gazetametro

№ 1 В МОСКВЕ*

metro®

gazetametro.ru

Москва готова даже к самой морозной зиме

- Сергей Собянин рассказал, как столицу будут отапливать в зимний период.
- Город обновил десятки районных тепловых станций, сотни жилых домов получили новые системы отопления.
- Коммунальщики провели профилактический осмотр и ремонт городских теплосетей

с. 06



Он такой один! Горожанам показали метро в мужском роде

с. 02

Работники метрополитена читают газету «Советский метро». 1935 г. / **ОЛЬГА ИГНАТОВИЧ**



Юра Борисов отправился на поиски панацеи и любви

Metro оценило новый фантастический фильм «Девятая планета» с оскаровским номинантом **с. 12**



Вагнер Лав в Москве сыграет свой прощальный матч

Легендарный бразильский форвард привёз в столицу всю семью – троих сыновей и даже любимую тёщу **с. 16**

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

НОВОСТИ

Виктор Цой ездил в метро к другу на квартирники

Что рассказали старые снимки

На выставке «Фотобиеннале-2026», открывшейся в Мультимедиа-арт-музее, часть экспозиции посвящена Московскому метрополитену. Чёрно-белые фотографии, архитектурные эскизы, фрагменты художественных фильмов, уникальные кадры кино- и телехроники рассказывают о 91-летней истории метро, в которой отразилась жизнь большой страны. **Дарья Завгородняя.**

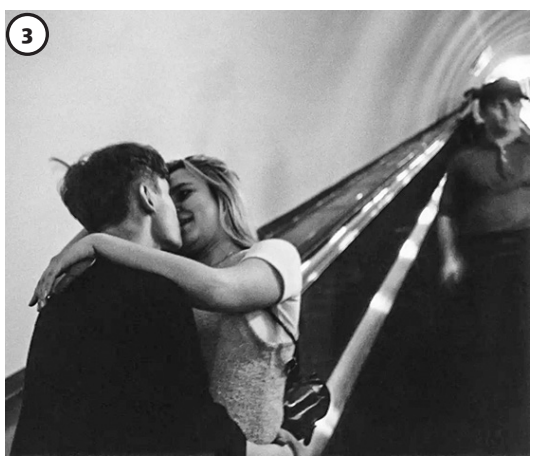
/ ФОТОАРХИВ МАММ

#ZOOM



1


2


3

1. Виктор Цой. 1986. Одна из работ документального цикла «Я видел рок-н-ролл». На «Кантемировской» жил друг певца – Вадим Суровцев-Бутов. Он устраивал у себя квартирники, на которых выступал и Цой
/ Игорь Мухин

2. Метро. Уборка пылесосами. 1952–1957. Сотрудницы метрополитена убирают станцию «Проспект Мира» поломоечными машинами первого поколения (в ту пору станция называлась «Ботанический сад»)
/ Михаил Грачёв

3. 1996. Автор снимка мастерски владел техникой скрытой съёмки. Скорее всего, герои не знают, что их фотографируют */ Игорь Мухин*

4. Из серии «Метрополитен». 2016–2017. Кадр сделан в вагоне поезда, посвящённого 55-летию полёта Гагарина. Состав курсировал по Таганско-Краснопресненской линии с апреля 2016 года по февраль 2018-го
/ Владимир Зуев

5. 1935. Дежурный по станции «Смоленская» М. Ильин и контролёр Л. Бирулина читают газету «Советский метро». Тогда слово «метро» было мужского рода – как «кофе»
/ Ольга Игнатович

6. Первые пассажиры метро – метростроевцы. 1935. Снимок сделан в вагоне первого пассажирского состава, следовавшего по пусковому участку «Сокольники» – «Парк культуры»
/ Иван Шагин



5


4


6

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

В связи с марафоном 26 сентября закроют несколько улиц

ЭТО ВРЕМЕННО. Нельзя будет проехать по улицам Лужники, Большая Дорогомиловская (боковой проезд) и Косыгина, а также по набережным: Бережковской, Ростовской, Новодевичьей, Саввинской, Тараса Шевченко, Лужнецкой и Смоленской. О других подробностях ограничений можно прочитать в канале Дептранса Москвы в мессенджере «Макс». **METRO**


На окнах уже появились резные наличники **/ АГН «МОСКВА»**

В Коломенском скоро будет «Город зодчества»

ЧТИМ СКРЕПЫ. Этот стильный центр традиционных ремёсел возводят на основе уже имеющихся шедевров деревянной архитектуры. Новые постройки создаются по образцу подлинных сооружений из разных регионов России, сообщает mos.ru. **METRO**

ПОГОДА НА ЗАВТРА

25 сентября	пятница
+15 °C день	+12 °C ночь

Семь красоток в кокошниках ждут гостей у прудов в парке

Если собрать команду и найти общую цель, возможно всё. Стараниями жителей столицы в парке «Покровское-Стрешнево» появилась новая достопримечательность

Забавные фигурки спрятаны в разных частях парка. Обойдя их всех, вы совершите шикарную осеннюю прогулку

Светлана Перцова
svetlana.pertsova@gazetametro.ru



/ КАРТА ПРЕДОСТАВЛЕНА ОРГАНИЗАТОРАМИ, ФОТО: ОЛЬГА КАРАСЁВА

Парк «Покровское-Стрешнево» получил новую достопримечательность – семь фигурок забавных девушек в кокошниках.

Придумала и создала этих девчонок группа из 23 активных москвичей. Все они представители самых разных профессий (есть и руководитель строительной фирмы, и стоматолог, и владелица маникюрного салона, и монтажник, и представители сферы туризма и финансов), но при этом дружат и мечтают сделать для мира что-то хорошее.

– Каждый из нас когда-то бывал в Калининграде. Там нас зацепила туристическая фишка – хомлины, рассаженные по разным частям города (хомлины – фигурки существ, похожих на гномов, созданные художницей Натальей Шевченко. – *Прим. ред.*). Мы решили сделать что-то подобное. При этом захотелось создать что-то не просто милое, но и несущее в себе какой-то посыл, – рассказывает Metro одна из авторов задумки Надежда Потапова. – Так и появилась идея сделать наших москвичек, каждая из которых олицетворяет общие для россиян ценности.

Создание семьи представляет Лада, это первая фигурка на маршруте, вторая – Любава, она «ответственная» за любовь, третья – Дарья. Она символизирует доброго человека, который отдаёт добро другим и не ждёт ничего взамен. Четвёртую зовут Ясна – она воплощает в себе искренность. Пятая – Злата – созидание, шестая – Мила – красота. Седьмая – Василиса, она символизирует творчество.

– Мы разработали дизайн-презентацию, открыли счёт и с помощью друзей и знакомых собрали необходимую сумму, – рассказывает ещё один участник арт-проекта Александр Савельев. – Затем обратились к художнику. Сложно было подобрать подходящий материал. Латунь, из которой сделаны калининградские хомлины, не вариант – слишком дорого. Остановились на фотополимерной смоле с покрытием под бронзу. Из неё выбранная компания на 3D-принтере напечатала фигурки. Параллельно мы созванивались с московскими парками, искали такие, куда люди приходят всей семьёй. В «Покровском-Стрешнево» нам ответили, что в их концепцию наш арт-проект отлично вписывается.

Парк не просто разрешил поставить красавиц в кокошниках, но и помог разместить их – устроил экскурсию по всей немаленькой территории и помог выбрать локации, подсказал, куда лучше ставить, чтобы зимой девчонок не засыпали снегоуборщики. Позаботились и о сохранности красавиц – администрация указала на локации в зоне действия камер.

За три недели проект был реализован. На открытии арт-проекта собралось более тысячи человек. Критиков для новых украшений парка не нашлось.

– Ух ты, сколько тут хожу, ничего подобного не видела, милые девчонки. Кто ж таких красавиц придумал, – восхищается женщина в синем пальто.

Ей вторит дама с фотоаппаратом, которая пытается найти идеальный ракурс, – начался учебный процесс и у детей нет времени прийти в парк, а поделиться с ними впечатлениями хочется.

– Это очень приятно, когда люди сообща делают что-то для общего блага, – говорит она. – По сути, они не просто создали этих кукол, но и воплотили в жизнь заявленные ценности. В их проекте есть и творчество, и красота, и созидание.

ФАКТЫ

- Слоган проекта «Сделано родными для родных».
- Создатели надеются, что, увидев куклу, воплощающую то или иное понятие, люди захотят обсудить его смысл дома с детьми.
- Рядом с каждой героиней на постаментах выбиты цитаты известных писателей о понятии, которое она воплощает.
- Чтобы воплотить в жизнь проект, пришлось собрать около 550 тыс. рублей.

Зачем писателям нужны ксивы

Председатель Союза писателей России Владимир Мединский вручил новые членские билеты. Metro выясняло у состоящих в организации, зачем сегодня нужна эта книжечка

Геннадий Окороков
gennadiy.okorokov@gazetametro.ru

Во времена Советского Союза удостоверение в обложке с золотыми буквами СП СССР давало его обладателю массу благ, недоступных простым обывателям. Кроме доступа в легендарный ресторан Центрального дома литераторов, удостоверение писателя открывало двери в санатории, билетные кассы, помогало покупать дефицитные товары.

– Я прекрасно помню те времена, – делится с Metro член правления Союза писателей России Святослав Рыбас. – СП СССР был мощнейшей организацией, где были дома отдыха, санатории. Финансирование было из всесоюзного бюджета. Сейчас всего этого нет, но членство в организации всё же значимо.

По словам Святослава Рыбаса, современный Союз писателей похож на профсоюз:

– Кроме юридической поддержки в вопросах авторского права, союз делает голос писателя слышимым. Через журналы, которые выпускают в региональных отделениях, мы можем влиять на культурную жизнь.

Мнение Святослава Рыбаса дополняет писатель-маринист, капитан 1-го ранга запаса Николай Черкашин, которому сегодня тоже вручили членский билет.

– Я пишу давно, и можно сказать, что всё это время я находился в одиночном плавании, а сейчас стал в строю товарищей по цеху, – говорит Николай Черкашин.

И это для него главнее, чем иные выгоды, которые даёт официальное членство в организации.



Лион Измайлов (справа) был членом СП СССР, когда Владимир Мединский (слева) ещё учился в школе / АГН «МОСКВА»

– Кажется, по членскому билету можно покупать книги со скидкой в писательском киоске, ещё есть право на проведение нескольких бесплатных встреч в ЦДЛ, – вот всё, что вспомнил навскидку литератор.

Корифей отечественного юмора и бессменный властелин барабана Леонид Якубович ответил Metro, что если бы членство в СП России несло какие-нибудь явные материальные выгоды, то оно и не было бы ему нужно.

