

МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ

Совместный проект Московского метрополитена и газеты «Вечерняя Москва»



СТОЛИЧНЫЕ ЯРМАРКИ ПРОВОДЯТ ДЕГУСТАЦИИ с. 4

18 марта 2026 года
№ 29 (1877)

СРЕДА

Будь бодр!

В столице стартовал весенний сезон проекта «Спортивные выходные». 21 марта пройдут первые забеги. «Вечерка» составила рейтинг активностей, которые можно посетить бесплатно

с. 8



17 марта. Спортсменка Ирина Халявина готовится к забегу на Лужнецкой набережной. Фото: Пелагия Замятина

”



Мэр Москвы
СЕРГЕЙ СОБЯНИН

Крупный образовательный комплекс и детский сад построят в Можайском районе. Комплекс для 1500 учеников и 450 воспитанников выполнят в виде огромной цельной скульптуры, напоминающей конструктор из молекул. В школьном блоке оборудуют универсальные и специализированные учебные кабинеты, сгруппированные по направлениям: естественные науки, гуманитарные дисциплины, творческие мастерские. с. 3

Тенденции

Усы, лапы, хвост и ГОСТ

Росстандарт впервые принял ГОСТ на территории для прогулок, занятий и игр с собаками. Новые правила вступят в силу уже с 1 апреля. Они коснутся размеров, оборудования, освещения и других деталей. «Вечерка» разобралась, какими теперь будут новые собачьи площадки. с. 6

Важный этап пройден

Как идет строительство станции «Достоевская» Кольцевой линии метро с. 2



Градостроительный комплекс Москвы

Ну и ну

ДЕРЕВЦЕ МОЕ, МАЛИНОВОЕ

На маркетплейсах появились продавцы, рекламирующие семена необычных растений с помощью фото, сгенерированных нейросетью, — огурцы со вкусом арбуза, малиновые деревья, красные бананы. «МВ» узнала, почему не стоит верить таким предложениям. с. 12



Shutterstock/FOTODOM

Погода

+9

0

Завтра температура воздуха немного опустится, но осадки не ожидаются. Такая погода сохранится до конца недели.

«Достоевская» в стиле ар-деко

Вчера столичные власти рассказали об особенностях сооружения станции «Достоевская» — 13-й на действующей Кольцевой линии метро.

Пока мы спешим по своим делам, глубоко под землей идет работа, требующая невероятной выдержки и мастерства. Слаженные действия метростроителей превращают горную породу в будущие тоннели и залы. Бригады работают в сложных условиях, совершая ежедневный подвиг для того, чтобы станция смогла распахнуть свои двери для пассажиров. — Строительство станции ведется горным способом — это вызов сложнейшим условиям: плотная застройка центра города и множество инженерных коммуникаций, — пояснили в «Мосметрострое». Как добавили в Градостроительном комплексе сто-

С помощью мини-роботов строители создают обходные тоннели, не закрывая Кольцевую линию



Так выглядит работа по прокладке обходных тоннелей для станции «Достоевская» Кольцевой линии столичного метро

МЫ в соцсетях



В центре под землей много инженерных коммуникаций

лицы, на отдельных отрезках проходчики трудились с помощью мини-роботов, сооружая обходные тоннели. Крупные тоннелепроходческие щиты решили не применять: для их работы пришлось бы перекрывать движение на действующей Кольцевой линии, а от этой идеи заказчики проекта от-

казались сразу. Строители поддерживали состояние подземной стройки не одно десятилетие, занимаясь укреплением грунтов и наблюдением за штольнями. На это время огороженная стройплощадка неподалеку от Театра Российской армии стала привычной частью местного пейзажа.



Скоро стройплощадка превратится в новую станцию

«Достоевская» — станция глубокого заложения, и с проведением работ по ее созданию связан целый ряд сложностей технического и инженерного характера. В первую очередь — соседство с действующей и при-

этом загруженной Кольцевой линией. Еще одно обстоятельство — обилие подземных инженерных коммуникаций, которыми за долгие годы оброс столичный центр.

«Достоевская», к слову, появится на исторической Кольцевой линии между «Проспектом Мира» и «Новослободской». Сама станция не раз меняла свое название: под названием «Площадь Коммуны» она была спроектирована еще в 1950-х. Потом стала «Суворовской», а несколько лет назад сменила название на «Достоевскую».

Кстати, облик ее интерьеров уже известен. Ее дизайн будет выполнен в стиле ар-деко. Пассажиры будут встречать светлые торжественные пространства с узорным каменным полом и рельефным потолком. Стены вдоль путей украсят панно с видами городов, связанных с судьбой писателя Федора Достоевского. Для отделки станции некоторые граниты отечественных месторождений применят впервые в истории метрополитена.

— Светильники изготовят из художественного стекла по индивидуальным эскизам. Вдоль путевых стен появятся панно с панорамами Москвы, Санкт-Петербурга, Твери и Старой Руссы — городов, связанных с жизнью писателя. Их выполнят заслуженные мастера монументального искусства Российской академии художеств, — рассказали в мэрии.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ
vecher@vm.ru

МОСКВА ВЕЧЕРНЯЯ

Совместный проект Московского метрополитена и газеты «Вечерняя Москва»

Учредители ГУП г. Москвы «Московский ордена Ленина и ордена Трудового Красного Знамени метрополитен имени В. И. Ленина», 129110, Москва, пр-т Мира, 41, корп. 2
АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Издатель АО «Редакция газеты «Вечерняя Москва», 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Главный редактор А. В. Шарнауд Шарнауд Генеральный директор Георгий Рудницкий
Шеф-редактор Анна Балюк Редакционный совет Сергей Серков (заместитель главного редактора, шеф-редактор еженедельного выпуска), Алексей Зернаков (заместитель главного редактора, шеф-редактор утреннего выпуска), Юлия Тарапата (заместитель главного редактора, редактор отдела «Московская власть»), Янина Портнова (заместитель главного редактора), Анна Балюк (шеф-редактор газеты «Москва Вечерняя»), Елена Мотренко (заместитель шеф-редактора утреннего выпуска), Александр Костриков (арт-директор), Ольга Кузьмина (обозреватель)

VM.RU

Любая перепечатка без письменного согласия правообладателя запрещена. Иное использование статей возможно только со ссылкой на правообладателя. Приобретение авторских прав: тел. (499) 557-04-24. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений, сообщений информационных агентств и материалов на коммерческой основе. Бесплатно.

Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Департамента средств массовой информации и рекламы города Москвы.
Адрес редакции 127015, Москва, Бумажный пр-д, 14, стр. 2
Тел. (499) 557-04-24, факс (499) 557-04-08. E-mail: vecher@vm.ru
Рекламная служба E-mail: reklama@vm.ru
Тираж 500 000 экз. Отпечатано: АО «Прайм Принт Москва», 141700, Московская обл., г. Долгопрудный, Лихачевский пр-д, 5 в.
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ № ФС77-58565 от 4 июля 2014 года. Срок сдачи номера в печать 17.03.2026, 22:00. Дата выхода в свет 18.03.2026, № 29 (1877).

Средняя аудитория одного номера — 544 900 читателей в возрасте 16 лет и старше (по данным Mediascope, NRS-Москва, 16+, май — октябрь 2025)



Тираж сертифицирован Бюро тиражного аудита — ABC
www.press-abc.ru

ПРОЕКТ

Любимые книги стали ближе

■ Проект «Книги в метро» заработал на пяти автовокзалах столицы. Об этом вчера сообщил заммэра Москвы во вопросам транспорта и промышленности Максим Ликсутов.

Выбрать книгу на свой вкус и почитать ее бесплатно можно на автовокзалах «Южные Ворота», «Северные Ворота», «Саларьево», «Центральный» и «Красногвардейский».

— С 2023 года сервисом «Книги в метро» воспользовались уже более 105 тысяч раз. Проект действует на всех стойках «Живое общение», на станции метро «Расказовка», а с этого года еще и на всех столичных автовокзалах, — рассказал заммэра.

Чтобы получить бесплатный доступ к книгам, пользователю с помощью мобильного устройства необходимо отсканировать QR-код — он поможет скачать и установить приложение «Свет», где доступна коллекция из более чем 250 произведений разных авторов. Вот так легко и просто!

МАРЬЯНА ШЕВЦОВА
vecher@vm.ru



31 августа 2023 года. Пассажирка метро Наталья Васильева выбирает книгу на станции «Расказовка»

Вчера мэр Москвы Сергей Собянин (на фото внизу) рассказал о строительстве образовательного комплекса и детского сада в Можайском районе.



За последние 15 лет в Можайском районе столицы построили полтора десятка социальных объектов. В коллекцию уникальных объектов теперь войдет и современный образовательный комплекс для 1500 школьников и 450 дошколят. Здание выполнят в виде огромной цельной скульптуры, напоминающей конструктор из молекул.

— В школьном блоке оборудуют универсальные и специализированные учебные кабинеты, сгруппированные по направлениям: естественные науки, гуманитарные дисциплины, творческие мастерские, — рассказал подробности Сергей Собянин. — Там будет многосветный амфитеатр с панорамным видом на территорию комплекса. На каждом этаже здания его объединят с просторными рекреациями. Для индивидуальной и групповой работы предусмотрена медиатека.

Власти и строители уверены: предстоит создать оригинальные пространства, в которых детям точно захочется учиться и развиваться, заниматься творчеством и дополнительным образованием.

— Неподалеку построят еще один детский сад на 300 мест — его архитектура через игру объемов и цвета будет напоминать книжную полку, — сообщил главный архитектор столицы Сергей Кузнецов.

По его словам, территорию вокруг зданий благоустроят: появятся спортивные и игровые площадки, прогулочные маршруты и зеленые зоны.

Главная «фишка» — так называемое гибкое зонирование. Подобные зоны внутри помещений могут легко трансформироваться, объединяться или разделяться в зависимости от текущих задач, возраста детей, их интересов и видов деятельности. Главная идея гибко-



Проект будущего крупного образовательного комплекса в Можайском районе

Здание выполнят в виде огромной цельной скульптуры, напоминающей конструктор из молекул

Собрали школу из молекул

В Можайском районе появится образовательный комплекс оригинальной формы

Рядом с учебным корпусом будет построен детский сад



Учреждение будет рассчитано на 1500 учеников



Детский сад будет напоминать книжную полку благодаря игре объемов и цвета



го зонирования — создать динамичную и адаптивную среду, которая поддерживает разнообразие детских игр, исследований и обучения.

Открытие комплекса запланировано на 2029 год, а детского сада — на 2028-й.

Примечательно, что партнерами школы станут Московский государственный

мест для воспитания и обучения своих детей станет еще разнообразием с появлением новых комплексов. — Все объекты будут находиться на территории еще формирующихся жилых комплексов. После завершения строительства их передадут городу, — заявили в московской мэрии.

