

Елена Николаева: Скажу по секрету, телевизора у меня дома как не было, так и нет

Недавно телеканал «Культура» предложил всем желающим познакомиться с методикой изучения китайского языка за 16 часов в рамках образовательного шоу «Полиглот». Здесь постигают модный нынче язык Поднебесной по уникальной авторской методике. Среди популярных музыкантов, актеров, продюсеров можно было видеть и ведущую телепрограммы «Утро России» на РТР Елену Николаеву. Что привело ее в столь необычную аудиторию? И зачем «китайская грамота» русскому тележурналисту? С этими и рядом других вопросов я пришла на встречу с Еленой в модное московское кафе кафе на Патриарших прудах.

НАТАЛЬЯ БОБРОВА

Елена, вам что, без китайского языка не хватает трудностей в жизни?

– В последнее время только ленивый не говорит о том, что пора изучать китайский. Для меня же постижение этого языка – вызов. Там другая Вселенная, заглянуть туда – раздвинуть границы собственного мира. Как-то прочитала в дореволюционных дневниках одного известного писателя: «Решил взять пару уроков немецкого». Что? Пару уроков? Да что они могут дать? Но теперь-то я понимаю, что при правильном подходе суть языка можно схватить очень быстро. А дальше все зависит от тебя самого. На первый взгляд, к китайскому и не подступиться. Это язык не просто звуков, но музыкальных тонов. У гласных там – четыре вариации разной высоты, от их выбора зависит смысл. Но мне кажется, освоив эту трудность, я выросла над собой. Даже чисто физически: у меня будто роста прибавилось.

– Ну что ж, некоторым для этого высоких каблучков хватает, а вы пошли своим путем, куда более сложным. Кстати, вас не смущает, что на телевидении уже хватает Николаевых?

– Получается, эта фамилия приводит к ТВ-успеху. Так что мне на нее грех жаловаться.

– Вас уже на улице узнают?

– Да, с некоторых пор совершенно незнакомые люди улыбаются и говорят: «Доброе утро», хотя на дворе может быть и вечер. Впервые это случилось на следующий день после премьеры «Утра России» в эфире. Я спустилась в метро, подошли дежурные полицейские, стали говорить комплименты. Наверное, у них на лица особенно глаз неметан.



ЕСТЬ ТАКАЯ ФОРМУЛА – «ВСТРЕЧАЮСЬ». Это про меня. Но замуж пока не собираюсь. У меня, возможно, наивное представление о том, что это делается один раз и на всю жизнь. Поэтому не тороплюсь

– Телевидение – это мечта всей жизни?

– Я родилась в Ташкенте, и в детстве у меня был огромный разброс желаний – от космонавта до золотодобытчика. А телевизора у нас дома вообще не было. Смотреть сериалы я ходила к соседям – помните, все эти «Дикий Ангел», «Комиссар Рекс» и прочие... А все мультики, которые положено смотреть в нежном возрасте, увидела только лет в 20, не раньше. Особенно впечатлилась «Ежиком в тумане» – волшебная история... А еще в детстве я была стеснительной и, чтобы скрыть это, пыталась командировать во дворе.

– А кто у вас родители?

– Мама и папа – математики. Правда, в 90-е им, как и многим другим их коллегам, пришлось перекалфицироваться, податься в более финансовую сферу. Ну да математики в жизни не пропадут. А бабушка конструировала самолеты на знаменитом авиастроительном заводе в Ташкенте, дедушка был там же директором. В семье было принято «узнавать» – все стремились к знаниям, увлекались стихами, историей. Я выросла в окружении книг. Читала запоем. Жила в своем прекрасном мире. Да и потом долгое время у меня была привычка таскать с собой в

сумке по паре книг. Сейчас у меня так в поездках. Не знаешь, на что именно будет настроение. Только теперь это чаще не книги, а статьи.

– И образование вы получили весьма практичное...

– Да, далекое от гуманитарных сфер: окончила Университет нефти и газа имени Губкина. Хотя после девятого класса, когда нужно определяться с подготовительными курсами, призналась маме, что хочу быть журналистом. Мама ответила резко: «Это вообще не профессия!» И вышла, хлопнув дверью. Тогда мне пришлось подчиниться.

ТАКАЯ РАБОТА

Лучшая медсестра Москвы – это звучит!

Медсестра московской детской поликлиники №86 **Нина Белова** знает всех своих пациентов по имени. А их у нее около тысячи. Она проработала на одном участке четверть века, и теперь малыши, которых она когда-то лечила, приводят к ней уже своих детей. Недавно народным голосованием на портале «Активный гражданин» **Нина Белова** была признана лучшей медсестрой Москвы.

ОЛГА ГРИГОРЬЕВА

В конкурсе участвовали больше 3 тысяч терапевтов, 2 тысяч педиатров и столько же детских медсестер. За них проголосовали более 232 тысяч активных москвичей. В итоге почетные грамоты, дипломы и подарки получили 30 врачей – по 10 в каждой специальности. Больше всего голосов набрали Тезада Озова, врач-терапевт поликлиники №5, Александр Атапин, педиатр детской поликлиники №12, и **Нина Белова**, с кото-



рой мы начали рассказ. Как подчеркнул глава столичного департамента здравоохранения Алексей Хрипун, лауреаты могут гордиться, ведь их заслуги признали сами горожане.

– Честно говоря, не ожидала, что окажусь среди победителей, – признается «Труду» **Нина Белова**. – Хотя родители моих пациентов мне говорили: «Нина Алексеевна, мы за вас проголо-совали». Спасибо, конечно, за добрые слова. Стаж участковой медсестры у меня уже больше 25 лет, доктора менялись, а я как работала, так и работаю...

Москвичи сами выбрали лучших терапевтов, педиатров и детских медсестер.

Конечно, работа у Беловой непростая, требует особого терпения. Признается, что подумывала об уходе на отдых, но всякий раз сердце сжимается.

– Жалко оставлять мам и пап, бабушек и дедушек, своих маленьких пациентов, привыкла к ним. Когда я пришла на участок, многие из родителей нынешних чад сами были малышами, потом они выросли, у них у самих появились свои детки. И все на моих глазах, при моем участии. Это здорово! Недавно мне сказали: «Мы открываем

дверь доктору и, если видим вас рядом, сразу успокаиваемся, верим, что с нашим малышом все будет в порядке...» Для меня такое признание – лучшая награда, честное слово!

В разговоре с лучшей медсестрой Москвы присутствуют не только эмоции, но и факты. Белова рассказывает про докторов («Не знаю, как где, а у нас в поликлинике они отличные!»), про новое оборудование и новые методики лечения.

И на мой вопрос, что кроме почетной **Нины Беловой** получила вместе со званием лучшей медсестры, она перечисляет:

– Нас наградили грамотами и дипломами, все победители получили также премии в размере трех окладов, а доктора еще и поедут на стажировку в лучшие зарубежные клиники. Кроме того, фотографии лучших врачей будут размещены на городских билбордах.

Что ж, пока делают билборды, «Труд» представляет лауреатов народного голосования.

ВЗГЛЯД

Максим БАШКЕЕВ

специальный корреспондент



Эта музыка будет вечной?

Российский Минздрав готовит новый приказ о критериях оценки качества медицинской помощи населению. Интересно, есть ли в предлагаемой шкале место для случая из Хабаровского края, где врачи, несмотря на настоятельные просьбы матери, отказались осматривать трехлетнюю девочку, после чего та еще три недели проходила с батареей в носу? Пока бедняжка наконец-то не дождалась очереди к участковому педиатру, который и обнаружил инородное тело...

История эта стала достоянием широкой общественности исключительно благодаря местным телевизионщикам, которые посвятили злключениям девочки Лизы и ее мамы целый сюжет. Получился фильм ужасов! Как выяснилось, в городской больнице №2 отказались принять и осмотреть маленькую пациентку с жалобами на температуру, кровотечение и боли в носу. Маму с девочкой послали... в районную поликлинику, к участковому педиатру. Но попасть к врачу оказалось далеко не так просто – и Лиза вынуждена была дожидаться своей очереди на прием к Айболиту аж три недели. И только потом изумленный доктор обнаружил в носу девочки батарейку, которая и была причиной всех проблем.

Сейчас, нам говорят, по этому вопиющему поводу ведут проверки управление Следственного комитета РФ по Хабаровскому краю и Росздравнадзор. Ждем, как обычно в подобных случаях, гневных выводов комиссии и наказания подвернувшихся под горячую руку стрелочников. Между тем даже это удивительное происшествие не является таким уж чрезвычайным и исключительным. Новость из Хабаровского края в считанные часы разлетелась по все-му Рунету. Пользователи понесли не только дальневосточных врачей, безропотную мамашу, но и Минздрав в целом, видя в произошедшем вполне системную проблему.

Да, есть вопросы к Лизинной маме. Почему она сразу не вызвала неотложку, а ходила с девочкой по врачам? Почему три недели безропотно ждала очереди к педиатру, несмотря на то, что все это время у Лизы периодически шла носом кровь и держалась высокая температура? Почему не была в тревожный колокол, не рвалась в закрытые двери?

Но куда красноречивее другое обстоятельство: абсолютное большинство откликнувшихся на ЧП с Лизой ни на каплю не усомнились, что такое вообще в нашей жизни возможно. Поскольку сами эти граждане регулярно сталкиваются и с безбрежными очередями в клиниках, и с черствостью загнанных врачей. Обратите внимание: у нас и месяца не проходит, чтобы кто-то не скончался в очереди в поликлинике, так и не дождавшись приема у специалиста. Последняя трагедия произошла в Смоленске, где проходивший медосмотр мужчина умер в очереди в кабинет ЭКГ...

На таком фоне новость о том, что Минздрав готовит новый приказ о критериях оценки качества оказания медицинской помощи, выглядит, мягко говоря, не очень кстати. Это просто смешно, если бы не было так грустно. Впрочем, после беглого изучения документа все встает на свои места. Приказ целиком и полностью ложится в схемы реформ и мук «оптимизации», которые происходят в российском здравоохранении все последние годы. Речь в нем идет о том, чтобы определить некий минимум процедур и анализов, назначаемых при лечении того или иного заболевания. При этом оценивать качество оказанной медицинской помощи будут вовсе не больные и даже не медики, а представители страховых компаний. Богатый опыт общения с этой братией в рамках страхования автогражданской ответственности позволяет предположить, что и в медицине будет не все так гладко, как выглядит на бумаге.

