как выбрать подходящую длину

Короткий дождевик подойдёт тем, кто много передвигается по городу и чаще носит брюки или джинсы. Модель до середины бедра – самый универсальный вариант: она хорошо защищает от дождя, но не перегружает силуэт.

Удлинённый удобен для платьев, костюмов и широких брюк. Миниатюрным девушкам стоит внимательнее выбирать объём и длину: слишком крупная модель может визуально уменьшить рост.

– Летом особенно важна вентиляция. Дополнительные отверстия помогают воздуху циркулировать и спасают в тёплую погоду. Проверьте также швы и фурнитуру: молнии должны хорошо закрываться, кнопки – надёжно фиксироваться, а капюшон – держаться на голове даже при ветре, – рассказала стилист-имиджмейкер и историк моды Ирина Катыхина.

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



## Какие дождевики сейчас в моде

Один из самых эффектных вариантов – прозрачные и полупрозрачные модели. Они не скрывают образ, поэтому платье с принтом, яркий костюм или необычная сумка остаются на виду. Тем, кому полностью прозрачный пластик кажется слишком смелым, подойдут дымчатые, молочные и слегка тонированные варианты.

– Броско выглядят серебристые и металлизированные дождевики. Их лучше сочетать с простыми вещами – джинсами, однотонными брюками, футболками и лаконичной обувью, – посоветовала эксперт. – А для более спокойного гардероба подойдут модели, напоминающие тренч или лёгкое пальто. Бежевый, графитовый, тёмно-синий и хаки легко комбинировать с большинством вещей. А свободный оверсайз особенно удобен тем, кто любит многослойность.

“

«Дождевик – это не просто защита от стихии, а модный аксессуар. Он может добавить изюминку в образ в пасмурный день. Не бойтесь экспериментировать с формами и прозрачностью. И помните – даже в дождь можно и нужно выглядеть стильно».

ИРИНА КАТЫХИНА  
стилист-имиджмейкер

”

## КАКИЕ ОШИБКИ ПОРТЯТ ОБРАЗ

- Слишком тяжёлый и плотный дождевик. Летом в нём быстро становится жарко, поэтому даже красивая вещь рискует остаться в шкафу.
- Неудобный капюшон. Если он постоянно спадает или закрывает глаза, дождевик теряет половину своей практичности.
- Чрезмерно яркая модель, купленная без учёта основного гардероба. Если дождевик нужен на каждый день, нейтральный оттенок окажется универсальнее. А необычный принт, прозрачность или металлик стоит выбирать, когда вы готовы сделать эту вещь главным акцентом образа.

## Длина, силуэт и цвет на любой вкус



Ветровка с водоотталкивающей пропиткой BNPR (16 990 ₽)



Ветровка-дождевик 2Mood (19 980 ₽)



Дождевик-трансформер SHU (8990 ₽)



Парка из водонепроницаемой ткани Uset (4680 ₽)



Плащ-дождевик GLVR (12 825 ₽)



Парка-дождевик Forcelab (7472 ₽)



## Рэймонд Курцвейл

Тратит приблизительно 1 млн долларов в год

78-летний технический директор Google не спешит на пенсию и считает себя ещё молодым.

Его методика продления жизни впечатляет: 250 витаминов, десять чашек щелочной минеральной воды и столько же зелёного чая. Правда, сейчас он уже сократил количество пилюль до сотни. Забавный факт: самым «результативным» препаратом из своего списка добавок он неоднократно называл... обыкновенный глицин. А обязательными добавками для всех и каждого Курцвейл считает мультивитамины, рыбий жир и витамин D. Согласитесь, весьма оригинально.

# Миллионеры переливают себе кровь детей и едят по сто пилюль каждый день

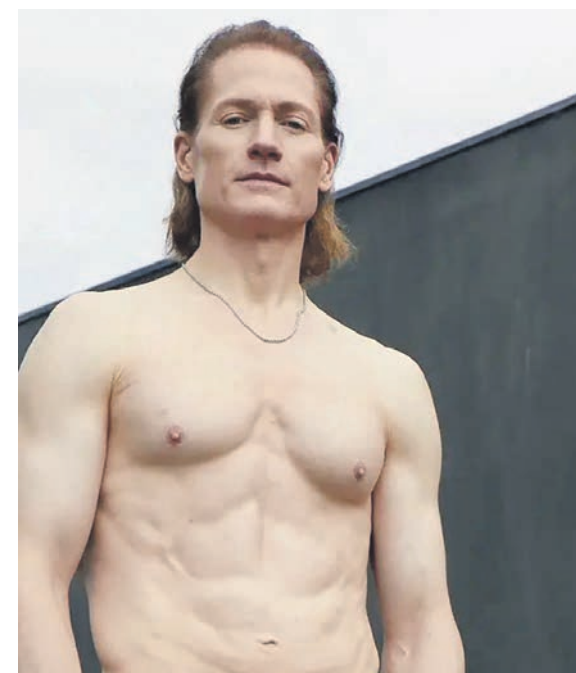
В попытке сохранить молодость и продлить свою жизнь биохаkers готовы на всё. Кто-то выбирает принципы ЗОЖ (спорт и правильное питание), а другие идут по пути экспериментальных – и часто опасных – терапий

**Глеб Бугров**  
gleb.bugrov@gazetametro.ru

Брайан Джонсон, один из самых известных биохаkers в мире, недавно поделился самым провальным «методом», к которому он прибегал. По его словам, инъекции соматотропина, «гормона

роста», помогли ему «помолодеть» на 7 лет, но вызвали резкие скачки внутричерепного давления и сахара в крови.

Metro узнало, кто ещё из миллионеров хочет жить вечно и чего стоит продление молодости за естественные для простого человека рамки.



## Брайан Джонсон

Тратит 2 млн долларов в год

Американский миллионер и экспериментатор постоянно тестирует на себе последние разработки в сфере продления жизни.

Самая «громкая» методика, которую практикует Джонсон, это переливание крови. В качестве донора выступает его 17-летний сын, из-за чего семейка быстро получила в Сети кличку «упыри». Зато, по словам самого 48-летнего мужчины, у него сердце 37-летнего, кожа 28-летнего, а объём лёгких как у 18-летнего. Несмотря на все старания сохранить здоровье, у Джонсона недавно обнаружили аутоиммунный гастрит, при котором его иммунная система атакует желудок.



## Леброн Джеймс

Тратит от 1,5 до 2 млн долларов в год

Известный баскетболист и один из наиболее оплачиваемых спортсменов во всём мире, который продолжает успешную карьеру в 41 год.