Кварталы, в которых появятся детский сад и образовательный комплекс, строятся сейчас девелопером. Дома бизнес-

университет им. Ломоносова, НИУ «Высшая школа экономики», Медицинский университет им. И. М. Сеченова, Медицинский университет им. Н. И. Пирогова. Вузы-партнеры организуют дополнительные занятия для учеников и готовят программы профориентации. Современная постройка станет частью школы № 1329. В самом учреждении реализуются несколько самых актуальных образовательных профилей: гуманитарный, технологический, естественнонаучный, социально-экономический и универсальный. Для жителей Можайского района выбор

класса расположатся в пяти минутах езды от Кутузовского проспекта и шаговой доступности от природного заказника «Долина реки Сетунь». Концепция проектов разработана по принципу «город в городе» — с полноценной внутренней инфраструктурой, обширным озеленением, фитнес-центром, медцентром и продуманными общественными пространствами. Есть и еще один важный аспект для развития Можайского района — в будущем здесь продлят Филевскую линию метро — до Сколково.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ
vecher@vm.ru

4 Мой район

«Вечерка» по просьбе читателей возобновляет рубрику «Мой район». Ежедневно мы получаем множество писем от москвичей, желающих узнать больше о событиях, происходящих по соседству. Наши корреспонденты делятся новостями из разных уголков столицы

Открываем календарь и отмечаем даты дегустаций на московских ярмарках. Целую неделю можно попробовать кофе, лимонады, сыры и даже хамон из полярной утки.

В марте на московских межрегиональных ярмарках пройдут дегустации. Одной из самых необычных станет приготовление кофе на песке 21 марта в сквере у Гольяновского пруда. С 11 до 12 часов посетители смогут увидеть сам процесс варки и попробовать несколько

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



АЛЕКСАНДР ДЯЧУК
Поставщик экологически чистой продукции, участник московских ярмарок

Дегустации помогают привлечь посетителей на межрегиональные ярмарки, познакомиться их с необычной продукцией, которую редко встретишь в крупных сетевых магазинах и уж тем более не найти на полках небольших заведений. Для фермеров и участников ярмарок дегустации — это хороший шанс найти новых покупателей.

24 января.
Бариста Мария Стрельцова. Фото: Василиса Чернявская

Пробуем хамон на ярмарке

вариантов напитка — от классического до кофе со специями.

— Варка кофе в турке — это целый ритуал. Мы будем готовить несколько вариантов и одновременно рассказывать о способах приготовления: покажем классический вариант, сделаем кофе со специями — например, с перцем или кардамоном, — рассказала владелица кафе на ярмарке в сквере у Гольяновского пруда Галина Радаева.

Кофейные дегустации в марте запланированы и на других ярмарочных площадках: например, 21 марта кофе можно будет также бесплатно попробовать с 14 до 16 часов на ярмарке по адресу: улица Свободы, владение 57.



3 июня 2025 года. Сыровар Александр Волков показывает товар на ярмарке на Тверской площади. Фото: Александр Кочубей

Попробовать сыры, филе сельди и тамбовский окорок можно будет до 22 марта на межрегиональной ярмарке на Авиационной улице. Нарезки разных сортов продукции будут представлять ежедневно — заглянуть на дегустацию можно с полудня до 15 часов. Сыры можно будет продегустиро-

вать сразу на нескольких ярмарках.

Например, дегустации запланированы на площадках по следующим адресам: Сумской проезд, владение 26, и Электролитный проезд, владение 16А. На ярмарке в Сумском проезде дегустация сыров пройдет 21 марта с полудня и до закрытия ярмарки. На площадке в Электролитном проезде дегустация запланирована 20 марта с 15 до 20 часов — здесь посетителям предложат попробовать не только различные виды сыра, но и разнообразные и необычные мясные деликатесы, включая паштеты и риеты.

— Любителям мясной гастрономии стоит обратить внимание на ярмарку по адресу: Профсоюзная улица, владение 41. Здесь 19, 20 и 21 марта с 12 до 18 часов можно будет попробовать хамон из полярной утки, карпаччо из оленины, мясные снеки, риеты, колбасы и сыры, — анонсировали в ГБУ «Московские ярмарки».

Кроме того, по указанным дням с открытия и до закрытия площадки дегустацию мясной гастрономии будет проводить и другой участник московских ярмарок.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ
vecher@vm.ru

Продавцы угостят кофе, лимонадом, риемом и сыром

ОБЩЕСТВО

Психолог даст совет

■ 19 марта в Московском государственном психолого-педагогическом университете пройдет публичная лекция «Роль отца и матери в воспитании детей и подростков в современном мире».



Участники изучат и сравнят вклад матери и отца в процесс психологического становления молодежи, обсудят другие важные вопросы воспитания. Спикером выступит профессор кафедры «Возрастная психология имени профессора Л. Ф. Обу-

14 марта. Слева направо: Александр, Агния и Татьяна Сидоришны. Фото: Анатолий Цымбалюк

хой» Наталия Авдеева. Занятие начнется в 12:00.

ГЕОРГАБАРАЕВ
vecher@vm.ru

ЭКОНОМИКА

Создаем уют в холоде

■ 19 марта в Третьяковской галерее состоится обсуждение «Архитектура Арктики: вчера, сегодня, завтра».

Темами дискуссии станут: опыт и традиции создания

построек в Арктике, строительство комфортных зданий в условиях вечной мерзлоты и долгой зимы; выступят сотрудник кафедры «Архитектура экстремальных сред» Московского архитектурного института Сергей Галеев и представитель Государственного научно-исследовательского музея архитектуры имени Алексея Щусева Ксения Кокорина.

АНДРЕЙ ЮДИН
vecher@vm.ru



Алексей Зайцев. Северная деревня. 1972

ГЛАВНАЯ ТЕМА

Сыграли для бойцов

■ Ведущие артисты Центрального академического театра Российской армии Алина Трусевич и Андрей Кочинев вернулись из зоны спецоперации на Украине.

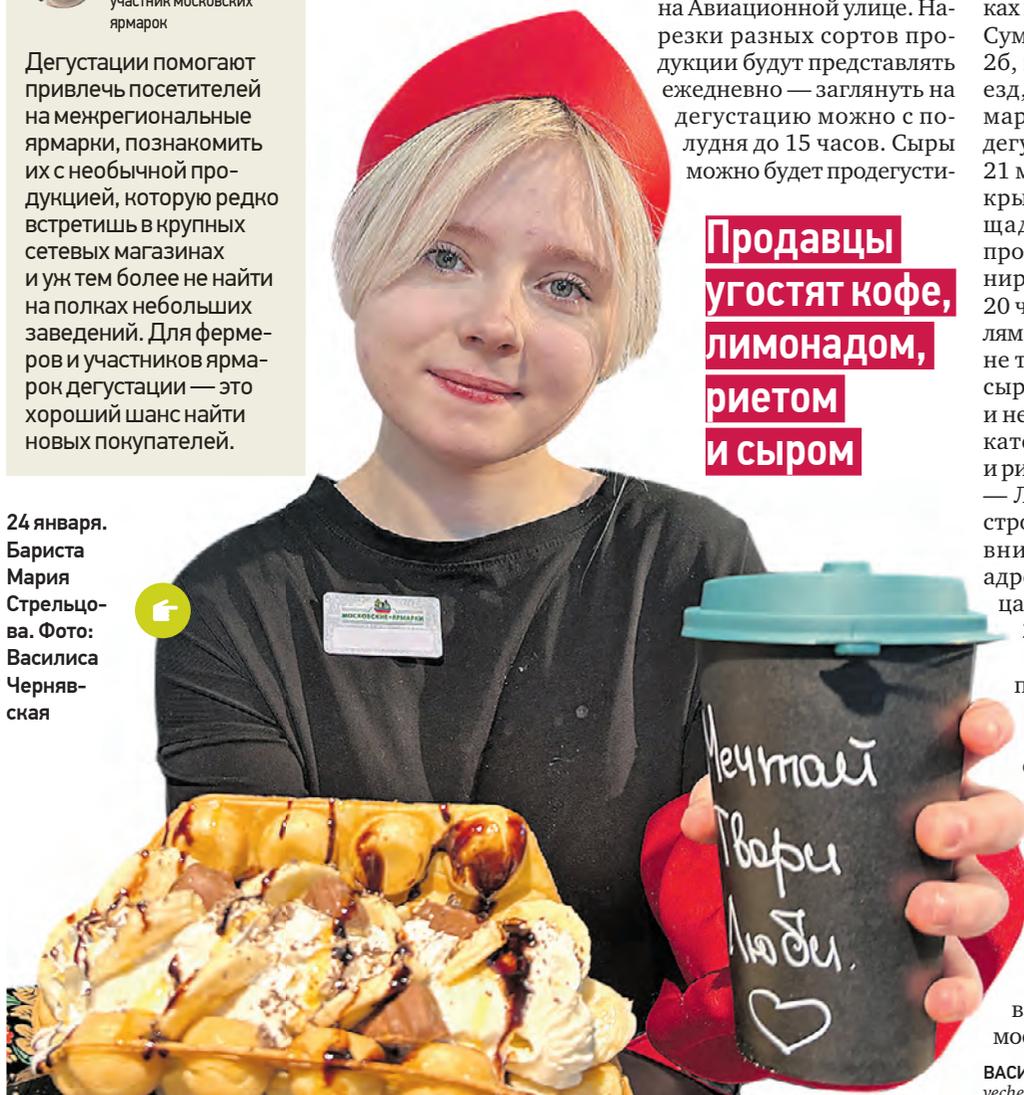


Актриса Алина Трусевич была рада поддержать бойцов на передовой

В течение нескольких дней артисты давали концерты для военнослужащих. Алина Трусевич поехала на фронт впервые. «Я впервые «за лентой», и для меня это как первый раз получить удар током — это настолько мощно, что страшно», — написала девушка в своем дневнике. Артистка отметила колос-

сальную силу духа защитников. По ее словам, главная задача наших артистов сейчас — поддерживать тех, кто каждый день рискует своей жизнью ради Родины.

АЛЕНА ДРЯЗГИНА
vecher@vm.ru



Аналитики считают, что в столице возник дефицит автомобильных моек из-за большого потока машин. «Вечерка» пообщалась с опытными водителями и узнала, действительно ли это так.

По информации аналитиков, в Москве работает около шести тысяч различных моек. При этом только легковых машин в городе примерно четыре миллиона. Из-за этой большой разницы нагрузка на станции помывки оказывается довольно большой. Кроме того, по мнению экспертов, сложности возникают из-за перебоев роботизированных моек. Водитель с опытом больше 30 лет Денис Добрынин поделился с «МВ» своим мнением, основанным на практике.

— Я вожу две машины: грузовую и универсал. Я с уверенностью могу сказать, что для грузовых моек катастрофически не хватает. Потому что они высокие и большие, и, соответственно, там другая специфика. Грузовые автомобили сложно помыть, на это нужно время. И бывают очереди, которые растягиваются надолго. И организации моют свои машины, и частники. Я иногда по пять-шесть часов стою в очереди. Конечно, хотелось бы, чтобы их было больше. А вот с обычными автомобилями я такой проблемы не замечал. Появляется много «самоомоек», — рассказывает Денис Добрынин. Мойки самообслуживания, по словам опытного водителя, составляют отличную конкуренцию классическим. Работают они так:



4
миллиона легковушек зарегистрировано в Москве на начало 2026 года по данным частных аналитиков.

машина заезжает под навес, где стоит специальный автомат, принимающий карты или наличку. Нажимаешь кнопку, начинает литься вода, которой ополаскиваешь машину, потом берешь другой шланг с пеной. После того как намылел машину, пена смывается водой.

— Стоимость зависит от времени, которое ты тратишь на помывку, но можно приспособиться так, что обойдется это в 200–300 рублей. Но это если не считать дополнительные услуги. Обычная мойка стоит около полутора тысяч рублей, — отмечает Денис Добрынин.

200 рублей, и авто сверкает

Где разрешено мыть машину и правда ли таких мест недостаточно

К слову, «самоомоек» для грузовых автомобилей тоже мало, потому что там помещение и оборудование должны быть другими.

