

№ 1 В МОСКВЕ*

metro

Лягушачий балаган гастролирует по городу

Почему в разных районах столицы появляются целые полчища гипсовых амфибий с. 04

Как правильно «склеить» мужчину на Медовый Спас

Metro узнало, как россиянки с помощью мёда строят отношения и даже семьи с. 05

Что нужно для здоровых отношений с любимыми

Актриса Дженнифер Гарнер рассказала Metro о съёмках нового фильма, женской дружбе и общении с детьми с. 07-13



Тысячи новых крон: в столице продолжается озеленение

Особое внимание уделяется набережным, транспортным магистралям и социальным объектам. Этой осенью на улицах, в скверах и общественных пространствах высадят порядка 10 тысяч новых деревьев, в том числе туи, ели, клёны, липы, черёмухи и яблони с. 03



Время предьявить наши козыри всему миру

Российские фигуристки допущены до международных соревнований с. 16

Камилу Валиеву ждут первые выступления на мировых аренах после длительного перерыва / AFP

*МЕТРО – КРУПНЕЙШАЯ СТОЛИЧНАЯ ЕЖЕДНЕВНАЯ ГАЗЕТА. ПО ДАННЫМ MEDIASCOPE, NRS-МОСКВА, ДЕКАБРЬ 2025 – АПРЕЛЬ 2026, 16+. КРИТЕРИЙ ОЦЕНКИ – АУДИТОРИЯ ИЗДАНИЯ ЗА ПОЛГОДА



О Кремле Дмитрия Донского напомнят белые цветы

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



Москвичи подтвердили личность в «Велобайке»

ТЕХНОЛОГИИ. 42 тысячи пользователей прошли верификацию через Mos ID в сервисе «Велобайк» с момента запуска функции в июле 2026 года, сообщает Дептранс. Верификация позволяет пользоваться велосипедами и электроскутерами. Доступ к сервису ограничен для нарушителей правил и пользователей младше 18 лет, что повышает безопасность поездок. **МЕТРО**

«Мой питомец» поможет записать собаку к ветеринару

ЗАБОТА. Три года назад на mos.ru появился сервис «Мой питомец», объединивший все городские ветеринарные услуги. С начала работы этого сервиса горожане обратились к нему более 700 тысяч раз. Чтобы получить доступ к электронной карте питомца, владельцу достаточно добавить информацию о животном в личном кабинете на портале mos.ru: указать его вид и кличку, пол, породу и дату рождения. **МЕТРО**

погода

15 АВГУСТА
СУББОТА

+21 °C
день

+17 °C
ночь

3 м/с

16 АВГУСТА
ВОСКРЕСЕНЬЕ

+24 °C
день

+18 °C
ночь

3 м/с

Гладиолус – по-настоящему московский цветок, который распускается в последний месяц лета и ждёт «своего выхода» на школьной линейке Первого сентября. Metro изучило его сорта, которые тесно связаны со столицей, на выставке в «Аптекарском огороде», которая проходит с 13 по 15 августа

Текст Марья Егорова / Фото Ольга Карасёва



1. «Белокаменная»
– отсылает к старому образу столицы, когда Дмитрий Донской возвёл первый Кремль из белого известняка.



2. «Москва-870»
– сорт, посвящённый столице России и её богатой истории. Их вывел селекционер Вячеслав Лобазнов.



3. «Нежное прикосновение»
Этот изящный гладиолус вывел московский ботаник Павел Баранов. Сорт был получен в результате скрещивания двух видов: «мамой» стала «парижанка», а «отцом» – американский гладиолус «анна леора».



4 «Белый ёжик»
Его главная особенность – лепестки с тонкой выразительной «бахромой» из множества маленьких иголочек. Также результат труда ботаника Павла Баранова.



5. «Адмирал ушаков»
– следующий «экспонат» коллекции советского учёного. Это была попытка получить настоящий голубой цвет у гладиолусов. Пока это один из самых близких оттенков среди существующих сортов.

КОРОТКО

Дороги для беспилотных автобусов ищут в Подмосковье

БУДУЩЕЕ. В Минтрансе Подмосковья рассматривают маршруты, которые в перспективе могут подойти для тестовых запусков беспилотных автобусов, сообщает АГН «Москва».

«Мострансавто» совместно с МФТИ и МАДИ в 2026 году проводили испытания опытного образца беспилотного транспортного средства на базе «газели» e-NN. METRO

В столице создан штаб по наблюдению за выборами

ОБЩЕСТВО. Решение об этом было принято на заседании столичной Общественной палаты.

Штаб будет наблюдать за выборами депутатов ГД, в совет депутатов округа Щукино, а также за голосованием в Москве на выборах высших должностных лиц шести регионов (республик Мордовия и Тыва, Брянской, Пензенской, Тверской и Ульяновской областей). METRO



Благоустройство дворов – важная часть проекта / MOS.RU

Продолжается обновление Тимирязевского района

ПРОЕКТ. Особое внимание уделяется транспортной инфраструктуре. Об этом мэр Москвы Сергей Собянин написал в мессенджере «Макс».

Он напомнил, что в район пришли три диаметра наземного метро – МЦД-1, МЦД-2, МЦД-3 и созданы городские вокзалы. Также было обновлено Дмитровское шоссе, созданы переходы. METRO

Столица в листве: как Москва наращивает зелёный каркас

Лето радует не только погодой, но и преображением городских улиц. О масштабах зелёного обновления рассказал в мессенджере «Макс» мэр Москвы Сергей Собянин

Михаил Нешевец
myn@gazetametro.ru

Только за 2025 год в столице высажено 12 тысяч взрослых деревьев. Особенно преобразились крупные магистрали: более 1,9 тысячи деревьев украсили Профсоюзную улицу и проспект 60-летия Октября, новые зелёные акценты появились на Щёлковском шоссе, Ленинском проспекте и других улицах.

Отдельное внимание – набережным: на

Нагатинской, Новоданиловской и Павелецкой высадили 200 взрослых лип и остролистных клёнов. Их мощные кроны со временем станут надёжной защитой от летнего зноя. Для магистралей выбирают деревья 10–25 лет высотой 4–8 метров – в основном липы, вязы и клёны: они устойчивы к ветру, морозам и сохраняют приятный внешний вид весь сезон.

На примыкающих к ним улицах появляются



Забота об экологии и комфорте жителей всегда в приоритете / SOBYANIN.RU

«К работам традиционно приступаем поздней осенью – в это время растения легче всего переносят транспортировку и пересадку».

СЕРГЕЙ СОБЯНИН
мэр Москвы



ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ

хвойные деревья и декоративные яблони.

Зелёные зоны обустройства и рядом с социальными объектами: после реконструкции поликлиник и школ на прилегающих к ним территориях высажено свыше 1,8 тысячи деревьев.

Активно озеленяют и «Сколково»: в прошлом году там появилось более 160 деревьев.

В этом году в столице вырастут ещё около 10 тысяч деревьев.

НЕВИДИМЫЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Каждый десятый россиянин сталкивается с потерей слуха. Но люди часто откладывают обращение к сурдологу, потому что стесняются носить слуховое устройство. В этом случае идеальным решением становится миниатюрный аппарат с технологией RIC – выносным динамиком. Он незаметен на ухе, даже если вы носите короткую стрижку. До 25 августа 2026 года на такие устройства в центре слуха «СлышуВижу» действует скидка 15% или второй аппарат со скидкой 30%.

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

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

ПРЕВОСХОДНОЕ КАЧЕСТВО ЗВУЧАНИЯ В МИНИАТЮРНОМ КОРПУСЕ

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

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

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



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

Никита Дикопольцев
основатель
центра «СлышуВижу»,
сурдолог



СЛЫШУ ВИЖУ®
ЦЕНТРЫ ЕВРОПЕЙСКОГО СЛУХОПРОТЕЗИРОВАНИЯ

до 25 августа 2026 года

-15% или **-30%**

на один слуховой аппарат на второй слуховой аппарат

МЫ ПРИНИМАЕМ СЕРТИФИКАТЫ ТСР
Для участия в акции покажите купон администратору

Для записи на бесплатную консультацию позвоните по телефону
8(499)372-42-58
СлышуВижу.рф

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

* Для применения скидки передайте купон сотруднику центра. Скидка 15% на все слуховые аппараты или второй аппарат со скидкой 30% до 25 августа 2026 года. Скидка предоставляется от рекомендованных розничных цен. Л041-01024-74/00358375 от 02.12.2020. РЕКЛАМА
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



Проверить своё здоровье можно будет на «Ночи в поликлинике»

МЕДИЦИНА. Новый городской проект будет доступен в 10 поликлиниках дважды: в ночь с 22 на 23 и с 29 на 30 августа. Как сообщила заммэра столицы Анастасия Ракова, москвичи смогут бесплатно пройти экспресс-диагностику и проконсультироваться со специалистами, а также посетить кинопоказы, концерты, спортивные и творческие мероприятия. **METRO**

В аэропорту Шереметьево нашли 64 части крокодила

БАГАЖ. Прибывший из КНР россиянин попытался ввезти 64 части крокодила стоимостью более 250 тыс. рублей. Как сообщила пресс-служба Федеральной таможенной службы РФ, в чемодане 60-летнего пассажира находились головы, лапы, кожа и челюсти рептилий. Мужчина пояснил, что везёт их для личного пользования. Возбуждено дело об административном правонарушении. **METRO**