Чтобы оставаться в идеальной физической форме, Леброн, в отличие от того же Джонсона, не делает ничего скандального. Баскетболисту нужны всего лишь отдых в полной тишине, отсутствие какого-либо стресса дома, регулярные осмотры у врачей. Ну и ещё посещение баро- и криокамер: первые насыщают кровь кислородом, а вторые заменяют ему ванны со льдом (или купание в проруби).



## Дэйв Эспри

Тратит от 1 до 3 млн долларов в год

Эспри – самый претенциозный человек в нашем списке. Он называет себя первым биохакером, планирует дожить до 180 лет, отрицает все рекомендации врачей, нутрициологов и фитнес-тренеров. Вместо них он предлагает слушать, конечно же, себя.

Как простому смертному следовать его примеру, 52-летний биохакер не объясняет. Инъекции стволовых клеток, которые он практикует, стоят десятки тысяч долларов. Да и врачи относятся к ним с лёгкой настороженностью из-за возможных побочных. Альтернатива для «бедных» – кофе с добавлением масла и каприновой кислоты из кокосов. Купить его можно, конечно же, у самого Эспри.



## Аарон Трейвик

Тратит от 1 до 2 млн долларов в год

Один из самых молодых биохаkers в мире хотел сделать клеточную терапию доступной для каждого, но не успел. Он даже не дожил до старости – 28-летний Трейвик утонул в капсуле сенсорной депривации (ёмкости с водой, полностью экранирующей человека от внешнего звука и света).

Для сохранения молодости биохакер использовал экспериментальные препараты и вакцины, которые разрабатывала его компания. Но, вероятно, не только их: в организме Трейвика при вскрытии обнаружили следы наркотика с сильным стимулирующим эффектом.



Вода Катунь ярко-голубого цвета, как на Мальдивах. Всё потому, что она почти лишена взвесей и загрязнений, из-за чего солнечные лучи проникают вглубь водоёма, поглощая жёлтые, красные и оранжевые волны светового спектра / **ВСЕ ФОТО: АНДРЕЙ КАЗАКОВ**

# Алтай накормит мясом марала и спасёт от суеты

**Это лучшее место для уставшего городского жителя.**

Оно забирает у тебя тревогу, возвращая взамен покой и умиротворение

**Репортёр Metro за две недели на Большом Алтае** увидел всё: от целебных источников курортной Белокурихи до диких горных троп...

**...и изобрёл манжерокский синдром в противовес стокгольмскому,** когда после наблюдения за первозданной природой не хочется возвращаться в офис

**Андрей Казаков**  
andrey.kazakov@gazetametro.ru

## В ПУТИ

Дорога к алтайскому дзёну начинается стандартно – с четырёх с половиной часов полёта из Москвы до Горно-Алтайска (билеты стоят от 17 000 рублей, если позаботиться о них заранее). Затем ещё пара часов на такси, и вы на месте.

## МАНЖЕРОК

Моим первым «пунктом путешествия» стал курортный посёлок Манжерок в 47 км от Горно-Алтайска. Здесь своеобразная бирюзовая Катунь несёт свои ледяные воды у самого подножия хребтов. Чтобы оценить масштаб места, нужно подняться на гору Малая Синюха. Билет на современную канатную дорогу обойдётся в 2300 рублей, но эти 15 минут подъёма в панорамной кабинке сквозь изумрудное море тайги стоят каждого рубля. На вершине, на высоте почти 1200 метров, захватывает дух: вокруг колышется бескрайний океан из покрытых лесом хребтов, а где-то далеко внизу блещит тонкая змейка реки. Увидишь такое, и

## ТОЛЬКО ФАКТЫ

■ Лето – лучшее время для посещения Алтая. Средняя температура июля составляет комфортные +19 °С, но временами может подниматься до +30 °С.

■ Именно июль – начало августа – самое подходящее время для купания. Вода прогревается до 22–25 °С, но при условии, что май и июнь тёплые, как в этом году.

хочется остаться здесь навсегда.

## БЕЛОКУРИХА

В двух часах езды от Манжерока следующая обязательная точка – живописная Белокуриха, общепризнанное «место силы». И лечит она не только чистейшим горным воздухом. Курорт знаменит благодаря термальным азотно-кремниевым источникам, вокруг которых построены санатории. Здесь есть смысл задержаться минимум на десять дней. Но чтобы сэкономить, лучше брони-

ровать места заранее. Так можно найти номера за 3 тысячи в день вместо 7 в день приезда.

## ТЕЛЕЦКОЕ ОЗЕРО

Путь до новой точки моего маршрута неблизкий, но три часа от Белокурихи на экскурсионном автобусе пролетают незаметно: степи плавно уступают место предгорьям, а те – глухой дремучей тайге. Сверху Телецкое кажется нереально плотным, словно расплавленный свинец или гигантское тёмное зеркало, по которому лениво скользят крошечные точки катеров.

## О ВКУСНОМ

После таких маршрутов просыпается первобытный аппетит, и Алтай щедро накрывает на стол. Местная гастрономия – это отдельное приключение. Здесь стоит попробовать деликатесы из нежного мяса марала (от 700 рублей за блюдо в ресторане или от 4500 рублей за килограмм копчёностей на рынке), ароматные фермерские сыры (около 2200 рублей за килограмм) и, конечно, знаменитый горный мёд (от 600 рублей за килограмм).

## ФОТООБЗОР



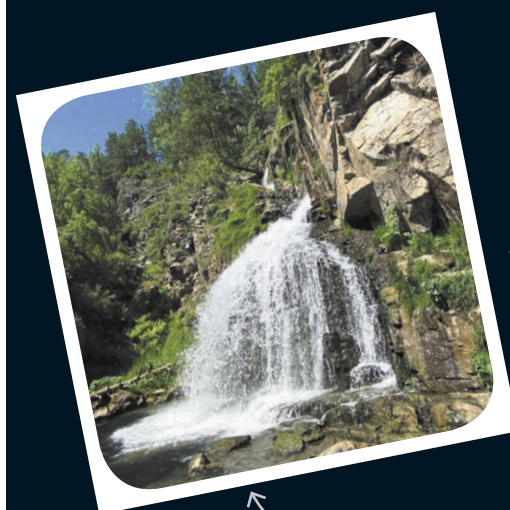
1

Скала Четыре Брата



2

Река Белокуриха



3

Водопад Корбу



4

Тёплый салат с мясом марала (крупного оленя) и тростником



Отсканируй QR-код, чтобы прочитать другие обзоры рубрики «Metro ГИК» на gazetametro.ru.

