

№ 1 В МОСКВЕ*

metro®

Киркоров худел с психологом и любовью

Звёзды поделились с Metro, как им удаётся сбрасывать вес и держать себя в форме **с. 11**

Наговицина останется на пике Победы

В громкой истории трагического восхождения россиянки поставлена финальная точка **с. 08**



Колобок докатился до Голливуда

Герой российского кинопроката был обнаружен на кадрах супергеройских блокбастеров **с. 13**

У Москвы большие планы на районные скверы, парки и детские площадки

■ В столице развёрнута программа обновления и озеленения скверов. И речь идёт не только о крупных парках, но и о районных детских площадках.

■ Мэр Москвы анонсировал, что сразу несколько небольших скверов приведут в порядок уже в этом году **с. 03**



«Нам не хватало Веры»: у московской пары родился пятнадцатый ребёнок **с. 02**

За кухонным столом помещаются не все Роговы / ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА

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



В столичном метрополитене проверили 41 эскалатор

БЕЗОПАСНОСТЬ. С начала 2026 года в Московском метрополитене проведены грузовые испытания на 41 эскалаторе. До конца декабря планируется проверить ещё 44 объекта, рассказали в пресс-службе столичного Дептранса.

Во время испытаний специалисты имитировали максимальную загрузку и проверяли тормозную систему, чтобы гарантировать безопасность при пиковом пассажиропотоке. **METRO**



Вы можете найти сливы на любой вкус / ПРЕСС-СЛУЖБА ДЕПАРТАМЕНТА ТОРГОВЛИ И УСЛУГ ГОРОДА МОСКВЫ

Настала пора отправляться на ярмарки за сливами

ФРУКТЫ. На московских ярмарках стартовал сезон слив нового урожая. Покупателям предлагают более 10 сортов, которые привозят фермеры из Краснодарского края, Ростовской, Московской, Тамбовской, Липецкой, Рязанской, Орловской и других областей РФ. **METRO**

ПОГОДА НА ЗАВТРА
13 августа **четверг**
 ☁️ +17 °С **день**
 ☁️ +13 °С **ночь**



Половина семьи отправляется в отпуск / ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА

Главное для многодетной семьи – наладить быт

41-летняя Надежда Рогова из Москвы стала мамой 15-го ребёнка. Теперь у неё и её мужа Ивана 10 дочерей и 5 сыновей

Светлана Перцова
svetlana.pertsova@gazetametro.ru

– Хочу поздравить вас с рождением 15-го ребёнка! Какая большая у вас с мужем семья! – обращаюсь я к маме-рекордсменке, которая на днях подарила жизнь малышке Вере и уже успела выйти из больницы.

– Да уж, в семье нас много и всегда весело, – отвечает она. Голос на проводе сосредоточенный: Надежда параллельно собирается на дачу. Её Роговы очень любят – там свежий воздух и, что важно, большой стол, за которым может поместиться вся их семья. А то в московской квартире есть приходится посменно.

Удивительно, но, по признанию 41-летней Надежды, ни она, ни муж, поженившись, не планировали

рожать 15 детей. Более того, известие о том, что она впервые станет мамой, молодую пару огоршило. Но муж Надежду поддерживал и стал помогать изо всех сил.

Первый ребёнок появился на свет в 2004 году. Девочку назвали Татьяной. Сейчас ей уже 22 года. Она уже живёт отдельно, окончила авиационно-технический колледж и работает на том же заводе, что и отец. Самой младшей

дочери дали имя Вера. По словам Надежды, именно веры нам сейчас всем очень не хватает.

– Все дети разные, и у каждого свои интересы, – признаётся мама. – Но справиться с ними можно.

Главное в большой семье – наладить быт. Все обязанности должны быть чётко распределены.

– Например, у нас есть дежурные на каждый день. Они помогают роди-

телям убираться в комнатах, заправлять кровати (они, кстати, не многорусные, я такое не принимаю, всем купили обычные) и мыть посуду. Когда идём на прогулку (чаще всего с детьми в парке гуляет папа, я слишком нервничаю, что кто-то упадёт или ударится), старшие помогают младшим одеваться. А вот готовим мы все вместе, все любят это дело. Я отвечаю за кашу, дети занимаются

омлетом или чем-то другим попроще, – перечисляет Надежда. – В целом, если всё правильно спланировать, у родителей даже останется время на себя. Я, к примеру, ухаживаю за собой, хожу в салоны красоты.

Личное пространство у ребят тоже присутствует.

– У нас в семье нет общего шкафа, у каждого свой отдельный, чтобы можно было хранить только свои вещи. Во внутренние конфликты между детьми стараемся не вмешиваться: пусть разбираются сами. Деньги на личные расходы даём всем, они тратят их по своему усмотрению, например, ходят в кино (все вместе мы туда выйти не можем – слишком дорого). Некоторые из детей уже работают или подрабатывают, без этого никуда. И заработанное – это их личные финансы, на которые никто не претендует, – рассказывает Надежда.

На провокационный вопрос, есть ли у вас любимчики, Надежда отвечает сразу же: «Нет, какие любимчики? Я всех своих детей люблю одинаково!»

ТОЛЬКО ФАКТЫ

■ Пара растит детей без помощи бабушек и дедушек. Следить за младшими помогают старшие дети.

■ Семья проживает в двух квартирах общежития при Космическом центре имени Хруничева. Им принадлежат одна двушка и одна трёхка, трёхкомнатную квартиру дали после рождения в семье 9-го ребёнка.

■ В этих квартирах порой, например на праздники, собирается до 20 человек, бывает шумно. Но соседи не против, относятся к многодетной семье с пониманием.

■ Семья любит гулять в парке. Папа обычно произносит: «Кто со мной?» – и выбегают все.



Когда Надежда и Иван познакомились, ей было 18, ему – 21 / ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА



«РОЖАТЬ СТОИТ, ЕСЛИ У ВАС ЕСТЬ ПОДДЕРЖКА В ЛИЦЕ МУЖА. БЕЗ НЕГО БЫЛО БЫ СЛОЖНО».

НАДЕЖДА РОГОВА
мама 15 детей

#ZOOM



Маленьким тоже нужна забота

В Москве идёт программа обновления и озеленения крупных парков, но и небольшие, районные, город тоже не забывает. Ведь именно они пользуются большой популярностью у местных жителей. Об этом в мессенджере «Макс» написал Сергей Собянин.

В ближайших планах – обновление Ижорского сквера в Дмитровском районе, сквера у районного центра «Нева» в Левобережном, «Этнографической деревни «Бибирево», сквера имени А. Ф. Авдеева в Люблино, парка имени Артёма Боровика в Марьино, аллеи 11 Героев Сапёров в Кунцево.

Михаил Нешевец



Так преобразится Ижорский сквер / КАНАЛ МЭРА МОСКВЫ В МЕССЕНДЖЕРЕ «МАКС»

Парки и скверы Москвы постоянно обновляются

ЦИФРА

6

небольших парков и скверов в разных районах столицы изменятся к лучшему уже в этом году.



Игровые площадки приглашают детей / MOS.RU



Так будет выглядеть парк им. Фадеева / КАНАЛ МЭРА МОСКВЫ В МЕССЕНДЖЕРЕ «МАКС»



Этнографическая деревня «Бибирево» / MOS.RU



«В ЭТОМ ГОДУ ПРИВЕДЁМ В ПОРЯДОК НЕСКОЛЬКО РАЙОННЫХ ПАРКОВ И СКВЕРОВ».

СЕРГЕЙ СОБЯНИН
мэр Москвы



ФОТО: ПРЕСССЛУЖБА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ

КОРОТКО

Город поможет промышленникам показать себя за рубежом

ПОДДЕРЖКА. Столичные предприятия смогут принять участие в бизнес-миссиях и международных выставках в осенне-зимний период 2026 года при поддержке центра экспорта «Моспром». Город покроет расходы на перевозку экспонатов и проведение встреч с возможными партнёрами. Об этом сообщили в пресс-службе Департамента инвестиционной и промышленной политики. **METRO**

Цена продажи Рижского вокзала не изменится

ТОРГ УМЕСТЕН. Рижский вокзал будет выставлен на торги в четвёртый раз, сообщает сайт ОАО «РЖД».

Начало торгов запланировано на 8 октября, а приём заявок на аукцион пройдёт с 12 августа до 29 сентября. Стартовая цена лота составляет 4 млрд рублей.

Напомним, предыдущие торги не состоялись из-за отсутствия заявок на участие. **METRO**



Комплекс будет состоять из нескольких зданий разной этажности / MOS.RU

Образовательный центр появится в Даниловском районе Москвы

ЛУЧШЕЕ – ДЕТЯМ. В нём смогут заниматься 500 малышей и 975 школьников. Об этом в мессенджере «Макс» написал мэр Москвы Сергей Собянин.

Комплекс разместят на территории нового жилого квартала, рядом с которым формируется транспортный хаб «ЗИЛ». **METRO**

Команда
транспорта

Это водители Олег и Яна.

