



# МК

www.mk.ru  
+ТВ ПРОГРАММА

МОСКОВСКИЙ КОМСОМОЛЕЦ

Общественно-  
политическая газета  
Распространяется  
в 89 субъектах РФ  
Цена в розницу договорная

5.11 – 11.11.  
2025 г.  
№206 (747)

ИЗДАЕТСЯ С 11 ДЕКАБРЯ 1919 ГОДА

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

12 стр.

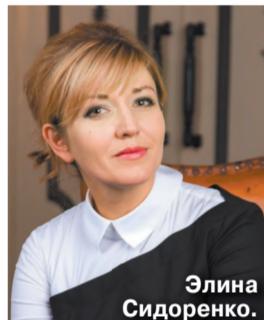
МАРК  
ДАКАСНОС  
ПОЧУВСТВОВАЛ  
В КАЛМЫКИИ  
ДУХ ГАВАЙЕВ

Известный  
американский  
актер рассказал  
о своей поездке  
в Россию



# ЗВОНOK И ВЫ РАЗБОЙНИКИ!

Почему в России киберпреступником может стать каждый

Элина  
Сидоренко

В конце октября 2025 года состоялось историческое событие — подписание Конвенции ООН против киберпреступности. Этот документ был разработан по инициативе России, и нам действительно есть чем гордиться.

Конвенция, как надеется ООН, сможет если и не остановить преступность нового века, то хотя бы минимизировать последствия. Однако вместе с новыми вызовами перед человечеством по-прежнему стоят старые.

Кто такие киберпреступники? Есть ли способы установить абсолютную защиту от телефонных

мошенников? Можно ли раз и навсегда избавиться от преступности, превратив Землю в рай? Насколько утопична борьба со злом, которое проявляется в личности преступника? Могут ли быть правы те, кто надеется: максимальная прозрачность — единственный путь к формированию правопослушного поведения? Обо всем этом беседа обозревателя «МК» с членом СПЧ, профессором МГИМО, доктором юридических наук Элиной СИДОРЕНКО.

Читайте 5-ю стр.

# БИТВА ЗА ПОКРОВСК: ФИНАЛЬНЫЕ АККОРДЫ

Остатки украинских  
подразделений  
оставляют город

Сражение за Покровск (Красноармейск) вступило в решающую стадию. По сообщениям с фронта, остатки подразделений ВСУ к утру 4 ноября спешно



Группировка ВСУ в Покровске попала в «огневой мешок». На фото — зал «Торнадо-С».



покидали позиции в городе и отходили в сторону города-спутника Димитрова. В украинском информационном пространстве все злее критикуют Зеленского и

его генералов за то, что они скрывают правду о бедственном положении ВСУ в Покровске.

Читайте 3-ю стр.

## СРЕДСТВА ДЛЯ ПОМАДЫ НАШЛИ НА ЗУБАХ

Новые биосовместимые пигменты для изготовления косметических средств нашли химики госуниверситета города на Неве. Для его создания планируется использовать нанотехнологии.

Безвредные и даже полезные красители для губных помад специалисты Санкт-Петербургского государственного университета предлагают делать на основе наночастиц гидроксиполимера. Это минерал, входящий в состав зубной эмали и костной ткани человека.

Альтернатива используемым сегодня косметическим пигментам органического происхождения — красители на основе неорганических веществ, устойчивых к свету и химическому

telegram:@mk\_srochno

ЮРИЯ НИКОЛАЕВА  
ГОСПИТАЛИЗИРОВАЛИ  
СО ВТОРОЙ ПОПЫТКИ

Выяснились причины госпитализации популярного артиста и телеведущего Юрия Николаева. У бессменного рулевого передачи «Утренняя почта» — тяжела форма пневмонии.

Как стало известно «МК», в первый раз Николаев обратился за помощью к медикам в воскресенье, 2 ноября. Уже тогда он жаловался на слабость и повышенную температуру, которая не спадала три

## СТУЛЬЧИКИ ДЛЯ КОРМЛЕНИЯ НЕЛЬЗЯ БУДЕТ ПРОГЛОТИТЬ

Первый стандарт, описывающий, какими должны быть стулья для кормления младенцев и как их испытывать, принял Федеральное агентство по техническому регулированию и метрологии (Росстандарт). Главное в нем — стульчики для малышей должны быть безопасными.

Стульчики, о которых идет речь в документе, рассчитаны на детей до трех лет, способные сидеть самостоятельно. Они касаются сидений, в которых детей размещают на высоте обеденного стола. В стандарте, в частности, указано, что на таких стульях не должно быть деталей, которые ребенок может проглотить. Он не должен иметь возможности оторвать их или открутить. На проверку этого направлены два испытания. В частности, возможность схватить большим и указательным пальцами или зубами деталь (для этого используется специальный щуп), а также откручиваемость деталей.

Отдельно указано, что детали, которые можно изготавливать, в том числе из полимерного материала.

Кроме того, испытателям

нужно будет отслеживать, могут ли застягнуть пальцы ребенка между деталями стульчика. Для этого станут использовать другие щупы, главное условие — чтобы щуп размером 12 мм не мог погрузить более чем на 6 мм в отверстие в любое отверстие в стульчике. С помощью специального ударного молотка

нужно будет испытывать стул на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамья столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Однажды указано, что детали, которые можно изготавливать, в том числе из полимеров, не могут быть опасными.

Кроме того, испытателям

нужно будет отслеживать, издают ли стулья для кормления младенцев и каких их испытывать, правило о том, что детали должны быть безопасными.

Согласно стандарту, детали, которые можно изготавливать, в том числе из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и спинки будут использовать шаблон туловища ребенка. Это не кукла, а цилиндрическое изделие из полимерного материала.

Когда выложил запись из издан

ся на устойчивость, и испытатель надавит на устойчивость. Предусмотрены и грузила, с помощью которых станут испытывать прочность подставки для ног, а также скамью столика, если он предусмотрен конструкцией. Столик также нужно будет испытывать на прочность в момент падения. Для проверки прочности сиденья и

**NON-STOP**

Подготовила Елена КОРОТКОВА

КАДР



УТРАТА

**УШЕЛ ИЗ ЖИЗНИ ИВАН ЛАПТЕВ**

На 92-м году ушел из жизни российский профессор и журналист, бывший главный редактор газеты «Известия» Иван Лаптев. Свою трудовую деятельность он начал в Омском речном порту, но большая часть его жизни оказалась посвящена начальнику советским, а затем и российским СМИ. В 60-е годы он работал специальным корреспондентом издания «Советская Россия», затем, получив дополнительное образование и защитив диссертацию по философии, вошел в состав редакционной коллегии газеты «Правда». С 1984-го по 1990-й возглавлял редакцию

газеты «Известия», затем стал гендиректором объединения «Известия». Его журналистик и издательский опыт оказался востребованным в 90-е годы, когда он занимал руководящие должности в Комитете РФ по печати — сначала на посту заместителя председателя комитета, затем — непосредственно руководителя этой структуры. Помимо этого он преподавал в Российской академии государственной службы при Президенте РФ и имел звание профессора. Было у него и еще одно увлечение, ставшее важной частью его жизни: Лаптев занимался



изучением взаимодействия природы и человеческого общества, написав на эту тему множество публикаций и книг. Ему перу принадлежат такие труды, как «Мир людей в мире природы», «Планета разума», «Экологические проблемы» и другие.

**ПРЕМЬЕР****«МЯГКАЯ СИЛА»  
МОСКВЫ И ПЕКИНА**  
Мишустин и Си Цзиньпин  
про инвестиции и укрепление доверия

В День народного единства Михаил Мишустин провел встречу с председателем КНР Си Цзиньпином — символично, что разговор шел о партнерстве и взаимопонимании. Китайский лидер поздравил российского премьера с праздником, отметив близость идеи единства и дружбы для обоих народов. Мишустин передал наилучшие пожелания от Владимира Путина и подчеркнул, что лидер России и Китая уже дважды встречались в этом году — в Москве и Пекине. Переговоры длились больше запланированного и прошли в теплой атмосфере.

4 ноября в Пекине премьер-министр России Михаил Мишустин встретился с председателем КНР Си Цзиньпином. День переговоров совпал с российским Днем народного единства, и этот символический контраст — между внутренним праздником сплоченности и внешним курсом на союзничество — стал сквозной темой беседы.

Утром самолета Мишустина встретили представители китайского МИДа и послы двух стран. Делегация была впечатлительной: вице-премьеры Татьяна Голикова, Дмитрий Чернышенко, Юрий Трутнев и Александр Новак, министры и представители Банка России. Встреча с китайским лидером прошла в Большом восточном зале Дома народных собраний и продолжалась больше запланированного.

Си Цзиньпин открыл переговоры с председателем: он пожелал российскому премьеру и членам правительства успехов и отметил, что праздник, который отмечают в России, созвучен идеи народного единства, важной и для Китая. Михаил Мишустин поблагодарил за теплые слова, передал привет и наилучшие пожелания от президента Владимира Путина, отметив, что именно личные контакты двух лидеров придают отношениям особую динамику.

Он напомнил, что Путин и Си уже

**СЕГО ДНЯ**

встречались дважды в этом году — весной в Москве и осенью в Пекине. Тогда были приняты решения, определяющие развитие партнерства на годы вперед. По словам Мишустина, правительства России и Китая обеспечивают их реализацию, сохранив слаженность действий.

Одним из ключевых вопросов стал инвестиционный климат. Российский премьер подчеркнул, что необходимо продолжать создавать условия для взаимных вложений, поддерживать совместные проекты и укреплять устойчивость экономики двух стран. «Важно продолжать создание благоприятных условий для привлечения взаимных инвестиций. Поддерживать наши совместные проекты!», — заявил Мишустин.

По итогам визита стороны подписали пятнадцать документов, охватывающих энергетику, промышленность, транспорт и науку. В коммюнике отмечено, что Москва и Пекин намерены расширять прямые связи между регионами, поддерживать развитие логистических маршрутов и создавать общие технологические решения.

Значительное внимание уделено гуманитарной сфере. Россия и Китай договорились укреплять сотрудничество в образовании и науке, развивать академические обмены и совместные исследовательские программы. Продолжится работа над проектами в области культуры и спорта, а также взаимодействие в сфере здравоохранения. В тексте коммюнике отдельно подчеркивается,

что гуманитарные контакты способствуют взаимопониманию и укрепляют доверие между народами.

В международной части документа отмечено совпадение позиций России и Китая по ключевым вопросам мировой политики. Обе стороны выступают за равноправие и взаимовыгодное сотрудничество, за уважение к международному праву и центральную роль ООН. В Пекине подчеркнули важность координации действий в рамках ШОС, БРИКС и других многосторонних площадок.

На законодательном уровне разрешено им самим формировать трудовой стаж и зарабатывать индивидуальные пенсионные коэффициенты (ИПК), чтобы получать страховую пенсию. Проблема в том, что почти 15 миллионов самозанятых этим правом, по данным Социального фонда, в минувшем году воспользовались только 53 тысячи человек. Капля в море.

На какие доходы они будут коротать старость?

Уже не раз и не два законодатели ставят вопрос ребром, чтобы закрыть проект с самозанятыми досрочно — в 2026 году, на два года раньше, чем планируется. И законодателей понять можно. В России они прибывают рекордными темпами, в 2025 году на 28% больше, чем год назад. При этом работают, по сути дела, на себя, до-дорогих и любых. Платят только налог с профессионального дохода: 4% при работе с физическими лицами и 6% — с юридическими. Не понимают, что в бюджете дефицит и нужно делиться.

Вопросы к этой категории и у населения. В основной массе самозанятые не платят 22% в Социальный фонд. Хотя наравне с остальными гражданами пользуются бесплатным образованием и здравоохранением.

В общем, не несут никакой финансовой нагрузки. Правда, этильготы в конечном итоге обернутся для них серьезными проблемами. Поскольку они не отчисляют страховые взносы в Социальный фонд, то страховой пенсии им не видят как своих ушей. Вот власти и предлагают им добровольно вносить отчисления, чтобы хотя бы минимально сформировать свою страховую пенсию.

Для одного года трудового стажа в 2025 году в Социальный фонд им необходимо перечислить 59,2 тысячи рублей. Формула проста: 22% от уровня МРОТ (22 440 рублей), умноженные на 12 месяцев. В этом случае индивидуальный пенсионный коэффициент составит 0,975. А для одного полного ИПК необходимо перечислить 60 771 рубль в год, до 31 декабря нынешнего года.

Уровень минимальной страховой пенсии в 2025 году (при условии не менее 15 лет трудового стажа) составляет 13 278 рублей.

— Почти 15 миллионов самозанятых для страны — это, конечно, большая армия, ведь всего наш рынок труда имеет порядка 70–75 миллионов рабочих мест, — говорит финансовый аналитик, кандидат экономических наук Михаил Беляев. — Однако нужно смотреть, какой продукт они выпускают. По большому счету, для любой экономики самозанятые — скорее преимущество. Они никак не нагружают государство своими заботами, самостоятельно изыскивают резервы и фронт работы. Это мелкий бизнес, до которого у государства просто не доходят руки. Но они придают определенную гибкость производству. Крупные корпорации всю свою «мелочевку» переводят на такой бизнес.

— Настороживает то обстоятельство, что самозанятые не формируют себе страховую пенсию. Допустим, через 15–20 лет все нынешние 15 миллионов выйдут на пенсию, не страховую, а социальную, которая чисто символическая. Что тогда?

— Ничего. Это их путь, на него они пошли вполне осознанно. Будут получать социальную пенсию, ниже страховой, да еще и пять лет позже по сравнению с выходом на страховую пенсию. Но самозанятые знают, на что идут. Или ты работаешь по найму и за тебя все налоги платят работодатель, или бери всю ответственность на себя и тогда уж не ропши на свою независимую долю.

Я знаю немало людей, которые работали самозанятыми, потом уходили в наемные и впоследствии снова возвращались в самозанятые. Мол, «не хочу работать на дядю, свободно дороже...». В таком случае самостоятельно формируют свою пенсионную подушку. В плане отчисления налогов стране они дают немногого, а от государства получают гораздо больше — и в медицине, и в образовании.

— Все же будут недовольство уровнем пенсионных выплат. Бюджет сможет их увеличить?

— А зачем, с какой стати? Бюджет же формируется из налогов, которые платят вся страна, мы с вами. Почему мы должны платить за того, который работал на себя?

**Владимир ЧУПРИН.**

**НЕДЕЛЬКА  
с Дмитрием ПОПОВЫМ****ИДЕОЛОГИЯ  
«БУРЕВЕСТИКА»**

Почти незаметно для широкой публики на прошедшей неделе в Минске прошла Международная конференция по евразийской безопасности. Собственно, неудивительно. Это же не «Буревестник» с «Посейдоном», не киношный «Черный ястреб» в Красноармейске и даже не Трамп с ядерными испытаниями. А ведь на этой конференции госсекретарь Союзного государства Сергей Глазьевзвучил важнейшую мысль: в идеологии все упирается, а не в экономические связи.

«Западные партнеры», диктовавшие Ельцинову российскую Конституцию, прекрасно понимали, что страну и народ надо лишить идеологии. Собственно, так и вышло. Если кто не помнит: «Статья 13. 1. В Российской Федерации признается идеологическое многообразие. 2. Никакая идеология не может устанавливаться в качестве государственной или обязательной».

Потом почему-то и случаются конфузы, когда День народного единства (вы же помните, почему он посвящен?) отмечают фестивалями слов, а в официальном канале МИД России, в сообщениях, посвященных празднику, нет изображения православного храма с крестом (мечети с полусиянием есть) — даже картины Верещагина «Осада Троице-Сергиевой лавры» обрезали так, чтобы купола не были видны. Видимо, ради дружбы народов. Но нечно понимают наши чиновники (что уж говорить о «низах») идеологическое наполнение праздника.

Вот поэтому сейчас и случаются конфузы, когда День народного единства (вы же помните, почему он посвящен?) отмечают фестивалями слов, а в официальном канале МИД России, в сообщениях, посвященных празднику, нет изображения православного храма с крестом (мечети с полусиянием есть) — даже картины Верещагина «Осада Троице-Сергиевой лавры» обрезали так, чтобы купола не были видны. Видимо, ради дружбы народов. Но нечно понимают наши чиновники (что уж говорить о «низах») идеологическое наполнение праздника.

А вот что говорят Глазьев про идеологию: «На tragischem примере Украины мы видим, что сами по себе экономические связи не могут гарантировать сохранение единства и даже обеспечения общих интересов. ... Одна треть белорусской экономики замыкается на российский рынок, но в украинской экономике зависимость была еще выше. Было понятно, что отказ Украины от наших интеграционных процессов приведет к экономической катастрофе. Так оно и произошло, но наши оппоненты говорили, что «это наш идеологический выбор».

Идеологическая «Анти-Россия» сумела захватить значительную часть украинской элиты. И в итоге привела и Украину, и наш Русский

идеологический наполнение праздника.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.

Следствие будет ходатайствовать перед судом об избрании для нее меры пресечения в виде заключения под стражу.





**Н**а днях в военном госпитале прошло очередное награждение ветеранов СВО. Знаки отличия вручал врио начальника Главного управления кадров генерал-лейтенант Юрий Бобров. Вылечившиеся после ранений военные получили документы об окончании курсов переподготовки — теперь они смогут продолжить службу в военкоматах и организациях Минобороны. Генерал Бобров сердечно пожал руки защитникам Родины и пожелал им больших успехов на новых должностях.

## «СДАВАТЬСЯ ЖИВЫМ НЕ ПЛАНИРОВАЛ»

**Десантник несколько недель держал оборону в одиночку**



— Залетели на квадроциклах, должны были закрепиться и держать оборону. В случае сильного огневого воздействия отойти; тогда наши должны были подтянуть основные силы, чтобы окончательно выбить противника, — объясняет офицер.

Как он говорит, «затеяли» они очень даже удачно. Невзирая на тьму вражеских дронов. Защищаться от них помогали средства установки помех, что были на «стальных конях».

— Пока ехали, сам видел: штуки три упали неподалеку от меня — средства радиоэлектронной борьбы справились, — рассказывает

Полем боя стала местная промзона. Противник здесь хорошо окопался. Передовые позиции были прямо в ангарах, но за ними шла длинная траншея в лесополосу. Когда сблизились с врагом, началась стрелковый бой. Расстояния были до того близки, что можно было четко различить лицо врага, 5–7 метров. Эффект неожиданности сыграл на нашу руку, отработали быстро. Тем не менее себя уже раскрыли, а значит, жди «ответки». В этот стрелкотоне Максим получил ранение — считает, просто не повезло.

С минуты на минуту, уверен был комбатом, по нему заработает артиллерия, выйдет

собеседник.

— Я наложил жгут, отполз к удачному

месту в лесопосадке, вырыл себе кое-как ямку ножом, окопался. И так остался один против подразделений противника, — вспоминает собеседник.

— А как же эвакуация?

— Я, так сказать, вежливо отказался. Там было слишком опасно для эвакуационной команды, это прямо стан врага. Я-то один не такой замятый. А прибудь ко мне эвакогруппа из четырех бойцов, на них бы все дроны слетелись. Я крупный, меня тащить много народу надо, — усмехнувшись, объясняет мужчина.

В своем укрытии он пережил не один минометный обстрел, налеты десятков дронов. От вторых, говорит, отлично защищали удачно раскинувшиеся сверху ветки деревьев. Коптеры пиктировали к нему, но не долетали, цепляясь винтами. Особо проворные получали очередь из АК. Не по зумбам десантник был даже тяжелому украинскому дрону «бомбовозу «Бабе-яге» — сбил гексакоптер на подлете.

— Что давало силы держаться?

— Понимание, что дома меня ждут, что любят и поддерживают. Их я и защищал. И патриотизм — жизни было не жалко, лишь бы отдохнуть от врага, выигнать его с нашей земли, — говорит Максим.

А на вопрос, нет ли у него какого-то особого «камуфляжа», который оберегал его от опасности, мужчина приложил руку к груди, к крестику. Сказал, дескать, вот мой главный амулет — он меня и берег. И широко улыбнулся.

— Вот-отчего я говорю. Бог есть! — повторяет свою мысль Максим. И напоследок вспоминает,

как даже противотанковая мина упала от него в паре метров, да не сработала.

Первые два дня был без связи — рация повредилась во время того боя. Но и тут находчивые боец не растерялся, кое-как заплатил ее, чтобы работала, подручными средствами. Только вышел на связь, принялся вновь командовать своими подчиненными, которые были около километра поодаль. Помогал им отойти на ротацию — подсказывал, где у врага слепая зона, а где, наоборот, лучше двигаться незаметно. Следил за «птичками».

— О чём вы думали, когда остались в одиночестве?

— Ну, во-первых, со мной всегда на связи были мои ребята и командиры. Вообще, я ни о чём не думал. Честно говоря, я и не надеялся вываться, да и живым сдаваться не планировал. Я просто оставался сдерживать врага сколько смогу... — признается собеседник.

— А как доставляли вам питье, пищу, патроны?

— Дронами, всё дронами. Хвала командованию, не оставил меня «птичек» не жалели. Подвозили и воду с едой, и боеприпасы, и медикаменты. Хотя первые дни десять я о еде вообще не думал, другие были приоритеты, — отвечает, усмехнувшись, боец.