В этом смысле куда полезнее и востребованнее, на мой взгляд, будет другой проект Минздрава «Послушайте, доктор», который в качестве эксперимента начал работать в 10 регионах России. В рамках его участникам эксперимента обещана возможность смело жаловаться на возникающие проблемы при обращении за медицинской помощью. Неожиданный ход! Остается только спросить, что делать жителям остальных, не попавших под эксперимент регионов. Так и ходить с батарейкой в носу?

P.S. Тем временем Лиза госпитализирована в ННБ №1 города Хабаровска. Жизнь и здоровье ребенка вне опасности. Врачи обещают, что вся эта история не будет иметь для Лизы последствий в виде рубцов, шрамов и прочих неприятных напоминаний.

ПО СТАРЫМ АДРЕСАМ

Партизанская тропа на Брянщину

На Брянщине в местах партизанской славы прошел фестиваль «Международный лагерь славянской молодежи». Он проводится с 1969 года, когда впервые студенты из Брянской, Черниговской и Гомельской областей собрались на стыке трех славянских республик. Традицию не нарушили и в этот раз, хотя украинской молодежи за участие в фестивале националисты теперь грозят всевозможными карами.

НИКОЛАЙ ИВАНОВ
БРЯНСКАЯ ОБЛАСТЬ

Еще в 1975-м на стыке республик возле мону-мент Дружбы, прозванный в народе «Три сестры». Белорусы, украинцы и россияне поочередно приглашали соседей на торжества, на них неоднократно присутствовали и президенты государств, уже ставших независимыми. Но после первой «оранжевой революции» в Киеве поток гостей с Черниговщины значительно снизился. А в этом году руководители области оша-

занского движения, недаром райцентр Суземка и поселок Смелиж имеют почетные наименования «Населенный пункт партизанской славы». Это наша общая история, скрепленная столетиями совместной жизни и общей Победой.

А почему именно из Сумской области отважились приехать посланцы? До сих пор в районе пограничного села Зерново действует местный переход. При этом россияне призывного возраста, как легко догадаться, в Украину не пускают, а вот жители Середина-Буды и близлежащих сел и деревень беспрепятственно продолжают ездить в Суземку. Другое дело, что уже после открытия партизанского лагеря в одном из приграничных сумских городов местные националисты выступили с угрозами к уехавшим на фестиваль юнармейцам, и несколько ребят вынуждены были уехать домой до окончания срока.



Эти флаги теперь редко можно увидеть вместе...



рашили организаторов встречи на Брянщине заявлением: «Как вы смеете нас приглашать, когда сапоги оккупантов топчут наши земли? Отныне никакой дружбы и никаких встреч!»

И тем не менее отряд украинской молодежи из Сумской области приехал. В Суземском районе, на бывшем партизанском аэродроме возле поселка Смелиж, наряду с российским и белорусским звучал гимн Украины и поднимался по флажку украинский флаг. Именно здесь когда-то впервые прозвучала песня на стихи Анатолия Софронова «Шумел сурово Брянский лес». Из здешних мест, получив боеприпасы и обмундирование с Большой земли, уходили в карпатский поход легендарные отряды Ковпака и Сабурова. За два года оккупации фашисты смогли взять Смелиж лишь однажды и всего на полтора дня. Место легендарное, знаковое в истории парти-

Каждому участнику фестиваля вручалась так называемая шелковка. В годы войны самым надежным документом, удостоверяющим принадлежность к партизанам, был клочок ткани из парашютного шелка, на котором было отпечатано удостоверение бойца партизанского края. «Шелковка» вшивалась в одежду, чтобы полиция и оккупанты ничего не обнаружили при обысках.

Довезли ли до дома сумские ребята этот клочок материи? Пришлось ли им для этого зашивать памятный документ, как это делали предки? Хранить историю, как мы видим, на территории современной Украины до сих пор опасно. Но «партизанские костры» показали, что ручеек народной дипломатии и дружбы не пересох, что он пробивается сквозь тину лжи и враждебной пропаганды.

Елена Николаева:

Скажу по секрету, телевизора у меня дома как не было, так и нет



Забегая вперед, скажу, что благодарна маме за ее тогдашнюю суровость. Ну как можно обучаться журналистике? Пять лет читать книги? Я и так их читаю с раннего детства. Зато совсем недавно дополнительно прошла бизнес-программу в Сингапуре.

— А как попали в журналистику?

— Сразу после университета начала искать журналистские вакансии. Благодаря как раз образованию попала в газету «РБК daily». Была еще совсем сырой в плане профессиональных навыков. Пришлось многому и очень быстро учиться. Настоящей профессиональной школой стал телеканал «Эксперт». Выросла на нем за полтора года от стажера до автора собственной программы «Новый бизнес с Николаевой». Когда уходила оттуда, ее повторяли 60 или 80 раз в месяц. Я же перевела ее телевизионный формат в печатный. И уже около четырех лет еженедельно публикуюсь в журнале «Эксперт». Столько же времени прошло с моего прихода на телеканал РБК.

— Вы и актрисой успели побывать, снявшись в добром десятке фильмов. Не было соблазна сделать актерское ремесло основным?

— Ну, актрисой — это, пожалуй, громко сказано. Хотя еще студенткой снималась в рекламе и сериалах, чтобы платить за учебу. Помню свой первый гонорар (ведь все помнят свой «первый миллион», правда). Ну вот, поехала на кастинг. А там искали Золушку — для рекламного ролика в честь сухариков. Отсмотрели массу претенденток. А я, как назло, по дороге на кастинг попала под сумасшедший дождь, потом еще долго плутала по незнакомым коридорам. В общем, можете представить, в каком жалком виде я зашла, оставляя за собой мокрые следы. Но режиссер, едва увидев это зрелище, почему-то сразу утвердил меня на роль. И все как в сказке: появились карета, фея, паж... Заработала за съемку 250 долларов. Десять лет назад для меня это были



Елена Николаева с соведущим Андреем Петровым.

Фехтование — одно из многих хобби Елены.

большие деньги! Глаза разбегались, сколько можно всего купить. В итоге потратила заработок на какую-то чушь — плойку для волос с разными насадками, которой так ни разу и не пользовалась.

Потом последовали сериалы, около 40 рекламных роликов. Вроде все в порядке, типаж яркий. Но в актерстве на одном типаже долго не продержаться, нужно наращивать профессиональное мастерство, а это огромный труд. Встал выбор: идти дальше по этому пути или...

— Или что?

— Я поняла, что хочу большего, чем может себе позволить актриса. Хочу говорить от себя. Иметь свое мнение. Быть хозяйкой, автором собственных слов. А уж если приду в кино, то в качестве известной личности.

— Тряслась перед первым эфиром в «Утре России»?

— Волновалась. Но, знаете, есть такое мнение: если ты спокоен перед эфиром, то тебе надо уходить из профессии. Это особая материя. Тут нужен всплеск адреналина: вспышка, ослепительное мгновение — и вот ты уже говоришь. И не замечаешь, как прошло время прощаться со зрителями. «Всем спасибо! Пока. Увидимся...»

— Чем, по-вашему, берет «Утро России» в сравнении с подобными утренними программами на других каналах?

— Мы поднимаем серьезные темы, которые волнуют всех. Это не про то, как сделать цветок из пустой пластиковой бутылки. Мы разбираемся в текущих событиях. А это всегда сложные вопросы. К нам приходят первые лица — министры, депутаты. Те, кто принимает решения. И к кому у нас всех накопились вопросы. Надо отдать должное гостям — они реагируют быстро. Часто — буквально на следующий день озвученная проблема уже начинает решаться.

— Никто из высоких персон не отказывается?

— Недавно встретила министра, который на приглашение ответил: «Ни за что — вы там как начнете вопросы задавать...» Хотя столь категоричная ре-

Штрихи

● Елена Николаева родилась в Ташкенте в семье математиков. Дедушка был директором авиазавода, бабушка конструктором. Сама же Елена окончила Университет нефти и газа имени Губкина. Снималась в сериалах и рекламных роликах. Путь в журналистику начинала в газете «РБК daily» и на телеканале РБК. Не замужем.

— А как насчет цензуры — внутренней или еще какой?

— Когда я пришла с РБК на «Россию», то вообще не понимала, какие вопросы можно задавать, какие нельзя. Все-таки канал государственный. Искала цензуру — и не нашла, по крайней мере в нашей программе. Есть вопрос, чувствуешь, что он важен для аудитории, — задавай. Хотя гостей мы обычно записываем чуть дольше, чем те пять минут, что проходят в эфир. Потому что у каждого своя манера отвечать на вопросы. Кто-то начинает слишком издали, кто-то вообще пытается уйти от ответа, ставит дымовую завесу из слов. Порой приходится вырезать откровенные глупости, которые человек вдруг сказал от волнения. У нас же нет цели выставить гостей дураками, да и зрителям нужна информация, а не болтовня.

— Как строится обратная связь со зрителями?

— Мне очень много пишут в соцсетях. На все письма стараюсь ответить — пусть и не сразу. В «Инстаграме» комментируют. Тоже всегда читаю, прислушиваюсь к советам. И знаете, до сих пор приходят письма в конвертах. Это особенно трогает: значит, люди пишут из таких мест, куда не дошел всемогущий интернет. Однажды я получила письмо, на котором были указаны лишь город, название программы и мое имя. Этого оказалось достаточно.

— Обычно в новостях масса негатива. Вы как-то с этим боретесь?

— А зачем? Это жизнь. Мы же не розовые слоники, которые пускают разноцветные пузыри. Впрочем, у нас больше аналитики и сюжетов без политики. А соотношение позитива и негатива во многом зависит от нашего с вами настроения. Вот красноречивый пример из последнего: отложили запуск на сутки на космодроме Восточный — и столько злорадства возникло у наших сограждан... По-моему, мы должны научиться мечтать. Понять, в чем мы талантливы и успешны. Без самоуважения мало что получится.

— Традиционный для этой рубрики вопрос: вы телевизор смотрите?