## Исакова и Варум снимутся в первом ромкоме «Квартета И»

**КИНО.** Съёмки картины «Мой немолодой человек» о чувствах, которые оказываются сильнее разницы в возрасте, стартовали в Москве. Главные роли исполняют 55-летний Леонид Барац и 21-летняя София Лопунова. В фильме снимаются и остальные «квартировцы», а также Виктория Исакова, Анжелика Варум, Ольга Медынич и другие актёры. **METRO**



Образ Титова создавался специально под Цыганова / WINK

## Евгений Цыганов сменит жену Юлию Снигирь в новом «Фишере»

**ДЕТЕКТИВ.** Действие четвёртой главы франшизы происходит в 1990-е. Цыганов сыграет опытного следователя из Твери Алексея Титова, к которому отправят из Москвы молодого специалиста Михаила Платонова (Оливер Рэймонд Мара). Вместе им предстоит найти маньяка, чьи зверства держат в страхе жителей города. **METRO**



# Сгораем от пиратского стыда

Журналист Metro поднял флаг с черепами и отправился в ностальгическое плавание к Карибским островам. Но вместо захватывающей истории буканьера ему пришлось столкнуться с ошибками и «деревянными» лицами в AC Black Flag Resynced



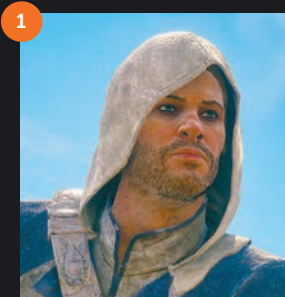
ГЕЙМЕР: ГЛЕБ БУГРОВ

ЖАНР: ЭКШЕН

/ СЕРИИ ИГРЫ

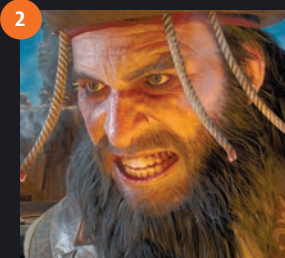
## ФИШКИ

### Что удивило



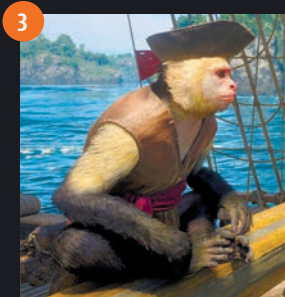
#### Лицо Эдварда Кенуэя

Поразительно, но настройки графики влияют не только на общее качество картинки. Начиная со «средних», есть вероятность, что внешность протагониста станет слишком уж гладкой – до такой степени, что буканьер будет похож на Кончиту Вурст.



#### Пиратские будни

Надо отдать должное игре там, где она этого заслуживает, – атмосфера золотого века пиратства передана превосходно. Морские песни, брызги волн, регулярные cameo ключевых буканьеров эпохи (например, Чёрной Бороды) вызывают искреннюю радость. Жаль, что больше ничего этого чувства не пробуждает.



#### Местная живность

На вашем корабле есть мартишка в шляпе. А ещё тут можно гладить собак и тискать котиков. Это не мелочь: без такого антистресса играть было бы совсем тоскливо.

## МИНИМАЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

- Место на диске: 65 Гб
- ОС: Windows 10 64-bit, Windows 11
- Процессор: Intel Core i7-8700K
- Оперативная память: 16 Гб
- Видеокарта: NVIDIA GeForce GTX 1660
- Сложность: ★★☆☆☆

ЭДВАРД КЕНУЭЙ ПОХОРОШЕЛ, НО НЕ ДО ТАКОЙ СТЕПЕНИ, ЧТОБЫ ПЛАТИТЬ ЗА ЕГО ПРИКЛЮЧЕНИЯ ВО ВТОРОЙ РАЗ



## СЮЖЕТ

Assassin's Creed Black Flag Resynced – переиздание одноимённой игры от студии Ubisoft. Главный герой, пират Эдвард Кенуэй, по воле случая оказывается втянут в вековой конфликт между сектой ассасинов и орденом тамплиеров. Из-за этого ему приходится регулярно отвлекаться от абордажей и распития рома на шпионскую работу: начиная от слежки и заканчивая убийствами сильных мира сего. Не обойдётся и без борьбы с работорговлей – Эдвард очень прогрессивный пират.

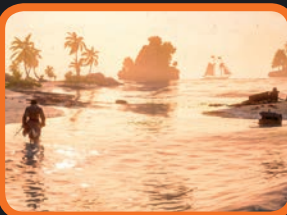
## ВПЕЧАТЛЕНИЯ

Обычно переиздания радуют, но «Чёрный флаг» стал исключением из этого правила. Ubisoft уже лет десять имеет репутацию компании, которую интересуют только деньги своей аудитории, и новый проект оказался очередным гвоздём в крышку гроба, давным-давно заколоченную намертво.

Игра получила современную графику и потеряла добрую половину лицевых анимаций. Эдвард, который 13 лет назад постоянно хмурился, поднимал брови и язвительно улыбался, теперь реагирует на все превратности судьбы как современная голливудская звезда, увлечённая ботоксом. Пострадал от «обновления» даже бег: в оригинале, заходя в глубокую воду, отважный пират передвигался с явным трудом. Теперь даже водоёмы по пояс не прерывают энергичный бег трусцой.

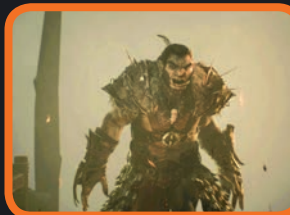
Сражения выглядят убого. За основу боевой системы взяли наработки «современных» частей серии, которые налезали на «старые» приёмы Эдварда, как сова на глобус. Лучшее, что можно сделать с этим переизданием, – забыть о нём как о страшном сне.

