

№ 1 В МОСКВЕ*

metro

gazetametro.ru

Зарегистрировано как рекламное издание

Какие открытия 20-го столетия принадлежат женщинам

Предлагаем проверить себя и пройти тест, сможете ли вы отличить «женские» инновации от «мужских» с. 04

Врачи: гормон сна разрушает организм

Metro выяснило, почему злоупотреблять мелатонином опасно для здоровья с. 07

На месте промзон строят технопарки и заводы будущего

Общая площадь высокотехнологичных производств к 2030 году вырастет в 2 раза, рассказал Сергей Собянин с. 03

«Спел много тысяч раз и не устал»

Михаил Шуфутинский рассказал, почему любит «Третье сентября» с. 09



Артист уверен, что от хороших песен устать невозможно / МАКСИМ БЛИНОВ / © РИА «НОВОСТИ»



Выбираем Вместе 2026

Голосуй онлайн!
18-19-20 сентября

18+

РЕКЛАМА РЕКЛАМОДАТЕЛЬ СОЮЗ «МОСКОВСКАЯ ТОРГОВО-ПРОМЫШЛЕННАЯ ПАЛАТА», ИНН 7710104913 ОГРН 1037739268270



МИЛЛИОН призов



ПОБЕЖДАЕТ КАЖДЫЙ!
1 / 3 / 5 / 10 / 50 тыс.
призовых баллов

ПОДРОБНОСТИ НА САЙТЕ
ag-vmeste.ru

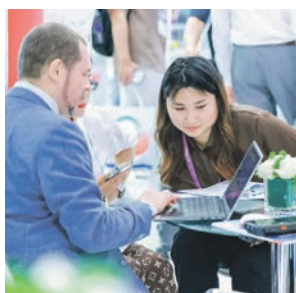


Отсканируй QR-код, чтобы прочитать о московских событиях на gazetametro.ru.



Пополнить «Тройку» теперь можно цифровым рублём

ТЕХНОЛОГИИ. Цифровая валюта стала доступна для пополнения «Кошелька» и покупок абонементов на «Тройку» и карту москвича. Об этом сообщил заммэра Москвы по вопросам транспорта и промышленности Максим Ликсутов. Воспользоваться новой функцией можно в приложении «Метро Москвы», для этого нужно заранее открыть счёт цифрового рубля. **METRO**



Москва стабильно лидирует среди регионов России по доле товарооборота с Турцией / **MOS.RU**

Компании Москвы представили свою продукцию в Стамбуле

СОТРУДНИЧЕСТВО. В миссии участвовали компании из отраслей медицины, робототехники, микроэлектроники, а также химической промышленности. Как рассказал министр правительства Москвы, руководитель ДИПП Анатолий Гарбузов, 8% всей внешней торговли столицы приходится на Турцию. **METRO**

ПОГОДА НА ЗАВТРА	
4 сентября	пятница
+16 °C день	+12 °C ночь



Ночь московского спорта

Пилатес, барре, растяжку и танцевальные тренировки звёздные спортсмены проведут 5 сентября в самых неожиданных местах – в музеях Москвы. Порастягиваться на коврике в Планетарии, Петровском путевом дворце или Музее современного искусства стоит хотя бы ради нишевого опыта. Регистрация – на day.sport.mos.ru.



«Москва дворами»

На два дня столица вернётся в прошлое: на ВДНХ появятся шесть тематических московских дворов 1950–2020-х годов. В каждом из них можно будет увидеть, как менялся город и какие предметы окружали жителей. А ещё в программе – музыка и танцевальные номера, характерные для каждой эпохи. Детали – на letto.mos.ru.



Бьюти-уголок

В девичий рай можно попасть на Тверском бульваре – там, в летнем клубе «Москва», два дня будут разыгрывать косметику, проводить консультации бьюти-специалистов и сеансы преображения у визажистов. А в честь Дня города появится тематическая станция для макияжа с отсылками к районам столицы. Расписание – на mos.ru.



Квест «Москва в кадре»

Оба выходных дня с 12:00 до 19:00 в кинопарке «Москино» вспоминают, где и как снималась столица: участники квеста будут искать знакомые по фильмам места Москвы и развеивать городские легенды. А ещё здесь можно будет попробовать себя в качестве декоратора, костюмера и художника по гриму. Программа – на letto.mos.ru.

Пилатес в музее и ретротрамваи сумеют удивить в День города

В эти выходные нашей дорогой Москве исполнится 879 лет – приходите поздравить её лично

Мария Безгина
maria.bezgina@gazetametro.ru

Заняться растяжкой среди музейных экспонатов или попасть в Москву прошлого – собрали бесплатные активности в честь Дня города 5 и 6 сентября на любой вкус.



Музыкальные сцены

В любимых музеях-заповедниках на юго-востоке Москвы – масса концертов. В «Коломенском» выступят Gazan, Akmal', Диана Гурцкая, Лёша Свик, Валерий Сюткин, Пелагея, Дмитрий Маликов и другие артисты. А вот в «Царицыно» можно послушать классику и джаз, там сыграют известные оркестры. Подробности – на mosdmm.ru.



Детский велофестиваль

Дорогу юным велосипедистам – 5 сентября на Цветном бульваре с 10:00 до 18:00 пройдёт целая серия заездов. Покрутить педали могут все желающие дети от 3 до 14 лет в присутствии родителей – те могут поддерживать своих спортсменов из фан-зоны. Вечером – детская дискотека и секретный гость. Регистрация – на mosvelofest.mos.ru.



Осенний парад трамваев

Колонна из 18 исторических вагонов стартует от Курского вокзала до улицы Сергея Радонежского 6 сентября в 11:30. После любования ретро транспортом можно будет сразиться на не менее винтажных советских игровых автоматах 1980-х годов, пофотографироваться с реконструкторами и попасть на концерт. Подробнее – на letto.mos.ru.



«Русский богатырь»

В Южном спортивном центре «Лужников» 6 сентября – настоящая спортивная феерия: шоу с участием спецназа, «Арена богатырей», на которой силачи будут тягать брёвна и буксировать автобус, и тренировка со знаменитыми боксёрами Денисом Лебедевым и Александром Поветкиным. Вечером споют ST и группа «Любэ». Детали – на letto.mos.ru.

Москва даёт вторую жизнь бывшим промзонам

Технопарки появляются на территориях бывших индустриальных зон

Площадь высокотехнологичной промышленной застройки вырастет в 2 раза

Михаил Нешевец
mvn@gazetametro.ru

И произойти это должно уже к 2030 году. Как сообщил в мессенджере «Макс» Сергей Собянин, общая площадь таких производств составит более 25 млн кв. м. Одна из главных ролей в решении этой задачи отведена программе комплексного развития территорий (КРТ). В частности, на Алтуфьевском шоссе будет возведён производственный кластер на четыре технопарка для лёгкой, строительной и электронной

промышленности. Многофункциональный квартал с жильём, офисами и производствами появится на месте промзоны «Вагоноремонт» в Восточном Дегунино, на территории «Коровино» в Дмитровском районе построят высокотехнологичный завод по производству труб. А в ОЭЗ «Технополис Москва» появятся производства и центры по разработке и тестированию продукции микроэлектроники, фармацевтики, аэрокосмической отрасли и электромобилестроения.



«ДЕПРЕССИВНЫЕ ТЕРРИТОРИИ ПРЕВРАТЯТСЯ В УЮТНЫЕ КВАРТАЛЫ».

СЕРГЕЙ СОБЯНИН
мэр Москвы



ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ

Это начальник дистанции Владислав.

В его команде 100 человек, которые настраивают светофоры и стрелки в тоннелях

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



+7 495 539-54-54
3210 с мобильного

mosmetro.ru
transport.mos.ru

В Музее Москвы открылась выставка «Учёные дамы. Наука без разрешения», посвящённая соотечественницам, совершившим открытия, которые заметно улучшили нашу жизнь. Вместе с научным сотрудником ИПЭЭ РАН Никитой Лавреновым предлагаем проверить, сможете ли вы отличить «мужские» инновации от тех, что принадлежат женщинам

Дарья Завгородняя
dariaz@gazetametro.ru

Кто это придумал – МУЖЧИНА ИЛИ ЖЕНЩИНА?