— Скажу по секрету: у меня его дома как не было, так и нет. Кино и сериалы смотрю на компьютере. Там же иногда просматриваю свои программы. Но со временем все режет. Раньше контролировала себя, потому что знала: слишком эмоциональна, а на экране это не всегда хорошо. Но сейчас стала более спокойной, терпимой. Успокоилась.

— А как же вы без телевизора отдыхаете?

— Отдыхаю от чего? Знаете, говорят: найди себе дело по душе — и тебе не придется работать ни дня в своей жизни. У меня нет метки на часах, когда заканчивается или начинается моя работа. Это не 18.00, не 23.00. Иногда среди ночи могу проснуться и записать пришедшую в голову идею новой программы. Когда не пишу и не говорю перед камерой, то встречаюсь с друзьями, слушаю лекции, читаю, катаюсь на велосипеде, фехтую, еду на рыбалку, хожу под парусом или просто валяюсь на диване и смотрю сериал. Недавно решила, что раз в неделю должна ходить на выставки или в театр. Посмотрела «Мадеммуазель Нитуш» в Вахтанговском. Очень рекомендую.

— А как устроена ваша личная жизнь?

— Есть такая формула — «встречаюсь». Это про меня. Но замуж пока не собираюсь. У меня, возможно, наивное, представление о том, что это делается один раз и на всю жизнь. Поэтому не тороплюсь. Хотя встречала прекрасных людей. Недавно проснулась среди ночи и записала: великая любовь — это когда два человека встречаются, и вокруг них начинает вертеться космос. И зритель это чувствует.

Я ПОНЯЛА, ЧТО ХОЧУ БОЛЬШЕГО, чем может себе позволить актриса. Хочу говорить от себя. Иметь свое мнение. Быть хозяйкой, автором собственных слов

Эвалар

Как лечить воспаленные суставы, не повреждая желудок?

Летний сезон — горячая пора для дачников. Но активная дачная жизнь зачастую приводит к болям и воспалению суставов.

При воспалении суставов альтернативой нестероидным противовоспалительным средствам (НПВП) может стать «Настойка Сабельника»¹ Эвалар, которая:

- лечит суставы, не повреждая слизистую желудка
- оказывает выраженное противовоспалительное действие и устраняет боль в комплексном лечении артрита и артроза
- при совместном приеме с НПВП усиливает их эффект и позволяет снизить дозу²



Спрашивайте в аптеках города! www.avalara.ru
«Линия здоровья» Эвалар: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный).
Заказывайте на сайте apтека.ru с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку.

Реклама. 659322, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760
¹Название по РУ «Сабельника настойка» №002431. ²В рамках рекомендаций по применению.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.



Виктория Толстоганова привыкла добиваться своего. Как поступила в ГИТИС с третьей попытки и почему выбрала кино, она рассказывает в программе «Звезда на Звезде». Пн, 13.15, «Звезда»

ДО И ПОСЛЕ ЭФИРА

Мориарти скорее жив, чем мертв

Создатели телесериалов с несколькими сезонами обычно тщательно скрывают, как действие будет развиваться дальше, кто из героев уйдет в мир иной, а кто оживет на первых ролях. Зрители же и журналисты всеми силами пытаются разузнать, что да как, а потом высту...

рыми друзьями Бенедиктом Камбербэтчем и Мартином Фриманом. Нет, все тут же решили, что авторы сериала решили воскресить вечного антагониста Холмса, и растрезвонили об этом на весь свет. Премьера «Шерлока» состоится в январе.



Лео любит водочку

Не секрет, что двойники неплохо зарабатывают на своем сходстве со знаменитостями. Ленины и Сталины сшибают свои сотенные, фотографируясь с иностранцами на Красной площади. А Мэрайи Кэри и Дн...

который и пренде сильно смахивал на Ди Наприо, а со временем, похудев на 15 кг, и вовсе стал походить на ослепленного лауреата на две капли воды. И вот Романа пригласили сняться в рекламе. Какой же товар продвигается с помощью русского Лео? Ну, конечно же, водка! Миньше чем за сутки это видео посмотрели 200 тысяч человек. Из любви то ли к американскому антеру, то ли к нашей беленькой.



ВМЕСТЕ У ЭКРАНА

Здравствуй, это я

Практически любой нормальный человек начинает свой день с того, что смотрит в зеркало и как-то себя оценивает: «Черт, какая же я все-таки хорошенькая!». Или: «Что-то я вчера малость перебрал». Словом, разные у людей в голове мысли. Но во всех них неизменно присутствует местоимение «я». Психологи называют это процессом самоидентификации. Констатируя, что в зеркале отражается именно он, индивид подсознательно вкладывает в это очень многое. Я – человек, я – мужчина, я молод, я имею такой-то социальный статус... Новый проект Первого канала так и называется «Это я». Но ждать от него глубокого психологизма вряд ли стоит.

СЕРГЕЙ БЕДНОВ

Говорят, что мода на селфи постепенно проходит. Может и так, но явление это приобрело такой масштаб, что просто не могло не найти отражения в индустрии развлечений. Реалити-шоу «Это я» вышло как раз из селфи. Его героини день за днем снимают себя на портативную камеру, и мы становимся свидетелями их повседневности. На первый взгляд, в этом нет ничего нового. Мало, что ли, существует реалии, где люди годами живут под объективами! Вспомним пресловутую семейку Кардашьян. Но там другая история, там шоу-бизнес. Там участники воспринимают постоянное присутствие камер как часть своей работы и потому стараются все делать так, чтобы не предстать перед зрителями глупыми или некрасивыми.

Принцип взаимодействия создателей «Это я» со своими подопечными другой. Они не требуют от тех

НАШИ РЕКОМЕНДАЦИИ

Никита Джигурда
«Тонкая штучка», Сб, 12.45, «ТВ-Центр»

Холли Берри
«Женщина-кошка», Сб, 19.00, ТВ-3

Евгения Добровольская
«Артистка», Вс, 12.55, «Пятый»

Джонни Депп
«Джонни Д.», Сб, 23.00, ТВ-3



соответствия заданному образу, напротив, предлагают быть такими, какие они есть на самом деле. Пусть даже глупыми и некрасивыми. Непосредственность подкрепляется даже технически: камеры, которыми снимают себя героини, не позволяют дать картинку высокого качества с воздухом и глубиной. Если их держать близко к лицу, то его черты оказываются искаженными. Если они устанут далеко, а композиция кадра и говорить не приходится. Так подчеркивается эффект документальности.

Первые выпуски проекта смотреть довольно сложно, а местами даже неприятно. Почти ни одна героиня пока не кажется симпатичной ни внешне, ни внутренне. Их монологи перед объективом выглядят искусственными, а разговоры с окружающими – разыгранными. Надо полагать, со временем это пройдет. Кинематографисты советских времен, которые снимали фильмы про школу в реальных учебных заведениях, рассказывали: на то, чтобы дети перестали обращать внимание на камеру и выпендриваться перед ней, требуется месяц два. Может, и участницы шоу «Это я» сумеют успешно преодолеть процесс адаптации? Пока же одна из них говорит: «Хотите, я покажу, что

у меня в холодильнике?» И показывает. К кому она обращается? К потенциальным зрителям. Значит, она не живет перед камерой, а играет. И это противоречит замыслу. А люди, с которыми героини вступают в контакт? Родные, подруги, любовники, экс-мужья? Тех что, камера совсем не смущает? Или она скрытая? Если же их предупреждают о съемке, значит, это тоже игра.

Программа имеет возрастное ограничение «16+». Не испытываю ни малейшего желания в очередной раз пройтись по поводу этой маркировки и отношения к ней вещателей. Хотя они сами напрашиваются. К примеру, на следующей неделе на «ТВ Центре» будет фильм о Монике Левински. Не об однофамилице, нет, о той самой. Так вот, канал считал правильным адресовать историю всемирно известной дамочки аудитории старше... 12 лет. Интересно, при такой-то адресности обошли ли авторы интересный случай в Овальном зале Белого дома? И если да, то чем еще на их взгляд примечательна судьба стажерки?.. Но в случае с реалии «Это я» ни о каких метках вообще можно не беспокоиться. Подроски моложе 16 программу, скорее всего, смотреть и так не будут. Парням все эти «женится – не женит-

ся», «рожать – не рожать» по барабану. Девчонкам тоже. Им не интересны проблемы взрослых тетенок. Им гораздо ближе выстраивание отношений в «Доме 2». Аудитория нового шоу – это женщины «20» с несколькими плюсами. Из числа тех, кто перестал ждать принца на белом коне или олигарха, ищущего близкую по духу скромницу.

Рассказывая о проекте, его авторы несколько раз обмолвились, что им попались очень интересные героини. Откуда они это знают, если все происходящее с дамами тут же ставится в эфир? Что-то все-таки наводит на мысль, что процесс работы над шоу был немалым другим. Что женщин, привлеченных к нему, изначально было в разы больше. Что съемки начались давно и завершились задолго до эфира. Что окончательный выбор героинь произошел после анализа гигантского объема готового материала. И что осуществлялся он так, чтобы участницы были разными и, главное, чтобы у них были интересные и непохожие истории с динамикой и логическим концом.

А истории в «Это я» действительно очень разные. Одна героиня – беременна, но что делать с этим, она не знает, потому что отец ребенка смысла. Вторая – никак не может устроиться на работу и влечет вместе с дочкой жалкое существование. Третья изводит своего мужа бесконечными претензиями. Ну и так далее. Могут ошибиться, но подозреваю, что авторы прекрасно знают, чем завершится каждая из этих историй. Однако ничуть не сомневаюсь, все они будут интересны для той целевой аудитории, речь о которой шла выше.

В любом случае, нельзя не приветствовать появление в эфире совершенно нового для нашего ТВ формата на фоне бесконечных стенаний по поводу отсутствия свежих идей.

11 июля ПОНЕДЕЛЬНИК

Table with TV program listings for channels: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Includes program names, times, and ratings.

Table with TV program listings for channels: МОСКВА 24, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Includes program names, times, and ratings.

12 ИЮЛЯ ВТОРНИК

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на вторник 12 июля.



Фетисов Ток-шоу

Вячеслав Фетисов – человек, завоевавший все возможные титулы в мировом хоккее. Он знает о спорте все. Спортсмен, политик и теперь телеведущий. В новом ток-шоу – именитые гости, эксклюзивные интервью, сенсационные факты. Великие победы и острые проблемы российского спорта представят в новом свете. Фетисов разберется лично!