Они управляют электробусами и видят
красивые пейзажи Москвы из кабины

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



Мосгортранс



+7 495 539-54-54
3210 с мобильного

mosgortrans.ru
transport.mos.ru

СРЕДА

СЕГОДНЯ В МОСКВЕ

ЕЖЕДНЕВНАЯ АФИША

Текст: Марья Егорова / Все фото: [bilet.mos.ru](#), [teatr.mos.ru](#)

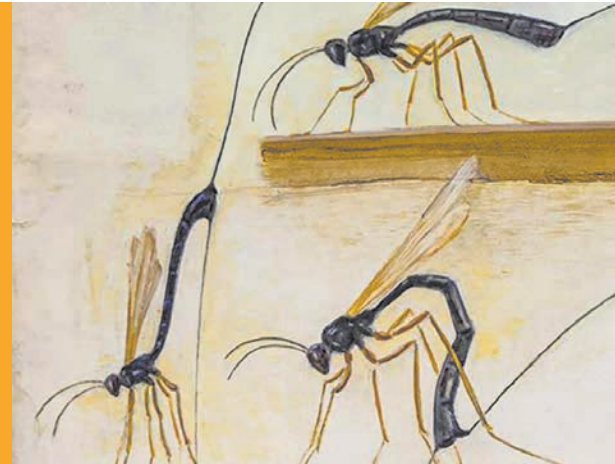


ПРАЗДНУЕМ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ
«ФАБРИКИ СЧАСТЛИВЫХ ЛЮДЕЙ»

Экскурсия «Я люблю тебя, мой старый парк». Участники узнают, с чего начиналась история парка Горького, когда он открылся 12 августа 1928 года, увидят следы разных эпох и выяснят, почему его называли «комбинатом культуры» и «фабрикой счастливых людей». (6+)
Где: Музей парка Горького, ул. Крымский Вал, 9, стр. 11
Когда: 12:00
Цена: 500 Р

ВОСХИЩАЕМСЯ ВЫСТУПЛЕНИЯМИ
ЦИРКОВЫХ АРТИСТОВ

Представление «Совсем Большой» посвящено 50-летию генерального директора цирка, народного артиста России Эдгарда Запашного. В программе лучшие номера: выступления акробатов, воздушных гимнастов и животных. (0+)
Где: Цирк на проспекте Вернадского
Когда: 19:00
Цена: 1000 – 10 000 Р



СМОТРИМ НА ТЕХ, КТО ВРЕДИТ
ЗДРАВООМУ РАССУДКУ

Выставка «Нахлебники» покажет главных злодеев – паразитов, живущих за чужой счёт, манипулирующих сознанием и превращающих тела других существ в инкубаторы и зомби. (6+)
Где: Выставочные залы Государственного Дарвиновского музея, ул. Вавилова, 57, стр. 1
Когда: 10:00–18:00
Цена: 600 Р

ЗНАКОМИМСЯ С БИОГРАФИЕЙ
СОВЕТСКОГО ПИСАТЕЛЯ

Моноспектакль «Хармс: Ну почему, почему я лучше всех?!». Постановка про творчество Даниила Ивановича Хармса – одного из самых эксцентричных поэтов XX века. Это абсурдно-футуристическая лекция-перформанс о его жизни. (12+)
Где: Мастерские на Чистопрудном бульваре
Когда: 21:00
Цена: вход свободный



МАСТЕРИМ
УКРАШЕНИЯ

Мастер-класс «На века». Участники создадут браслет из бусин и бисера с буквами греческого алфавита и обсудят историю одного из древнейших языков. (12+)
Где: Библиотека им. Некрасова
Когда: 14:00
Цена: бесплатно, по регистрации на [nekrasovka.ru](#)



НАБЛЮДАЕМ ЗА
ПУТЕШЕСТВИЯМИ

Фильм «Смешарики сквозь вселенные». Крош и Ёжик находят в Ромашковой долине необычное устройство, которое переносит их в игру про будущее, где они обычные дети на космическом корабле. Но позже они осознают, что это была не игра... (6+)
Где: в кинотеатрах Москвы
Когда: 10:10–21:30
Цена: от 379 Р



ОКУНАЕМСЯ
В ВОДУ И ОГОНЬ

Выставка «Сенс. Эволюция стихий» – проект о взаимодействии человека, природы и технологий. Через искусство и нейротехнологии зритель становится участником и переживает эмоциональный опыт взаимодействия с природными силами. (0+)
Где: центр «Марс», Пушкарёв пер., 5
Когда: 14:40–21:20
Цена: 1400 Р



ИЩЕМ ВЫГОДНУЮ
НЕВЕСТУ

Спектакль «Женитьба Бальзаминова». Чиновник Михайло Бальзаминов мечтает о богатой невесте. Его поддерживает заботливая маменька, а сваха Акулина Гавриловна усердно ищет подходящие кандидатуры для сватовства. (12+)
Где: Театр комедии, Суворовская пл., 1/52, корп. 2
Когда: 19:00
Цена: 1700–6000 Р

Московские инженеры довели дезинфекцию в больницах до автоматизма

Чтобы продезинфицировать хирургические инструменты, ровно 161 год назад медики впервые использовали фенол, а сегодня за это отвечает масса автоматизированных технологий. Как они помогают в операционных, Metro рассказал Александр Просвиряков, генеральный директор московской компании «ТЗМОИ», одного из ведущих производителей медоборудования

Светлана Власова

В современных лечебных учреждениях выстраивается целая система инфекционного контроля. Что именно производит ваша компания?

– Мы разрабатываем и выпускаем технику, которая позволяет продезинфицировать и простерилизовать как простые хирургические инструменты, например зажимы и скальпели, так и сложные – с каналами и полостями, такие как эндоскопы. Все эти изделия контактируют с кровью и биологическими жидкостями, поэтому обязаны пройти полный цикл обработки. Паровые и низкотемпературные

плазменные стерилизаторы, дезинфекционно-мочные машины, установки для обеззараживания медицинских отходов – от качества и надёжности работы нашего оборудования напрямую зависят жизни и здоровье людей.

Что изменилось в производственном процессе с развитием технологий?

– Предприятие постоянно оптимизирует и автоматизирует производство. Так, резка металла осуществляется на станках, где оператор только задаёт нужную программу. Станок сваривает швы, а длительную шлифовку до практически зеркального блеска осуществляет робот.



Пока машина трудится, оператор станка только контролирует процесс / ПРЕСС-СЛУЖБА ДИПП

«Для того чтобы простерилизовать инструменты, сегодня персоналу клиники достаточно загрузить их в машину, выбрать программу и нажать одну кнопку для старта».

АЛЕКСАНДР ПРОСВИРЯКОВ
гендиректор «ТЗМОИ»



Но сотрудники всё равно остаются незаменимыми. Именно они определяют работу оборудования: настраивают необходимые программы, контролируют процесс и результат. Специальное конструкторское подразделение ежегодно выпускает в серию 2–4 новые модели собственной разработки.

В этом году вы открыли ещё один цех. Что там появилось нового?

– Завод прошёл большой путь от простых механических устройств до высокотехнологичных автоматизированных систем. Новую производственную площадку оснастили самыми современными линиями. Парк оборудования пополнился высокопроизводительными станками, в том числе лазерными станками листовой резки металла и трубной резки 3D, автоматизированным гибочным центром. Это позволит нарастить объёмы серийного производства и увеличить ассортимент продукции, значительно сократив сроки выпуска новых изделий.

ЦИФРЫ

1400

единиц
медицинских изделий
компания выпускает
в год.

≈270

млн руб. в год –
объём поставок
компании на экспорт.

>220

московских промышленных предприятий
выпускает медицинские изделия.

Роботы и болиды удивят гостей

ОЭЗ «Технополис Москва» отметит 20-летний юбилей масштабным фестивалем

22 августа на Северном речном вокзале пройдёт «Технофест». Об этом сообщил заммэра Москвы по вопросам транспорта и промышленности Максим Ликсутов. Организаторы подготовили активности для всей семьи. На выставке можно будет рас-

смотреть разработки столичных заводов, например гоночные болиды, электрокар UMO, банкоматы с защитной системой от мошенников и робота-пожарного. Также гостей ждут выступления музыкантов на карбоновых гитарах, интерактивы с нейросетями и AR-технологиями, диджей-батлы и карьерные консультации для тех, кто ищет себя. Завершится фестиваль выступлением Валерия Сюткина и ярким лазерным шоу. С подробной программой можно ознакомиться на сайте мероприятия. Вход свободный. Светлана Власова



К фестивалю на Речном вокзале появится яркая сцена / ПРЕСС-СЛУЖБА ДИПП

ВАКАНСИИ

Откликнуться на вакансии
можно по почте:
rabota@technomoscow.ru

«МОТОРИКА»

Инженер по качеству
Условия: нормированный рабочий день с 09:00 до 18:00, ДМС (расширенная программа со стоматологией), оплата мобильной связи.

«Р-ФАРМ»

Лаборант биохимической лаборатории
Условия: работа в одной из лидирующих фармацевтических компаний России. ДМС, страхование от несчастных случаев. Система социальных пакетов. Обучение за счёт компании. Адрес: ст. м. «Текстильщики».

АВИАЦИОННЫЕ ИНТЕРЬЕРЫ

Мастер швейного участка
Условия: от 165 000 руб./месяц, до вычета налогов. Корпоративные обеды, кофе, чай. ДМС (через 6 месяцев работы в компании). График 5/2 (с 07:00 до 16:00).



Отсканируй QR-код, чтобы
изучить эти и другие вакансии на
сайте ОЭЗ «Технополис Москва».

Мария Вальдес Одриосола верит в судьбу, ведь она появилась на свет благодаря Фиделю Кастро, чьё столетие мир будет отмечать 13 августа

В семейном архиве Мария бережно хранит благодарственное письмо её отцу, Сантьяго Вальдесу Одриосоле, подписанное кубинским лидером

Дарья Завгородняя
dariaz@gazetametro.ru

Художница, педагог, искусствовед, знаток Москвы – человек настолько разносторонний, что не знаешь, с чего начать о ней рассказ. Мария – автор пособий по развитию творческих способностей, монографий о московском метро, книг по искусству и архитектуре, в том числе путеводителя по Гаване. К этому городу у Марии особое отношение, ведь наполовину она кубинка.