– Для меня это прежде всего знак признания коллег по цеху. И это единственная важная выгода! – объясняет Леонид Аркадьевич.

Ещё один народный любимец, получивший билет нового образца, сатирик Лион Измайлов, замечает Metro, что он член Союза писателей аж с 1979 года:

– Милый мой, мне просто дают новый билет!

Теперь сатирик может заходить на сайт союза по QR-коду.

КСТАТИ

■ Членский билет Союза писателей России нового образца подтверждает профессиональный статус литератора, его право на поддержку и активное участие в литературной жизни страны. Документ оснащён QR-кодом, который открывает доступ к полной информации о союзе и ведёт на официальный портал организации. Цифровой ресурс должен стать инструментом для продвижения региональных отделений и самих авторов.



ЧЕТВЕРГ

СЕГОДНЯ В МОСКВЕ

ЕЖЕДНЕВНАЯ АФИША

Текст: Мария Безгина / Фото: АГН «Москва», Мультимедиа-арт-музей / Роджер Баллен, кадр из мультфильма «Золушка», телеграм-канал Simple Music Ensemble



ОТКРЫВАЕМ НОВЫЕ ИМЕНА В МИРЕ СОВРИСКА

Blazar. Младший брат Cosmoscow – ярмарка молодого современного искусств открылась уже в седьмой раз. На двух этажах Музея Москвы расположили два раздела: дизайн и художественные работы. С их создателями можно будет пообщаться вживую – редкая возможность узнать, что же всё-таки задумывал автор. (0+)

Где: Музей Москвы, Зубовский б-р, 2, корп. 1

Когда: 11:00–21:00

Цена: от 650 ₽

СЛУШАЕМ ТРЕШ-МЕТАЛ В ИСПОЛНЕНИИ ОРКЕСТРА

Simple Music. System of a Down. Главные хиты культовой группы исполнят в оркестровой аранжировке. Сочетать несочетаемое музыканты будут в камерном зале с панорамным видом на вечернюю Москву. (16+)

Где: Дом Simple Music, «Хлебозавод», ул. Новодмитровская, 1, стр. 1

Когда: 20:00

Цена: от 1020 ₽





ВЫЯСНЯЕМ, ОТКУДА ВЗЯЛИСЬ НАШИ ЛЮБИМЫЕ СКАЗКИ

Лекция «Сияющий самоцвет»: Джамбаттиста Базиле, Шарль Перро, братья Гримм, Уолт Дисней и другие сказочники». В «Ленинке» отметят 460-летний юбилей писателя Джамбаттиста Базиле – он первым собрал сказочный фольклор и повлиял на других известных авторов. (12+)

Где: главное здание РГБ, холл подъезда № 3, ул. Воздвиженка, 3/5

Когда: 16:00–17:00 и 17:00–18:00

Цена: бесплатно, регистрация на leninka.timepad.ru

РАЗГОВАРИВАЕМ С КЛАССИКОМ МИРОВОЙ ФОТОГРАФИИ

Мастер-класс Роджера Баллена. Выдающийся современный фотограф и художник, чьи работы находятся в коллекциях крупнейших музеев мира, лично расскажет о своём творческом пути с 1970-х годов и по сегодняшний день. После встречи работы Баллена можно будет рассмотреть тут же на выставке. (0+)

Где: Мультимедиа-арт-музей, ул. Остоженка, 16

Когда: 19:30

Цена: 1500 ₽



УЗНАЁМ О ЖИЗНИ СУПЕРМОДЕЛИ

Кинопоказ «Твигги». На экране – документалка о главной модной иконе шестидесятых, перевернувшей представление о женской красоте. Фильм покажут на языке оригинала с субтитрами. (18+)

Где: к/т «Зотов.Кино»

Когда: 18:15

Цена: 550 ₽

РАЗГЛЯДЫВАЕМ РЕТРОАВТО

BMW Retro Meet. На выставке покажут культовые автомобили немецкой марки 1980-х, 90-х и 2000-х годов, а владельцы машин поделятся личными историями о том, как они восстанавливали свои раритеты. (0+)

Где: фудхолл «Три вокзала. Депо», ул. Новорязанская, 23, стр. 1

Когда: 18:30–22:00

Цена: бесплатно

УЧИМСЯ ЖИТЬ В ОНЛАЙН-МИРЕ

Дискуссионный клуб «Экологичное общение». Конфликтолог Владимир Ким расскажет, как поддерживать баланс в общении онлайн и офлайн. Каждый сможет поделиться переживаниями и найти опору в цифровом мире. (16+)

Где: Библиотека им. Н. А. Некрасова

Когда: 19:00

Цена: бесплатно, регистрация на nekrasovka.ru

ЗАНИМАЕМСЯ СПОРТОМ НА УЛИЦЕ

Тренировки. На востоке Москвы проведут сразу два занятия: волейбол и фитнес. Утепляйтесь и выходите размяться во дворе. (18+)

Где: спортивная площадка в Гольяново по адресу: ул. Сахалинская, 4

Когда: 19:00–20:00 – волейбол, 20:15–21:15 – фитнес

Цена: бесплатно, регистрация на moysportrayon.timepad.ru

Зима близко. Как будет отапливаться столица

Москва полностью готова к отопительному сезону, заявил Сергей Собянин в мессенджере «Макс». За лето коммунальщики проделали огромную работу, обеспечив резервы прочности. От гигантских ТЭЦ до коллекторов – вся система жизнеобеспечения мегаполиса приведена в режим ожидания. Metro разобрало анатомию столичного тепла



ТЕКСТ: АРТЁМ ВАСЕВ, ФОТО: MOS.RU, SHUTTERSTOCK, ИИ, ГРАФИКА: АНДРЕЙ ГЕРАСИМУК | METRO



ТЕПЛОВЫЕ СЕТИ

19 500

км теплосетей успешно прошли гидравлические испытания на прочность.

ПОДГОТОВЛЕНО ЗДАНИЙ

≈74 000

объектов подготовлено к зиме в течение мая – августа.

ИЗ НИХ:

≈34 600

жилых многоквартирных домов.

>8400

социальных объектов (школ, детсадов, больниц) проверено коммунальщиками.

≈30 800

коммерческих объектов и предприятий подготовлено к зиме.

ЧТО СДЕЛАНО ЗА ЛЕТО

Профилактические осмотры и ремонты инженерных систем и оборудования во всех ключевых объектах теплоснабжения.

Гидравлические испытания тепловых сетей для проверки герметичности и надёжности.

Формирование аварийных бригад для оперативного реагирования в осенне-зимний период.

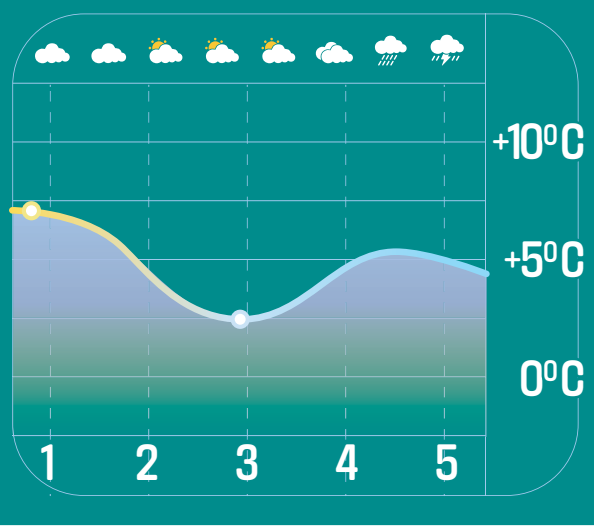
КОГДА ВКЛЮЧАТ ОТОПЛЕНИЕ

Точных дат пока нет. В 2024 году отопительный сезон в столице начался 7 октября, в 2025-м – 24 сентября.

ЗИМА ПОД КОНТРОЛЕМ

54 стационарных снегосплавных пункта готовы к бесперебойному приёму снега.

УСЛОВИЕ СТАРТА:
среднесуточная температура воздуха ниже +8 °C в течение пяти суток подряд при ожидании дальнейшего похолодания.



Порядок подключения: сначала социальные учреждения, затем жилые дома, потом административные и промышленные здания.

К НАГРУЗКАМ ГОТОВЫ!



>820
жилых домов получили новые внутридомовые системы отопления по программе капремонта.



24
насосно-перекачивающие станции подготовлены к зиме.



13
теплоэлектроцентралей (ТЭЦ) подготовлено к пиковым нагрузкам.



130 000
км электрических сетей привели в порядок к сезону.



38
районных тепловых станций отремонтировано.



>13 200
км водопроводных сетей осмотрено специалистами.

ИСТОЧНИКИ: КАНАЛ МЭРА МОСКВЫ В МЕССЕНДЖЕРЕ «МАКС», MOS.RU, ПОСТАНОВЛЕНИЕ ПРАВИТЕЛЬСТВА РФ № 354

«ГОРОДСКИЕ СЛУЖБЫ ПРОВЕЛИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ОСМОТРЫ, РЕМОНТ ИНЖЕНЕРНЫХ СИСТЕМ И ОБОРУДОВАНИЯ».

СЕРГЕЙ СОБЯНИН
мэр Москвы



ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА МЭРА И ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ

От Звёздного городка Маска до новой столицы Египта

В Уругвае возникнет город будущего, управляемый искусственным интеллектом. Metro узнало подробности и вспомнило о других подобных проектах

Автор: Александр Братерский



/ АНДРЕЙ КАЗАКОВ / ИИ

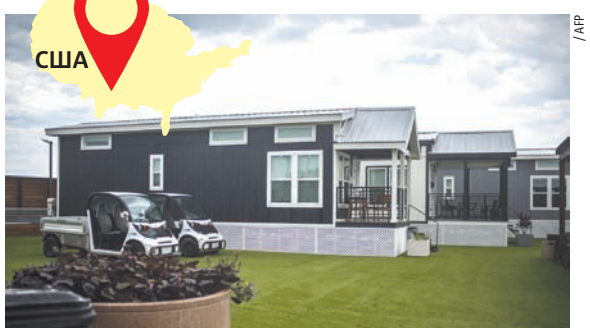
ИИ-ТЕХНОЛГИИ

КОМФОРТНАЯ ЖИЗНЬ

АРХИТЕКТУРА БУДУЩЕГО

Здесь будет ИИ-город заложён

Идея создания нового мегаполиса принадлежит криптоинвестору Драйдену Брауну. Подробностей пока немного. В официальном релизе сообщается, что «все системы жизнеобеспечения будут управляться ИИ». Только представьте: светофоры, отопление, водоснабжение контролирует нейросеть! Но имели ли в виду создатели проекта именно это, неясно.