ТЕСТ METRO

1

В 1886-м этот человек зарегистрировал патент на своё изобретение – первую в мире функциональную посудомоечную машину.

- ☐ а) Мужчина
☐ б) Женщина

2

Первое устройство, работающее по принципу всасывания пыли и заложившее основу для современных пылесосов, появилось в 1901 году. Его сконструировал(а)...

- ☐ а) Мужчина
☐ б) Женщина



Героиня выставки, зоопсихолог Надежда Ладыгина-Котс и её подопечный Иони / ВСЕ ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ОРГАНИЗАТОРАМИ

3

В 1950–1960-е годы советский математик разработал метод, позволяющий делать точный прогноз погоды на несколько дней вперёд. Это был(а)...

- ☐ а) Мужчина
☐ б) Женщина

4

В 1942 году микробиолог создал первый советский пенициллин крустозин, спасший впоследствии тысячи жизней. Автор разработки...

- ☐ а) Мужчина
☐ б) Женщина



Ещё одна героиня выставки, советский геолог Наталья Кинд за работой

5

Первый аппарат для непрерывной перегонки нефти разработали в 1873 году. Кто автор изобретения?

- ☐ а) Мужчина
☐ б) Женщина

6

В 1955 году этот учёный определил по карте, где находится одно из крупнейших в мире алмазных месторождений – трубка «Мир».

- ☐ а) Мужчина
☐ б) Женщина

7

В 1994 году была доказана Великая теорема Ферма, над которой математики бились более 350 лет. Кто это был?

- ☐ а) Мужчина
☐ б) Женщина

8

Кто разработал теорию пакетной коммутации (разделение информации на блоки-пакеты), которая стала основой для создания Интернета?

- ☐ а) Мужчина
☐ б) Женщина

РЕЗУЛЬТАТЫ

0–2 правильных ответа

Маловато будет! Ваш результат – красноречивое доказательство того, что подлинно новаторские идеи не имеют гендерной окраски.

3–5 правильных ответов

Похвально! Вы совсем чуть-чуть недотягиваете до эксперта по учёным дамам. Гарантируем: посещение выставки поможет восполнить пробелы.

6–8 правильных ответов

Гениально! Вы отлично ориентируетесь в истории науки. И, возможно, симпатизируете женщинам-учёным, что нам, женщинам, очень приятно.

ОТВЕТЫ: 1. Б / 2. А / 3. Б / 4. Б / 5. А / 6. Б / 7. А / 8. А



Выбираем
Вместе
2026

**Голосуй
онлайн!**
18–19–20
сентября

18+

РЕКЛАМА РЕКЛАМОДАТЕЛЬ СОЮЗ «МОСКОВСКАЯ ТОРГОВО-ПРОМЫШЛЕННАЯ ПАЛАТА», ИНН 7710104913 ОГРН 1037739268270



МИЛЛИОН
призов



**ПОБЕЖДАЕТ
КАЖДЫЙ!**
1 / 3 / 5 / 10 / 50 тыс.
призовых баллов

ПОДРОБНОСТИ НА САЙТЕ
ag-vmeste.ru

ЧЕТВЕРГ

СЕГОДНЯ В МОСКВЕ

ЕЖЕДНЕВНАЯ АФИША

Текст: Геннадий Окорочков / Все фото: mos.ru



ИДЁМ СЛУШАТЬ ТРАДИЦИОННЫЕ АРМЯНСКИЕ МЕЛОДИИ ВО ТЬМЕ

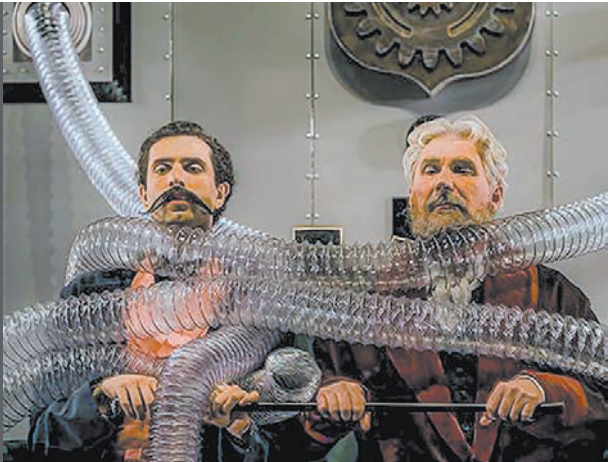
Концерт «Дудук в темноте. Жизнь в мгновениях 2.0». Выступает коллектив проекта DUDUKIST. Программа построена как киноплёнка жизненных этапов – детство, юношество, молодость и зрелость. Гостей просят прибыть за 30 минут до мероприятия, чтобы оставить в камере хранения все светоизлучающие предметы. (12+)

Где: Дом-музей Николая Островского, ул. Тверская, 14
Когда: 20:00
Цена: 2000 ₽

ПЫТАЕМСЯ РАЗГАДАТЬ ТАИНСТВЕННОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ

Поэтическая фантазия «Кто убил Симон-Деманш?». В центре сюжета – громкое дело середины XIX века: убийство французской актрисы Луизы Симон-Деманш, возлюбленной драматурга и дворянина Александра Сухова-Кобылина. (16+)

Где: ул. Большая Никитская, 23/14/9
Когда: 19:00
Цена: от 750 ₽





ЗНАКОМИМСЯ С РЕДКИМИ КИНОМАТЕРИАЛАМИ

Документальный проект RT.doc «Последний удар». Фильм основан на редких архивных кадрах и рассказывает о том, как Красная армия сокрушила японские войска в 1945 году. (0+)

Где: зал «Конев», Музей Победы
Когда: 17:00
Цена: входной билет в музей от 300 ₽

УЗНАЁМ НОВЫЕ ФАКТЫ О РОДНЕ СОЛНЦА РУССКОЙ ПОЭЗИИ

Лекция «Летопись служения Отечеству прародителей и потомков А. С. Пушкина». Участники познакомятся с историей рода Пушкиных, узнают о роли предков и потомков поэта в событиях российской истории XVII–XIX веков. (16+)

Где: Библиотека-читальня имени А. С. Пушкина, ул. Спартаковская, 9, стр. 3
Когда: 18:30
Цена: бесплатно, нужна регистрация на bilet.mos.ru





ИГРАЕМ НОКТЮРН НА ФЛЕЙТЕ ТРУБ

Лекция «Маяковский. Пощёчина футуризмом». Гости будут разбираться, кто первым встал на путь футуризма: итальянцы во главе с Томмазо Маринетти или русские во главе с Давидом Бурлюком. (16+)

Где: квартира семьи Маяковских, Студенческий пер., 6
Когда: 19:00
Цена: 400 ₽



ВЫЯСНЯЕМ, ПРИ ЧЁМ ТУТ СЭНДЛЕР

Выставка «Адам Сэндлер на рубеже веков». Событие посвящено ностальгии по временам поп-культуры рубежа тысячелетий. 22 художника представляют работы, вдохновлённые кинематографичной вселенной актёра и режиссёра. (18+)

Где: Денисовский пер., 23, стр. 1
Когда: 10:00–20:00
Цена: бесплатно



ПОГРУЖАЕМСЯ В РОМАНТИКУ

Концерт при свечах. Это финал летнего сезона. Оркестр исполнит «Грозу» Вивальди, «Лунную сонату» Бетховена, а также шедевры Эйнауди и Циммера. На сцене Зелёного театра в последний раз в этом году зажгутся 8 тысяч свечей. (6+)

Где: Зелёный театр ВДНХ
Когда: 20:00
Цена: от 1700 ₽



ВСПОМИНАЕМ ЖЕРТВ БЕСЛАНА

Концерт-митинг ко Дню солидарности в борьбе с терроризмом. Перед зрителями выступят воспитанники детской концертной студии «Непоседы» под руководством заслуженного работника культуры Российской Федерации Елены Пинджоян. (0+)

Где: Зал полководцев Музея Победы
Когда: 16:00
Цена: от 300 ₽



Снежана со своей любимой собакой Пулей, которая очень тоскует без хозяйки / ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА

Мама Снежаны Королёвой: «Дочь спасла многих, пожертвовав собой»

На Алтае до конца сентября продлили комендантский час. Режим повышенной готовности ввели после того, как медведь разорвал 29-летнюю Снежану Королёву

Мама погибшей девушки и её лучшая подруга рассказали Metro, какой она была

Станислав Купцов
stanislav.kuptsov@gazetametro.ru

История Снежаны облетела все ленты новостей: СМИ будто смаковали детали той жуткой ночи: палатка, медведь, крики, беспомощность любимого человека и безуспешные попытки спасти. Но о самой Снежане не написал почти никто.