– Мои родители познакомились в автобусе, – рассказывает художница. – Мама тогда жила на Маяковке, где и я сейчас, а отец учился в Военно-политической академии. После её окончания он получил учёную степень магистра философии. Отец был военным, участвовал в боевых действиях на Плайя-Хирон.

В далёком 1961 году полторатысячное подразделение «Бригада 2506», подготовленное США, высадилось на побережье Плайя-Хирон, чтобы свергнуть правительство Фиделя Кастро. При поддержке танков Т-34 и артиллерии кубинские войска оказали жёсткое сопротивление и блестяще одержали победу над интервентами. Среди защитников Острова свободы был и папа Марии – Сантьяго Вальдес Одриосола.

– Подробностей отец не рассказывал, но, очевидно, проявил себя очень активно. В награду его отправили на учёбу в Москву. У меня и мама (генетик, профессор МПГУ. – Прим. ред.) была энергичная, а отец вообще огонь.

...Потом отца вызвали на родину, а жена с дочерью осталась в Москве.

– Мама была невыезженной, – объясняет Мария.

Дочь героя Кубы соединила в сердце Москву и Гавану



Родители поженились в 70-е в Москве / **ВСЕ ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ГЕРОИНЕЙ ПУБЛИКАЦИИ**



С отцом девочка познакомится почти через 20 лет



После долгой разлуки отцу и дочери не хотелось расставаться



Мария ведёт экскурсию по родному Тверскому району

Только в 2001 году девушка впервые увидела вторую родину.

– Прежде мы с отцом переписывались, созванивались часто, но именно та телеграмма, которую я отправила накануне приезда, не дошла! Приехала усталая, стою у двери, а папы дома нет. Я прямо с чемоданом пошла по соседям его искать, – вспоминает художница.

Дождалась родителя Мария уже в гостях у соседки.

– Когда пришёл папа, мы были очень рады увидеться. Он собрал друзей, накрыл на стол: «Ко мне дочка приехала!» И все присоединились к нашей радости, люди там

ТОЛЬКО ФАКТЫ

■ Мария Вальдес Одриосола – кандидат культурологии, художник, профессор Петровской академии наук и искусств, сотрудник Библиотеки № 2 имени Ю. В. Трифонова в Тверском районе Москвы.

■ Как художница, за последние 15 лет участвовала в более чем 70 выставках в Москве, Санкт-Петербурге, Гаване и Мадриде, 19 из которых персональные.

очень доброжелательные, открытые.

Гаванцы живут общинами, соседи как огромная семья. Вместе и за детьми следят, и помогают друг другу. Каждая община – отдельный мини-социум.

– Первым делом меня научили готовить кубинский оливье, – улыбается художница.

Название салата появилось благодаря советско-кубинской дружбе, но общее у братских рецептов – только майонез. Остальные ингредиенты в гаванском варианте кардинально другие: макроны-спирали, ананас, ветчина, сыр и оливки.

– Не так давно я с этим салатом победила на кон-

курсе у Константина Ивлева, – говорит Мария.

Ещё одним ярким впечатлением на родине отца для неё стала местная архитектура.

– Представляете, там хотели всё снести, закатать в бетон и сделать подобие Нью-Йорка. Но революция прошла, и сохранилось великолепное колониальное наследие – барокко, неоклассицизм и очень интересный, самобытный кубинский модерн.

В отличие от Москвы, где все улицы «текут» к единой сердцевине, Гавана – полицентричный город. Есть Старая Гавана, Центральная, Ведадо, Мирамар и так далее – каждый район со сво-

им «лицом». Напоминает немного наши спальные районы. Объединяющее начало, как и у москвичей, – городские приметы.

В Москве есть множество достопримечательностей, которые принято поглаживать на счастье, имеется такое и в столице Кубы – бронзовый памятник городскому сумасшедшему Кабальеро де Пари. Люди полюбили этого бродягу за добрый нрав: он угощал детей конфетами, а всем желающим оставлял автограф на память.

– Существует поверье: если погладить руку Кабальеро, это непременно принесёт счастье, – улыбается Мария.



К Наговициной дважды запускали дрон. В первый раз он показал, что она жива и даже машет рукой, а спустя две недели тепловизор не зафиксировал признаков жизни / СКРИНШОТ ВИДЕО / Т.МЕ/BOUYAVIKTORUA

Стала камнем: тело Натальи Наговициной не смогли спустить с пика Победы

Она махала рукой с того света, а вся страна следила за историей её спасения. Спустя год тело Натальи Наговициной так и не забрали – и, похоже, уже не заберут никогда

В сезоне-2026 ни одна из альпинистских групп не смогла добраться до отметки 7000 метров из-за сложных погодных условий

Анна Жукова
anna.zhukova@gazetametro.ru

Кыргызстан. Пик Победы. Самый северный семитысячник мира. Здесь, на высоте 7200 метров, в царстве вечных снегов и разреженного воздуха, уже второй сезон лежит тело российской альпинистки Натальи Наговициной. Гора не отдаёт свою пленницу.

СИМВОЛИЧЕСКИЙ РИТУАЛ Год назад вся страна, затаив дыхание, следила за её спасением. При спуске с вершины Наталья сломала ногу и оказалась в ледяной ловушке. При попытках до неё добраться погиб итальянский альпинист Лука Синиалья, а спасательный вертолёт потерпел крушение.

В пятницу, 7 августа, появились новости, что сезон восхождений на пике По-

беды официально закрыт. Обычно он завершается в конце августа – начале сентября. Но в этом году гора оказалась неприступнее, чем когда-либо.

– Всё, Победа закрыта. В базовом лагере – сугробы по пояс, наверху – под два метра. Что касается эвакуации тела Наговициной, то, честно говоря, я не вижу в этом смысла. Это символический ритуал, за которым стоит совершенно несоизмеримый риск, – жёстко заявляет Metro альпинист и спасатель Илья Чивалев. – Каждый альпинист, поднимаясь в горы, понимает, что может остаться там навсегда. И в этом нет трагедии – есть достоинство. Гора становится и местом упокоения, и памятником.

БЫЛА ЛИ ЗАПИСКА

Три группы всё же пытались штурмовать вершину, но ни одна из них не смогла подняться выше 7000 метров.

– Специально за Наговициной никто не шёл, группы совершали плановое восхождение, – рассказал председатель комиссии по классическому альпинизму Федерации альпинизма России, «снежный барс» Александр Яковенко. – Чтобы снять тело

ЦИФРА

87

человек погибли на пике Победы за 65 лет (с 1961 по 2025 год). Ещё десятки числятся пропавшими без вести.

с семитысячника, нужна тщательно спланированная экспедиция. Но добровольно рисковать жизнями спасателей ради тела – безумие. В России альпинистов, способных туда подняться, можно пересчитать по пальцам – от силы человек десять. Но ни один из них никогда не проводил подобную операцию на Победе. С гребня не спускали ещё никого. Это не просто сложно – это почти невозможно.

На пике Победы даже летом температура опускается ниже -30 °С, а ветер дует со скоростью 120–150 км/ч. В таких условиях тела не разлагаются, а превращаются в камень и лёд, становясь частью самой горы. Что касается предсмертной записки Натальи, о которой все говорят и которая, вероятно, вообще не существует, то она никуда не денется.

– В прошлом году альпинисты забрали дневник моего погибшего друга, который 35 лет пролежал на восьмитысячнике. Бумага была в идеальном состоянии, – продолжает Яковенко. – Так и записка Наговициной может пролежать несколько лет, пока однажды до неё не доберутся.

А пока Кыргызстан намерен переписать правила игры. С альпинистов теперь будут требовать страховку, покрывающую вертолётные спасработы, подтверждённый спортивный разряд и детальный маршрут. Горы больше не прощают халатности, а Наталья Наговицина остаётся их вечной хранительницей.



КОРОТКО

Пуанты с автографами прим Мариинки выставят на торги

РАРИТЕТ. Аукционный дом «Литфонд» 15 августа представит на торгах предметы живописи, графики и декоративно-прикладного искусства. Среди интересных лотов – пуанты с автографами прим «золотого состава» Мариинского театра, прижизненное издание Гоголя «Вечера на хуторе близ Диканьки» и хрустальный графин к трёхсотлетию дома Романовых, сообщили в пресс-службе «Литфонда». **METRO**

13 человек погибли в Татарстане от дронов ВСУ

ЖЕРТВЫ. В результате атаки украинских дронов на Нижнекамск погибли 13 человек, в том числе один ребёнок, почти все они граждане Узбекистана и Таджикистана, сообщила представитель МИД РФ Мария Захарова. Удар пришёлся по hostelu, в котором они жили. Ещё 78 человек пострадали. По числу погибших в России в результате одной атаки это один из самых смертоносных ударов с начала СВО. **METRO**

Скульптура девушки-поезда в Красноярском крае стала мемом

Я ТАК ВИЖУ. У вокзала в посёлке Нижняя Пойма появилась скульптура «Тайга». Арт-объект в виде поезда с огромной головой девушки вызвал неоднозначную реакцию в Сети. Автор «шедевра» Максим Старовойтов в беседе с журналистами назвал местных жителей «дикуватными». «Ну, люди малограмотные. У них нет соответствующего образования, а я до 28 лет учился, я понимаю, что я делаю», – заверил художник. **METRO**



«Церетели отдыхает», – оценили арт-объект в комментариях / VK.RU / МАКСИМ СТАРОВОЙТОВ

В Колумбии и Эквадоре произошло землетрясение

СТИХИЯ. В Колумбии произошло землетрясение магнитудой 7,4 с глубиной очага 96 километров. Толчки ощущались и в соседнем Эквадоре, пишет Euronews. Погибло по меньшей мере 170 человек, ещё около 900 получили травмы. В городах обрушились здания – под завалами могут оставаться люди. Землетрясение вызвало оползни, перекрытие автомобильных дорог и остановку работы аэропортов. **METRO**

Иран нанёс США ущерб в 13 миллиардов долларов

УБЫТКИ. Потери Соединённых Штатов из-за ответных ударов со стороны Ирана достигли 13 миллиардов долларов, пишет Wall Street Journal. Иранская армия атаковала по меньшей мере 20 объектов, используемых ВС США на Ближнем Востоке. Кроме того, 42 американских самолёта, в том числе находившихся на авиабазах, получили повреждения или были уничтожены. **METRO**

ПЛЮС



Бомбер

Он остаётся одним из самых удобных вариантов для города. Резинка по низу и манжеты ограничивают бесформенную часть силуэта, а объём в верхней части визуально подчёркивает плечи.