Женатый холостяк

Комедия (СССР, 1982) Случайному знакомому Тамара рассказывает о проблемах с мужем. Родители так и не познакомились с зятем, хотя общему ребенку уже 3 года. Попугайчик решает помочь Тамаре и втайне от нее приезжает к ее родителям, представившись ее мужем...

13 ИЮЛЯ СРЕДА

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программа на среду 13 июля.



14 ИЮЛЯ ЧЕТВЕРГ

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: Теленанал «Доброе утро», Новости, Непрозрачная закупка, «Нить здоровья», «Давай познакомимся», «Гость говорят», «Этот Я», «Давай познакомимся», «Мунское / Женское», «Наедине со всеми», «Давай познакомимся», «Давай познакомимся», «Время», «Городские пинюны», «3 ЖЕНЩИНЫ», «США», «Вести», «Нитроновая закупка».

ТВ-каналы: РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: Утро России, Вести, Утро России, «Самом главным», «Вести», «Местное время. Вести-Москва», «СЕРИАЛ «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ - 5», «Вести», «Местное время. Вести-Москва», «Вести. Денурная часть», «СЕРИАЛ «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ - 5», «Вести», «Местное время. Вести-Москва», «Прямой эфир», «Местное время. Вести-Москва», «СЕРИАЛ «СЕСТРАМОЯ ЛЮБОВЬ», «СЕРИАЛ «БЕЛАЯ ГВАРДИЯ», «СЕРИАЛ «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ», «Два залпа по конструктору. Драма «Натюши», «Комната смеха».

ТВ-каналы: МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: «Спортивные прорывы», «Все на Матч!», «Напитаны», «Шелковый путь», «XXX летние Олимпийские игры в Лондоне. Волейбол. Финал. Россия - Бразилия», «Рио ждет», «Смешанные единоборства. UFC», «Особый день с Андреем Нириленно», «Несерьезно о футболе», «Место силы», «Волейбол. Мировая лига. Мунчины. США - Италия», «Приключения Дженни Чана», «Десятка», «Два залпа по конструктору. Драма «Натюши», «Дети Азии», «ЮНАЙТЕД. МЮНХЕНСКАЯ ТРАГЕДИЯ», «Великие футболисты», «Рио ждет».

ТВ-каналы: НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: «СЕРИАЛ «СПРУГИ», «Новое утро», «СЕРИАЛ «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА - 2», «Суд присяжных», «Обзор. Чрезвычайное происшествие», «Прокрустная проверка», «СЕРИАЛ «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ - 5», «СЕРИАЛ «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ - 5», «СЕРИАЛ «ДИКИЙ», «Итоги дня», «Судебный детектив», «Первая кровь», «Закон и порядок», «Кремлевские похороны».

ТВ-каналы: 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программы: «СЕРИАЛ «ОСА», «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ: НОМИССАР МИЛИЦИИ РАССЛЫШАЕТ», «СЕРИАЛ «ДЕТЕКТИВЫ», «ДАМА С ПОПУГАЕМ», «СЕРИАЛ «ОСА», «Евроночь», «Новости культуры», «СЕРИАЛ «САГА О ФОРСАЙТАХ», «Письма из провинции», «Маленькие напитки», «СЕРИАЛ «СПЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ», «Мировые сенсационки», «Новости культуры», «Дело России», «Хроники Изумрудного города», «СЕРИАЛ «САГА О ФОРСАЙТАХ», «Владимир Федосеев и БСО им. П.И. Чайковского», «Неизвестный АзС», «Спокойной ночи, малыши!», «Новости культуры», «Культурный отдых», «СЕРИАЛ «САГА О ФОРСАЙТАХ», «Дело России», «Абсолютный слух», «Ретроспектива фильмов Марины Годравской», «Владимир Гудков», «Худсовет», «Холстомер. История лошади».

ТВ-каналы: РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программы: «Евроночь», «Новости культуры», «СЕРИАЛ «САГА О ФОРСАЙТАХ», «Письма из провинции», «Маленькие напитки», «СЕРИАЛ «СПЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ», «Мировые сенсационки», «Новости культуры», «Дело России», «Хроники Изумрудного города», «СЕРИАЛ «САГА О ФОРСАЙТАХ», «Владимир Федосеев и БСО им. П.И. Чайковского», «Неизвестный АзС», «Спокойной ночи, малыши!», «Новости культуры», «Культурный отдых», «СЕРИАЛ «САГА О ФОРСАЙТАХ», «Дело России», «Абсолютный слух», «Ретроспектива фильмов Марины Годравской», «Владимир Гудков», «Худсовет», «Холстомер. История лошади».

ТВ-каналы: ТВ-ЦЕНТР. Программы: «Настроение», «Доктор И...», «ВЕРТЕ МЕНЕ, ЛЮДИ», «Тайны нашего кино», «Возвращение «Святого Луки», «События ИИСПЕНТОР МОРС», «Мой герой», «Тон-шоу с Татьяной Устиновой», «Светские мафии», «СЕРИАЛ «НАН ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА - 2», «Город новостей», «ДОМИН У РЕНИ», «Право голоса», «Петровна, 38», «Обложка. Бедная Моница», «Прощание. Сталин и Пронюфьев», «События. 25-й час», «Владислав Добрынин. Биография в песнях», «УРОН ЖИЗНИ», «Завербуй меня, если сможешь», «Владимир Гудков. Такси на Дубровку».

ТВ-каналы: РАДИО РОССИИ, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: «Утреннее вещание», «Территория заблуждений», «Документальный проект», «С добрым утром!», «Новости», «Информационная программа 112», «Вести», «Звонки унин», «МЕРЦАЦИОН», «Информационная программа 112», «Новости», «Звонки унин», «СЕРИАЛ «СЕРИИ», «Сделано в Москве», «Афиша», «Сеть», «Наизнанку», «Простые решения», «Сделано в Москве», «Афиша», «Сеть», «Нереальные аферисты», «Низьня в большом городе», «Интервью», «Москва в деталях», «Москва сегодня», «Познавательный фильм», «Безопасность».

ТВ-каналы: РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: «Территория заблуждений», «Документальный проект», «С добрым утром!», «Новости», «Информационная программа 112», «Вести», «Звонки унин», «МЕРЦАЦИОН», «Информационная программа 112», «Новости», «Звонки унин», «СЕРИАЛ «СЕРИИ», «Сделано в Москве», «Афиша», «Сеть», «Нереальные аферисты», «Низьня в большом городе», «Интервью», «Москва в деталях», «Москва сегодня», «Познавательный фильм», «Безопасность».

ТВ-каналы: СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: «Ералаш», «Команда «Мстители», «Приключения Дженни Чана», «СЕРИАЛ «МОЛОДЕНКА», «СЕРИАЛ «СВЕТОФОР», «КООРДИНАТЫ «СКАЙФОЛЛ», «Ваше молоденькое», «СЕРИАЛ «ВОРОНИНЫ», «СЕРИАЛ «МОЛОДЕНКА», «СЕРИАЛ «НУХНЯ», «ЗАЩИТНИК», «СЕРИАЛ «СВЕТОФОР», «Ваше молоденькое», «СЕРИАЛ «СВЕТОФОР», «Ваше молоденькое», «СЕРИАЛ «90210: НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ», «СЕРИАЛ «ЗАЧАРОВАННЫЕ», «Приключения Дженни Чана», «Музыка на СТС».

ТВ-каналы: ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: «Джейми: обед за 30 минут», «Б надров», «По делам несовершеннолетних», «Преступления страсти», «Я его убил», «Одна», «СЕРИАЛ «ВЕРА, НАДЕЖДА, ЛЮБОВЬ», «Б надров», «СЕРИАЛ «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО», «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР», «МАМА ПО НОНТРАНТУ», «ДОКТОР ХАУС», «Б надров», «ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ», «Ангелы красоты», «Джейми: обед за 30 минут».

ТВ-каналы: ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: «Мультифильмы. СМФ», «Слепа», «Гадальна», «Тайные знаки», «Охотники за привидениями», «СЕРИАЛ «СНЫ», «Слепа», «Слепа», «ПЯТАЯ СТРАНА», «НАСЛ», «ПРИМАНКА», «СЕРИАЛ «СЕНРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ», «Экстрасенсы-детективы».

ТВ-каналы: ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: «Перевод на передовой», «Вход в лабиринт», «Новости дня», «Военные новости», «ЗАВТРА БЫЛА ВОЙНА», «Военные новости», «Звезда на «Звезде» с Александром Стриженовым», «Военные новости», «СЕРИАЛ «СЕВЕРНЫЙ ВЕТЕР», «Колеса Страны Советов», «Предатели с Андреем Луговым», «СЕРИАЛ «1942», «Новая звезда», «Средь бела дня», «СЕРИАЛ «ПОЛИЦЕЙСКИЙ РУБЛЕВИН», «Средь бела дня», «СЕРИАЛ «ПОЛИЦЕЙСКИЙ РУБЛЕВИН», «СЕРИАЛ «НИКИТА 3», «Ненская лига. Банановый рай».

ТВ-каналы: ТНТ. Программы: «КЛИНОК ВЕДЬМ», «Экстрасенсы ведут расследование», «Дом-2. Лих», «Comedy Woman», «СЕРИАЛ «ИНТЕРНЫ», «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА», «ИНТЕРНЫ», «Comedy Woman», «СЕРИАЛ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА», «СЕРИАЛ «ИНТЕРНЫ», «СЕРИАЛ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА», «СЕРИАЛ «ИНТЕРНЫ», «СЕРИАЛ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА», «СЕРИАЛ «ИНТЕРНЫ», «СЕРИАЛ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА», «СЕРИАЛ «ИНТЕРНЫ», «СЕРИАЛ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА».



Зойкина любовь
Мелодрама (Россия, 2011)
Зоя живет в маленьком городке под Москвой. Ей 25 лет, и ее мечта — петь на большой сцене. Известная певица Виктория, поругавшись с директором, отменяет концерты в городе и уезжает. Директор случайно знакомится с Зоей, на две недели водит похаживать на Викторию, и предлагает ей выступить на концерте вместо сбывавшей звезды. И Зоя соглашается...



