

Занятия, доступные каждому. Проект «Спортивные выходные» позволяет всем желающим тренироваться бесплатно → стр. 4

Самый главный человек. Многодетных мам столицы отметили специальными почетными знаками → стр. 6

Ресторан на дому. Участники опроса проголосовали за лучшую в городе службу доставки еды из заведений общепита → стр. 7

Среда

Ежедневный деловой выпуск

ВЕЧЕРНЯЯ МОСКВА 24.11.21

№ 221 (28989) Рекомендованная цена 12 рублей



Издается с 6 декабря 1923 года
В 1973 году награждена орденом Трудового Красного Знамени

на сайте **vm.ru**

С начала текущего года почти миллион жителей столицы посвятили себя бескорыстной волонтерской помощи. Они потратили на нее порядка 15,5 тысячи часов. Об этом вчера сообщила заммэра Москвы Наталья Сергунина.

ВНИМАНИЕ ПАНДЕМИЯ



**БЕРЕГИ СЕБЯ
ВАКЦИНИРУЙСЯ**

Московское правительство убедительно просит использовать средства индивидуальной защиты и напоминает о возможности привиться от новой коронавирусной инфекции

→ стр. 2, 3

Создаем атмосферу праздника

Поклонную гору украсит гигантский музыкальный новогодний шар, а бульвары — яркие световые тоннели и арки

городская среда

Вчера в столице завершился монтаж световых арок на центральных улицах. К новогодним праздникам готовятся и другие городские площадки — парки, аллеи, скверы и бульвары.



Вчера 11:50 Слева направо: монтажники Виктор Порфиленко, Роман Евтыхов, Владимир Флерко оформляют праздничную иллюминацию на гигантском новогоднем шаре на Поклонной горе. Установка этой конструкции будет завершена в ближайшие дни

Москва готовится к празднованию Нового года и Рождества. Столица прихорашивается: в витринах уже зажались разноцветные гирлянды, кое-где можно увидеть статуи Дедов Морозов, а стекла то тут, то там украсили резные снежинки. В праздничное убранство наряжаются и городские улицы. Уже подключают к сетям смонтированные арки на Тверской, на пешеходных зонах Бульварного кольца идет монтаж световых тоннелей и цифр «2022».

Возводят в Москве и крупные арт-объекты. Привычным уже стал многотонный новогодний шар на Поклонной горе. Все работы по его установке занимают несколько дней. Специалисты собирают металлическую конструкцию высотой 20 метров, которая состоит из 176 тысяч светодиодов. Диаметр такой игрушки-гиганта — 17 метров, а вес — порядка 35 тонн. — Общая протяженность металлоконструкции — пять километров. Войдя внутрь, можно будет увидеть световое шоу с музыкальным сопровождением, — рассказывает один из монтажников, Егор Лыско, поднимаемая на самый верх шара и осматривая проделанную работу. Арт-объект собирают в несколько этапов: сначала отдельно монтируют нижнюю и верхнюю части каркаса. По-

сле этого с помощью крана их совмещают и скрепляют металлическими тросами. — Завершить монтажные работы планируем в ближайшие

На улицах появится более четырех тысяч светящихся конструкций

дни, — отчитывается его коллега Владимир Флерко. Последним этапом станет тестирование музыкальной программы игрушки-гиганта.

В репертуар новогоднего шара на Поклонной горе войдут любимые мелодии о зиме, Москве и праздновании Нового года. В зависимости от звучащей музыки светодиоды будут транслировать на поверхность игрушки и фигуры разных размеров: снежинки, фейерверки и кольца. Кстати, шар-гигант в Москве появился пять лет назад. Можно сказать, что в этом году он отметит свой первый юбилей.