– Наиболее универсальны однотонные модели свободного кроя. С футболкой, джинсами и кроссовками получится простой повседневный комплект. Хотите выглядеть элегантнее – добавьте рубашку или поло и лоферы, – рассказала стилист-имиджмейкер и историк моды Ирина Катыхина.



Объёмный бомбер – отличный выбор на каждый день

Выбираем мужскую верхнюю одежду для осени

До конца лета ещё несколько недель, но первое дыхание осени уже чувствуется – особенно по утрам и вечерам.

А значит, самое время вспомнить про лёгкие куртки, бомберы и ветровки.

Вместе с экспертом разбираемся, как стильным парням утеплиться сейчас и что пригодится в первые прохладные дни

Маргарита Лемешко
lem@gazetametro.ru

Тонкая кожаная куртка

Лаконичная кожаная куртка может оставаться в гардеробе годами. Лучше выбирать прямой крой, мягкую кожу и минимум декоративной фурнитуры.

– Чёрный цвет выглядит строже, тёмно-коричневый – мягче и хорошо сочетается с бежевым, серым, молочным и синим. Носить такую куртку можно не только с джинсами и ботинками: попробуйте добавить прямые брюки, трикотаж и лоферы.

Качественная кожаная куртка прослужит вам много сезонов



Ветровка

Самый практичный вариант для переменчивой погоды. Современную лаконичную модель без крупных логотипов проще простого носить каждый день.

– Выбирайте лёгкие варианты с водоотталкивающей обработкой и достаточно свободным кроем, чтобы под куртку помещалась толстовка. Ветровка хорошо сочетается с прямыми джинсами, чиносами и свободными брюками, а из обуви подойдут кроссовки или ботинки. Беспроblemные для стилизации цвета – тёмно-синий, оливковый, серый и чёрный, – отметила эксперт.



Свободная ветровка с водоотталкивающей пропиткой пригодится в непогоду



Джинсовая куртка без потёртостей сегодня более актуальна, нежели с ними

Джинсовая куртка

Деним – отличный вариант для сухой и относительно тёплой погоды. Самая универсальная джинсовка – прямого кроя, без выраженных потёртостей и активного декора.

– Носите её с футболкой, рубашкой, свитшотом или тонким трикотажем. Сочетание с джинсами тоже допустимо, но лучше выбирать разные оттенки денима – например, тёмный низ и более светлый верх.



Полную версию читайте на сайте gazetametro.ru.



Выбирайте свободную парку, чтобы под неё легко поместился второй слой

Парка без утеплителя

Облегчённая парка подойдёт тем, кому особенно важна практичность. Благодаря длине она хорошо защищает от ветра и мороси, но без утеплённой подкладки не становится слишком жаркой.

– Выбирайте модели длиннее обычной куртки и оставляйте небольшой запас для худи или свитера. Сочетайте парку с денимом, брюками-карго, кроссовками или ботинками. Самые универсальные оттенки – хаки, серый и тёмно-синий, – посоветовала стилист.

/ СОЦСЕТИ @LOUISDARCS, @THEYOUNGWRETCR, @INDANIELSIMMONS, @RICHARDBIEDUL

Рабочие будни зоотехник Московского зоопарка Антонина Капешина проводит с человекообразными обезьянами, а по выходным хватает свою собаку и... бежит

Вместе с Холли у девушки за плечами множество забегов: самый экстремальный из них принёс напарницам победу

Какие препятствия пришлось преодолеть бегуньям ради первого места, спортсменка рассказала Metro

ЦИФРА

39

минут – за это время Антонина и Холли преодолели дистанцию в четыре километра, заняв первое место в категории 16–29 лет.

Мария Безгина
maria.bezgina@gazetametro.ru

Расслабленной пробежкой с собачкой Adrenaline Dog Trail уж точно не назвать – забег, прошедший в Угличе в начале августа, больше напоминает игру на выживание. Оцените сами: четырёхкилометровая дистанция пролегает через заболоченную местность, реку, подземный тоннель, спуск и подъём по шинам, а также сколоченные деревянные барьеры. Пройти такое на скорость в одиночку точно сможет не каждый, а с собакой вместе – и подавно. А вот для 25-летней Антонины и 6-летней Холли этот экстремальный забег стал победоносным.

– Участвовать в разных забегах мы начали года три назад, – рассказала девушка Metro. – На первых тренировках Холли просто бежала со мной рядом. А в чём заключается суть каникросса? Собака должна тянуть

Напарницы взошли на пьедестал несмотря на болота, взрывы и сломанную лапу



Победительницы отмечают свой успех под знакомым флагом / ВСЕ ФОТО: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА ГЕРОИНИ



Кажется, подземный тоннель дался жизнерадостной Холли гораздо легче, чем Антонине

человека, тем самым помогая ему бежать. А моя собака такая: «Ой, кустик, ой, деревце», словно на прогулке. Но, когда мы приехали на наш первый забег, она начала тянуть меня очень сильно, в какой-то момент я даже подумала, что пойду пешком, потому что устала. А она так посмотрела на меня: «Нет, давай, бежим-бежим». С тех пор она выкладывается на полную.

Целеустремлённости этому небольшому, но отважному хвостику не занимать: оказалось, американский питбуль Холли сумела выиграть гонку после перелома, двух операций и с пластиной, вставленной в заднюю лапу.

– Забег проходил на полигоне для лазертага, и там рядом проводили тренировки, откуда слышались взрывы. А у меня собака боится громких звуков после операции: выстрелов всяких, грома, салютов. И я, конечно, очень сильно пере-



Напарницы хорошо чувствуют состояние друг друга, ведь Холли появилась у девушки ещё двухмесячным щенком

живала из-за этого и думала, что она вообще сейчас не побежит, – вспомнила свои опасения Антонина.

Но Холли побежала, обгоняя конкурентов: догов, борзых, гончих и терьеров.

– Самой сложной для неё оказалась заболоченная местность: если раньше она тянула меня вперёд, то сейчас осталась позади. Но она старалась и прямо как танк шла за мной. Иногда приходилось ей помогать и немножко тащить за шлейку, но в целом она всё прошла самостоятельно.

На награждении после забега девушка развернула свой «профессиональный артефакт» – флаг Московского зоопарка, тот самый, с манулом на эмблеме. Антонина шутит, что с другими своими подопечными помимо Холли (а это гиббоны, орангутаны и гориллы) такой трейл она бы ни за что не побежала – слишком непредсказуемо может закончиться мероприятие.

КОРОТКО

В Германии построят переходы для жаб и лягушек

СТРОИТЕЛЬСТВО. Власти немецкого города Билефельд решили на четыре месяца закрыть участок Дорнбергер-штрассе длиной около 700 м. Там собираются строить подземные переходы для жаб, лягушек и тритонов. Как сообщает газета Bild, выделено 1,7 млн евро. Местные жители таким решением недовольны: им придётся объезжать участок, а это займёт 25 минут и прибавит 14 км к пути. **METRO**

Исследователи используют акул для сбора данных

НАБЛЮДЕНИЕ. Учёные из Делавэрского университета США начали прикреплять к акулам электронные датчики, с помощью которых можно точнее оценивать мощь штормов до того, как они достигнут суши. Как сообщило агентство Reuters, такой способ позволяет собрать больше данных из-за того, что акул много и у них большой ареал обитания. **METRO**



Кадры образа жизни сурков учёные решили выкладывать на сайт / SHUTTERSTOCK

Учёные завели аккаунт на OnlyFans из-за нехватки денег

РЕШЕНИЕ. Проект по наблюдению за жизнью желтобрюхих сурков, проводимый учёными из Калифорнийского университета, оказался под угрозой закрытия из-за сокращения финансирования. Чтобы заработать денег на исследование, учёные создали аккаунт на OnlyFans, куда стали выкладывать видео с сурками. **METRO**

Как сбросить 59 кг за полгода: звёзды эстрады поделились технологиями похудения

Лето, к которому все стремятся похудеть, коварно: фрукты, поездки на шашлыки и холодные лимонады неизбежно заставят стрелку весов поползти вверх. А за осень человек может прибавить до 5% массы тела из-за усилившегося с наступлением холодов аппетита. Metro узнало у звёзд, как им удалось сбросить вес – и как получается держать себя в форме

Феликс Грозданов
felix.grozdанov@gazetametro.ru

/ ФОТО: АГН «МОСКВА», ВЛАДИМИР ПЕСНЯ / © РИА «НОВОСТИ»



АННА СЕМЕНОВИЧ
певица

При помощи «волшебных» уколов

– Когда я занималась фигурным катанием, то была толстенькая и мне не давали есть – всегда голодала. Зато, как только окончилась моя спортивная карьера, начала

сметать всё, что было в холодильнике: могла есть пельмени, заедая их вареньем, мороженым и селёдкой. Эта психологическая проблема, когда ты начинаешь есть и не можешь остановиться, имеется у многих спортсменов, которые тоже голодали в детстве. В итоге, конечно, набрала несколько лишних килограммов. Но потом врач посоветовал мне российский инъекционный препарат для похудения. Я убрала с его помощью эти семь злосчастных килограммов, которые мне мешали. А самое главное, благодаря этому успешно выровняла здоровье и кровь. Мне стало гораздо легче жить. Сегодня я ем два раза в день – завтрак и обед или ужин. Днём могу себе даже печенье позволить.