Максим держал позицию 24 дня, пока наши подразделения не выбили окончательно противника с этого рубежа. Тогда комбат заслуженно спешно эвакуировали. Во многом благодаря ему самоотверженности удалось отбить этот участок фронта.

— И при этом, отмечу, мой взвод спровоцирован с минимальными потерями! — гордо говорит собеседник.

Он добавляет: огромную роль сыграли именно беспилотники. «Птички» висела в небе всю время. Командование видело ситуацию на поле боя. Так заводили и штурмовиков на квадроциклах, так предупреждали раненного Максима о предстоящих опасностях, держали в курсе событий на поле боя.

Об этом мужчине очень живой, говорит охотно, задорно. Не юлит, называет вещи своими именами. Открытый и в каком-то

смысле озорной, даже когда рассказывает про трудности. А вот при ответе на вопрос о том, как решил стать военным, внезапно стал серьезнее.

— Хот и живу последние лет семь в Подмосковье, сам я родом из Белгородской области. Я, вообще-то, с начала СВО хотел подписать контракт, все-таки в спецназе «срочку» служил, толк знаю. Подвела небольшая травма колена, пришлось ждать восстановления. Но уж когда по Белгороду стали быть, мое терпение кончилось. Как восстановился, сразу пошел в военкомат! — вспоминает Максим.

Так в одиночестве служил стоячим мечом штурмовиком. Признается, хотелось именно в «штурме» — мол, это для настоящих смельчаков. И потенциал военного быстро в себе раскрыл.

Он с детства мечтал стать офицером. Теперь, добившись этой цели, с армейской трофеинкой сворачивать не планирует. Да, по причине травмы вернуться в штурмовики у него уже не получится. Но карьера военного продолжится. Благодаря курсам переподготовки в госпитале теперь он получил должность в военкомате.

— Но скучно ли будет? Вы с виду такой активный...

— Работа — это не про веселье. Главное, родине помогут, чем смогут. Активности мне хватает и в спорте, я его бросать не намерен, — отвечает Максим.

По его атлетическому телосложению ясно, что человек он спортивный. Действительно, на «гражданке» активно занимался юношеской атлетикой, кроссфитом. Любил «железо по качать». Еще раньше увлекался баскетболом и волейболом. А теперь его новая страсть — регби. Вот утвердили команду, на носу соревнования и чемпионаты.

Антон АЛЕКСЕЕВ.

В первом ряду сидел крупного, мускулистого телосложения мужчина. Вопреки канонам с густой, «барской» бородой. Ему в тот день вручили орден Мужества. Как он объяснил мне позднее — за боевые заслуги, и особенно за «крайнюю боевую задачу».

Зовут его Максим Гречев, по званию — младший лейтенант. Пошел добровольцем в прошлом году. В зоне СВО командовал десантно-штурмовым взводом, выполнял задачи в Курской области.

По окончании торжественной части мы встретились и поговорили. Устроились рядом с черепашками аквариумом, среди книжных шкафов и полок. Не успели приступить, как прибегает женщина в белом апостольнике — служительница местного храма, чуть не плача глядит на орден, крепко обнимает моего собеседника.

— Ну, поздравляю тебя, голубчик! Ну как ты, ходишь?

— Хожу помаленьку, все хорошо.

— Ну, с бойкой помощью! Наши нигде не пропадают. Господь сил даёт, дуух...

Когда беседа продолжалась, офицер рассказал о тяжелейших боях и как он, раненный, один держал оборону. Начал многозначительное слово: «Действительно. Вот что значит Бог есть».

Работал Максим в самом пекле. Подразделения «крылатой гвардии» зашли за десятки километров от линии соприкосновения в тыл врага, чтобы отрезать его от основных сил.

Когда женщина ждет любимого мужчины с войны, ее сердце становится крепостью. В этом молчаливом подвиге, где нет выстрелов и окопов, рождается другой фронт — невидимый, но не менее важный. Там, где тревожные ночи сменяются ожидаием, прерывающимися на короткие звонки, где детские рисунки становятся письмами на передовую, где каждая мелочь из дома как броня. Эта история не про выносливость, а про веру. Не про слабость, а про ту силу, которую способен дать только родной человек.

Моя собеседница Екатерина. Женщина, на долю которой выпало, пожалуй, одно из самых сложных испытаний — ждать. Ее муж Дмитрий — участник специальной военной операции. С того момента, как он ушел на фронт, для Кати началась другая жизнь. Без громких слов, но с огромной внутренней работой. Сегодня она делится своим опытом, который может стать поддержкой для тысяч таких же женщин по всей стране.

— Когда я узнала, что муж уезжает на специальную операцию, первое чувство, которое я испытала, была растерянность, — говорит моя собеседница. — Не было ясности, не было и официальных слов. Просто родной человек уходит, и ты чувствуешь, что что-то происходит. А потом пришло осознание серьезности всего происходящего. Это непросто. Да, я, конечно, понимала, что за этого выходила замуж, но когда это подходит так близко, все ощущается по-другому...

Екатерина была в положении. Рождение третьего ребенка прошло без Дмитрия. Переехала в дом, так как в квартире стало уже невыносимо тесно. Куча коробок, а рядом никого, кто бы мог помочь их хотя бы просто разобрать. Зима, снег, непонимание, как справиться со всем этим. Все навалилось. Но Екатерина не сдалась. Трое детей не оставляли выбора. Нужно было жить дальше и заботиться о близких.

Екатерина была в положении. Рождение третьего ребенка прошло без Дмитрия.

Еврокомиссия скорректировала первоначальные планы по созданию противодронового барьера на восточных рубежах ЕС, распространяя инициативу на весь Европейский союз. Как сообщает Reuters со ссылкой на анонимных европейских чиновников, решение пересмотрено, после того как ряд стран НАТО выразили скепсис, заявив, что чувствуют себя «обделенными» в вопросах защиты от угроз, связанных с беспилотниками. Военный консультант Антон Трутц рассказал «МК», почему создание «стены дронов» может стать новой военной революцией и как Россия подготовилась к новейшей концепции ведения войны.

«Мы должны сделать еще больше, чтобы защитить Альянс от этих новых угроз», — сообщил генеральный секретарь Альянса Марк Рюте перед встречей министров обороны стран НАТО в Брюсселе.

Он также заявил, что НАТО отвечает за военные аспекты проекта, в то время как ЕС предоставляет финансовый поддержку и использует возможности внутреннего рынка. Обновленное предложение, получившее название «Европейская инициатива по защите от беспилотных летательных аппаратов», будет включено в «дорожную карту готовности к обороне».

Изначально идея «стены дронов»озвучила председатель Еврокомиссии Урсулу фон дер Лайен в ответ на инцидент с вторжением порядка 20 беспилотников в воздушное пространство Польши в сентябре. «Российская принадлежность» установили сразу, без всяких экспертиз. По замыслу авторов, проект должен был включать сеть датчиков, систему радиоэлектронной борьбы (РЭБ) и оружие для нейтрализации дронов на всем протяжении восточной границы, от стран Балтии до Черного моря. Хотя восточноевропейские государства горячо поддержали эту идею, она столкнулась с критикой со стороны других государств, расположенных на юге и западе континента, и что побудило Брюссель к пересмотру планов.

О намерении расширить географию проекта намекнули и еврокомиссар по обороне Андрес Кубилос, выступая на конференции в Брюсселе. «Мы предлагаем европейскую инициативу по защите от беспилотников... Европейскую инициативу для беспилотников... Европейскую инициативу для беспилотников для защиты всей Европы», — заявил он.

Как считает Антон Трутц, «стена дронов» это не просто оружие, это целая концепция, которая предусматривает выстраивание многослойной расширяющейся системы обороны от дронов.

Стало понятно, что дроны из-за своей дешевизны могут быть хорошим средством пробивания традиционной системы ПВО. Каждый

## ИСПЫТАНИЕ ОЖИДАНИЕМ

**Жена участника спецоперации поделилась сокровенным**



Переехала в дом, так как в квартире стало уже невыносимо тесно. Куча коробок, а рядом никого, кто бы мог помочь их хотя бы просто разобрать. Зима, снег, непонимание, как справиться со всем этим. Все навалилось. Но Екатерина не сдалась. Трое детей не оставляли выбора. Нужно было жить дальше и заботиться о близких.

Екатерина была в положении. Рождение третьего ребенка прошло без Дмитрия.

Катя вспоминает, что перед каждой новой командировкой она собирала мужу аптечку. Не обычную, а с наружными средствами. Эфирные масла для бодрости, для поддержки. Маленькие открытки, капли уюта из дома. Письма, которые пахли домом. Это как храм, храм души. Только вместо атрибутки теплые носки, варенье, письма для любимых и единственных. Добрые слова — как молитва.

Это возвращает ребятам ощущение, что дом ягод. Что все еще есть тепло, даже там, где холода и страхи. А для женщин сообщества — это возможность выжить морально. Особенно когда нет поддержки. Когда ты одна. Когда сломлена. Это как круги спасения. Без сплете-без осуждения. Только поддержка, только свет. Иногда достаточно пяти минут разговора, чтобы вытащить женщину из депрессии. Иногда просто взгляда. И это бесценно...

Во время ожидания мужа Екатерина написала сказку. Не просто книгу, а волшебный текст, в котором через приключение главной

героини прослеживалась простая истинка: если ты чего-то-настоящему сильно хочешь, оно обязательно скажется. Эта книга стала якорем, когда девушка сама была на грани. В один из таких критических моментов отчаяния она уже была готова забросить рукоять в дальний ящик, признав свое поражение. Но именно тогда Дима, ее муж, человек, ради которого она и держалась, сказал с непоколебимой уверенностью: «Делай. Надо. Людям это нужно».

Проблемы со здоровьем Екатерины заставили супруга уйти со службы. Было тяжело во всех аспектах, и морально, и материально. Но они справились, а их семья, как считает сама девушка, стала только крепче.

— Это, наверное, парадокс, но испытания нас обединили. Сейчас все замечательно, муж учиться. Прошел в программу «Герой Подмосковья». Есть планы, есть идея открыть свое дело.

— Что бы вы посоветовали женщинам, которые ждут?

— Не замыкайтесь в ожидании. Жить полноценной жизнью. Может быть, даже найти хобби. Например, начать заниматься тем, о чём давно мечтали. Танцы, рисование, садоводство — не важно. Поддерживать других. Объединяться, чтобы работать вместе, а их семья, как считает сама Екатерина, стала только крепче.

История Екатерины — это рассказ не только о войне. Это рассказ о женщине, которая не сдалась. Которая нашла в себе силы быть опорой, быть тылом, быть светом. И таких много, их имена не звучат в новостях, при них не снимают фильмы, но именно на них держится наше завтра.

Лина КОРСАК.

## «

# ТЕТ-А-ТЕТ

С Евой  
МЕРКАЧЕВОЙ

Деньги, секс,  
власть: профайл  
кибержертвы

— Элина Леонидовна, знаю, что вы принимаете активное участие в обсуждении и популяризации положений конвенции. Благодарю и поздравляю! И первый вопрос в связи с этим про киберпреступности. К каким методикам прибегают кибермошенники?

— Какая бы ни была методика, это просто форма. А содержание — это попытка манипуляции человека человеком через его основные страсти.

— Деньги, власть и секс?

— Да. Еще добавим сюда страх. Любой — болезни, потери авторитета или имущества, близких и т. д. К числу основных страстей и мотивов, делающих людей уязвимыми, относятся: жадность излишность, страх и тревожность, тщеславие и самолюбие, доверчивость и наивность. Осознавая важность системного подхода в предупреждении новых информационных преступлений, мы приступили к разработке концепции цифровой виктимологии. Она поможет понять, почему тот или иной человек становится жертвой, какие черты характера и установки это предопределяют.

Признаться честно, в системе предупре-

ждения преступности наука и правоохранительные органы явно недодоценивают потерпевшего. В свое время криминолог и конфликтолог Дениэл Давил Лакенбиль писал об инверсии ролей при совершении насильственных преступлений: иногда за 15 минут до преступления неизвестно, кто станет преступником, а кто — жертвой. Приведу простой пример. Два человека дерутся. Первый бьет, в другой, дабы сохранить собственный престиж, отвечает, усиливая дозу насилия (то есть он бы сильнее в ответ). Первый бьет еще



## ЗВОНОК — И ВЫ РАЗБОЙНИКИ!

правду в законном порядке», он делает то, что говорят мошенники.

Другая проблема — одиночество. Человек живет в городе, он может даже жить в семье, но реально он социально одинок. А в сельской местности (я понимаю, что у жителей глубинки и денег меньше) мошенники почти не имеют успеха. Там гораздо сильнее развиты личные контакты, и всегда есть с кем посоветоваться.

### Бабушка-дроппер «под гипнозом»

— Сегодня мы сталкиваемся с уникальной ситуацией, когда жертвы и преступники — это часто одни и те же люди. Самый пожилой дроппер — 90-летняя бабушка. А самый молодой?

— 14 лет. Именно с 14 лет, то есть после получения паспорта, подросток может открыть основную карту с отдельным счетом. При этом, пока ему не исполнится 18 лет, требуется письменное согласие родителей или законных представителей. К сожалению, до недавних пор не все банки требовали от несовершеннолетнего согласия родителей на открытие банковского счета. Этим пользовались мошенники.

— Сегодня родители сами делают банковские карты даже совсем даже маленьким детям. Это не опасно?

— Это совсем другое. Если карта открывают ребенку родители, то они могутставить запреты и ограничения на операции. Ну и у родителей в банковском приложении сразу отражается любая транзакция с этой карты. Так что мошенники не заинтересованы в том, чтобы имели доступ к таким «детским» картам. Не знаю случаев, чтобы они их использовали.

— Многие граждане возмущены тем, что введена уголовная ответственность за предоставление банковской карты или добровольную передачу данных своего банковского счета третьему лицу. Причем наказание — от штрафа до реального срока. Не слишком ли это жестко, особенно в случаях, когда третье лицо не совершило никакого мошеннического действия?

— Это так называемая пресекательная норма. Государство объявляет само по себе не вредоносное действие преступлением потому, что оно является необходимым условием совершения более серьезного преступления. И тем самым пресекает возможное совершение в последующем действительно тяжких преступлений.

Что такое дропперство? Это простая форма обхода достаточно жестких требований банковской системы, связанных с идентификацией клиента. Что делают дропперы? Они получают свою фамилию карту и сразу передают другому человеку. А мошенникам для чего это нужно? Для того чтобы жертва направила деньги на так называемый безопасный счет. Жертва переводит, они проходят все уровни банковского контроля, а потом уходят на другие счета, в основном меняются на криптовалюту.

— Но, может, нужно просвещать людей, а не карать?

— Конечно, уголовная ответственность — это крайняя мера. Но ее существование — важный сигнал для людей: передавать карты нельзя. Понимаете, люди не чувствовали общественной опасности своих действий. А мир изменился. Многое из того, что было раньше, в условиях «цифры» уже не действует.

Общественная опасность действия формируется посредством нескольких вещей: высокой вредоносности действия и нетерпимостью общества к этому действию. Закон лишь легитимизирует этот запрет. На этом всегда строилась доктрина права.

— Сегодня в России каждый месяц, по данным ЦБ, 80 тыс. человек становятся дропперами. По оценкам Сбера, карта на «черном рынке» стоила два года назад около 9 тыс. рублей, а сейчас стоимость отдельных премиальных карт составляет 100 тыс. рублей.

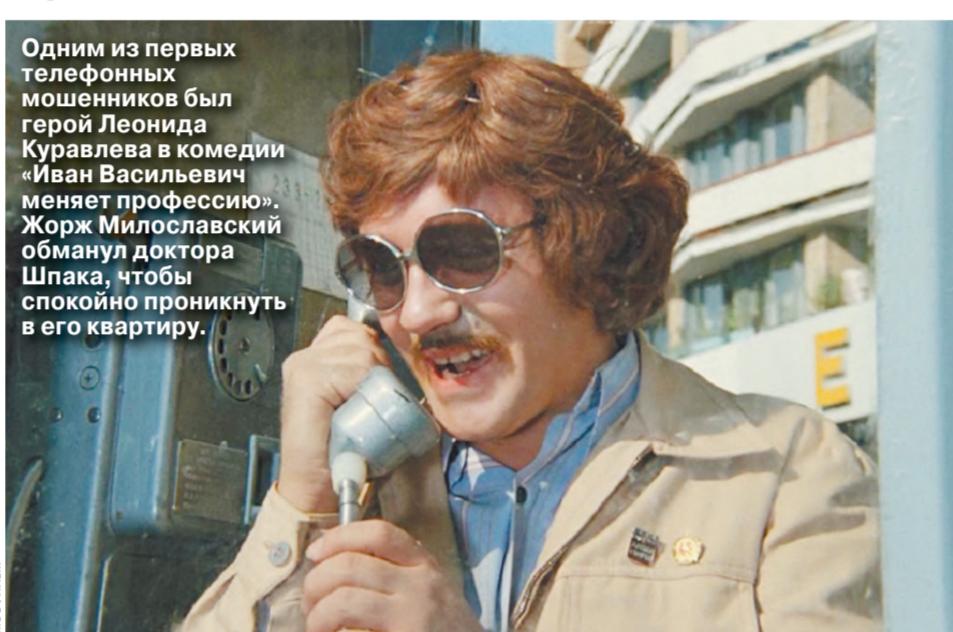
— И мы вдруг объявляем всех этих людей преступниками! Криминализируем значимую часть населения.

— Мы действительно обягляем преступниками тех, кто считал себя законопослушными, и здесь, конечно, механизм клеймения никто не отменял. Но, с другой стороны, государство, понимая эту особенность, дает сейчас возможность избежать ответственности, поскольку в примечании к статье закреплено: если человек раскаяется, то будет освобожден от уголовной ответственности.

— И все-таки почему нельзя было сначала установить административную ответственность, а уже потом, когда грядет, — уголовную?

— Эти преступления обладают высокой латентностью, и довольно сложно второй раз человека на этом поймать. Начинает хитрить одна и другая сторона. Поэтому посчитали,

Одним из первых телефонных мошенников был герой Леонида Курялева в комедии «Иван Васильевич меняет профессию». Жорх Милославский обманул доктора Шпака, чтобы спокойно проникнуть в его квартиру.



что здесь не надо делать административный шаг, сразу идти по пути уголовной ответственности.

На самом деле это жесткий шаг, поэтому сразу сама идея была принята властью. Но, с другой стороны, мы уже увидим результат — количество переданных карт резко сократилось.

— Но святое место пусто не бывает...

— Это верно. И сейчас мошенники стали разрабатывать новые схемы.

Это работа с близким окружением жертв. Потерпевшему теперь не предлагают взять деньги в банке, а предлагают оперативно запросить денежки у своих друзей и подруг на оперативные нужды или на инвестиционный проект. И по факту работа идет с банками, через карты людей, которых дропперами они не являются. Это виктимизация «второго круга».

— И как тут быть?

— Есть две статьи в УК, регламентирующие хищения с использованием банковских продуктов: кража с карт и мошенничество. В первом случае компенсацию берет на себя банк. Во втором — материальный ущерб на человека.

В настоящее время мы в рамках «белого Интернета» выступаем за внедрение в судебную практику концепции опосредованного причинения вреда.

— Давайте поясним читателям, что имеется в виду.

— Опосредованное причинение вреда — это когда человек наносит ущерб не напрямую, а посредством использования других людей или обстоятельства. Представьте ситуацию: вместо того чтобы самому убить человека, преступник привлекает его к совершению малолетним либо невменяемым.

Фактически убийство совершил ребенок или душевнобольной человек, юридически — лицо, руководившее его действиями. Этой концепции мы решили применить и к жертвам мошенничества.

Что хочет преступник, заставляя бабушку Нюру пойти в банк и взять кредит? Лишить ее пенсии или получить деньги банка? Наверное, все-таки деньги банка. Бабушка здесь — не цель преступника, а инструмент посягательства. Некоторые силовики стали именно так оценивать действия преступников и признавать потерпевшими именно банки, таким образом перекладывая на последних имущественные потери. Пока это еще не общая практика (когда потерпевший признают юридическое лицо — банк), но начало положено. Такие случаи появились в Санкт-Петербурге.

— Тогда люди вообще не несут никаких убытков?

— Да. Человек оказался жертвой, но его вины не было, он добросовестно заблуждался.

— Кстати, про заблуждения. Эксперты говорят, что многие жертвы были не просто сбиты с толку, а находились в измененном состоянии сознания.

— Мы стали исследовать вместе с врачами-психиатрами, что управляет человеком, который становится жертвой мошенничества. Пришли к выводу, что пора, наверное, психиатрии — достаточно консервативной науке — немного откорректировать свою позицию в части оценки измененных состояний и расширить представления о них за счет новых состояний, которые до этого науке не были известны. Полагаю, в данном случае невозможно отрицать вменяемость жертвы: человек, безусловно, психически здоров и адекватен. Однако он оказывается в особом — зависимом — состоянии, вызванном взаимодействием с мошенником. Представьте: человек берет трубку, а ему в будничной, иногда даже властной манере говорят: «Сделай вот это». И в этот момент у него буквально нехватает сил положить трубку — он как будто

«застревает» в диалоге. А стоит ему все-таки прервать разговор, как он резко «приходит в себя», будто выходит из транса. Вот это состояние — когнитивное, эмоциональное, даже физиологическое — требует серьезного научного изучения. И как только мы признаем, что в момент совершения действий по указаннию мошенника человек находился в измененном состоянии сознания, у нас автоматически активируется уже существующая правовая концепция, применяемая в банковской сфере: если клиент действовал под внешним психологическим давлением или в состоянии, ограничивающем его свободу воли, — это может повлиять на оценку его ответственности и на решения по возврату средств.