Грязная вода не должна попадать в сливы, на дорогу

По мнению опытного водителя и лучшего водителя такси среди женщин за

2021 год Татьяны Рединой, проблема с мойками в городе довольно актуальна.

— Судя по очередям на мойках, видимо, их действительно стало мало. Я на мойках в последнее время провожу от сорока минут до полутора часов.

Это изрядно изматывает. Многие начали переходить на мойки самообслужива-

ния, потому что стало теплее и это дешевле, но машин меньше все равно не стало, — считает Татьяна Редина.

А проблема возникла в большинстве своем из-за того, что помыть свою «ласточку» вы можете далеко не везде. В Москве во дворе многоквартирного дома это запрещено по санитарным правилам. Еще нельзя мыть машину на улицах, спортив-

ных, детских, собачьих площадках, набережных, в парках и скверах. Это связано с тем, что химикаты, используемые в процессе, наносят вред экологии (грязная вода и химия попадают на газоны, тротуары, клумбы и так далее). Также средства для мытья могут нанести вред животным и потенциально людям. Конечно, есть свои оговорки. Если действие совершается без агрессивных средств и большого количества воды, то помыть машину все же можно. Не запрещено и промывать фары, зеркала, стекла и другие точечные места. Рядом с частным домом мыть машину тоже можно, но только если он не находится рядом с водоемами. Грязная вода не должна попадать в сливы, на дорогу и, конечно, на газон соседей, если не хотите портить с ними отношения.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



ДМИТРИЙ СЛАВНОВ
Автоюрист, автоэксперт

Как подсчитать, хватает ли водителям моек? Мне кажется, это зависит от района, потому что у меня и моих коллег, например, такой проблемы нет. У нас их достаточно количество. Другое дело, что мойки самообслуживания действительно постепенно заменяют обычные. Особенно это заметно в летний сезон, когда замерзнуть уже никто не боится.



17 марта. Сотрудник автомойки Наргиз Сабуров в работе использует респиратор. Фото: Дмитрий Дубинский

А КАК ОТКРЫТЬ СОБСТВЕННЫЙ БИЗНЕС?

Многим знакомо чувство, когда в голову неожиданно приходит гениальная бизнес-идея. Например, открыть свою автомойку. Тем более когда под руку удачно попал свежий номер «МВ», где рассказывается о повышенном спросе. Переменчивость погоды в российском регионе делает этот проект достаточно прибыльным. Что же нужно, чтобы открыть свою станцию мойки?

Для начала стоит определиться, какую именно автомойку вы хотите открыть: самообслуживания, автоматическую щеточную, автоматическую бесконтактную, для грузовых или классическую. Далее нужно составить бизнес-план: оценить востребованность в конкретном районе, составить портрет потенциальной аудитории (через статистические данные автовладельцев, которые

можно получить по запросу в Росстате) и оценить рентабельность проекта. Нужно подумать, чем ваш моечный комплекс будет отличаться от конкурентов. После этого важно определиться с формой собственности: ИП или ООО (в первом случае вы сможете обслуживать только физических лиц, а во втором еще и юридических). Затем нужно заняться сбором документов, а именно

пройти госрегистрацию, так как это хозяйственный субъект. Необходимо ответственно подойти и к выбору места. Лучше всего располагать свой комплекс недалеко от жилых домов в крупных районах, торговых и бизнес-центров. Желательно, чтобы рядом была автостоянка, где водители смогут

ждать свою очередь. Если ваша целевая аудитория — дальнобойщики, логично будет открыть автомойку на трассе. В стандартный набор такого

бизнеса обычно входят: мойка с давлением, машина для мытья напольного покрытия, паро- и пеногенераторы, оборудование для чистки салона и система с обратным водоснабжением.

Удачным решением будет открыть мойку рядом с ЖК



Материалы к рубрике «За рулем» подготовила АНАСТАСИЯ ДИДЕНКО vecher@vm.ru

ПРАВО

Тяжело работать с вирусами



Если вы заболели — правильно брать больничный и оставаться дома, а не идти на работу и заражать коллег

■ В СМИ прошла информация о том, что работники в России могут через суд добиться компенсации от коллег, если он заразил их во время трудовой деятельности. «Вечерка» разбирается в вопросе.

Старший преподаватель кафедры трудового права и права социального обеспечения имени К. Н. Гусова Московского государственного юридического университета имени О. Е. Кутафина (МГЮА) Анастасия Колодяжная уточнила свою позицию: пострадавшие от действий или бездействия заболевшего коллеги имеют право подать в суд гражданский иск для компенсации расходов на лечение и медикаменты, а также утраченного заработка за период болезни и морального вреда. «Вечерка» обратилась за разъяснениями. Адвокат, юрист частной практики Дмитрий Левин пояснил: «Неважно, какой предъявляется иск, в первую очередь в фокусе внимания будет именно доказательственная база».

— Именно доказательственная база определяет, собственно, саму суть предъявленного иска и должна

подтверждать те обстоятельства, на которые ссылается истец. Так сказано в законе, в статье 56 Гражданского процессуального кодекса, — отметил Дмитрий Левин. По его словам, учитывая особенности спора, ограничиться предъявлением больничного листа не получится. Собственно, как и чеков, подтверждающих приобретение медикаментов для лечения возникшего заболевания.

— Необходимо доказать причинно-следственную связь, что это именно от конкретного коллеги вы заразились, — продолжил адвокат. — Среди таких доказательств могут быть подтвержденные факты обращения за медицинской помощью, в том числе амбулаторной.

В свою очередь, управляющий партнер юридической компании Николай Скворцов подчеркнул сложность доказательства факта заражения конкретным вирусом или другим заболеванием от определенного коллеги.

— Упущенная выгода для предпринимателей или сотрудников, потраченные средства на медикаменты и лечение — в случае официально оформленного больничного такие документы понятны и могут быть предоставлены в суде, — сказал Николай Скворцов. — А вот определить ответчика труднее. В этой части могут возникнуть самые главные затруднения: нужно доказать, что именно этот коллега стал источником распространения злосчастного вируса.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ
vecher@vm.ru



СПРАВКА

Самое ключевое в этом случае — установить причинно-следственную связь между заражением от коллеги и негативными последствиями для истца.

Главные требования



Бобик, к тебе ГОСТ

Все о новых правилах для собачьих площадок

На этой неделе Росстандарт впервые принял ГОСТ на территории для прогулок, занятий и игр с собаками. «Вечерка» разобралась, какой теперь будут новые собачьи площадки.

По сообщению ведомства, стандарты решили принять из-за бурного роста числа домашних животных.

— По различным оценкам, их насчитывается от 17 до 22 миллионов. До настоящего времени в стране не существовало единых, научно обоснованных правил организации территорий для выгула, игр и тренировок собак, — сообщили в пресс-службе Росстандарта. Новый ГОСТ устанавливает принципы по размещению, проектированию и содержанию всей инфраструктуры для владельцев собак и их питомцев, а именно игровых, дрессировочных,



На 10 тысяч человек надо сделать одну зону для питомцев

гигиенических и прогулочных зон. Как указано в документе, необходимо обустроить не менее одной дрессировочной площадки в городах с численностью жителей от 10 до 100 тысяч. Количество

игровых площадок определяется из расчета одна игровая площадка на 10 тысяч жителей. Документ станет ориентиром для застройщиков, управляющих компаний и администраций, что в пер-

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ВЕРОНИКА ПЕТРОВА
Проектировщик, ландшафтный дизайнер

Новый ГОСТ сильно упростит работу. Теперь понятно, как правильно проектировать площадку для дрессировки. Раньше много времени уходило на то, чтобы придумать удобное пространство и для собак, и для их владельцев. А теперь просто можно сверяться с новыми нормами и быть уверенным, что получится хорошо.

6 июня 2025 года.
Жительница Царицыно Людмила Назарова выгуливает пса Степу.
Фото: Анатолий Цымбалюк

спективе позволит повысить качество жизни в городах для всех их обитателей, в том числе и для четвероногих. Новые правила вступят в силу уже с 1 апреля.

ГРИГОРИЙ САХАДЖИ
vecher@vm.ru

Весной обостряются хронические заболевания. Но это никак не влияет на активность москвичей. Они без дела не сидят. А тут и дачный сезон начинается. Как контролировать свое здоровье с помощью гаджетов и чем может помочь домашняя физиотерапия, узнала «Вечерка».

Лечебный массаж, геотермальные источники, грязевые ванны применялись в медицине с древнейших времен. Влияние природных и искусственных физических факторов на человеческий организм всегда использовалось врачами. В нашей стране физиотерапии придавалось большое значение. Работали научные институты, строились лечебницы, в которых наравне с лекарственными препаратами широко применялась физиотерапия. Физиотерапия представляла собой важную область медицины с богатой научной базой и эффективной практикой. С помощью массажа, плавания, иглоукалывания и других методов специалисты помогали больным восстановить функции опорно-двигательного аппарата после полученных травм, аварий и инсультов. На юге страны функционировали грязевые лечебницы, специализирующиеся на кожных заболеваниях, а минеральные источники активно

Второе дыхание

Цифровые гаджеты могут помочь улучшить качество жизни



Умные часы показывают давление, пульс, а некоторые модели — даже уровень сахара в крови

использовали для лечения желудочно-кишечных и печеночных заболеваний. Сегодня картина иная. Несмотря на это, врач-терапевт Элиза Манкиева считает,

что у физиотерапии большое будущее. Она сейчас развивается, используя новые цифровые технологии, оборудование, препараты и даже гаджеты.

По словам Манкиевой, физиотерапия вобрала в себя лучшее из биологии и физики. Все физиотерапевтические процедуры проводятся для улучшения общего со-

стояния пациента. Они могут помочь снять боль и отек конечностей, вернуть подвижность суставов, пройти реабилитацию после перенесенных операций, а также купировать заболевания на начальных этапах. И это не все возможности физиотерапии.

— Высокий уровень нашей медицины признавали везде. Многие мои пациенты в возрасте до сих пор вспоминают кислородные коктейли, озонотерапию, электрофорез, — рассказывает Элиза Манкиева. — После лечения в стационаре многим рекомендовали пройти физиотерапию. И больные охотно этим пользовались. Как правило, нужно было пройти 10 процедур. Это электрофорез, при котором на больные места воздействовали высокочастотным током, и магнитотерапия — использование низкочастотного магнитного поля для лечения.

Физиотерапия набирает силы благодаря новым технологиям

По словам эксперта, в последнее время появилась более доступная физиотерапия, скажем, домашняя, бытовая. Есть приборы, цифровые гаджеты, созданные для применения вне стен больничных кабинетов. Они не такие мощные, как профессиональная медтехника, но могут помочь контролировать и поддерживать здоровье. Домашних гаджетов для проведения тех или иных физиотерапевтических процедур и мониторинга

СПРАВКА

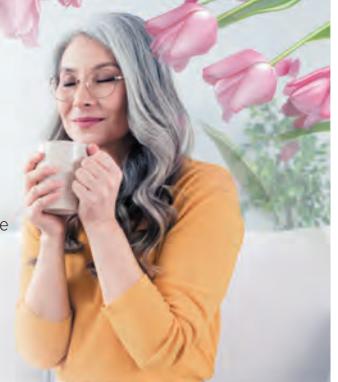
Физиотерапия начала формироваться в XX веке. Первый Международный конгресс физиотерапевтов состоялся в 1905 году во Франции. Позже физиотерапия превратилась в высокоразвитую специализированную отрасль здравоохранения, различные методы которой используются до сих пор.