Тува. Вековое братство
Документальный фильм
Тува — древняя земля шаманов, чабанов, духов природы, легенд и преданий. Большую часть этого края занимают горы. Всего 100 лет назад эта страна жила еще по законам Средневековья. Благодаря России Тува смогла превратиться в современную развивающуюся республику, но при этом сохранила свои древние традиции и низменный уклад.

15 ИЮЛЯ ПЯТНИЦА

ТВ-каналы: ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: Теленанал «Доброе утро», Новости, «Нить здоровья», «Давай познакомимся», «Гость говорят», «Этот Я», «Давай познакомимся», «Мунское / Женское», «Наедине со всеми», «Давай познакомимся», «Время», «Городские пинюны», «3 ЖЕНЩИНЫ», «США», «Вести», «Нитроновая закупка».

ТВ-каналы: РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: Утро России, Вести, Утро России, «Самом главным», «Вести», «Местное время. Вести-Москва», «СЕРИАЛ «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ - 5», «Вести», «Местное время. Вести-Москва», «Вести. Денурная часть», «СЕРИАЛ «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ - 5», «Вести», «Местное время. Вести-Москва», «Прямой эфир», «Местное время. Вести-Москва», «СЕРИАЛ «СЕСТРАМОЯ ЛЮБОВЬ», «СЕРИАЛ «БЕЛАЯ ГВАРДИЯ», «СЕРИАЛ «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ», «Два залпа по конструктору. Драма «Натюши», «Комната смеха».

ТВ-каналы: МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: «Спортивные прорывы», «Все на Матч!», «Напитаны», «Шелковый путь», «XXX летние Олимпийские игры в Лондоне. Волейбол. Финал. Россия - Бразилия», «Рио ждет», «Смешанные единоборства. UFC», «Особый день с Андреем Нириленно», «Несерьезно о футболе», «Место силы», «Волейбол. Мировая лига. Мунчины. США - Италия», «Приключения Дженни Чана», «Десятка», «Два залпа по конструктору. Драма «Натюши», «Дети Азии», «ЮНАЙТЕД. МЮНХЕНСКАЯ ТРАГЕДИЯ», «Великие футболисты», «Рио ждет».

ТВ-каналы: НТВ, 5-Й КАНАЛ. Программы: «СЕРИАЛ «СПРУГИ», «Новое утро», «СЕРИАЛ «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА - 2», «Суд присяжных», «Обзор. Чрезвычайное происшествие», «Прокрустная проверка», «СЕРИАЛ «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ - 5», «СЕРИАЛ «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ - 5», «СЕРИАЛ «ДИКИЙ», «Итоги дня», «Судебный детектив», «Первая кровь», «Закон и порядок», «Кремлевские похороны».

ТВ-каналы: 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программы: «СЕРИАЛ «ОСА», «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ: НОМИССАР МИЛИЦИИ РАССЛЫШАЕТ», «СЕРИАЛ «ДЕТЕКТИВЫ», «ДАМА С ПОПУГАЕМ», «СЕРИАЛ «ОСА», «Евроночь», «Новости культуры», «СЕРИАЛ «САГА О ФОРСАЙТАХ», «Письма из провинции», «Маленькие напитки», «СЕРИАЛ «СПЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ», «Мировые сенсационки», «Новости культуры», «Дело России», «Хроники Изумрудного города», «СЕРИАЛ «САГА О ФОРСАЙТАХ», «Владимир Федосеев и БСО им. П.И. Чайковского», «Неизвестный АзС», «Спокойной ночи, малыши!», «Новости культуры», «Культурный отдых», «СЕРИАЛ «САГА О ФОРСАЙТАХ», «Дело России», «Абсолютный слух», «Ретроспектива фильмов Марины Годравской», «Владимир Гудков», «Худсовет», «Холстомер. История лошади».

ТВ-каналы: РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР. Программы: «Евроночь», «Новости культуры», «СЕРИАЛ «САГА О ФОРСАЙТАХ», «Письма из провинции», «Маленькие напитки», «СЕРИАЛ «СПЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ», «Мировые сенсационки», «Новости культуры», «Дело России», «Хроники Изумрудного города», «СЕРИАЛ «САГА О ФОРСАЙТАХ», «Владимир Федосеев и БСО им. П.И. Чайковского», «Неизвестный АзС», «Спокойной ночи, малыши!», «Новости культуры», «Культурный отдых», «СЕРИАЛ «САГА О ФОРСАЙТАХ», «Дело России», «Абсолютный слух», «Ретроспектива фильмов Марины Годравской», «Владимир Гудков», «Худсовет», «Холстомер. История лошади».

ТВ-каналы: ТВ-ЦЕНТР. Программы: «Настроение», «Доктор И...», «ВЕРТЕ МЕНЕ, ЛЮДИ», «Тайны нашего кино», «Возвращение «Святого Луки», «События ИИСПЕНТОР МОРС», «Мой герой», «Тон-шоу с Татьяной Устиновой», «Светские мафии», «СЕРИАЛ «НАН ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА - 2», «Город новостей», «ДОМИН У РЕНИ», «Право голоса», «Петровна, 38», «Обложка. Бедная Моница», «Прощание. Сталин и Пронюфьев», «События. 25-й час», «Владислав Добрынин. Биография в песнях», «УРОН ЖИЗНИ», «Завербуй меня, если сможешь», «Владимир Гудков. Такси на Дубровку».

ТВ-каналы: МОСКВА 24, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: «Утреннее вещание», «Территория заблуждений», «Документальный проект», «С добрым утром!», «Новости», «Информационная программа 112», «Вести», «Звонки унин», «МЕРЦАЦИОН», «Информационная программа 112», «Новости», «Звонки унин», «СЕРИАЛ «СЕРИИ», «Сделано в Москве», «Афиша», «Сеть», «Нереальные аферисты», «Низьня в большом городе», «Интервью», «Москва в деталях», «Москва сегодня», «Познавательный фильм», «Безопасность».

ТВ-каналы: РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: «Территория заблуждений», «Документальный проект», «С добрым утром!», «Новости», «Информационная программа 112», «Вести», «Звонки унин», «МЕРЦАЦИОН», «Информационная программа 112», «Новости», «Звонки унин», «СЕРИАЛ «СЕРИИ», «Сделано в Москве», «Афиша», «Сеть», «Нереальные аферисты», «Низьня в большом городе», «Интервью», «Москва в деталях», «Москва сегодня», «Познавательный фильм», «Безопасность».

ТВ-каналы: СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: «Ералаш», «Команда «Мстители», «Приключения Дженни Чана», «СЕРИАЛ «МОЛОДЕНКА», «СЕРИАЛ «СВЕТОФОР», «КООРДИНАТЫ «СКАЙФОЛЛ», «Ваше молоденькое», «СЕРИАЛ «ВОРОНИНЫ», «СЕРИАЛ «МОЛОДЕНКА», «СЕРИАЛ «НУХНЯ», «ЗАЩИТНИК», «СЕРИАЛ «СВЕТОФОР», «Ваше молоденькое», «СЕРИАЛ «СВЕТОФОР», «Ваше молоденькое», «СЕРИАЛ «90210: НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ», «СЕРИАЛ «ЗАЧАРОВАННЫЕ», «Приключения Дженни Чана», «Музыка на СТС».

ТВ-каналы: ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: «Джейми: обед за 30 минут», «Б надров», «По делам несовершеннолетних», «Преступления страсти», «Я его убил», «Одна», «СЕРИАЛ «ВЕРА, НАДЕЖДА, ЛЮБОВЬ», «Б надров», «СЕРИАЛ «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО», «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР», «МАМА ПО НОНТРАНТУ», «ДОКТОР ХАУС», «Б надров», «ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ», «Ангелы красоты», «Джейми: обед за 30 минут».

ТВ-каналы: ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: «Мультифильмы. СМФ», «Слепа», «Гадальна», «Тайные знаки», «Охотники за привидениями», «СЕРИАЛ «СНЫ», «Слепа», «Слепа», «ПЯТАЯ СТРАНА», «НАСЛ», «ПРИМАНКА», «СЕРИАЛ «СЕНРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ», «Экстрасенсы-детективы».

ТВ-каналы: ЗВЕЗДА, ТНТ. Программы: «Перевод на передовой», «Вход в лабиринт», «Новости дня», «Военные новости», «ЗАВТРА БЫЛА ВОЙНА», «Военные новости», «Звезда на «Звезде» с Александром Стриженовым», «Военные новости», «СЕРИАЛ «СЕВЕРНЫЙ ВЕТЕР», «Колеса Страны Советов», «Предатели с Андреем Луговым», «СЕРИАЛ «1942», «Новая звезда», «Средь бела дня», «СЕРИАЛ «ПОЛИЦЕЙСКИЙ РУБЛЕВИН», «Средь бела дня», «СЕРИАЛ «ПОЛИЦЕЙСКИЙ РУБЛЕВИН», «СЕРИАЛ «НИКИТА 3», «Ненская лига. Банановый рай».

ТВ-каналы: ТНТ. Программы: «КЛИНОК ВЕДЬМ», «Экстрасенсы ведут расследование», «Дом-2. Лих», «Comedy Woman», «СЕРИАЛ «ИНТЕРНЫ», «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА», «ИНТЕРНЫ», «Comedy Woman», «СЕРИАЛ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА», «СЕРИАЛ «ИНТЕРНЫ», «СЕРИАЛ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА», «СЕРИАЛ «ИНТЕРНЫ», «СЕРИАЛ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА», «СЕРИАЛ «ИНТЕРНЫ», «СЕРИАЛ «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА».

16 ИЮЛЯ СУББОТА

Grid of TV channels and programs for Saturday, July 16. Includes channels like ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР with their respective program schedules.

Grid of TV channels and programs for Saturday, July 16. Includes channels like МОСКВА 24, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ with their respective program schedules.



Искатели. Остров-призрак
Документальный фильм
В 1810 году русский путешественник Яков Саннинов увидел в море Лаптевых неизвестную землю...



Укрощение строптивых
Комедия (Россия, 2009)
Банкир Мурзин вместе с напарником Федором и подругами решили отдохнуть в Ницце...

17 ИЮЛЯ ВОСКРЕСЕНЬЕ

Grid of TV channels and programs for Sunday, July 17. Includes channels like ПЕРВЫЙ, РОССИЯ 1, МАТЧ ТВ, НТВ, 5-Й КАНАЛ, РОССИЯ К, ТВ-ЦЕНТР with their respective program schedules.