— Давайте эту концепцию немножечко расширим и поговорим про тех людей, которые в измененном состоянии сами совершают тяжкие преступления как раз под воздействием. Примеров множество: старики, подростки. Меня не отпускает история с московским школьником, которому мошенники позвонили под видом необходимости зарегистрироваться на Олимпиаду. В итоге он вынес все деньги из дома и поджег машины, бросил бутылку в здание (так ему сказал сделать «генерал ФСБ», чтобы «выкупить» украинский кол-центр). Мальчик в СИЗО, он в списке террористов. Получается, что на сегодняшний день следствие относится к людям, которые совершают разного рода противоправные деяния, в основном террористические акты под воздействием мошенников, с той же жесткостью, как к настоящим террористам. Будто не было никакого воздействия, как будто был умысел изначально в здорово, так как

экспертиза, учитывая механизмы дистанционного манипулирования, эффекты авторитетного внушения и состояние когнитивного захвата. Именно поэтому я говорю: пора «встряхнуть» психиатрию — не в смысле интеграции с когнитивной психологией, нейроправоведением и цифровой криминологии. Без этого мы будем продолжать наказывать жертв как преступников — и это не только несправедливо, но и опасно. Это подрывает доверие к правосудию и оставляет безнаказанными настоящих организаторов преступлений — тех, кто остается в тени, управляя людьми через телефон или Интернет.

— В случае с мальчиком владельцы двух машин, которые он поджег, претензии не имеют и просят переквалифицировать деяние на porchу имущества. Но следствие настаивает — теракт. Почему правоохранители очень жестко поступают с жертвами воздействий?

— Их логику можно понять. Они опасаются, что смягчение подхода к таким случаям ослабит общественное восприятие запрета на терроризм и другие тяжкие преступления. Думаю, используется следующий аргумент: «Если мы сегодня оправдаем подростка или пожилую женщину, бросивших зажигательную смесь в здание по указке мошенника, — это создаст у общества иллюзию допустимости подобных действий. Люди перестанут быть бдительными. А для кого-то этот прецедент станет сигналом: «может». Но здесь возникает серьезное противоречие между доクリнальной логикой сдерживания и реальностью. Дело в том, что если человек находится в состоянии, при котором он объективно не способен в полной мере контролировать свою действия — будь то под гипнотическим давлением, страхом или ложным представлением о реальности, — то никакая угроза наказания не влияет на его поведение в момент действия. Ни 20 лет лишения свободы, ни пожизненный срок не удержат того, кто уже находится в «когнитивной ловушке».

Именно поэтому необходим взвешенный, научно обоснованный подход, который учтывает не только формальный состав преступления, но и фактическое состояние субъекта в момент его совершения. Это не отменяет ответственности, а ее индивидуализация — в соответствии с принципами справедливости и гуманизма.

Надеюсь, Верховный суд России в ближайшее время с учетом новых цифровых вызовов поставит вопрос о принятии постановления пленума по делам о крайней необходимости, физическом и психическом принуждении. Надо идти дальше, и, может быть, пора уже сесть за круглый стол с экспертным сообществом и поговорить о том, как оценивать подобное состояние, как и когда надо смягчать или исключать ответственность.

— Потому что, когда человек внутился организованной группой, ответственность растирается между всеми участниками?

— Уголовное право усиливает ответственность за организованные преступления не из места, а по инструментальной логике: групповая преступность опасна своей устойчивостью, масштабируемостью и способностью к рецидиву. Когда преступление совершается в рамках структурированной группы — даже если она виртуальная, — оно перестает быть актом индивидуального отклонения и превращается в системный риск для общества. Организаторы мошеннических схем создают «фабрики зла», где роль каждого минимизирована, но общий вред многократно усиливается. Поэтому закон (в частности, ст. 35 УК РФ) квалифицирует участия в преступном сообществе как отягчающее обстоятельство. Это не просто наказание за деяние — это попытка разрушить саму модель, которая позволяет одному инженеру из безымянного офиса в другой стране запускать цепную реакцию разрушения для десяти тысяч жертв.

— Чем отличается преступник нового времени?

— Хочется спросить про личность киберпреступника. Кажется, что это совершенно другие персонажи, чем те, которые совершают «видимые» преступления — воруют, грабят и убивают. Кто этот человек? Может быть, есть какие-то исследования, которые примерно могут ответить на этот вопрос?

— Раньше преступников делили на несколько категорий. Первая — человек с антиобщественной установкой. Вторая — «случайный преступник». Третья — человек, совершающий преступление ради преступления. Сейчас все кардинально меняется. Современный цифровой преступник — это не столько «криминальный тип» в традиционном понимании, сколько человек с высоким уровнем технической грамотности, зачастую получивший полноценное образование в сфере информационных технологий, кибербезопасности или математики. Новейшие криминологические исследования доказывают, что многие киберпреступники — это молодые люди в возрасте от 16 до 30 лет, обладающие аналитическим складом ума, склонностью к решению сложных задач и глубокими знаниями в программировании, сетевой архитектуре или криптографии. В отличие от «личного» преступника, киберпреступник часто дважды вызывает, стремлением к признанию в хакерских сообществах или даже «игровой» логикой, где взлом — это не преступление, а захватывающая квест.

— Разве ими не обладают многочисленные, старой формации, преступники?

— Да, традиционные преступники — будь то «медведяшки» или карманник — тоже являются криминальным мастерством, выработанное и отточенное в преступной среде. Цифровой преступник, напротив, обучаются социально одобряемым, часто академическим навыкам. Его «инструменты» — те же, что используют и белые хакеры, и инженеры безопасности. Разница между ним не в компетенциях, а в этическом выборе.

А потому выявить современного цифрового преступника очень сложно. Ведь часто это талантливый специалист, который просто перешел грань.

— В сфере IT?

— В первую очередь. Исследования в области криминологии и психологии показывают, что значительная часть киберпреступников демонстрирует черты так называемой геймерской или достижительской личности. Их мотивация — не только финансовая выгода (хотя она тоже присутствует), сколько интеллектуальное превосходство, преодоление

«невозможных» систем, достижение статуса в закрытых сообществах. Например, они ставят себе цель — «взломать Пентагон», «обойти двухфакторную аутентификацию банка» — и видят в этом личный вызов. Это разрушает традиционный профиль преступника. Такие люди часто социально адаптированы, не имеют криминального прошлого и не ощущают себя нарушителями — они просто играют в игру с другими правилами. Поэтому борьба с ними требует не только правоохранительной, но и глубокой профилактической, образовательной и этической работы в IT-сообществе, это направление, увы, пока не сильно разработано.

— Кажется, что такие преступники лишины эмпатии и не могут понимать, что приносит боль и страдания другим. Это факт?

— Те, о которых мы вели речь, с жертвами никогда не общаются и не пытаются заглянуть





	1	РОССИЯ 1	ТВЦ	НТВ	5	РОССИЯ K	СТС	ТНТ	ОТР
5.00	Телеканал «Доброе утро».	5.00 «Утро России».	6.00 «Настроение».	4.55 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЬ»	5.00 «Известия». (16+)	6.30 «Диалоги о животных».	6.00 «Маша и медведь». М/с. (0+)	7.00 «Однажды в России». (16+)	6.00 «В ПОСЛЕДнюю ОЧЕРЕДЬ»
9.00	Новости (с субтитрами).	9.00 «Самом главном». Ток-шоу. (12+)	8.10 «Смех, дрохи и видео». (16+)	6.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2. ПЕРА. ЧЕРНАЯ СИНЦА»	5.25 «Круговая порука».	7.20 «Черные дыры. Белые пятна».	8.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ-2»	9.00 «Звезды в джунглях». (16+)	(СССР, 1981). Детектив. (12+)
9.20	«Модный приговор».	11.00 «Местное время».	8.50 «О самом главном». Ток-шоу. (12+)	6.30 «Серебряная спираль».	8.00 «Утро. Самое лучшее».	7.25, 9.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2. НА ПРЕДЕЛЕ»	8.00 «Черный ковчег. Теория неврозомодного». Мария Вольницева.	12.00 «ИНТЕРНЫ» (Россия). (16+)	7.30, 20.15 «Клендэр». (6+)
10.10	«Жить здорово!».	12.00 «60 минут». Ток-шоу. (12+)	10.45 «Городское собрание». (12+)	8.25 «Серебряная спираль».	8.05 «Фирменный рецепт». (12+)	8.30, 14.05 «ВРЕМЯ-НЕ-ЖДЕТ»	8.00 «Форт. Возвращение легенд».	12.20 «НЕЙРОВАСЯ» (Россия). (16+)	8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00,
11.00	«Время покажет».	14.00 «События».	11.30 «События».	11.50 «СОКОЛОВА ПОДЗРЕВАЕТ ВСЕХ» (Россия). (12+)	8.40 «Серебряная спираль».	8.40 «Знание – сила». (12+)	10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.35	20.00 «НОВЫЕ ЖУКИ» (Россия). (16+)	10.50, 12.00, 13.00,
12.00	Новости (с субтитрами).	14.30 «КАМЕНСКАЯ. УКРАДЕННЫЙ СОН» (Россия). (16+)	13.45 «Мой герой. Илья Носков». (12+)	10.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЬ»	9.00 «Серебряная спираль».	10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.35	21.00 «НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ»	15.00, 18.00, 20.00,	21.00 «НОВОСТИ Совета Федерации».
12.15	«Время покажет».	16.30 «Медиах». (16+)	14.50 «Город новостей».	10.35 «Серебряная спираль».	9.35 «Серебряная спираль».	10.15 «Наблюдатель».	10.15 «ХИМИКИСКИЕ ВЕДЬМЫ» (Россия). (16+)	23.30 «НЕПРИЛИЧНЫЕ ГОСТИ» (Россия). (2024).	8.05, 8.35 «Пестрый мир». (12+)
14.00	«Большая игра».	20.00 «События».	15.05 «25-НЭПРАСИЯ ВАРДУЖА»	13.00 «Серебряная спираль».	12.05 «Серебряная спираль».	11.10, 23.50 XX век. «Солдаты в синих шинелях». Телевиктория.	10.25 «Город. Подробно. Кино».	18.00 «ТУР С ИВАНУШКАМИ» (Россия). (2024).	9.05, 9.35, 10.05, 12.05, 13.10, 18.20
15.00	Новости (с субтитрами).	21.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-23» (Россия). Рано утром в квартире в центре Петербурга зарезан спортивный агент Андрей Петров. Накануне он сошелся браком с Варварой Вороновой. Молодожены собирались в свадебное путешествие. Варвара неизменно отлучилась к соседке, а вернувшись, обнаружила труп мужа. Убийство совершенено с особой жестокостью, на теле жертвы однажды ножами ранены.	17.00 «Тайная комната».	14.00 «Серебряная спираль».	11.20 «Серебряная спираль».	10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.35	10.25 «Премьера. «ХИМИКИСКИЕ ВЕДЬМЫ» (Россия). (16+)	18.20 «ОТРАЖЕНИЕ» (Россия). (2024).	11.00, 0.55 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ЧИСТО СОВЕТСКОЕ УЙСТВО» (Россия). (16+)
15.15	«Давай поженимся!».	(16+)	17.50 «События».	15.00 «СОКОЛОВА ПОДЗРЕВАЕТ ВСЕХ» (Россия). (12+)	16.20 «Серебряная спираль».	10.15 «Наблюдатель».	10.15 «ХИМИКИСКИЕ ВЕДЬМЫ» (Россия). (16+)	18.20 «ОТРАЖЕНИЕ» (Россия). (2024).	11.00, 0.55 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ЧИСТО СОВЕТСКОЕ УЙСТВО» (Россия). (16+)
16.05	«Мужской/Женской».	(16+)	18.15 «ЧАСТОК №13»	16.45 «Серебряная спираль».	15.00 «Серебряная спираль».	10.15 «Наблюдатель».	10.15 «ХИМИКИСКИЕ ВЕДЬМЫ» (Россия). (16+)	18.20 «ОТРАЖЕНИЕ» (Россия). (2024).	11.00, 0.55 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ЧИСТО СОВЕТСКОЕ УЙСТВО» (Россия). (16+)
17.00	«Большая игра».	(16+)	22.00 «События».	17.50 «Серебряная спираль».	16.00 «Серебряная спираль».	10.15 «Наблюдатель».	10.15 «ХИМИКИСКИЕ ВЕДЬМЫ» (Россия). (16+)	18.20 «ОТРАЖЕНИЕ» (Россия). (2024).	11.00, 0.55 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ЧИСТО СОВЕТСКОЕ УЙСТВО» (Россия). (16+)
18.00	Вечерние новости (с субтитрами).	22.35 «События».	19.00 «Сокровища».	17.00 «Сокровища».	16.00 «Сокровища».	10.15 «Наблюдатель».	10.15 «ХИМИКИСКИЕ ВЕДЬМЫ» (Россия). (16+)	18.20 «ОТРАЖЕНИЕ» (Россия). (2024).	11.00, 0.55 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ЧИСТО СОВЕТСКОЕ УЙСТВО» (Россия). (16+)
18.30	«Время покажет».	(16+)	23.05 «Знак качества».	19.00 «Петровка, 38». (16+)	18.00 «Сокровища».	10.15 «Наблюдатель».	10.15 «ХИМИКИСКИЕ ВЕДЬМЫ» (Россия). (16+)	18.20 «ОТРАЖЕНИЕ» (Россия). (2024).	11.00, 0.55 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ЧИСТО СОВЕТСКОЕ УЙСТВО» (Россия). (16+)
19.50	«Пусть говорят».	(16+)	23.35 «Сокровища».	19.00 «Сокровища».	18.00 «Сокровища».	10.15 «Наблюдатель».	10.15 «ХИМИКИСКИЕ ВЕДЬМЫ» (Россия). (16+)	18.20 «ОТРАЖЕНИЕ» (Россия). (2024).	11.00, 0.55 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ЧИСТО СОВЕТСКОЕ УЙСТВО» (Россия). (16+)
21.00	«Время».	2.05 «Астрил Ливан».	2.40 «Секретная Африка».	2.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6. СТРЕЛА СМЕРТИ» (Россия). (16+)	2.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6. СТРЕЛА СМЕРТИ» (Россия). (16+)	2.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6. СТРЕЛА СМЕРТИ» (Россия). (16+)	2.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6. СТРЕЛА СМЕРТИ» (Россия). (16+)	2.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6. СТРЕЛА СМЕРТИ» (Россия). (16+)	2.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6. СТРЕЛА СМЕРТИ» (Россия). (16+)
22.00	Большая премьера.	«ГОСУДАРЬ» (Россия). (16+)	4.15 «Вечер с Владимиром Соловьевым».	4.55 «Мой герой. Илья Носков». (12+)	5.00 «Сокровища».	5.00 «Сокровища».	5.00 «Сокровища».	5.00 «Сокровища».	5.00 «Сокровища».
0.10	«Большая игра».	(16+)	5.30 «КАМЕНСКАЯ. УКРАДЕННЫЙ СОН» (Россия). (16+)	5.30 «Алексей Люткин и Светлана Савелова». (16+)	5.30 «Алексей Люткин и Светлана Савелова». (16+)	5.30 «Алексей Люткин и Светлана Савелова». (16+)	5.30 «Алексей Люткин и Светлана Савелова». (16+)	5.30 «Алексей Люткин и Светлана Савелова». (16+)	5.30 «Алексей Люткин и Светлана Савелова». (16+)
1.10	Подкаст.Лаб.	(16+)							
3.00	Новости.								
3.05	Подкаст.Лаб.	(16+)							

	4	ЗВЕЗДА	3	D	ПЯТНИЦА!	360.RU	карусель	МИР	МАТЧ!
5.00	«Самые шокирующие гипотезы».	5.20 «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ» (Россия). (16+)	6.00 «Мультифильмы».	6.30 «По делам несовершеннолетних».	5.00 «Секреты на кухне».	5.00 «Новости Московской области».	5.00 «Ранние птички».	5.00, 6.15 «ЭМРИ ПОППИНС, ВО СВИДАНИИ» (СССР, 1983).	6.00, 14.55 «Тайны звезд спорта».
6.00	«С бодрым утром!».	7.00 «Сегодня утром».	8.00 «Леди Баг и Супер-Кот».	7.30 «Давай разведемся!».	6.00 «Пятница News».	6.45 «Важные уроки».	6.45 «Простоквашин».	6.30 «Все с глазами».	6.30 «Все с глазами».
8.30	Новости. (16+)	9.00 «Вечная тайна».	9.15 «Открытый эфир». Ток-шоу. (16+)	8.30 «СЛЕПАЯ» (Россия). (16+)	8.30 «Гест на отцовство».	7.10 «Летициа News».	7.10 «Бурбазы».	7.00, 9.00, 10.00, 13.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 24.00, 25.00, 26.00, 27.00, 28.00, 29.00, 30.00, 31.00, 32.00, 33.00, 34.00, 35.00, 36.00, 37.00, 38.00, 39.00, 40.00, 41.00, 42.00, 43.00, 44.00, 45.00, 46.00, 47.00, 48.00, 49.00, 50.00, 51.00, 52.00, 53.00, 54.00, 55.00, 56.00, 57.00, 58.00, 59.00, 60.00, 61.00, 62.00, 63.00, 64.00, 65.00, 66.00, 67.00, 68.00, 69.00, 70.00, 71.00, 72.00, 73.00, 74.00, 75.00, 76.00, 77.00, 78.00, 79.00, 80.00, 81.00, 82.00, 83.00, 84.00, 85.00, 86.00, 87.00, 88.00, 89.00, 90.00, 91.00, 92.00, 93.00, 94.00, 95.00, 96.00, 97.00, 98.00, 99.00, 100.00, 101.00, 102.00, 103.00, 104.00, 105.00, 106.00, 107.00, 108.00, 109.00, 110.00, 111.00, 112.00, 113.00, 114.00, 115.00, 116.00, 117.00, 118.00, 119.00, 120.00, 121.00, 122.00, 123.00, 124.00, 125.00, 126.00, 127.00, 128.00, 129.00, 130.00, 131.00, 132.00, 133.00, 134.00, 135.00, 136.00, 137.00, 138.00, 139.00, 140.00, 141.00, 142.00, 143.00, 144.00, 145.00, 146.00, 147.00, 148.00, 149.00, 150.00, 151.00, 152.00, 153.00, 154.00, 155.00, 156.00, 157.00, 158.00, 159.00, 160.00, 161.00, 162.00, 163.00, 164.00, 165.00, 166.00, 167.00, 168.00, 169.00, 170.00, 171.00, 172.00, 173.00, 174.00, 175.00, 176.00, 177.00, 178.00, 179.00, 180.00, 181.00, 182.00, 183.00, 184.00, 185.00, 186.00, 187.00, 188.00, 189.00, 190.00, 191.00, 192.00, 193.00, 194.00, 195.00, 196.00, 197.00, 198.00, 199.00, 200.00, 201.00, 202.00, 203.00, 204.00, 205.00, 206.00, 207.00, 208.00, 209.00, 210.00, 211.00, 212.00, 213.00, 214.00, 215.00, 216.00, 217.00, 218.00, 219.00, 220.00, 221.00, 222.00, 223.00,	