состояния здоровья очень много. Есть гаджеты для магнитотерапии и электростимуляции, есть умные часы, фитнес-браслеты, портативные датчики для контроля сердечного ритма и даже электронные пластины с датчиками. Например, обычные с виду умные часы, по словам разработчиков, следят за 20 параметрами здоровья: измеряют калории, температуру, давление, пульс, сердечный ритм и даже уровень сахара в крови. — Современные методы физиотерапии позволяют лечить болезни с минимальными побочными явлениями и низким риском осложнений, — говорит эксперт. Однако использовать гаджеты нужно только после консультации с доктором как вспомогательные средства в борьбе с болезнями, отметил врач.

МИХАИЛ ПЕТРОВ
vecher@vm.ru

Prodex | ВЕСЕННИЙ ОБВАЛ ЦЕН

ПРИГЛАШАЕМ В МАГАЗИН ЗА ВЕСЕННИМИ СКИДКАМИ И СУПЕР ЦЕНАМИ НА ТОВАРЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ!

<p>ВИЖН</p>  <ul style="list-style-type: none"> Профилактика головной боли Может помочь решить проблему с бессонницей Профилактика стресса 	<p>ПРОСТАМАГ</p>  <p>ПРИМЕНЯЕТСЯ ПРИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Простатите Проблемах с потенцией При нарушениях фертильности 	<p>АВРОРА</p>  <p>ПРИМЕНЯЕТСЯ ПРИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Артрозе и остеохондрозе Воспалениях, отеков, боли Косметологических проблемах 	<p>ГЛАЗНИК</p>  <p>ПРИМЕНЯЕТСЯ ПРИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Катаракте и глаукоме Усталости глаз Нарушениях зрения 
---	---	--	--

УДОБНОЕ РАСПОЛОЖЕНИЕ. РАБОТАЕМ ПО АДРЕСАМ:

м. «Пионерская», ул. Малая Филёвская, д. 18 | м. «Варшавская», ул. Артековская, д. 1А

м. «Лермонтовский проспект», Лермонтовский просп., д. 8, корп. 1

(ВХОД СО СТОРОНЫ МЕД. АНАЛИЗОВ КДЛ)

СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ: ВЕСНА

СПРАВКИ ПО ТЕЛЕФОНУ: 8 (499) 110-43-58

Бесплатный тест-драйв аппаратов!

Персональные консультации специалиста в подарок!

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 18.03.2026 г. до 18.04.2026 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама 18+.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

В этом сезоне москвичам скучать не придется — в разных уголках столицы будут проходить спортивные и культурные события, а городские ярмарки порадуют новым ассортиментом и насыщенной развлекательной программой. В новой рубрике «Весна в Москве» мы будем составлять рейтинги площадок, которые обязательно стоит посетить в это время года!



ТОП ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

- **Карате.** Занятия карате важны для школьников не только как вид спорта, но и как средство развития физических и психологических качеств, а также формирования дисциплины и социализации. Занятия помогают укрепить мышцы, суставы и связки. Каждое занятие включает разминку, растяжку, элементы общефизической подготовки.
- **Самбо.** Занятия самбо важны для школьников благодаря своему влиянию на физическое развитие, формирование характера и здоровье, а также на развитие навыков через участие в соревнованиях. Регулярные тренировки, включающие бег, прыжки

и интенсивные упражнения на выносливость, формируют высокий уровень аэробной и анаэробной подготовки, что улучшает работу сердечно-сосудистой и дыхательных систем.

■ **Тхэквондо.** Эта дисциплина способствует физическому развитию, формированию личностных качеств и социализации. Тхэквондо — корейское боевое искусство, в котором основная техника строится на рывках: около 70 процентов ударов выполняются ногами, что развивает силу. На фото слева: боевое искусство осваивает Артем Доронин, на заднем плане — тренер Елизавета Должикова. Фото: Анатолий Цымбалюк.

Твои жаркие выходные

В столице стартовал весенний сезон «Спортивных выходных». Проект включает почти два десятка различных дисциплин, бесплатных для горожан. Подробнее о программе «Вечерке» рассказала куратор тренерского состава проекта «Спортивные выходные» Вилена Котельникова (на фото справа).



тренировки по растяжке, силовой йоге, барре и пилатесу, которые проходят в специально оборудованных залах с высоким уровнем влажности и температурой воздуха около +35 градусов. К новому сезону мы подошли с полной готовностью и большим вдохновением. Команда тщательно продумала программу и уже ждет встречи со всеми участниками. Наши профессиональные тренеры постоянно совершенствуют свои навыки, чтобы обеспечивать высокий уровень тренировочного процесса. Приглашаю всех на занятия весеннего цикла — он продлится до конца мая.

Занятия пройдут на Северном и Южном речных вокзалах, Центральном рынке, в технопарке «Сколково», Культурном центре «Строгино», Центральном детском магазине, торгово-развлекательных центрах «Европейский», «Ривьера» и «Щелковский», возле станций метро «Парк культуры», «Проспект Мира», «Чистые пруды» и «Тульская». В этом году в проект включили две новые площадки: фудмолл «Депо.Москва» и торгово-развлекательный центр «Мозаика».

Жители города смогут регулярно посещать занятия по йоге, растяжке, фитболу, джампингу, инсайд флоу, танцам, высокоинтенсивному интервальному тренингу, а также функциональные тренировки. Кроме того, в программу включены TRX, зумба-тонинг, фитнес-бокс, а также горячие



ПЕТЕЛЬКА К ПЕТЕЛЬКЕ

На «Спортивных выходных» можно выбрать TRX (Total Body Resistance Exercise). Это система тренировок с использованием подвесных петель. В переводе означает «упражнения на общее сопротивление тела». Главная фишка — в грамотном распределении нагрузки. Сопротивление создает собственный вес тела занимающегося. Уровень нагрузки регулируется изменением угла наклона тела или длины ремней: чем ниже угол, тем сложнее упражнение.

Топ главных забегов

Московский полумарафон

Воробьевы горы

Старт на ул. Косыгина у Университетской площади МГУ 25–26 апреля

Первая эстафета по Садовому кольцу состоялась 2 мая 1922 года, но через два года в ее истории наступил двухлетний перерыв.

В 1927 году молодой журналист Герман Колодный убедил главного редактора «Вечерки» Дмитрия Антошкина в необходимости возрождения городской эстафеты. На свои деньги Герман приобрел в антикварном магазине серебряный ларец с инкрустацией, ставший на многие годы главным переходящим трофеем для победителей эстафеты на приз

«Вечерней Москвы». В мае 2025 года состоялась возрождение легендарного старта. Мы возобновили традицию и впервые провели эстафету по Садовому кольцу после длительного перерыва. Организаторами выступили столичные власти и Беговое сообщество. Пробежать предстоит 15 километров.

«Русские версты»

Говорово

Мещерский парк 22 марта

Уникальность этого забега в том, что дистанции будут замерены в верстах. Это старинная русская мера длины, и 1 верста равна 1067 метров.



«Фонарики желаний»

Борисово

Братеевский наскандный парк, вдоль реки Москвы 25 апреля

Вечерний камерный парковый забег по прекрасному, весеннему, хорошо освещенному парку. Перед забегом будет процедура массового запуска фонариков на воду Москвы-реки. И каждый, запуская

На фото справа: в таком забеге участвует московская спортсменка Юлия Селезнева.



свой фонарик, см в этот момент забое свое желание

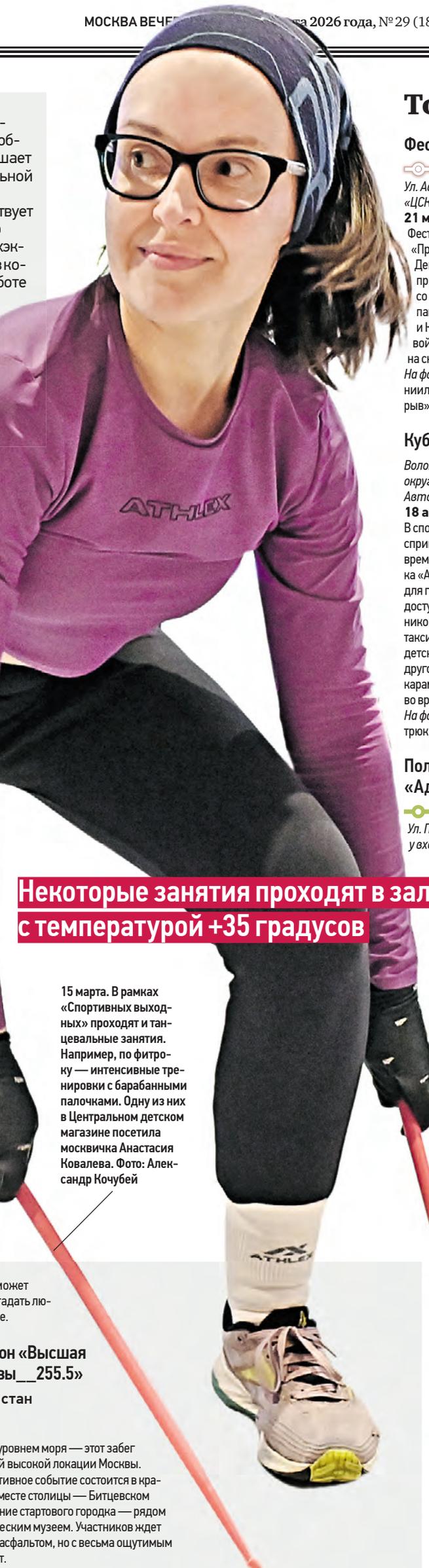
Полумарафон точка Москва

Теплый

Санаторная ал.

24 мая

255,5 метра над уровнем моря пройдет на самом необычном спортивном, зеленом маршруте в лесу. Расположен маршрут с Палеонтологической трассы с ровным перепадом высот



Топ для экстремалов

Фестиваль «Прорыв»

ЗИЛ

Ул. Автозаводская, 23а
«ЦСКА Арена»

21 марта

Фестиваль экстремальных видов спорта «Прорыв» организован при поддержке Департамента спорта города. В шоу примут участие ведущие экстремалы со всех концов света: из России, Испании, Австралии, Японии, Бельгии и Коста-Рики. В программу «Прорыва» войдет мотокросс (FMX), фристайл на снегоходах, дрифт и многое другое. На фото внизу: 30 марта 2024 года. Даниил Мясников (FMX) на фестивале «Прорыв»-2024. Фото: Александр Кочубей.

Кубок GT. Гран-при Москвы

Волоколамский административный округ, дер. Шелудьково, 39, Автодром Moscow Raceway

18 апреля

В спортивной программе две массовые спринтерские гонки и заезды на лучшее время прохождения круга гоночного трека «Атана на время / Time Attack». Также для гостей может быть организован доступ в технический парк участников (паддок), дрифт, гоночные такси, экскурсии в боксы команд, детский автослалом и многое другое. Познакомиться с суперкарами еще ближе можно будет во время прогулки по пит-лейн. На фото: Даниил Мясников делает трюк на своем байке.

Полумарафон «Адские горки»

Братиславская

Ул. Поречная, 10,
у входа в парк за ТРЦ «Мари»

11 мая

На дистанции встречаются участки с большим набором высоты, вам придется преодолеть весьма крутые подъемы и спуски. При этом 90 процентов

трассы на этом забеге проходит по мягкому резиновому легкоатлетическому покрытию, как на стадионе, что, безусловно, поможет вашим ногам в забеге, остальные 10 процентов трассы — это асфальт. Участники дистанции 3 километра почти не столкнутся с большими перепадами высот, но дистанции от 5 километров и выше позволят вам в полной мере насладиться ими.