## Во что лучше поиграть:



#### AC IV: Black Flag

Окунуться в пиратскую историю можно и в оригинале – он, к слову, в два раза дешевле переиздания. (18+)



#### Gothic 1 Remake

Отправляйтесь на остров, закрытый от всего мира, и отправьте пробуждение злобного старого бога. (18+)



#### Sea of Thieves

Собирайте команду и выходите в открытое море – вас ждут приключения, сокровища и море рома. (14+)



#### No Man's Sky

Путешествуйте по открытому космосу в поисках загадок тайн Вселенной как в одиночку, так и с друзьями. (14+)

/ © РИА «НОВОСТИ», СОФЬЯ САНДУРСКАЯ / АГЕНТСТВО «МОСКВА»

# Как россиянам прожить на 300 тысяч: звёзды шоу-бизнеса отреагировали на заявление Лепса



**Обычное интервью Григория Лепса обернулось тем, что ему пришлось уточнять свои слова**

Поводом для публичных извинений стало заявление певца в интервью Эмину Агаларову о том, что большинство семей в стране имеют доход 200–300 тысяч рублей в месяц и при этом еле сводят концы с концами: «Они умудряются кормить двоих детей, одевать, обувать себя, детей, отправлять их в школу». Также певец упомянул о семьях с доходом в «миллион долларов в день», которым, по его наблюдениям, тоже всегда мало.

В своём обращении к подписчикам Лепс признал, что его высказывания могли быть восприняты как неуважение к тем, кто испытывает финансовые трудности. «Знаю, что многим сегодня приходится нелегко. И если мои слова прозвучали так, будто я этого не понимаю или отношусь к этому без должного уважения, – это совсем не то, что я хотел сказать. Прошу прощения», – говорится в сообщении артиста.

Извиняясь, Лепс отметил, что вырос в обычной семье и хорошо знаком с жизненными трудностями. А что думают о его высказывании другие представители российского шоу-бизнеса, выяснило Metro. **ФЕЛИКС ГРОЗДАНОВ, ГРИГОРИЙ ВОРОНЦОВ**

## МНЕНИЯ

### Алёна Кравец

– Я пробовала жить экономно, но меньше миллиона в месяц никогда не получалось тратить. Это мой прожиточный минимум. Содержание дома, прислуга, съёмки клипов, красивая одежда, здоровая еда, зарплата водителю, косметолог, мас-

сажист – всё это очень затратно. Плюс благотворительность, помощь бездомным животным. Покажите мне человека, который может всё это сделать на 300 тысяч? Нет, ну Григорий Лепс мужчина, ему не надо тратить на платья, косметику, но у него много детей, он всем помогает. Так что



тоже нужно иметь много денег, поэтому и работает много.

### Margo



– Я тут подумала, что вообще могу не работать до самой старости, а прямо сейчас выйти на пенсию. Но поскольку люблю люксовые бутики и профессионально умею тратить деньги, то работать приходится! Да ещё и клипы стоят дорого – иногда один обходится в 30 миллионов! Поэтому и работаю как сумасшедшая без выходных – выступаю, снимаю блоги, постоянно гастролирую. На 300 тысяч, конечно, невозможно выжить.

### Екатерина Семёнова



– У меня нет званий народной или заслуженной артистки, я попадаю под категорию неработающих пенсионеров, которым полагается доплата, поэтому получаю в месяц около 15 тысяч рублей. Я 200 тысяч даже за год не получаю. Но маленькая пенсия – это очень крутой стимул, чтобы много, как никогда прежде, работать.

### Евгений Кемеровский



– Гриша очень талантливый и необыкновенный парень, но у него большие расходы. Дай ему 100 миллионов, их будет мало. У него много детей (четверо. – Прим. ред.), большой коллектив, студия – много расходов. Но для таких, как мы, главное, когда получается песня или клип, когда полный зал людей. Я лично живу скромно – пельменей съел, и мне хватит.

### Юрий Лоза

– Триста тысяч – нормальные деньги. На них нормально можно жить целой семье. Однако, конечно, не в Барвихе, а в обычном российском городе. Минимальная же сумма так же зависит от места проживания. Если только обслуживание недвижимости



выходит более чем в сто тысяч рублей в месяц, ещё столько же съедает авто-

парк, а еда заказывается в дорогих магазинах, то триста тысяч для семьи из шести человек явно мало. А если люди живут в посёлке городского типа и тратят лишь на самое необходимое, не ленятся делать заготовки на зиму и держат запас картошки в погребе, то на триста в месяц легко могут существовать.



## КОРОТКО

### Михаил Ефремов сыграет после освобождения первую кинороль

**ВОЗВРАЩЕНИЕ НА ЭКРАН.** Проект режиссёра Александра Баршака с участием Михаила Ефремова и Даниила Козловского «Отец. Ещё отец» представила компания «Кедр Про» на питчинге в Фонде кино. По сюжету московский учитель, чтобы закрыть ипотеку, соглашается поставить провальный спектакль в Ельце и «закопать» местный театр. Дело осложняется тем, что худрук театра – его отец, которого он никогда не знал. **METRO**

### У «Артиста» Юрия Стоянова появился подражатель

**ПРОДОЛЖЕНИЕ.** Начались съёмки второго сезона комедийного сериала «Артист с большой до-роги».

В центре сюжета снова окажется вор-рецидивист Артист (Стоянов), который в первом сезоне, притворившись пожилой дамой, устроился няней к своим внукам. Во втором сезоне его жизнь усложняется: кто-то копирует его стиль ограблений, героя начинают преследовать и объявляют в розыск. **METRO**

### Сергей Горошко и Ольга Лерман ведут войну за семейный бизнес

**ВИДЕО.** Вышел тизер сериала «Большая ферма». По сюжету учёные-медики изобрели лекарство, которое может вылечить любое заболевание, даже рак. Это становится причиной раскола в семье одного из врачей: сын (Горошко) хочет помочь отцу (Игорь Гордин) с продвижением, дочь (Лерман) подозревает, что тот намерен предать отца, а сам изобретатель оказывается не готов к компромиссам, которых требует от него рынок. **METRO**



Героиня Ольга Лерман высказывает в лицо брату (Сергей Горошко), что тому нужны только слава и деньги / СКРИНШОТ ТИЗЕРА / ОККО

### Любовь Аксёнова «списала» героиню «Почки» с Ксении Собчак

**ИНТЕРВЬЮ.** Такое признание актриса сделала в эфире выпуска YouTube-шоу «Осторожно: Собчак». Главная героиня сериала «Почка», которую сыграла Аксёнова, – дерзкая инспектор пожарной службы Наталья Кустова.

Также актриса рассказала, что для работы в новом проекте «Холод», который вышел на прошлой неделе в Сети, ей пригодился печальный личный опыт: её отец провёл четыре года в тюрьме. **METRO**

### Умер актёр театра и кино Дмитрий Поднозов

**УТРАТА.** Артист скончался на 65-м году жизни от онкологии, сообщили в питерском театре «Особняк», худруком которого он был. В театре уточнили, что в последние полгода актёр серьёзно болел.