1	РОССИЯ 1	ТВЦ	НТВ	5	РОССИЯ K	СТС	ТНТ	ОТР
5.00 Телеканал «Доброе утро».	5.00 «Утро России».	6.00 «Настроение».	5.00 «МОРСКИЕ ДЯВОЛЫ. СМЕРЬ»	5.00, 9.00, 13.00, 17.00 «Известия».	6.30 «Диалоги о животных».	6.00 «Маша и медведь».	7.00 «ИНТЕРНЫ»	6.00 «На приеме у главного врача» с Марьяной Лысенко. (12+)
9.00 Новости (с субтитрами).	9.00 Местное время.	8.10 «Доктор И...».	8.40 «ДЕТЕКТИВ НА КОНЧИКЕ ПЕРА. ФАНТОМ»	5.25, 9.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПТИЦА-2» (Россия). (16+)	7.20, 19.00 90 лет со дня рождения Людмилы Гурченко. «Легенды мирового кино».	8.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ-3» (Россия). (12+)	19.00 «Премьера. «НЕЙРОВАСЯ» (Россия). (16+)	6.50 «Очень личное» с Виктором Лошаком.
9.20 «Модный приговор».	9.55 «О самом главном». Ток-шоу. (12+)	10.40 «Театр. Женевьев Женевьев».	10.35 «Блеск и отчаяние».	6.30 «Самое лучшее».	8.05 «Стройнадзор».	12.00 «Большой кошачий побег» (Китай, 2018).	21.00 «НОВЫЕ ЖУКИ» (Россия). (16+)	7.30, 20.15 «Календарь».
10.10 «Жить здорово!».	11.00 Местное время.	11.30 «События».	11.30 «СОКОЛОВА ПОДЗРЕВАЕТ ВСЕХ»	8.00 «События».	8.40 «Знание – сила».	7.45, 13.30 «Настоящая война престолов».	13.55 «СЕРГИЙ ПРОТИВ НЕЧИСТИ: ГЛАВА 1» (Китай, 2023).	8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00,
11.00 «Время покажет».	14.00 «КАМЕНСКАЯ. Я УМЕР ВЧЕРА» (Россия). (16+)	11.55 «Людмила Гурченко.	11.55 «СОБЫТИЯ»	8.25 «Сергия».	9.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПТИЦА-5. УПРАВЛЕНИЕ ВСЕЛЕННОЙ ВОСЬМИУСЛОВИЯХ»	8.50, 20.40 «ТРЕСТ, КОТОРЫЙ ПОЛУПЛЮ» (СССР, 1982).	15.50 «Полнометражный анимационный фильм».	15.00, 18.00, 19.00, 20.00 Новости.
12.00 Новости (с субтитрами).	14.30 «КАМЕНСКАЯ. Я УМЕР ВЧЕРА» (Россия). (16+)	13.45 «Город новостей».	13.45 «События».	10.00 «Сергия».	10.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПТИЦА-5. ИМПИТАЦИЯ»	10.25 «Забытое ремесло». «Наборщик».	20.00 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ТУШКА» (США, 2012).	8.05, 8.35 «Пестрый мир».
12.15 «Время покажет».	17.00 «Малыш».	14.30 «60 минут».	14.30 «События».	10.35 «Сергия».	11.20 «МОРСКИЕ ДЯВОЛЫ. СМЕРЬ»	11.20 «Роман в камне».	20.20 «Маша и медведь».	8.05, 9.05, 9.35, 10.05, 12.05, 13.10, 18.20
14.00 «Большая игра».	20.00 «Бести».	14.50 «Город новостей».	15.05, 2.50 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА. ПОХУДЕЙ ИЛИ УМРИ»	10.35 «Сергия».	12.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПТИЦА-5. МАРЧАННЫЕ УЗЫ»	12.05 «Роман в камне».	21.00 «ИНТЕРНЫ» (Россия). (16+)	«Очень личное» с Виктором Лошаком.
15.00 Новости (с субтитрами).	21.10 «Тайны следствия-23» (Россия).	17.00 «Тайная комната».	17.00 «События».	13.25 «Сергия».	13.00 «Сергия».	13.30, 17.30 «СЛЕД» (Россия). (16+)	21.20 «Большой кошачий побег» (Китай, 2018).	7.30, 20.15 «Календарь».
15.15 «Давай поженимся!».	21.30 «События».	17.50 «Людмила Гурченко.	17.50 «Участок №13. Любовь ВОЛРЕКИ» (Россия). (16+)	14.00 «Сергия».	14.00 «Сергия».	22.20 «СОВИ-3. СМЕРТЬ АДВОКАТА» (Россия). (16+)	21.50 «Большая игра» (США, 2017).	8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00,
16.05 «Мужское/Женское».	22.00 «События».	18.00 «Большая игра».	18.00 «События».	14.00 «Сергия».	14.00 «Сергия».	23.05 «СОВИ-5. ПУСТАЯ КОМНАТА» (Россия). (16+)	21.50 «Большая игра» (США, 2017).	10.50, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00,
17.00 «Большая игра».	22.30 «События».	18.30 «Большая игра».	18.30 «События».	14.00 «Сергия».	14.00 «Сергия».	16.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПТИЦА-6. БУДЬ МОИМ СЫНОМ»	21.50 «Большая игра» (США, 2017).	17.00 «Большая игра».
18.00 «Вечерние новости (с субтитрами).	23.05 «Свидание».	18.45 «Свидание».	18.45 «Свидание».	14.00 «Сергия».	14.00 «Сергия».	16.30 «Сибиряк. Любовь и смерть».	21.50 «Большая игра» (США, 2017).	17.15 «Большая игра».
18.30 «Время покажет».	19.00 «Свидание».	18.45 «Свидание».	18.45 «Свидание».	14.00 «Сергия».	14.00 «Сергия».	16.30 «Сибиряк. Любовь и смерть».	21.50 «Большая игра» (США, 2017).	17.40 «Большая игра».
19.50 «Пусть говорят».	19.45 «Свидание».	18.45 «Свидание».	18.45 «Свидание».	14.00 «Сергия».	14.00 «Сергия».	16.30 «Сибиряк. Любовь и смерть».	21.50 «Большая игра» (США, 2017).	17.40 «Большая игра».
21.00 «Время».	20.00 «Свидание».	19.00 «Свидание».	19.00 «Свидание».	14.00 «Сергия».	14.00 «Сергия».	16.30 «Сибиряк. Любовь и смерть».	21.50 «Большая игра» (США, 2017).	17.40 «Большая игра».
22.00 Большая премьера. «ГОСУДАРЬ» (Россия). (16+)	23.40 «Свидание».	19.00 «Свидание».	19.00 «Свидание».	14.00 «Сергия».	14.00 «Сергия».	16.30 «Сибиряк. Любовь и смерть».	21.50 «Большая игра» (США, 2017).	17.40 «Большая игра».
0.10 Премьера.	2.20 «КАМЕНСКАЯ. Я УМЕР ВЧЕРА» (Россия). (16+)	19.00 «Свидание».	19.00 «Свидание».	14.00 «Сергия».	14.00 «Сергия».	16.30 «Сибиряк. Любовь и смерть».	21.50 «Большая игра» (США, 2017).	17.40 «Большая игра».
1.10 Подкаст.Лаб. (16+)	3.00 «КАМЕНСКАЯ. Я УМЕР ВЧЕРА» (Россия). (16+)	19.00 «Свидание».	19.00 «Свидание».	14.00 «Сергия».	14.00 «Сергия».	16.30 «Сибиряк. Любовь и смерть».	21.50 «Большая игра» (США, 2017).	17.40 «Большая игра».
3.00 Новости.	3.30 «КАМЕНСКАЯ. Я УМЕР ВЧЕРА» (Россия). (16+)	19.00 «Свидание».	19.00 «Свидание».	14.00 «Сергия».	14.00 «Сергия».	16.30 «Сибиряк. Любовь и смерть».	21.50 «Большая игра» (США, 2017).	17.40 «Большая игра».
3.05 Подкаст.Лаб. (16+)	3.40 «КАМЕНСКАЯ. Я УМЕР ВЧЕРА» (Россия). (16+)	19.00 «Свидание».	19.00 «Свидание».	14.00 «Сергия».	14.00 «Сергия».	16.30 «Сибиряк. Любовь и смерть».	21.50 «Большая игра» (США, 2017).	17.40 «Большая игра».

1	ТЕЛЕРАДИОКОМПАНИЯ ЗВЕЗДА	3	D	ПЯТНИЦА!	360.RU	карусель	МИР	МАТЧ!
5.00 «Самые шокирующие гипотезы».	5.35 «ТУЛЬСКИЙ-ТОКАРЕВ» (Россия). (16+)	6.00 Мультфильмы.	6.30 «По делам несовершеннолетних».	5.00 «Секреты на кухне».	5.00 «Новости Московской области».	5.00 Ранние птички.	5.00, 6.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ СВЯТОГО ЛУКИ» (СССР, 1970).	6.00 Художественная гимнастика.
6.00 «С бодрям утром!».	7.00 «Сегодня утром».	8.00 «Леди Баг и Супер-Кот».	8.30 «Давай разведемся!».	5.50 «Красные продукты».	5.55 «Важные уроки».	5.40 «Простокашин», «Турбозверь», «Играем вместе», «Бодро Бородо».	6.00, 10.00, 13.00, 16.00 «Новости».	6.00 Небесная гимнастика.
8.30 Новости.	9.00 Новости дня.	9.15 «Открытый эфир».	9.30 «СЛЕПАЯ» (Россия). (16+)	5.50 «Птичница News».	6.20 «Гость у портала».	6.45 «Сибиряк», «Веселые истории».	6.45 «ЧЕРНЫЙ ПРИНЦ» (ССР, 1973).	12.55 «Новости».
9.00 Документальный спецпроект.	11.00 «Открытый эфир».	11.30 «Преступление в сети: МВД против кибермошенников».	11.30 «СЛЕПАЯ» (Россия). (16+)	6.20 «Тест на отцовство».	6.45 «Давай разведемся!».	7.00 «Веселые истории».	8.40, 10.40 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА» (ССР, 1978).	13.00 «Стиль темы».
10.00 «Засекреченные списки».	11.00 «Большой спецпроект».	11.30 «Дело о пасхальных яйцах».	11.30 «СЛЕПАЯ» (Россия). (16+)	6.30 «Птичница News».	7.30 «Зовите шефа».	7.35 «Сибиряк», «Веселые истории».	8.40, 10.40 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА» (ССР, 1978).	14.25 «Вид сверху».
11.00 «Как устроен мир с Тимофаем Баженовым».	12.05 «Порогами следам».	12.30 «Специальный репортаж».	12.30 «ЧЕРНАЯ ВДОВА. УКУС СМЕРТИ» (Австралия, 2024).	6.30 «Птичница News».	7.30 «Птичница News».	7.40 «Сибиряк», «Веселые истории».	8.40, 10.40 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА» (ССР, 1978).	14.55 «Новости».
12.00 «Черный спецпроект».	12.20, 13.25 «СЕРКАНТ МИЛИЦИЯ» (ССР, 1974).	12.30 «Специальный репортаж».	12.30 «ЧЕРНАЯ ВДОВА. УКУС СМЕРТИ» (Австралия, 2024).	6.30 «Птичница News».	7.30 «Птичница News».	7.45 «Сибиряк», «Веселые истории».	8.40, 10.40 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА» (ССР, 1978).	14.55 «Новости».
12.30 Новости.	12.30 «СЕРКАНТ МИЛИЦИЯ» (ССР, 1974).	12.30 «Специальный репортаж».	12.30 «ЧЕРНАЯ ВДОВА. УКУС СМЕРТИ» (Австралия, 2024).	6.30 «Птичница News».	7.30 «Птичница News».	7.45 «Сибиряк», «Веселые истории».	8.40, 10.40 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА» (ССР, 1978).	14.55 «Новости».
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишаниным».	13.00 «Новости дня».	13.00 «Секретные материалы».	13.00 «ЧЕРНАЯ ВДОВА. УКУС СМЕРТИ» (Австралия, 2024).	6.30 «Птичница News».	7.30 «Птичница News».	7.45 «Сибиряк», «Веселые истории».	8.40, 10.40 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА» (ССР, 1978).	14.55 «Новости».
14.00 «Невероятно интересные истории».	14.20, 15.05, 17.15 «ТУЛЬСКИЙ-ТОКАРЕВ» (Россия). (16+)	14.00 «Секретные материалы».	14.00 «ЧЕРНАЯ ВДОВА. УКУС СМЕРТИ» (Австралия, 2024).	6.30 «Птичница News».	7.30 «Птичница News».	7.45 «Сибиряк», «Веселые истории».	8.40, 10.40 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА» (ССР, 1978).	14.55 «Новости».
14.00 «Невероятно интересные истории».	14.20, 15.05, 17.15 «ТУЛЬСКИЙ-ТОКАРЕВ» (Россия). (16+)	14.00 «Секретные материалы».	14.00 «ЧЕРНАЯ ВДОВА. УКУС СМЕРТИ» (Австралия, 2024).	6.30 «Птичница News».	7.30 «Птичница News».	7.45 «Сибиряк», «Веселые истории».	8.40, 10.40 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА» (ССР, 1978).	14.55 «Новости».
14.00 «Секретные материалы».	14.20, 15.05, 17.15 «ТУЛЬСКИЙ-ТОКАРЕВ» (Россия). (16+)	14.00 «Секретные материалы».	14.00 «ЧЕРНАЯ ВДОВА. УКУС СМ					

1	РОССИЯ 1	ТВЦ	НТВ	5	РОССИЯ K	СТС	ТНТ	ОТР	
5.00 Телеканал «Доброе утро».	5.00 «Утро России». Вести.	6.00 «Настроение». ТВЦ	5.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (Россия). (16+)	5.00 «Известия». (16+)	6.00 «Диалоги о животных». Новосибирский зоопарк.	7.00 «Маша и медведь». М/с.	6.00 «ИНТЕРНЫ» (Россия). (16+)	6.00 «На приеме у главного врача» с Марьей Лысенко. (12+)	
9.00 Новости (с субтитрами).	9.30 «Местное время».	8.25 «ПОСМОТРИ В МОИ ГЛАЗА» (Россия). (16+)	6.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)	6.30 «ОТЕЛЬ «ФОНАРИКИ»» (Россия). (16+)	7.20, 19.10 «Почерк эпохи». Нина Берберова. Я не в изнанке, я – в плюсах...».	14.00 «Комеди Клаб». Это не просто шоу – это культурный маркер. Смешные щутки, точные попадания в актуальные темы и разнос звезд без пощады. Но важно, кто ты – артист, блогер или политик – если ты стал героям Comedy Club, тебе точно заметят. (16+)	6.50 «Моя комедия». Дмитрий Кириловым, «Александр Шаганов». (16+)		
9.20 «Модный приговор».	9.55 «О самом главном». Ток-шоу. (12+)	10.20, 11.50 «ТАЙНА ЗА УЛОГМ. ПОД МАСКУ ЛЬВА» (Россия). (16+)	8.00 «Сегодня».	8.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-2. ЗАДАЧА БИЗНЕС-ЦЕНТРА» (Россия). (16+)	7.45, 13.30 «Настоящая война престолов». «Король и император. 1515–1558».	7.30, 20.15 «Календарь». (6+)	8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 18.00, 20.00 Новости.		
10.10 «Жить здорово!».	11.00 «Местное время».	11.30 «60 минут». Ток-шоу. (12+)	11.30 «События».	9.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-2. ТАЙНА ЗА УЛОГМ. СТАРЫЕ СВЯЗИ» (Россия). (16+)	6.55 «Забытое ремесло». «Вальпапицк».	10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.25 «ПОПУЛЯР» (СССР). 3-я серия. Новости культуры.	8.05 «Платини дочки». (Россия). (1940). Комедия.	8.05 «На приеме у главного врача» с Марьей Лысенко. (12+)	
11.00 «Время покажет».	14.00 «Каменская. МУЖСКИЕ ИГРЫ» (Россия). (16+)	14.30 «События».	11.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (Россия). (16+)	7.45 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-2. КВАРТИРНАЯ ХОЗЯЙКА» (Россия). (16+)	10.15 «Шедевры старого кино». «СТАРЫЙ НАЕЗДНИК» (СССР, 1940). Комедия.	11.00 «Однажды в России». Все мы живем в одной стране – чиновников до врачей, от пожарных до туристов. Все они встречаются здесь, чтобы посмеяться над самими собой. Шоу о жизни в России – яркий, в чем-то забавный и знакомый до боли. Когда смех – лучший способ справиться с реальностью. (16+)	11.25 «Почтальон».	6.00 «На приеме у главного врача» с Марьей Лысенко. (12+)	
12.00 Новости (с субтитрами).	14.30 «Время покажет».	14.30 «События».	13.00 «Известия». (16+)	8.30 «Ваше здоровье». (12+)	12.00 «Открытая книга». Анна Лужбина. «Юрьев день».	12.20 «Интерны». (Россия). (16+)	12.20 «Интерны» (Россия). (16+)	6.50 «Моя комедия». Дмитрий Кириловым, «Александр Шаганов». (16+)	
12.15 «Время покажет».	16.30 «Прямой эфир». (16+)	14.55 «События».	13.00 «Президентское». (16+)	9.00 «Место встречи».	13.00 «Известия». (16+)	13.00 «Рок-концерт». или Разорванное время». «История моих домов».	13.00 «Интерны». (Россия). (16+)	7.30, 20.15 «Календарь». (6+)	
14.00 «Большая игра».	17.00 «60 минут». Ток-шоу. (12+)	15.10 «ТАЙНА ЗА УЛОГМ. НЕДОЛГО И НЕСЧАСЛИВО» (Россия). (16+)	13.25 «Президентское». (16+)	9.30 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-2. КВАРТИРНАЯ ХОЗЯЙКА» (Россия). (16+)	10.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-5. ПРОСТАЯ СЕМЬЯ» (Россия). (16+)	13.00 «Хроника». Анна Лужбина. «Юрьев день».	13.00 «Интерны». (Россия). (16+)	8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 18.00, 20.00 Новости.	
15.00 Новости (с субтитрами).	20.00 «Местное время».	21.10 «Актерские драмы».	17.00 «События».	16.00 «Сегодня».	10.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-5. ПРОСТАЯ СЕМЬЯ» (Россия). (16+)	10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.25 «ПОПУЛЯР» (СССР). 3-я серия. Новости культуры.	10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.25 «ПОПУЛЯР» (СССР). 3-я серия. Новости культуры.	8.05 «Песни о любви». (12+)	
15.15 «Давай поженимся!».	21.30 «События».	17.50 «Истории Большой Страны». (12+)	17.50 «События».	16.45 «Сегодня».	10.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-5. ПРОСТАЯ СЕМЬЯ» (Россия). (16+)	10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.25 «ПОПУЛЯР» (СССР). 3-я серия. Новости культуры.	10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.25 «ПОПУЛЯР» (СССР). 3-я серия. Новости культуры.	9.05 «9.05, 9.15, 10.05, 12.05, 13.10, 18.20 -OTражение». (12+)	
16.05 «Мужское/Женское».	1.25 «ПОПАВШИЕ ЛИСТЬЯ» (Россия). (2018).	1.25 «ПОПАВШИЕ ЛИСТЬЯ» (Россия). (2018).	18.15 «События».	11.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (Россия). (16+)	1.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-2. КВАРТИРНАЯ ХОЗЯЙКА» (Россия). (16+)	10.15 «Шедевры старого кино». «СТАРЫЙ НАЕЗДНИК» (СССР, 1940). Комедия.	11.00 «Однажды в России». Все мы живем в одной стране – чиновников до врачей, от пожарных до туристов. Все они встречаются здесь, чтобы посмеяться над самими собой. Шоу о жизни в России – яркий, в чем-то забавный и знакомый до боли. Когда смех – лучший способ справиться с реальностью. (16+)	11.25 «Почтальон».	
17.00 «Большая игра».	(16+)	22.00 «В центре событий».	13.00 «Президентское». (16+)	14.00 «Сегодня».	1.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-5. ПРОСТАЯ СЕМЬЯ» (Россия). (16+)	12.00 «Открытая книга». Анна Лужбина. «Юрьев день».	12.00 «Интерны». (Россия). (16+)	6.00 «На приеме у главного врача» с Марьей Лысенко. (12+)	
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).	23.05 «Хорошие песни». (12+)	23.05 «МАЧЕХА» (СССР, 1973).	17.00 «События».	16.00 «Сегодня».	1.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-5. ПРОСТАЯ СЕМЬЯ» (Россия). (16+)	12.00 «Открытая книга». Анна Лужбина. «Юрьев день».	12.00 «Интерны». (Россия). (16+)	6.50 «Моя комедия». Дмитрий Кириловым, «Александр Шаганов». (16+)	
18.40 «Человек и закон».	2.45 «САМЫЙ ЧЕЛОВЕК» (СССР, 1973).	2.45 «САМЫЙ ЧЕЛОВЕК» (СССР, 1973).	18.15 «События».	16.45 «Сегодня».	1.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-5. ПРОСТАЯ СЕМЬЯ» (Россия). (16+)	12.00 «Открытая книга». Анна Лужбина. «Юрьев день».	12.00 «Интерны». (Россия). (16+)	7.30, 20.15 «Календарь». (6+)	
19.45 «Поле чудес».	2.45 «САМЫЙ ЧЕЛОВЕК» (СССР, 1973).	2.45 «САМЫЙ ЧЕЛОВЕК» (СССР, 1973).	18.15 «События».	16.45 «Сегодня».	1.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-5. ПРОСТАЯ СЕМЬЯ» (Россия). (16+)	12.00 «Открытая книга». Анна Лужбина. «Юрьев день».	12.00 «Интерны». (Россия). (16+)	8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.50, 12.00, 13.00, 15.00, 18.00, 20.00 Новости.	
21.00 «Время».	5.40 «СЕМЬ МИНУС ОДИН» (Россия). (2023).	5.40 «СЕМЬ МИНУС ОДИН» (Россия). (2023).	2.45 «События».	16.45 «Сегодня».	1.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-5. ПРОСТАЯ СЕМЬЯ» (Россия). (16+)	12.00 «Открытая книга». Анна Лужбина. «Юрьев день».	12.00 «Интерны». (Россия). (16+)	8.05 «Песни о любви». (12+)	
21.45 «Голос. Дети». Новый сезон.	5.40 «СЕМЬ МИНУС ОДИН» (Россия). (2023).	5.40 «СЕМЬ МИНУС ОДИН» (Россия). (2023).	2.45 «События».	16.45 «Сегодня».	1.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-5. ПРОСТАЯ СЕМЬЯ» (Россия). (16+)	12.00 «Открытая книга». Анна Лужбина. «Юрьев день».	12.00 «Интерны». (Россия). (16+)	9.05 «9.05, 9.15, 10.05, 12.05, 13.10, 18.20 -OTражение». (12+)	
23.40 «Премьера».	6.20 «АКТРЫСКИЕ СУДЬБЫ» (СССР, 1973).	6.20 «АКТРЫСКИЕ СУДЬБЫ» (СССР, 1973).	2.45 «События».	16.45 «Сегодня».	1.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-5. ПРОСТАЯ СЕМЬЯ» (Россия). (16+)	12.00 «Открытая книга». Анна Лужбина. «Юрьев день».	12.00 «Интерны». (Россия). (16+)	11.00 «Однажды в России». Все мы живем в одной стране – чиновников до врачей, от пожарных до туристов. Все они встречаются здесь, чтобы посмеяться над самими собой. Шоу о жизни в России – яркий, в чем-то забавный и знакомый до боли. Когда смех – лучший способ справиться с реальностью. (16+)	
1.50 «Хэллоуин и птица».	6.20 «АКТРЫСКИЕ СУДЬБЫ» (СССР, 1973).	6.20 «АКТРЫСКИЕ СУДЬБЫ» (СССР, 1973).	2.45 «События».	16.45 «Сегодня».	1.25 «БЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТРКА-5. ПРОСТАЯ СЕМЬЯ» (Россия). (16+)	12.00 «Открытая книга». Анна Лужбина. «Юрьев день».	12.00 «Интерны». (Россия). (16+)	11.25 «Почтальон».	
Подкаст.Лаб.	(16+)	Подкаст.Лаб.	(16+)	Подкаст.Лаб.	(16+)	Подкаст.Лаб.	(16+)	Подкаст.Лаб.	(16+)