Grid of TV channels and programs for Sunday, July 17. Includes channels like МОСКВА 24, РЕН ТВ, СТС, ДОМАШНИЙ, ТВ-3, ЗВЕЗДА, ТНТ with their respective program schedules.



СВИДЕТЕЛЬСТВА

Приют четырех императоров

Московское Царицыно на полтора года пригрело петербургский Александровский дворец

Александровскому дворцу Царского Села суждено было стать семейным гнездом для четырех российских государей. Выставка, посвященная этому шедевру Науренги и частной жизни его венецных владельцев, открылась в московском музее-заповеднике Царицыно.

ВИКТОРИЯ ПЕШКОВА



И.Я. Мейер. Александровский дворец в Царском Селе. 1840-е. Бумага, акварель. Из исторической коллекции ГМЗ «Царское Село».

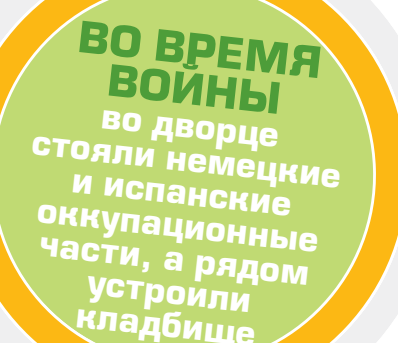
Александровский дворец в Царском Селе и Романовы. История с продолжением» – так пространно, на старинный манер названа эта выставка, приуроченная к 220-летию одного из величайших творений архитектора Джакомо Кваренги. Впрочем, самому «виновнику торжества» отведена роль драгоценной оправы к картинам семейной жизни его обитателей. По давно заведенному порядку о династии Романовых у нас говорят в связи с делами державными. Выставка же, которую музей-заповедник «Царское Село» представляет в столице, приоткрывает некоторые страницы частной жизни дома, в течение трех столетий вершившего судьбу России.

«...После кончины Вольтера Екатерина II задумала возвести в Царском Селе точную копию замка Ферней. Ей прислали обмеры и планы, Кваренги получил соответствующие распоряжения, но государыня в своей идее быстро охладела, и знаменитому архитектору пришлось воплощать гораздо более масштабный замысел императрицы. Она решила сделать своему первому внуку Александру подарок к свадьбе. Дворец должен был стать уютным семейным гнездом для ее любимца и его невесты, принцессы Луизы Баденской, которой Екатерина «дала самого красивого юношу в моем государстве». В мае 1796 года императрица лично проинспектировала Новый Царскосельский дворец и осталась довольна.

В юном Александре, а не в его отце Павле, видела она человека, способного преодолевать ее труды на благо России. Холодная мать в одночасье преврати-

лась в нежнейшую бабушку: «Я бысью об заклад, что вы вовсе не знаете того господина Александра, о котором я буду говорить, – читаем в одном из ее писем. – То вовсе не Александр Великий, а очень маленький Александр, <...> но, Боже мой, что выйдет из мальчугана. Жаль, что волшебницы вышли из моды. Они одаривали ребенка, чем хотели. Я бы поднесла им богатые подарки и шепнула бы им на ухо: «Сударыни, естественности. Немножко естественности!». А уж опытность делает почти все остальное». Екатерина не ошиблась в своем внуке – победителя Наполеона современники нарекут Александром Благословенным...

Увы, насладиться бабушкиным подарком молодоженом не удалось. В ноябре Екатерины не стало, а вступивший на трон Павел I ненавидел Царское Село, напоминавшее о горьких унижениях, которым подвергала его неласковая матушка-императрица. Дворец опустел почти на 20 лет, пока в 1817 году Александр I не преподнес его – и тоже в качестве свадебного презента – младшему брату Николаю. Будучи человеком весьма аскетичным, Николай тем не менее не жалел сил и средств на благоустройство дворца, чтобы его чадам и домочадцам было здесь уютно и удобно. Впрочем, четверых сыновей, включая наследника цесаревича Александра Николаевича, по велению отца воспитывали в спартанском духе.



Александр II вскоре после вступления на престол повелел переименовать Новый Царскосельский дворец (какая уж тут новизна – к тому времени он шесть десятилетий простоял) в честь своего деда Александра I. Государственные заботы не позволяли ему бывать здесь часто, но дважды в год, поздней весной и ранней осенью, когда царскосельские парки блистали великолепием красок, семья императора на несколько недель сюда перебралась.

Последняя страница императорской истории Александровского дворца связана с Николаем II. Он появился на свет в Царском Селе и к своей малой родине прикипел душой: с 1905 года дворец, служивший его предшественникам для отдыха от государственных трудов, он делает своей основной резиденцией. Отсюда же последние пра-

поведник «Царское Село» получил его в свое распоряжение только в 2009-м. И уже через год открыл для публики постоянную экспозицию.

Увы, исторические интерьеры дворца после войны никто в первозданном виде не восстанавливал – подлатали то, что хоть как-то уцелело. А самым уязвимым местом, как это обычно с дворцами и бывает, оказалась крыша и коммуникация. И осенью 2015-го в многоэтажном дворце начались комплексные реставрационные работы. Исторический облик он обретет к середине 2018-го, а чтобы бесценные коллекции не пылюсь все это время в запасаках, был придуман замечательный проект – полторагодовые «гастроли» в Царицыне. В котором, кстати, уже почти два года гостит другая ценная музейная коллекция – античная скульптура из реставрируемого дворца Останкино. Так что за Царицынским уже закрепились репутация гостеприимного коллегия, годового подставить плечо братским музеям. Изюминкой нынешнего проекта станет регулярное, раз в полгода, обновление части экспонатов – костюмов из дворцовых гардеробных, фотографий, документов, предоставленных Государственным архивом РФ...

Эти хрупкие листочки писем, дневников, воспоминаний, по мнению правнука императора Александра III Павла Куликовского, самая животрепещущая часть экспозиции. Родившийся в Канаде и много лет проживший в Дании, правнук Ольги Александровны Романовой-Куликовской, младшей сестры последнего русского царя, 8 лет назад окончательно обосновался на родине предков и, оставив деловую карьеру, занялся просветительскими издательскими проектами. Сейчас работает над публикацией воспоминаний своей прабабушки.

P.S. Ничто не исчезает в никуда. В одной из витрин лежит хрупкий листочек бумаги, на котором изгнаны, с завитушками, почерком цесаревича Александра Павловича написано «Мой милый друг, я вас буду любить всю мою жизнь». Счастливых влюбленных давно уже нет на свете, но свет их чувств не угас и поныне.

ПО СЛЕДАМ ОДНОЙ ТАЙНЫ

«Бывало, нами дорожили...»

Эти слова поэта имеют сокровенный смысл и касаются реликвины рода Пушкиных. Как свидетельствуют исторические хроники, Россия с 1625 года обладала величайшей святыней христианского мира – Ризой Господней. С тех пор предки в июле праздновали положение Ризы Господней в Москве. Только в XX веке мы, по выражению Пушкина, «посредством христиан» о своих святынях забыли. Но именно Александр Сергеевич нам о них напомнил спустя века.

ИРИНА СМИРНОВА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

Есть два свидетельства о частицах Ризы Господней, благоуханно сохраняющейся в роду Пушкиных, – рассказывает давно выступающая на страницах «Труда» литературовед и исследователь творчества поэта Элеонора ЛЕБЕДЕВА. – Елена Александровна Пушкина, внучка поэта, пишет так: «Я видела у отца серебряную ладанку, истертую и тонкую, по преданию в ней были частицы Ризы Господней. Древнюю ладанку носил всегда мой дед, Александр Сергеевич».

А еще в воспоминаниях Александры Петровны Араповой – дочери Натальи Николаевны и Петра Петровича Ланского – читаем: «В роде бояр Пушкиных с незапамятных времен хранилась металлическая ладанка с довольно грубо гравированным на ней Всевидавчим Оком и нагнуто заключенной в ней частицей Ризы Господней. Она – обязательное достояние старшего сына. Ему вменяется в обязанность 10 июля в день праздника Положения Ризы Господней служить перед этой



Та самая ладанка...

ладанку, хитон Ризы Господней, сотканной Пресвятой Богородицей, по жребию достался одному из воинов. «Итак сказали друг другу: не станем раздирать его, а бросим о нем жребий, чей будет, – да сбудется реченое в Писании: разделили ризы Мои между собою и об одежде Моей бросали жребий» (Евангелие от Иоанна, глава 19, стих 24). По преданию, воин, которому досталась Риза Господня, привез ее в древнюю Грузию (Иверию), где она и сохраняется вплоть до начала XVII столетия. По приятии Грузией христианства в IV веке Риза хранилась в Мцхете в ризнице патриаршего собора во имя святых Двенадцати Апостолов.

В 1612 году Грузия была завоевана персидским шахом Аббасом I. И грузинский царь Теймураз через своего посла бил челом русскому царю Михаилу Федоровичу, чтобы тот принял его под свою высокую царскую руку, «от недруга его от шаха учинил в обороне». Входе переговоров о дальнейшей судьбе Грузии и царя Теймураза шах заявил вдруг русским посланникам, что у него находится хитон Господень: «И кто помолится с верою и к тому хитону конется, того Бог помилует и от того хитона исцелет. И кто придет без веры к тому хитону конется – у того тотчас очи выпадут». По словам шаха, хитон был взят им в Грузию и он намерен послать его в Москву царю Михаилу Федоровичу и патриарху Филарету – от-

цу Михаила Федоровича. Жестоким завоевателем и лукавым политиком, шах Аббас передал святыню русскому царю, и в Москве постылись, молились и испсылали святыню, полученную от неверного. Больные исцелялись, и все хотели иметь святую частицу, однако в какой-то момент патриарх Иоанн благословил положить ее в Успенском соборе Кремля в день 10 июля, в канун вступления на царство династии Романовых.

В нескольких знатных русских родах частицы передавались из поколения в поколение, и прежде всего в роду Романовых. В 1837 году наследник Александр Николаевич посетил Успенский собор и у ковчега с Ризой Господней сказал митрополиту Филарету Московскому, что при крещении каждого императорского младенца полагают ему в крест малую частицу от Ризы...