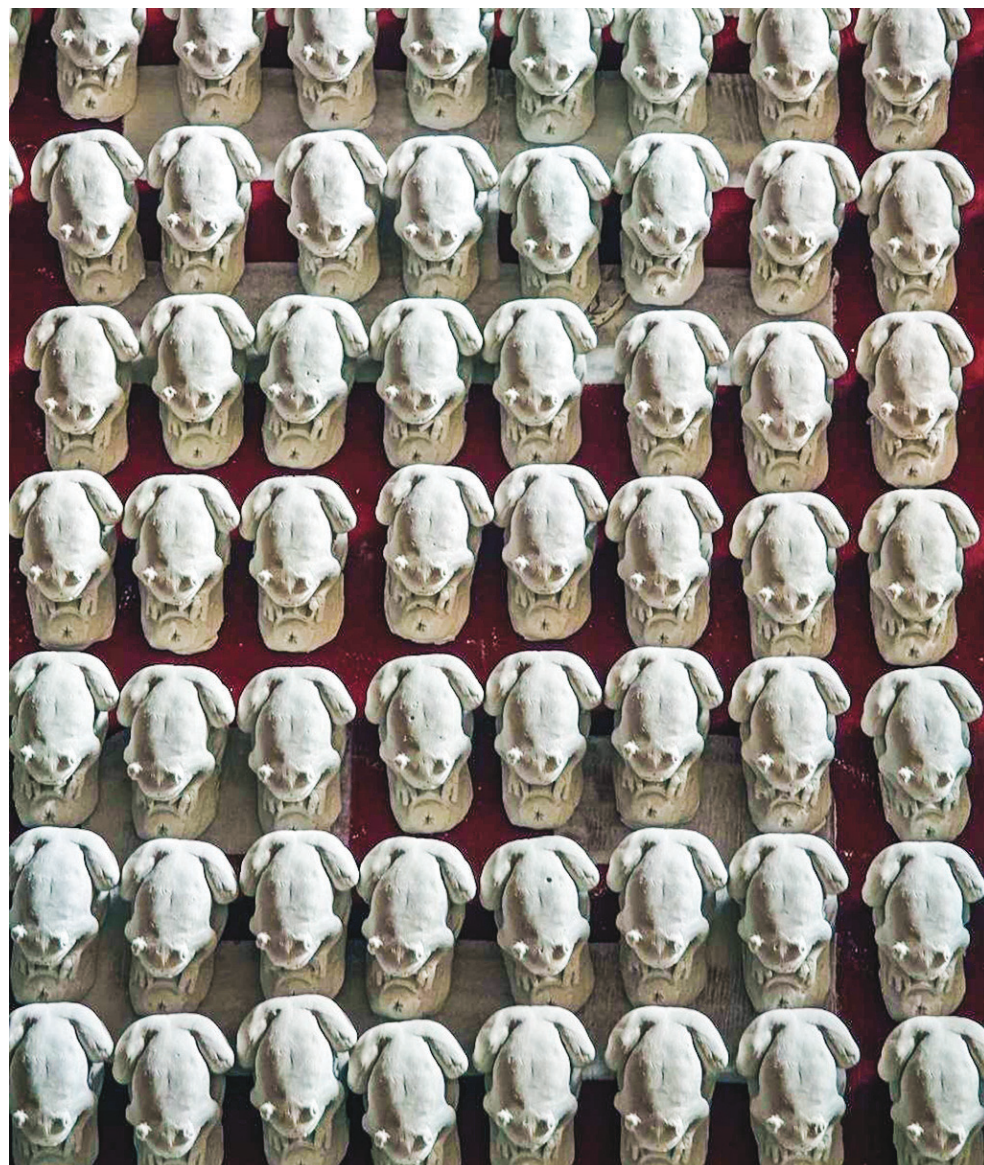


Юбилей Кастро встретили на площади, названной в его честь / АГН «МОСКВА»

В Москве почтили память революционера Фиделя Кастро

ЦЕРЕМОНИЯ. Дипломаты России и Кубы провели в Москве памятную акцию, приуроченную к 100-летию лидера Кубинской революции. Делегация возложила цветы к трёхметровому бронзовому памятнику Фиделю Кастро в районе Сокол. К торжеству присоединились замглавы МИД РФ Сергей Рябков и посол Кубы в Москве Энрике Орта Гонсалес. **METRO**

На прогулке будьте внимательны: гастролирует лягушачий балаган



Чтобы изготовить такое количество лягушек, художник работал целый месяц / ВСЕ ФОТО: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА ГЕРОЯ

Полчища гипсовых лягушек, выложенных в причудливые узоры, регулярно появляются в разных местах Москвы. В последний раз загадочный круг амфибий был замечен пару дней назад...

Мария Безгина
maria.bezgina@gazetametro.ru

«Кто оставил мелки в форме лягушек на Чистых прудах?» – так начинается завирусившийся ролик одной москвички. В комментариях тут же обозначаются другие очевидцы: «Либо они уже месяц стоят, либо кто-то постоянно их там расставляет», – пишет один. «Весной были на «Курской», – отмечает другой. Вскоре объявляется и сам автор загадочной аномалии, а точнее – помощник автора.

– В прошлом году я случайно познакомился с мужиком, который делает эти лягушачьи инсталляции, и стал ему помогать с выставками и соцсетями. Зовут его Бари Алебастр, и человек он довольно скрытный, – рассказыва-

ет Metro художник Егор с творческим псевдонимом Амар Сайн.

Свой проект загадочный творец и его менеджер называют «Лягушачий балаган». Показывали «передвижную выставку», каждый раз возникающую в неожиданном месте, около 20 раз. Среди площадок оказывались, например, Курский и Павелецкий вокзалы, станции «Бауманская» и «Трубная», блошиный рынок в Измайлово.

ЦИФРА

≈1000

лягушек нужно для одной инсталляции в зависимости от формы.

На последнем показе на Чистых прудах гипсовые лягушки собрались в большой круг, но это не единственная форма, в которой их заставляли москвичи.

– Бари делал, например, шахматные квадраты, терракотовую армию, знак бесконечности, петли, спирали и треугольники, – перечислил Егор.

Судьба у экспонатов музея под открытым небом складывается самая разнообразная: кто-то «погибает» под колёсами самокатов, а кого-то к себе домой забирают прохожие. Но «лягушачий Бэнкси» не расстраивается:

– Когда Бари спрашивают, не жалко ли лягушек, он всегда смеётся и отвечает: «У меня их ещё полторы тысячи!»

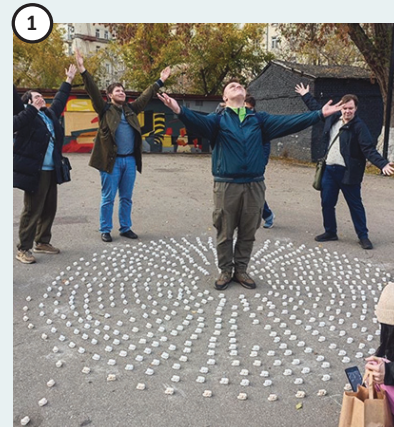
ЗЕМНОВОДНАЯ ГЕОМЕТРИЯ

Обнаружив инсталляцию на своём пути, сразу вставляйте внутрь

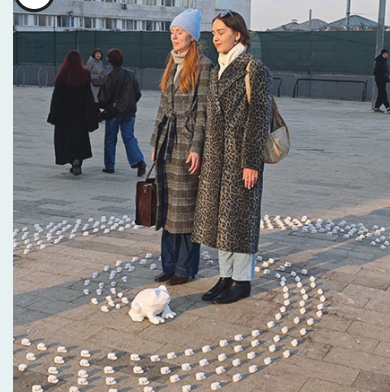
«Лягушачий балаган» – выставка интерактивная. Увидев гипсовых амфибий, дети начинают рисовать ими на асфальте, а взрослые встают в центр и... загадывают желание

Круг изобилия

По совету автора, вставшим в круг следует просить небеса о деньгах, ведь в восточных культурах лягушка – это символ благополучия и достатка и часто изображается с монетой в зубах.



2



Спираль

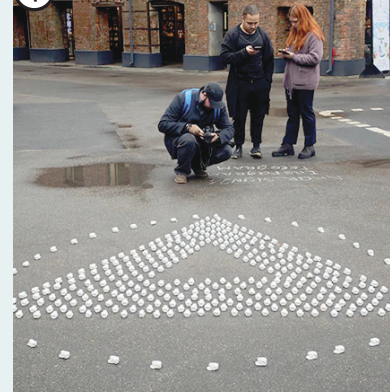
Во главе лягушачьей армии – их предводитель, сделанный из папье-маше. Несмотря на то что это не круг, а спираль, девочки всё равно, закрыв глаза, загадывают желание. А вдруг случится!

Бесконечный узел

Ещё одна «магическая форма» к вашим услугам. Буддистский знак пробуждённого ума или четырёхлистный клевер – любое объяснение подходит для «сбычи мечт».



4



Треугольник

По словам художников, для того чтобы выставить лягушек в форме крупной геометрической фигуры, нужен примерно час. Неудивительно, что зрители начинают собираться ещё в процессе.



Иностранные авто будут отслеживать перед продажей

КОНТРОЛЬ. Российский Минпромторг разработал проект постановления, согласно которому в стране усилят контроль за тем, чтобы ввозимые в страну автомобили соответствовали своим сертификационным документам. Специальные службы будут проверять VIN-номера и таблички изготовителя, устройства освещения и световой сигнализации, стекла, зеркала, камеры, ремни безопасности и шины. **METRO**

Пункт пропуска с Грузией закрылся из-за подъёма воды

РЕШЕНИЕ. На российско-грузинской границе временно закрыли пункт пропуска «Казбеги – Верхний Ларс», предупредило МВД Грузии. Это случилось после того, как системы мониторинга зафиксировали опасный подъём уровня воды в ущелье Девдораки. Об открытии пункта сообщат дополнительно. **METRO**



Третьи классы потенциально могут учиться во вторую смену / АГН «МОСКВА»

Эксперты указали, кому подойдёт вторая смена в школе

ШКОЛА. Минпросвещения России опубликовало документ, в котором назвало, в каких классах возможна учёба во вторую смену. Её допустили для учащихся вторых, третьих, четвёртых, шестых, седьмых и восьмых классов. При этом в рекомендациях ведомства подчёркивается, что занятия должны заканчиваться до 19:00. **METRO**

Как с помощью мёда «склеить» мужчину



Среди девушек всей России в последние годы стало модно на Медовый Спас смазывать подошвы обуви мёдом, чтобы приманить женихов

Metro пообщалось со счастливицами, у которых этот ритуал сработал, и разобралось, откуда взялась эта магия

Светлана Перцова
svetlana.pertsova@gazetametro.ru

Подготовка к «медовому» дню действительно занимает внимание россиянок. В данный момент в Сети можно отыскать более тысячи постов с хештегами *#мазатьподошвумёдом*, *#мёднаподошву*, *#чтобымужчинылипли* и *#медовыйспаспримета*. Под каждым из них по 500–700 комментариев.

– Я решила пообщаться с подписчицами, сразу написало человек 200, это много, – говорит блогер Екатерина Драгунова.

Даже в редакции при обсуждении темы нашлась журналистка, которая готовится мазать подошвы мёдом 14 августа.

– Корни этого ритуала найти несложно, – говорит Надежда Александрова, культуролог, преподаватель СПбГИК. – Это некое соединение сразу двух традиций. Во-первых, это гадание по обуви. Оно известно и в русской, и в европейских культурах в разных вариантах. Самый распространённый способ заключался в том, что девушка снимала обувь и бросала её через плечо, нередко в сторону двери или за порог. Направление, куда указывал носок, символически показывало, откуда придёт жених. Причём здесь важен именно сам образ порога. Переступить его означало начать жить своей жизнью. Вторая традиция связана с мёдом. Издавна девушки намазывали им подошвы. Мёд выступал не просто как продукт, а как символ сладкой, благополучной жизни, он слов-



Анастасии Куликовой из Москвы её молодой человек сделал предложение через полгода / ПРЕДОСТАВЛЕНО ГЕРОИНЕЙ



Анастасия Надиманец уверена: всё получилось, ведь мёд мазала мама, желавшая ей счастья / ПРЕДОСТАВЛЕНО ГЕРОИНЕЙ



МНЕНИЕ

«В церковном календаре такого праздника, как Медовый Спас, официально не существует. Это народные суеверия, которые кто-то придумал, а другие подхватили. В этот день можно освятить мёд, потому что пришло время его сбора, но не больше. Еду надо есть, а не валять её по полу. Также напомним, что 14 августа – начало строгого Успенского поста, поэтому думать о женихах в это время крайне не приветствуется».