Помимо новогоднего шара местные достопримечательности украсят и другими новогодними фигурами. Так, перед зимними праздниками

на Поклонной горе и Кутузовском проспекте установят более 60 световых конструкций. — Здесь появятся 25-метровая эль, объемные танцующие фигуры, световые деревья и звезды. У Триумфальной арки гостей будут встречать световые фигуры Деда Мороза и Снегурочки, — сообщили в Комплексе городского хозяйства. Всего же в городе в этом сезоне установят более четырех тысяч разнообразных светящихся конструкций: елей, консолей, тоннелей, арок. Их монтаж завершат до середины декабря. Украшение получат и новые места притяжения города. Среди них, например, парк Северного речного вокзала.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ v.chernyaskaya@vm.ru

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

В проекте по монтажу новогоднего шара на Поклонной горе впервые участвовали более 50 человек: программисты, дизайнеры, конструкторы, которые делают конструкцию устойчивой. Более одного миллиона лампочек используют для новогодней иллюминации на ВДНХ, в настоящий момент идет монтаж 383 световых объектов. Перед павильоном № 1 возводится 28-метровая инсталляция.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ПЕТР БИРЮКОВ ЗАМЕСТИТЕЛЬ МЭРА МОСКВЫ ПО ВОПРОСАМ МУНИЦИПАЛЬНО-КОММУНАЛЬНОГО ХОЗЯЙСТВА И БЛАГОУСТРОЙСТВА

Традиционно мы заранее приступаем к украшению города к Новому году и Рождеству, чтобы создать у москвичей и гостей столицы особое праздничное настроение. В настоящее время ведется монтаж крупных декоративных конструкций, в том числе световых тоннелей и арок в центральной части города. Завершить все работы планируем до середины декабря. Так, на ВДНХ и в Парке Горького декоративные украшения расставят не только у центральных входов, но и по всей территории.

ЦИФРА ДНЯ

40 200 000 000

РУБЛЕЙ, НА ТАКУЮ СУММУ В СТОЛИЦЕ ВЫДАНО КРЕДИТОВ ПО ПРОГРАММЕ «СЕМЕЙНАЯ ИПОТЕКА» С ЯНВАРЯ ПО СЕНТЯБРЬ 2021 ГОДА. ПО ЭТОМУ ПОКАЗАТЕЛЮ МОСКВА — ЛИДЕР СРЕДИ РЕГИОНОВ СТРАНЫ.

Вчера в Москве стартовали международные климатические диалоги. Они продлятся три дня, в течение которых эксперты обсудят вопросы, связанные с устойчивым развитием городов.

Трансформация неизбежна



первый микрофон

Традицию ежегодных климатических диалогов мы ввели в 2017 году, когда организовали первый Климатический форум городов. Сложная эпидемическая обстановка внесла свои коррективы — мы перешли в цифровое пространство, и основная часть участников этой конференции будет с нами онлайн. Но здесь есть и положительные стороны: снижен углеродный след, а также реализован новый проект правительства Москвы — Международная климатическая платформа. Это уникальная социальная сеть профессионального, экспертного сообщества в области климата и устойчивого развития. Авторы научных, аналитических статей, проектов могут поделиться своими исследованиями, предложить новые идеи, получить отзывы от коллег, обменяться мнениями... Это живой диалог не на три дня в году, а общение на профессиональные темы в любое время и из любой точки планеты. Города и урбанизированные территории занимают лишь два процента площади нашей планеты, но именно они генерируют львиную долю выбросов парниковых газов. Поэтому трансформация мировых мегаполисов неизбежна.



АНТОН КУЛЫАБЧЕВСКИЙ РУКОВОДИТЕЛЬ ДЕПАРТАМЕНТА ПРИРОДОПОЛЬЗОВАНИЯ И ОХРАНЫ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ МОСКВЫ