Пушкинские заявления в стихотворении «Моя родословная» имеют серьезную духовную основу, подчеркивает Элеонора Лебедева. Так свидетельствовал поэт, «водились Пушкины с царями, нас жаловал страдалца сын» (сын патриарха Филарета государь Михаил Романов). А страдалец патриарх, потому что он, как известно, пребывал

в польском плену несколько лет. «Бывало, нами дорожили» – эти слова тоже имеют глубокий сокровенный смысл. От первых Романовых предки Пушкина получили частицу Ризы Господней. Она освятила род Пушкиных, как освящала и род Романовых.

Известно, что стало с родом Романовых. А род Пушкиных процветает. Но в своей книге «Пушкин – потомок Рюрика» пушкинист Л.А. Черкашина пишет: «На исходе XX века со смертью последней владелицы – правнучки поэта святыня покинула пушкинский род. Такова была воля той, что берегла ее долгие годы от чужих недобрых глаз, не продала, не отдала в музей, не потеряла».

Автор книги не раскрывала имя. Только сообщила, что 23 июля 2007 года, в празднование Положения Ризы Господней в обычной московской квартире на Юго-Западе столицы, где живет ныне владелец реликвии, которого не называют, отслужили благодарственный молебен.

«Молебны продолжаются, но втайне от нас и от потомков Пушкина», – утверждает Элеонора Лебедева. Святыня живет своей потаенной жизнью...

ЗДОРОВЬЕ

Что-то воздуха мне мало...

Вслед за Владимиром Высоцким эти слова могут повторить жители средней полосы, где установилась аномально жаркая погода. На автоматических метеостанциях периодически фиксируются превышения ПДД по основным загрязняющим веществам. И вообще этим летом живем как в тропиках – вчера жара, сегодня ливень, завтра опять плюс 30 в тени. Как спастись от зноя, чем дышать? Советы читателем «Труда» дает кандидат медицинских наук доктор Михаил ВАСЬКОВ.

– Во-первых, удар принимает мозг. Долгое пребывание в душной, загазованной атмосфере ведет к депрессии. Нехватку кислорода можно частично компенсировать правильным питанием. Оно должно содержать как можно больше антиоксидантов, которые помогают обезвреживать токсины, овощи, зеленый чай, семечки.

Во-вторых, страдают бронхи и легкие. Эпителий дыхательных путей призван задерживать пыль и вредные газы. Если воздух загрязнен, он оказывается перегружен, растет риск астмы, бронхитов, пневмонии. Покупайте для детоксикации необходимо выпивать не менее 2–3 литров жидкости в день (если, конечно, нет проблем с почками или артериальным давлением).

В-третьих, перегружается сердце. Тяжелые металлы из выхлопных газов способствуют образованию холестериновых бляшек, делают стенки сосудов менее эластичными. В загазованном воздухе кислорода значительно меньше нормы, и сердце работает на износ, чтобы обеспечить кровотоком органы. Гуляйте утром, когда воздух чище. Не ходите около автодорог и не устраивайте «загрязненные» дни пробежек: при нагрузке через легкие пойдет больше возду-

«В жаркий полдень хорошо подержать запястья минут десять в холодной воде – это снижает температуру тела. Заварите мятный чай и охладите его – прекрасный напиток в жару»

ха – и воздействие на организм токсинов только увеличивается.

В четвертых, это удар по печени. Как бы токсины ни попали в организм – через пищеварительную систему, через кожу или через легкие, – обезвреживать их будет печен. При создании микроклимата в квартире и в офисе летом лучше выбирать очиститель воздуха без функции увлажнения, так как во влажном воздухе сложнее переносится жара. А вот ионизация воздуха – это то, что нужно.

И еще несколько советов. В жаркий полдень хорошо подержать запястья минут десять в холодной воде – это снижает температуру тела. Заканчивайте прием пищи кусочком фрукта с высоким содержанием воды, например, дыней или ананасом. Вместо мороженого ешьте йогурт, в котором больше содержание воды. Заварите мятный чай и охладите его – прекрасный напиток в жару. Многие люди в возрасте страдают от отеков, поскольку в жаркую погоду организм тяжелее выводит жидкость из тканей. Поэтому уменьшите количество соли в питании, избегайте всех этих чипсов, соленых орешков... Ну и, конечно, витамины B6, B5, D и кальций помогают избавиться от излишка жидкости.

ЗАПИСАЛ АЛЕКСАНДР ГУБАНОВ

ПРИНИМАЕТЕ ПУСТЫРНИК, ЧТОБЫ УСПОКОИТЬСЯ?

Обратите внимание на Пустырник Форте Эвалар.

- Он обладает одним из самых высоких показателей седативности!
- Содержит именно тот сорт пустырника – сердечный, который обладает превосходным успокаивающим действием.
- В его уникальном составе? повышенное содержание пустырника – 100 мг в сутки – усилено «элементами спокойствия» магнием и витамином B₆.

Большинство покупателей чувствуют разницу и выбирают именно Пустырник Форте Эвалар[®] за его высокий седативный эффект и быстрое успокаивающее действие.

Почувствуйте и вы разницу с Пустырником Форте Эвалар!

Произведено Эвалар: высокое качество по стандарту GMP!
Спрингайте во всех аптеках!
«Линия здоровья «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный). www.evalar.ru apteka.ru

Отчет о сравнительном тестировании, Сибирское отделение РАН, Новосибирск, 2013 г. «Патент РФ 2361599 «Средн Б.А.Д. содержащих пустырник, аптечные продажи в РФ, по данным ЗАО «Группа ДСМ» (за 9 месяцев 2015 г.) «Сертификат GMP N°С0170889-03, NSF International (США), 059332, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 1022200553760. Б.А.Д. Реклама»

Внимание!

Во всех почтовых отделениях России можно оформить подписку на первое полугодие 2016 года

Полную стоимость подписки в вашем регионе (с учетом доставки) можно узнать в ближайшем к вам почтовом отделении

По каталогу российской прессы «Почта России»

Выпуск «Труд 7» + «Труд» (пятничный выпуск)

10225

По объединенному каталогу «Пресса России»

Ежедневный выпуск газеты «Труд», включая «Труд 7»

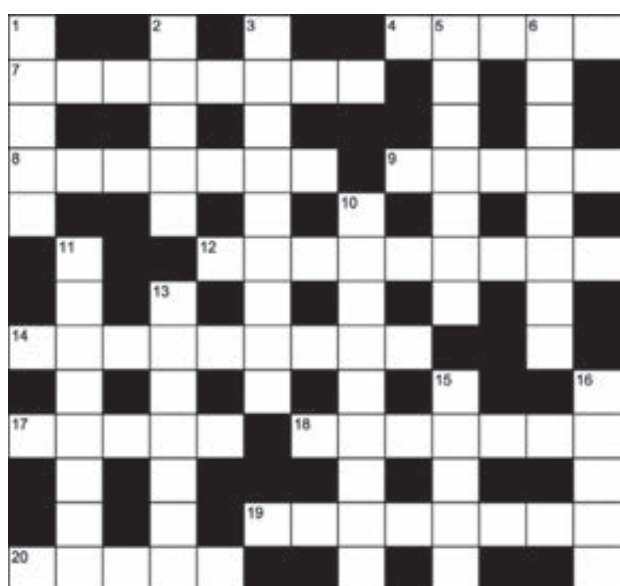
10265

Выпуск «Труд 7» + «Труд» (пятничный выпуск)

32068

У вас есть новость или вы хотите поделиться с нами своим мнением? Звоните бесплатно: 8-800-200-0437 или пишите: letter@trud.ru

КРОССВОРД



По горизонтали: 4. В Древнем Риме эту рыбу подавали только к столу императора, а на Руси прозвали царь-рыбой. 7. Типичный почерк врача. 8. Эфес. 9. Ручное метательное оружие, с помощью которого Давид одолел Голиафа. 12. Жизнь без употребления алкоголя. 14. «Я буду долго гнать...», в глухих лугах его оставлю. 17. Надменность, напыщенность. 18. С его появлением кот Матроскин стал в два раза счастливее. 19. Соль, сахар или уксус. 20. Детище драматурга.

По вертикали: 1. Цепкий корабельный тормоз. 2. Деревянный музыкальный инструмент с низким тембром звучания. 3. Ленартовское растение, настойка из которого успокаивает, подобно валерьянке. 5. Весенний съедобный гриб со сморщенной шляпкой. 6. Самозабвенная болтушка. 10. Полное избавление от хвори. 11. Печать на письме или бандероли. 13. Бессмыслица, нелепость. 15. Солнечная погода по старинке. 16. Внезапный порыв ветра или нахлынувшие эмоции.

Поперек: 1. Фонд. 2. Сорт. 3. Устройство. 4. Сорт. 5. Сорт. 6. Сорт. 7. Сорт. 8. Сорт. 9. Сорт. 10. Сорт. 11. Сорт. 12. Сорт. 13. Сорт. 14. Сорт. 15. Сорт. 16. Сорт. 17. Сорт. 18. Сорт. 19. Сорт. 20. Сорт.

ЭФИР

«ВИА Гра», лето, юбилей

В минувшие выходные, в рамках фестиваля «Авторадио» и ГИБДД «Вместе за безопасность дорожного движения!», в Москве прошел праздничный концерт, приуроченный к юбилею Госавтоинспекции. Эта легендарная служба уже 80 лет следит за порядком на дорогах и безопасностью движения.



«ВИА Гра» поздравила стражей дорог горячими хитами.

Антон Козлов. 2 июля в ЦПКиО им. Горького можно было прикоснуться к истории Госавтоинспекции, своими глазами увидеть, с чего началась работа сотрудников дорожной службы еще в прошлом веке, и сравнить ее с днем сегодняшним.

С раннего утра субботы и весь день горожане, отдыхающие в парке, фотографировались на фоне автомобилей и мотоциклов, на которых ездили инспекторы ОРУДа и ГАИ несколько десятилетий назад.

Главным событием фестиваля стал вечерний концерт, организованный «Авторадио». На сцену, расположенную на Пушкинской набережной, вышли популярные российские артисты – Валерий Сюткин, Емин, Ирина Дубцова, Александр Иванов, группы «ВИА Гра», «Фабрика» и «Сухие», Авраам Руссо, Александр Шевченко, Виктор Рыбин и Наталья Сенчукова,

Александр Буйнов, «Блестящие», Эд Шульжевский. Вход на концерт был свободным, и увидеть выступление смогли не только сотрудники ГИБДД, но и все гости главного парка столицы.