ВИКТОР ЧЕРНЫШЁВ
эконом Христорождественского храма

но бы «притягивал» сладкую жизнь.

Неужели это смешение ритуалов реально помогает найти вторую половинку? Большинство пользователей Сети считают происходящее бредом. «Лучше сделайте ритуал на повышение самооценки», «По итогу прилипнут муравьи, а не женихи» – и это ещё самые мягкие комментарии.

Но опыт показал, что в некоторых случаях мёд всё же способен помочь.

– Я увидела в рекомендациях рилсы на эту тему, и мы с мамой в шутку реши-

ли проверить. Мы намазали и забыли, я не следовала каким-то строгим правилам, но думаю, что важнее всего доверие, лёгкое отношение и чтобы мазал человек, который искренне желает счастья, – говорит Анастасия Надиманец из Санкт-Петербурга. – Мёд помог. Правда, мы с моим молодым человеком и так были знакомы до этого ритуала. Но расставались на полгода, а вот после ритуала снова сошлись.

Психолог Екатерина Мельникова считает эту ситуацию показательной:

– В психологии есть такое слово – аттитюд (предрасположенность человека к определённому социальному поведению). Оно в этой ситуации применимо. Если говорить проще, да: девушка намазала мёдом обувь, но это, скорее всего, лишь один из её шагов на пути к замужеству или просто к тому мужчине, к которому она уже подспудно готова. Здесь мёд действует как плацебо. Девушка, думая, что сделала всё как надо, ощущает себя увереннее. А смелость города берёт.

«Мы всё делали по инструкции из ролика, плотным слоем намазали подошвы мёдом, ходили целый день. Через 10 дней мой знакомый молодой человек предложил мне отношения и уже спустя полгода решил, что хочет создать со мной семью. Сейчас мы готовимся к свадьбе!»

АНАСТАСИЯ КУЛИКОВА
невеста из Москвы

Дружил с Гагариным и до последнего верил в себя

6 августа 1967 года при ликвидации пожаров во Франции потерпел крушение вертолёт Ми-6 – его пилотировал Герой Советского Союза Юрий Гарнаев

Погиб весь экипаж: шесть советских лётчиков и двое французских. Metro вспоминает об этой истории вместе с сыном Юрия Александровича

Геннадий Окорокков
gennadiy.okorokov@gazetametro.ru

Лето 1967 года, как и нынешнее, выдалось во Франции аномально жарким. Юг страны, включая Лазурный Берег, охватили пожары. Правительство запросило международную помощь. СССР откликнулся и направил самый большой в мире вертолёт Ми-6 специальной модификации, в грузовом отсеке которого помещалось 12 тонн воды. Одним из тех, кто «учил» эту машину летать, был лётчик-испытатель Юрий Гарнаев.

– Отец никогда не был авантюристом. Он считал, что рисковать можно только в том случае, если риск оправдан. Для испытателя это работа, а не азартная игра, – рассказывает Metro его сын Александр Гарнаев, Герой России, заслуженный лётчик-испытатель.

Так было и в последнем полёте. Расследование показало: Ми-6 находился над горящим лесом и упал из-за перегрева.

– Отец до последнего пытался спасти вертолёт. Он верил в себя и в технику. Но наиболее вероятную причину – разрушение привода хвостового винта – сразу исключили по политическим соображениям: в глазах капиталистического мира советская техника не могла быть ненадёжной, – продолжает Александр. – Траектория падения совпадала с типичной для подобных аварий, но политические интересы оказались важнее.



Заслуженный лётчик-испытатель СССР, Герой Советского Союза Юрий Александрович Гарнаев / ВСЕ ФОТО: И. СНЕГИРЕВ / © РИА «НОВОСТИ»

Вывдигалась даже версия диверсии.

Юрия Гарнаева похоронили на Новодевичьем кладбище, а в коммуне Ле-Ров на юге Франции установили памятник погибшему экипажу.

– Отец вообще был уникальным пилотом, – считает Александр. – Во время своей работы в ЛИИ имени Громова он пилотировал не только вертолёты, но и самолёты. К 1960 году отец освоил около 90 летательных аппаратов. Среди них – все первые модели отечественных вертолётов: Ми-1, Ми-4, Ми-6, Ми-8. Кроме этого, он поднимал в воздух межконтинентальный ракетоносец Ту-16, истребитель МиГ-21 и другие машины.

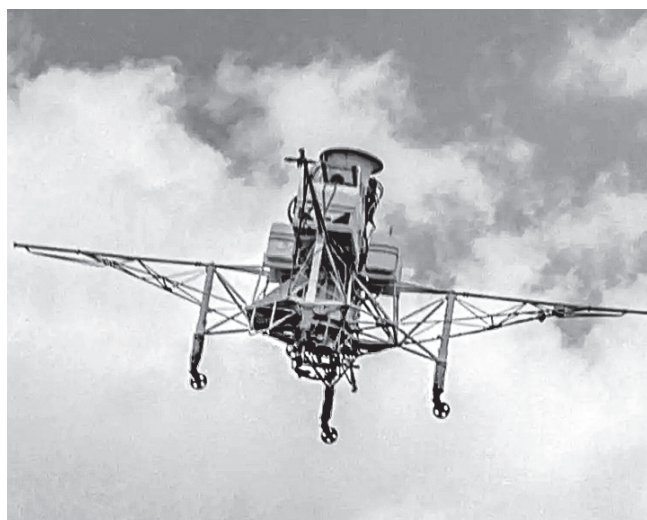
ЦИФРА

120

типов летательных аппаратов освоил Юрий Гарнаев за свою жизнь.



1 мая 1966 года. После испытательного полёта на вертолёт Ми-6



Экспериментальный летательный аппарат «Турболёт»

По словам Александра, хотя на момент трагедии во Франции он ещё даже не пошёл в первый класс, отца он помнит – и каждый день мысленно к нему обращается.

– Когда мне было четыре года, мы сидели вдвоём с папой дома. Он уютно развалился на диване и катал меня на ноге. Вдруг раздался телефонный звонок: «У Гудкова встал двигатель! Он пошёл на вынужденную...» Отец быстро сорвался и поехал на аэродром. Меня оставить дома было не с кем, поэтому он взял меня с собой – так я впервые попал на лётное поле нашего испытательного аэроузла в Жуковском.

Среди друзей семьи было много космонавтов.

– У отца были хорошие отношения с Юрием Гагариным, который бывал у нас дома. Отец принимал участие в подготовке космонавтов к полётам, – рассказывает Александр.

Впоследствии Алексей Леонов, который первым совершил выход в открытый космос, вспоминал: по расчётам конструкторов, больше всего на прилунение была похожа посадка на вертолёт. Управлять винтокрылой машиной будущих поколений спутника учил именно Юрий Гарнаев. Он же освоил и пилотирование «Турболёта» – аппарата для отработки технологии вертикального взлёта и посадки.

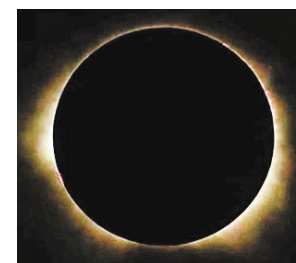
КОРОТКО

Автобус с туристами из Белоруссии упал со скалы в Грузии

АВАРИЯ. Четыре человека погибли, 15 пострадали, в том числе дети. Все они ездили на туристическом микроавтобусе в высокогорный посёлок Гомисмта, чтобы увидеть метеорный поток Персеиды. По предварительной информации, во время спуска у машины отказали тормоза. При этом сам водитель успел выпрыгнуть на ходу и почти не получил травм, сообщает грузинское агентство Interpressnews. METRO

МИД Японии заявил протест из-за визита Путина на Итуруп

СПОР. Токио считает Итуруп и другие острова Южных Курил своими, называя их «северными территориями», хотя они вошли в состав СССР по итогам Второй мировой войны. Сообщение о протесте разместил на своём сайте МИД Японии. Накануне Путин заявил, что Москва готова искать решение вопроса Курильских островов с целью заключения мирного договора с Японией. METRO



Исландия погрузилась во тьму / СКРИНШОТ ВИДЕО / T.ME/MASH

Солнце целиком скрылось за Луной в Исландии

ПРИРОДА. Самое красивое солнечное затмение, произошедшее 12 августа 2026 года, наблюдали в Исландии. В момент, когда Луна полностью закрыла Солнце, день буквально превратился в ночь и вся страна погрузилась во тьму. Эти считанные секунды попали на камеру. В Рейкьявике толпы местных жителей с большим восторгом встретили это явление, пишет Reuters. METRO

ДЖЕННИФЕР ГАРНЕР УЧИТ ПРАВИЛЬНО ССОРИТЬСЯ

В эксклюзивном интервью Metro актриса рассказала о работе в новом сериале про женскую дружбу и отношения в семье «Уикенд на 5 звёзд»

Среди звёздных отпрысков, принявших участие в шоу на выживание, – сын певицы Алёны Свиридовой Григорий Мирошниченко. На мероприятие он пришёл с возлюбленной Ариной, с которой они вместе учатся в ГИТИСе.

– Я уже познакомил её с мамой, и они прекрасно поладили, – улыбается сын Алёны Свиридовой. – Они вместе ходят на шопинг, обмениваются одеждой. Кстати, Арина изначально не знала, чей я сын. Мы уже встречались, полюбили друг друга, у нас уже была даже общая собака, и лишь потом я поставил её перед фактом.

ДЕТАЛИ

«Выживалити. Наследники» – реалити, в котором дети звёзд отправляются на дикий остров, где проходят экстремальные испытания, и пытаются доказать, что способны добиться успеха самостоятельно. В новом сезоне в Таиланд попали сын Ильи Авербуха, сестра певицы Мии Бойки, сын Алёны Свиридовой, внучка Веры Глаголевой и другие.

Рассказал он и про отношения со знаменитой матерью.