Мама Тамара всегда гордилась своей единственной дочерью. Снежана была для неё воплощением силы и целеустремлённости: за что бы она ни бралась – всё доводила до конца. С самого детства

она не знала страха: обожала экстрим, прыгала с тарзанки, гоняла на мотоцикле.

Была и обратная сторона медали: в 12 лет Снежана упала с качелей и получила компрессионный перелом пяти позвонков.

– После этого дочь два года ходила в школу в стальном корсете, хотя ей и предлагали дистанционку, – рассказывает Тамара. – Она не могла сидеть, поэтому ей приходилось стоять возле парты по восемь часов в день. Представьте, как это тяжело для ребёнка?

Тамара отмечает, что Снежана очень любила животных и помогала им.

– У нас осталась её собака Пуля. Всё это время она сама не своя – до сих пор

ждёт хозяйку, – вздыхает мама девушки.

После школы Снежана окончила политехнический колледж и поступила в вуз на юриста. Тогда же занялась пауэрлифтингом. Совмещать учёбу и спорт было тяжело, но Снежану это не пугало.

– Мы боялись, что ей от нагрузки будет только хуже, – объясняет Тамара. – Но за неё взялся чемпион России! Снежану не интересовали вторые и третьи места. Ей нужно было только первое. Главной же целью было стать мастером спорта, и она этого добилась.

Так вышло, что роковое стечение обстоятельств произошло, когда Снежана находилась на пороге важных перемен в своей жизни. Девушка поступи-

ла на службу в МЧС и собиралась замуж.

– Работу она выбрала по зову сердца, – рассказывает Metro лучшая подруга девушки Кристина. – Снежана была тем человеком, который просто не мог пройти мимо чужой беды, – порядочная, добрая, искренняя. Её смех был таким заразительным, что моментально разгонял любые тучи и заставлял улыбаться всех вокруг. Такого друга ещё поискать. Не зря говорят, что Бог забирает лучших.

Что касается замужества, то, по словам Тамары, дочь совсем не умела выбирать себе парней. Об Иване, с которым Снежана отправилась на Алтай, родители девушки почти ничего не знали.

– После трагедии он и не пытался нам что-то объяснить, не проявлял сочувствия, не выражал соболезнований. Говорят, если человек не просит прощения, значит, и не считает себя виновным, – говорит она.

В той схватке со зверем Иван вряд ли смог бы что-то изменить. Но мама Снежаны ждала от него просто человеческого участия хотя бы из уважения к той, которую он любил.

«Я считаю, что, пожертвовав собой, дочка спасла немало людей. Надеюсь, теперь власти возьмут под контроль диких животных и туристический бизнес».

ТАМАРА КОРОЛЁВА
мама Снежаны

ЦИФРА

37

медведей, представлявших угрозу для людей, отстрелили охотинспекторы в окрестностях сёл Артыбаш и Иогач.

КОРОТКО

«Колобок» и «пухосос» стали претендентами на слово года

ТОП. Слова «Колобок», «пухосос», «Макс» и «НПЗ» вошли в топ-40 претендентов на звание «Слово года – 2026», сообщили РИА «Новости» в импринте «Лингва». В финал также попали слова из актуальной новостной повестки и те, что стали популярными в Интернете, например «белые списки», «блокировка», «БПЛА», Wildberries, «нишевый», «нейро-слоп», междометие «газ» и «сикс-севен». **METRO**

КСИР приступил к ответу на атаки США по Ирану

ЭСКАЛАЦИЯ. Тегеран приступил к ответным действиям на атаки США по Ирану, заявил Корпус стражей исламской революции Ирана (КСИР). «Храбрые воины заставят агрессоров пожалеть», – говорится в заявлении пресс-службы. В корпусе также добавили, что атаки США ещё крепче закрыли Ормузский пролив на замок. Ранее КСИР сбил очередной американский беспилотник MQ-9. **METRO**

Вертолёт с членами ЦИК совершил жёсткую посадку на Сахалине

КРУШЕНИЕ. Вертолёт летал на мыс Терпения, где проходило досрочное голосование по выборам в Госдуму. На борту находились восемь человек: члены экипажа, сотрудники избирательной комиссии и журналисты. На обратном пути при подлёте к аэродрому Сокол воздушное судно стало резко терять высоту. Пилот сумел посадить вертолёт на дорогу, после чего он съехал в кювет, сообщили в местном облизбиркоме. **METRO**



Пассажиры и экипаж отделались ушибами и царапинами / ПРЕСС-СЛУЖБА ОБЛИЗБИРКОМА САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ

В Сербии открыли памятник русскому добровольцу

ГЕРОЙ. Бюст Николая Раевского установили в монастыре Святого Романа близ села Джунис, где после гибели было похоронено его сердце, сообщает РИА «Новости». Открытие памятника приурочено к 150-летию годовщине начала Сербско-турецкой войны. Николай Николаевич Раевский – внук героя войны 1812 года Николая Раевского – приехал добровольцем в сербскую армию и погиб в бою с турками в 1876 году. **METRO**

На Таймс-сквер зарезали вице-президента Bank of America

УБИЙСТВО. 49-летняя Памела Сиснерос, вооружённая двумя ножами, напала на вице-президента Bank of America Эрин Пиаченти, сообщает Bloomberg со ссылкой на полицию Нью-Йорка. Сиснерос ударила женщину ножом в живот – ранение оказалось смертельным. Также нападавшая ранила ещё одного прохожего – 68-летнего туриста из Род-Айленда, его увезли в больницу. **METRO**



Отсканируй QR-код, чтобы прочитать другие материалы рубрики «Здоровье» на сайте gazetametro.ru.

Ткани кишечника могут «помнить» о воспалении целый год

ИССЛЕДОВАНИЕ. Учёные из Института Вейцмана в Израиле обнаружили, что внеклеточный матрикс – своеобразный «каркас» ткани – способен сохранять «воспалительную память» более года. По мнению исследователей, именно она может мешать нормальному восстановлению кишечника и способствовать развитию хронических воспалительных заболеваний. **METRO**



Побороть рак помогут вакцины и ингибиторы контрольных точек / SHUTTERSTOCK

Некоторые виды рака могут быть побеждены в течение 3–6 лет

ПРОГНОЗ. Меланома, мелкоклеточный рак лёгких, рак мочевого пузыря и колоректальный рак могут быть побеждены в ближайшие 3–6 лет, заявил научный руководитель НИЦЭМ Минздрава России Александр Гинцбург в беседе с РИА «Новости». Он отметил, что побороть эти виды онкологии может позволить терапия с персонализированными вакцинами. **METRO**

Вредный мелатонин: как гормон сна разрушает организм

Врачи предупреждают: мелатонин может привести к сердечной недостаточности. Metro разобралось, почему это происходит

Алёна Волкова
alena.volkova@gazetametro.ru

Американские учёные выяснили, что у людей, принимающих мелатонин более года, шанс развития сердечной недостаточности в следующие пять лет повышается на 90%. А те, кто пропил даже два курса мелатонина (2–4 недели) с перерывом в три месяца, столкнулись с увеличением рисков возникновения сердечной недостаточности на 82%. Кроме того, людей, «улучшавших» сон с помощью мелатонина, госпитализировали в 3,5 раза чаще, чем тех, кто никогда в жизни его не принимал.