По поручению мэра Москвы в этом году мы завершаем работу над Климатическим планом города. Его проект уже подготовлен и включает в себя все отрасли столичной экономики. Работая над ним, мы сделали вывод, что курс на устойчивое развитие столицы, взятый десять лет назад, дал значимые результаты, в том числе в снижении воздействия на климат. Так, по итогам прошлого года объем выбросов парниковых газов в секторе «Энергетика» уменьшился на 23 процента от уровня 2013 года при существенном росте потребителей. Все большее распространение получают точечные проекты возобновляемой энергетики. Климатический план Москвы — это еще и большая работа в транспортном секторе. По плану, к 2030 году общественный транспорт столицы перейдет на электричество. Но основным источником эмиссии парниковых газов остаются личные автомобили. Поэтому сегодня в столице владельцы электрокаров получают бонусы: отмену транспортного налога, бесплатную парковку и зарядку. В ближайшие полтора года в городе поэтапно установят 600 зарядных станций нового формата. Еще одна важная задача — сохранение естественной природы в черте Москвы. Зеленые насаждения поглощают и удерживают углекислый газ, внося тем самым вклад в смягчение климатических изменений. Кроме того, они создают прохладу и уменьшают стрессовую нагрузку во время волн жары, то есть играют еще и важную роль в адаптации города к необратимым изменениям климата.

Систему QR-кодов тестируют на федеральном уровне

Федеральные ведомства отработывают столичную систему QR-кодов, чтобы при необходимости расширить сферу их применения. Об этом вчера мэр Москвы Сергей Собянин (на фото) рассказал РИА Новости.



Сейчас, по словам главы города, QR-коды действуют в столичных театрах и музеях. — Для чего это сделано? Для того чтобы привлечь внимание людей к тому, что все-таки необходимо иметь QR-код, — пояснил Сергей Собянин. — Это значит, надо вакцинироваться, ревакцинироваться или, если вы переболели, иметь заключение медорганизации. Одновременно для нас важно отработать информационную систему. Вместе с московскими коллегами в этой работе заняты со-

трудники российских министерств здравоохранения, цифрового развития и единого государственного портала. Между тем столичные медики в течение последних трех недель наблюдают резкое снижение заболеваемости. — В этом плане последняя неделя вообще рекордная: заболеваемость снизилась на 30 процентов от пиковых зна-

чений, — подчеркнул Собянин, добавив, что число госпитализаций сократилось в два раза. Все это, по его мнению, подтверждает правильность и своевременность принятых в столице антиковидных мер. — Гарантировать, будет или не будет следующей волны, никто не возьмется, — продолжил мэр. — Тем не менее мы добились эффекта, когда можно спокойно работать, разгрузить здравоохранение. Также вчера Сергей Собянин подписал постановление о выделении 866,3 миллиона рублей на бесплатные такси для медиков, которые помогают больным COVID-19 на дому.

НАТАЛЬЯ ТРОСТЬАНСКАЯ n.trostyanskaya@vm.ru

ДРУГИЕ РЕШЕНИЯ МЭРА МОСКВЫ → стр. 4

погода

-2°C

Ветер 6-8 м/с Давление 747 мм

Центр -2	Лефортово -2
Бутово -3	Останкино -2
Внуково -2	Отрадное -3
Жулебино -3	Печатники -2
Зеленоград -4	Троицк -3
Измайлово -3	Тушино -3
Кожухово -2	Хамовники -3
Кузьминки -2	Чертаново -2
Кунцево -3	Шелепиха -2

4 620008 560137 2 1147

валюта

Курс ЦБ

\$ | 74,83 | +1,38 | ↑

€ | 84,17 | +1,40 | ↑

Биржевой курс

\$ | 74,69 | -0,14 | ↓

€ | 84,02 | -0,08 | ↓

Биржевой индекс

MMVB	3966,63
PTC	1670,46
Brent	79,32
DJIA	35 705,32
Nasdaq	15 880,36
FTSE	7275,19

подписка 2022

Во всех почтовых отделениях или на сайте **vm.ru**

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС **П 7971**

Реклама (2)



Пандемия коронавируса закончится, когда у 75 процентов населения Земли будут антитела, заявил вчера директор Центра эпидемиологии и микробиологии имени Гамалеи Александр Гинцбург. «Причем люди должны быть не просто провакцинированы, а, соответственно, иметь необходимое количество защитных антител. Для того чтобы достичь таких показателей, темпы вакцинации надо увеличить по крайней мере в три-четыре раза», — отметил ученый.