/ AFP

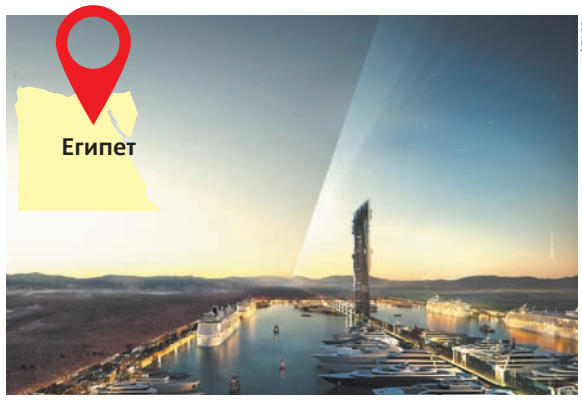
СОБСТВЕННАЯ ВЛАСТЬ

КОМПАКТНОСТЬ

БЛИЗОСТЬ К КОСМОДРОМУ

Звёздный городок Маска

Глава Space X Илон Маск задумал строительство города Starbase в Техасе для сотрудников своей компании, где все жили бы как одна семья. Население города – всего 500 человек и им руководит власть, выбранная из сотрудников компании Маска. Грубо говоря, это город-лаборатория для новых проектов.



/ ТАСС

НОВАЯ СТОЛИЦА

БЕСПИЛОТНЫЙ МОНОРЕЛЬС

ЗЕЛЁНАЯ СРЕДА

Небоскрёбы вместо пирамид

Власти Египта задумали перенести столицу из-за слишком густонаселённого Каира. Для этого они даже построили новый город. Проект New Capital стоимостью $ 58 миллиардов находится в часе езды от старой столицы и может вместить 5 миллионов жителей. Он был открыт в 2024 году, но пока там проживает около 300 тыс. горожан.



/ АНДРЕЙ КАЗАКОВ / ИИ

ПОЛНОСТЬЮ ПЕШЕХОДНЫЙ

ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

КОМФОРТНАЯ ГОРОДСКАЯ СРЕДА

NEOM. Рухнувшая мечта

Власти Саудовской Аравии задумали создать город на 9 миллионов жителей, чтобы избавиться от имиджа нефтяного хаба. Но они не учли стоимость проекта. Первоначальные расходы на строительство в $1,6 триллиона возросли в 25 раз. Пока строителями закончены лишь подготовительные работы, строительство остановлено до 2030 года, так как расходы кратно возросли. Изображение выше – пока лишь мечта создателей.

Молодой и технологичный

Построенный в 2015 году и расположенный в 40 километрах от Казани Иннополис – самый молодой в России город высоких технологий. Здесь также есть собственный университет. Иннополис стал первым городом в Европе, где повседневную поездку можно осуществить на беспилотном такси.



/ ТАСС

ИТ И ИННОВАЦИИ

СОВРЕМЕННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

ПРИВЛЕЧЕНИЕ ТАЛАНТОВ

БЕСПИЛОТНОЕ ТАКСИ

КОРОТКО

Владимира Путина пригласили на саммит G20

ДИПЛОМАТИЯ. Белый дом направил президенту России Владимиру Путину официальное приглашение на саммит «Большой двадцатки», который пройдёт в Майами (штат Флорида) на территории гольф-клуба Дональда Трампа. Об этом, как пишет ТАСС, заявил госсекретарь США Марко Рубио по итогам встречи с министром иностранных дел России Сергеем Лавровым. **METRO**

Германия хочет производить новейшие ракеты Patriot

ОБОРОНА. ФРГ просит США разрешения на сборку на немецких предприятиях передовой версии ракет-перехватчиков Patriot, рассказал глава Минобороны Германии Борис Писториус. Его заявление приводит Financial Times. В ФРГ вскоре будут собирать ракеты PAC-2 для ЗРК Patriot. Однако США не хотят давать лицензию на производство новейших PAC-3. **METRO**



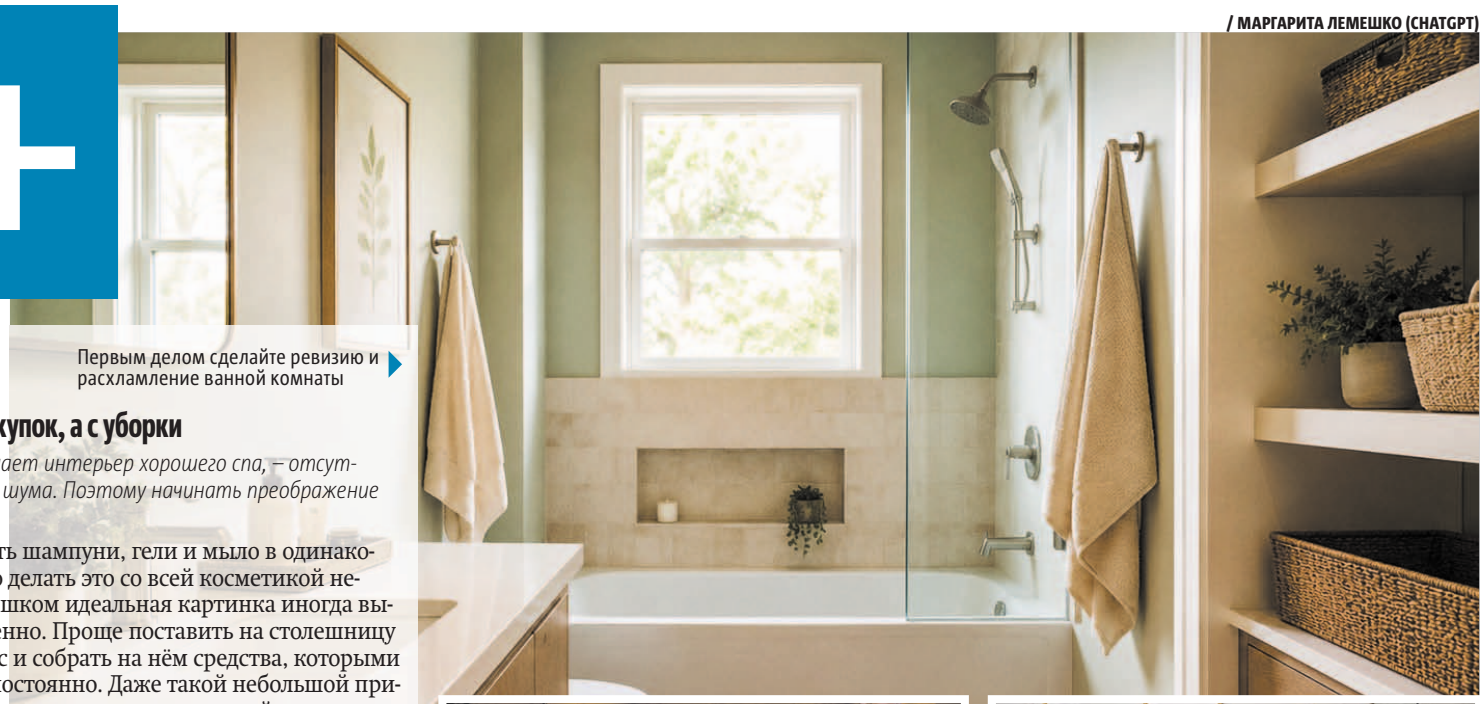
Трофей использовался для разных опытов **/ МАКСИМ БОГОДВИД / © РИА «НОВОСТИ»**

В казанском вузе внезапно появился немецкий танк

ЭХО ВОЙНЫ. В ходе строительных работ под землёй нашли немецкий танк времён Великой Отечественной войны «Пантеру», сообщили журналистам в Казанском национальном исследовательском технологическом университете. Машина была доставлена в Казань после войны как трофей и первое время использовалась для опытов. **METRO**

ПЛЮС

/ МАРГАРИТА ЛЕМЕШКО (CHATGPT)



Первым делом сделайте ревизию и расхламление ванной комнаты

ДОМАШНИЙ СПА БЕЗ РЕМОНТА

5 СПОСОБОВ ПРЕОБРАЗИТЬ ВАННУЮ ЗА ОДИН ДЕНЬ

Если ванная кажется слишком обычной, холодной или перегруженной, не спешите планировать ремонт. Правильный свет, текстиль и несколько деталей способны изменить её буквально за один вечер

Маргарита Лемешко
lem@gazetametro.ru

Начните не с покупок, а с уборки

Первое, что отличает интерьер хорошего спа, – отсутствие визуального шума. Поэтому начинать преображение стоит с ревизии.

– Можно перелить шампуни, гели и мыло в одинаковые флаконы, но делать это со всей косметикой необязательно: слишком идеальная картинка иногда выглядит искусственно. Проще поставить на столешницу красивый поднос и собрать на нём средства, которыми вы пользуетесь постоянно. Даже такой небольшой приём сделает пространство визуально спокойнее, – рассказала Metro основатель студии дизайна АМДизАрт Алёна Крайчинская.



Делайте акцент на тёплое освещение

Замените холодный свет на мягкий

Один из самых быстрых способов изменить ванную без ремонта – поработать с освещением.

– Яркий холодный потолочный свет удобен утром, но совершенно не располагает к отдыху. Добавьте локальный источник тёплого света: небольшой светильник можно поставить на столешницу или полку, если это безопасно и позволяет планировка.

Ещё один вариант – свечи. Вместо десятка маленьких лучше выбрать две-три крупные: композиция будет выглядеть аккуратнее. При использовании настоящих свечей важно помнить о безопасности и хорошей вентиляции.



Полотенца и халаты стоит выбирать в мягких оттенках без броских принтов

Добавьте хороший текстиль

Спа – это не только красивая картинка. Не менее важны тактильные ощущения: мягкое полотенце после душа, приятный коврик под ногами и уютный халат.

– Полотенца лучше подобрать в одной спокойной гамме – белой, молочной, песочной, серо-бежевой или в приглушённых природных оттенках. Большое количество ярких цветов и принтов снова создаст ощущение перегруженности, – отметила эксперт.

Прятать текстиль необязательно. Аккуратно сложенные стопкой или свёрнутые в рулоны полотенца могут сами стать частью оформления ванной.



Детали из натуральных материалов добавят пространству уюта

Используйте дерево и природные фактуры

Если ванная кажется слишком холодной из-за обилия плитки, стекла и хромированного металла, добавьте несколько предметов с природной фактурой.

– Это может быть деревянная полка на ванну, небольшой табурет, плетёная корзина для полотенец, поднос или аксессуары под камень. Особенно хорошо такой приём работает в светлых, серых и бежевых интерьерах: пространство сразу становится теплее и уютнее, хотя глобально в нём ничего не меняется.