В фильмографии Поднозова 216 проектов, наиболее известные из которых – «Тайны следствия», «Духless 2», «Тест на беременность», «Мажор», «Чернобыль», «Комбинация», «Ледокол», «Карамора», «Цинга». **METRO**

## ГОРОСКОП

на среду, 22 июля 2026 года



Астролог Лилия Любимова

## ♈ ОВЕН

21.03 – 20.04

Отправляйтесь на встречу ради настоящего разговора, а не для галочки. Сегодня ценно не количество мест, куда надо успеть, а качество общения с собеседниками.

## ♉ ТЕЛЕЦ

21.04 – 21.05

Отличный день, чтобы закрыть налоги, разобрать финансовые бумаги: самые неприятные и мутные хлопоты пройдут как по маслу.

## ♊ БЛИЗНЕЦЫ

22.05 – 21.06

Звёзды сошлись так, что сегодня вы сможете глубже увидеть суть проблем и найти решения. Задайте себе самые сокровенные вопросы – и ответы придут сразу.

## ♋ РАК

22.06 – 22.07

На работе созрел разговор, который вы откладывали. Вы скажите коллеге накопившееся спокойно и по-человечески: сегодня люди склонны слышать и идти на уступки.

## ♌ ЛЕВ

23.07 – 22.08

Если вам нужно оформить какие-то документы, уладить важные формальности – сегодня отличный день. Должностные лица пойдут вам навстречу.

## ♍ ДЕВА

23.08 – 22.09

Идеальный день, чтобы сказать близкому человеку то, о чём долго молчали. Говорите мягко и честно: сегодня вас услышат, поймут и простят гораздо охотнее, чем ждёте.

## ♎ ВЕСЫ

23.09 – 22.10

Самое время помириться с близкими и отпустить бытовые обиды. Тёплый вечер, совместный ужин, спокойный тон растопят лёд.

## ♏ СКОРПИОН

23.10 – 21.11

Вас захлёстывают сильные чувства, но не уходите в них с головой. Дайте эмоциям выход через тело: спорт, массаж, долгая прогулка вернут равновесие.

## ♐ СТРЕЛЕЦ

22.11 – 21.12

Сегодня успеху поможет выбор одежды. На вашей стороне насыщенные тёмные тона, выразительные акцентные детали. Притягательность работает эффективнее слов, а вечер хорош для свидания.

## ♑ КОЗЕРОГ

22.12 – 20.01

Откровенный разговор с другом восстановит доверие. Сделайте первый шаг к человеку, с которым вы в размолвке, и постарайтесь выслушать его очень внимательно, не перебивая.

## ♒ ВОДОЛЕЙ

21.01 – 18.02

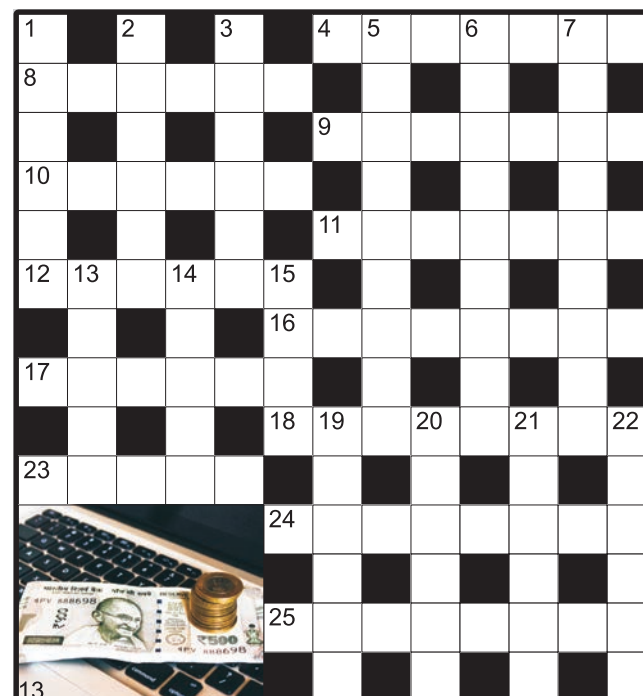
Сегодняшний день отлично подходит для творческого самовыражения: рисования, занятий музыкой, чтения и сочинения стихов.

## ♓ РЫБЫ

19.02 – 20.03

Погрузитесь в тему, которая цепляет не только ум, но и душу. Сегодня вы схватываете суть интуитивно, глубже и быстрее, чем в обычные дни.

## КРОССВОРД



### ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

- Сцена для «несерьёзных» видов искусства
- Металлический каркас очков
- Место въезда в город или выезда из него в XVI–XIX вв., охраняемое стражей
- Фактор, дающий неоспоримое преимущество
- Что такое мангал?



- Место отдыха охотников, запечатлённое на картине Василия Перова

- Дождь, про который нельзя сказать, что он стучит по крыше
- Главный «говорун» во время парламентских дебатов
- Стадион для соревнований на болидах
- Самая большая медная монета в кошельке граждан во времена перестройки
- Кошелёк, который не любит мелочиться
- Энергичный представитель коллектива.

### ПО ВЕРТИКАЛИ:

- Подземный ход, проложенный под стеной без ведома обороняющихся
- Бурый североамериканский медведь, умелый рыболов
- Сличение текста с оригиналом
- Минеральное образование, растущее со дна пещеры

- Человек с отсталыми взглядами, консерватор
- Римское число XC более привычно

## 13. Валюта Индии

- «Косметика» для солдатских сапог
- Музыкальный инструмент, ставший символом поэзии
- Умения солдата, приобретённые в ходе ежедневной муштры
- Российская премия в виде отрубленных рук
- По нему выстраивают солдат, из-за чего дылда и карлик оказываются на разных флангах шеренги
- Сочное нутро персика.



## ОТВЕТЫ

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Подпол. 2. Грива. 3. Сврка. 4. Сталамнт. 5. Ретроград. 6. Девяносто. 7. Лира. 8. Вакса. 9. Овация. 10. Вытяжка. 11. Мангал. 12. Рампир.

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



Диков Антон Павлович  
хирург-имплантолог  
более 5 тысяч пациентов

**ИМПЛАНТС**

implants-msk.ru

+7(495)161-03-45

Ст.м. «Павелецкая»,  
ул. Новокузнецкая, д. 33, стр. 1

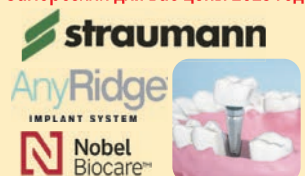
Дефицит костной ткани считается главным противопоказанием к восстановлению зубов. Дело в том, что в кости в области удалённых зубов происходит естественное рассасывание костной ткани, так как на неё перестаёт оказываться жевательное давление, а кость теряет опору в виде зуба.