1	ЗВЕЗДА	3	D	ПЯТНИЦА!	360.RU	карусель	МИР	МАТЧ!
5.00 «Самые шокирующие гипотезы».	5.20 «НА РУБЕЖЕ. ОТВЕТНЫЙ УДАР» (Россия). (16+)	6.00 «Мультифильмы». (0+)	6.30 «По делам несовершеннолетних».	5.00 «Секреты на кухне». «Фастфуд».	5.00 «Новости Московской области».	5.00 «Ранние птички».	5.00 «ШКОЛА ВЫХИВАНИЯ ОДИНОКОЙ ЖИЧЕНЫИ С ТРЕМЬЯ В УСЛОВИЯХ КРИСИСА» (Россия). (12+)	6.00 «Художественная гимнастика. Небесная гимнастка. Прямая трансляция из Китая.
6.00 «С бодрящим утром!».	9.00 «Новости дня». (16+)	8.00 «Леди Баг и Супер-Кот». М/с.	6.30 «Леди Баг и Супер-Кот». М/с.	5.50 «Птичка News». (16+)	5.50 «Важные уроки». (12+)	5.50 «Просто вакансии», «Тримблеры», «Играемся вместе», «Царевны».	6.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости.	6.00 «Художественная гимнастика. Небесная гимнастка. Прямая трансляция из Китая.
8.30 «Новости».	9.20 «Сибирь».	9.00 «Ищу своих».	7.25 «Давай разведемся!».	6.10 «Кондитер. Дети».	6.10 «Стремительные уроки». (12+)	6.10 «С добрым утром, малыши!».	6.15 «Наше кино».	6.15 «Сибирь».
9.00 «Документальный спецпроект».	10.15 «ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ».	9.00 «Преступление в сетях: МВД против киберпреступников». «Дело о запутанных союзах».	15.15 «СЛЕПАЯ» (Россия). (16+)	7.10 «Гость для Камилы Валиевой». (12+)	7.10 «Погода для Камилы Валиевой». (12+)	7.10 «С добрым утром, малыши!».	6.15 «Наше кино».	6.15 «Сибирь».
10.00 «Документальный спецпроект».	11.00 «КАК УСТРОЕН МИР с Тимофеем Баженовым».	11.10 «ДОКСЫ ЧЕЛОВЕКА В «МЕРДЕКСЕ» (СССР, 1986).	19.00 «ВИКИНГИ ПРОТИВ ПРИШЕЛЬЦЕВ» (США, 2008).	19.00 «Мультифильмы». (16+)	19.00 «Секреты на кухне». «Фастфуд».	19.00 «Новости Московской области».	5.00 «ШКОЛА ВЫХИВАНИЯ ОДИНОКОЙ ЖИЧЕНЫИ С ТРЕМЬЯ В УСЛОВИЯХ КРИСИСА» (Россия). (12+)	6.00 «Художественная гимнастика. Небесная гимнастка. Прямая трансляция из Китая.
11.00 «Документальный спецпроект».	11.30 «ДОКСЫ ЧЕЛОВЕКА В «МЕРДЕКСЕ» (СССР, 1986).	11.30 «ДОКСЫ ЧЕЛОВЕКА В «МЕРДЕКСЕ» (СССР, 1986).	19.00 «ВИКИНГИ ПРОТИВ ПРИШЕЛЬЦЕВ» (США,					

1	РОССИЯ 1	ТВ1	НТВ	5	РОССИЯ K	СТС	ТНТ	ОТР	
6.00 6.10 6.55 7.25 8.30 9.10 9.30 10.00 10.15 11.05 12.00 12.15 13.10	Новости. «Играй, гармонь любимая!». (12+) «Часовня». (12+) «Здоровье». (16+) «Золотая коллекция Созиумфильма». (0+) «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым. (12+) «Металлург». Национальная лотерея. (12+) Новости (с субтитрами). «Жизнь других». (12+) «Повара на колесах». (12+) «Домашние» (с субтитрами). Премьера. «Будем жить!». (16+)	5.30 «ВОПРЕКИ СУДЬБЕ» (Россия, 2017). Реж. Сергей Григорьев. В ролях: Анастасия Филиппова, Артем Григорьев, Дарья Баранова, Галина Петрова, Александр Цукан и др. Мелодрама. (12+)	5.50 «КЕМ МЫ НЕ СТАНЕМ» (Россия, 2018). Реж. Петр Амелин. В ролях: Алексей Нилов, Константин Соловьев, Светлана Бакулина, Семен Фурман и др. Детектив. (16+)	5.15 «ДУБЛЯ НЕ БУДЕТ» (Россия, 2011). Реж. Петр Амелин. В ролях: Алексей Нилов, Константин Соловьев, Светлана Бакулина, Семен Фурман и др. Остросюжетный фильм. Известный актер, исполнитель ролей «групповых ментов» в популярных сериалах, оказывается подозреваемым в совсем не кинесном убийстве. С этого момента в жизни актера начинается настоящий детективный боевик — с нюансами, перспективами и опасностью, способной отнять жизнь не понадобившись.	5.00 «ФИЛИН-2» (Россия, 16+) «ВИЗИ-2» (Россия, 16+) «Фирменный рецепт». «Остров». Юрий Богатырев.	6.30 Мультифильмы. «СТАРЫЕ СТЕНЫ» (СССР, 1973). Мелодрама. «Владимирская область». Из Владимира в Мурманск. «Невский кодекс». Учебник незовомозгового. Иван Чуриков.	6.00 «Маша и медведь». М/с. (0+) «Как привлечь бизона» (Испания, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (12+) «Гитаны Ла-Манша» (Аргентина—Германия, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (6+)	6.00 «Однажды в России». (16+) «Время завтрака». Утреннее кулинарное шоу на ТНТ — это больше, чем просто готовка. Антон и Камила Дмитриевы вместе с приглашенной звездой делают любими ми рецепты, историю и секретами идеального утра. Первый на ТВ гастроэкономический журнал, появившийся самому вскому времени дня — завтрак. (16+)	6.00 «ЭТО СЛУЧИЛОСЬ ОДНАЖДЫ НАНОЧЬЮ» (США, 1934). Драма. (12+)
7.20 8.00 8.35 9.25 10.10 10.15 11.05 12.00 12.15 13.10	Местное время. Воскресенье. «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым. Утренний эфир. «Хроники московского быта». Борисом Басковым». Премьера. «Сток одному». Телепроект. Вести. Премьера. «Наши. Военкоры». (12+)	10.55 «МАНЕХА» (СССР, 1973). Мелодрама. (0+)	11.30 «Полезная программа». (6+) «События». (16+) «Наша смешная жизнь». (16+)	11.50 «ДЖОКЕР. ВОЗМЕЗДИЕ» (Россия, 2014). Реж. Сергей Арутюнян. В ролях: Дмитрий Кипицкий, Анна Нескава, Олег Шлосберг, Владимир Стеклов, Виталий Морозов и др. боец. Главный герой фильма Артур Королев скрывается за границей. Ему жена Елена беременна, но у нее возникают проблемы со здоровьем, угрожающие ей и ее еще не родившимся ребенку. Врачи назначают ей ежедневные уколы. Впереди в приеме препарата более чем на 48 часов погибает за собой смертельную угрозу жизни матери и ребенка. Враг Артура удается выследить его, и они похищают жену в момент ее приезда в Москву. Артур понимает, что если в течение ближайших двух суток он не найдет Елизавету и не сделает ей спасительный укол, то потеряет беременную жену. Артур выставляет на часах обратный отсчет времени и ускользает в тоннель за похищенной Елизаветой.	12.40 «КОЕ-ЧТО ИЗ ГУБЕРНИКИ ЖИЗНИ» (СССР, 1983). Ироническая комедия. «Неизвестные маршируют России». «Владимирская область». Из Владимира в Мурманск. «Невский кодекс». Учебник незовомозгового. Иван Чуриков.	9.00 «ВЛАДИМИРСКАЯ ОБЛАСТЬ» (СССР, 1983). Ироническая комедия. «Остров». Юрий Богатырев.	9.40 «СТАРЫЕ СТЕНЫ» (СССР, 1973). Мелодрама. «Остров сковорищ». (6+)	9.45 «Маша и медведь». М/с. (0+) «Как привлечь бизона» (Испания, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (12+) «Гитаны Ла-Манша» (Аргентина—Германия, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (6+)	7.45 «От прав к возможностям». (12+) «Пестрый мир». (12+)
8.00 8.35 9.25 10.10 10.15 11.05 12.00 12.15 13.10	Местное время. Воскресенье. «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым. Утренний эфир. «Хроники московского быта». Борисом Басковым». Премьера. «Сток одному». Телепроект. Вести. Премьера. «Наши. Военкоры». (12+)	10.55 «МАНЕХА» (СССР, 1973). Мелодрама. (0+)	11.30 «Полезная программа». (6+) «События». (16+) «Наша смешная жизнь». (16+)	11.50 «ДЖОКЕР. ВОЗМЕЗДИЕ» (Россия, 2014). Реж. Сергей Арутюнян. В ролях: Дмитрий Кипицкий, Анна Нескава, Олег Шлосберг, Владимир Стеклов, Виталий Морозов и др. боец. Главный герой фильма Артур Королев скрывается за границей. Ему жена Елена беременна, но у нее возникают проблемы со здоровьем, угрожающие ей и ее еще не родившимся ребенку. Врачи назначают ей ежедневные уколы. Впереди в приеме препарата более чем на 48 часов погибает за собой смертельную угрозу жизни матери и ребенка. Враг Артура удается выследить его, и они похищают жену в момент ее приезда в Москву. Артур понимает, что если в течение ближайших двух суток он не найдет Елизавету и не сделает ей спасительный укол, то потеряет беременную жену. Артур выставляет на часах обратный отсчет времени и ускользает в тоннель за похищенной Елизаветой.	12.40 «КОЕ-ЧТО ИЗ ГУБЕРНИКИ ЖИЗНИ» (СССР, 1983). Ироническая комедия. «Неизвестные маршируют России». «Владимирская область». Из Владимира в Мурманск. «Невский кодекс». Учебник незовомозгового. Иван Чуриков.	9.00 «ВЛАДИМИРСКАЯ ОБЛАСТЬ» (СССР, 1983). Ироническая комедия. «Остров сковорищ». (6+)	9.40 «СТАРЫЕ СТЕНЫ» (СССР, 1973). Мелодрама. «Остров сковорищ». (6+)	9.45 «Маша и медведь». М/с. (0+) «Как привлечь бизона» (Испания, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (12+) «Гитаны Ла-Манша» (Аргентина—Германия, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (6+)	7.45 «От прав к возможностям». (12+) «Пестрый мир». (12+)
10.10 10.15 11.05 12.00 12.15 13.10	Местное время. Воскресенье. «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым. Утренний эфир. «Хроники московского быта». Борисом Басковым». Премьера. «Сток одному». Телепроект. Вести. Премьера. «Наши. Военкоры». (12+)	10.55 «МАНЕХА» (СССР, 1973). Мелодрама. (0+)	11.30 «Полезная программа». (6+) «События». (16+) «Наша смешная жизнь». (16+)	11.50 «ДЖОКЕР. ВОЗМЕЗДИЕ» (Россия, 2014). Реж. Сергей Арутюнян. В ролях: Дмитрий Кипицкий, Анна Нескава, Олег Шлосберг, Владимир Стеклов, Виталий Морозов и др. боец. Главный герой фильма Артур Королев скрывается за границей. Ему жена Елена беременна, но у нее возникают проблемы со здоровьем, угрожающие ей и ее еще не родившимся ребенку. Врачи назначают ей ежедневные уколы. Впереди в приеме препарата более чем на 48 часов погибает за собой смертельную угрозу жизни матери и ребенка. Враг Артура удается выследить его, и они похищают жену в момент ее приезда в Москву. Артур понимает, что если в течение ближайших двух суток он не найдет Елизавету и не сделает ей спасительный укол, то потеряет беременную жену. Артур выставляет на часах обратный отсчет времени и ускользает в тоннель за похищенной Елизаветой.	12.40 «КОЕ-ЧТО ИЗ ГУБЕРНИКИ ЖИЗНИ» (СССР, 1983). Ироническая комедия. «Неизвестные маршируют России». «Владимирская область». Из Владимира в Мурманск. «Невский кодекс». Учебник незовомозгового. Иван Чуриков.	9.00 «ВЛАДИМИРСКАЯ ОБЛАСТЬ» (СССР, 1983). Ироническая комедия. «Остров сковорищ». (6+)	9.40 «СТАРЫЕ СТЕНЫ» (СССР, 1973). Мелодрама. «Остров сковорищ». (6+)	9.45 «Маша и медведь». М/с. (0+) «Как привлечь бизона» (Испания, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (12+) «Гитаны Ла-Манша» (Аргентина—Германия, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (6+)	7.45 «От прав к возможностям». (12+) «Пестрый мир». (12+)
10.15 11.05 12.00 12.15 13.10	Местное время. Воскресенье. «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым. Утренний эфир. «Хроники московского быта». Борисом Басковым». Премьера. «Сток одному». Телепроект. Вести. Премьера. «Наши. Военкоры». (12+)	10.55 «МАНЕХА» (СССР, 1973). Мелодрама. (0+)	11.30 «Полезная программа». (6+) «События». (16+) «Наша смешная жизнь». (16+)	11.50 «ДЖОКЕР. ВОЗМЕЗДИЕ» (Россия, 2014). Реж. Сергей Арутюнян. В ролях: Дмитрий Кипицкий, Анна Нескава, Олег Шлосберг, Владимир Стеклов, Виталий Морозов и др. боец. Главный герой фильма Артур Королев скрывается за границей. Ему жена Елена беременна, но у нее возникают проблемы со здоровьем, угрожающие ей и ее еще не родившимся ребенку. Врачи назначают ей ежедневные уколы. Впереди в приеме препарата более чем на 48 часов погибает за собой смертельную угрозу жизни матери и ребенка. Враг Артура удается выследить его, и они похищают жену в момент ее приезда в Москву. Артур понимает, что если в течение ближайших двух суток он не найдет Елизавету и не сделает ей спасительный укол, то потеряет беременную жену. Артур выставляет на часах обратный отсчет времени и ускользает в тоннель за похищенной Елизаветой.	12.40 «КОЕ-ЧТО ИЗ ГУБЕРНИКИ ЖИЗНИ» (СССР, 1983). Ироническая комедия. «Неизвестные маршируют России». «Владимирская область». Из Владимира в Мурманск. «Невский кодекс». Учебник незовомозгового. Иван Чуриков.	9.00 «ВЛАДИМИРСКАЯ ОБЛАСТЬ» (СССР, 1983). Ироническая комедия. «Остров сковорищ». (6+)	9.40 «СТАРЫЕ СТЕНЫ» (СССР, 1973). Мелодрама. «Остров сковорищ». (6+)	9.45 «Маша и медведь». М/с. (0+) «Как привлечь бизона» (Испания, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (12+) «Гитаны Ла-Манша» (Аргентина—Германия, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (6+)	7.45 «От прав к возможностям». (12+) «Пестрый мир». (12+)
11.05 12.00 12.15 13.10	Местное время. Воскресенье. «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым. Утренний эфир. «Хроники московского быта». Борисом Басковым». Премьера. «Сток одному». Телепроект. Вести. Премьера. «Наши. Военкоры». (12+)	10.55 «МАНЕХА» (СССР, 1973). Мелодрама. (0+)	11.30 «Полезная программа». (6+) «События». (16+) «Наша смешная жизнь». (16+)	11.50 «ДЖОКЕР. ВОЗМЕЗДИЕ» (Россия, 2014). Реж. Сергей Арутюнян. В ролях: Дмитрий Кипицкий, Анна Нескава, Олег Шлосберг, Владимир Стеклов, Виталий Морозов и др. боец. Главный герой фильма Артур Королев скрывается за границей. Ему жена Елена беременна, но у нее возникают проблемы со здоровьем, угрожающие ей и ее еще не родившимся ребенку. Врачи назначают ей ежедневные уколы. Впереди в приеме препарата более чем на 48 часов погибает за собой смертельную угрозу жизни матери и ребенка. Враг Артура удается выследить его, и они похищают жену в момент ее приезда в Москву. Артур понимает, что если в течение ближайших двух суток он не найдет Елизавету и не сделает ей спасительный укол, то потеряет беременную жену. Артур выставляет на часах обратный отсчет времени и ускользает в тоннель за похищенной Елизаветой.	12.40 «КОЕ-ЧТО ИЗ ГУБЕРНИКИ ЖИЗНИ» (СССР, 1983). Ироническая комедия. «Неизвестные маршируют России». «Владимирская область». Из Владимира в Мурманск. «Невский кодекс». Учебник незовомозгового. Иван Чуриков.	9.00 «ВЛАДИМИРСКАЯ ОБЛАСТЬ» (СССР, 1983). Ироническая комедия. «Остров сковорищ». (6+)	9.40 «СТАРЫЕ СТЕНЫ» (СССР, 1973). Мелодрама. «Остров сковорищ». (6+)	9.45 «Маша и медведь». М/с. (0+) «Как привлечь бизона» (Испания, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (12+) «Гитаны Ла-Манша» (Аргентина—Германия, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (6+)	7.45 «От прав к возможностям». (12+) «Пестрый мир». (12+)
12.00 12.15 13.10	Местное время. Воскресенье. «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым. Утренний эфир. «Хроники московского быта». Борисом Басковым». Премьера. «Сток одному». Телепроект. Вести. Премьера. «Наши. Военкоры». (12+)	10.55 «МАНЕХА» (СССР, 1973). Мелодрама. (0+)	11.30 «Полезная программа». (6+) «События». (16+) «Наша смешная жизнь». (16+)	11.50 «ДЖОКЕР. ВОЗМЕЗДИЕ» (Россия, 2014). Реж. Сергей Арутюнян. В ролях: Дмитрий Кипицкий, Анна Нескава, Олег Шлосберг, Владимир Стеклов, Виталий Морозов и др. боец. Главный герой фильма Артур Королев скрывается за границей. Ему жена Елена беременна, но у нее возникают проблемы со здоровьем, угрожающие ей и ее еще не родившимся ребенку. Врачи назначают ей ежедневные уколы. Впереди в приеме препарата более чем на 48 часов погибает за собой смертельную угрозу жизни матери и ребенка. Враг Артура удается выследить его, и они похищают жену в момент ее приезда в Москву. Артур понимает, что если в течение ближайших двух суток он не найдет Елизавету и не сделает ей спасительный укол, то потеряет беременную жену. Артур выставляет на часах обратный отсчет времени и ускользает в тоннель за похищенной Елизаветой.	12.40 «КОЕ-ЧТО ИЗ ГУБЕРНИКИ ЖИЗНИ» (СССР, 1983). Ироническая комедия. «Неизвестные маршируют России». «Владимирская область». Из Владимира в Мурманск. «Невский кодекс». Учебник незовомозгового. Иван Чуриков.	9.00 «ВЛАДИМИРСКАЯ ОБЛАСТЬ» (СССР, 1983). Ироническая комедия. «Остров сковорищ». (6+)	9.40 «СТАРЫЕ СТЕНЫ» (СССР, 1973). Мелодрама. «Остров сковорищ». (6+)	9.45 «Маша и медведь». М/с. (0+) «Как привлечь бизона» (Испания, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (12+) «Гитаны Ла-Манша» (Аргентина—Германия, 2024). Полнометражный анимационный фильм. (6+)	7.45 «От прав к возможностям». (12+) «Пестрый мир». (12+)
13.10	Местное время. Воскресенье. «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым. Утренний эфир. «Хроники московского быта». Борисом Басковым». Премьера. «Сток одному». Телепроект. Вести. Премьера. «Наши. Военкоры». (12+)	10.55 «МА							

НАЦИОНАЛЬНЫЕ  
ПРОЕКТЫ  
РОССИИ

Сахарный диабет — одно из самых распространенных хронических заболеваний в мире, и Россия не является исключением. За последние десятилетия количество людей с этим недугом значительно выросло. По данным Федерального регистра сахарного диабета, сегодня в стране зарегистрировано более 5 миллионов человек с этим диагнозом. Однако реальная цифра может быть гораздо выше: по оценкам специалистов Государственного научного центра России — Национального медицинского исследовательского центра эндокринологии имени академика И.И. Дедова Минздрава России (НИИЦ эндокринологии), еще столько же людей болеют сахарным диабетом 2-го типа, но подозревают об этом.