Свои выводы исследователи сделали на основе анализа данных более 130 тысяч человек, никогда не принимавших препарат, и тех, кто пил мелатонин.



Продолжительный приём мелатонина может привести к нарушениям работы сердца / SHUTTERSTOCK

Авторы исследования утверждают, что причина такого ухудшения здоровья кроется в свойствах мелатонина. Это мощное биологически активное вещество, эффект которого сильно варьируется от дозы и продолжительности его применения. Получается, что гормон, который большинство считает «безопасным» снотворным, в больших дозах может вредить организму.

Кардиолог КДЦ № 4 Университетской больницы МГМУ им. Сеченова Юлия Лысакова считает, что

ЦИФРА

~30

микрограмм

мелатонина вырабатывается у взрослого человека за сутки.

связь между приёмом синтетического мелатонина и сердечной недостаточностью и правда может быть. При этом влияние препарата на сердце может быть

как прямым, так и опосредованным.

– Он может воздействовать на сердечную мышцу, например, привести к брадикардии (замедлению сердечного ритма) или к развитию желудочковых аритмий, которые могут полностью исчезнуть лишь после прекращения приёма препарата, – говорит кардиолог. – Также мелатонин способен вызвать сужение сосудов и снижение артериального давления.

Ещё один фактор риска при приёме синтетического мелатонина – его побоч-

ные эффекты. Препарат способен вызвать головную боль, тошноту, гастрит и даже ночные кошмары. По словам Лысаковой, если эффекты непродолжительны, то особой опасности они не представляют.

Однако повторяющиеся эпизоды могут ввести организм человека в состояние хронического стресса и стать причиной постоянно повышенного артериального давления, что критически сказывается на сосудах и сердце.

– Мелатонин может вызывать ночные кошмары – это настоящий скрытый удар по сердцу, – говорит Лысакова. – Из-за них учащается сердцебиение и повышается артериальное давление. И в этом случае положительный эффект от препарата полностью перекрывается.

Организм перестаёт получать достаточное количество отдыха, что приводит к повышению риска развития артериальной гипертензии, увеличению частоты инфарктов и инсультов, ухудшению и нарушению сердечного ритма и, самое главное, к прогрессированию сердечной недостаточности.

КАК СОХРАНИТЬ СВЯЗЬ С ВНУКАМИ, ЕСЛИ ВЫ ИХ ПЛОХО СЛЫШИТЕ?

Начался учебный год. Для многих бабушек и дедушек это время, когда они снова помогают с уроками, читают вслух и слушают школьные истории. Но если в разговоре с внуками постоянно приходится переспрашивать или кажется, что они говорят слишком тихо, общаться становится тяжело. А ведь именно старшие могут передать детям ценный опыт!

Как понять, что слух снижается?

Есть несколько признаков, на которые стоит обратить внимание. Если вы часто просите повторить сказанное, прибавляете громкость телевизора до уровня, который некомфортен для остальных, или не слышите собеседника в телефоне – это повод проверить слух. Особенно если в шумной обстановке вы перестаёте различать слова и слышите только общий гул. Тугоухость развивается постепенно, и к ней привыкаешь. Но чем дольше откладывать визит к специалисту, тем сложнее будет восстановить качество общения.

Почему бабушки и дедушки не слышат внуков?

1. С возрастом теряется способность слышать высокие частоты – именно на них говорит ребёнок.
2. В шумной обстановке детский голос сливается с фоном и становится неразличим.

3. Дети говорят нечётко, а сниженный слух делает речь совсем неразборчивой.

Современные слуховые аппараты решают эту проблему

Сегодняшние модели – это не громоздкие устройства прошлого. Они миниатюрны, незаметны на ухе, их можно подобрать даже под цвет волос. Они адаптируются к обстановке, подавляют фоновый шум и усиливают только те частоты, которые нужны конкретному человеку.

Но слуховой аппарат – это медицинский прибор. Его нельзя купить «по интернету» или в случайном месте. Он подбирается индивидуально, по результатам диагностики, и настраивается под особенности слуха и строения ушного канала. Только так можно добиться чёткого, естественного звука и комфортного использования.



Бесплатная диагностика и индивидуальный подбор в «СлышуВижу»

В центрах слуха «СлышуВижу» приём начинается с комплексной проверки слуха: отоскопия, тональная аудиометрия, замер костной проводимости. Все исследования – по европейскому протоколу и это бесплатно! Только после диагностики специалист подбирает аппарат, который подойдёт именно вам.

До 10 сентября (включительно) принеси старый слуховой аппарат и получи скидку 20% на новый.

«Слух – это инструмент, который позволяет нам оставаться частью семьи, слышать голоса близких, участвовать в их жизни. Когда человек перестаёт слышать, он начинает терять связь с самыми родными людьми. Но современные технологии могут это исправить. Главное – вовремя обратиться к специалисту и подобрать аппарат, который вернёт вам возможность легко общаться с теми, кто важен».

Н.И. Дикопольцев
основатель
центра «СлышуВижу»,
сурдодоктор



СЛЫШУ ВИЖУ
ЦЕНТРЫ ЕВРОПЕЙСКОГО СЛУХОПРОТЕЗИРОВАНИЯ

до 10 сентября 2026 года

-15% или **-30%**

на один слуховой аппарат

на второй слуховой аппарат

МЫ ПРИНИМАЕМ СЕРТИФИКАТЫ ТСП
Для участия в акции покажите купон администратору

Запишитесь на бесплатную проверку слуха в центры «СлышуВижу»

8(495)106-32-31

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

Медконсультации 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 10 сентября 2026 года. Скидка предоставляется от рекомендованных розничных цен. Л041-01024-74/00358375 от 02.12.2020. РЕКЛАМА

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

КУЛЬТУРА | К



Отсканируй QR-код, чтобы прочитать другие кинорецензии.



КИНОПРЕМЬЕРА



Про героя Антонио Бандераса хочется посмотреть отдельный фильм / A-ONE FILMS, «АМЕДИАТЕКА»

(18+)

Устрицы и безответная любовь помогут разобраться в себе

В кинотеатрах выходит картина «Тони», рассказывающая о юности знаменитого шеф-повара и писателя Энтони Бурдена

Мария Позина
mariya.pozina@gazetametro.ru

Тони мечтает стать писателем и даже пробует получить университетский грант на дебютный роман – но комиссия решает вопрос не в его пользу.

Тогда парень практически без вещей и без денег отправляется на лето на полуостров Кейп-Код, потому что туда уехала самая красивая девушка университета, в которую Тони давно и безнадежно влюблен.

На новом месте Тони устраивается на подработку в рыбный ресторанчик некогда из-

вестного шефа (Антонио Бандерас). Начав с позиции мойщика посуды, конец каникул Тони встречает уже в качестве повара и соавтора оригинальных блюд. Перед возвращением домой юноше

Режиссёр: Мэтт Джонсон

Сценарий: Тодд Бартельс, Лу Хоу, Мэтт Джонсон

В ролях: Доминик Сесса, Антонио Бандерас, Эмилия Джонс, Лео Вудалл, Ставрос Халкиас и др.



придётся осознать, чего он на самом деле хочет.

Энтони Бурден, чья биография легла в основу сценария, был бунтарём и человеком, которому тесно в кем-то установленных рамках. Он творил на кухне, путешествовал, писал книги, в которых переплетались рецепты, воспоминания и рассуждения о жизни.

Похоже, что режиссёр Мэтт Джонсон уловил настроение, дух Бурдена, сняв фильм о свободе, юношеской тоске и страстях, взрослении и предназначении.