Гонки на выносливость REC. Гран-при Авто@Mail.ru

Волоколамский административный округ, дер. Шелудьково, 39, Автодром Moscow Raceway

30 мая

Российская серия гонок на выносливость — чемпионат, состоящий из пяти этапов, который проходит на лучших автодромах страны, где испытанию на выносливость подвергаются как пилоты, так и гоночная техника.



Топ детских активностей

«Кубок Премиум Чесс — 2026» по быстрым шахматам «Дебют»

Тверская

Вознесенский пер., 5, фитнес-центр «Звезды Арбата», гостиница «Арт-корт Москва Центр»

21–22 марта

Дети и подростки от 15 до 17 лет соревнуются в быстрых шахматах. По правилам этой разновидности шахмат время на обдумывание хода строго ограничено. На фото сверху: 25 мая 2025 года. Финальный отборочный тур среди детей для участия в Международном турнире по быстрым шахматам.

Катания на коньках

Крылатское

Ул. Крылатская, 16, Дворец «Крылатское»

до 29 марта

Массовые катания проходят по выходным и праздничным дням. Сеанс занимает 120 минут и проходит 2–3 раза

в день. Здесь есть все, чтобы получить удовольствие от катания на коньках.

«Мама, я бегу!»

Коптево

Ул. Михалковская, 38, Усадьба Михалково

1 мая

Принять участие в детском забеге смогут даже малыши от двух лет, преодолев символические 300 метров. Для 16-летних подростков трасса будет длиннее — 7 километров. Детям вручат сладкие призы и награды.

Открытый турнир по дартсу «Кубок героев»

Курская

Покровский бул., 12, стр. 1, Культурно-спортивный центр ЦСК Героев

15–16 мая

На состязаниях в меткости выступят дети — ученики начальных классов столичных школ в возрасте от 7 до 10 лет.

Виктор Хабаров, Рамиль Ситдинов/РИА Новости

Некоторые занятия проходят в залах с температурой +35 градусов

15 марта. В рамках «Спортивных выходных» проходят и танцевальные занятия. Например, по фитроку — интенсивные тренировки с барабанными палочками. Одну из них в Центральном детском магазине посетила москвичка Анастасия Ковалева. Фото: Александр Кочубей

ВЫБИРАЕМ ЭКИПИРОВКУ

Барре

Тренировки обычно проводятся у балетного станка (или рядом). Одежда должна быть облегающей, чтобы было удобно сочетать приседания с растяжкой

Инсайд флоу

Inside Flow («внутренний поток») — направление йоги, объединяющее асаны, танец и музыку. Для этих занятий одежду лучше брать из тянущихся тканей. Футболки лучше хлопковые. Занятия на ковриках, босиком

Фитрок

Функционально-танцевальная тренировка с использованием барабанных палочек. Стоит подобрать топы, футболки, лосины, шорты и легкие кроссовки

Джампинг

Эти занятия проходят на батутах, когда под руководством тренера ученики повторяют ритмичные движения. Оптимальный вариант — облегающие лосины или облегающие спортивные брюки. Футболки из дышащих тканей, которые хорошо отводят влагу



Основатель и лидер старейшего в России мотоклуба «Ночные волки» Александр Залдастанов вместе со своим братством принял участие в чемпионате России по мотогонкам на льду, показав в Красногорске трюковые эпизоды Волчьей Сказки, которую они презентовали детям на ледовом покрытии стадиона «Зоркий». «Вечерка» поговорила со знаменитым байкером.

Александр, стадион «Зоркий» входит в число лучших в мировом спидвее. Каково было там выступать?

«Рожденные ездить, летать умеют!» И в этом вы убедились, посмотрев нашу программу, в которой мы хотели подчеркнуть еще и небесные смыслы мотоцикла. Мотогонки на льду должны стать творцом нового русского спорта, и пусть ледовая дорога ведет нас на Чудское озеро, где воины Александра Невского разбили тевтонов. Пусть в реве моторов и в грохоте сражения

Мы создали вещь сказку

Байкер Александр «Хирург» Залдастанов посвятил бойцам спектакль

ДОСЬЕ

Александр Залдастанов (Хирург) родился 19 января 1963 года в Кировограде. Байкер, основатель и лидер Всероссийского мотоклуба «Ночные волки», глава общественной некоммерческой организации «Русские мотоциклисты». Активный участник Русской весны. Автор и режиссер масштабных патриотических проектов.

Александр Залдастанов планирует создать русский серийный мотоцикл

вы услышите звон мечей воинов Александра Невского и победу, которую еще предстоит одержать России. Все эти смыслы мы несли под захватывающие выражения на мотоциклах, гигантские мчащиеся по льду сказочные машины, восторг и эмоции зрителей — среди которых было много семей бойцов СВО. Многие «Ночные волки» сейчас на передовой, и они записали трогательное поздравление победителю ледовых гонок. Передали в подарок флаг бригады Невского с подписями бойцов, впоследствии вручив его мотогощику из Уфы Никите Богданову.

О чем «Сказ о Бессмертии, или Битва бессмертий», который был показан?

Мы поставили фэнтези-сагу о борьбе добра со злом, воплотили метафизику произведений легендарного писателя Александра Проханова о бессмертии. В основе сказочного сюжета то, как злые силы захотели украсть тайну русского бессмертия.

Чтобы это осуществить, они решили подкупить карлика-вампира, который обманым путем забрал ключи от Киева и открыл ворота врагам. Скарликом борются серый волк и русские богатыри. Их роли исполняют «Ночные волки». В ходе действия они выполняют головокружительные трюки на мотоциклах, демонстрируя свое мастерство, в итоге побеждают и освобождают Киев. Зрители увидели красочные спецэффекты, гигантскую машинерию, огненные движущиеся декорации. Звучали оригинальная музыка и яркие литера-

турные тексты. Это такая вещая сказка, которую мы посвятили всем русским воинам. Они делают Россию бессмертной.

Пользуется ли сказка спросом?

Да. Иначе мы бы ее не делали. В этот раз она была показана на федеральном канале. Сказка становится все более обсуждаемой. Поток людей неиссякаем. Очень много детей и родителей приезжают к нам из разных регионов и стран, чтобы увидеть все своими глазами. Главное, это их эмоции. После просмотра зрители аплодируют, подходят, благодарят. Гостями были также спасенные и возвращенные из плена наши бойцы. **Ваш Байк-центр в Хорошево-Мневниках существует уже более 25 лет. Срок приличный...**

Вы убедитесь: рожденные ездить, летать умеют

Да, очень большой. Первый мотоклуб в истории России. Появился еще в Советском Союзе. Я горжусь тем, что «Ночные волки» — российский клуб со своими убеждениями и традициями. А наш Байк-центр — место неповторимое. Оно должно остаться в истории. С него началась Русская весна. В 2009 году мы стали ее посланниками, отправившись в Севастополь, где состоялось первое, посвященное России, резонансное массовое байк-шоу. Теперь оно проходит ежегодно уже в российском Крыму, куда приезжают тысячи друзей «Ночных волков».



КОРОТКО О ГЛАВНОМ

Какие основные ценности «Ночных волков»?

Это, конечно, православие и любовь к России. Чаще всего во всем помогает Господь, и в том, что дает возможность общаться с людьми, которые вдохновляют.

По вашим предположениям, как будут развиваться события на передовой?

Идет война символов и идей, через которые все отчетливее проступает образ будущего. Думаю, что нам надо готовиться к затяжной истории, к тому, чтобы одержать окончательную стратегическую победу, вернуть свои земли назад. Мы должны это сделать. Другого выхода нет. Русские воюют с оболваненными русскими. Среди «Ноч-

ных волков» есть погибшие и те, кто вернулся раненым, но мы будем стоять до конца. И, кстати, многие наши ребята воюют именно на мотоциклах. Они и на фронте с ними не расстаются. Мотоциклы и навыки оказались востребованы на линии боевого соприкосновения. Парни нашли возможность применения их на штурмах, ухода от дронов, вывоза раненых, транспортировки, подвоза боекомплектов...

Насколько сегодня байкерское движение актуально? Оно необходимо. И продолжает развиваться. Нам нельзя его отдавать на откуп врагу. Важно, чтобы это субкультурное явление мчалось по русской дороге, когда на Украи-

не калечат и уничтожают русский язык. Нужно понимать, что никто нас не спасет, кроме нас самих. Все подчинено этой победе. В первую очередь спорт. Мы не должны

воспитывать спортсменов, которые выходят на соревнования бездомными собаками. Большой спорт, где нет флага, никому не нужен. Если нет борьбы за свою землю

и цели — это пустая трата времени.

А вы какую цель поставили перед собой?

Создать русский серийный мотоцикл. Ее мы рано или поздно осуществим. Это то, что нам до сих пор не удалось сделать. Хотя в конце 90-х какое-то время выпускался мотоцикл «Урал», он был конкурентоспособен и красив. Стал уже любимым для многих, не только для нашей стаи. Мы тогда хотели внести новую эстетику. И на байк-шоу одним из популярных конкурсов был как раз такой — на лучший русский мотоцикл.

11 октября 2025 года. Участники мотоклуба «Ночные волки» во время мотопробега, посвященного закрытию сезона в Москве



Алексей Машиев/РИА Новости

Сати Казанова:
посмотри по сторонам

— Я начала уделять больше внимания радующим меня вещам. Это медитация, принятие горячих ванн, прогулки, походы в бассейн, встречи с друзьями, занятие фотосъемкой, чтение книг и прослушивание классической музыки. Плохая музыка и сериал дают быстропроходящие дешевые удовольствия. А вот хорошая литература, кино требуют от человека интеллектуальных и эмоциональных вложений. Посмотрите вокруг. Удивительными могут стать солнечные лучи и просто минутка тишины! А сколько таких минут можно набрать за день при определенном навыке? Быть счастливым целых 10 минут по дороге на работу и целых полчаса, делая уборку и замечая, как чисто становится вокруг.

Алексей Горбашов: гармония с собой

— Меня однажды сильно потрянуло — накрыла неприятная болячка, и так сильно, что в какой-то момент мне начало казаться, что я не выгребу, — вспоминает гитарист группы «Мираж». — Но когда удалось выкарабкаться, я пересмотрел свое отношение ко многим вещам. Понял, что счастье — это когда ты можешь видеть солнце, слышать пение птиц, когда тебя окружают дорогие тебе люди. В том, что касается счастья, я полностью согласен с Кантом. Он пришел к выводу, что счастье — это когда ты живешь в гармонии с природой, с самим собой, совершаешь добродетельные поступки. Я бы добавил еще то, что счастье — это когда у тебя есть возможность заниматься любимым делом.