Нужен коллективный иммунитет

Пандемия сформировала новую объективную реальность

общество

Вчера в столице состоялся форум «Социология здоровья». Эксперты в области здравоохранения и аналитики обсудили, как пандемия изменила поведение людей.

Президент фонда «Общественное мнение» Александр Ослон поделился результатами наблюдений сайта проекта «КоронаФОМ», который запустили в марте 2020 года. Он анализирует, как COVID-19 повлиял на общественную жизнь.

— Мы переживаем сразу две пандемии: биологическую, которая вызвана вирусом, и социальную. Вторая связана с теми общественными явлениями, которые вызвал коронавирус: это решения власти, реакции людей, — считает Ослон.

По его словам, пандемия изменила систему здравоохранения: теперь врачам приходится лечить пациентов в новых условиях, а главной целью научного сообщества стала разработка лекарств от COVID-19.

— Полностью изменился и образ жизни людей. Мы стали предвзвешивать QR-коды, носить средства индивидуальной защиты, работать удаленно. Люди столкнулись с запретом выходить из дома, посещать общественные места. Все аспекты повседневности охвачены одной проблемой, — отметил Александр Ослон. — Новостную повестку тоже заняла пандемия. На людей льются потоки информации, зачастую противоречивой, что по-



Вчера 12:59 Эксперты в области здравоохранения и социологии Игнат Богдан, Елена Аксенова, Юлия Грязнова и Кирилл Родин (слева направо) обсудили на форуме, как пандемия повлияла на жизнь людей, их отношение к врачам и собственному здоровью

рождает сомнения, недоверие в обществе и даже агрессию. На форуме поделились результатами оперативных опросов, которые проводились на интернет-ресурсах проекта «Стопкоронавирус.рф». — Один из них показал, что во время пандемии люди стали лучше относиться к собственному здоровью. 33 процента опрошенных стали внимательнее относиться к правилам гигиены, четыре процента россиян отметили, что скорректировали свое питание, девять процентов респондентов начали больше двигаться, — рассказала руководитель дирекции стратегии и аналитики АНО «Нацио-

нальные приоритеты» Юлия Грязнова. Другой опрос показал отношение людей к вакцинации. Главная причина, по которой люди идут на прививку, — это боязнь заразиться родственником, а основное препятствие к вакцинации — опасение побочных эффектов после укола. При этом больше сомневаются женщины. Пандемия изменила и отношение людей к врачам, считает директор по работе с органами государственной власти ВЦИОМ Кирилл Родин. — По результатам нашего опроса, 46 процентов респондентов считают, что российская система здравоохране-

ния полностью справилась с высокой нагрузкой во время пандемии, — сказал Родин. Свой вклад в борьбу с коронавирусом вносят и коммерческие компании, добавил руководитель индустрии здравоохранения крупного российского банка Юрий Крестинский. — Во время пандемии наша организация дополнила свое приложение, чтобы клиенты могли получить доступ к сервисам, которые связаны со здоровьем: записаться в поликлинику, заказать лекарства, заглянуть в свою медицинскую карту, получить консультацию врача, — отметил Юрий Крестинский.

По его словам, процесс цифровизации, который сопровождал пандемию, подтолкнул к развитию телемедицины. — Люди стали подключаться к событиям удаленно, чтобы минимизировать выходы в общественные места. Так граждане пришли к тому, чтобы использовать телемедицинские сервисы. Количество онлайн-консультаций растет, а нормативно-правовая база подстраивается под изменяющиеся условия. И сейчас мы тоже разрабатываем цифровые решения в этом направлении, — добавил Юрий Крестинский.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ИГНАТ БОГДАН
руководитель отдела медико-социологических исследований НИИ организации здравоохранения и медицинского менеджмента

Несмотря на рост нагрузки врачей, повысился уровень лояльности сотрудников больницы к работе. Основная причина этого — правильная работа руководства учреждения. Медики очень ценят поддержку начальства. Второй момент — поддержка правительства Москвы. Властям удалось закрыть потребности медработников к концу первой волны пандемии.