Домашний спа – это в первую очередь не интерьер, а настроение. Нет смысла делать полноценный ремонт, если ваша задача – создать зону для отдыха. Достаточно убрать всё лишнее, заменить свет и добавить аромат и текстиль. Именно небольшие изменения дают самое сильное ощущение обновления пространства, потому что меняется не сама ванная, а то, как мы себя в ней чувствуем.

АЛЁНА КРАЙЧИНСКАЯ
основатель студии дизайна «АМДизАрт»



Выбирайте свечи и диффузоры с приятными для вас ароматами

Не забывайте об ароматах

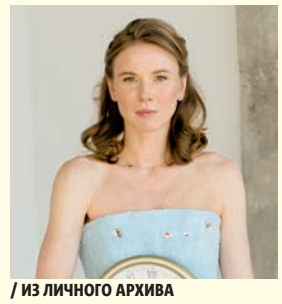
Мы часто оцениваем интерьер только глазами, но правильно выбранный аромат способен стать важной частью домашнего спа.

– Для расслабления подойдут древесные, травяные, хвойные и лёгкие цитрусовые композиции. Используйте диффузор или ароматическую свечу. Средства, предназначенные для добавления непосредственно в воду, стоит применять только в соответствии с инструкцией и с учётом индивидуальной переносимости.

СОВЕТЫ ЭКСПЕРТА

Ксения Орлова
дизайнер

Как создать уют в маленькой квартире



/ ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА

Если ваша квартира так мала, что даже кот ходит в ней боком, не отчаивайтесь! Это пространство можно превратить в уютный дом, где каждый сантиметр работает на вас.

Секрет – в правильной геометрии и цвете. Этот приём использовали ещё в ячейках дома Наркомфина, профессор школы «Баухаус» Хиннерк Шепер – его эксперименты доказали, что холодные оттенки делают помещения просторнее, а вот тёплые ограничивают объём.

Ещё границы расширяют зеркала. Разместите их напротив окна или в узком коридоре, и комната «удвоится».

3 СОВЕТА ОТ ДИЗАЙНЕРА:

1. Мебель-трансформер. Лучше выбрать диван-кровать, пуф с тайником или раздвижной стол. Отличное решение – кровать-чердак. Это ваш второй этаж, освобождающий метры под рабочую или гостиную зону.

2. Умное хранение. Пространство внутри кровати идеально для зимних вещей, а над дверями поместятся полки для книг. Выбирайте шкафы с антресолями под потолок.

3. Нет визуальному шуму! Снимите коллекцию магнитов с холодильника и уберите декор в ящики. Ничто так не «съедает» метры, как захламлённость открытых поверхностей.

Отсканируй QR-код, чтобы попасть на канал эксперта.

Ванны с отбеливателем не помогут при атопическом дерматите и акне

В Сети вирусится новый тренд: девушки принимают ванну с отбеливателем. Чем грозит такая процедура – в материале Metro

Алёна Волкова
alena.volkova@gazetametro.ru



Приём ванны с добавлением отбеливателя – не решение проблемы, а снятие симптомов / SHUTTERSTOCK

Американский тренд, который начали подхватывать пользователи соцсетей в России, очень прост: девушки набирают ванну, затем добавляют в неё обыкновенный бытовой хлорсодержащий отбеливатель и сидят в ней 10–15 минут. Количество бытового химиката в воде разнится от видео к видео – кто-то льёт 60 мл, а кто-то – до 120 мл. Кажется, что это немного, однако при таком объёме отбеливателя концентрация хлора, содержащаяся в ванной, составляет около 40 мг/л, что больше, чем в бассейне, почти в 100 раз.

Такая процедура появилась как способ лечения атопического дерматита: считается, что хлор губительно воздействует на золотистый стафилококк, который активно размножается на коже при этом заболевании. Пользователи соцсетей также используют этот метод, чтобы избавиться от прыщей.

Принимать ванны с отбеливателем, чтобы подавить бактериальную инфекцию, рекомендует Американская академия аллергии, астмы и иммунологии. Врачи советуют добавлять в полную ванну 60–120 мл 5%-ного отбеливателя и погружаться в неё на 10 минут. Как и в тренде, такую процедуру они советуют делать не чаще двух раз в неделю.

ЦИФРА

0,5

миллиграмма на литр – максимально допустимая концентрация хлора в российских бассейнах по ГОСТу.

В России медики не рекомендуют ванны с отбеливателем. Многие врачи-дерматологи, вообще, считают, что купаться в ванной с бытовым химикатом – это крайность, к которой лучше не прибегать.

– Вещества, содержащиеся в отбеливателе, например гипохлорит натрия, повреждают кожный барьер, который у пациентов с атопическим дерматитом и так нарушен, – рассказала Metro дерматовенеролог Екатерина Аничкова. – Это не лечение болезни, а снятие симптомов: зуд и покраснения на время снимаются, но дальше становится только хуже, потому что могут повредиться здоровые участки кожи.

Эксперт отмечает, что тёплая вода только усугубляет ситуацию. Она расширяет сосуды и поры, из-за чего кожа становится более проницаемой. Поэтому при контакте с водой, в которой разведён отбеливатель, концентрированное токсическое вещество проникает глубже – возрастает риск химического ожога.

Что касается акне, то, по словам Аничковой, здесь ситуация обратная. После нескольких процедур количество воспалений и прыщей может уменьшиться, но этот эффект будет кратковременным. В этом случае, как и в случае с атопическим дерматитом, причина также не лечится.

– Ещё нельзя забывать: хлор – летучее вещество, и, поскольку тёплая вода испаряется, он вместе с паром попадает в лёгкие, а затем в кровоток, – добавляет дерматовенеролог. – При длительном приёме таких ванн возможно системное токсическое воздействие на лёгочную ткань, печень, сосуды, сердце и даже головной мозг, а это очень опасно.

ТОЛЬКО ФАКТЫ

- В апреле 2020 года на пресс-конференции президент США Дональд Трамп предположил, что победить COVID-19 можно с помощью приёма внутрь или инъекции дезинфицирующих средств, таких как спирт и отбеливатель, поскольку они быстро и эффективно уничтожают коронавирус на поверхностях.
- Позже в разговоре с журналистами Дональд Трамп заявил, что пошутил. Но после этого Центры по контролю и профилактике США зафиксировали, что с начала пандемии резко возросло число жалоб на отравление дезинфицирующими средствами.
- В апреле 2020 года, после заявления Дональда Трампа, было зафиксировано 5,7 тыс. жалоб на отравление отбеливателем, что на 13,2% больше, чем в марте 2020 года.

КОРОТКО



Эзофагит у отца Ким Кардашьян привёл к раку пищевода, из-за которого он умер в 2003 году / SHUTTERSTOCK

Ким Кардашьян рассказала о своей болезни

ЗАБОЛЕВАНИЕ. Звезда реалити-шоу «Семейство Кардашьян» рассказала, что её госпитализировали из-за эзофагита – заболевания, при котором воспаляется слизистая оболочка пищевода. При отсутствии лечения оно может привести к синдрому Баррета, который повышает риск развития рака пищевода. **METRO**

СЛУХ И ЗДОРОВЬЕ ВСЕГО ОРГАНИЗМА: ПОЧЕМУ ПОТЕРЯ СЛУХА ОПАСНЕЕ, ЧЕМ КАЖЕТСЯ

Многие воспринимают снижение слуха как неизбежную, но неопасную часть старения. Однако современные исследования показывают: некомпенсированная потеря слуха может запускать цепь негативных изменений во всём организме. Поговорим о том, как слух связан с работой мозга, эмоциональным состоянием, равновесием и восстановлением после серьёзных заболеваний.

Слух и работа мозга

Слух не заканчивается на ушных раковинах и слуховых косточках. Он напрямую связан с работой мозга, который выполняет важнейшую функцию – обрабатывает звуковую информацию. Когда слух снижается, мозг вынужден тратить дополнительные ресурсы на расшифровку нечётких сигналов. В результате на память, мышление и внимание остаётся меньше сил. По данным исследований, потеря слуха является одним из значимых факторов риска когнитивных нарушений. При этом использование слуховых аппаратов помогает снизить этот риск.

Общение и эмоциональное состояние

Невозможность разобрать речь в компании создаёт так называемое слуховое истощение – это состояние перегрузки слухового анализатора и мозга, вызванное длительным напряжённым вслушиванием. Оно проявляется в снижении разборчивости речи, головных болях, звоне в ушах и общей утомляемости. Своевременная коррекция слуха может помочь смягчить эти последствия, так как вслушиваться в речь собеседника уже не придётся.

Равновесие и ориентирование в пространстве

Внутреннее ухо отвечает не только за слух, но и за ориентацию в пространстве. Когда слух снижается, мозг получает меньше сигналов от вестибулярной системы, и ориентироваться становится сложнее. Исследования подтверждают: у людей с потерей слуха риск нарушений равновесия выше. Использование слуховых аппаратов помогает снизить этот риск и улучшить пространственную ориентацию, что может спасти человека от опасных падений.



Восстановление после серьёзных заболеваний

Связь слуха и восстановления после инсульта – ещё одна важная, но недооценённая тема. Пациенты с некомпенсированной потерей слуха нередко восстанавливаются медленнее. Потеря сенсорных сигналов мешает естественным процессам восстановления – способности мозга создавать новые нейронные связи. Слуховые аппараты создают необходимую звуковую стимуляцию, которая помогает успешному переобучению мозга. Это особенно важно на ранних этапах реабилитации.

Что делать: диагностика и коррекция

Чем раньше начать коррекцию снижения слуха, тем выше шанс сохранить когнитивные функции, эмоциональное здоровье и уверенность в повседневных движениях.

В центре слуха «СлышуВижу» приём абсолютно бесплатный, он начинается с комплексной диагностики. Пациент проходит отоскопию, тональную аудиометрию, замер костной проводимости и определение порога дискомфорта. Все исследования проводятся по европейскому протоколу на оборудовании «Интеракустик».

Запишитесь на бесплатную консультацию в центр слуха «СлышуВижу».