Заболевание часто развивается незаметно, особенно на ранних стадиях, и может долгое время протекать бессимптомно, постепенно нанося серьезный ущерб сердечно-сосудистой системе, почкам, глазам, нервной системе. Именно поэтому профилактика и ранняя диагностика играют ключевую роль в сохранении здоровья россиян. По национальному проекту "Продолжительная и активная жизнь" в регионах усиливается работа по диспансеризации, реализуется скрининг на аутоантитела, внедряются новые технологии лечения, разрабатываются новые препараты, открываются терапевтические "Школы диабета", а пациенты через систему маркетризации получают доступ к современному оборудованию гликемического контроля, информационно-образовательным и профилактическим программам.

## Чем отличаются сахарный диабет 1-го и 2-го типа?

Сахарный диабет — это группа метаболических заболеваний, характеризующихся повышенным уровнем глюкозы в крови (гипергликемией). Это происходит либо из-за недостаточной выработки инсулина, либо из-за того, что клетки организма перестают нормально реагировать на этот гормон. Инсулин отвечает за транспорт глюкозы из крови в клетки, где она используется как источник энергии. При его дефиците или снижении чувствительности к нему уровень сахара в крови повышается, со временем приводит к системным поражениям органов.

Основные формы заболевания — сахарный диабет 1-го и 2-го типа. Они различаются



# «ПРОДОЛЖИТЕЛЬНАЯ И АКТИВНАЯ ЖИЗНЬ»:

## как нацпроект помогает побеждать сахарный диабет

по причинам возникновения, возрасту начала заболевания, клинической картине и подходам к лечению. Тем не менее при обоих типах крайне важна своевременная диагностика, правильное лечение и активно-осознанное участие пациента в контроле своего состояния.

Сахарный диабет 1-го типа — аутоиммунное заболевание, при котором иммунная система ошибочно атакует собственные клетки поджелудочной железы, ответственные за выработку инсулина. В результате организму практически полностью теряется способность производить инсулин. Заболевание чаще всего начинается в детстве или юности, тогда может манифестирувать и в зрелом возрасте. Пациентам с СД 1 необходима пожизненная инсулиновая терапия.

Сахарный диабет 2-го типа — наиболее распространенная форма, составляющая около 90% всех случаев. В ее основе лежит инсулинорезистентность — состояние, при котором клетки организма плохо реагируют на инсулин, а поджелудочная железа постепенно снижает его выработку. Часто развивается у взрослых с избыточным весом и малоподвижным образом жизни. На начальных стадиях может контролироваться с помощью коррекции питания и физической активности, но со временем может потребоваться медикаментозная терапия.

Как отмечает директор ГНЦ РГБУ «НИИЦ эндокринологии им. академика И.И. Дедова» Минздрава России, заведующая кафедрой персонализированной и трансляционной медицины, заслуженный врач РФ, академик РАН Наталья Георгиевна Мокрышева:

«Симптомы классического СД 1-го типа развиваются достаточно быстро — появляется жажда, учащенное мочеиспускание, потеря

массы тела, выраженная слабость и недомогание, вплоть до развития комы. В свою очередь, СД 2-го типа длительное время может протекать незаметно, не вызывая ярких клинических проявлений. Часто этот тип диабета диагностируется случайно, при плановом обследовании».

### Важность ранней диагностики

Раннее выявление сахарного диабета — один из самых эффективных способов предотвратить развитие тяжелых осложнений. Уже на стадии преддиабета — когда уровень глюкозы повышен, но еще не достиг диагностических критериев диабета — начинаются патологические процессы, влияющие на сосуды и внутренние органы.

Активный скрининг позволяет выявлять нарушения углеводного обмена задолго до появления явных симптомов. Как подчеркивает Наталья Мокрышева:

«Раннее выявление нарушений углеводного обмена, в частности преддиабета и СД 2, позволяет предупредить развитие осложнений, связанных с хронической гипергликемией: поражений глаз, почек, сердца, низких концентраций, нервной и сердечно-сосудистой систем. Известно, что патологические изменения в организме начинаются уже на стадии преддиабета. Эффективное достижение целевого уровня глюкозы в крови способствует замедлению негативного влияния гипергликемии».

Во время профилактических осмотров и диспансеризации граждане России могут бесплатно сдавать анализ крови на глюкозу и — при наличии показаний — на гликированный гемоглобин (HbA1c), что делает скрининг доступным для всех. Особенно важно

записаться на диспансеризацию или профилактический осмотр можно через раздел «Здоровье» на портале «Госуслуги» или в регистратуре вашей поликлиники. Для этого понадобится только паспорт и полис ОМС.

регулярно проходить обследование тем, кто входит в группу риска:

- лица с избыточным весом или ожирением;
- люди с низкой физической активностью;
- имеющие семейную историю диабета;
- страдающие артериальной гипертензией, высоким холестерином;
- женщины с анамнезом гестационного диабета или рождения крупного ребенка;
- пациентки с синдромом поликистозных яичников.

Записаться на диспансеризацию или профилактический осмотр можно через раздел «Здоровье» на портале «Госуслуги» или в регистратуре вашей поликлиники. Для этого понадобится только паспорт и полис ОМС.

### «Школы диабета»: обучение как часть лечения

Одним из ключевых элементов современной стратегии управления сахарным диабетом являются терапевтические «Школы диабета». Это специальные образовательные программы, реализуемые по нацпроекту «Продолжительная и активная жизнь», которые помогают пациентам контролировать уровень сахара в крови, вести дневник питания, обучают здоровому образу жизни, систематически наблюдать у врача, словом, полноценно жить, несмотря на диагноз.

«Для эффективной борьбы с заболеванием недостаточно только правильно подобранные лечение. Ключевую роль играет активное вовлечение самого пациента. «Школы диабета» помогают пациентам с сахарным диабетом самостоятельно контролировать заболевание, сохранять здоровье и высокое качество жизни. В ходе терапевтического обучения пациент получает грамотную проверенную информацию о своем заболевании, обучается принципам самоконтроля, рационального питания, углубляется в особенности лечения сахарного диабета, профилактика его острых и хронических осложнений. Все это способствует более эффективной борьбе с заболеванием и его последствиями, упрощает контроль за своим здоровьем и повышает качество жизни», — отыскивает Наталья Мокрышева.

Программы постоянно обновляются и адаптируются под нужды разных категорий пациентов. Обучение можно проходить много раз — это особенно важно при изменении состояния или появления новых технологий.

### Особенности течения диабета у беременных и детей

Гестационный сахарный диабет (ГСД) — состояние, которое развивается у женщин во время беременности из-за гормональных изменений. Несмотря на то что это состояние часто проходит после родов, в период беременности оно требует серьезного контроля

из-за потенциальных рисков для здоровья матери и плода.

«Гестационный сахарный диабет может развиться у любой женщины вне зависимости от наличия предрасполагающих факторов, поэтому рекомендуется проводить обследование всех будущих мам», — говорит Мокрышева.

Лечение включает диету, самоконтроль глюкозы и, при необходимости, инсулиновую терапию. Современные системы непрерывного мониторинга глюкозы позволяют упростить контроль сахара крови. Если диабет был диагностирован до беременности, подготовка к зачатию должна включать достижение компенсации заболевания под контролем эндокринолога.

У детей и подростков течение диабета 1-го типа имеет свои особенности. Возрастные изменения, психоэмоциональные нагрузки,неравномерное питание и физическая активность усложняют контроль гликемии.

«К сожалению, многие дети с СД не достигают целей лечения, а подростковый возраст ассоциирован с наихудшими показателями гликемического контроля», что может объясняться как поведенческими и психоэмоциональными характеристиками, так и гормональными изменениями», — отыскивает спикер.

Современные технологии — инсулиновые помпы и системы непрерывного мониторинга глюкозы — значительно улучшают контроль, снижают риск гипогликемий и хронических осложнений, обеспечивая датчик шанс на полноценную взрослую жизнь.

### Меры профилактики сахарного диабета 1-го типа

На сегодняшний день первичная профилактика СД 1-го типа невозможна, поскольку это аутоиммунное заболевание, причины которого до конца не изучены. Однако, как подчеркивает Наталья Мокрышева:

«Модифицируя течения и остановить развитие СД 1 в настоящий момент, к сожалению, невозможно. У родственников пациентов с СД 1-го типа (особенно детей) возможно определение специфических аутосимитов для ранней диагностики СД 1-го типа до начала заболевания или в латентном периоде для своевременного реагирования при манифестиации».

По словам спикера, выявление антител позволяет начать наблюдение, проводить мониторинг, в перспективе, использовать препараты, способные отсрочить развитие заболевания.

### Рекомендации по профилактике сахарного диабета 2-го типа

Профилактика сахарного диабета 2-го типа — это не кратковременные меры, а постоянное ведение здорового образа жизни. Как отмечает Наталья Мокрышева, это о разовых действиях, а о системном подходе к здоровью — формирование устойчивых привычек, которые помогут избежать болезни.

### 1. Поддержание нормального веса

Избыточная масса тела — главный фактор риска. Даже снижение веса на 5–10% существенно уменьшает вероятность развития диабета. Рекомендуется регулярно измерять индекс массы тела (ИМТ) и окружность талии.

### 2. Физическая активность

Не менее 150 минут умеренных аэробных нагрузок в неделю: ходьба, плавание, велосипед. Полезны и бытовые движения — лестница вместо лифта, прогулки.

### 3. Рациональное питание

Акцент на продукты с низким гликемическим индексом: овощи, фрукты, цельнозерновые, бобовые. Ограничение простых углеводов, насыщенных жиров, сладостей. Равномерное распределение приемов пищи в течение дня.

### 4. Режим дня и сон

Сон 7–8 часов в сутки. Ложиться и вставать в одно время. Избегать использования гаджетов перед сном. Хроническое недосыпание нарушает обмен веществ и повышает риск инсулиноврезистентности.

### 5. Отказ от вредных привычек

Отказ от курения и чрезмерного употребления алкоголя, повышающих риск сердечно-сосудистых заболеваний, наиболее успешен при постепенном подходе и поддержке специалистов и близких.

### 6. Регулярная диспансеризация

Ежегодный профилактический осмотр включает анализ крови на глюкозу и (по показаниям) НбА1с. Это золотое правило, позволяющее выявить отклонения на ранней стадии.

### С заботой о себе

Сахарный диабет — это вызов, который можно преодолеть с помощью знаний, ответственности и поддержки. Профилактика, ранняя диагностика, образование и доступ к современным технологиям — вот основа успешного управления заболеванием.

Национальный проект «Продолжительная и активная жизнь» создает условия для того, чтобы каждый мог получить качественную помощь, пройти обследование, обучиться контролю своего состояния и жить полной жизнью.

Как напоминает Наталья Мокрышева: «При появлении симптомов, а особенно их комбинации, я настоятельно рекомендую обратиться к врачу и проверить уровень сахара в крови».

Будьте внимательны к себе, не игнорируйте тревожные сигналы организма. Лучший способ оставаться здоровым — профилактика. Больше информации — на официальном портале Минздрава России о здоровье takzdorovo.ru.

Антон ЖЕЛЕЗЯКОВ.

## КУРЬЕР КУЛЬТУРЫ

# ФИГУРИСТКА, КОНТРАБАС, ПЛЕМЯННИЦА ВОЛАНДА

## Секрет ее молодости: беги, Юля, беги

Юлия Рутберг еще в июле отметила юбилей, но только сейчас сделала это публично. По этому случаю превратила историческую сцену Вахтанговского театра, которому служит 36 лет, в... кабаре. И была там всем — конферансье, чтицей, певицей и танцовщицей. «Вся эта суета» — название программы, где никакой суеты не наблюдалось.

С юбилейного показа — обозреватель «МК».

О том, что зрители попали именно в кабаре, напоминает классическое оформление сцены — темно-красный занавес в глубине по периметру оторван электрическими лампочками. Они же бегут по трем жестким кулисам. Слева фортелипано с возывающимися за них ударами установкой, между ними одинокий контрабас — в ожидании своих исполнителей. Напротив атрибутива театра: манекены с костюмами, скромный реквизит. Вот они и встретились — театр и музыка в честь Юлии Рутберг, которая без этих двух видов искусства себя не мыслит.

А почему? Там выступала восьмилетняя девочка Милана Ананко, дочь знаменитого спартаковца Дмитрия Ананко. Она пела итальянскую арию. И как пела! К ней повернулся Билан и повернулась Айда Гарифуллина. После прекрасного пения эта маленькая девочка вела себя необыкновенно интеллигентно. Она пошла к Гарифуллиной, а перед Биланом на ушко извинилась. Она просто классная, а Дима Ананко по такому поводу пустил скучную мужскую слезу. Это было так трогательно на самом деле.

Я посмотрел Милану в Интернете,



Но в этот вечер третьего дня ноября в Вахтанговском царил музикальный дух.

А вот и юльская юбилярша у микрофона в первые дни ноября. Элегантный черный довольно-таки строгий брючный костюм. И сразу стихи — ее стихия тоже. Куда ты скажешь, мальчик, куда ты дерешься путь? Всю жизнь ты то и дело скакал, а толку чуть. Рубашки нет, и только черная бабочка, совсем не парадная, какую надевают музыканты на концерт, болтается у нее на шее и чопорность — это не про Рутберг.

И тут же актриса достает саквояж и вручает Екатерине (комментарий со сцены: «Уже Великая», что сидит в первых рядах партнера). Ей доверено собрать в саквояже записки из зала. «Натри из них отвечу». Через несколько минут с задних рядов начали передавать вопросы, написанные на билетиках — кто сейчас при наличии всяких там гаджетов блокнотки с собой носит?

Свой карьерный номер Юлия Рутберг выстроила по железному принципу, который сформулирован просто, но благородно: «Кому я благодарна за то, что стою на этой сцене?». Актриса благодарит сначала театральный институт имени Шукшина и его легендарных педагогов, каждого из которых, только его портрет появлялся на экране, она дает краткую, но очень индивидуальную характеристику.

Вот ее «небесное войско»: Владимир Шлезингер (закафедрой актерского мастерства) — «наши Коко Шанель в брюках», Юрий Катин-Яцев, «папа Джузеппе, делал нас Буратин», красавица Алла Казанская, Ада Брискондова, Михаил Ульянов «гений актерский и человеческий», Альберт Буров — «душа Шукки», а Юрий Авашаров — «совасть ее». Это, кстати, Буров про будущую звезду Вахтанговского заметил: «Она из семьи мима». У нее все мимо.



Ранее Марк Дакаскос упоминал, что, когда приедет в Калмыкию, расскажет, почему он хотел стать буддийским монахом. И сдержал свое обещание.

— Я родился на Гавайских островах, жил в Колорадо, потом в Гамбурге, в Германии, — рассказывает Марк Дакаскос. — Мои родители — учителя кунг-фу. Отец — Аль Дакаскос — инструктор по боевым искусствам, имеет 9-й дан, мачеха — Малия Берналь, в течение пяти лет была чемпионом США по кунг-фу среди женщин, стала первой женщины, попавшей на обложку популярного журнала «Черный пояс». Они стали моими первыми наставниками. Когда мы жили в Германии, я каждый день занимался боевыми искусствами, а по выходным принимал участие в турнирах. Так что все времена были или тренировки, или соревнования.

Как признается наш собеседник, в первое время ему это не нравилось. Он хотел больше времени проводить на улице, кататься на велосипеде, играть в футбол, но не драчиться.

— Когда мне исполнилось 13 лет, я почувствовал вкус к боевым искусствам. У меня стало получаться. Это дало мне уверенность в себе. Я начал по-настоящему любить то, чем занимаюсь. Смотрел гонконгские фильмы — там было много драк и шаолиньские воины. Увидел Джета Ли в фильме «Шаолиньский храм». Подумал: «Вау, вот кем я хочу стать». Это было что-то между любовью к буддизму и к боевым искусствам. Мне казалось, что я тоже так смогу.

В 17, как рассказывает Марк Дакаскос, он покинул Германию и отправился в Тайбэй, на Тайвань, поступил в обучение к шифу Мю-Ни Shen, который преподавал стили цинь-на и шайцзю. (В «китайском дзюдо» для захватов и болевых приемов используется одежда противника.) Читал китайский.

Пробыл на Тайване почти полгода, развилился в этом направлении. Но не сложилось, буддийским монахом мне стать было не суджено. Как видите, я женат, являюсь отцом троих детей. Однако буддизм всегда представлял для меня огромный интерес, я увлекся изучением добродетелей смиренния, духовности и стремлюсь все время узнавать что-то новое.

Наш собеседник признается, что ему нравятся идеи, заложенные в буддизме.

— Все в этом мире временно. Сначала, когда ты об этом задумываешься, это идея несколько печалит. Я потеряю семью, не смогу установить мгновение. Но, с другой стороны, ты учишься быть благодарным за то, что у тебя хотя бы ненадолго есть это мгновение. На мой взгляд, чудесная мысль.

Как говорит Марк Дакаскос, его привлекает то, что буддизм не дает ответы на все вопросы.

— Вопросы — это признак любопытства, а следовательно, и смирения. Мне нравится, что можно просто сказать: «Я не знаю». Это позволяет оставаться открытым к мнению других людей, крайне уверенных в себе. Если я чувствую, что есть хоть малейшая вероятность

**Американский актер, каскадер, кинорежиссер и мастер боевых искусств Марк Дакаскос побывал в Калмыкии — единственном буддийском регионе в Европе. О своей попытке стать буддийским монахом, медитативных прогулках, ледяных ваннах, правильном дыхании, стремлении «быть в моменте», местах силы, а также какой бы фильм он снял в России, звезда боевиков, снявшийся в 113 фильмах, рассказал журналистам.**

## «Я — МЕТИС РАЗНЫХ КУЛЬТУР»

**Американский актер Марк Дакаскос рассказал о своей попытке стать буддийским монахом**



Кадр из фильма «Братство волка».

моей неправоты, то у нас может возникнуть интересная дискуссия. Мы можем прийти к какой-то общей точке зрения, посмотреть на проблему под разными углами. Это же потрясающе! Доброта, любопытство, уважение и смиренение — самые важные добродетели. Этому и учит, на мой взгляд, буддизм.

По словам нашего собеседника, он не может сказать, является ли кто-то и он сам истинным буддистом, но ему интересна его философия.

— Я практикую медитативные прогулки. Я даже не знаю, что они называются. Но я всю жизнь любил пешие прогулки: в горах, просто по улицам. Без наушников, только смотрю, слушаю, чувствую, наблюдаю за людьми. Просыпаясь, я принимаю холодный душ по 10 минут. Полгода назад принимал ледяные ванны. Чувствую холода, дышу, а когда выхожу — от контраста температур восхитительные ощущения. Тебя буквально «накрывает». Таким образом я стараюсь контролировать свое сознание.

Еще, по словам Марка Дакаско, он старается «быть в моменте», сопротивляться на настоящем, не беспокоиться о прошлом, которое уже нельзя изменить, и о будущем, которое еще не наступило. Ощущаю связь с конкретным мгновением времени здесь и сейчас.

Как говорит наш собеседник, очень важно правильно дышать.

— Моя сила в дыхании. Мой учитель по актерскому мастерству всегда напоминает нам, что вдох — это первое, что мы делаем, когда рождаемся. Мы дышим. Также у нас бывает и последний вдох в жизни. Все — в дыхании. Потому что если я дышу так («дышу глубоко и часто»), то я чувствую тревогу и страх. А если я дышу спокойно, я ощущаю силу. Мысли сфокусированы, эмоции не мешают. Особенно это полезно в актерской деятельности, потому что мы находимся под постоянным давлением. Если бы сейчас я не спидил за своим дыханием, я бы сильно нервничал, вы все вокруг такие красивые! Но я смотрю на вас, стараюсь быть в моменте, дышу.

Что касается географического места силы, то Марк Дакаскос упоминает свою родину, Гавайи, где он раньше занимался серфингом.

— Когда я в воде — мне это полностью нравится. А еще я очень люблю горы. Люблю бегать в горах. Могу подниматься в горы по 3–5 часов в одиночку. Иногда — ночью, без фонаря, без телефона. Закрываю глаза. Открываю, смотрю на луну, на звезды. Иду дальше. Горы, океан — мои места силы.