ЛАРИСА ДОЛИНА
певица

При помощи интервального голодания

– Я каждый год делаю анализ крови, на основе которого корректирую своё питание. В прошлом году, например, не ела красное мясо. В этом мне уже его можно, просто

его не люблю. Но я по-прежнему вообще ничего не ем после 14 часов, придерживаясь много лет интервального голодания. Сейчас поеду в отпуск на море, но и там не буду расслабляться. Там ведь отдыхаешь и набрать лишние килограммы очень просто. У меня есть списки «красных» – запрещённых, и «зелёных» – разрешённых продуктов. Их всегда и придерживаюсь. Врачи знают о моём жёстком режиме питания и говорят: «Пока всё хорошо, Лариса Александровна, но учтите, что это ненадолго!» Кстати, я могу попробовать кусочек торта, но просто знаю, что потом могу съесть торт целиком, поскольку максималист по своей природе. Так что я лучше съем кусочек и уйду, не буду мучить себя этим.



ФИЛИПП КИРКОРОВ
певец

При помощи психолога

– Плюшки я давно не ем. Редко себе позволяю так называемые пищевые зигзаги (продукты, которые обычно ограничены или исключены из строгой диеты, – торт, пицца, жареный картофель – Прим. ред.). Избавился от них при помощи работы с психологом. Он же научил тому, что для похудения важны любовь и желание поддерживать себя в хорошей форме.

ИСТОРИЧЕСКИЙ ФАКТ

Опасное похудение

Когда певица Мария Калас в 1947 году дебютировала на сцене, она была довольна своим телосложением, хотя врачи говорили ей про ожирение. Режиссёр Лукино Висконти выдвинул диве ультиматум: они не будут вместе работать в Ла Скала до тех пор, пока Мария не сбросит хотя бы 31 килограмм. В итоге за год она резко похудела на 40 килограмм – от 176 дошла до 136. Как говорят, дива использовала для этого солитёра – нужно было проглотить ленточного червя, чтобы он внутри поглощал пищу. Длинна ленточных червей, к слову, колеблется от 1,5 до 17 метров.

При помощи эндокринолога

– Мне кажется, препараты, которые снижают уровень сахара в крови, если он был нормальный, могут просто посадить поджелудочную. Поэтому страдающим лишним весом советую, как я, пойти попить к эндокринологу. Я прошла нормальный курс со всеми ограничениями. И с тех пор остаюсь в одном весе. Причём теперь свободно ем белые булочки на ночь, могу выпить – словом, всё что угодно. Раз в три недели могу сожрать кастрюлю жаренной с грибами картошки. И три недели не есть её потом. А ещё,



ЛОЛИТА
певица

когда я ела много сладких фруктов, платье на мне не смотрелось. Но этим летом отказалась от черешни. В итоге на боках нет складочек.

При помощи физической активности

– Я всю жизнь борюсь с лишним весом, поскольку пухлик от природы. Перепробовала разные способы похудения – морила себя голодом, сидела на отварах трав, пробовала интервальное голодание... Сейчас я вернула в жизнь тренировки, физическую активность. А несколько лет назад, когда готовилась к концертному шоу, я в клинике диетолога Маргариты Королёвой похудела за полгода почти на 59 килограмм. Сложнее всего мне



АНИТА ЦОЙ
певица

было отказаться от риса, поскольку для корейцев рис – это жизнь. И с трудом дался отказ от копчёного сала – я его очень люблю.

КОРОТКО

Уровень холестерина снизил сахарный тростник

ПРОФИЛАКТИКА. Согласно исследованию, опубликованному в журнале Frontiers in Nutrition, экстракт сахарного тростника помогает с профилактикой сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ). Учёные выяснили, что его приём снижает уровень липопротеинов, триглицеридов и трансжиров в крови, что уменьшает риск развития ССЗ. METRO

Кости «спят» ночью, а днём активно разрушаются

ОТКРЫТИЕ. Учёные из Университета медицины и медицинских наук RCSI выявили, что обновление костной ткани зависит от времени суток. Исследователи отметили: работа остеокластов (клеток, разрушающих кости) и остеобластов, которые реконструируют скелет, идёт по циркадному ритму: днём активнее первые, а ночью – вторые. METRO



Оказалось, что пищевые добавки для похудения содержат психотропные вещества / SHUTTERSTOCK

Наркотики нашли в БАДах для похудения на маркетплейсах

ЗАВИСИМОСТЬ. Как сообщают «Известия», в таблетках для похудения обнаружили сибутрамин – сильнодействующий психотроп, способный вызвать проблемы с психикой.

Добавки продавали под видом американских и европейских брендов, а поставки шли из Казахстана. METRO



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

Умерла звезда культового мюзикла «31 июня»

УТРАТА. 71-летняя балерина и актриса Наталья Трубникова, наиболее известная по роли принцессы Мелисенты в фильме «31 июня», скончалась в своей квартире в Москве. Как сообщает телеграм-канал Mash, её тело обнаружила соседка.

По данным источника издания, Наталья Трубникова несколько лет страдала от болезни Паркинсона. **METRO**



Джон Гудман на фото фаната / соцсети @DAVIDDELUISE

Джон Гудман изменился до неузнаваемости из-за похудения

КУМИРЫ. В Сети появилось фото звезды «Большого Лебовски». Снимок сделал комик Дэвид ДеЛуис, встретивший Джона в супермаркете.

На новом кадре 74-летнего Гудмана сложно узнать. Как раньше сообщало DailyMail, в 2007 году актёр сел на диету по медицинским показаниям и с тех пор сбросил 90 килограмм. **METRO**



Погружаемся в русский хардкор

Журналист Metro отправился в вымышленный российский город Тарков, охваченный анархией. Ради успешной эвакуации из зоны боевых действий ему пришлось вступать в постоянные перестрелки с местными мародёрами и наёмниками в Escape from Tarkov



ГЕЙМЕР: ГЛЕБ БУТРОВ

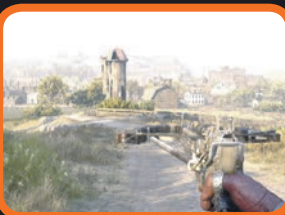
ЖАНР: СИМУЛЯТОР БОЯ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ (ШУТЕР)

МИНИМАЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

- Место на диске: 80 GB
- ОС: Windows 10
- Процессор: MD Ryzen 5 3600
- Оперативная память: 16 GB
- Видеокарта: Nvidia GTX 1660
- Сложность: ★★★★★

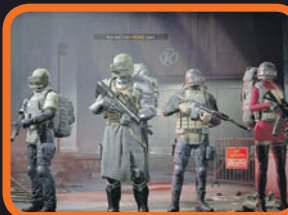
КИЛЛУ, ОДНОГО ИЗ МЕСТНЫХ БОССОВ, ЛЕГКО УЗНАТЬ ПО ХАРАКТЕРНЫМ «СПОРТИВКАМ» И ДЛИННЫМ ОЧЕРЕДЯМ ИЗ РУЧНОГО ПУЛЕМЁТА

Похожие игры:



Hunt: Showdown

Вместе с друзьями отправляйтесь на охоту за жуткими и мистическими обитателями Дикого Запада. (18+)



Arena Breakout: Infinite

Соберите команду и выдвигайтесь на поиски различных ценностей на заброшенных военных объектах. (18+)



WH 40K: Space Marine 2

Дайте отпор врагам Человечества вместе с боевыми братьями и помните – Император защищает! (18+)



Incursion Red River

Отправляйтесь в джунгли современного Вьетнама и выберите сторону в бушующей гражданской войне. (18+)

СЮЖЕТ

Escape from Tarkov – игра от российской студии Battlestate Games. Вам предстоит взять под управление бойца частной военной компании, который оказался заперт в вымышленном Норвинском регионе России после детонации на его территории бомбы, которая вызвала электромагнитный импульс. Главная задача – разобраться в причинах катастрофы и найти способ эвакуироваться. А в этом месяце вышло крупное обновление, которое расширило сюжет и добавило новые задания.

ВПЕЧАТЛЕНИЯ

«Тарков» – родоначальник своего жанра, который вдохновил десятки похожих проектов. Игровой процесс обманчиво прост. Выбираем в меню снаряжение, берём задания у персонажей и отправляемся на одну из 13 локаций. На каждой из карт у нас есть от 20 до 50 минут: за это время нужно успеть выполнить свои квесты и прибежать на одну из точек «выхода» с карты. Если таймер закончится или вы погибнете, всё ваше снаряжение будет потеряно. Продвигаясь по заданиям, вы откроете финал, в ходе которого вам дадут шанс сбежать из Таркова.