Трейд-ин. До 1 октября (включительно) принеси старый слуховой аппарат и получи скидку 20% на новый.
(Скидки Трейд-ин и 15% не суммируются)

СЛЫШУ ВИЖУ®
ЦЕНТРЫ ЕВРОПЕЙСКОГО СЛУХОПРОТЕЗИРОВАНИЯ



до 1 октября 2026 года
-15% на один слуховой аппарат или -30% на второй слуховой аппарат
МЫ ПРИНИМАЕМ СЕРТИФИКАТЫ ТСР
Для участия в акции покажите купон администратору

Запишитесь на бесплатную проверку слуха в центр «СлышуВижу»
8(495)106-32-31
СлышуВижу.рф

Приобрести аппараты можно по адресам:
м. Октябрьская, Ленинский проспект, 11с1
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 1 октября 2026 года. Скидка предоставляется от рекомендованных розничных цен. Л041-01024-74/00358375 от 02.12.2020. РЕКЛАМА
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

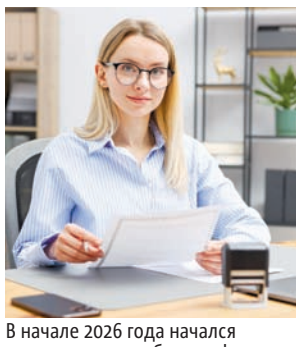
КОРОТКО

Кадровики назвали самые прибыльные профессии

РЕЙТИНГ. Эксперты платформы по поиску работы hh.ru назвали самые высокооплачиваемые профессии в Москве в 2026 году. В список попали ведущий разработчик внутренней ERP-системы (автоматизирует все бизнес-процессы), стоматолог-терапевт, аналитик бизнес-процессов, системный аналитик, водитель, а также программист и менеджер продукта. **METRO**

Российские студенты готовы выйти на работу уже сейчас

ОПРОС. Исследователи digital-компании HINT совместно с петербургскими вузами ГУАП и ВШТЭ опросили 648 студентов. Результаты показали, что 95,4% молодых людей готовы выйти на работу по специальности уже завтра. При этом большинство студентов ещё не определились с профессией, однако 92,3% опрошенных уже пытались устроиться на работу. **METRO**



В начале 2026 года начался рост спроса на работу в офисе **/ SHUTTERSTOCK**

Москвичи начали больше работать в очном формате

СТАТИСТИКА. В столице работодатели стали чаще брать сотрудников на работу в офис. За первые шесть месяцев этого года доля вакансий на работу в очном формате увеличилась на 15,2 процентных пункта год к году, достигнув 39,9% во втором квартале 2026 года. Об этом свидетельствуют данные совместного исследования «Авито Работы» и «Сколково Парка». **METRO**





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

На кадрах из видео «кошачий остеопат» вправляет суставы пушистикам **/ ВСЕ ФОТО: СОЦСЕТИ**

Остеопаты рассказали, надо ли «хрустнуть» кошку

В соцсетях набирают популярность ролики с «кошачьими остеопатами». Metro узнало нюансы самой обсуждаемой прямо сейчас профессии

Евгений Шлапаков
evgeniy.shlapakov@gazetametro.ru

В Сети вирусятся ролики, в которых кошкам и собакам вправляют суставы. На видео – жутковатые манипуляции, животные кричат и уворачиваются, поэтому нельзя не задаться вопросом: к таким специалистам реально обращаются? Оказывается, да. Более того, как пишут, такие специалисты могут получать от миллиона рублей в месяц.

По словам Анастасии Феофановой, практикующего специалиста по остеопатической диагностике и биомеханике, чаще всего к ней приходят хозяева питомцев, которые не понимают, что происходит с их домашним животным.

– Глобальный критерий здоровья у животных прост: существо весело, бодро и у него есть силы на всё. А если котик просыпается и прячется обратно, если собака хромает, мало бегает, плохо ест – внимательный хозяин всегда это видит и замечает. Задача остеопата – обнаружить очаг напряжения и проработать его, – объясняет Анастасия. – Хороший пример был не так давно: большой алабай начал сильно хромать после того, как зацепился за что-то лапой во время прогулки. Рану ветеринары обработали, инфекции исключили, а хромота осталась. После моего осмотра стало понятно, что проблема в связочном аппарате, а когда работа с суставом была завершена, собака встрепенулась и радостно пошла.

При этом Анастасия отмечает, что трендовые видео не отражают реальную работу специалистов:

– Остеопатия – это больше про мягкий точечный подход, а не экстремальное вправление суставов. Мы не проводим резких манипуляций, тестируем суставы на мобильность аккуратно, чтобы понимать пределы будущей работы. Настоящий остеопат работает по принципу «делать так, чтобы всё само встало на место», действует на ощупь, настраиваясь на ткань, и ищет дисфункцию – место, где структуры «сцепились» и перестали нормально работать.

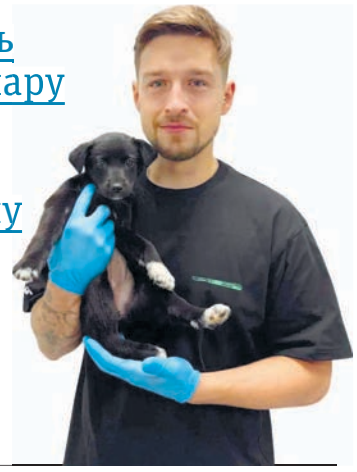
Егора Авдюнина, ветеринарного врача, хирурга-ортопеда, который изредка занимается остеопатией, ролики из Сети тоже смущают. На деле эффективность и безопасность практики, используемой в завирусившемся тренде, по его словам, не доказаны.

– Для реабилитации животного для начала ветеринарные специалисты должны провести массу обследований и понять, что именно болит и как это лечить. Главная задача при проведении осмотра – не причинить боль, – рассказывает Егор. – Часто реабилитация такого рода необходима после травм, переломов, разрыва связок, и тогда остеопатия вовсе не применяется, а используется целый комплекс процедур – от массажей до ЛФК.

Как отмечает эксперт, агрессивный физический подход из роликов может не только не помочь, но и серьёзно навредить питомцу – вплоть до летального исхода.

Заработок остеопата, который в последнее время обсуждают в Сети, – вопрос спорный. Анастасия, к примеру, берёт за приём от 3 тысяч рублей. А вот Егор полагает, что от миллиона в месяц – сумма реальная.

> «Мы можем иметь дело с кошкой в пару килограмм или с азиатской овчаркой, поэтому методы могут отличаться».
>
> **ЕГОР АВДЮНИН**
> ветеринар, изредка практикующий остеопатию



ВАЖНО

- Один сеанс у остеопата длится от 30 минут до часа.
- Стоимость – 3–10 тыс. рублей за сеанс. Хозяева обычно записываются сразу на комплекс процедур и тратят до 50 тыс. рублей за лечение.
- В среднем специалист по остеопатии для животных проводит по 2–4 сеанса в день.
- Несложно подсчитать, что заработная плата за месяц варьируется приблизительно от 120 до 800 тыс. рублей.



Это специалист по уборке Андрей.

Он моет фасады остановок и станций метро,
чтобы поездки по городу были ещё приятнее

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

Московский
метрополитен

+7 495 539-54-54
3210 с мобильного

mosmetro.ru
transport.mos.ru

КУЛЬТУРА К

Отсканируй QR-код, чтобы прочитать другие кинорецензии.

КИНОПРЕМЬЕРА



Дима и Полина подружились с инопланетной флорой и фауной / «ЦЕНТРАЛ ПАРТНЕРШИП»

На столичном метро можно уже добраться до другой планеты

Новинка кинопроката – фантастическая картина «Девятая планета», в которой Юра Борисов открывает новые возможности метро и не только

Мария Позина
mariya.pozina@gazetametro.ru

Автомеханика Диму Хруста (Юра Борисов) сильно бьёт током. После этого ему начинают приходить странные видения – как будто он сражался с инопланетянами, похожими на гигантских пауков. Постепенно всплывают и новые детали – якобы Дима служил по контракту на другой планете, куда добраться можно только через Московский метрополитен (но не каждый день, раз в полгода открывается портал). На этой планете растёт панацея, способная вылечить любой человеческий недуг, поэтому сюда с Земли переправляют богатых пациентов. Здесь же Дима встречает бросившую его без объяснений любимую девушку Полину, которая тут работает в медицинской лаборатории.

С помощью психотерапевта Дмитрий приходит к выводу, что он не сошёл с ума, что загадочная планета существует, просто все воспоминания о ней были кем-то стёрты. Парень решает разобраться, что к чему, и вернуть Полину.

Режиссёр: Николай Рыбников

Сценарист: Игорь Ткаченко

В ролях: Юра Борисов, Ирина Старшенбаум, Алексей Серебряков, Максим Емельянов, Даниил Спиваковский и др.

Размах «Девятой планеты» впечатляет – сцены на военной базе, атаки монстров, постоянно эволюционирующих, поиски панацеи на фоне умопомрачительных пейзажей выглядят не хуже «Дюны». Но несколько логических нестыковок в сценарии и отсутствие внятной интриги портят всё впечатление.

Действие постоянно скачет из одного воспоминания Димы в другое, порой один эпизод резко обрывается, а потом герои объявляются уже в другом месте без объяснения причин. Возникает подозрение, что память подтёрли не только Хрусту, но и сценаристам – и они просто забыли дописать часть сцен.

Но самое слабое место – решение всех конфликтов. Чтобы разобраться с Полиной, Диме достаточно было просто спросить: «Ну ты чего? Что случилось-то?» А чтобы утихомирить инопланетян, которые в клочья рвали каждого землянина, нужно было им всего лишь прочитать стихи о любви. Причём столь кардинально на них подействовала поэзия Эдуарда Асадова. Не самый утончённый вкус. При всём уважении.

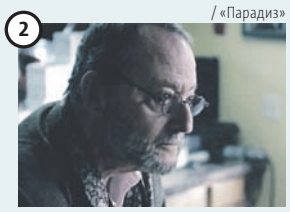
ЧТО НОВОГО В КИНО

1 / «Наше Кино»



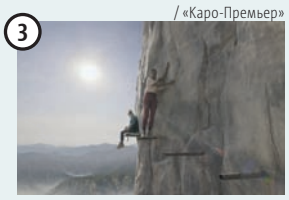
«Романовы: преданность и предательство» (Россия)
История о последних годах жизни последнего российского императора Николая II, его жены и детей. В ролях: Виталий Кищенко, Дмитрий Дюжев, Екатерина Гусева. (12+)

2 / «Парадиз»



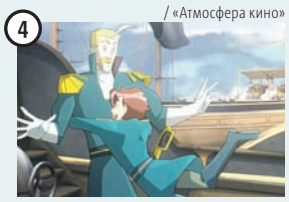
«Флорист» / The Florist (Италия, Великобритания)
Жан Рено и Деннис Куэйд в триллере про садовода и наёмного киллера по совместительству. (18+)

3 / «Каро-Премьер»



«Вышка 2» / Fall 2: Deadpoint (США, Великобритания, Таиланд)
Драматический триллер про сестру погибшей экстремалки, которая решает продолжить её дело и покорить смертельно опасный маршрут на горе Кван в Таиланде высотой 2070 метров над уровнем моря. (18+)

4 / «Атмосфера кино»



«Капитан Невельской и земли Чёрного дракона» (Россия)
Приключенческий мультфильм о легендарном исследователе Дальнего Востока. (12+)

КОРОТКО

Объявлены финалисты Букеровской премии

ПРИЗНАНИЕ. В шорт-лист вошли постапокалиптическая история «Конец всего» (The End of Everything) М. Джона Харрисона, психологический роман «Вещи, которые мы никогда не скажем» (The Things We Never Say) Элизабет Страут, семейная драма «Джон, сын Джона» (John of John) Дугласа Стюарта, роман-эксперимент «Чёрная сумка» (Black bag) Люка Кеннарда. **METRO**



Претенденты на престижную премию / BOOKER PRIZES

Назван главный актёр в экранизации «Лавра»

БОЛЬШАЯ ЛИТЕРАТУРА. Оскаровский номинант Юра Борисов исполнит главную роль, а также примет участие в творческой лаборатории будущей экранизации романа Евгения Водолазкина «Лавр». Об этом сообщает РИА «Новости».