— Какой религии придерживаются жена и дети?

— Моя жена из Техаса, там очень распространено христианство. (С будущей женой, актрисой Джесси Конрад, Марк Дакаскос познакомился на съемках фильма «Плачущий убийца». И, по его собственному признанию, они влюбились друг в друга точно так же, как



Марк Дакаскос в Калмыкии.

их герой в фильме.) Раньше жена ходила в церковь. Но она открыта в отношении других религий. Моя родители ходили в частную христианскую школу. Но моя бабушка была буддисткой. Так что я узнал немного о буддизме от нее и начал свой путь.

По словам нашего собеседника, бабушка повлияла на его мировоззрение.

— Даже сейчас, если мне нужно показать эмоции, если я работаю над сценой и не могу включиться, то вспоминаю свою бабушку. И все встает на свои места. Что касается детей, то время от времени они посещают с друзьями или с моей женой церковь. Но они также очень лояльны и открыты в отношении других религий. Мой дочери сейчас 19, одному сыну 23, другому — почти 25 лет. Все они в поиске своего пути. Я поддерживаю их. Они знают о моем интересе к буддизму. Думаю, что им самим любопытно. Посмотрим, как все сложится. Но я всегда им говорю, что, прежде всего, надо проявлять доброту.

Как говорит Марк Дакаскос, Калмыкия ему напомнила родные Гавайи.

— Потому что люди в Элисте везде улыбаются, очень гостепримные, от них идет душевное тепло. Мы на Гавайях это называем «дух алоха». («Алоха» на Гавайях — больше чем дружеское приветствие. Это концепция, которая охватывает любовь, привязанность, мир, сострадание, милосердие, доброту. Это способ расширить свое сердце и дух для других.) Мне кажется, что в Калмыкии это тоже есть.

— Как вы относитесь к мультсериалу «Голубоглазый самурай»? Насколько

история главной героини вам близка? И были ли у вас похожие переживания? (Действие сериала проходит в Японии, во время периода Эдо. Главная героиня, мастер меча Мизу, — полуруководка, ребенок от смешанного брака японки и европейца. С ранних лет в закрытой стране ее преследуют солдаты, вынуждая прикладываться мальчиком и прятаться за темными очками голубые глаза.)

— У меня были похожие переживания.

— Метис. (Отец Марка имеет филиппинские, китайские и испанские корни, мать — японские и ирландские корни. — Авт.) Раньше в актерской карьере я не мог попасть на некоторые просмотры, потому что я был «недостаточно азиатом», «недостаточно белым», «недостаточно темнокожим». Я понял, что нужно перестать переживать из-за того,

«кем я не являюсь» или «чего мне не хватает». И сосредоточился на том, «что я есть». Я — метис, во мне части разных культур. Я признаю это и не переживаю. Просто надо быть лучшим, насколько можешь.

Как говорит наш собеседник, он многое может привнести в актерскую игру, используя личный опыт.

— Я впитал разные культуры, знаю несколько языков. Я — боец, немного танцую. У меня есть страсть. Я дорожу всем этим. Если вы чем-то занимаетесь, у вас получается все лучше и лучше, у вас есть ремесло, что угодно: боевые искусства, актерство, пение, писательство, математика. Так увлекается самооценка. Главное — это мастерство. Вот ответ на ваш вопрос.

— Каково ваше мнение о российском кинематографе последних лет?

— Вы все знаете о нынешней политической ситуации. В Америке почти не показывают российское кино. Но мне посчастливилось свое время поработать с прекрасным российским режиссером Сергеем Бодровым-старшим над фильмом «Кочевник», который снимали в Казахстане. (В историческом блокбастере рассказывается о том, как в XVIII веке казахские племена объединились вокруг полководца Мансура и освободили свою землю от джунгарских завоевателей. — Авт.)

Смесь генов подарила Марку Дакаскосу кинематографическую внешность. Поэтому он успешно сыграл в «Кочевнике» казаха. Но на съемках ему пришлось нелегко. Он мог обуваться на Гавайях волну, но не лошадь в степи... А в фильме было много батальных сцен, где надо было хорошо держаться в седле. К тому же у Дакаско была аллергия на шерсть животных и пыль. Но он привык преодолевать себя. Помогли опять же занятия боевыми искусствами, которые укрепляют не только тело, но и разум, и дух. И все на «Кочевнике» у него складилось.

— Если бы Марка Дакаскоса появилась возможность снять фильм в России, о чём была бы эта картина?

— Хочу сказать, что я воспользовался бы этой возможностью на сто процентов. Я думаю, что это могла бы быть история, где затрагивались бы вопросы, которые мы с вами сейчас обсуждаем. Кто ты как личность? Какова твоя самооценка? Каковы твои убеждения? В хорошем фильме может быть экшен, комедия, романтика. Идеально — драма с экшеном, когда фильм держит в напряжении. Я снимался во французском историко-приключенческом фильме «Братство волка». (В основу картины положены старинные легенды о звере, который безжалостно убивает людей. Он кажется неуловимым, уходит от многочисленных облав, его не берут пули, он исчезает также внезапно, как появляется. — Авт.) Это был сумасшедший фильм, там все переплетено — приключения, боевик и ужасы. Мне такие фильмы нравятся.

**Самые известные фильмы с Дакаскосом**

«Братство волка» — исторический боевик с элементами фэнтези, где Дакаскос предстает в роли Мани — загадочного индейца, связанного с главным антагонистом.

«Плачущий убийца» — история Ё Хинумора, гончара, превращенного в убийцу. Фильм вдохновлен культовой мангой и сочетает элементы драмы, боевика и триллера. «Только сильнейшие» — фильм о бывшем спецназовце, который обучает подростков капоэйре.

«Шанхайский связной» — гонконгский боевик, где Дакаскос предстает в роли одноглазого злодея.

«Джон Уик 3» — роль Зоро, японского убийцы с неожиданно мягкой стороной.

**Светлана САМОДЕЛОВА.**

## ТАЙНЫ ИСТОРИИ

**Когда-то у той вон калитки/Мне было шестнадцать лет/И девушка в белой накидке/Сказала мне ласково: «Нет! Эти хрестоматийные строки из поэмы Есенина «Анна Снегина» посвящены первой любви поэта Анне Алексеевне Сардановской (1896–1921)... К этой же девушке обращено и множество других стихов Есенина...**

Вспомните, например, есенинский «Мой путь», написанный в последний год жизни поэта:

В пятнадцать лет  
Влюбился до печенок  
И сладко думал,  
Лишь уединясь,  
Что я на этой  
Лучшей из девяночек.  
Достигнув возраста, женюсь.  
И эти строки тоже о ней...  
Кому бы быть хвостистой...  
Встретились они на одном из тех летинх деревьев, что устраивал в своем доме священник села Константиново отец Иоанн (мир Иван Яковлевич Смирнов). Именно этому человеку суждено было оказаться на формирование личности совсем еще молодого Есенина большое влияние. Уноши было деревенское прозвище Монах. Священник-священник венчал родителей будущего поэта, крестил их сына и дал имя в честь преподобного Сергея Радонежского, преподавал Закон Божий в земской школе. Рассказывают, что Сергей даже иногда приходил отцу Иоанну в алтаре, однако истинно религиозным не был. «В Бога верил мало», — отметил Есенин в своей автобиографии 1923 года. Из-за мальчишеского озорства однажды он вышел из-под разрешения картины с изображением Страшного суда и сделал из нее воздушного змея. За что был бил. Позже именно отец Иоанн дал поэту рекомендательное письмо в Спас-Клепиковскую второклассную учительскую школу.

Это было довольно образованной служитель Божий, имел собрание книг и часто собирал в своем доме всю константиновскую молодежь. В его-то доме летом на канавках и познакомились юные Сергей и Анна, которая приходилась священнику Иоанну внучатой племянницей.

Анота почти каждого лета приезжала с мамой, сестрой Серафимой и братом, близким приятелем Есенина Николаем Сардановским, крещеному священнику. Дом Поповых (так называли в селе дом священника) и сегодня находится недалеко от дома Есениных, его восстановили в 2010 году, и он официально стал частью музея-заповедника.

«Сергей был в близких отношениях с этой семьей, и часто, бывало, в саду у Поповых можно было видеть его с Анной Сардановской... — воспоминала сестра поэта Катя. — Когда Сергей, одевшись в свой хороший, хоть и единственный костюм, отправлялся к Поповым, мать не отрывая глаз, смотрела в окно до тех пор, пока Сергей не скрывался в дверях дома...»

Константиновские старожилы вспоминают, как «однажды летним вечером Анна и Сергей, раскрасневшиеся, держа друга друга за руку, прибежали в дом священника и попросили кипятка, чтобы помыть ноги, сказавшие: «Мы любим друг друга и в будущем даем слово жениться». Размысли нас. Пусть, кто первый изменит и женится или выйдет замуж, того второй будет быть хвостом».

Вообще отношение его к плотским удовольствиям в 18 лет такое: «Все люди живут ради чувственных наслаждений. <...> Люди



Царевна Анастасия Романова.



Анна Сардановская.



Лидия Кашина.

## ДЕВУШКА В БЕЛОЙ НАКИДКЕ

**Первая любовь Сергея Есенина: от Анны Сардановской до помещицы Лидии Кашиной и царевны Анастасии Романовой**

### Первая попытка самоубийства Есенина

Нашли идеалом красоту и нагло стоят перед оголенной женщины, и щупают ее жирное тело, и разражаются похотью. И эта игра чувств, чувств постыдных, мерзких и гадких, названа у них любовью... Женщина, любившаясь в мужчину в припадке страсти может отдаватьсь другому, а потом — раскаиваться. <...> Я знаю, ты любишь меня; но подвернись к тебе сейчас красивый, здоровый и румяный, с выщипанными волосами, другой — к

## АНАТОМИЯ ЖИЗНИ

Недавно сосед Александра Васильевича Юра прислал сообщение, что пенсионер из-за болезни сильно мертв.

Наш собеседник признавался, что с трудом верил в происходящее, ему казалось, что это сон. Как рассказывала Инна, когда она перевела Александру Васильевичу деньги, собранные доброжелателями, этот необыкновенно интеллигентный, мужественный человек снял очки и запахнул.

Было очень много звонков с различными предложениями. У кого-то пустовала квартира, кто-то приглашал Александра Васильевича и Бориску в гости. Одна душевная семья москвичей — Татьяна и Валерий — позвонила и сказала, что готова взять их в свой теплый загородный дом, где сами периодически бывают.

Хозяева не просто решили предоставить Александру Васильевичу и Бориску угоны. Они заинтересовались их судьбой. Хозяйка была врачом по профессии. Понимая, что у Александра Васильевича проблемы со здоровьем, хотела помочь ему с обследованием. Хозяин сказал, если Александр Васильевич захочет, он может устроить его в свою фирму на работу.

Александр Васильевич с Бориской стали жить в Подмосковье. Подружились с хозяевами. В Харькове у них нашлись общие знакомые, обнаружились общие интересы. Как говорил нам Александр Васильевич, шарик большой, а места на нем мало.

Условия, в которых они оказались с Бориской, он считал царскими: двухэтажный дом со всеми удобствами, отдельно стоящая банька, рядом пруд. В их распоряжении с Бориской был большой диван. С собой он привез пакет с осеняйкой. Когда хозяева ему говорили «Васильчик», выбросы ты осеняйку, тут полно еды», он возражал: «Как я могу еду выбросить?» Как говорила Инна, цена этому пакету была 20 рублей, а для Александра Васильевича это была ценность. Он хлебнул горя и нуджи с лихвой.

После постоянной канонады на Украине тишина казалась Александру Васильевичу оглушающей. Бориска постепенно стал приходить в себя, был уже не такой подозрительный, как раньше, охотношел на контакт с людьми. Но громких звуков, например гула низко летящих самолетов, по-прежнему боялся. Начинал лаять и прятаться.

Александр Васильевич надеялся в скромном времени получить российское гражданство, оформить пенсию. Казалось, что жизнь наливается, все страшные позади. Но спустя три года случилось непоправимое.

### Был однолюбом

— Мы постоянно были на связи с Александром Васильевичем, — рассказывает Инна. — Собрали деньги, он купил себе домик в Брянской области, скромную машину, был очень рад, что у него появилась свое жилье.

Стал, как и раньше в Харьковской области, выращивать розы, заниматься огородом. Мы помогли приобрести ему бытовую технику, почти каждый месяц оказывали материальную помощь. Пенсия у него была скромной. Заказывали корм для животных (помимо Бориски Александра Васильевич приоткрыл в доме кота Черныш).

Также волонтеры помогли пенсионеру с зубным протезом.

— Помогали, когда у него случались проблемы с машиной. Мы ему сразу сказали: «Вы тоже наши подопечный, мы с вами до конца!». Он был очень благодарным человеком. Ничего никого не требовал.

Когда история Александра Васильевича стала широко известна общественности, к нему выстроились в очередь невесты. Женщины присыпали Инне анкеты, просили познакомить их с Александром Васильевичем. Готовы были забрать его к себе в квартиру.

— Мы поинтересовались у Александра Васильевича, хочет ли он с кем-то из них познакомиться, пообщаться. Он сказал: «Давай позже, я к этому сейчас не готов». Он был верен своей жене, был однолюбом, человеком чести. Мы это увидели на примере Бориски.

— Мы понимали, что Александра Васильевича хотят из дома в одних шортах. В приграничном селе Стрелечье местные жители дали ему брюки и куртку. Узнав о том, что у него нет даже смешной одежды, волонтеры сходили с Александром Васильевичем в магазин, купили ему одежду и обувь. Помогли беженцу собрать новый гардероб. Так же купили ему сотовый телефон.

— Мы понимали, что мужчина показался ей очень скромным. Спросил, не нужен ли где-нибудь стул. Александр Васильевич был согласен на любое помещение, лишь бы там было тепло и была возможность поспать.

Приехавшие на место волонтеры увидели, что «жигуленок» Александра Васильевича стоит прямо под окнами гостиницы. Машина была вся в пробоинах от осколков снарядов, как решето. Бориска в скрюченном виде лежал на сиденье. Александр Васильевич сидел под ноги. Машина была практически без обшивки — просто железный кузов.

Удивительно, что люди, которые на протяжении месяца наблюдали, как Александр Васильевич с собакой изо дня в день борются за выживание — без денег, без вещей, — ничего не предпринимали. Нужно было помочь этой маленькой семье, и Инна в своем блоге рассказала их историю.

Для Александра Васильевича с Бориской удалось снять в Курске квартиру. Оказалось в тепле, он проспал 12 часов. Радовался как ребенок, что можно наконец вытянуть ноги...

История Александра Васильевича и Бориски покорила многих. Отклинулось очень много неравнодушных людей со всей России. Их покорила эта маленькая, но крепкая семья. Не каждый человек пожертвует своим комфортом ради собаки.

Волонтеры заказали для Александра Васильевича продукты, для Бориски корм, игрушки-погрызушки.

Так получилось, что Александр Васильевич уехал из дома в одних шортах. В приграничном селе Стрелечье местные жители дали ему брюки и куртку. Узнав о том, что у него нет даже смешной одежды, волонтеры сходили с Александром Васильевичем в магазин, купили ему одежду и обувь. Помогли беженцу собрать новый гардероб. Так же купили ему сотовый телефон.

Инна рассказала, что мужчина показался ей очень скромным. Спросил, не нужен ли где-нибудь стул. Александр Васильевич был согласен на любое помещение, лишь бы там было тепло и была возможность поспать.

Приехавшие на место волонтеры увидели, что «жигуленок» Александра Васильевича стоит прямо под окнами гостиницы. Машина была вся в пробоинах от осколков снарядов, как решето. Бориска в скрюченном виде лежал на сиденье. Александр Васильевич сидел под ноги. Машина была практически без обшивки — просто железный кузов.

Удивительно, что люди, которые на протяжении месяца наблюдали, как Александр Васильевич с собакой изо дня в день борются за выживание — без денег, без вещей, — ничего не предпринимали. Нужно было помочь этой маленькой семье, и Инна в своем блоге рассказала их историю.

Для Александра Васильевича с Бориской удалось снять в Курске квартиру. Оказалось в тепле, он проспал 12 часов. Радовался как ребенок, что можно наконец вытянуть ноги...

История Александра Васильевича и Бориски покорила многих. Отклинулось очень много неравнодушных людей со всей России. Их покорила эта маленькая, но крепкая семья. Не каждый человек пожертвует своим комфортом ради собаки.

Волонтеры заказали для Александра Васильевича продукты, для Бориски корм, игрушки-погрызушки.

Так получилось, что Александр Васильевич уехал из дома в одних шортах. В приграничном селе Стрелечье местные жители дали ему брюки и куртку. Узнав о том, что у него нет даже смешной одежды, волонтеры сходили с Александром Васильевичем в магазин, купили ему одежду и обувь. Помогли беженцу собрать новый гардероб. Так же купили ему сотовый телефон.

Инна рассказала, что мужчина показался ей очень скромным. Спросил, не нужен ли где-нибудь стул. Александр Васильевич был согласен на любое помещение, лишь бы там было тепло и была возможность поспать.

Приехавшие на место волонтеры увидели, что «жигуленок» Александра Васильевича стоит прямо под окнами гостиницы. Машина была вся в пробоинах от осколков снарядов, как решето. Бориска в скрюченном виде лежал на сиденье. Александр Васильевич сидел под ноги. Машина была практически без обшивки — просто железный кузов.

Удивительно, что люди, которые на протяжении месяца наблюдали, как Александр Васильевич с собакой изо дня в день борются за выживание — без денег, без вещей, — ничего не предпринимали. Нужно было помочь этой маленькой семье, и Инна в своем блоге рассказала их историю.

Для Александра Васильевича с Бориской удалось снять в Курске квартиру. Оказалось в тепле, он проспал 12 часов. Радовался как ребенок, что можно наконец вытянуть ноги...

История Александра Васильевича и Бориски покорила многих. Отклинулось очень много неравнодушных людей со всей России. Их покорила эта маленькая, но крепкая семья. Не каждый человек пожертвует своим комфортом ради собаки.

Волонтеры заказали для Александра Васильевича продукты, для Бориски корм, игрушки-погрызушки.

Так получилось, что Александр Васильевич уехал из дома в одних шортах. В приграничном селе Стрелечье местные жители дали ему брюки и куртку. Узнав о том, что у него нет даже смешной одежды, волонтеры сходили с Александром Васильевичем в магазин, купили ему одежду и обувь. Помогли беженцу собрать новый гардероб. Так же купили ему сотовый телефон.

Инна рассказала, что мужчина показался ей очень скромным. Спросил, не нужен ли где-нибудь стул. Александр Васильевич был согласен на любое помещение, лишь бы там было тепло и была возможность поспать.

Приехавшие на место волонтеры увидели, что «жигуленок» Александра Васильевича стоит прямо под окнами гостиницы. Машина была вся в пробоинах от осколков снарядов, как решето. Бориска в скрюченном виде лежал на сиденье. Александр Васильевич сидел под ноги. Машина была практически без обшивки — просто железный кузов.

Удивительно, что люди, которые на протяжении месяца наблюдали, как Александр Васильевич с собакой изо дня в день борются за выживание — без денег, без вещей, — ничего не предпринимали. Нужно было помочь этой маленькой семье, и Инна в своем блоге рассказала их историю.

Для Александра Васильевича с Бориской удалось снять в Курске квартиру. Оказалось в тепле, он проспал 12 часов. Радовался как ребенок, что можно наконец вытянуть ноги...

История Александра Васильевича и Бориски покорила многих. Отклинулось очень много неравнодушных людей со всей России. Их покорила эта маленькая, но крепкая семья. Не каждый человек пожертвует своим комфортом ради собаки.

Волонтеры заказали для Александра Васильевича продукты, для Бориски корм, игрушки-погрызушки.

Так получилось, что Александр Васильевич уехал из дома в одних шортах. В приграничном селе Стрелечье местные жители дали ему брюки и куртку. Узнав о том, что у него нет даже смешной одежды, волонтеры сходили с Александром Васильевичем в магазин, купили ему одежду и обувь. Помогли беженцу собрать новый гардероб. Так же купили ему сотовый телефон.

Инна рассказала, что мужчина показался ей очень скромным. Спросил, не нужен ли где-нибудь стул. Александр Васильевич был согласен на любое помещение, лишь бы там было тепло и была возможность поспать.

Приехавшие на место волонтеры увидели, что «жигуленок» Александра Васильевича стоит прямо под окнами гостиницы. Машина была вся в пробоинах от осколков снарядов, как решето. Бориска в скрюченном виде лежал на сиденье. Александр Васильевич сидел под ноги. Машина была практически без обшивки — просто железный кузов.

Удивительно, что люди, которые на протяжении месяца наблюдали, как Александр Васильевич с собакой изо дня в день борются за выживание — без денег, без вещей, — ничего не предпринимали. Нужно было помочь этой маленькой семье, и Инна в своем блоге рассказала их историю.

Для Александра Васильевича с Бориской удалось снять в Курске квартиру. Оказалось в тепле, он проспал 12 часов. Радовался как ребенок, что можно наконец вытянуть ноги...