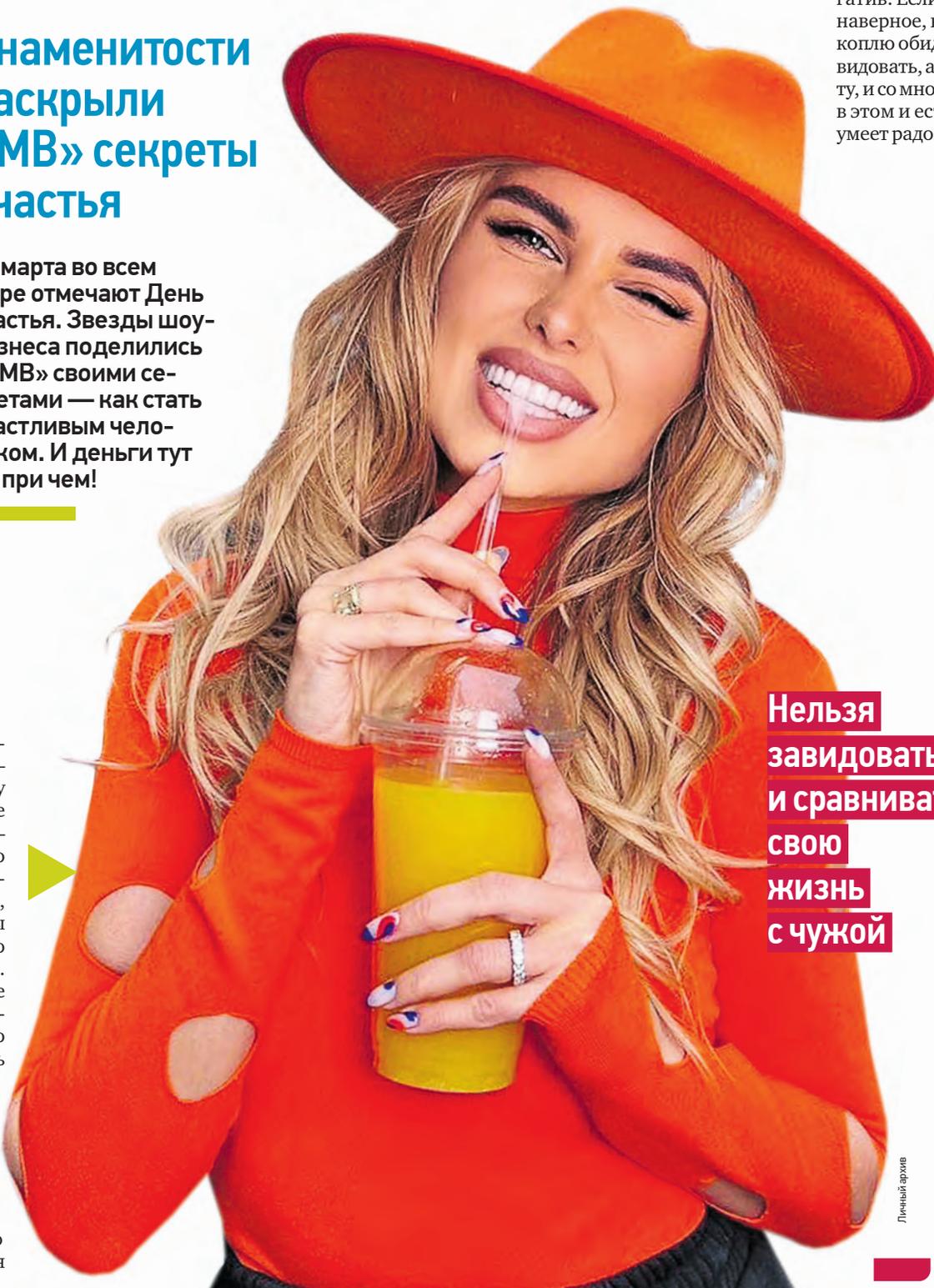
10 минут тишины каждый день

Знаменитости раскрыли «МВ» секреты счастья

20 марта во всем мире отмечают День счастья. Звезды шоу-бизнеса поделились с «МВ» своими секретами — как стать счастливым человеком. И деньги тут ни при чем!

**Ханна:**
доверяйте судьбе

— Безусловно, женщину делает счастливой любящий мужчина рядом, — говорит «МВ» певица. — Когда он эту свою любовь демонстрирует, когда не нужно догадываться, думать, любит — не любит. Мне кажется, что это прямо глобально делает женщину счастливой. А еще когда мужчина дарит цветы, какие-то небольшие подарочки. Как бы глупо и банально это ни прозвучало, но тем не менее для женщины это счастье. Если нет мужчины, делайте сами себе подарки. Купите цветы! Это такое счастье. Для меня важно, чтобы то, что я делаю, нравилось в первую очередь мне. Не только процесс, но и результат. Да, я перфекционист. Да, я могу 100 раз переделывать одну и ту же работу. Но зато я потом довольна результатом. Очень важно разрешить себе быть счастливой. И доверять своей судьбе. Счастливые случайности не случайны: важно верить в то, что что-то невероятное может случиться в вашей жизни.



Нельзя завидовать и сравнивать свою жизнь с чужой

Екатерина Болдышева: простые вещи

— Общаясь с людьми, я постоянно слышу, что они на кого-то обижены, кому-то завидуют, все время жалуются на жизнь, — говорит «МВ» солистка группы «Мираж». — Я себе не представляю, как можно жить, нося в себе весь этот негатив. Если бы я заикливалась на этих вещах, наверное, не смогла бы выходить на сцену. Я не коплю обиды, у меня нет поводов кому-либо завидовать, а самое главное — я люблю свою работу, и со мной рядом любимый человек. Я думаю, в этом и есть секрет счастья. Счастлив тот, кто умеет радоваться простым вещам.



ПРЯМАЯ РЕЧЬ



РОМАН ЦВЕТКОВ
Психолог

Порой мы сами на себя накидываем проблемы, суету. Мы уделяем время работе, но у нас также есть и свободное время, которое мы можем провести с семьей, друзьями, занимаясь хобби. Не выходите за пределы тех рамок, куда вас «не зовут». Нужно обратить ракурс внимания на себя, а не на глобальные проблемы.

Личный архив

На маркетплейсах появились продавцы, рекламирующие семена необычных растений, изображения которых сгенерированы ИИ. «Вечерка» узнала, почему некоторые фантазии нейросети не могут повторить даже самые опытные селекционеры.

Огурцы со вкусом арбуза, малиновые деревья, красные бананы... Какие только варианты фруктов не встретишь в сети! Но большинство из них отведать не получится. Они результат ИИ. — Идея создания необычных гибридных растений, например, арбузобанана или клубничного дерева, регулярно появляется как в популярной культуре, так и в обсуждениях садоводов и биологов. Но реальные возможности селекции ограничены биологией растений. Как правило, та-

Возможности скрещивания ограничены биологией



Москвичка Екатерина Семина, выращивая перцы, использует только классические сорта. Фото: Анатолий Цымбалюк

Вот такой «спиральный крыжовник» предлагают на маркетплейсах продавцы. Конечно, природа до такого не додумалась



Клубнику угольно-черного цвета вы точно нигде не найдете. Ее не существует

Арбуз клубнике не товарищ

На маркетплейсах продают семена несуществующих растений



кие комбинации невозможны, хотя некоторые необычные гибриды действительно существуют, — рассказал директор по устойчивому развитию экосервиса «Сохрани лес» Александр Чикин.

Жулики обманывают дачников и «бесшпипным крыжовником»

Можно или нет скрещивать растения, определяется степенью их генетического и эволюционного родства. — Гибриды вроде арбузобанана практически невоз-

можны: арбуз относится к семейству тыквенных, а банан принадлежит к банановым. Их генетические системы слишком различаются, — отметил эксперт. Для создания гибридов между нескрещивающимися видами применяют специ-

альные методы, например изменение числа хромосом, культуры тканей, выращивание эмбрионов в лаборатории или другие современные технологии.

— Часто создается впечатление, что необычные гибридные плоды уже существуют. Однако в реальности многие из них оказываются не гибридами, а просто сортами. Например, клубника с ананасовым ароматом или виноград со вкусом сахарной ваты — это результат селекции внутри одного вида, — добавил эксперт.

У участников рынка необычные гибриды могут вызывать интерес, но их востребованность остается нишевой. В селекции сельскохозяйственных культур гораздо важнее другие качества: урожайность, устойчивость к болезням, способность переносить транспортировку и хранение, а также стабильный вкус.

По словам Андрея Чикина, иногда гибриды или новые сорта создаются с маркетинговой целью. Необычные

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



НИКИТА ТАРНОВСКИЙ Юрист

Ситуация, когда покупатель вместо «арбузобанана» получает совершенно обычные семена, попадает под понятие обмана потребителя, что ведет к наказанию продавца по статьям 14.7 КоАП РФ и 14.3 КоАП РФ. Использование рекламы, не соответствующей реальному виду, грозит административной и уголовной ответственностью. Ответственность за товар несет продавец. Однако маркетплейс также обязан предоставить покупателю полную и достоверную информацию о товаре. Если площадка не изменяла картинку продавца, а просто ее опубликовала, то штраф платит продавец. Но и сам маркетплейс может попасть под санкции, если будет доказано, что он не проверил очевидно недостоверную информацию.

цвета, формы или вкусы могут превратить плод в премиальный продукт. Примеры подобных разработок включают розовые ананасы, фиолетовые томаты и виноград с карамельным вкусом. Но даже в таких случаях речь идет не о скрещивании радикально разных растений, а о длительной селекции внутри близких видов.

АНАСТАСИЯ ЗАТУЛИЙ vecher@vm.ru

СОЦИАЛЬНЫЕ УСЛУГИ

На правах рекламы



ОН ОДИН ТАКОЙ — БОЛЬ СНИМАЕТ КАК РУКОЙ!

ИЗБАВЛЯЕТ ОТ БОЛИ ЗА 15 МИНУТ!

ПОМОГАЕТ СНИЗИТЬ ПРИМЕНЕНИЕ МЕДИКАМЕНТОВ

ПРИХОДИТЕ НА БЕСПЛАТНЫЙ ТЕСТ-ДРАЙВ АППАРАТА «МУВЕР»!

Prodex

КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА СОЦИАЛЬНАЯ СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ: **МОСКВА**

УДОБНОЕ РАСПОЛОЖЕНИЕ. РАБОТАЕМ ПО АДРЕСАМ:

- м. «Пионерская», ул. Малая Филёвская, д. 18
- м. «Варшавская», ул. Артековская, д. 1А
- м. «Лермонтовский просп.», Лермонтовский просп., д. 8, корп. 1

ГРАФИК РАБОТЫ УТОЧНЯЙТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ: 8 (499) 110-43-58

ИП Егличанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 17.03.2026 по 17.04.2026. Информация об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ!

НЕДВИЖИМОСТЬ

На правах рекламы

СКОЛЬКО СТОИТ МОЯ КВАРТИРА?

Сейчас отмечается снижение цен, но на разные районы и категории жилья по-разному. Хотите выгодно **обменять или продать** квартиру в Москве или Подмосковье? Узнайте ее реальную стоимость в Агентстве «ТВОЯ Квартира» +7(495) 374-64-64.

Выгодно продайте свою недвижимость и купите ПЕРСПЕКТИВНУЮ, проверенную квартиру в Москве или области, на вторичном рынке или **новостройку**, на льготных условиях, со скидками.

Звоните сейчас, чтобы узнать **за сколько можно продать вашу квартиру**. С 9 до 21 без выходных.

+7 (495) 374-64-64 **Ankvartira.ru**

Телефон рекламной службы

(499) 557-04-04

доб. 133, 158

20 марта в мире отмечают День астрологии. Астролог с 17-летним опытом Мария Демидова рассказала «Вечерке», какие явления будут ждать нас в ближайшее время.

Доверяйте сердцу и интуиции

Каких событий ожидать москвичам от звезд и планет

Самая главная и важная новость — 20 марта закончится период ретроградного Меркурия, который начался еще 26 февраля.