Но уйти на это могут сотни часов. Никаких маркеров, карт или подсказок в игре нет, а поручения в лучшем случае лишь условно описывают место, в которое вам нужно попасть. Да и вы не Супермен: погибнуть в перестрелке можно от шального осколка или открывшегося кровотечения, а некоторые противники стреляют точнее вас.

Такая сложность придётся не всем по вкусу, но из-за неё каждая, даже самая маленькая победа, имеет значение.

В ЦИФРАХ

15 ноября 2025 года

ИГРА ОФИЦИАЛЬНО ВЫШЛА В STEAM ПОСЛЕ 10 ЛЕТ РАЗРАБОТКИ.

4 августа 2026 года

ВЫШЛО КРУПНОЕ ОБНОВЛЕНИЕ KORD BREACH.

20 языков

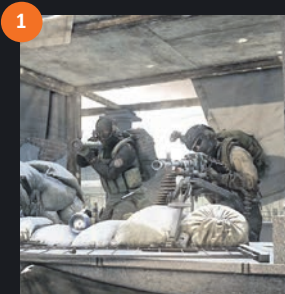
ПОДДЕРЖИВАЕТ ИГРА. ОРИГИНАЛЬНЫЙ – РУССКИЙ.

49%

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ОТЗЫВОВ ОСТАВИЛИ ИГРОКИ В STEAM.

ФИШКИ

Что удивило



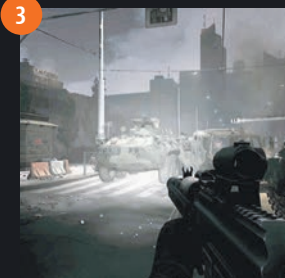
Великий и могучий

Русская речь звучит в игре просто превосходно. Особое внимание актёры озвучивания уделили крепким словечкам: эпитеты, которыми вас могут приложить противники во время перестрелки, иногда заставляют заслушаться.



СБЗУ

Симулятор боя в экстремальных условиях – жанр «высокого реализма». Здесь придётся следить за голодом и жаждой персонажа, перевязывать кровотечения и зашивать пулевые ранения прямо во время вылазок и многое другое. Это как плюс, так и минус: проработка потрясающая, но иногда надоедает.



Родной колорит

Видно, что игру делали россияне: панельки, газельки, типовые дворики и деревенские домики воссозданы с такой любовью, что иногда хочется обнять берёзку, но не стоит – там мины.

Колобок и Человек-паук сводят свои личные счёты

Пока в Сети не смолкают споры о художественных достоинствах фильма «Последний богатырь. Колобок», Metro совершило невероятное открытие. Российский круглый герой с мимикой и голосом Гарика Харламова успел сняться не только в отечественных блокбастерах, но и в голливудских, но это не точно.

Мария Позина
mariya.pozina@gazetametro.ru

Дизайн: Сергей Лебедев
Фото: Columbia Pictures,
Marvel, «Атмосфера кино», ИИ

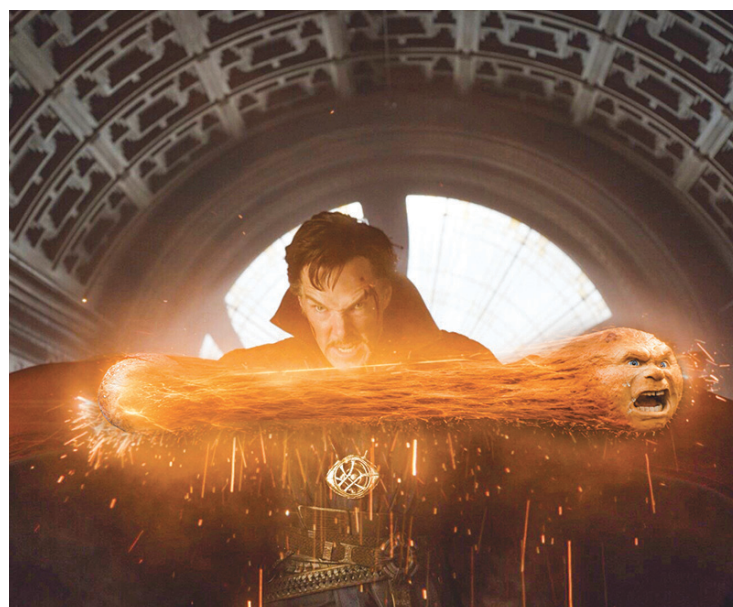
metromem



В детстве Колобок случайно попал в команду Стражей Галактики. Он верил, что они семья, а Йонду Удонта использовал его как тайное оружие



С Человеком-пауком отношения не задалась давно. Когда-то Питер Паркер пытался оттеснить Колобка на второй план, но мы знаем, какой была месть



Доктор Стрэндж первый раскрыл невероятный потенциал нашего круглого парня без туловища



А в «Железном человеке» Колобку удалось сыграть сразу 2 роли – доброго и злого помощников супергероя



В «Мстителях» у Колобка было крошечное cameo. Этот ослепительный полёт заметило только Metro



Вот как выглядел знаменитый кадр «Пикселей» изначально. Но из-за разногласий со студией по поводу гонорара нашего Колобка заменили на монтаже

ГОРОСКОП

на среду, 12 августа 2026 года

Астролог Лилия Любимова

ОВЕН

21.03 – 20.04

Импульс сегодня плохой советчик, затмение ищет на резкие траты и решения. Руки прочь от кошелька, вспыхнувшее желание кутить к вечеру погаснет само.

ТЕЛЕЦ

21.04 – 21.05

Старый сценарий в отношениях сегодня можно наконец отпустить, не тяните его дальше. Не выясняйте, кто виноват, на горячую голову, честность без драмы важнее правоты.

БЛИЗНЕЦЫ

22.05 – 21.06

Шумных мест сегодня лучше избегать, проведите вечер в тишине дома. Любимый диван уберёжет от лишних движений и ненужных знакомств.

РАК

22.06 – 22.07

Тело просит заботы – никаких резких нагрузок и экспериментов сегодня. Здоровый режим, вода и отдых помогут прожить напряжённый день без стресса.

ЛЕВ

23.07 – 22.08

Наденьте яркое или золотое – вам пора сиять. Но отпустите гордыню и старые обиды, ваши великодушные и искренность скоро окупятся в разы.

ДЕВА

23.08 – 22.09

Вечером на падающую звезду загадайте желание не о себе, а об общем благе. Небольшая помощь другим сегодня запустит добрую волну, что вернётся сторицей.

ВЕСЫ

23.09 – 22.10

Мощную энергию дня посвятите творчеству, а не желанию блистать. Новый смелый проект, в который вы верите, может задать тон на годы вперёд.

СКОРПИОН

23.10 – 21.11

То, что искренне начнёте сегодня, способно развиваться в нечто стоящее, только выберите значимую тему. Не хватайтесь за всё сразу, осознанность ценнее порыва.

СТРЕЛЕЦ

22.11 – 21.12

Массовых мероприятий и толчеи сегодня избегайте: затмение любит подкидывать неприятные сюрпризы. Авантюру тоже отложите, проживите спокойный день без резких манёвров.

КОЗЕРОГ

22.12 – 20.01

Важные бумаги и подписи сегодня отложите – решения нынче обманчиво весомы. Разберите текучку, но важные задачи доверьте более спокойным дням впереди.

ВОДОЛЕЙ

21.01 – 18.02

Не упустите сегодня шанс отпустить давние обиды. Сформулируйте задачи на будущее и сделайте первый шаг.

РЫБЫ

19.02 – 20.03

На работе сегодня шумно и драматично, не втягивайтесь в чужие баталии. Спокойно делайте своё в стороне от сцены, буря уляжется без вашего участия.

КРОССВОРД

1	2	3	4	5	6	7
8				9		
			10			
11		12		13		
	14					
15				16		
	17	18	19			
20				21	22	23
		24				
25						
26						
22						

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

3. Деталь ременной или канатной передачи

8. Протока в пойме реки или между озёрами

9. Возглавляет семейство своего имени в таблице Менделеева

10. Поделочный камень с пёстрой окраской

11. Ролик для раскрутки звезды

14. Белые тапочки для живой балерины

15. «Есть в графском парке чёрный ...»

16. Что можно назвать сильно покосившейся правдой?

17. Повреждение органа или ткани в результате внешнего воздействия

20. То, что раскатывает пожарный, примчавшийся на пожар

22. Когда распускают языки, они вянут

24. Самодвижущаяся тележка для безрельсовой перевозки грузов

25. Лстец, не имеющий своего мнения

26. Дорогая вещь.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Вывоз товаров, ранее ввезённых из-за границы

2. Девушка очень маленького роста

3. Ядовитая опьяняющая трава семейства паслёновых

4. Столица Молдавии

5. «Титул», достойный своей руки

6. Робот, внешне напоминающий человека

7. Клоун, выступавший вместе с собакой Кляксой

12. «Пыльца» на лице

18. Передовой сторожевой пункт наблюдения

19. Часть педагогики, занимающаяся закономерностями обучения определённому предмету

21. По мнению Фаины Раневской, его нельзя вылечить, но о нём можно забыть

22. Монолог довольного жизнью сытого кота

23. Плитка из обожжённой глины для облицовки стен, печей.