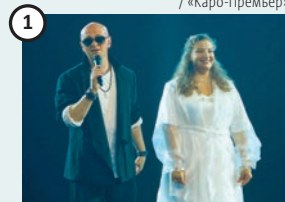
Сыгравший главную роль Доминик Сесса по-

хож то на неуверенного в себе подростка, то на рокера, готового перевернуть этот мир с ног на голову.

Бескрайние пляжи, ветер, путающий волосы, устрицы, чей вкус напоминает море, – весь фильм как будто соткан из воспоминаний о лучших летних днях собственной жизни. И особенное место в этих воспоминаниях занимает герой Бандераса – его шеф с горящими глазами и мальчишеской улыбкой, колдующий над крабами и омарами, настолько хорош, что заслуживает отдельного фильма.

ЧТО НОВОГО В КИНО

/ «Каро-Премьер»



1 «Не по-детски» (Россия)

Сергей Безруков в роли телеведущего, который после неудачной шутки оказывается под угрозой отмены. Чтобы восстановить репутацию, ему придётся столкнуться с реальной жизнью за кадром. (16+)

/ «Вольга»



2 «Бегущая» / The Runner (Великобритания)

Галь Гадот в боевике про адвоката, чьего сына похищают перед громким судебным процессом. Ради спасения ребёнка героине предстоит немало побегать. (16+)

/ «Ракета релизинг»



3 «Изгой» / Molt Iluny (Испания, Нидерланды)

Герой Марио Кассаса прилетает в Утрехт на футбольный матч, а вернуться в Испанию не может из-за панической атаки. Он решает остаться в Нидерландах. (18+)

/ «Парадиз»



4 «Сыграть в ящик» / Just Play Dead (Великобритания, Испания, Болгария)

Криминальная драма про Джека, который инсценирует свою смерть ради страховки, но всё идёт не по плану. (18+)

Рассел Кроу поёт, Кейт Мара преследует парня

В Италии открылся 83-й Венецианский кинофестиваль. Рассказываем о самых ожидаемых премьерах

Мария Позина
mariya.pozina@gazetametro.ru

На открытии покажут картину «Чернила» Дэнни Бойла («На игле»), посвящённую истории становления медиамагната Руперта Мёрдока. В центре сюжета – создание газеты The Sun, которая в 1960-х

годах изменила представление о современной журналистике.

В основной конкурс попала новая работа «Бункер» драматурга и режиссёра Флориана Зеллера («Отец»), главные роли в которой сыграли супруги Хавьер Бардем и Пенелопа Крус. Отношения между их персонажами – тоже супружеской парой – начинают портиться после того, как глава семьи, успешный архитектор, получает заказ на строительство роскошного бункера для одного очень богатого человека.



В Венеции покажут рождение газеты The Sun / КАДР ИЗ ФИЛЬМА «ЧЕРНИЛА»

83-летний патриарх мирового кино Вернер Херцог привезёт в Венецию картину «Чёртов ублюдок» с Кейт и Руни Мара, которые сыграли родных сестёр. В основе сценария реальная история близняшек, которые были одержимы одним и тем же мужчиной.

Вне конкурса состоится показ дебютной ленты Рассела Кроу «То, что строит любовь». Известный актёр выступил режиссёром документальной ленты о собственной музыкальной группе Indoor Garden Party.

ТОЛЬКО ФАКТЫ

■ Жюри основного конкурса возглавляет актриса и режиссёр Мэгги Джилленхол. В её команде продюсер и режиссёр Джонни То, режиссёры Каутер Бен Ханья, Шахрбану Садат, Ксавье Джанноли, композитор Даниэль Блумберг и кинорежиссёр Франческо Казетти.

■ Победителей фестиваля назовут 12 сентября.



Игорь Николаев, Михаил Шуфутинский и Игорь Крутой на гала-концерте фестиваля «Новая волна» / МАКСИМ БОГОДВИД / © РИА «НОВОСТИ»

Шуфутинский знал, что «3 сентября» будет его кормить до старости

«Я календарь переверну...» – пришла осень, а значит, наступило время этого шлягера и многочисленных связанных с ним мемов

Корреспондент Metro поинтересовался у его создателей, в чём секрет сумасшедшей популярности этой песни

Феликс Грозданов
felix.grozdанov@gazetametro.ru

Эта композиция была впервые исполнена Михаилом Шуфутинским в 1993-м. В 1994 году она вошла в его альбом «Гуляй, душа». Но лишь спустя два десятилетия, что называется, по-настоящему «выстрелила». В 2011-м появился первый связанный с ней

КСТАТИ

■ 3 сентября 1995 года родился старший внук Михаила Шуфутинского. Изначально в песне календарь не переводили, а перелистывали – слово в процессе записи исправил продюсер Евгений Кобылянский.

мем, песня обрела новое рождение и стала культурным уникамом.

– Феномен этой песни в том, что её написали два гения – два Игоря (Николаев и Крутой. – Прим. ред.), а третий спел, – улыбается Михаил Шуфутинский. – Если же говорить серьёзно, то эта песня так всем зашла в душу, так всем зашла, что сама по себе стала феноменальной и культовой. И никто даже не задумывается, чем и почему она так цепляет людей. Я знаю, сколько мемов и шуток ходит вокруг этой песни, но они меня не только не обижают, а даже

радуют, ведь это свидетельствует об огромном успехе композиции. Мало какая песня похвастается такой народной любовью!

Певец признаётся: он изначально понимал, что песня будет хитом и его кормилицей на долгие годы.

– Она мне сразу понравилась, и секрет в том, что она не модная, как многие мелодии сегодня, а вечная, она про каждого из нас, всем понятная и близкая. Я не знаю, сколько тысяч раз я уже её пел, но не устал, потому что от хорошего устать невозможно, – уверяет Михаил Шуфутинский.

У написавшего к песне «3 сентября» музыку Игоря Крутого отношение к этому хиту немного иное.

– Если композиция становится успешной, то это говорит о том, что в людях задеты какие-то струны души, – считает Игорь Яковлевич. – И в итоге песня сопереживает несколько поколений слушателей. У меня тоже есть такие пес-

ни – «Я люблю тебя до слёз», «Любовь, похожая на сон». А вот в успех песни «3 сентября» я сначала не верил, но она вдруг, почти через 25 лет после написания, раскрутилась. Она не была хитом при рождении – и вдруг стала. Поразительно!

О КАКИХ ЕЩЁ ДАТАХ КАЛЕНДАРЯ СЛОЖЕНЫ ПЕСНИ

- «22 июня» (Юрий Визбор),
- «С первого по тринадцатое» («Несчастный случай»),
- «9 марта» (Ирина Аллегрова),
- «13 декабря» (Жанна Бичевская),
- «31 декабря» («Город 312»),
- «Первое апреля» (Валерий Ободзинский),
- «22 июля» (Елена Ваенга),
- «8 марта» («Бахыт-Компот»).

ВЫБОР METRO

Их женщины борются за свои права, наши – сострадают ближним

Сегодня в Москве стартует XII Международный фестиваль документального кино «Докер». Рассказываем о самых, на наш взгляд, интересных работах

ТЕКСТ: ОКСАНА ЧЕРТОВА / ВСЕ ФОТО: КАДРЫ ИЗ ФИЛЬМОВ / ПРЕСС-СЛУЖБА «ДОКЕРА»

1



«Булакна» (Франция, Португалия, Филиппины) (18+)
Режиссёр Леонор Нойву сняла кино о новой форме колонизации – вынужденной трудовой миграции, с которой сталкиваются сейчас филиппинки.

2



«Её территория» (Индия) (18+)
Героиня фильма Каллола Мухерджи вместе с соратницами из одной крайне консервативной индийской деревни поднимает бунт, отстаивая право на трудоустройство.

3



«Ангельский чин» (Россия) (18+)
Режиссёр «Истории российских тюрем. Владимирский централ» Юлия Бобкова сняла фильм о женщинах, посвятивших себя служению в Новодевичьем монастыре.

4



«Под кожей» (Россия) (00+)
Героиня фильма Анастасии Шкитиной – пластический гримёр Елена Рубцова – помогает людям с утраченными частями лица, изготавливая протезы из силикона.