Борисов выступит также сопродюсером проекта, а снимать будет «молодой и амбициозный режиссёр». **METRO**

Зоя Бербер подала документы на развод

МИНУС ОДНА ПАРА. Звезда «Реальных пацанов» подала иск о расторжении брака с актёром Максимом Белбородовым. Заявление поступило мировому судье судебного участка № 177 района Раменки Москвы, сообщается в телеграм-канале судов общей юрисдикции столицы.

У пары есть общий сын, также актриса воспитывает дочь от предыдущих отношений. **METRO**

Джиган удерживал людей в заложниках

ИНЦИДЕНТ. Как сообщает телеграм-канал Mash, драма развернулась в июле в коттеджном посёлке «Шато Соверен». Вооружённый карабином артист заблокировал прислугу в доме и ранил одного сотрудника. Дети Джигана во время стрельбы прятались в шкафах. Сам рэпер, который в настоящее время находится в израильском рехабе, отрицает стрельбу. **METRO**

«Кулебяка с сёмгой снилась мне всю ночь»: что любили есть Чехов, Пушкин, Толстой

Metro побывало на литературном завтраке, чтобы узнать, что ели и пили классики русской литературы

Как выяснилось, главным гурманом отечественной литературы был Антон Павлович Чехов



Писатель Лев Толстой за обедом в Ясной Поляне среди родных и друзей / КАРЛ БУЛЛА / © РИА «НОВОСТИ»

«ВСТАВ ИЗ-ЗА СТОЛА ГОЛОДНЫМ – ВЫ НАЕЛИСЬ, ЕСЛИ ВСТАЛИ НАЕВШИСЬ – ПЕРЕЕЛИ, ПЕРЕЕВШИ – ОТРАВИЛИСЬ».

АНТОН ЧЕХОВ
писатель

Виктория Мельникова
vika.melnikova@gazetametro.ru

Собрались любители ПП (поесть и почитать) в ресторане русской кухни, где, закусив холодцом из бычьих хвостов, лепёшкой рассольной с вяленой олениной и мочёной брусникой, да ещё паштетом из кологривского гуся, принялись подсчитывать, кто из литераторов чаще всего писал о еде.

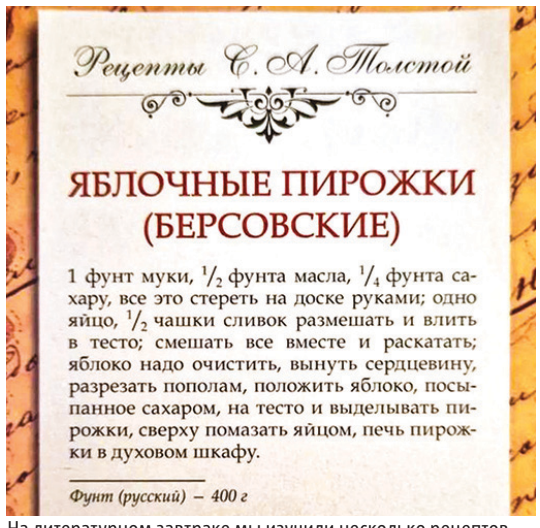
– На самом деле всё уже подсчитано, – заверила автор блога «Упражнения в прекрасном» Марина Кузнецова. – Исследовательница Любовь Поповец в 2020 году опубликовала работу, посвящённую еде и напиткам в русской литературе XIX века. Выбрав 16 известных писателей и поэтов (Пушкин, Некрасов, Фет, Гоголь, Крылов, Достоевский и др.), с помощью дата-анализа она выяснила, что чаще всего еду в своих произведениях упоминает Чехов (4,46 упоминания на 1000 слов), его в этом отношении почти догоняет Гоголь (3,9 упоминания). Лев же Толстой лидирует по разнообразию меню: в его книгах упомянут 121 уникальный продукт. Почти столько же у Гоголя – 119.

Чехов любил вкусно поесть, но ел всегда умеренно. Ему принадлежит фраза, которую неплохо бы взять на вооружение каждому: «Встав из-за стола голодным – вы наелись, если вы встаёте наевшись – вы переели, если встаёте переевши – вы отравились».

После этого мы отвлеклись на дегустацию кулебяки, правда, не с сёмгой, а с зубаткой и форелью в пять слоёв, переложенных крапивными блинами, и перешли к изучению меню Пушкина.



Такая кулебяка вполне могла бы порадовать любого классика / ВИКТОРИЯ МЕЛЬНИКОВА



Рецепты С. А. Толстой

ЯБЛОЧНЫЕ ПИРОЖКИ (БЕРСОВСКИЕ)

1 фунт муки, 1/2 фунта масла, 1/4 фунта сахару, все это стереть на доске руками; одно яйцо, 1/2 чашки сливок размешать и влить в тесто; смешать все вместе и раскатать; яблоко надо очистить, вынуть сердцевину, разрезать пополам, положить яблоко, посыпанное сахаром, на тесто и выделывать пирожки, сверху помазать яйцом, печь пирожки в духовом шкафу.

Фунт (русский) – 400 г

На литературном завтраке мы изучили несколько рецептов из поваренной книги Софьи Андреевны Толстой / ВИКТОРИЯ МЕЛЬНИКОВА

– В семье Александра Сергеевича не было культа еды, – рассказала Анна Хрусталёва, писатель, филолог, специалист Государственного музея А. С. Пушкина. – Его отец Сергей Львович был достаточно скуп, на яства не тратился, матушка не очень интересовалась домашними делами и уж тем более сама не готовила. В Царскосельском лицее кормили тоже сурово и аскетично. Но из различных воспоминаний мы всё же можем составить топ любимых блюд Пушкина. На первом месте – печёный картофель, на втором – царская ботвинья (холодный суп из щавеля, кваса и всевозможной рыбы). Обожал поэт яблоки, в том числе в мочёном виде и в пирогах. Кстати, в записках к членам семьи Осиповых-Вульф, с которыми он очень сдружился в своей ссылке в Михайловском, он так и подписывался «Ваш яблочный пирог». И там к его приходу всегда такой пирог пекли.

Обсудили мы и рецепт приготовления любимого блюда Михаила Булгакова – селёдки в молоке. Рыбу сначала вымачивали со специями в молоке, отчего она становилась невероятно мягкой, потом нарезали и подавали с соусом: горчица, масло, уксус.

А что ел Лев Толстой? Самое надёжное свидетельство – воспоминания его секретаря Николая Гусева:

«Ел Толстой вообще очень немного. Завтрак его состоял обыкновенно из одного яйца всмятку, которое он распускал в небольшом стаканчике, куда крошил несколько кусочков белого хлеба; потом съедал небольшую порцию гречневой каши (или овсянки)».

Меню в доме Толстых часто менялось. В записях жены классика Софьи Андреевны встречаются пшённая каша, гречневая, овсяная, манная молочная, яйца всмятку, яичница с шампиньонами, фасоль и брюссельская капуста с яйцами.

– Есть ещё замечательная деталь: каши Толстому варили на миндальном молоке, и чай писатель пил тоже именно с ним. И это в 1891 году! – говорит Марина Кузнецова. – Изучать меню классиков действительно полезно, можно найти то, что, возможно, уже завтра станет гастрономическим трендом.

МЕНЮ ЧЕХОВА

Любимым блюдом писателя были караси в молоке, те самые, о которых он писал в рассказе «Сирены». В его дневниках можно найти и другие кушанья, от которых слюнки текут:

- «Вот наше меню: селянка (солянка) из осетрины по-польски; супрем из пулярд (жаркое из курицы) с трюфелем; жаркое фазаны. Вина: бессарабское кристи, губонинское, cognac и абрикотин». *(1888 год, 6 января, 27 лет)*
- «Ем конфекты». *(1890 год, май, 30 лет)*
- «Нравится брынза». *(1898 год, 28 сентября, 38 лет)*
- «Кулебяка с сёмгой снилась мне всю ночь». *(1892 год, 29 февраля, 32 года)*
- «Сегодня за обедом подавали очень сладкую, холодную, мягкую дыню, я ел с большим наслаждением; после обеда пил сливки». *(1902 год, 18 августа, 42 года)*

ГОРОСКОП

на четверг, 24 сентября 2026 года

Астролог Лилия Любимова

ОВЕН
21.03 – 20.04

Переждите утренние эмоциональные качели, вечер будет спокойнее – наступит время для романтики. Пригласите возлюбленного на свидание. Он не сможет отказать.

ТЕЛЕЦ
21.04 – 21.05

Дома возможны неожиданные сбои техники, не чините сами, пригласите мастера. К вечеру напряжение спадёт. Наведите уют и спокойно отдохните.

БЛИЗНЕЦЫ
22.05 – 21.06

Сегодня могут быть перепады настроения и возникать спонтанные желания, но не поддавайтесь импульсам. Дыхание, вода и короткие паузы удержат вашу нервную систему в равновесии.

РАК
22.06 – 22.07

Вечер требует прекрасного: побалуйте себя уходом, обновите свой образ, сходите в салон красоты. Но не спешите с новыми знакомствами – обаяние вечера обманчиво.

ЛЕВ
23.07 – 22.08

К вечеру потянет к дружескому общению: соберите близких друзей на приятную встречу и присмотритесь к новым лицам.

ДЕВА
23.08 – 22.09

Вечер располагает к творчеству: музыка, рисунок и рукоделие принесут настоящее удовольствие. Самовыражайтесь – и тогда суматошный день закончится гармонией.

ВЕСЫ
23.09 – 22.10

Планы на учёбу могут внезапно измениться: будьте гибкими, не цепляйтесь за график. Важное перенесите на другой день, а сегодня полистайте что-то лёгкое и вдохновляющее.

СКОРПИОН
23.10 – 21.11

В этот день повышена аварийность – удвойте внимание за рулём, не спешите. Возможны сбои транспорта и навигации, заложите время и запасной маршрут.