ОТВЕТЫ

1. Режиссёр. 2. Липитка. 3. Шкив. 4. Кипишнёв. 5. Вездеход. 6. Андрюша. 7. Карандаш. 8. Метод. 9. Метод. 10. Шкив. 11. Кипишнёв. 12. Пыльца. 13. Клоун. 14. Пыльца. 15. Метод. 16. Метод. 17. Кипишнёв. 18. Метод. 19. Метод. 20. Метод. 21. Метод. 22. Метод. 23. Метод. 24. Метод. 25. Метод. 26. Метод.

Концерт Алексея Чумакова

29 августа

в Dream Beach Club

СКАНИРУЙТЕ

Чтобы выиграть 2 билета от газеты Metro

metro

Мероприятие 6+ Реклама 16+
Срок проведения конкурса с 10 августа 2026 года по 17 августа 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.

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 перестает 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.

ИМПЛАНТС

implants-msk.ru

+7(495)085-60-16

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

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

Акция* до 31.08.2026 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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

АНЕКДОТЫ

■ – Вы тоже заметили, что чат GPT становится тупее? – Он подстраивается под пользователя.

■ На самом деле Зубная Фея всё ещё существует. Ребёнок: ты ей отдаёшь зуб, она тебе – деньги. Взрослый: ты ей отдаёшь деньги, она тебе – зуб.

■ – Мама, почему ты не пускаешь меня в гости к парню? – Доча, свои дети появляются – поймёшь! – Мам, так они у меня никогда не появятся!

■ Женщины, запомните! Лучший подарок мужу на день рождения – это деньги. И подарок сделан, и деньги в семье остались.

■ – Что означает «доставка от пятнадцати минут»?

– Что первые пятнадцать минут можно вообще не переживать.

■ – Доктор, я постоянно всё откладываю. – Давно? – Давайте обсудим это как-нибудь потом.

■ – Мама, папа, вы столько лет вместе, а я ни разу не слышал, как вы ругаетесь! – Мы делаем это молча.

■ Когда вечером близорукая хозяйка включила на кухне свет, хитрый таракан ласково мяукнул и дружелюбно потёрся о её ногу.

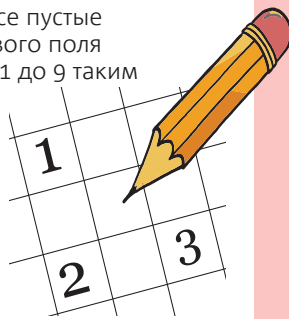
■ В отношениях фраза «делай что хочешь» работает примерно как кнопка «Я прочитал условия соглашения». Все нажимают, но никто не понимает последствий.

СУДОКУ

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

КАК РЕШАТЬ

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



ОТВЕТЫ

2	1	6	7	9	2	8	5
2	9	8	8	1	6	2	9
8	7	9	9	2	8	6	1
9	2	2	8	7	8	9	6
6	8	1	2	2	9	7	8
7	8	9	9	6	1	8	2
1	2	2	6	8	7	9	8
9	6	7	1	8	9	2	8
8	9	8	2	9	2	1	7

НЕДВИЖИМОСТЬ

■ **Выкуплю.** Куплю. Сниму. Сдам. Любую недвижимость в Москве и МО до 90 км. Помогите оформить документы. Опыт 16 лет. Тел. 8(926)316-66-17

■ **Сдам койко-место.** Вся Москва. 5 мин. пешком от метро. Хорошие условия. 7000 руб./мес. Т. +7(926)844-65-78

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

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

РАБОТА

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

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

Актуально! Мойщик вагонов. Гр/р 5/2, 6/1, 7/0 (день/ночь). 3500 р./смена. ТК РФ, спецдежда. Тел. +7(925)466-32-56

Буфетчица в частную школу. Гр/р 5/2 с 08:00 до 17:00. 3/п от 70 000 руб. ул. Баркляя, 6А, стр. 3. м. Багратионовская. Оформление ТК РФ. Тел. +7(925)524-80-17, Анастасия Андреевна

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

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

■ **Грузчик-комплектовщик** на склад швейной фурнитуры, ткани. Гр/р 5/2. 3/п 80 000 р. + премии. м. Авиамоторная. Т. 8(495)120-50-50

■ **Грузчики** в пару к водителю. 3/п 3000 р./день на руки, выплаты ежедневно! м. Домодедовская. Т. 8(925)906-7268

■ **Грузчики, разнорабочие** на склад косметики. Вахта от 15 смен! 3/п 3600 руб./смена. Без опыта. Бесплатное проживание и обеды. Еженедельные авансы. Заселение в день приезда. Тел. 8(800)600-73-39

■ **Дворник БЦ.** День 6/1, 3/п 90 000 руб. м. Савёловская. Т. +7(495)476-42-44

■ **Кладовщики** на склад детского питания, г. Одинцово. 3/п 100 000 руб. Тел. 8(916)595-63-94

■ **Комплектовщик. График свободный.** От 18 до 65 лет, 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. Т. 8(925)081-91-65

■ **Котломойщик-грузчик.** Гр/р 5/2. 3/п от 80 000 руб. м. Шелепиха. Тел. +7(929)963-3480

■ **Котломойщик.** Гр/р 5/2. 3/п от 80 000 руб. м. ВДНХ. Тел. +7(903)179-7055

■ **Котломойщица** в частную школу. Гр/р 5/2 с 07:00 до 16:00. 3/п от 70 000 руб. ул. Баркляя, 6А, стр. 3. м. Багратионовская. Оформление ТК РФ. Тел. +7(925)524-80-17, Анастасия Андреевна

■ **м. Семёновская.** Уборщица – 3/п 60 000 руб. Оператор поломоющей машины – 3/п 70 000 руб. Дворник – 3/п 60 000 руб. Разнорабочий – 3/п 80 000 руб. Гр/р 5/2 с 7 до 16 ч. Т. 8(964)701-31-51, Елена

■ **Мойщик посуды.** 3/п 68 965 р., гр/р 5/2, сб., вс. выходной. ТК РФ. м. Комсомольская. Т. 8(495)644-0168

■ **Мойщица-уборщица.** Гр/р 5/2. 3/п от 80 000 руб. м. Серпуховская. Тел. +7(903)265-2247

■ **Охранник.** 1/3 или 2/2 суток. От 5000 р./смена + премии (1/3: от 39 т.р./мес., 2/2: от 78 т.р./мес.). м. Домодедовская. ТК «Конструктор». Т.: +7(916)357-53-36, +7(910)003-31-20

■ **Охранник** в ЧОП. Вахта, смены от 3500 до 6000 р. Т. 8(925)097-0417, Никита

■ **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 руб. с УЧО, тел. +7(930)918-93-85

■ **Охранник.** 3/п до 6000 р. 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 с УЧО, 3700–4000 руб./сутки.** Москва. Вахта, 15/15, 30/15, 45/15. Гражданство РФ. Т.: 8(991)775-12-82, 8(991)775-12-91

■ **Охранники** без лицензии. Объекты разные. Графики гибкие. Оплата достойная. Выплаты без задержек. Тел. 8(968)593-4527

■ **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. на руки. Форма предоставляется. ТК РФ. Тел. +7(966)173-71-46, Кристина Сергеевна

■ **Охранники.** УЧО. Вахта. 15/15. Официально. Офис, охранник – 5200 р., старший – 6000 р. Т. 8(926)015-01-27

■ **Помощница/к руководителя.** Порядочный. Обучаю сама. Высокодоходно. Пенсионеры приветствуются. Тел. 8(988)629-2051

■ **Работа вахтой** в Москве и МО. На складах с ТСД и без (упаковка, комплектовка и т.д.). По СЗ, ГПХ, ТК. 25/35/45 смен. Гр/р 6/1, 7/1, 10/1. 3/п за смену: с ТСД от 5780 р., без ТСД от 4500 р., разнорабочий от 4100 р. Проживание, питание. Авансы, премии. Т.: +7(926)305-66-08, +7(925)834-36-16

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

■ **Работа** в недвижимости. Доход от 100 000 руб./мес. Бесплатное обучение. Тел.: +7(910)490-01-46, +7(903)760-15-83

■ **Работа/подработка** в офисе уборщица/ик. Гр/р сб. и вс. с 07:00 до 19:00. 3/п 40 000 руб. РФ. До 65 лет! м. Серпуховская. Тел. 8(985)665-67-88

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

■ **Рабочий** по ремонту бытовок. 3/п от 80 000 руб. Мастер на все руки. Навыки по проведению ремонтных работ. Гр/р 5/2. МЦД-4 Никольское. Тел. 8(968)488-32-35

■ **Разнорабочие.** Москва и МО. Предоставляем проживание, 3-разовое питание. Ежедневные выплаты. Тел. 8(925)766-4333 Андрей, 8(928)419-5492 Юлия

■ **Разнорабочие.** Работа ежедневно или вахтой. Оплата от 2000–3000 р.