ГОРОСКОП
на четверг, 3 сентября 2026 года



Астролог Лилия Любимова

ОВЕН
21.03 – 20.04

Ближе к вечеру придёт озарение: задача, над которой бились неделю, вдруг решится. Держитесь команды, вместе на свежую голову свернёте горы.

ТЕЛЕЦ
21.04 – 21.05

С утра тянет всё делать в одиночку, но от людей закрываться не стоит, поскольку после обеда предстоит «разруливать» общие финансовые вопросы и без привлечения «мнения зала» не обойтись.

БЛИЗНЕЦЫ
22.05 – 21.06

Во второй половине дня в силу вступает ваша стихия: переговоры пойдут легко. Самое время прояснить недопонимание, нужные слова найдутся сами собой.

РАК
22.06 – 22.07

Утром хочется, чтобы никто не беспокоил. Общение будет вас нервировать, но оно неизбежно. Успокоиться перед сном поможет тишина.

ЛЕВ
23.07 – 22.08

Постарайтесь сегодня избегать стресса, а ближе к вечеру не садитесь за руль – дорога сегодня коварна.

ДЕВА
23.08 – 22.09

Днём приходит лёгкость: обновите образ свежей деталью. Настроение подскочит, а продуманная мелочь во внешности будет особенно к месту.

ВЕСЫ
23.09 – 22.10

Сосредоточьтесь на работе в команде, вместе рождаются лучшие идеи. После обеда переговоры и дружеский мозговой шторм пройдут на ура.

СКОРПИОН
23.10 – 21.11

Яркое озарение сегодня подскажет решение давней творческой задачи. После обеда креатив хлынет потоком, ловите идеи и сразу пускайте в дело.

СТРЕЛЕЦ
22.11 – 21.12

После полудня голова проясняется: тексты, учёба и переговоры пойдут как по маслу. А вот поздно вечером новое не начинайте, оставьте на утро.

КОЗЕРОГ
22.12 – 20.01

Короткие поездки и дела днём складываются гладко, а вот ночью будьте осторожнее: не гоняйте по тёмному городу – внезапные манёвры и препятствия на дорогах опасны.

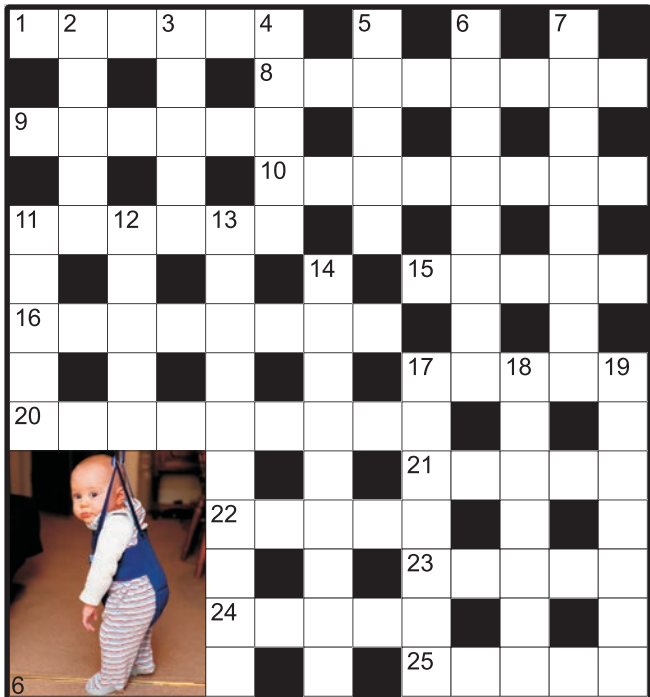
ВОДОЛЕЙ
21.01 – 18.02

Внезапно всплывёт нужное: вспомните забытый пароль или найдёте потерянный файл. Днём легко разобрать завалы данных, память и логика сегодня заодно.

РЫБЫ
19.02 – 20.03

Ночью могут всплыть тревоги, что долго копились: не пугайтесь этой волны. Выдохните, отложите тяжёлые мысли до утра, ночь – плохой советчик для решений.

КРОССВОРД



ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

- 1. Подземное помещение в доме
- 8. «Паутина», затягивающая из реальности в виртуальность
- 9. Составная часть селёдки под шубой



- 10. Разгулявшееся ненастье
- 11. Команда игроков «Спартака» в Большом театре
- 15. Сливки сословного общества
- 16. Автомобиль, обслуживающий АЗС

ПО ВЕРТИКАЛИ:

- 17. Ему тормоза без надобности
- 20. Кладбище знаменитостей
- 21. При покраске он по стене катается
- 22. Ствол как будущий стол
- 23. Почти такой же важный атрибут комиссара, как и кожаная куртка
- 24. Что держит в руках девушка, которую тёмной ночью пригласили покататься на лодке?
- 25. Железная дорога с живыми лошадьми силами.

сосуд, в котором толкут зерно

6. Тренажёр для того, кто ещё грудью питается

- 7. Кровная месть по-итальянски
- 11. Компания, что несётся по степи и при этом громко ржёт
- 12. Тот, чья голова даёт покой ногам
- 13. Быстрота, расторопность в действиях
- 14. Езда на байках по ухабам



- 17. Наследник трона царя зверей
- 18. Нарушитель порядка
- 19. Выбитое на металле рельефное изображение.

ОТВЕТЫ

- 19. Чекалка.
- 17. Львёнок.
- 18. Хулиган.
- 14. Мотокросс.
- 12. Умник.
- 13. Провод.
- 7. Велодетта.
- 11. Табурет.
- 5. Стул.
- 6. Прыгунки.
- 3. Выкуп.
- 4. Лиана.
- 2. Овар.
- 25. Конка.
- 23. Натан.
- 24. Сырьё.
- 21. Валик.
- 20. Некрополь.
- 17. Личик.
- 16. Бензозов.
- 15. Знать.
- 10. Неподоба.
- 11. Трупа.
- 8. Интернет.
- 9. Свекла.
- 1. Подвал.

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



Диков Антон Павлович
хирург-имплантолог
более 5 тысяч пациентов



implants-msk.ru
+7(495)161-03-45
Ст.м. «Павелецкая»,
ул. Новокузнецкая, д. 33, стр. 1

Дефицит костной ткани считается главным противопоказанием к восстановлению зубов. Дело в том, что в кости в области удалённых зубов происходит естественное рассасывание костной ткани, так как на неё 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.

КТ + консультация + план лечения = 0 руб

Акция* до 30.09.2026 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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ
РАСПРОСТРАНТЕЛЕЙ

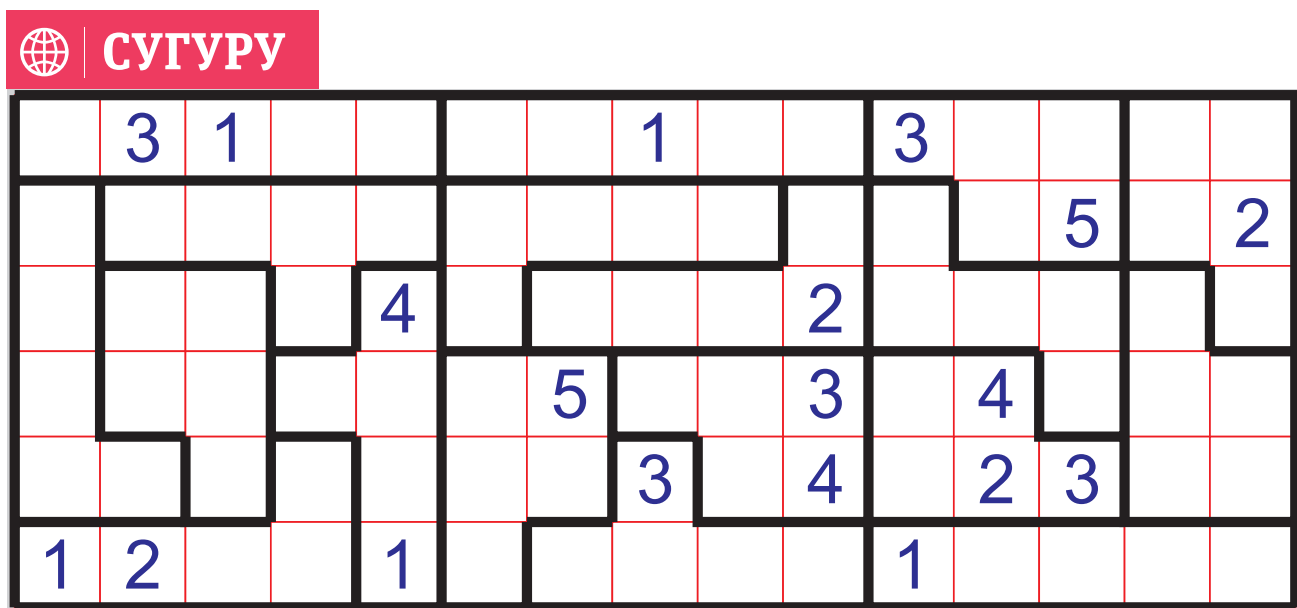
График работы:
В утренние часы до 11:00
Ежедневно по будням