СТРЕЛЕЦ
22.11 – 21.12

Отнеситесь с осторожностью к новым финансовым предложениям и бумагам: может быть подвох. Не подписывайте документы, руководствуясь настроением. Привлекательные условия нынче обернутся ловушкой.

КОЗЕРОГ
22.12 – 20.01

Сегодня у вас обострена чувствительность – вы переживаете эмоциональные качели. Не руководствуйтесь чувствами при принятии решений. Понаблюдайте за собой со стороны, к вечеру придут ясность и спокойствие.

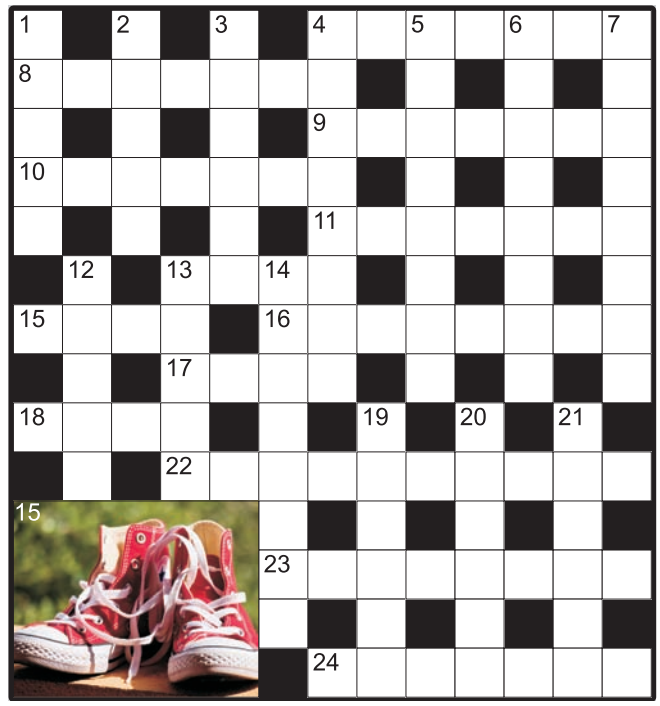
ВОДОЛЕЙ
21.01 – 18.02

Рабочий день полон сюрпризов: планы могут внезапно поменяться, техника подвести. Не боритесь с хаосом, перестройтесь – и всё уляжется само.

РЫБЫ
19.02 – 20.03

Заманчивое предложение сегодня может быть обманом. Не переводите средства и не верьте на слово, проверяйте всё дважды.

КРОССВОРД



ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

4. Прибор для подсчёта количества движений ног при ходьбе



8. Часть токарного станка, помогающая подвести резец к заготовке
9. Крестьянин с высшим образованием
10. Выступ в укреплении для ведения флангового огня по куртине
11. Взрывчатое вещество – изобретение А. Нобеля
13. Рабочая униформа

15. Обувь попугая Кеши

16. Старинное название торговца тканями
17. Арбалетная стрела
18. Газетно-больничная птица
22. Врач, борющийся с морщинами
23. Погода, плачущая дождём
24. Свистулька, сделанная из глины.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Экземпляр, индивидуум
2. Её советуют сбить слишком заносчивому человеку
3. Приспособление для превращения тупых столовых ножей в холодное оружие
4. Знамя, флаг
5. Ручательство за будущее
6. Памятник, сооружение в честь выдающегося человека или события
7. Зажаренный кусок говядины
12. То, что пассажир занимает в автобусе



13. Пушкинский «золотодобытчик» с неводом
14. Фигурная стойка для ограждения балконов, гульбищ
19. Ярлык с циферками на продаваемом товаре
20. Страшилище из фильма ужасов



21. Гигиеническое средство для ухода за кожей.

ОТВЕТЫ

По горизонтали: 4. Шагомер. **8.** Суппорт. **9.** Крестьянин. **10.** Бастион. **11.** Динамит. **13.** Роба. **15.** Кеды. **16.** Аршинник. **17.** Болт. **18.** Утка. **22.** Косметолог. **23.** Ненастье. **24.** Окарина.

По вертикали: 1. Особь. **2.** Спесь. **3.** Точило. **4.** Штандарт. **5.** Гарантия. **6.** Монумент. **7.** Ромштекс. **12.** Место. **13.** Рыбак. **14.** Балясина. **19.** Ценник. **20.** Монстр. **21.** Лосьон.

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



Диков Антон Павлович
хирург-имплантолог
более 5 тысяч пациентов

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

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

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

Акция* до 30.09.2026 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

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

КТ + консультация + план лечения = 0 руб

Лицензия № Л041-01137-77/02550746 от 30.06.2025г. ООО «ПРОИМПЛАНТС», ОГРН 1237700548766 Реклама 18+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

metro

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

Реклама

АНЕКДОТЫ

■ – Милый, что такое «арманьяк»?
– Ну не знаю... Может, армянский маньяк?

■ – Дорогой, у нас в выходные будет итальянская вечеринка. Я приготовлю лазанью.
– А это что ещё такое?
– Ну это как «Наполеон», только с мясом.

■ – Раньше я подавал большие надежды.
– А сейчас?
– Уже нет, врач запретил поднимать тяжёлое.

■ Муж:
– В двадцать лет я был молодым, красивым и бедным.
Жена:
– А сейчас?
– Одну проблему удалось решить.
– Какую?
– Молодым я уже точно не выгляжу.

■ Начальник:
– Почему вы опять опоздали?
– Проснулся утром и понял, что абсолютно не хочу на работу.
– И?
– Полчаса боролся с желанием принять правильное решение.

■ Я человек интеллигентный, поэтому не могу сказать гостю: «Заткнитесь уже!», вместо этого я говорю: «Почему вы ничего не кушаете?»

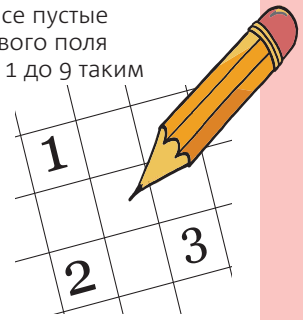
■ Очень бесит, когда лежишь дома с диким желанием выйти и потратить кучу денег, а денег у тебя нет.

■ – Сколько сейчас голов у Роналду?
– Одна.

СУДОКУ

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

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



ОТВЕТЫ

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

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

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

РАБОТА

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

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

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

Водитель электропогрузчика. З/п от 120 000 руб. на руки. Требуются на склад «Красный Октябрь». м. Красносельская, ул. Лобачика, дом 1, стр. 1. ТК РФ. 2/2, возможны подработки. Звоните: 8(916)642-13-83

■ **Гардеробщик(ца).** Приглашаем всех желающих на работу гардеробщика. Подробности по номеру +7(995)797-77-06. Звоните!

■ **Гардеробщики.** Срочно требуются! Медкнижка. График 2/2, 6/1, круглосут. Тел. 8(926)204-23-71

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

Главный инженер на пищевое производство. З/п 190 000 руб. О/р от 3 лет. Знание ХАССП. Г/р 5/2. Оф. по ТК РФ. Тел. 8(916)877-15-15, Елена

■ Дворник. З/п 65 000 руб. в месяц на руки. График работы 5/2 с 7:00 до 15:00. Работа м. Октябрьская. Тел. 8(964)538-44-73

Контролёр-охранник. З/п от 35 000 руб. на руки. Требуются контролёры-охранники на склад «Красный Октябрь». м. Люберцы, Котельнический проезд, дом 17А. ТК РФ. Без лицензии, график 1/3. Звоните: 8(495)982-57-38

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

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

Котломойщик. График 5/2. З/п от 90 000 руб. м. Курская. Тел.+7(903)179-70-55

■ **Котломойщик,** мойщик посуды. З/п 68 965 р., график 5/2. ТК РФ. м. Комсомольская. 8(495)644-01-68

«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, дом 1, стр. 1. Тел.: 8(800)200-43-33, 8(916)642-13-83

■ **Курьер на документы. График свободный. От 20 до 40 строго. Гр. РФ. Оплата ежедневно 5-7 т.р. Т. +7(931)106-27-07**

■ **Мастер по замене батареек** в Селятино, МО. Смена от 7000 р. График с 9 до 21 по договорённости. 8(916)693-38-67

Мойщица-уборщица. График 5/2. З/п от 80 000 руб. м. Серпуховская. Тел. +7(903)265-22-47

Мойщица-уборщица. График 5/2. З/п от 85 000 руб. м. Беговая. Тел.+7(929)963-34-80

■ **Оператор** поломоечный машины в гостиницу «Салют». График 6/1. З/п от 110 000 руб. Тел.: +7(937)032-13-82; +7(903)585-38-89

Охранник без УЧО частной школы. Пропускной режим. З/п от 4800 руб./сутки. Гр/р 14/14. Бесплатное питание. Форменное обмундирование. м. Каховская. Тел. +7(985)015-98-15

■ **Охранник** в ЧОП. Вахта, смены, питание. От 3500 до 5000 р. 8(936)300-51-58

Охранник. З/п 3500 – 3900 руб. с УЧО и без УЧО. Вахта. Тел. +7(926)919-05-84 Охранник, офис. Москва. З/п 4500 с УЧО. Тел. +7(930)918-93-85

Охранник. З/п до 6000 на руки. Москва, МО. Без лицензии. День/ночь/сутки. Форму выдаём. ООО «Легат». м. Курская. Тел.: 8(495)795-47-35, 8(965)325-77-02

Охранник (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 (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

■ **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,** г. Химки. Вахта. З/п от 50 000 до 80 000 руб. Тел. 8(915)344-25-19

■ **Охранники.** Офисы в Москве и МО. Гр/р: 15/15, 30/15 – вахта с проживанием, 2/4, 3/3 – суточный, 5/2, 6/1 – дневной. З/п 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, 5000 – 5500 р. за смену на руки. Гр/р 2/2, 5/2, 6/1. ТК РФ. м. Силикатная. Тел. +7(937)206-22-03

Продавец-консультант без кассы на ярмарку белорусских товаров (Ашан Лефортово, Алтуфьево, Гагаринский, Мытищи, Химки, Марфино). З/п белая 100 000 руб./на руки. 8(925)750-50-61

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

■ **Работа вахтой для мужчин и женщин. Зарплата от 3800 руб./смена. Официальное трудоустройство. Бесплатное проживание. МО, г. Чехов. Тел.: 8(995)987-38-49, 8(926)089-00-48**

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

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

■ **Разнорабочие. Оплата ежедневно 4000 руб. График с 8:00 до 20:00. Склад цветов, м. Молодёжная. Гражданство РФ. 8(925)826-30-05**