■ **Разнорабочий.** Доход 6000–7100 руб./день. ТК. Объекты по Москве. Проживание и спецдежда бесплатно. Гр/р 5/2, 6/1. Тел. 8(926)547-3473, Анастасия

■ **Разнорабочий.** Оплата 4000 руб./день. Ежедневные выплаты. В строительную компанию. Объекты Москва, МО (ближайшая). Звонить с 9 до 18 ч. в будни. Тел. 8(977)810-18-47

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

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

■ **Требуется:** 1) ул. Мясницкая, 35 – уборщицы, +7(926)131-83-76; 2) Люблино – уборщицы, тракторист, электрик, +7(968)906-93-16; 3) ул. Жуковского, 14 – сантехники, электрики, +7(968)097-87-15

■ **Уборщик/ца** РФ. Банк России. День 2/2, 3/п 55 000–60 000 руб. м. Ясенево. Т. +7(495)476-42-44

■ **Уборщик/ца.** БЦ. День 6/1, 3/п 90 000 руб. м. Савёловская. Т. +7(495)476-42-44

■ **Уборщица вечерняя** в частную школу. Гр/р 5/2 с 17:00 до 21:00. 3/п от 45 000 руб. ул. Баркляя, 6А, стр. 3. м. Багратионовская. Оформление ТК РФ. Тел. +7(925)524-80-17, Анастасия Андреевна

■ **Уборщица** в частную школу. Гр/р 5/2 с 08:00 до 17:00. 3/п от 65 000 руб. ул. Баркляя, 6А, стр. 3. м. Багратионовская. Оформление ТК РФ. Тел. +7(925)524-80-17, Анастасия Андреевна

■ **Уборщица/ик.** 3/п 85 000 руб. Работа в офисе. Граждане РФ. До 65 лет! м. Серпуховская. Справка об отсутствии судимости. Гр/р 5/2 с 07:00 до 19:00. Тел. 8(985)665-67-88

■ **Уборщица помещений.** 3/п 130 000 р. Гр/р с 8 до 17 ч., 6/1. Медцентр. м. Университет дружбы народов, ул. Островитянова, 1, стр. 10. Тел.: 8(916)613-04-10, 8(929)900-09-41, 8(967)182-66-99

■ **Уборщица.** Уборка офисных помещений, уход за цветами. 3/п высокая. м. Боровское шоссе, ул. 2-я Карпатская, 4. Складской комплекс. Т. 8(915)172-96-65

АВТОВЫКУП

■ **Автомобили** иностранные и отечественные в любом состоянии куплю. Снятие с учёта в ГИБДД, оформление и эвакуация за мой счёт. Оплата сразу. Тел. 8(926)029-9333

АВТОПЕРЕЕЗДЫ

■ **8(495)220-22-35,** 8(903)000-75-92. Грузоперевозки, переезды квартирные. Машины, профгрузчики. Упаковка. Честные цены. www.vmigpereezd.ru

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

Объявления в этой рубрике являются рекламой

СПОРТ

С

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



Казахстанский клуб пропустит следующий сезон Единой лиги ВТБ

БАСКЕТБОЛ. «Астана» не будет выступать «по причине оптимизации финансирования». Об этом сообщает пресс-служба турнира на своём официальном сайте.

Казахстанский клуб в последний раз участвовал в Единой лиге ВТБ в сезоне-2024/25. Тогда команда заняла последнее место в регулярном чемпионате. Она одержала лишь две победы в 44 играх. **METRO**



Вице-чемпионка мира Алсу Миназова скоро снова сможет выступать под флагом РФ / AFP

Наши каноисты в следующем году смогут выступать без ограничений

ДОПУСК. Международная федерация каноэ вернёт россиянам возможность соревноваться с флагом и гимном 1 января 2027 года. Об этом сообщает РИА «Новости» со ссылкой на сайт Paddle Worldwide.

До конца 2026 года будет действовать текущая политика в отношении индивидуальных спортсменов. **METRO**



Илья Бородин не оставил соперникам шансов на своей коронной дистанции / AFP

ДРУГИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

■ Ксения Мишарина, Софья Дьякова, Дарья Сурушкина и Дарья Клепикова стали третьими в эстафете 4x200 м вольным стилем. Россиянки вырвали бронзу, опередив сборную Германии на 0,01 сек.

■ Илья Бородин вышел в финал заплыва 400 м комплексом с лучшим временем – 4.13,10. В смешанной комбинированной эстафете 4x100 наша команда заняла первое место в предварительных заплывах. Пловцы преодолели дистанцию за 3 минуты 43,02 сек.

Европейское золото не мило чемпиону из РФ

Илья Бородин стал лучшим в заплыве на 400 м комплексом на чемпионате Европы. Однако наш спортсмен не впечатлён своим результатом. Разбираемся, что ещё нужно россиянину для счастья

Даниил Бороздин
daniel.borozdin@gazetametro.ru

В финале Бородин показал время 4.08,17. Заодно Илья ещё и установил новый рекорд чемпионатов Европы, сняв с предыдущего достижения почти полторы секунды.

Но 23-летний россиянин не считает свой золотой заплыв идеальным. «По-моему, на спине был провальчик, – заявил Бородин ТАСС. – В целом почти лучшее время. Но можно ещё чуть прибавить. Время рабочее, 0,12 секунды не хватило для личного рекорда».

Предыдущий рекорд чемпионатов Европы Илья оценил невысоко: «Он был детский какой-то. Видимо, давно сюда никто не приезжал – в частности, я или Леон Маршан».

К слову, посоревноваться с легендарным спортсменом в победном заплыве у Бородина не получилось. Маршан решил не выступать на дистанциях 200 и 400 м

комплексом из-за травмы бедра. В беседе с «Матч ТВ» Илья допустил, что побил бы рекорд России, выйдя француз на дорожку: «Но чуть-чуть не хватило. Любая травма в спорте – это грустно, пусть восстанавливается, будем разбираться на Олимпиаде». Именно победа на Играх – главная цель нашего атлета.

Получая золото чемпионата Европы, Бородин сохранял серьёзность. После церемонии награждения россиянин объяснил «Чемпионату», почему он почти не улыбался: «Пять лет назад я слушал свой гимн, так что и этого хватит». На идущем турнире наши спортсмены выступают в нейтральном статусе.

– Бородин был растерян столь лёгкой победой, – говорит Metro двукратный олимпийский чемпион Денис Панкратов. – Хотя мы этого и ожидали, ведь нет достойного соперника. Наверное, в глубине души Илья понимал, что победа над Маршаном была бы

ЦИФРА

2-е

золото чемпионата Европы выиграл Бородин в 2026-м. Первая медаль была добыта им в 2021-м также на дистанции 400 м комплексом.

абсолютным триумфом и вершиной, которой он хотел бы достичь. Но не было ни Леона, ни всех призёров последнего чемпионата мира.

При этом Панкратов не считает, что Бородин не радовался золоту чемпионата Европы:

– Для меня было показательным его интервью после финиша. Он был там совершенно опьянён, практически счастлив. Но, думаю, отсутствие Маршана не даёт ему полноценно почувствовать вкус победы. Знаю, что для Ильи это очень неприятная тема. Все только об этом и спрашивают. Даже когда россиянин выигрывает чемпионат Европы, мы как будто ставим это за скобки и всё равно говорим, что Леон не плыл. Это раздражает и бесит. Старое плавательное правило: если кто-то не вышел на старт, значит, он был не готов бороться.

Сафонов скоро может получить конкурента

«ПСЖ» достиг договорённости с «Пармой» о трансфере 23-летнего вратаря Дзиона Судзуки, утверждает журналист RMC Sport Фабрис Хокинс. Сумма сделки составит около €35 млн. Голкипер подпишет контракт на пять лет. Transfermarkt оценивает трансферную стоимость игрока в €30 млн.

Ожидается, что следующий сезон футболист сборной Японии проведёт в аренде. Одним из претендентов на Дзиона является туринский «Ювентус». В прошлом сезоне игрок провёл 20 встреч в Серии А, пропустив 28 мячей. На чемпионате мира – 2026 Судзуки принял участие во всех четырёх матчах японцев. Его сборная пропустила пять мячей.

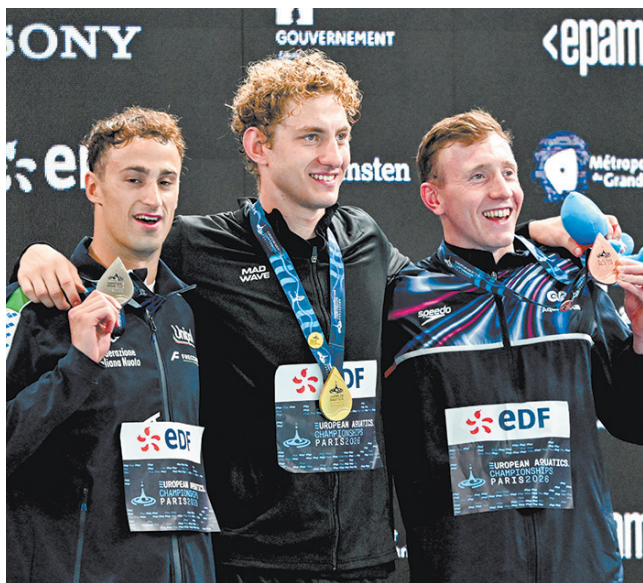
На данный момент основным вратарём «ПСЖ» остаётся Матвей Сафонов. Россиянин неплохо



Матвей Сафонов отвоевал место в стартовом составе «ПСЖ» по ходу прошлого сезона, но расслабляться нельзя / AFP

проявил себя в недавнем товарищеском матче с «Манчестер Юнайтед» (1:1). В концовке той игры Сафонов заменил Алессандро Лонгони. 18-летний воспитанник «Милана» присоединился к парижанам этим летом на правах свободного агента.

Матвей попал в заявку «ПСЖ» на матч за Суперкубок УЕФА против «Астон Виллы». Ожидается, что наш голкипер начнёт матч с первых минут. Однако, чтобы сохранить за собой место в воротах, россиянин должен удачно выступить и в этой игре, и по ходу стартового сезона. **ДАНИИЛ БОРОЗДИН**



Илья Бородин (в центре) опередил итальянца Альберто Раццетти на 2,23 сек., а британца Макса Личфилда – на 3,41 сек. / EMMA DA SILVA / AP / TASS