— Теперь можно планировать и начинать дела, связанные с покупкой техники или автомобилей. Также начните решать вопросы, связанные с коммуникацией и обучением, — отметила астролог.

Не торопитесь

Мария Демидова сообщила, что до 6 апреля планеты Сатурн и Плутон будут гармонично взаимодействовать. Это станет отличной возможностью для составления личного графика.

— Планирование может даваться не совсем легко, так как планеты

— Будут в гармоничной связи две планеты: Марс, планета активности и действий, и Юпитер, планета, связанная с расширением картины мира, с туризмом и с образованием, — рассказала астролог. Мария Демидова отметила, что в этот же период будет взаимодействие Солнца и Нептуна, что станет отличным временем для творческих начинаний.

Сложная ситуация

С 2 по 4 апреля Венера будет напряженно взаимодей-

В период с 2 по 4 апреля многие пары почувствуют напряжение

находятся в некомфортных для себя положениях в знаках зодиака. И как следствие — вместо следования плану ради достижения цели может проявиться желание делать так, как хочется сиюминутно, — уточнила Мария Демидова.

С 20 же по 23 марта будет отличное время для путешествий.



ФАКТ

Когда-то астрология была «наукой» только для элиты: правителей и жрецов. Индивидуальные гороскопы появились лишь в VI веке до нашей эры.

ОПРОС КАК ВЫ ОТНОСИТЕСЬ К АСТРОЛОГИИ?



ОЛЬГА КЛЕПИКОВА
61 год, пенсионерка

Я обожаю читать гороскопы и часто к ним прислушиваюсь. Это очень интересно и иногда выручает меня в жизни. Я, можно сказать, живу по гороскопам, всегда читаю о своем знаке зодиака и в газетах, и в интернете. Я всегда не только смотрю прогноз для своего знака зодиака, но и рассказываю своим близким и друзьям о том, что их ждет на основании даты их

рождения. Мне интересно узнать, что же меня ожидает в ближайшем будущем или как лучше себя вести в определенные даты года.



ИРИНА САФРОНОВА
43 года, бухгалтер

Насчет астрологии я настроена скептически. Я думаю, что не стоит в такое верить. Моя коллега часто рассказывает мне гороскопы, но я обычно пропускаю их мимо ушей. Мы с ней в этом плане пол-

ные противоположности. Систематизация по дате рождения мне не нравится, потому что все люди разные и нельзя судить о них только по знаку зодиака или планете...



РОМАН ЗУБАРЕВ
27 лет, журналист

Я негативно отношусь к астрологии, потому что считаю это все обманом и лженаукой. При этом для людей, которые в чем-то не уверены, это возмож-

ность получить «знамение свыше». Я считаю, что описание знаков зодиака поверхностно и может подойти каждому, поэтому в этом нет никакого смысла. Человек не сможет лучше узнать себя таким способом. Конечно, иногда бывает интересно почитать гороскоп и прогноз на месяц или год, но пользоваться услугами астрологов и делать личные прогнозы я никогда не стану и даже, скорее всего, буду отговаривать своих близких. Моя девушка этим увлекается,

она очень часто читает мне гороскоп или присылает видео о том, как нужно жить, следуя своему знаку зодиака. У нее даже есть книга по астрологии.



АЛЕНА ОРЛЕНКО
21 год, студентка

Я отношусь к астрологии нейтрально. Могу иногда почитать гороскопы, посмотреть в интернете видеоролики об астрологии или узнать какую-то информацию про знаки

зодиака, но делаю это далеко не каждый день. Мне кажется, что к астрологии нужно относиться со скептицизмом, ведь это не настоящая наука. Она не имеет достаточной доказательной базы, чтобы воспринимать ее за аксиому и думать, что все это правда. Скорее, астрологию можно назвать своеобразным развлечением. Я думаю, что не нужно безоговорочно в это верить.

Москвичей опрашивала
АНАСТАСИЯ ПЕТРОВА
vecher@vm.ru

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



СВЕТЛАНА МОИСЕЕНКО
Психолог,
член Евразийской
конфедерации
психоаналитической
психотерапии

Некоторые читают гороскопы из желания узнать больше о самих себе через принадлежность к знаку зодиака. Так выражается необходимость в самоидентификации. Другим важно чувствовать контроль над происходящим. Знание о том, что может случиться, снижает уровень тревоги перед неизвестностью. Иллюзия предсказуемости позволяет чувствовать себя более безопасно. Также гороскопы формируют убеждение о предопределенности судьбы, облегчая бремя самостоятельного принятия решений.

Все потому, что звезды случайно могут исказить видение реальной ситуации.

— А 14 и 15 апреля есть шансы получить ответы на волнующие вопросы через интуицию! Меркурий, планета, связанная с мышлением, будет в слабом для себя положении — в Рыбах. Тем не менее он создаст на небе гармоничную связь с Ураном — планетой свободы и интуиции, — уточнила астролог.

Для определения целей и составления планов подойдут 16 и 17 апреля.

АНАСТАСИЯ ПЕТРОВА
vecher@vm.ru



7 апреля 2025 года. Юрист из Москвы Елена Степанько верит в случай и часто сверяет свои планы с астрологическими прогнозами. Фото: Анатолий Цымбалюк

ствовать с Плутоном. Такой период может стать неприятным для отношений. — Нельзя исключить ситуации борьбы в парах. Найти общий язык будет достаточно сложно, вместо заботы многие столкнутся с ревностью и контролем, — уточнила Мария Демидова.

Она также добавила, что период не подойдет для заключения договоров и поиска компромиссов в спорных ситуациях. Кроме того, Солнце будет находиться в дисгармонии с Юпитером с 5 по 7 апреля. Это может привести к столкновению личного мнения с точкой зрения авторитетного человека. В эти даты не нужно доказывать свои убеждения и с кем-то спорить.

Можно выдохнуть?

С 12 по 14 апреля не нужно начинать новые дела.

Никита Бессарабов любит смотреть, как деревья растут сквозь асфальт. Учился на социолога, но вникать в потребности зверей и птиц, которые живут в городе, ему интереснее. Дружит с биологами: они научили его по пisku отличать комаров одного вида от другого. В рубрике «Мотылек» он рассказывает о взаимоотношениях человека и природы.

Всемирный день лягушки любители амфибий отметят 20 марта. «Вечерка» разбиралась в особенностях содержания таких домашних питомцев.



Многие перемены в нашей жизни происходят из-за каких-то случайностей. Москвича, руководителя группы «Лягушки древолазы «Лягушариум» в соцсетях Дмитрия Круглова (на фото сверху)

Лягушки МОГУТ стесняться

к разведению амфибий пришла череда забавных обстоятельств.

— Я увлекался аквариумистикой, клеил палюдариум. Он был 1,2 на 1,5 метра. Там были стены, фонтанчики, водопады, которые спускались вниз в пещеры. Мне помогали с этим брат. А у него тогда была очень ревнивая жена. И вот, когда мы закончили с работой, он меня попросил: «Можно я возьму

жену с собой? Она очень хочет посмотреть, чем мы занимались, где я пропадаю». Ну она пришла, посмотрела на аквариум и бросила такую фразу: «Ты кого там держать будешь, лягушек, что ли?» У меня что-то щелкнуло в голове. Вечером включаю телевизор, а там реклама и средство от изжоги: красноглазая квакша сидит на тростинке, раздувается и падает вниз. За кадром голос что-то говорит по поводу вздутия живота. И вот — второй щелчок.

Я зашел в интернет и начал искать, каких лягушек можно содержать дома, увидел древолазов и понял: «Хочу!»

Сейчас у Дмитрия самая большая коллекция лягушек в России.

— В год развозят тысячи три лягушат, — делится собеседник. — Стоимость самой дешевой лягушки сегодня — где-то 2–2,5 тысячи. Цена зависит не столько от того, какая она по цвету или размеру. Важнее то, насколько тяжело ее разводить. Некоторые из этих созданий очень проблемные. Самые дорогие лягушки в России стоят около 15–17 тысяч рублей. А вот за рубежом представительницу вида *Oophaga sylvatica* оценили в 3500 евро.

Много ли нужно для того, чтобы держать таких питомцев?

— Есть два условия, — отвечает Круглов. — Температура не выше 31 градуса и влажность не ниже 60–80 процентов. На солнце их



Лягушка *Dendrobates tinctorius* Patricia



НИКИТА БЕССАРАБОВ
n.bessarabov@vm.ru



Oophaga pumilio Blue Jeans. Таких лягушек продают за 15–17 тысяч рублей

Самые дорогие древолазы в России стоят 15–17 тысяч рублей



Внизу лягушка *Dendrobates tinctorius* Azureus, сверху — *Dendrobates leucomelas* Bolivar



Dendrobates leucomelas вырастают до 3–4 сантиметра

Хотите задать вопрос автору рубрики? Пишите ему на личную почту: n.bessarabov@vm.ru

но, что они не живут больше 10 лет. Однако это неправда. Самочке голубого древолаза из венгерского зоопарка принадлежит рекорд — 27 лет. Есть виды, которые новичкам не подойдут. Возьмем для примера вид *Dendrobates auratus*. Очень красивые лягушки, их особенность — окрас с металлическим отливом. Они

и стоят недорого. Но когда родители приезжают покупать такую лягушку детям, я им отказываю. Вы ведь ее не увидите потом. Лягушка чересчур стеснительная. Она будет постоянно прятаться. И ребенок потеряет к ней интерес.

Любителей амфибий, по словам Круглова, на самом деле очень много.

— Лягушек активно покупают. Это ведь не только красивый, но и удобный питомец. Даже содержание рыбок сложнее. Чтобы в аквариуме все было нормально, нужно еженедельно менять около 30 процентов воды, следить за азотным циклом, проверять воду на фосфор, на азот... В то же время у меня есть террариум, которому уже восемь лет — за эти годы я не сделал там ничего.

Главное, по моему мнению, соблюдать главные правила ухода и не переборщить с заботой.

— Не слушайте чужих советов.

Допустим, кто-то подсказал: у тебя в террариуме какой-то червячок появился, а ты вот возьми химию и побрызгай — червячка не будет. Да, червячка не станет, а вместе с ним — растений и животных, которые в террариуме жили. Применение химии противопоказано, как, кстати, и самостоятельное лечение амфибий.

ТЕ ЕЩЕ ПРИНЦЕССЫ

Женская сущность

Очень интересно у древолазов выглядит процесс ухаживания (2).

Те, кто в теме, никогда не скажут, что лягушки квакают. Правильное слово тут «поют». Поющий самец зовет самку.

Заинтересованная «принцесса» подходит и, показывая, что она готова отложить икру, кладет лапку ему на спину, начинает партнера гладить.

Дальше еще интереснее. Самец подходит к баночке, как бы говоря: «Дорогая, давай здесь откладывать икру». Самка протестует. Самец прыгает к другой баночке, начинает петь оттуда. Самка снова не соглашается. Иногда самец целые сутки водит так свою даму по террариуму.

Не так ужасен листолаз

Древолазы в природе ядовиты. Скажем, яд *Phyllobates terribilis*, листолаза ужасного (1), может убить 20 человек. Но тут есть важный нюанс: лягушка ядовита только

в природе. Она сама не синтезирует яд. Она его накапливает из кормовых объектов. А соответственно, даже если мы берем ее из природы, в течение двух месяцев она становится безопасной. Ее можно брать в руки, облизывать, обсасывать — ничего с человеком не будет.