История Александра Васильевича и Бориски покорила многих. Отклинулось очень много неравнодушных людей со всей России. Их покорила эта маленькая, но крепкая семья. Не каждый человек пожертвует своим комфортом ради собаки.

Волонтеры заказали для Александра Васильевича продукты, для Бориски корм, игрушки-погрызушки.

Так получилось, что Александр Васильевич уехал из дома в одних шортах. В приграничном селе Стрелечье местные жители дали ему брюки и куртку. Узнав о том, что у него нет даже смешной одежды, волонтеры сходили с Александром Васильевичем в магазин, купили ему одежду и обувь. Помогли беженцу собрать новый гардероб. Так же купили ему сотовый телефон.

Инна рассказала, что мужчина показался ей очень скромным. Спросил, не нужен ли где-нибудь стул. Александр Васильевич был согласен на любое помещение, лишь бы там было тепло и была возможность поспать.

Приехавшие на место волонтеры увидели, что «жигуленок» Александра Васильевича стоит прямо под окнами гостиницы. Машина была вся в пробоинах от осколков снарядов, как решето. Бориска в скрюченном виде лежал на сиденье. Александр Васильевич сидел под ноги. Машина была практически без обшивки — просто железный кузов.

Удивительно, что люди, которые на протяжении месяца наблюдали, как Александр Васильевич с собакой изо дня в день борются за выживание — без денег, без вещей, — ничего не предпринимали. Нужно было помочь этой маленькой семье, и Инна в своем блоге рассказала их историю.

Для Александра Васильевича с Бориской удалось снять в Курске квартиру. Оказалось в тепле, он проспал 12 часов. Радовался как ребенок, что можно наконец вытянуть ноги...

История Александра Васильевича и Бориски покорила многих. Отклинулось очень много неравнодушных людей со всей России. Их покорила эта маленькая, но крепкая семья. Не каждый человек пожертвует своим комфортом ради собаки.

Волонтеры заказали для Александра Васильевича продукты, для Бориски корм, игрушки-погрызушки.

Так получилось, что Александр Васильевич уехал из дома в одних шортах. В приграничном селе Стрелечье местные жители дали ему брюки и куртку. Узнав о том, что у него нет даже смешной одежды, волонтеры сходили с Александром Васильевичем в магазин, купили ему одежду и обувь. Помогли беженцу собрать новый гардероб. Так же купили ему сотовый телефон.

Инна рассказала, что мужчина показался ей очень скромным. Спросил, не нужен ли где-нибудь стул. Александр Васильевич был согласен на любое помещение, лишь бы там было тепло и была возможность поспать.

Приехавшие на место волонтеры увидели, что «жигуленок» Александра Васильевича стоит прямо под окнами гостиницы. Машина была вся в пробоинах от осколков снарядов, как решето. Бориска в скрюченном виде лежал на сиденье. Александр Васильевич сидел под ноги. Машина была практически без обшивки — просто железный кузов.

Удивительно, что люди, которые на протяжении месяца наблюдали, как Александр Васильевич с собакой изо дня в день борются за выживание — без денег, без вещей, — ничего не предпринимали. Нужно было помочь этой маленькой семье, и Инна в своем блоге рассказала их историю.

Для Александра Васильевича с Бориской удалось снять в Курске квартиру. Оказалось в тепле, он проспал 12 часов. Радовался как ребенок, что можно наконец вытянуть ноги...

История Александра Васильевича и Бориски покорила многих. Отклинулось очень много неравнодушных людей со всей России. Их покорила эта маленькая, но крепкая семья. Не каждый человек пожертвует своим комфортом ради собаки.

Волонтеры заказали для Александра Васильевича продукты, для Бориски корм, игрушки-погрызушки.

Так получилось, что Александр Васильевич уехал из дома в одних шортах. В приграничном селе Стрелечье местные жители дали ему брюки и куртку. Узнав о том, что у него нет даже смешной одежды, волонтеры сходили с Александром Васильевичем в магазин, купили ему одежду и обувь. Помогли беженцу собрать новый гардероб. Так же купили ему сотовый телефон.

Инна рассказала, что мужчина показался ей очень скромным. Спросил, не нужен ли где-нибудь стул. Александр Васильевич был согласен на любое помещение, лишь бы там было тепло и была возможность поспать.

Приехавшие на место волонтеры увидели, что «жигуленок» Александра Васильевича стоит прямо под окнами гостиницы. Машина была вся в пробоинах от осколков снарядов, как решето. Бориска в скрюченном виде лежал на сиденье. Александр Васильевич сидел под ноги. Машина была практически без обшивки — просто железный кузов.

Удивительно, что люди, которые на протяжении месяца наблюдали, как Александр Васильевич с собакой изо дня в день борются за выживание — без денег, без вещей, — ничего не предпринимали. Нужно было пом







с Сергеем АЛЕКСЕЕВЫМ

— Ринат Саярович, чемпионат сыгран уже почти наполовину. Все ли мы ожидали, которые были перед его стартом, оправдались?

— В принципе, на дежды оправдались, что с первого тура будет очень напряженная борьба. Большое количество команд сразу вступило в гонку за самые высокие места. Вылетело из этой обоймы только «Динамо». Теперь потихоньку стал отваливаться и «Спартак».

А вот чего не ожидал — такого взгляда «Балтики». На моей памяти так в первом круге чемпионата когда-то взлетал саратовский «Сокол», даже на первом месте шел, но потом потихонечку слушалася. Здесь, похоже, так не будет, потому что «Балтика» на хорошем эмоциональном фоне набирает очки. У нее высокая мотивационная составляющая. Многие команды, выходя в премьер-лигу из первой лиги, сильно меняют состав. «Балтика» же в виде благодарности состав во многом сохранила, дала ребятам заработанную возможность играть в премьер-лиге. Игра «Балтики» очень привлекательна, потому что темп, который она предполагает своим соперникам, неожиданно неудобный, никто не ждал от нее такого.

#### «Балтика» — «Ахмат» (2:0)

— Раз уж начали говорить про «Балтику», немножко нарушим хронологию 14-го тура. Во главе «Ахмата» стоит один из наших опытнейших и авторитетнейших специалистов Станислав Самалович Черчесов. Итог матча — 2:0. За счет чего «Балтика» удалось добиться такого результата и что не получилось у «Ахмата»?

— «Ахмат», можно сказать, поддел. Есть такое выражение — эмоциональный и функциональный подъем, он позволил «Ахмату» после прихода Черчесова вообще уйти с последних мест. И не просто за счет какой-то удачи, а за счет качества игры. Но все равно он отнимает силы и физически, и эмоционально. И нужно время на передышку. Чтобы этот спад, естественный, даже небольшой, преодолеть, нужна глубина и качество резервного состава. И он должен быть в тонусе не тренировочном, а в максимальном игровом. Я думаю, что «Ахмату» вот это состояние еще нужно преодолеть. После 15-го тура будет перерыв на игры сборной, наверное, все команды на него в какой-то степени рассчитывают.

— А что по поводу «Балтики»? Все, что не получалось у «Ахмата», у нее в этом матче выходило лучше. Команда действительно удивляет, уже 14 туров мощно просто чувствуется в ее движениях. Что является причиной такой игры?

— Причина в функциональной подготовке. Сколько мне доводилось работать главным тренером, я всегда говорил, что никакая команда, не обладающая запасом функциональной подготовки, не выиграет долго. Это же не в центральном круге на тренировках в футбол гонять. Попробуй пробеги полполя, если не скорость, с сопротивлением, потом обратно. А ты еще бежишь и не знаешь, нужны тебе бутсы в атаке или нет. Но ты должен бежать, потом вступить в борьбу — все это требует серьезной подготовки.

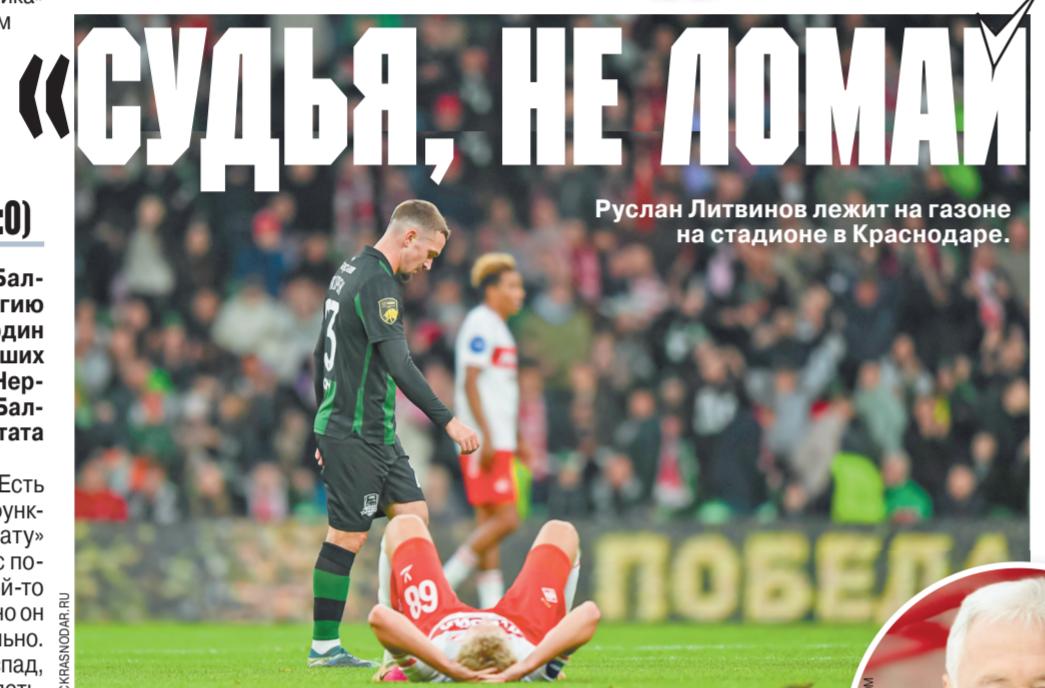
В связи с этим постоянно вспоминаю выражение Анатолия Владимировича Тарасова, нашего великого тренера: «Тренировка должна приносить пользу». И еще его выражение — тренировка должна быть тяжелее и объемнее, чем игра. Я это помню, потому что несколько тренировок зимой довелось с ним пропустить, когда были общие занятия основного состава и дубля в футбольном ЦСКА, где я играл в 1975 году в молодежной команде. Мы зимой бегали кросссы, там еще аэродромное поле было, на Ходынке. И старый зал тяжелой атлетики был совсем тесный, где умещались 36 человек. На его тренировки несколько человек из дубля приглашали, и я попадал в их число. Мне все сильно врезалось в память, прекрасно помню его внимательный взгляд и как у него в руке был мегафон, как он на двух стульях сидел, именно два стула ему вынысили в центр поля, ибыла круговая тренировка... Функционалтам было поставлен. Некоторые ребята срывались, потому что перегруз был, конечно же, там, и может быть, не было такого медицинского контроля. Зато когда ты в порядке, у тебя и техника на высоте, и скоростной режим не теряешь, от тебя, как от бревна, не отскакивает

Работа арбитров на матче «Краснодар» — «Спартак».

В рамках созданной «МК-Спорт» совместно с Объединением отечественных тренеров редакции мы обсудили с авторитетным специалистом, заслуженным тренером России Ринатом Билялетдиновым последние матчи отечественной премьер-лиги.



## РИНАТ БИЛЯЛЕТИДИНОВ:



Руслан Литвинов лежит на газоне на стадионе в Краснодаре.

## СУДЬЯ, НЕ ЛОМАЙ ИГРУ!

«Зенит» — «Локомотив» (2:0)

— Говоря о следующем матче, тоже хотелось бы ниточку протянуть от 12-го тура, от игры «Локомотива», когда он обыграл ЦСКА со счетом 3:0. Потом у «Локо» была ничья с «Акроном» 1:1 в 13-м туре, сейчас поражение от «Зенита» — 2:0. Можно ли сказать, что «Локо» как-то пошел вниз? Были ли вообще какие-то шансы у «Локомотива» в этом матче на иной результат?

— Были! Вы верно подметили, я тоже об этом подумал: не в более легкой форме повторения прошлогодней истории? Конечно, у «железнодорожников» опыта есть, но все равно еще возраст такой: набора сил нет, ведь игрок в 20 лет еще в стадии физиологического роста, не соответствует игрокам, которые перешагнули рубеж в 25 лет, вступив в «золотой возраст». То есть все еще надо заматереть этой команде.

Вы можете не согласиться с моим мнением, но мне почему-то видится такой момент, что эта команда по ходу матча словно проседает на долю секунды. Казалось бы, шансы оставались, но «Зенит» был в этом плане более мобилизован. И, конечно же, они знали козыри «Локомотива» — быстрота, сибирь, слаженность, быстрый ход мяча. И они максимально старались этому противодействовать. Надо отдать должное, потому что у «Зенита» таких качеств особо не наблюдалось в этом сезоне еще. Дай они чуть-чуть слабину, и «Локомотив» бы забил, и, может быть, даже на один гол. Поэтому была важна быстрая первого гола, который вообще «из ничего» получился, но это просто быстрая — инициатива всегда у тебя, ты первый стартовал и забил. Матч висел на волоске. И вот этот спорный гол, этот сантиметр решил все: нога защитника и нога атакующего. Сыграли на тоненьком, почти офсайде. Тем не менее до последней минуты «Локомотив» имел шанс отыграться. Очень интересный был в целом матч по драматургии.

Матвей Кисляк празднует гол в ворота «Нижнего Новгорода».



премий «Оскар», BAFTA  
Светлана Чиркова-Лозовая (1945) — советская фехтовальщица на рапирах, двукратная олимпийская чемпионка, двукратная чемпионка мира

### ПОД ГРАДУСОМ

По информации Гидрометцентра России, сегодня температура **ночью** в Москве 3...5°, **днем** 7...9°. Облачно с прояснениями. Преимущественно без осадков. В первой половине дня по области местами туман. Ветер юго-западный, 3-8 м/с.

1935 г. — выпущена настольная игра «Монополия»

1940 г. — Франклин Рузель стал первым и единственным политиком, избранным президентом США в третий раз

1955 г. — проводятся первые испытания турбореактивного самолета Tu-104

1975 г. — премьера фильма «Не болят головы у дяди» режиссера Динары Асановой. В фильме сыграла свою первую роль Елена Цыплакова

2015 г. — подводная лодка «Краснодар» вошла в состав ВМФ России

3 В Питере «парадное», в Москве — «подъезд», а у Никитова — «размышили на пародино-подъезде». Он просто хотел продавать книги в обеих столицах. Ничего личного, просто бизнес.

4 Напишу детектив. Назову «Убийца — садовник». Сидите, догадывайтесь, кто там садовник.

5 — Дорогая, если ты не перестанешь вести себя как кассирша в супермаркете, я соберу свои вещи и уйду!

— Пакет брать будешь?

### ТУРНИРНАЯ ТАБЛИЦА

1 Краснодар	32
2 ЦСКА	30
3 Зенит	29
4 Балтика	27
5 Локомотив	27
6 Спартак	22
7 Рубин	19
8 Динамо	17
9 Ахмат	16
10 Акорн	15
11 Ростов	15
12 Динамо Мх	14
13 Крылья Советов	13
14 Оренбург	11
15 Сочи	8
16 Парк НН	7

### Расписание 15-го тура

8 ноября, суббота	
«Динамо» — «Акорн»	14.00
«Парк НН» — «Рубин»	16.30
«Динамо» Мх — ЦСКА	16.30
«Сочи» — «Ростов»	19:00
9 ноября, воскресенье	
«Крылья Советов» — «Зенит»	13.00
«Локомотив» — «Оренбург»	15.15
«Ахмат» — «Спартак»	17.30
«Балтика» — «Краснодар»	19.45

приступили к работе, кто-то из игроков еще не дугулял. Конечно, они большущее дело сделали — стали чемпионами, это очень почетное звание, высшая категория в нашем чемпионате.

Поэтому они очень тяжело набирали ход.

Но сейчас они выглядели лучше, чем «Спартак». Они быстрее принимали решения, а это важнейший компонент. Все, в принципе, было по делу, если не говорить о концовке матча.

— Как раз хотелось сказать: какой ценой дала эта победа? В следующем матче с «Балтикой» четверо футболистов основного состава из-за карточек не смогут играть.

— Да, в этой игре главным в итоге остался судья. И ведь не придерешься с точки зрения буквы закона. Но я хочу высказать свое мнение: буква закона и дух закона — разные вещи. Наградить «Краснодар» двумя удалениями: формально судья прав, но это ломает игру, которую можно было и не ломать. Судья лишил профессиональной деятельности 4 игроков. Нас лишили удовольствия смотреть футбол высокого качества. Болельщиков в Калининграде лишили приезда футболистов высокого мастерства. Заслужено или нет? Наш взгляд — нет. Наверное, просто это тенденция идет, что не разбираются в игре судьи по большому счету. Что такое игра ложь? Теперь есть ряд футболистов, которые специально не мяч ищут на футбольном поле, а ищут ложку. Он и пригнется, и в борьбе полезет, наткнется на ложку соперника, а потом будет изображать мухи ады — смотрите, какая я несчастный. А его еще камера приблизит, и все увидят, какой у него пробор, как он разглядывает, он лежит, его задели едва-едва Валев «репу начистил».

Мы приходим смотреть футбол, а видим в итоге театральное представление. Там ногу подставил, пенальти заборол, тут специалисты смотрят, чтобы ему на ногу наступили. И лучше всего в штрафной. Это что — футбольное мастерство? Я утрирую, конечно, но маленькие футбольные хитрости оборачиваются большой проблемой.

Посмотрите, у нас самое минимальное игровое время на футбольном поле. Мы 20 минут игрового времени уступаем английскому футболу. У нас всего лишь 47 минут мяч находится в игре. А у них 67. Почувствуйте разницу. Мы только и смотрим, как люди валяются. Да, бывают случаи, когда головами столкнулись, надо моментально остановиться. Но когда там судья в 5 метрах ничего не видит, вдруг начинает ВАР смотреть и видит, что играя чуть-чуть задели и он падает. В наше время такого вообще не замечали. Синяки, бланши под глазом — нормально. А тут по ноге здели, он лежит так, словно перелом двойной. Только-только доехал до бровки, подсказывают: «Ногу не забудь, а то что тебе будете хромать на ногу». А то, что он отнял у нас у болельщиков, пару минут футбольного времени, это не с счетом.

Да, у Литвинова было рассечение. Ну и что, не рассечение, в ходе единоборства получено, бывает. Типа как, там даете с привязанными руками пыгаться, что ли?

За что судья ударили двух краснодарцев? За то, что один из них сторгом выбил мяч? Сломать игру — дело пустяковое. Прости ты мячу, но ты не каждый раз поступаешь «Динамо», может быть, когда-то к этому постараешься притянуть, на этот путь может заняться. Приходится брать другими компонентами: организацией игры, созданием преимущества, наполнением зон, колективной атакой. Но все равно достигают успеха команды, у которых в составе есть игроки, способные индивидуально и соперниками у нас могут единицы, и даже у них не каждый раз получается «Динамо», может быть, когда-то к этому постараешься притянуть, на этот путь может заняться. Приходится брать другими компонентами: организацией игры, созданием преимущества, наполнением зон, колективной атакой. Но все равно достигают успеха команды, у которых в составе есть игроки, способные индивидуально решить судьбу матча, причем не раз с сезоном, а постоянно. У «Динамо» сейчас с этим явно недобор, не хватает естественной ротации, часть игроков потеряна. Иван Сергеев — неплоний, где он будет себя комфортнее чувствовать, при каком сочетании партнеров, а там же есть еще и Тюкавин. Избыток вариантов тоже может тормозить командную игру, которая дает результат.

## «Краснодар» — «Спартак» (2:1)

— Ринат Саярович, главный матч, который все ждали с нетерпением, — «Краснодар» — «Спартак». Что для вас было в нем интересного?

— Все было интересно. «Спартак» пытался за счет своих сильных качеств добиться успеха, но и «Краснодар» был хороший.

Вспомните, как этот «Краснодар» начал текущий чемпионат. Они очень плохо выглядели в матче на Суперкубок. Потом в первом туре они разгромили «Нижний Новгород», но игра была просто ни о чем. «Краснодар» с минимумом движений сумел выиграть — 3:0, перелом в том матче наступил после того, как защитник «Нижнего» Александров забил мяч в свою ворота.

Потом было поражение дома от «Локомотива» — 1:2.

Я в одном интервью уже сказал, что они не успели до конца выйти из празднования прошлогоднего чемпионства. Короткая пауза между чемпионатами, они позднее других

Восход Солнца — 7.44, заход Солнца — 16.41, долгота дня — 8.57.

По данному ИЗМИРАНа и Лаборатории магнитобиологии, ожидаются небольшие возмущения геомагнитного поля

### ДАТСКИЙ УГОЛОК

Всемирный день распространения информации о проблеме цунами  
День военного разведчика в России  
День рождения Останкинской телебашни

### ГОРЯЧАЯ ПЯТЕРКА АНКЕДОТОВ «МК»

1 Сегодня утром я проснулся с твердым намерением убраться дома, постирать и заняться спортом. Но это было четыре часа назад, когда я была молода и полна меч