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 бронируйте акционную цену до конца месяца.

Акция\* до 31.07.2026 г.

Заморозили для вас цены 2025 года



ЛЕЧЕНИЕ ЗУБОВ «ВО СНЕ»  
(под седацией)

ИМПЛАНТАЦИЯ (КОРЕЯ)  
от 24 900 руб.

«ВСЕ-на-4/6»  
от 129 000 руб.

Профессиональная  
гигиена от 7 500 руб.

\*Условия акции уточняйте по телефону

КТ + консультация + план лечения = 0 руб

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

## Концерт группы «Градусы»

2 августа  
на фестивале Summer Sound  
в Москве

**СКАНИРУЙТЕ**

Чтобы выиграть  
2 билета  
от газеты Metro

**metro**

Реклама 16+

Срок проведения конкурса с 20 июля 2026 года по 27 июля 2026 года включительно. Информация об организаторе конкурса, о порядке и правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам конкурса, сроках, месте и порядке их получения размещена по ссылке в конкурсном посте.

## АНЕКДОТЫ

■ — Ох, милый, ты мне вчера столько комплиментов наговорил, ничего подобного я от тебя никогда не слышала!  
— Извини, был пьян.

■ Сергей Петрович очень радовался, когда нашёл в зимней куртке двести тысяч, но потом расстроился, когда его уволили из гардероба.

■ — Дорогая, ты стала необъятной!  
— А можно потактичней?!  
— Можно. Дорогая, ты просто космос!

■ Учительница на отдыхе выглядела счастливой, пока кто-то не крикнул: «Ирина Игоревна!»

■ — Мы немного выходим за бюджет ремонта квартиры...

— Как так?! Мы же ещё ремонт не начинали!  
— Я вчера с ремонтных денег себе шубку купила.

■ Две подружки обсуждают парня:  
— Этот нахал ко мне вчера весь вечер приставал.  
— Действительно нахал. К тебе приставал, а ко мне нет!

■ — Дорогой, я опаздываю, налей себе чай сам.  
— Хорошо... А сколько ложек сахара я люблю?

■ Когда счищаешь грязь с мышки, узнаешь новые функции своего браузера.

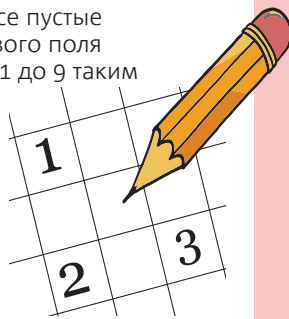
■ — Какие таблетки для похудения посоветуете?  
— В принципе, любые, главное условие — принимать вместо еды.

## СУДОКУ

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

## КАК РЕШАТЬ

Заполните все пустые клетки игрового поля цифрами от 1 до 9 таким образом, чтобы ни в одной строке, столбце и малом квадрате 3х3 цифры не повторялись.



## ОТВЕТЫ

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | 9 | 2 | 8 | 1 | 6 | 3 | 1 | 9 |
| 1 | 6 | 8 | 9 | 3 | 1 | 2 | 7 | 5 |
| 1 | 9 | 3 | 5 | 7 | 2 | 6 | 1 | 8 |
| 6 | 7 | 1 | 1 | 9 | 9 | 8 | 2 | 3 |
| 2 | 8 | 1 | 3 | 6 | 7 | 9 | 5 | 1 |
| 9 | 3 | 9 | 2 | 1 | 8 | 1 | 6 | 7 |
| 3 | 1 | 7 | 6 | 9 | 5 | 1 | 8 | 2 |
| 8 | 1 | 6 | 7 | 2 | 3 | 9 | 9 | 1 |
| 9 | 2 | 5 | 1 | 8 | 1 | 7 | 3 | 6 |

## НЕДВИЖИМОСТЬ

■ **Выкуплю.** Куплю. Сниму. Сдам. Подбор недвижимости в Москве и МО до 100 км от МКАД. Оформление документов. Опыт 16 лет. Тел. 8(926)316-66-17

## ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

8(495)147-55-01. Юристы-профессионалы. Отобрали квартиру? Не дают наследство? Попали на мошенников? Срочная защита. Вернём 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!** Составление исков, представление интересов в суде! Пенсионерам скидка до 50%! Консультация бесплатная! 8(495)201-25-12

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

## РАБОТА

3500 – 5000 смена. Вахта 20 смен. Бесплатное питание, проживание. Грузчик, комплектовщик, упаковщик. м. Бауманская. 8(800)600-78-49

Вахта, проживание + обед+ авансы! 3/п от 125 000 р. Упаковщик (м/ж) и разнорабочие на стройку (муж.). м. Бауманская. +7(964)727-39-89

■ **Вечерний секретарь.** Возможен гибкий график в вечернее время. Доход от 55 000 р. 8(926)976-2460

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

Грузчики на склад одежды. 3/п 162 000 руб. за вахту 45 смен! Вахта. Без опыта. Бесплатное проживание и обеды. Еженедельные авансы. Заселение в день приезда. Велком-бонус 10 000 руб. Тел. 8(800)600-73-39

СВОК производство вентиляционного оборудования

## РАБОТА ВАХТОЙ

мужчины 3/п от 4100 р/смена. женщины 3/п от 3800 р/смена.



МО, г. Чехов  
8 (995) 987-38-49  
8 (926) 089-00-48

Официальное трудоустройство. Бесплатное проживание

■ **Дежурный техник** требуется в гостиницу. ТК РФ, 5200 р./смена, г/р: 4/4 по 11 часов, питание, униформа, соцпакет. Т. +7(495)937-08-96, Владислав

■ **Жестящик** по вентиляции. 3/п от 90 тыс. руб. График 5/2, возможны подработки в выходные дни. Производство воздуховодов. м. Щёлковская. +7(985)643-80-87

■ **Комплектовщик. График свободный. От 18 до 65. Гр. РФ. Оплата ежедневно 5-7 т.р. Тел. +7(931)106-27-07**

■ **Контролёры турникетов**, ж/д. Вахта 15/15. Официально. Жильё. До 118 000 руб. 8(925)081-91-65

■ **Котломойщик. График 5/2. 3/п от 75 000 руб. м. Братиславская. Тел. +7(903)179-70-55**