– Я никогда не был «сыночкой-корзиночкой», – уверяет Григорий, – но всегда могу позвонить маме, а она выслушает, поддержит. Я пытался заниматься музыкой, но для меня это была каторга ужасная! Играть-то я умею, но у меня другое мышление. Музыканту важна какая-то образность, а я склонен к визуализации, поэтому пошёл учиться на

Седокова отправила дочь ВЫЖИВАТЬ



Алина Седокова не умеет петь, но может за себя постоять

В столице прошла презентация реалити-шоу «Выживалити. Наследники», на которой Metro поговорило с участниками – наследниками наших звёзд



Григорий Мирошниченко с девушкой

актёра. Правда, поступил не сразу. Первый год ходил по разным вузам – никуда не взяли. И только на второй год я прицельно пошёл поступать в ГИТИС.

Не пошла по стопам знаменитой мамы и дочка Анны Седоковой Алина.

– Я не умею петь и танцевать так же красиво, как мама, поэтому не пошла в певицы, а окончила американский колледж в Бостоне с отличием, стала финансистом, а теперь поступила учиться на юриста, – рассказала Алина. – Попутно работаю консультантом в магазине одежды.

«Выживалити» – не первое реалити, в котором участвует Алина. До этого она вместе с мамой принимала участие в шоу «Последний герой». Но на «Выживалити» девушка впервые появится под фамилией Седокова.

– Мама всегда советует мне быть собой, радоваться, никогда не ломаться, быть сильной и настоящей, – улыбается Алина. – Мы с ней немного похожи внешне и очень – по характеру. Она поддерживает меня во всех начинаниях. Если попрошу у неё денег – она обязательно даст. Мне кажется, что мама – самый позитивный человек, которого я знаю.

ФЕЛИКС ГРОЗДАНОВ

Наряд вызвал вопросы

Один из самых громких выходов этой недели случился у Энн Хэтэуэй.

На премьеру фильма «На краю Оук-стрит» она пришла в джинсах и укороченном топе, открывающим низ живота. Его рельеф многим показался неестественным, и в Сети тут же пошли слухи, что животик накладной.

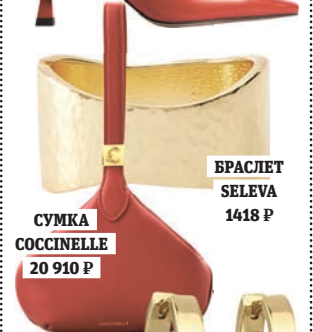


ТОП
CHALALA
10 700 P

ДЖИНСЫ
BEFREE
1599 P



ТУФЛИ
TENDANCE
10 022 P



СУМКА
COCCINELLE
20 910 P

БРАСЛЕТ
SELEVA
1418 P



СЕРЬГИ
EVA RITS
7470 P



МЕТРО
«РАЗДЕЛО»
ЭНН

Джоли не удивлена, что бывший снова выпивает

Как утверждают западные таблоиды, именно так Анджелина отреагировала на новость о том, что Брэд Питт перестал воздерживаться от алкоголя



Ранее 62-летний актёр дал большое интервью Esquire, в котором, среди прочего, признался, что после 7 лет трезвости «сорвался». Как уверяет Брэд, теперь он умеет себя контролировать и может позволить лишь «несколько бокалов вина». Пока поклонники актёра переживают, как бы пагубная страсть не вернулась в полной мере, бывшая жена Анджелины Джоли, как пишет Daily Mail, уверена: Питт как был алкоголиком, так и остался. METRO

«Ну, если он иногда выпивает два-три бокала вина, то это ничего страшного». @Era

«Брэд, может, и любит выпить, а один без девушки не останется. А Джоли как была одна после развода с ним, так и осталась». @Solea

«Что примечательно, до неё у него таких проблем и зависимостей не было». @KristTeller

«Питт и раньше бухал, но скрывал, а теперь нет смысла, так как младшим детям уже 18 лет и он и так может с ними общаться». @Afina27

Главный овощ лета.

Всё внимание на кабачки

Середина августа – самое время переходить на кабачки. Сейчас, в сезон, в них больше витаминов и минералов. О том, какие плюсы и минусы есть у этого овоща, Metro спросило у нутрициолога Натальи Шипарёвой

ВКУС
СЕЗОНА

ПОЛЬЗА КАБАЧКА

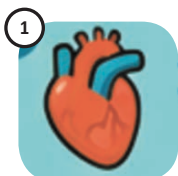
КАБАЧОК на 95% состоит из воды. Но эта вода не пустая – она связана с растворимой клетчаткой, поэтому всасывается плавно, не перегружая почки. Летом, когда тяжёлая пища не идёт, кабачок становится идеальным выбором: и жидкость восполнит, и желудок не перегрузит.

КАЛОРИЙНОСТЬ – около 24 килокалорий на 100 грамм. Это позволяет включать кабачок в рацион практически без ограничений, что особенно ценят те, кто следит за весом.



РЕЦЕПТЫ ИЗ КАБАЧКА

МИНЕРАЛЬНЫЙ СОСТАВ



КАЛИЙ

поддерживает сердечный ритм и помогает бороться с отёками.



МАГНИЙ

участвует в расслаблении мышц и помогает работе нервной системы.



ВИТАМИН С

в молодых плодах действует как антиоксидант.



ВИТАМИНЫ ГРУППЫ В

участвуют в энергетическом обмене.

ВАЖНО ЗНАТЬ!

● Есть кабачки можно ежедневно: нейтральный вкус работает как чистый лист, позволяя менять специи и соусы.



● На зиму кабачки замораживают кубиками, порционно разложив по пакетам. После разморозки структура становится мягче, поэтому заготовки лучше использовать в супах, рагу и запеканках.

ВРЕД КАБАЧКА

● Переспевшие плоды с грубой кожурой и крупными семенами содержат кукурбитацин – гликозид, придающий горечь. В больших количествах он токсичен, вызывает тошноту, рвоту и диарею. Горький кабачок есть не стоит.



● Людям с мочекаменной болезнью и подагрой рекомендуется ограничить кабачки. Оксалаты, содержащиеся в овоще, при предрасположенности могут участвовать в образовании камней. Полностью исключить продукт не нужно, но объедаться не следует.



РЕЦЕПТ 1. «КАБАЧКОВЫЙ СУП-ПЮРЕ С БАЗИЛИКОМ».

Два молодых кабачка нарежьте кубиками, добавьте измельчённую луковицу и зубчик чеснока. Залейте овощным бульоном так, чтобы жидкость слегка покрывала овощи, варите пятнадцать минут до мягкости. Добавьте горсть свежего базилика, щепотку мускатного ореха и пробейте погружным блендером до кремовой текстуры. Подавайте с чайной ложкой греческого йогурта и капелькой тыквенного масла. В холодном виде суп освежает не хуже окрошки.

РЕЦЕПТ 2. «КАБАЧКОВЫЕ ЛОДОЧКИ С ИНДЕЙКОЙ».

Разрежьте два кабачка вдоль, ложкой выскребите середину, оставляя бортики толщиной в полсантиметра. Мякоть измельчите и смешайте с 300 граммами фарша из индейки, добавьте тёртую морковь, соль и чёрный перец. Нафаршируйте лодочки, посыпьте тёртым сыром и запекайте при 180 °C 30 минут. Получается полноценный ужин, который не требует гарнира.



Фестиваль

День Индии
Секреты Азии. Гостей ждёт масштабная культурная программа, включающая индийскую кухню, большой базар, семейные и детские активности, йогу и аюрведу, мастер-классы, мехенди, астрологию, шахматы, традиции индийской свадьбы, лотереи, фотозоны и множество интерактивных площадок. (0+)
Где: Гостиный двор
Когда: 20–23 августа



Театр

«Баядерка»
Летние балетные сезоны. Хореография Мариуса Петипа в исполнении Национального классического балета. В основе сюжета – трагическая любовь танцовщицы Никии и воина Солора. (12+)
Где: РАМТ
Когда: 15, 21 августа, 19:00



Кино

«Влюбись в меня, если осмелишься»
Классика. Софи и Жюльен бросают друг другу вызовы, смеются и причиняют боль, но упорно избегают самого главного – признания в любви. В ролях Гийом Кане и Марион Котийяр. (18+)
Где: в кинотеатрах
Когда: уже идёт



Концерт

Алексей Глызин
Легенда. Нестареющие хиты «Зимний сад», «Ты не ангел», «Пепел любви», «Поздний вечер в Сорренто», знакомый голос с хрипотцой и мужское обаяние кумира многих поколений. (18+)
Где: «Академ Джаз Клуб»
Когда: 15 августа, 19:00



Выставка

«Неуловимое настроение»
Искусство на ощупь. Необычная выставка, посетители которой могут не только рассматривать работы, но и взаимодействовать с ними: войти в инсталляцию и наблюдать, как творение исчезает. (12+)
Где: галерея MAKE ME HAPPY
Когда: до 6 сентября

Кино



«Большая арка»
Фестивальная лента. 1983 год. Франсуа Миттеран объявляет международный архитектурный конкурс на создание масштабного проекта – Большой арки в районе Дефанс, которая должна быть выстроена на одной оси с Лувром и Триумфальной аркой. (18+)
Где: в кинотеатрах
Когда: с 20 августа

Под открытым небом

«День истории Царицыно»
Чтим прошлое. Каждое лето гости музея-заповедника вспоминают лето 1775 года, когда Екатерина II выкупила у князей Кантемиров село Чёрная Грязь и переименовала его в Царицыно. В честь этого события музей традиционно устраивает шумный праздник с театрализованными уличными шествиями и музыкальными представлениями. (0+)
Где: музей-заповедник «Царицыно»
Когда: 16 августа

Концерт



Караоке с оркестром RockestraLive
Споём! Симфонический оркестр играет на сцене легендарные хиты, а вы и тысячи зрителей в зале становитесь огромным хором, поющим в унисон. На таком концерте вы ещё не были. (12+)
Где: клуб Base
Когда: 21 августа, 19:00

Театр

«Жёлтая стрела»
По мотивам повести Пелевина. Главный герой Андрей находится в поезде, который следует без остановок. В вагонах звучит радио, а за окном пролетают бескрайние равнины и густые леса. Сценическое действие подчёркивает ощущение бесконечного путешествия, а световые решения помогают создать атмосферу поездки на поезде. (16+)
Где: Театр на Таганке, Сцена на Факельном
Когда: 16 августа, 19:00

Выставка



«Не только музы»
Женский взгляд. Показаны творения пяти женщин-художниц, чьи имена важны для истории русского искусства, но часто упоминаются в паре с их известными мужьями и спутниками. Экспозиция объединит работы Лидии Мастерковой, Валентины Кропивницкой, Ольги Потаповой, Натальи Гончарук и Марии Раубе-Горчилиной – жён и подруг Владимира Немухина, Оскара Рабина, Владислава Зубарева, Николая Тарасова. (6+)
Где: арт-платформа «КУБ» (здание отеля The Carlton, 2-й этаж)
Когда: уже идёт