СЛУЖБА РАСПРОСТРАНЕНИЯ

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

Реклама



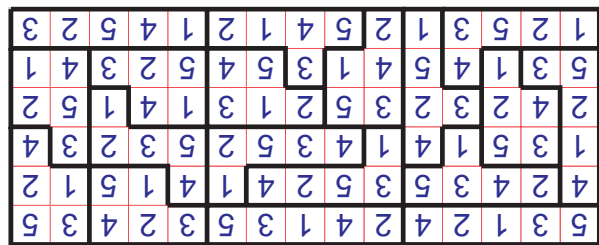


ОТВЕТ



КАК РЕШАТЬ

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



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(499)409-85-01. Московская социальная юридическая служба. Бесплатные консультации. Все споры. Иски

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

■ **Адвокаты и юристы!** Составление исков, представление интересов в суде! Пенсионерам скидка до 50%! Консультация бесплатная! 8(495)201-25-12
 ■ **Адвокаты.** Споры по наследству, недвижимости, земле. Мошенничество. Возврат квартир. Уголовные дела. Т. 8(985)210-25-63

РАБОТА

3500–5000 р./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 ч. 8(999)889-36-88

■ **Брошюровщица** в типографию, можно без опыта. Г/р 5/2 с 10:00 до 18:30. З/п 40 000 – 60 000 руб. м. Чертановская, Варшавская. Тел. 8(495)789-89-81

Буфетчица в частную школу. Заработная плата от 65 000 руб. 5/2. Рабочие часы: с 8:00 до 17:00. м. Каховская. Оформление ТК РФ. Тел. +7(977)898-02-88, Людмила Юрьевна

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

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

■ **Гардеробщица.** График: день через день. м. Белорусская. Собеседование. ТК РФ. 8(499)257-38-16, звонить понедельник – четверг с 6:30 до 13:30

■ **Горничная** в общежитие. 2200 р. в сутки. Проживание бесплатно в отдельной комнате. 8(903)536-93-88

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

Дворник в частный детский сад. Заработная плата от 65 000 руб. 5/2. Время работы: с 7:00 до 16:00. м. Нагатинская. Оформление ТК РФ. Тел. +7(903)535-79-69, Надежда Сергеевна

■ **Дезинфектор.** З/п 70 000 руб. на руки + проездной, форма. Возможен неполный рабочий день или по графику 1/1, 1/3, 2/2, выходные. 8(916)242-58-35

■ **Котломойщик** в столовую требуется с опытом работы. График 5/2 (8:00–17:00). З/п от 80 000 р. + питание. м. Беговая. 8(900)555-17-71

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

Кондитерско-булочный комбинат «Черёмушки» приглашает рабочих на производство. Ставка за смену 4300 р. на руки. Телефон: 8(800)550-73-73

Контролёр-охранник, з/п от 35 000 руб. на руки. Требуются на фабрику «Красный Октябрь». м. Красносельская, ул. Лобачика, 1, стр. 1. ТК РФ. Без лицензии, график 1/3. Звоните: 8(495)982-57-38

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

Котломойщик. График 5/2. З/п: от 90 000 руб. м. Курская. Тел. +7(903)265-22-47

Котломойщик-грузчик. График 5/2. З/п: от 90 000 руб. м. Текстильщики. Тел. +7(929)963-34-80

■ **«Красный Октябрь»** приглашает укладчиков и рабочих на производство. З/п от 150 000 руб. на руки. Средняя стоимость смены 7000 руб. м. Красносельская, ул. Лобачика, 1, стр. 1. Тел.: 8(800)200-43-33, 8(916)642-13-83

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

■ **Лифтёр-оператор.** З/п 35 000 р. м. Домодедовская, 24-й км МКАД, 1А. График 1/3. 8(925)829-45-19

■ **Лифтёр-проводник.** З/п 55 000 р. м. Авиамоторная, ш. Энтузиастов, 12, корп. 2. График 2/2. 8(925)829-45-19

Мойщица-уборщица. График 5/2. З/п: от 90 000 руб. м. Маяковская. Тел. +7(903)179-70-55

■ **На мусорные площадки** для сортировки отходов требуются работники, зарплата высокая. 8(925)225-00-07

■ **Оператор видеонаблюдения** за эскалаторами. З/п 35 000 р. м. Домодедовская, график 2/2. 8(925)829-45-19

Оператор на телефоне. Ставка в день 3000 руб. (средний заработок с премиями – 120 000 руб.). Ежедневные выплаты. Г/р 5/2 (9:30–19:00). Грамотная русская речь. Тел. +7(966)978-73-85

Охранник. З/п 3500–3700 руб. с УЧО / без УЧО, вахта 15/15, 30/15. Тел. +7(926)919-05-84. Охранник, офис, Москва. З/п 4500 р. с УЧО. Тел. +7(930)918-93-85

Охранник. З/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** (муж./жен.). Сутки от 5000 р. Вахта от 3700 р. Москва и МО (Электроугли, ст. Бронницы, Мытищи и др.). 8(499)369-37-87, 8(967)070-32-02

Охранник (муж./жен.) без опыта работы на парковки г. Москвы. От 3000 руб./сутки. 1/2, 1/3, 2/2 и вахта (подработка для пенсионеров). 8(977)370-33-55

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

■ **Охранники,** г. Москва. ЧОП «Цунами». З/п до 90 000 руб./мес. Вахта, 7/7. 8(495)737-78-26, 8(903)596-92-11

■ **Охранники.** Офисы в Москве и МО. Графики работы: 15/15, 30/15 – вахта с проживанием, 2/4, 3/3 – суточный, 5/2, 6/1 – дневной. Оплата: 4000–6000 р./смена. Тел.: 8(985)926-83-93, 8(800)234-13-31

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

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

■ **Пекарь.** З/п белая, 4500–5000 р. за смену на руки. Г/р 2/2, 5/2, 6/1. ТК РФ. м. Силикатная. Тел. +7(937)206-22-03

■ **Рабочие** в гидроизоляции. 4000 руб. / 10 ч, выплаты ежедневно, 5/2 или 6/1. Москва. Тел. 8(926)403-46-09

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

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

■ **Рабочий** по обслуживанию здания и территории. З/п 90 000 р. Южная/Правая. 8(964)551-67-50

Рабочий по ремонту бытовок. З/п до 100 000 руб. Мастер на все руки. Навыки по проведению ремонтных работ. Г/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)766-43-33, Андрей, 8(928)419-54-92, Юлия

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

В ПАРК РАЗВЛЕЧЕНИЙ «ОСТРОВ МЕЧТЫ» ТРЕБУЮТСЯ:

ЭЛЕКТРОМЕХАНИК: Запуск/остановка аттракционов и доп. оборудования; Выполнение ремонтных работ при выявлении неисправностей

► ТК РФ, График 2/2 с 8 до 20, 110.000 руб.