■ **Котломойщик-грузчик. График 5/2. 3/п от 75 000 руб. м. Текстильщики. Тел. +7(903)265-22-47**

■ **Лифтёр-оператор видеонаблюдения за эскалаторами. 3/п 31 000 р. м. Домодедовская. График 2/2. 8(925)829-45-19**

■ **Малляр** требуется в гостиницу. ТК РФ, 5000 р./смена, г/р: 2/2 (09:00 – 21:00), питание, соцпакет. Т. +7(495)937-08-96, Владислав

■ **Мойщица-уборщица. График 5/2. 3/п от 70 000 руб. м. Братиславская. Тел. +7(929)963-34-80**

■ **Охранник** в ЧОП. Вахта, сутки, день, от 3500 до 5000 р. 8(936)300-51-58

■ **Охранник. 3/п 3500 – 3700 руб. с УЧО/без УЧО. Вахта 15/15, 30/15. Тел. +7(926)919-05-84; охранник, офис Москва. 3/п 4500 с УЧО. Тел. +7(930)918-93-85**

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

■ **Охранник.** С лицензией и без. Сутки и вахта. Хорошие бытовые условия. Гарантированная оплата. 8(906)782-30-22, 8(964)589-55-99

■ **Охранник с УЧО, 3700 – 4000 руб. за сутки. Москва. Вахта, 15/15, 30/15, 45/15. Гражданство РФ. 8(991)775-12-82, 8(991)775-12-91**

■ **Охранники с УЧО и без. 3/п до 7000 руб./сутки. Москва и МО. Г/р/сменный. Оформление по ТК РФ. Льготное питание, соцпакет. Т. 8(929)994-83-18**

■ **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.** УЧО. Вахта. 15/15. Официально. 3400 р. – охранник. 4000 р. – старший. 8(926)015-01-27

■ **Повар** в частную школу. Заработная плата от 85 000 руб. 5/2. Рабочие часы: с 7:00 до 16:00. м. Зюзино. Оформление по ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Ольга Викторовна

■ **Повар** в частную школу. Заработная плата от 90 000 руб. 5/2. Рабочие часы: с 7:00 до 16:00. м. Багратионовская. Оформление по ТК РФ. Тел. +7(926)943-14-98, Полина Васильевна

■ **Повар** холодного цеха. 3/п 6600 р./смена. Опыт работы в ресторанах Москвы. Стабильные выплаты зарплаты, комфортные условия труда, график сменный ночной с 20:00. ТК РФ. м. Киевская. 8(968)042-39-57, 8(967)227-31-08

■ **Помощница/к** руководителя. Порядочный. Обучаю сама. Высокодоходно. Пенсионеры приветствуются. Тел. 8(988)629-20-51

■ **Продавец-консультант** на ярмарку белорусских товаров (Ашан, Ави-апарк, Мытищи). 3/п белая 100 000 руб. на руки. Тел. 8(925)750-50-61

■ **Работа** в Москве с ежедневной оплатой 3000 за 8 часов, проживание, питание. Разнорабочий. 8(926)483-53-70

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

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

■ **Разнорабочие.** Работа ежедневно или вахтой. Оплата от 2000 до 3000. Питание, жильё, спецодежда предоставляются. +7(991) 751-37-95

■ **Сотрудник** в торговый зал (мини-маркет продуктовый). Г/р 6/1, 8:00-20:00. 3/п до 100 000. Оформление официальное. м. Охотный Ряд. Тел.: 8(977)729-03-23, 8(903)004-08-73

■ **Сторож в дневное время. График свободный. От 18 до 65. Гр. РФ. Оплата ежедневно 5-7 т.р. Тел. +7(931)106-27-07**

■ **Суши-повар.** 3/п 6800 р./смена + питание. В ресторан панзиатской кухни. Опыт работы в ресторанах Москвы. Комфортные условия, сменный график ночной с 20:00. ТК РФ. м. Китай-город. 8(968)042-39-57, 8(967)227-31-08

■ **Техник-дежурный** по вентиляции и кондиционированию. Галерея им. И. Глазунова. Москва, Волхонка, 13. Гр. 1/3 (сутки/трое). 3/п 30 000 р. Т. 8(903)556-54-08

■ **Уборщица** в отель «Металлург». 3/п от 60 000 руб. График 3/3 с 8:00 до 20:00. Тел. 8(929)585-23-26, м. Достоевская, Октябрьский пер., д. 12

■ **Уборщица** в столовую. 5/2 (с 9:00 до 18:00, пятница до 17:00). 3/п на руки 65 000 + бесплатное питание. м. Сходненская, Трикотажная, Волоколамская. 8(919)100-68-17

■ **Уборщица** для уборки служебных помещений. Приветствуются граждане РФ. 3/п от 82 000. м. Алтуфьево. Тел. +7(915)059-62-32, Светлана

■ **Уборщица** в частную школу. Заработная плата от 58 000 руб. 5/2. Время работы: с 8:00 до 17:00. м. Каховская. Оформление по ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Людмила Юрьевна

■ **Уборщица. 3/п 85 000 руб. Офис день/ночь. До 60 лет! м. Серпуховская. Без судимости. Гр. 6/1, с 07 до 19 или ночь с 19 до 07. Тел. 8(985)665-67-88**

■ **Уборщица.** Офисное здание, м. Павелецкая. График 5/2 с 7:00 до 19:00. Оплата 80 000 р. на руки. Тел. для связи: +7(926)350-17-90

## 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.vmgpereezd.ru

## АНТИКВАРИАТ

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

## РАЗНОЕ

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

## ПУНКТЫ ПРИЁМА ОБЪЯВЛЕНИЙ:

- Ст. м. «Битцевский Парк» 8(925)504-51-08 (только юриция)
- Ст. м. «Марьино Роща» 8(495)640-18-48, доб. 123
- Ст. м. «Молодёжная» 8(915)387-70-75
- Ст. м. «Озёрная» 8(495)196-19-40
- Ст. м. «Петровский парк», «Мнёвники» 8(915)333-22-47 (выезд)
- Ст. м. «Пролетарская» 8(495)225-50-46
- Ст. м. «Тульская» 8(495)961-00-18
- Ст. м. «Тургеневская» 8(495)788-77-03
- Ст. м. «Шоссе Энтузиастов» 8(800)551-50-98, 8(926)606-97-60
- Ст. м. «Шелепиха» 8(495)96-100-97
- Ст. м. «Шукинская», «Тушинская» 8(905)705-17-48
- Ст. м. «Электровозная» 8(495)228-06-30

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 Дарья Загородняя • Столичная утренняя газета Metro © 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, помещ. 1Н • Тел. редакции: 8 (495) 787-12-11 • E-mail редакции: internet@gazetametro.ru  
• Отдел рекламы: 8 (495) 787-12-11. E-mail: reklama@gazetametro.ru • Сайт: www.gazetametro.ru • Мнение авторов может не совпадать с позицией редакции • Редакция не несёт ответственности за материалы информационных агентств, стиль и грамотность рекламных объявлений.  
• Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые сертификаты и лицензии • Редакция не несёт ответственности за содержание рекламных материалов, а также за надлежащее исполнение рекламодателями своих обязательств • Время подписания по графику: 19:30  
• Время подписания номера фактически: 21.07.2026, 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.