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

■ **Разнорабочий. График свободный. От 18 до 60. Гр. РФ. Оплата ежедневно 5-7 т.р. Т. +7(931)106-27-07**

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

Требуются работники на кондитерское предприятие. З/п без задержек от 45 000 руб. на руки, 5/2 (суббота и воскресенье выходные). С 07:00 до 15:30 и с 11:00 до 19:30. м. Бауманская, ул. Бауманская, д. 16. Т. 8(919)139-00-91

Уборщица (к) в частную школу. З/п от 65 000 руб. Гр/р: рабочие дни: 5/2: с 8:00 до 17:00. (м. Каховская). Тел. +7(903)535-79-69, Людмила Юрьевна

■ **Уборщица** помещений в больничный комплекс. Вахта. Проживание в общежитии в шаговой доступности от места работы. 3500 р./смена. Москва, Островитянова, д. 1, стр. 10. Т.: 8(901)593-62-09, 8(916)613-04-10, 8(967)182-66-99, 8(929)900-09-41

■ **Уборщица** помещений в больничный комплекс. Варианты графика: 1) С 8 до 17, 6/1. З/п до 105 000 р. на руки или 2) Возможность работы на полставки 6/1 по 4 часа в день в удобном графике, з/п 52 500 р. Москва, Островитянова, д. 1, стр. 10. Т.: 8(901)593-62-09, 8(916)613-04-10, 8(967)182-66-99, 8(929)900-09-41

■ **Упаковщики** на кондитерскую фабрику. м. Марьино. 3563 руб. + питание и форма. Гр. 2/2, 3/1, 6/1, по 12 час. Патент платим. Т: 8(916)983-44-73, 8(980)123-73-60

АВТОВЫКУП

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

АВТОПЕРЕЕЗДЫ

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

АНТИКВАРИАТ

■ **Куплю** картины, антиквариат. Выезд, оценка, расчёт сразу. Телефон +7(902)98-000-80

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

МЕБЕЛЬ И ПРЕДМЕТЫ ИНТЕРЬЕРА

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

РАЗНОЕ

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

■ **Предприятие** «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

metro

МОСКВА • Metro выходит в 18 странах мира, на 4 континентах, на 13 языках • **Генеральный директор** Наталья Клименчева • **Главный редактор** Иван Чеберко • **Коммерческий директор** Мария Кобцева • **Арт-директор** Павел Киреев • **Распространение** Роман Харитонов • **Редактор номера** Александр Братерский • **Столичная утренняя газета Metro ©** Информационное издание • Регистрационное свидетельство ПИ № ТУ 50-232 от 26 февраля 2009 г. Выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи и массовых коммуникаций по Москве и Московской области • Учредитель и издатель: АО «Газета Метро» • Адрес издателя и редакции: 125124, г. Москва, вн.тер.г. муниципальный округ Беговой, ул. Правды, д. 24, стр. 4, помещ. 1Н • **Тел. редакции:** 8 (495) 787-12-11 • **E-mail редакции:** internet@gazetametro.ru • **Отдел рекламы:** 8 (495) 787-12-11. E-mail: reklama@gazetametro.ru • **Сайт:** www.gazetametro.ru • Мнение авторов может не совпадать с позицией редакции • Редакция не несёт ответственности за материалы информационных агентств, стиль и грамотность рекламных объявлений. • Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые сертификаты и лицензии • Редакция не несёт ответственности за содержание рекламных материалов, а также за надлежащее исполнение рекламодателями своих обязательств • Время подписания по графику: 19:30 • Время подписания номера фактически: 23.09.2026, 20:00 • Газета «Metro Москва» распространяется бесплатно • Материалы под рубриками: «Metro-каталог», «Metro-каталог/Дом», «Metro-каталог/Туризм», «Metro-Экспресс» печатаются на правах рекламы

Газета отпечатана:
АО «ПРАЙМ ПРИНТ МОСКВА», 141707, МО, г. Долгопрудный, Лихачёвский проезд, 5 В • Заказ 2209

ABC ТИРАЖ НОМЕРА 300 000 СЕРТИФИЦИРОВАН НЕЗАВИСИМЫМ БЮРО ТИРАЖНОГО АУДИТА ABC

16+

Вагнер Лав прощается с российскими фанатами

Лучший легионер РПЛ вернулся в Москву. В субботу легендарный экс-нападающий армейцев проведёт свой прощальный матч на «ВЭБ Арене»

Бразилец трижды приходил в столичную команду и золотыми буквами вписал своё имя в историю клуба. Вспоминаем, как хорош был форвард «красно-синих»

ПРОЩАЛЬНЫЙ МАТЧ В КРУГУ СЕМЬИ И ДРУЗЕЙ

В Москву Вагнер Лав привёз немало близких. В разговоре с Metro бразилец рассказал о том, кто разделит с ним особенный момент:

– Помимо жены и дочки ещё со мной трое моих сыновей, сестра, тёща, дядя и мои друзья, с которыми я очень близок с самого детства и юности. Без всякого сомнения, можно было бы составить из них ещё одну команду, но, к сожалению, мы проиграли бы! (*Смеётся.*)

Кстати, сыновья Вагнера сыграют вместе со своим легендарным отцом. Также на поле выйдут именитые футболисты, в том числе чемпион мира Клеберсон.

– Вместе с ним мы играли за сборную, – поясняет Вагнер. – Клеберсон – мой близкий друг, поэтому с радостью согласился приехать и поддержать меня. Ромуло играл за «Спартак», но мы тоже очень тесно дружим – вместе играли и за сборную, он также выступает за «Ретро», где я завершал свою карьеру. Ещё выделю Фернандиньо, игравшего и за «Ретро», и за «Атлетико Минейро». Я, он и Ромуло дружим семьями. Рената Аугусто из «Байера», Фабио Сантос и Рене Жуниор из «Коринтианса» – большие и значимые игроки для бразильского футбола. Гилерме и Ари прекрасно знают в России. Я также очень счастлив, что со мной будут рядом мои братья из ЦСКА: Жо, Карвалью, Дуду! Мне кажется, у нас собралась очень крутая команда.

В мае 2025-го Вагнер Лав уже блистал на «ВЭБ Арене». В игре, посвящённой 20-й годовщине завоевания ЦСКА Кубка УЕФА, он сделал хет-трик. Форвард вспоминает ту встречу:

– После того гола на «ВЭБ Арене» год назад в гала-матче я чувствовал себя реализованным. Но после этой поездки, уверен, я буду самым счастливым в мире!

«КОСОЛАПЫЙ МЕДВЕДЬ» ЖЁГ НА ПОЛЕ И В ЖИЗНИ

Легенда ЦСКА Игорь Акинфеев в своём блоге на «Спортс» вспоминает, какое впечатление произвёл новичок на команду летом 2004-го: «Небольшого роста, коренастый. Ролан Гусев придумывал всем прозвища и, естественно, не удержался при появлении Вагнера: «Смотри, медведь косолапый приехал»

Но бразилец заиграл так, что всем стало понятно: коллектив заполучил классного форварда. Акинфеев подчёркивает, что Вагнер оказался ещё и приятным человеком: «Он реагировал на грубость спокойно, иногда и с улыбкой. Никакой агрессии, всё делал в игривой манере (причём в том же режиме и тренировался)».

По словам вратаря, вне поля Вагнер больше времени проводил с бразильцами, но не сторонился и остальных: «Он ходил с нашей компанией в баню и рестораны (на командные мероприятия) и отрывался с нами по полной. После побед Вагнер всегда танцевал в раздевалке и классно расслаблялся, когда мы брали трофеи: если появлялось пиво или шампанское, мимо Ваги оно никогда не проходило. В отличие от меня, братьев, Серёги Игнашевича, Юры Жиркова, Вагнер даже в зрелом возрасте каждому титулу радовался как первому: ставил музыку, танцевал, кайфовал. Бразильцы – люди с другой планеты».

ОПЫТНЫЙ ЛАВ ПРОМЕНЯЛ ТУСОВКИ НА ЗОЖ

Дмитрий Ефремов попал в ЦСКА в начале 2013 года. Именно тогда Вагнер вернулся в московскую команду в третий раз. Полузащитник в беседе с Metro вспоминает, что бразилец в раздевалке был немногословен:

– От него не было мотивационных речей. Он проявлял все свои качества на поле, был там настоящим лидером. Когда я оказался в команде, Вагнер был уже более сдержанным, взрослым. Конечно, могу пошутить, повеселиться. Бразилец – добрый и позитивный человек.

Однако Ефремов не решался подходить к опытному партнёру за советом:

– Мне было 18 лет, у меня было стеснение. Какой-то подсказ разве что был от него. Я старался на поле смотреть, как он действует, что делает. Но тяжело перенять его манеру игры. Она у него идёт с детства, это ему дано природой. Я назову его лучшим легионером не только в истории ЦСКА, но и в истории РПЛ.

Дмитрий отмечает, что Вагнер вернулся в ЦСКА в 2013-м не в лучших кондициях:

– Он был крупный, возможно, у него были проблемы с лишним весом. Но в третий заход Вагнера в ЦСКА в его жизни уже не было таких тусовок, как раньше. А затем он начал заниматься, постоянно тренировался даже в отпуске. И он сам, и Березуцкий рассказывают, что бразилец стал более профессионально относиться к себе: тренировки, питание, похудение. Можно посмотреть, каким он был в 2013-м в момент возвращения в ЦСКА и сейчас.

СЕРГЕЙ РАСТОРГУЕВ, ДАНИИЛ БОРОЗДИН

ЦИФРА

124

мяча забил Вагнер Лав в 259 матчах за ЦСКА. Всего за карьеру бразилец отметился 377 голами.

ТОЛЬКО ФАКТЫ

- Прозвище Лав Вагнер получил благодаря своей любвеобильности. В начале своей карьеры форвард привёл девушку прямо на футбольную базу и был пойман с поличным.
- На приглашении Вагнера в ЦСКА настоял тогдашний тренер армейцев Валерий Газзаев. На сайте «красно-синих» наставник признался, что у него остались великолепные воспоминания от работы с бразильцем.
- Леонид Слуцкий рассказал сайту ЦСКА, что нападающий не любил оставаться на базе. Тренер отпускал форварда после теории, а наутро тот делал вид, что никуда не уезжал.
- В марте 2026 года Вагнер отличился в своём последнем официальном матче. Тогда 41-летний бразилец выступал за «Ретро». 26 сентября в 20:00 нападающий сыграет и за команду легенд ЦСКА, и за команду своих друзей.



ЗВЕЗДА НОМЕРА

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

Вагнер Лав в матче, посвящённом 20-летию победы ЦСКА в Кубке УЕФА, забил три мяча / ГРИГОРИЙ СЫСОЕВ / © РИА «НОВОСТИ»