Экскурсия

«Исчезнувшие символы парка Горького»
Советские артефакты. Познавательная прогулка на электробусе. Экскурсовод расскажет о ключевых символах культового места: арке Главного входа, скульптуре «Девушка с веслом», Ландышевой аллее и других объектах, которые показывают, как менялся парк на протяжении десятилетий. Настроение на прогулке будут улучшать живописные виды на Москву-реку. (6+)
Где: Музей парка Горького
Когда: до 30 августа

Выставка



«Всеединство»
Дружба народов. Экспозиция демонстрирует более 100 произведений выдающихся мастеров разных поколений, таких как Борис Неменский, Виктор Иванов, Зураб Церетели, Виталий Петров-Камчатский, Алексей Шмаринов, Владимир Соскиев, Виктор Калинин, Николай Мухин. (12+)
Где: Галерея искусств Зураба Церетели
Когда: до 20 сентября

Концерт

Дни аккордеона
Народный инструмент. Выступление лауреатов всероссийских и международных конкурсов Алексея Логанова и Дарьи Сахаровой. Логанов исполнит произведения Генри Перселла, Александра На Юн Кина, Родиона Щедрина и Владислава Золотарёва. В сольную программу Дарьи Сахаровой войдут сочинения Доменико Скарлатти и Владимира Зубицкого. (12+)
Где: «Центр Гиляровского»
Когда: 15 августа, 17:00

Театр



«Дом Бернарды Альбы»
Ребро Адама. Последняя завершённая пьеса испанского поэта и драматурга Лорки становится канвой, по которой режиссёр Александр Карпушин создаёт собственную историю о женских судьбах. (18+)
Где: Театр на Таганке, Малая сцена
Когда: 14 августа, 19:00



Выставка

«Россия – большая семья»

В объективе. Фотограф Валерий Мельников в течение двух лет посетил 31 «атомный» город – от Калининграда до Чукотки. Экспозиция предлагает зайти «в гости» к своим соседям по дому, стране, чтобы увидеть, как и чем они живут. Героями проекта стали 119 случайно выбранных семей и отдельных людей разных возрастов, профессий и социальных групп. (0+)

Где: «Галерея на Трубной»

Когда: до 6 сентября



Фестиваль

More Amore

Провожаем лето. В программе фестиваля – семейные спектакли и мастерские (научат делать брошки и шляпы-корабли, писать картины и сервировать стол), разговоры о культуре, маркет локальных брендов и музыка. Хедлайнером фестиваля станет инди-группа ARTEMIEV с программой нового мини-альбома «Нокаут». Вход на фестиваль свободный. (0+)

Где: социокультурное пространство «Кристалл», Самокатная ул., 4, стр. 11

Когда: 15–16 августа, 12:00–21:00



Кино

«Жертва обстоятельств»

Комедия. Крис Эванс, Аня Тейлор-Джой, Сальма Хайек и Венсан Кассель в фильме про масштабный благотворительный форум, на котором всё пойдёт наперекосяк. Актёр Майк Тайлер планировал сказать речь с призывом к активным действиям против изменения климата, а миллиардер Бракен – продвинуть программу по глубоководной добыче полезных ископаемых. Но их планы рушит Джон, лидер радикального экологического движения. (18+)

Где: в кинотеатрах

Когда: с 20 августа



Перформанс

«Радость-свадьба с подменой невесты»

Инсталляции с распе-вом. Андрей Бартенев создал серию свадебных образов от свекрови до русалки, желающей похитить жениха. Евгения Некрасова написала либретто с архаичным сюжетом, но говорящее на языке современной психологии. (6+)

Где: «Тон-центр», Комсомольская пл., 3/30, стр. 1

Когда: до 20 сентября

Концерт

«Сырое и приготовленное»

Владимир Мартынов. Сольное выступление одного из крупнейших российских композиторов современности. В авторском исполнении прозвучит произведение для фортепиано «Сырое и приготовленное». Мартынов – автор музыки, которая звучит в фильмах «Холодное лето пятьдесят третьего...», «Остров», а также в картинах Паоло Соррентино «Великая красота» и «Лоро». Количество мест ограничено, нужна предварительная аккредитация. (18+)

Где: галерея «Другое Дело», ул. Старая Басманная, 15А, стр. 4

Когда: 14 августа, 19:00

Театр



«Наследники»

«Дети Ванюшина». Успешный коммерсант Александр Егорович Ванюшин (Владимир Машков) всю жизнь трудился и приумножал богатство семьи. Он возлагал большие надежды на шестерых детей и мечтал, чтобы семейное дело процветало и расширялось с новым поколением Ванюшиных. Однако из-за напряжённой работы Александр Егорович оказался на грани жизни и смерти. Пришло время решить, кто из детей продолжит его дело. (16+)

Где: «Современник»

Когда: 16 августа, 19:00

Квест



«Экстренный вызов»

Учимся тушить пожары. Любой желающий сможет стать участником уникальной игры. Дети и взрослые смогут примерить боевую одежду огнеборца, почувствовать себя на переднем крае борьбы со стихией и попробовать спасти пострадавших. Задача – одеться за минуту, действовать как настоящий пожарный, помня, что запас кислорода всего на 45 минут! (6+)

Где: площадка «Марс» фестиваля «Лето в Москве», Инженерная ул., 1

Когда: 15 августа, 17:00

Выставка

«Фабрица Плесси. Вертикальные моря»

Медиаарт. Проект позволит впервые увидеть произведение итальянского художника, одного из пионеров медиаарта, созданное специально для музея. Именно с работы «Вертикальные моря» начиналась коллекция медиаискусства в Пушкинском. Инсталляция на 4 вертикальных экранах представит одну из главных стихий для художника, чьё восприятие сформировано лагуной родной Венеции, – воду. (0+)

Где: Музей изобразительных искусств им. А. С. Пушкина

Когда: с 18 августа

Концерт

Любовь Успенская

Шансон. Её песни знает и поёт вся страна: «Пропадаю я», «К единственному», «Карусель», «Горький шоколад твоего поцелуя», «Таблетка», «Лети, моя девочка», «Белым-бела», «Гитара», «Люба-Любонька», «С неба звёздочка упала», «Значит, пора» и многие другие. А новый хит «По полюшку» взрывает российские хит-парады и вошёл в заглавие новой программы артистки.

Под конец лета Любовь Успенская приглашает всех собраться у сцены под открытым небом и спеть любимые песни. (6+)

Где: Зелёный театр ВДНХ

Когда: 20 августа, 20:00



ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ
РАСПРОСТРАНИТЕЛЕЙ

График работы:
В утренние часы до 11:00
Ежедневно по будням

СЛУЖБА РАСПРОСТРАНЕНИЯ

Обращайтесь по телефонам
8 (999) 869 35 35
8 (495) 190 71 07
8 (985) 081 08 46



Пчеловоды России
приглашают за натуральным
медом и продуктами
пчеловодства

метро Красногвардейская
павильон «Московские
ярмарки», бесплатная
дегустация и скидки
пенсионерам.
С 9 утра до 20 часов ждём
москвичей и гостей столицы!



РЕКЛАМА

СЕКРЕТЫ СТИЛЯ

Холли Берри

ЧТО ДЕЛАЕТ ЕЁ ОБРАЗЫ ТАКИМИ ЭФФЕКТНЫМИ

Сегодня актрисе исполняется 60 лет, и её модная биография доказывает: с возрастом стиль вовсе не должен становиться простым и невыразительным. Разбираемся, от каких приёмов она отказалась, а какие превратила в свою визитную карточку

МАРГАРИТА ЛЕМЕШКО | АР

“

**СТИЛЬ ХОЛЛИ БЕРРИ
ТРАНСЛИРУЕТ УВЕРЕННОСТЬ И
ЦЕЛЕУСТРЕМЛЁННОСТЬ.
ОНА НЕ ПЫТАЕТСЯ
ВЫГЛЯДЕТЬ МОЛОЖЕ ИЛИ
НАДЕТЬ ВСЕ ПОСЛЕДНИЕ
ТРЕНДЫ. АКТРИСА ЗНАЕТ
СЕБЕ ЦЕНУ И МОЖЕТ
ПОЗВОЛИТЬ ВЫБИРАТЬ,
КАКИЕ СТОРОНЫ СВОЕЙ
ВНЕШНОСТИ И ХАРАКТЕРА
ЕЙ ПОДЧЕРКНУТЬ В ЭТОТ РАЗ.**

АНАСТАСИЯ ЖАРИКОВА
персональный стилист и имидж-эксперт



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

**От откровенности
– к характеру**

В 1990-х и начале 2000-х в гардеробе Холли Берри было гораздо больше подчёркнутой сексуальности. Мини, открытый живот, глубокие декольте, яркие оттенки, облегающие платья и прозрачные ткани – актриса прекрасно знала сильные стороны своей фигуры и не боялась их показывать.

– Одним из самых известных образов Берри стало платье Elie Saab с прозрачным верхом и цветочной вышивкой, которое она надела на «Оскар» в 2002 году. В тот вечер актриса получила

награду за лучшую женскую роль в фильме «Бал монстров», став первой темнокожей женщиной, победившей в этой номинации. Наряд моментально вошёл в историю красной дорожки, – рассказала персональный стилист и имидж-эксперт Анастасия Жарикова.

Постепенно стиль Холли начал меняться. Облегающие силуэты никуда не исчезли, но к ним добавились чёткие линии, сложные материалы и более продуманные детали. Теперь Берри не столько стремится подчеркнуть фигуру, сколько точно понимает, какие вещи работают именно на неё.

1

Эффектный брючный костюм

Комплекты с брюками стали одной из заметных составляющих гардероба актрисы.

– Строгий чёрный костюм с приталенным пиджаком Берри может дополнить атласной блузкой и блестящим колье, превратив

2

деловой образ в вечерний. Есть в её гардеробе и более женственные варианты – например, укороченный жакет на завязках в паре с широкими брюками. Здесь внимание перетягивают на себя фактурная ткань и сочетание нежных оттенков.

Белый цвет и сложные фактуры

Светлые оттенки особенно эффектно подчёркивают внешность Холли Берри, поэтому белый, молочный и серебристый регулярно появляются в её вечернем гардеробе. На красную дорожку актриса, например, выходила в кружевном платье молочного цвета с тонким чёрным поясом. Совсем иначе работал образ с серебристой юбкой и белым асимметричным топом. Блеск низа, чёткая линия верха и гладкая укладка сделали его более дерзким,

3

но сохранили женственность. – Фактуры – один из любимых приёмов актрисы. Пушистые материалы, глянцевые поверхности, плотные матовые ткани, кружево и струящиеся фактуры позволяют ей менять настроение образа, не перегружая его цветом. Часто именно материал становится главным акцентом, – отметила эксперт.