## «Зенит» расторг соглашение с разыгрывающим защитником

**БАСКЕТБОЛ.** Пресс-служба петербургского клуба объявила об уходе Ксавьера Муна. Контракт с 31-летним американцем, рассчитанный до конца сезона-2026/27, расторгнут по соглашению сторон.

Мун перешёл в «Зенит» в августе 2024 года. Через год Ксавьер, выбывший из-за травмы правого коленного сустава, покинул команду, но в январе 2026-го снова присоединился к «сине-бело-голубым». **МЕТРО**



Многие любители футбола раскритиковали эмблему, назвав её творением ИИ / САЙТ «РОДИНЫ»

## Дебютирующая в РПЛ «Родина» представила новый логотип

**ФУТБОЛ.** Московский клуб опубликовал картинку с эмблемой на своём сайте. Ранее дебютант РПЛ отказался от логотипа в виде запятой, разработанного студией известного дизайнера Артемия Лебедева.

Части фанатов «Родины» новый логотип не понравился. В соцсетях клуба они назвали эмблему «убожеством» и потребовали вернуть старый вариант с птицей. **МЕТРО**



## Долгая дорога к счастью

Родители Нико Уильямса – ганцы. Они пересекли Сахару, проделав часть пути босиком без еды и воды, нелегально пробрались в Испанию, оказались под арестом, но смогли легализоваться. Нико родился уже в Памплоне. Он благодарен родителям, что они смогли подарить ему лучшую жизнь. Получив медаль чемпиона мира, Уильямс сразу отдал её сидевшей на трибуне маме.



## Оглушающие медные трубы

В семь лет Ламин Ямаль попал в академию «Барсы». Когда Ямалю было 12, СМИ называли его новым Лео Мессе. В 15 лет юноша дебютировал за сборную Испании, а в 17 принёс ей золото чемпионата Европы. Многих талантливых игроков завышенные ожидания сломали, но не Ямал. Плей-офф на чемпионате мира он провёл от звонка до звонка, отыграв почти 500 минут.

# В героя финала ЧМ не верил даже его дед

Путь к успеху игроков сборной Испании на чемпионате мира был непрост. Им пришлось справиться с депрессией, травмами и большими авансами, выданными СМИ

**Даниил Бороздин**  
daniel.borozdin@gazetametro.ru

В 2023 году Ферран Торрес после неудачного отрезка в «Барселоне» впал в депрессию. Форвард признавался, что «упал в бездонную пропасть и не видел, как из неё выбраться». Он потерял уверенность и обратился к психологу.

Чемпионат мира тоже начался для Торреса ужасно: он заporол убийный момент в игре с Кабо-Верде, попав в перекладину. Даже дед Феррана раскритиковал внука, добавив, что игроку подходит не «Барселона», а скромный «Леванте». Не слишком удачно сложились для нападающего также мат-

чи с Саудовской Аравией и Австрией.

К финалу нападающий подошёл, имея в своём активе лишь голевой пас в игре с Португалией. Но именно критикуемый всеми Торрес стал автором «золотого» гола сборной Испании. «Это было предначертано судьбой», – заявил Ферран.

Ферран Торрес стал героем  
финального матча против сборной  
Аргентины / AFP



## Проклятое правое колено

В конце 2023 года Гави получил разрыв крестообразной связки и пропустил почти год. В августе 2025-го хавбек травмировал внутренний мениск на том же правом колене. Вернулся на поле 21-летний игрок лишь в марте 2026-го, но смог отобраться в сборную на чемпионат мира. Гави провёл на поле несколько минут, но язык не повернётся сказать, что он не заслужил медаль.



## От скепсиса до признания

Когда в декабре 2022-го Луис де ла Фуэнте возглавил сборную Испании, эксперты негодовали. 61-летний тренер почти не имел опыта на взрослом уровне. Немного поработав в третьей испанской лиге, он переключился на молодёжные сборные страны. Но ставка сработала: наставник уже привёл главную команду к победам на чемпионатах Европы и мира.

## Пути Петросян и Тутберидзе разошлись

О том, что Аделия Петросян покинула тренерский штаб Этери Тутберидзе, сообщила сама фигуристка в своём телеграм-канале. Она поблагодарила наставницу, хореографа-постановщика Даниила Глейхенгауза и тренера Сергея Дудакова.



Петросян под руководством Тутберидзе отобралась на Олимпиаду, где заняла шестое место / АЛЕКСАНДР Вильф / © РИА «НОВОСТИ»

РИА «Новости» сообщило, что Петросян поступила в ГИТИС на балетмейстерский факультет и может пропустить сезон. Sport24 добавил, что Аделия пока не выбрала нового тренера, так как сосредоточена на решении проблем со здоровьем. А «Матч ТВ» утверждает, что причиной разрыва стала жёсткая конкуренция: обе стороны понимали, что фигуристка не будет первым номером.

Хореограф-постановщик Елена Радионова говорит Metro, что Петросян лучше знает, как сейчас поступать:

– Аделия умеет не только четверные прыгать. Она ещё и очень эффектная фигуристка: хорошо слышит музыку, пластичная. Петросян может раскрыть любой образ.

Хореограф группы Тутберидзе Алексей Железняков признаётся Metro, что Аделия – одна из его любимых учениц:

– Она прекрасная девочка, талантливая. Для меня её уход – потеря.

При этом Железняков считает, что Петросян не сможет стать лучшей фигуристкой в мире:

– Не получится, потому что фигурное катание – молодой вид спорта, как и художественная гимнастика. Там девочки на пятки наступают и делают такие вещи, что ого-го и ой-ой-ой. **ДАНИИЛ БОРОЗДИН, СЕРГЕЙ РАСТОРГУЕВ**