С первых же минут у сцены собралась огромная толпа, которая подпевала любимым хитам – «За четыре моря», «Лето. Латте. Любовь», «Московский бит», «Будет все, как ты захочешь»...

Особенно горячий прием ждал девушек из группы «ВИА Гра», выступление которых стало финальным аккордом концерта «Авторадио».

Многие артисты, кроме песен и поздравлений, делились в этот вечер необычными историями, связанными с вождением, а также советами, как нужно вести себя на дороге.

– Дороги – это важно. Это наш путь. Какую цель зададим, туда и приедем. И в прямом, и в переносном смысле, – считает певица Анита Цой. – Идею реализовать в любой ситуации лучше спокойно и взвешенно, соблюдая все правила дорожного движения.

ШАХ И МАТ

Под редакцией международного мастера Максима ОРЛИНКОВА

Наш обзор сегодня будет почти полностью посвящен Высшей лиге чемпионата России по шахматам, прошедшей в Коломне. Соревнование это традиционно собирает исключительно плотный и сильный состав. Настолько, что статус рейтинг-фаворитов ничего участникам не гарантирует – в заветной пятерке, гарантирующей участие в суперфиналах, может оказаться практически любой.

В каждом случае, у мужчин можно было насчитать не менее 40 человек, чье появление в тройке и ее окрестностях никого бы не удивило.

Но уже с первых туров на главные роли вышли совсем молодые, но хорошо известные как специалистам, так и любителям шахмат Григорий Опарин и Владимир Федосеев. Здесь ни о какой случайности не могло быть и речи, так как свой высочайший потенциал они не раз доказывали. После четырех туров оба имели по 3,5 очка, в пятом Опарин выиграл в личной встрече (четвертое очко подряд) и, обеспечив солидный отрыв, как говорится, доехал до первого места на ничьих. Сразу восемь преследователей отстали в итоге на пол-очка, но коэффициенты были благосклонны

лишь к половине из них. Выходящие места заняли Федосеев (2-е), Дмитрий Кокарев (3-е), Александр Рязанцев и Алексей Гоголев. У женщин к пятому туру также выделались две участницы, между которыми развернулась основная борьба за первенство. Стопроцентный результат имела Дарья Пустовойтова, на пол-очка отставала более опытная Евгения Овод. Хотя Овод обыграла свою конкурентку в междоусобном поединке, к последнему туру обе подошли с одинаково высоким результатом 6,5 из 8, что, учитывая белый цвет в последней партии, сулило каждой отличное турнирное будущее.

Но соперницей Пустовойтовой была Алина Кашлинская – рейтинг-фаворит турнира, которой лишь победа гарантировала успех, а Овод попала на набравшую прямо-таки крейсерскую скорость сибирячку Екатерину Убиенных. И лидеры не выдержали напряжения, довольно быстро получив плохие позиции. Но если Алина в отличном стиле обыграла свою соперницу, то Екатерина сначала вместо форсированного мата забрала всего лишь пешку,



I. Волков – Предке. II. Опарин – Звягинцев. III. Габриэлян – Есипенко.

а затем, отлично проведя простую эндшпиль, упустила выигрыш на ровном месте. Между тем победа (которая стала бы четвертой подряд) выводила ее на первое место! Хорошо, что все вышеупомянутые участницы попали в финал, иной был бы несправедлив. Счастливым обладателем пятой путевки стала Дарья Чарочкина, которой ввиду равенства всех коэффициентов пришлось играть дополнительные партии с Мариной Нецаевой.

Ну а победительница Евгения Овод доказала, что старинная шахматная поговорка «везет, как первому приззеру» актуальна и сегодня.

«Жажда» на «Милицейской волне». Залог хорошего настроения – любимая музыка всегда и везде, где бы вы ни находились. Яркое лето в самом разгаре, и поэтому «Милицейская волна» (107,8 FM) рада подарить самым активным слушателям недельный запас вкуснейшего газированного напитка. С 11 по 22 июля по будням участвуйте в розыгрыше с 18:00 до 19:00 часов – назовите две последние песни, звучавшие в эфире «Милицейской волны», и получите свой приз, которым порадуете себя и своих близких! Веселые и жизнерадостные диджеи Александр Дулов, Алла Никитина, Оксана Нель, Маша Харитоновна и Кирилл Наморзин порадуют вас зажигательными композициями в ритме лета 2016 года! Будьте на шаг впереди с «Милицейской волной», утоляйте жажду, и ярких вам приключений этим летом!

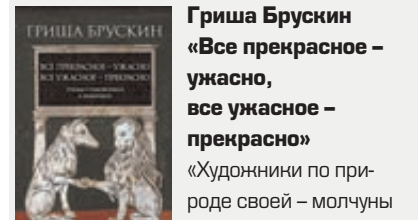
СКАНВОРД ПОДГОТОВИЛА ОЛГА ИВЕНСКАЯ

Scrabble puzzle grid with various clues and answers. Clues include: 1. Пармский цветок, 2. Металл для кастрюль, 3. Книжный знак, 4. Блюдо из фасоли у грузин, 5. Табаки, 6. Автобус венгр, 7. Жили в Италии до Рима, 8. Его столица - Вьентьян, 9. Порт на Иртыше, 10. Костей не ломит, 11. Внутри ореха, 12. Сорт хрустала, 13. Стиль для обоих полов, 14. Поэт Алишер..., 15. Ранг дипломата, 16. Природительница, 17. Профи (раз.), 18. ... Ньютон, 19. Порт на Иртыше, 20. Костей не ломит, 21. Приток Абакана, 22. Автор сказки об Алисе, 23. "Кривой" квадрат, 24. Враль, 25. Адмирал флота в ВОВ, 26. Шарик на шапке, 27. Часть зарплат, 28. Трагедия на сцене, 29. Живой темп в музыке, 30. Нужны для скелетона, 31. Разбойная группа, 32. Разбойная группа, 33. Ее бьет король, 34. Ф/к из Амстердама, 35. Место для форточек, 36. Иранская валюта, 37. "... родной, навек любимый", 38. Батарея, 39. Американец, 40. Манильская пенька, 41. Полова, 42. Огородная молюдь, 43. Дефект чашки.

ПОД ОБЛОЖКОЙ

Есть такой жанр: размышления на обочине

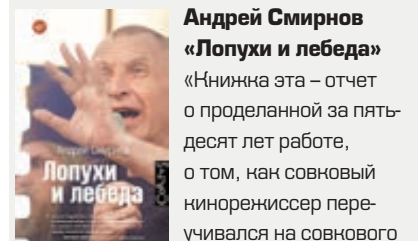
Налоговый инспектор пишет биографию художника, художник на свой манер выстраивает историю старого и нового искусства, а кинорежиссер сочиняет крепко сбитую, жесткую прозу. Вот и верь после этого послесловия «Не в свои сани не садись»!



Гриша Брускин «Все прекрасное – ужасно, все ужасное – прекрасно». «Художники по природе своей – молчуны и буки. И высказываются они довольно-таки нелепо. Легкий полет фантазии и эмоций Брускина – счастливое исключение», – замечает в предисловии культуролог Соломон Волков. В своих эссе о коллегах по неофициальному искусству, зарисовках о Леонардо да Винчи, Минеландино, Нарле Брюллове и Аббановиче, Лантионове автор и впрямь блещет эрудицией, сыплет яркими афоризмами и сопоставлениями. Он признается, что, разглядывая висащие в его американской мастерской коллекционные картины, разговаривает с авторами. Из этих разговоров и родилась нинча. Остроумно и ядовито оппонировал Александру Бенуа, защищая от его нападок брюлловский «Последний день Помпеи». Ругается с сегодняшними критиками, для которых качество в искусстве не представляет никакой ценности, и лихо рифмует Малевича с Яковлевым и Аббановичем, а социалиста Герасимова – с неопласником Энгром. Делает все это красиво и легко, путем импульсивных озарений.



Николай Карташов «Крамской». Первая биография Ивана Крамского вышла еще 125 лет назад, серьезных исследований о нем не было лет сорок, а в следующем году грядет 180-летие художника. Вот и взялся за перо генерал-майор полиции в отставке, земляк великого живописца: оба родом из Острогонска, что на Белгородчине. Не рискуя анализировать творчество, он показывает Крамского – «философа искусства»: с яркими цитатами о Верещагине, Айвазовском, Васнецове, Кундичине. А еще Крамского – лидера передвижников и учителя Репина, Нестерова, Ярошенко. Как детектив (все-таки писал полицейский) читается глава про «Неизвестную» со множеством версий насчет того, кто послужил моделью для «Незнакомки». Открытием для многих читателей станут страницы о званте жизни художника, когда тот, будучи тяжело больным, подвергался травле со стороны коллег, а критик Стасов опустился до пасквиля. Лишь похороны Крамского выглядели в посмертный триумф. «Достоинство национального монумента, русский гранданин – художник!» – восклицал над могилой Репин. Эта книга – маленький намешен в фундамент памятник.



Андрей Смирнов «Попухи и лебеды». «Нинча эта – отчет о проделанной за пятьдесят лет работе, о том, как совновый кинорежиссер переучивался на совнового писателя», – иронично сообщает автор. После того как «Осеня» (фильм, названный Бергманом «шедевром намерной музыки») изъядли из прората, Смирнов оказался отлучен от профессии. Сняв в конце 1979-го последний кадр, он «твердо решил с режиссурой завязать». Сын известного писателя, опусов своих он стеснялся. Сочинял в разных жанрах – от сентиментальной комедии «Роденьные мои» до эпической поэмы о русском деревне 1909–1920 годов «Жила-была одна баба», по которой, вернувшись в кино, поставил в 2012-м фильм. Чем-то эта проза напоминает повесть Юрия Трифонова в стилистически жестком варианте. Сам Смирнов определяет ее как «размышления на обочине», возникшие не от хорошей жизни. Ведь дане его «Белорусский вокзал» вряд ли вышел бы на экран, не вмешайся Михаил Ромм. А заголовок – метафора то ли России, то ли собственной судьбы...

ТАТЬЯНА НОВАЛЕВА, АЛЕКСАНДР ПАНОВ