Умение быть разной

Одна из сильных сторон стиля Холли Берри – способность одинаково убедительно выглядеть в совершенно разных вещах. Для большой премьеры она может выбрать сложное платье с вышивкой, металлизированной тканью или объёмной отделкой, а для менее формального мероприятия – свободный костюм

4

в пижамном стиле. – То же происходит и с причёсками. Берри никогда не держалась за одну узнаваемую укладку: объёмные волны сменялись короткими стрижками, гладкими причёсками и естественно уложенными волосами. Причёска становится частью конкретного образа, а не спорит с одеждой.

Холли не боится быть экстравагантной



Актриса на церемонии «Оскар» в 2002 году



Берри может надеть как строгий смокинг, так и женственный комплект в пастельных тонах



Звезда часто делает ставку на выразительность материала

4

Стрижка актрисы меняется почти так же часто, как и её образы

Metro поговорило с исполнительницей главной роли в новом сериале «Уикенд на пять звёзд» Дженнифер Гарнер о женской дружбе, гастрономических пристрастиях и сложностях общения с самыми близкими людьми

Героиня Дженнифер Гарнер – признанная фуд-блогерша Холлис Шоу с восхитительными рецептами, безупречным вкусом и добрым сердцем. Но в один миг жизнь рушится, когда в автоаварии погибает её муж. Чтобы справиться с горем и найти себя, по совету помощницы она решает провести «пятизвёздный» уик-энд в своём доме детства на острове Нантакет. Холлис приглашает четырёх женщин, связанных с разными периодами её прошлого и настоящего: подругу детства Татум (Хлоя Севиньи), университетскую подругу Дру-Энн (Реджина Холл), Брук (Д’Арси Карден), с которой вместе водили детей в школу, и интернет-подругу Джиджи (Джемма Чан). Задуманный как отдых и способ справиться с горем уик-энд постепенно превращается в череду откровенных разговоров, старых обид и неожиданных признаний.

Телевидение всё чаще обращается к историям, посвящённым женской дружбе. Как вы думаете, почему эти истории отзываются у зрителей?

– Я думаю, дело в том, что половина мира состоит из женщин и с эволюционной точки зрения женщины всегда нуждались друг в друге. С самого начала мы жили вместе в сообществах. Мы существуем друг для друга, вместе друг с другом и благодаря друг другу.

Холлис приходится заново строить свою жизнь после тяжёлой потери. Что было самым сложным в изображении её пути?

– Самым сложным было понять, как Холлис отчаянно пытается справиться со своим горем. Она хочет как будто бы отложить его в сторону, чтобы не сталкиваться с ним лицом к лицу, старается отвлечься, создавая вокруг себя красоту, вместо того чтобы прожить то, что ей действительно нужно прожить. Но реальность такова, что горе всегда, рано или поздно, вырывается наружу, сколько его ни заталкивай внутрь себя. Поэтому сложность заключалась в том, чтобы изобразить одновременно и то и другое: Холлис, почти эйфорически радующуюся воссоединению с подругами и видящую в них опору, и то, как под этой кажущейся радостью всё ещё таится горе. Это, пожалуй, было для меня самым сложным.

У вас очень успешная карьера, вы чере-



Отсканируй QR-код, чтобы читать интервью со звёздами на gazetametro.ru.

дуете кино и телевидение. Что делает телевидение привлекательным для вас, как для актрисы и продюсера?

– В работе над телепроектами мне нравится непрерывность и поступательность процесса. Даже если это всего восемь серий, у вас достаточно времени, чтобы углубиться в персонажа, его историю и мотивацию. В конце сезона вы наконец-то чувствуете, что действительно знаете его, и вам просто не терпится снова сыграть его и продолжить историю с того места, где вы остановились. В этом случае фильма или одной серии было бы недостаточно. В самом начале съёмок мы впятером полностью сработались. Между

внезапное осознание того, что, конечно же, мы находимся на острове. Я по-настоящему влюбилась в Нантакет. И даже посетила там музей китобойного промысла, которым была просто очарована.

Если бы был второй сезон, какие приключения или какие изменения в жизни Холлис вы бы хотели увидеть?

– Я думаю, Холлис наконец-то повзрослеет. Она смогла увидеть себя в своих подругах, которые олицетворяют разные этапы её жизни, и наконец-то приняла ту Холлис, которую видели они. Я думаю, теперь она готова взглянуть правде в глаза. Мне бы очень хотелось узнать, что произойдёт в её личной жизни. Мне также очень интересно увидеть её в роли матери и то, как она восстановит и укрепит отношения со своей дочерью.

Как вы думаете, почему иногда легче заботиться о других людях, чем понимать

до этой горькой истины. Сценарист смогла развить эту идею, чтобы мы могли увидеть и прочувствовать это всё через очень реальные жизненные ситуации. Почему нам сложнее общаться с детьми, чем с человеком, стоящим за нами в очереди в супермаркете? Думаю, мы все ходим вокруг да около этих разговоров. Главная проблема Холлис в том, что она избегает разговоров, которые ей необходимы. Ей нужно было бы хорошенько поспорить с мужем, чтобы это была такая большая ссора, настоящая, которая, возможно, даже заставила бы их расстаться, чтобы в итоге разобраться в ситуации. То же самое с дочерью – в отношениях нужно разбираться, а для этого нужно разговаривать. Но вместо этого она остаётся вежливой и отстранённой и в итоге упускает истинную суть жизни. **МАРИЯ ЭСТЕВЕС**

«ПОРОЙ НУЖНА ХОРОШАЯ ССОРА, ЧТОБЫ ПОНЯТЬ ДРУГ ДРУГА»

Дженнифер Гарнер

нами сразу же возникло очень глубокое доверие, и это невероятно помогло нам на протяжении долгого и напряжённого сезона. Это было замечательно, но заняло много времени, в течение которого Хлое и Джемме пришлось долго находиться вдали от дома. Но зато у нас была Реджина, которая не давала нам соскучаться и всегда умудрялась всех рассмешить.

Ваша героиня – шеф-повар, и вы сами много готовите в своих социальных сетях. Какая еда поднимает вам настроение?

– Пицца! Паста! Бублики! Еда делает меня такой счастливой. И мороженое тоже. На острове мы съели так много устриц. Мы совершили гастрономическое путешествие по Нантакету.

Вам доводилось раньше бывать на Нантакете, до съёмок сериала?

– Я была там однажды, чтобы выступить с докладом от имени организации «Спасём детей», но в той поездке мне не удалось осмотреть остров. Поэтому когда я сюда приехала на съёмки, то искренне удивилась: «Ух ты, здесь так много пляжей! Откуда они все взялись?» Это было похоже на

собственных детей?

– Вот в этом-то вся и соль. Именно эта правда делает эту историю такой особенной для нас. Элин Хильдебранд (автор романа, по которому снят сериал. – Прим. ред.) добралась до самой сути,

ДЖЕННИФЕР ГАРНЕР

Возраст: 54 года

Родилась: Хьюстон, Техас, США

Фильмография: «Где моя тачка, чувак?», «Поймай меня, если сможешь», «Перл-Харбор», «Сорвиголов», «Из 13 в 30», «День Святого Валентина», «Далласский клуб покупателей», «Проект «Адам», «Загрузка», «Последнее, что он сказал мне», «Дэдпул и Росомеха» и др.



Всё, что вы хотели знать о Дженнифер

1 ДЕТСТВО У СТАНКА

Мама – учительница, папа – инженер-химик. В семье родилось три сестры, Дженнифер – средняя.

С 3 лет будущая звезда Голливуда занималась классическим балетом.

2 ПЕРЕДУМАЛА

После школы Дженнифер поступила в университет изучать химию, но очень быстро поняла, что актёрство ей ближе, и сменила факультет.

3 ЗВЁЗДНАЯ РОЛЬ

Известность пришла к актрисе после выхода сериала «Шпионка». За главную роль в этом проекте Дженнифер получила «Золотой глобус» и премию Гильдии киноактёров США.

4 СЛАВА

В 2005 году Гарнер была включена журналом Forbes в список 100 самых влиятельных знаменитостей под номером 70.

5 ЛИЧНАЯ ЖИЗНЬ

Была дважды замужем – за актёрами Скоттом Фоули и Беном Аффлеком. Во втором браке у Дженнифер родилось трое детей – две дочери и сын.

ГОРОСКОП
на пятницу и выходные дни

Астролог
Лилия Любимова



ОВЕН
21.03 – 20.04

Меркурий с Юпитером помогут легко сгладить шероховатость с друзьями. Скажите тёплые слова, но громких обещаний не раздавайте. В выходные избегайте споров, энергию направьте в готовку.

ТЕЛЕЦ
21.04 – 21.05

Завершите начатые задачи, но не беритесь за новые. Сегодня для этого неудачный день, все усилия будут напрасны. Выходные отдайте танцам, они снимут накопившееся за неделю напряжение.

БЛИЗНЕЦЫ
22.05 – 21.06

Самое время доучить заброшенное и разобрать старые конспекты: сегодня это будет в радость. В выходные лучше избегать резких решений, а с водой стоит быть аккуратнее обычного.

РАК
22.06 – 22.07

Дальнюю поездку сегодня не затевайте, скорее всего, планам не суждено сбыться. А вот путь по коротким знакомым маршрутам пройдёт спокойно, без нервотрёпки. Ближайшие два дня будьте начеку: шанс ошибиться в мелких и значимых решениях выше, чем обычно.

ЛЕВ
23.07 – 22.08

Идеальный день навести порядок в документах и файлах: сортируйте, подшивайте, удаляйте лишнее. Крупные дела не откладывайте, решайте сразу, иначе они выйдут из-под контроля. В выходные не рубите сплеча: нужна будет холодная голова.

ДЕВА
23.08 – 22.09

Луна в вашем знаке дарит небывалую ясность мысли: самое время для спокойного анализа, который расставит всё по местам. Суббота и воскресенье просят не молчать о наболевшем, выговоритесь перед своими близкими.

ВЕСЫ
23.09 – 22.10

Сосредоточьтесь на небольших задачах и завершите текущие, наведите порядок в делах и вещах. В выходные энергия будет бить через край: направьте её в караоке или на встречи с друзьями.

СКОРПИОН
23.10 – 21.11

Крупные денежные решения отложите, они не принесут выгоды, перенесите их на грядущую неделю. Наведите порядок в счетах, обсудите финансы с близкими: спокойный разговор решит вопросы.