2

1



ТАТЬЯНА ЕРЕМЕНКО
t.eremenko@vm.ru

Домашние питомцы учат хозяев читать мысли, вернее сказать, анализировать поведение. И пусть поговорить с ними не удастся, но угадать желания и услышать потребности, да и в принципе понять практически все можно, если развить в себе чуткость. Обозреватель «МВ» Татьяна Еременко предлагает читателям посмотреть кино, вызывающее яркие эмоции.

Доктор по фамилии Гаф



Кадр из фильма «Доктор Гаф» (2026), слева направо: Ирина Безряднова и Павел Рассомахин сыграли родителей Марины, в роли доктора Гафа Сергей Гармаш, Алиса Руденко в роли Марины

Завтра на большие экраны выходит семейное кино «Доктор Гаф» режиссера Михаила Расходникова.

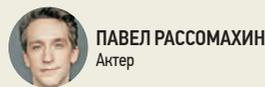
По сюжету 12-летняя Марина (Алиса Руденко) сбегает из дома, чтобы вернуть свою собаку Тайю, которую не может вылечить

ни один доктор. Любимицу она находит у одаренного ветеринара, доктора Гафа (Сергей Гармаш), который благодаря своему чутью и внимательности умеет общаться с животными. И к Тайе доктор тоже сумел

найти подход. Вот только, пока собака восстанавливается после лечения, ее вместе с другими бездомными животными, которых приютит и лечит доктор Гаф, похищают. Злодеи во главе с «добропорядочным граж-

Главный герой любит животных и боится людей

ПРЯМАЯ РЕЧЬ



ПАВЕЛ РАССОМАХИН
Актер

Фильм «Доктор Гаф» для меня — про дружбу и ответственность. Про то, что мы должны защищать тех, кто слабее. Про то, что внешность бывает обманчива: в грубом отшельнике может скрываться доброе сердце, в показном радушии — злодей, а в маленьком человеке — настоящий герой.

данином» Бармлеем (Борис Хвошнянский) намерены проводить эксперименты на животных. И теперь только Гаф с Мариной могут их спасти. Конечно, не без помощи друзей. Кино задорное, легкое и яркое.

СЕЙЧАС НА ЭКРАНАХ



Кадр из фильма «На цепи» (2025): актер Энсон Бун в роли Томми, парня-хулигана, попавшего к похитителям

Домовенок Кузя 2
2026. Реж. Виктор Ланисов
Кузя с Нафаней и девочкой Наташей теперь под защитой Яги. Вот только Кощей становится новым злодеем, который может разрушить существующий мир.



Новый образ героя в фильме «Домовенок Кузя 2»

Остров
2006. Реж. Павел Лунгин
В повторный прокат выходит культовый фильм с Петром Мамоновым в роли старца Анатолия, который ищет для себя искупления.



Петр Мамонов в роли старца Анатолия в фильме «Остров»

На цепи
2025. Реж. Ян Комаса
Томми — хулиган, который остается безнаказанным. Ровно до той поры, когда оказывается на цепи в подвале у странной семьи, решившей перевоспитать его.

Любовь без фильтров
2022. Реж. Клаудио Казиса
Пиар-менеджер получает заказ сделать из работницы автомастерской звезду соцсетей.

ЧАСТНОСТИ

Недвижимость

- Куплю, сниму, выкуплю комнату, квартиру, дом, земельный участок, здание, готовый бизнес до 100 км от МКАД. Опыт 16 лет. Т. 8 (926) 316-66-17
- Продам участок в деревне, 45 км от МКАД, Раменский р-н. Т. 8 (931) 111-74-67
- Срочная продажа, аренда квартир на ваших условиях. Т. 8 (916) 618-86-41
- Сниму жилье. Т. 8 (965) 159-17-42
- Риелтор Надежда. Т. 8 (906) 710-71-74
- Сниму кв, комнату. Т. 8 (916) 959-13-08

Юридические услуги

Профессиональные ЮРИСТЫ

Отобрали квартиру? Не дают наследство? Попали на мошенников?
Срочная защита. Вернем деньги и недвижимость. Исправляем ошибки юристов.
Бесплатная консультация
Телефон 8 (495) 157-23-77

- Юристы и адвокаты. Консультация бесплатная! Т. 8 (495) 201-25-12
- Юрист, медиатор. Т. 8 (920) 426-44-30

- Московская социальная юридическая служба. Бесплатные консультации. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т. ч. поможем вернуть или расслужбят квартиру, выписать из квартиры. Наследство. Семейные споры. Т. 8 (499) 409-91-42
- Адвокаты. Возврат квартир. Т. 8 (985) 210-25-63
- Юристы и адвокаты! Т. (499) 755-66-86

Авто, запчасти, транспортные услуги

- Грузоперевозки. Т. 8 (495) 728-69-81

Строительство и ремонт

Завод «СтройБалконСервис»
БАЛКОНОВ • ЛОДЖИЙ
AL provedal
ОКНА ПВХ
ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ БЕЗ ВЫХОДНЫХ
ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
8 (495) 782-54-48
8 (495) 543-53-97
ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТНЫЕ УСЛОВИЯ

- Ремонт квартир и дач. Т. 7 (926) 339-60-75

ДВЕРИ
Межкомнатные Входные ЗАМЕНА ЗАМКОВ
Пенсионерам, Ветеранам, новоселам – **СКИДКИ до 30%**
Более 500 моделей от простых до элитных
8 (495) 208-03-88

Работа и образование

- Раздача газет «Метро». С 7–11 утра от 700 р. Т. 8 (495) 190-71-07
- Гардеробщицы в медучреждения. Т.: 8 (926) 505-05-50, 8 (925) 936-21-17

Искусство и коллекционирование

Военную форму, форму министерств и ведомств СССР, КГБ, военный антиквариат, трофеи ВОВ. Старые знаки, награды, монеты. Архивы. Икону, самовар, картину, чугунное и бронзовое литье, ели-грушки, портсигар, бюсты, антиквариат. Т. 8 (916) 809-01-04

КУПЛЮ ДОРОГО!
КНИГИ, значки, ИКОНЫ, фарфор, СТАТУЭТКИ, подстаканники, самовары угольные, портсигары, Будды, шкатулки, монеты, елочные и детские игрушки СССР, бижутерию, фотоаппараты, часы и прочее.
8 (495) 643-72-12
ЗВОНИТЕ!

КОЛЛЕКЦИОНЕР ДОРОГО КУПИТ
Старославянские книги, иконы, картины, фарфор, знаки, портсигары, подстаканники, автографы и мн. другое
8 (926) 747-05-85
Дмитрий

- Книги до 1945 г. от 1000 р. до 500 000 р. Полки. Т. 8 (964) 585-40-04
- Книги, архивы, ноты, документы до 1940 года. Т. 8 (985) 275-43-33
- Грампластинки, фотоаппараты, предметы искусства. Т. 8 (985) 979-56-09

МУЗЕЙ ДОРОГО КУПИТ
старинной книги АНТИКВАРИАТ
КНИГИ до 1940 г. до 1 млн р.
Награды ст. • Монеты • Значки
Иконы • Картины • Коллекции
Автографы • Архивы • Открытки
Самовары • Портсигары • Часы
Статуэтки • Будды • Фарфор
8 (925) 835-80-33
Отд. закупки, Светлана

- Куплю механические часы, любое состояние. Значки, бумажные деньги, часовой хлам, станок часовой, часовое оборудование, самовары, оптику, старые фотографии, открытки. Т. 8 (495) 723-19-05
- Куплю платья, одежду, бижутерию СССР. Т. 8 (910) 416-28-40
- Куплю книги на иностранных языках до 1917 г. Т. 8 (985) 275-43-33
- Куплю пластинки. Т. 8 (925) 403-68-83
- Покупаем все. Т. 8 (926) 803-60-43

Мебель

- Ремонт мебели. Т. 8 (925) 504-54-71

Товары и услуги

- Ремонт любой бытовой техники. Т. 8 (996) 679-91-93

ТЕЛЕМАСТЕР
Дмитрий
НАСТРОЙКА КАНАЛОВ
НАСТРОЙКА НОВОГО ТЕЛЕВИЗОРА
СОРТИРОВКА КАНАЛОВ
Настройка смарт ТВ
Настройка цифровой ТВ-приставки
Прочистка телевизора
Рябит
Плохо показывает
Тихий звук
Прокладка антенного кабеля
Подключение и настройка ТВ
Нет сигнала
Плохо работает пульт
8-967-026-88-87

Меховая фабрика «ФОРУМ»
Проводит распродажу своих изделий из меха норки и каракуля
вторник и четверг, 10:00 – 17:00
Москва, Чермянский проезд, д. 5
8 (499) 476-61-66
8 (906) 790-99-05

- Ремонт стиральных машин, холодильников. Т. 8 (995) 222-15-71

Разное

- Болен. Оставлю квартиру молодой женщине. Т. 8 (916) 810-47-28

На правах рекламы

ПОГОДА

Март дарит тепло

■ Главный специалист информационного агентства «Метеоновиости» Татьяна Позднякова поделилась прогнозом погоды на выходные.

Всю неделю погоду будет определять область повышенного атмосферного давления. При переменной облачности осадков у нас не ожидается. Преобладающая температура

в ночные часы в Москве -1...+1, по области -4...+1. Дневная температура +10...+12, по области +7. Может быть, чуть теплее будет в воскресенье: дневная температура в пределах +8...+13 градусов. Расчеты показывают, что практически до конца марта у нас сохранится такая погода. Вероятность небольших осадков, а также большего количества облаков существует только в последние дни месяца, 30 или 31 марта. Но это сегодняшнее видение процессов. Ситуация может измениться.

НИКИТА БЕССАРАБОВ
vecher@vm.ru



Москвичка Кристина Цыганкова занимается на тренажере «лыжи» в парке Юрия Лужкова. Фото: Анатолий Цымбалюк



СУДОКУ

Составил ОЛЕГ ВАСИЛЬЕВ / vecher@vm.ru

В каждой строке или столбце проставляются цифры от 1 до 9. Цифра может быть записана в ячейку в том случае, если ее нет в горизонтальной и вертикальной линии, а также в малом квадрате 3x3, и если она может быть записана исключительно в одну клетку.

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

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

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

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

ОТВЕТЫ на sudoku, опубликованные 12 марта

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

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

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

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

АКЦИЯ

«Вечерка» предлагает принять участие в фотоакции «Лови ритмы весны» и поделиться яркими моментами этой незабываемой поры с другими читателями.

Москвичка Мария Бормотова рассказала «МВ» о семейной прогулке в музее-заповеднике «Царицыно». — В минувшие выходные я, муж Евгений и дочка Александра десяти лет (на фото) отправились в парк, — поделилась Мария Бормотова. — Как только мы переступили порог оранжереи, шум большого города остался где-то далеко позади. Воздух был теплым и влажным, наполненным терпкими ароматами трав и цветущих рас-

тений. Мы не спеша прошли по всем трем маршрутам оранжерейного комплекса, изучая таблички с названиями растений. Наша прогулка обернулась настоящим путешествием в мир зелени, мы получили много новых знаний, море ярких впечатлений. Атмосфера оранжереи подарила нам заряд бодрости и хорошего настроения. На память о солнечном и полном радости дне в Царицыне мы сделали много фотографий.

Каждую неделю мы публикуем ваши истории и фотографии. Лучшие работы получают номинации от «Вечерки». А в конце сезона победитель станет новым героем обложки. Ждем ваши фотографии и истории на почту:

VECHER@VM.RU

Укажите имена и фамилии людей, присутствующих на фотографии, и обязательно автора работы