ТЕХНИКИ:

По ремонту и обслуживанию системы вентиляции и кондиционирования

По мелкому ремонту

► ТК РФ, График 2/2, 70.000 руб.

СЛЕСАРЬ-САНТЕХНИК:

Полное обслуживание сантехники на территории парка

► ТК РФ, График 1/3 или 2/2, 65.000 руб.

Место работы: М. Технопарк, пр. Андропова 1.

☎ 8-916-760-00-86

■ **Разнорабочий.** З/п 80 000 р. График 5/2. Тёплый Стан или Корниловская. 8(903)180-71-81

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

Требуются работники на кондитерское предприятие. З/п без задержек от 45 000 руб. на руки, 5/2 (суббота и воскресенье выходные). С 7:00 до 15:30 и с 11:00 до 19:30. м. Бауманская, ул. Бауманская, 16. Т. 8(919)139-00-91

■ **Уборщица** в офис. 76 000 р. + премии. График 5/2. Корниловская. 8(903)180-71-81

Уборщица в частную школу. 5/2, с 16:00 до 20:00. З/п от 45 000 руб. Ул. Барклая, 6Ас3. м. Багратионовская. Оформление ТК РФ. Тел. +7(925)524-80-17, Анастасия Андреевна

Уборщица в частную школу. Заработная плата от 65 000 руб. 5/2. Время работы: с 8:00 до 17:00. м. Каховская. Оформление ТК РФ. Тел. +7(977)898-02-88, Людмила Юрьевна

■ **Уборщица** на швейное производство. График 5/2, неполный день (2–3 часа, утро). З/п 28 100 руб. на руки. м. Марксистская. 8(999)858-89-55

■ **Уборщица** помещений. З/п до 105 т.р. на руки. График: с 8 до 17 – 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-посудомойщица** в столовую требуется с опытом работы. График 5/2 (8:30–17:30). З/п от 60 000 р. + питание. м. Беговая. 8(900)555-17-71

■ **Упаковщик(-ца).** З/п белая, 85 000 – 90 000 руб. на руки. Г/р 3/1, смена с 8:00 до 20:00. ТК РФ. м. Силикатная. Тел. +7(937)206-22-03

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

■ **Автовывкуп.** Целых и битых. В любом состоянии. Любые модели. Без документов. Оформление бесплатно. Т. 8(909)956-30-10

АВТОПЕРЕЕЗДЫ

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

РАЗНОЕ

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

■ **Предприятие «Микконт»** купит микросхемы, конденсаторы, реле, платы сопротивления. Тел. 8(985)786-08-65

■ **Предприятие «Микконт»** 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.



Никита Кучеров стал вторым в рейтинге лучших игроков НХЛ

ХОККЕЙ. Топ лучших игроков предстоящего сезона составил портал The Athletic. Форвард «Тампы» уступил там только нападающему «Эдмонтона» Коннору Макдэвиду.

Новый сезон в НХЛ стартует 29 сентября. Действующим обладателем Кубка Стэнли является «Каролина Харрикейнз», в финале обыгравшая «Вегас Голден Найтс». **METRO**



Лыжница Дарья Непряева дебютировала на международной арене в прошлом сезоне / **МАКСИМ БЛИНОВ** / © РИА «НОВОСТИ»

Наших лыжников и наездников допустили до соревнований

УСПЕХ. FIS объявила, что россияне смогут принять участие в международных турнирах в нейтральном статусе. Это решение было принято на Совете организации в Швейцарии.

А Международная федерация конного спорта (FEI) сняла ограничения с российских атлетов. Они получили возможность соревноваться с флагом и гимном. **METRO**

Наши баскетболисты стали ближе к мировым турнирам

ФИБА сняла ограничения с российских игроков, тренеров и судей. Но пока это не означает возвращения команд на международную арену. Сколько ещё придётся ждать?

Международная федерация баскетбола (ФИБА) приняла решение, согласно которому наши игроки могут участвовать во всех турнирах ФИБА, а официальные лица могут быть назначены на все должности. Прорабатывается вопрос о возвращении российских сборных и клубов. Организация указала на возможные проблемы, связанные с логистикой, обеспечением безопасности и разработкой антидопинговой программы. Решения по этим пунктам должны быть найдены к декабрю 2026 года.

– Снятие индивидуальных ограничений с российских игроков – очень важная для нас новость, – говорит Metro президент РФБ Андрей Кириленко. – Полноценное возвращение России на мировую баскетбольную арену всё ближе, переговоры идут

повсеместно. Заявление ФИБА тем не менее указывает и на сложности потенциального участия российских игроков. Логистика, визовые вопросы и безопасность лежат вне компетенции ФИБА.

А депутат Госдумы РФ Светлана Журова в беседе с Metro сомневается, пустят ли россиян на Игры-2028 в Лос-Анджелесе:

– Американцы ни при каких обстоятельствах не могут у себя дома проиграть в баскетболе. Вот и делайте выводы, будем ли мы допущены, в каком составе и на каких условиях. Конкуренция и легитимность, конечно же, хорошо, но никто из них не хочет повторения 1972 года.

Олимпийская чемпионка по конькобежному спорту думает, что наши команды могут ослабить:

– Я допускаю, что, например, ФИБА предъявит претензии баскетболистам ЦСКА, играющим за сборную России, и армейцы не будут допущены до Олимпиады. Если же они будут понимать, что наши команды не способны бороться за победу, могут и допустить их. **ДАНИИЛ БОРОЗДИН, СЕРГЕЙ РАСТОРГУЕВ**

ЦИФРА

3

раза женская сборная РФ выигрывала чемпионаты Европы. Наша мужская команда добиралась до золота турнира один раз.



ТОЛЬКО ФАКТЫ

■ Сборная России провела последний официальный матч 24 февраля 2022 года. В квалификации на чемпионат мира команда обыграла в Перми нидерландцев, а затем была отстранена.

■ Сборные России не могут участвовать в Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы. Наши клубы лишены возможности состоять в Евролиге, Еврокубке, Лиге чемпионов и Кубке Европы ФИБА.

■ Команды РФ до 21 года в июле 2026-го выступили в Юношеской лиге наций ФИБА по 3х3. И девушки, и парни победили и отобрались на Кубок мира, но участие им не гарантировано.

Антон Астапкович – игрок ЦСКА и сборной России / **АЛЕКСЕЙ ДАНИЧЕВ** / © РИА «НОВОСТИ»

«Динамо» взбесило клубы из Бразилии

Московский клуб ярко встретил легионеров, но внезапно решил не подписывать их. Есть несколько версий почему

«Бело-голубые» пышно встречали футболистов из чемпионата Бразилии в аэропорту: Гонсало Плату угостили караваем, а для Матеуса Мартинса устроили карнавалы танцы. Но после медосмотра их отправили восвояси.

«Динамо» объяснило, что решение продиктовано «долгосрочными интересами клуба». Как заявило «Фламенго», россияне сообщили бразильцам, что Плата «не соответствует медицинским критериям» команды. «Красно-чёрные» указали, что Гонсало регулярно выступал в Серии А и играл за сборную Эквадора на ЧМ-2026, но не упомянули о проблемах вингера с дисциплиной.

Мартинс, в отличие от коллеги, выступил с заявлением через агентство



Плата и Мартинс прилетели в Москву, но сенсационно оказались отвергнуты столичным клубом / **ТЕЛЕГРАМ-КАНАЛ «ДИНАМО»**

SMG Brazil: «Я категорически не согласен с медицинским решением российского клуба, который по совпадению занял ту же позицию в отношении другого игрока, приехавшего вместе со мной».

Поданным O Globo, в «Ботафого» также не согласились с диагнозом, поставленным в Москве. Клуб может подать в суд за использование фото игрока из аэропорта. А «Динамо», по информации Ивана Карпова, теперь интересуется Арсеном Захаряном. **ДАНИИЛ БОРОЗДИН**