СТРЕЛЕЦ
22.11 – 21.12

Сегодня отличный день для свидания. Скажите близкому комплимент, выразите чувства вслух, слова будут идти от сердца. В выходные тяга к нежности лишь усилится, но не молчите – тёплый разговор растопит любую холодность.

КОЗЕРОГ
22.12 – 20.01

Займитесь домашними делами, которые давно откладывали, но не затевайте крупный ремонт: потратите время зря. Ближайшие два дня берегитесь острых предметов, действуйте размеренно и без лишней спешки.

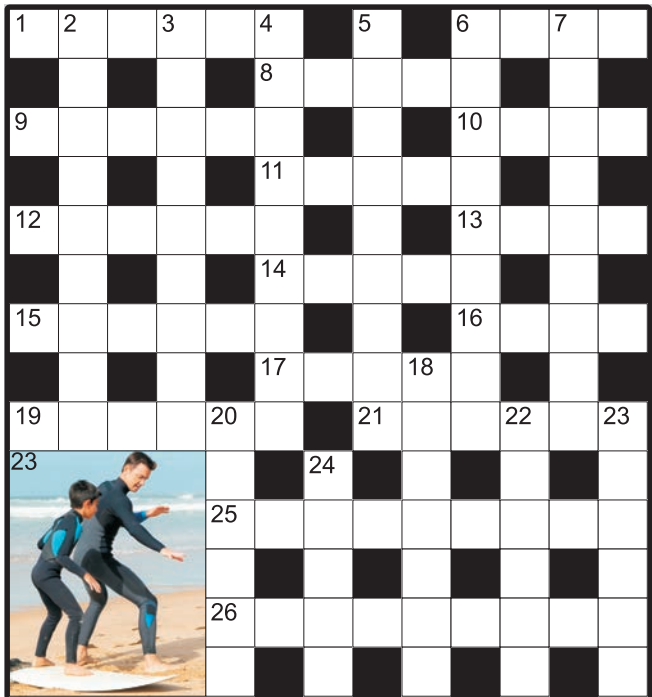
ВОДОЛЕЙ
21.01 – 18.02

Мягкий режим и водные процедуры пойдут вам на пользу. Сохраняйте ритм, не пытайтесь сделать все дела сразу. В выходные будьте внимательны к качеству еды – риск отравлений повышен.

РЫБЫ
19.02 – 20.03

Венера дарит красоту: сегодня вы особенно притягательны. Продуманный образ украсит свидание или важную встречу. Ближайшие два дня вас будет тянуть к уюту: спокойно отдохните, не требуя от себя подвигов.

КРОССВОРД



ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

1. Отъезд «мозгов» за границу
6. Подземный «коттедж» лисы



8. Солёная капля горя или радости
9. Категорическое «нельзя»
10. Волосы в «переплёте»
11. «Воспитатель» растительного происхождения
12. Вкусный, сочный плод
13. Гадина ползучая

14. Общее у стула и симпатичной женщины
15. Огороженная территория, где складировались отходы
16. Профессия Арины Родионовны
17. «Водка» для мужчин в юбках
19. Оккупация по своей сути
21. Страх, боязнь
25. Временное прекращение войны
26. Образ жизни человека, которому не скучно в компании с самим собой.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

2. Устройство для уплотнения почвы, грунта
3. Темнокожий родственник алычи
4. Космонавт в США
5. Специализация художника

6. Мера воздействия на провинившегося
7. Изменение характеристики света при его взаимодействии с веществом
18. Искромётный камушек



20. Сходные по характеру роли, соответствующие дарованию и внешним данным актёра
22. Каждая из прослоек, «защищавших» процессу от посягательств на её мягкое место

23. «Полководец» хоккейной дружины

24. Куча наваленных камней.

ОТВЕТЫ

24. Горы.
22. Препятствие.
18. Кремль.
7. Рассеяние.
5. Пейзажист.
3. Черноморск.
2. Трамбовка.
25. Перемирие.
19. Захват.
17. Виски.
14. Ножка.
12. Яблоко.
10. Коса.
6. Нора.
8. Слезка.
3. Языка.

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)085-60-19
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 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 бронируйте акционную цену до конца месяца.

Акция* до 31.08.2026 г.
Заморозили для вас цены 2025 года

straumann
AnyRidge
IMPLANT SYSTEM
Nobel Biocare

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

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.

АНЕКДОТЫ

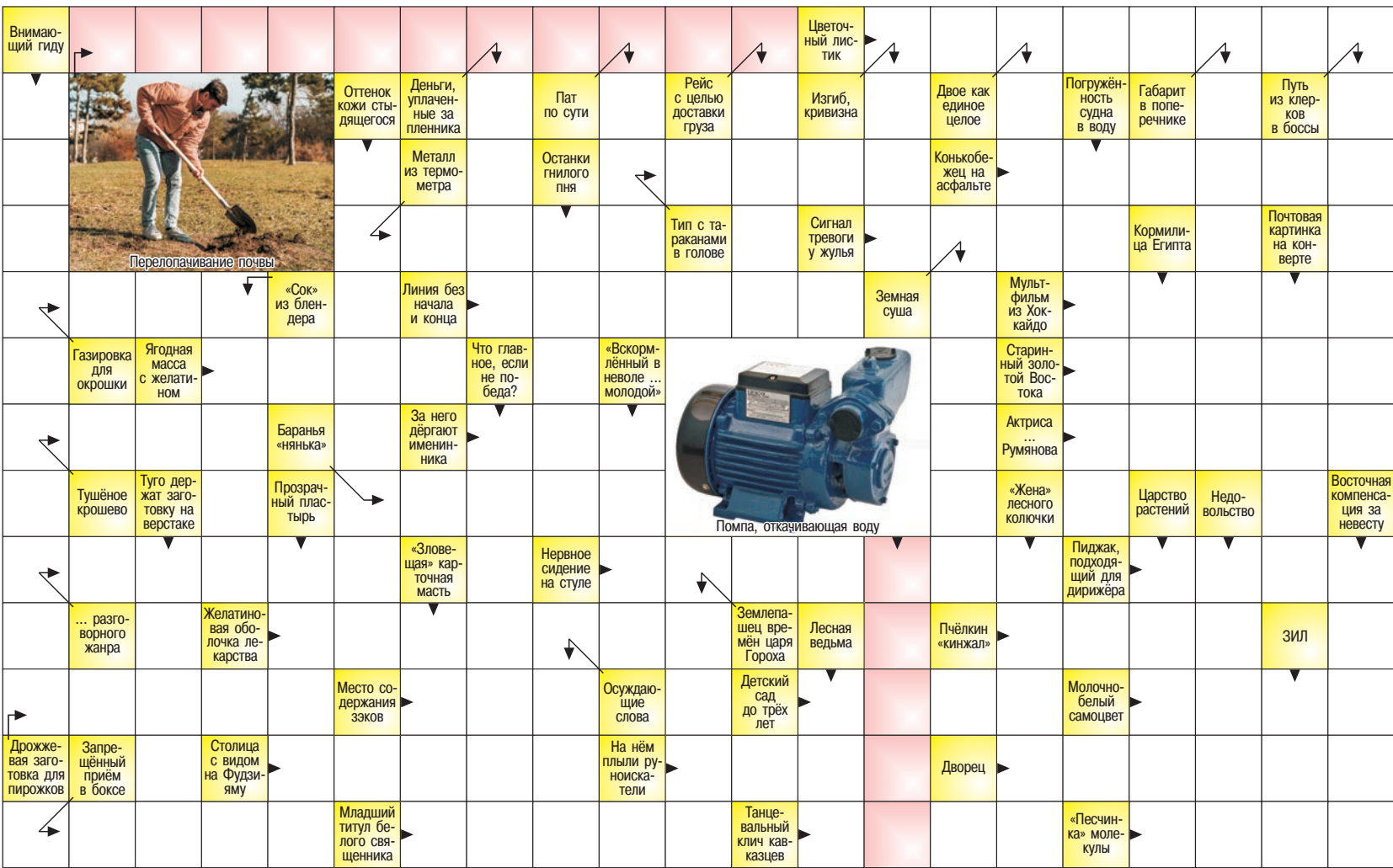
■ – У меня идеальная свекровь.
– То есть как?
– Так к ней все анекдоты идеально подходят.

■ Она:
– Вот ты никогда нашу годовщину свадьбы не отмечал!
Он:
– Почему это «не отмечал»? Сначала 9 дней, потом 40 дней, год, а дальше уже не положено...

■ Сегодня в 6 утра я сделал открытие века! А в 06:30 открылось второе веко.

■ Есть три статуса действительности: де-факто, де-юре и де-било.

■ Через полгода после свадьбы муж:
– А ведь до свадьбы ты была совсем другой! Даже когда я сказал, что зарабатываю 10 тысяч, ты меня похвалила!
– Ну так я думала в долларах!



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Вскормлённый, Лесосток, Чудик, Ромлер, Руты, Атас, Квас, Прямая, Аняме, Укор, Ничья, Орёл, Ратай, Езда, Яга, Лука, Насос, Твёрддь, Пара, Ежиха, Осадка, Нил, Флора. ПО ВЕРТИКАЛИ: Экскурсант, Тиски, Смуга, Сочт, Краснота, Пики, Выкуп, Учасие, Труха.

НЕДВИЖИМОСТЬ

■ **Выкуплю.** Куплю. Сниму. Сдам. Любую недвижимость в Москве и МО до 90 км. Помогу 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. в месяц. +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. 8(495)220-56-66

РАБОТА

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

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

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

■ **Буфетчица** в частную школу. Заработная плата от 65 000 руб. 5/2. Рабочие часы: с 7:00 до 16:00. м. Зюзино. Оформление по ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Оксана Игоревна

■ **Буфетчица** в частную школу. Заработная плата от 65 000 руб. 5/2. Время работы: с 07:00 до 16:00. м. Каховская. Оформление по ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Людмила Юрьевна

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

■ **Горничная срочно!** В детский санаторий Искра, г. Красногорск, мкр-н Опаиха. График 5/2 с 8:00 до 17:00. 3/п 112 500 руб. Тел. 8(929)900-09-41

■ **Гостиница «Космос» (ВДНХ).** Приглашаем операторов по обработке белья. 8(915)347-08-71

■ **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

■ **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». +7(916)357-53-36, +7(910)003-31-20

■ **Охранник** в ЧОП. Вахта, смены от 3500 до 6000. 8(925)097-04-17, Никита
■ **Охранник.** 3/п от 3500 р./сутки. График: разный (вахта, длинная вахта). Объекты г. Москвы. Т. 8(977)865-47-40

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

■ **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

■ **Охранник с УЧО** на склады Сберлогистика по МО. Вахта, проживание, питание. Тел. 8(901)783-63-72

■ **Охранники без лицензии.** Объекты разные. Графики гибкие. Оплата достойная. Выплаты без задержек. Тел. 8(968)593-45-27

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

■ **Повар** в частный детский сад. Заработная плата от 90 000 руб. 5/2. Рабочие часы: с 7:00 до 16:00. м. Севастопольская. Оформление по ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Кристина Андреевна

■ **Повар** в частную школу. Заработная плата от 90 000 руб. 5/2. Рабочие часы: с 7:00 до 16:00. м. Зюзино. Оформление по ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Оксана Игоревна

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

Работа вахтой в Москве и МО. На складах с ТСД и без (упаковка, комплектация и т. д.). По СЗ, ГПХ, ТК. 25/35/45 смен. Гр. 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. +7(926)305-66-08, +7(925)834-36-16

РАБОЧИЕ
в производстве
пищевой продукции

БЕЗ ОПЫТА РАБОТЫ!!!

День/ночь/отсыпной/выходной
От 4 500 рублей за смену

УЧАСТОК ФАСОВКИ
НОВОГОДНИХ ПОДАРКОВ

График: 6/1 по 12 часов
От 100 000 р. в месяц на руки

м. «Ул. Академика Янгеля»,
пл. Красный Строитель (Д2),
ул. Мелитопольская, д. 8

8 495 385-10-46

■ **Разнорабочий.** Доход 6000 – 7100 руб./день. ТК. Объекты по Москве. Проживание и спецдежда бесплатно. График 5/2, 6/1. Тел. 8(926)547-34-73, Анастасия

■ **Слесарь МСР.** График 5/2, оформление по ТК РФ. Место работы д. Красная Горка, доход 100 т.р. на руки. Т. 8(985)690-50-21, Ольга

■ **Сторож** в дневное время. График свободный. От 18 до 65. 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, Волхонка, 13. Гр. 1/3 (сутки/трое). 3/п 30 000 р. Т. 8(903)556-54-08

■ **Требуются:** 1) Мясницкая, 35 – уборщицы. +7(926)131-83-76; 2) Люблино: уборщицы, тракторист, электрик. +7(968)906-93-16; 3) Жуковского, 14 – сантехники, электрики. +7(968)097-87-15; 4) м. Парк культуры – комплексный рабочий, сантехник. +7(963)606-64-87

■ **Уборщица** в частную школу. Заработная плата от 65 000 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 помещений.** 3/п 130 000 р. График: с 8 до 17 – 6/1. Медцентр. м. Университет дружбы народов, Островитянова, д. 1, с. 10. Тел.: 8(916)613-04-10, 8(929)900-09-41, 8(967)182-66-99

АВТОВЫКУП

■ **Автомобили** иностранные и отечественные в любом состоянии куплю. Снятие с учёта в ГИБДД, оформление и эвакуация за мой счёт. Оплата сразу. Тел. 8(926)029-93-33

АВТОПЕРЕЕЗДЫ

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

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

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

РАЗНОЕ

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

ПУНКТЫ ПРИЁМА ОБЪЯВЛЕНИЙ:

- Ст. м. «Авиамоторная» 8(495)133-16-22
- Ст. м. «Аэропорт» 8(985)769-28-51
- Ст. м. Беломорская, 8(916) 974-20-48
- Ст. м. «Белорусская» (Кольцо) 8(495)614-54-05
- Ст. м. «Битцевский Парк» 8(925)504-51-08 (только юрлица)
- Ст. м. «Ленинский проспект» 8(495)973-23-41, 8(901)553-23-41
- Ст. м. «Марьяна Роща» 8(495)640-18-48, доб. 123
- Ст. м. «Нижегородская» 8(495)225-50-46
- Ст. м. «Октябрьское Поле» 8(495)773-94-98
- Ст. м. «Павелецкая» 8(495)775-60-46
- 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. «Ховрино» 8(903)786-17-18
- Ст. м. «Шоссе Энтузиастов» 8(800)551-50-98, 8(926)606-97-60
- Ст. м. «Шелепиха» 8(495)96-100-97
- Ст. м. «Щукинская», «Тушинская» 8(905)705-17-48
- Ст. м. «Электровозная» 8(495)228-06-30

Объявления в этой рубрике являются рекламой

СПОРТ

С

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



Евгений Помазун продлил соглашение со «Спартаком»

ФУТБОЛ. Новый контракт между вратарём и клубом действует до лета 2029 года, сообщается на сайте команды. Сейчас голкиперу 29 лет.

Помазун перешёл в «Спартак» из ЦСКА в феврале 2025 года. Евгений провёл за «красно-белых» 14 матчей, 11 из которых – в Кубке России. В прошлом сезоне вратарь помог московской команде выиграть этот турнир. **METRO**



Никита Мазепин был последним российским пилотом в «Формуле-1» / AFP

ФИА сняла все ограничения с российских гонщиков

ЗЕЛЁНЫЙ СВЕТ. Наши пилоты снова имеют право использовать любую национальную символику. Решение было принято на последнем заседании Всемирного совета ФИА.

Ранее россияне могли участвовать в соревнованиях под нейтральным флагом. Однако проводить состязания под эгидой ФИА на территории России по-прежнему запрещено. **METRO**

«Камила идеальная»: эксперты сравнили Валиеву и Трусову перед их возвращением

Камила Валиева и Александра Игнатова (Трусова) получили нейтральный статус. Российские звёздочки после долгого перерыва возвращаются на мировую арену

У любителей фигурного катания есть опасения насчёт формы спортсменов. Рассказываем, как готовятся к международным стартам участницы Олимпиады-2022

КАМИЛА ВАЛИЕВА ПО-ПРЕЖНЕМУ ИДЕАЛЬНА 20-летняя фигуристка вновь готовится к «перезапуску». Валиева тренируется в лагере Бенуа Ришо. Как пишет «Спортс», 1 августа Камила прилетела в Анже на две недели, без тренера Светланы Соколовской (та уже заявила, что всё в

порядке, Валиева просто «почистит» программу, да и Алексей Мишин за ней присмотрит). Валиева ходит на все занятия: хореография, техника, скольжение, танцы, ОФП. Возможно, даже поставит там программу.

– Я как раз во вторник смотрел небольшой ви-

деорепортаж Камилы Валиевой со сборов. Как же прекрасно она сейчас выглядит! – говорит Metro вице-чемпион Европы Максим Ковтун. – Не знаю, как объяснить, но идеально всё: шаги, руки, скольжение. Человек просто создан для фигурного катания. Идеальная!

Ковтун уверен: нет никакого смысла сравнивать нынешнюю Валиеву с той невероятной 15-летней девочкой Этери Тутберидзе, готовой на эмоциях штурмовать любые вершины:

– Сейчас это уже взрослая, осознанная девушка, с другим взглядом на мир. Она даже по-другому выглядит, это больше не ребёнок. Считаю везением, что нам предстоит увидеть в

ближайшем будущем её катание в новом ключе. Конечно, осенью она будет ещё лучше, чем сейчас, на сборах. На них мы всегда прибавляем. Поэтому, конечно же, Валиева будет более уверенная и техничная. Прямо сейчас это всё нарабатывается, накачивается.

РУССКАЯ РАКЕТА НАБИРАЕТ КОНДИЦИИ

На лёд возвращается и 22-летняя Александра Игнатова (Трусова), которая уже сменила фамилию и родила ребёнка. Скоро она вместе с соотечественницами Анной Фроловой и Камиллой Нелюбовой выступит на челленджере Kinoshita Cup в Японии.

Русской ракете будут противостоять три местные звезды: бронзовый призёр последней Олимпиады Ами Накаи, Монэ Тиба и одна из лучших юниорок в истории Мао Шимада, переходящая в этом сезоне во взрослые. В последний раз Александра участвовала в стартах в 2022 году, поэтому её шансы на победу оцениваются не слишком высоко.

Все помнят, какие сложные трюки исполняла Трусова. По наградам она сейчас даже выше Валиевой – у неё есть серебряная олимпийская медаль в индивидуалке. Трусова тренируется в Китае, где выступает, даёт мастер-классы. Она потихоньку возвращает сложные элементы: на репетиции шоу прыгнула три четверных лутца. Главное – за неё взялась Этери Тутберидзе, а значит, может быть успех.

– Кто мне более симпатична как фигуристка – Валиева или Трусова? Я априори не являюсь болельщиком Саши Трусовой, – признаётся Ковтун. – Это чисто дело вкуса! Просто не мой стиль, ну вот не моё. Она крутой и легендарный прыгальщик, но у меня другой вкус. **СТАНИСЛАВ КУПЦОВ, СЕРГЕЙ РАСТОРГУЕВ**



Камила Валиева / АЛЕКСЕЙ ДАНИЧЕВ / © РИА «НОВОСТИ»

Александра Игнатова (Трусова) / АЛЕКСАНДР КРЯЖЕВ / © РИА «НОВОСТИ»

ВЫБОР МЕТРО
СПОРТИВНАЯ
АФИША СТОЛИЦЫ



1 ФЕСТИВАЛЬ НАРОДНЫХ АВТО

ЖиФест отмечает юбилей: 15 августа с 10:00 до 20:00 он состоится в 10-й раз. Более 5 тыс. любителей отечественного автопрома из 40 регионов России соберутся в национальном конном парке «Русь» в д. Орлово, чтобы увидеть гонки, выставку и шоу-программу с участием Антохи MC, Mr Bruce Джуманджи и GORILLA GLU & LIL NAKU.

2 ИГРА СТОЛИЧНЫХ ФУТБОЛИСТОК

ЖФК «Спартак» проведёт первый матч полуфинала Кубка России 16 августа в 12:00 на стадионе своей академии. Соперник – «Локомотив». В 2025 году обе команды остановились в шаге от решающей встречи. Сейчас коллективы нацелены добраться до финала и завоевать трофей.



Гол Анны Соловьёвой принёс победу «Локо» в недавней игре с ЦСКА / ПРЕСС-СЛУЖБА ЖФК «ЛОКО»

3 СХВАТКА РЕГБИЙНЫХ ГРАНДОВ

«Стрела – Ак Барс», возглавляющая таблицу чемпионата России, приедет 16 августа в 16:00 в «Спортивный городок» в «Лужниках», чтобы проверить на прочность «Динамо». Московская команда дышит казанцам в спину, занимая второе место и отставая лишь на два очка. Битва будет эпичной.

4 ГРУППОВОЙ ЭТАП ПУТИ РПЛ

ЦСКА в первом туре не без труда одолел «Локо» по пенальти. 18 августа в 18:30 армейцы примут «Акрон» на «ВЭБ Арене». А столичное «Динамо», захватившее лидерство в группе В, 19 августа в 20:45 сразится с «Краснодаром» на «ВТБ Арене». В Кубке России Fan ID пока не нужен.