Для медиков организовали специальные психотренинги

Вчера в столичной мэрии общили: около 20 тысяч столичных медиков, которые работают с пациентами с COVID-19, прошли тренинги, которые помогают им справиться с психологическим выгоранием.

В программу вошли свыше 150 городских медицинских организаций, включая больницы и поликлиники. Заместитель руководителя Департамента здравоохранения столицы Елена Ефремова рассказала, что в городе программа поддержки врачей работает с осени прошлого года. Специалисты помогают медикам преодолевать трудности, связанные с психологическим напряжением, которое возникло в период пандемии коронавируса.

— Они позволяют врачам поликлиник и стационаров сохранять стабильное эмоциональное состояние, осваивать навыки по предотвращению стрессовых ситуаций и отрабатывать приемы профилакти-

тики профессионального выгорания, — говорит Елена Ефремова.

По ее словам, специальные занятия для медиков проходят в офлайн- и онлайн-форматах. В курс входят психологические тренинги, а также психофизиологические методики, такие как массаж, иглоукалывание, дыхательная и релаксационная гимнастика. Слушатели учились принимать свои эмоции, управлять конфликтными ситуациями, диагностировать стресс, прорабатывать профессиональное и эмоциональное выгорание. Игровые и релаксационные практики помогли участникам интегрировать полученные знания и опыт. Тренинги проводятся в группах, но желающие могут получить индивидуальную консультацию специалистов. При этом психологи приезжают в медорганизации и оказывают помощь медикам, не отрывая их от работы.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ
v.chernyavskaya@vm.ru

Уникальный тест на коронавирус быстрее и точнее

Специалисты Роспотребнадзора создали новый особый экспресс-тест на коронавирус, позволяющий выявлять новые штаммы возбудителя болезни. Руководитель научной группы разработки Камилль Хафизов рассказал «ВМ» об особенностях изобретения.

Ученый добавил, что и в России, и за рубежом тесты на базе ПЦР используются уже достаточно давно. Но тест на основе изотермической амплификации — первый в России. Для пациентов это означает, что время ожидания диагноза после тестирования будет немного меньше.

— Это все же лабораторный тест, он требует времени, — говорит Камилль Хафизов. — Например, его нельзя полностью сделать дома у тестируемого, хотя за рубежом уже и такой подход начинают внедрять. Кстати, новый тест позволяет использовать упрощенное лабораторное оборудование.

По словам ученого, ноу-хау заметно сокращает время анализа в лаборатории, позволяя сделать его быстрее и дает возможность за тот же промежуток времени исследовать большее число биологических образцов.

ВЕРОНИКА УШАКОВА
v.ushakova@vm.ru

К косметологическим процедурам можно приступать через месяц после выздоровления

Вчера врач-дерматолог, косметолог, трихолог Мария Куликова (на фото) рассказала о том, как вернуть своей коже прежний сияющий вид после перенесенной коронавирусной инфекции.



Специалист отмечает: сейчас многие пациенты после перенесенного коронавируса жалуются на тусклый цвет лица, снижение тонуса, сухость кожи, появление морщин.

— Существуют процедуры врачебной косметологии, которые помогут не только справиться с этими проблемами, но и поднять вам настроение, — говорит Мария Куликова. Среди медицинских процедур врач называет очищение и восстановление цвета, повышение тонуса и тургора (эластичности) кожи. Для этого можно использовать гимнастику для лица, инъекции для избавления от морщин.

— Еще один из часто задаваемых вопросов — можно ли инъектировать филлеры после перенесенной коронавирусной инфекции и когда, — отвечает Мария Куликова и дает ответ: — Да, можно, но не раньше чем через четыре недели. Что же касается нейпро-

теинов — ботулотоксинов, так как первое время после ковида чувствительность к нему снижена, то любые процедуры, даже инъекции, лучше отложить. Как отмечает в свою очередь пластический хирург Иван Черепанин, перед любыми вмешательствами, даже незначительными, необходимо пройти ряд обследований и анализов. Среди обязательных — сдача биохимического анализа крови, ЭКГ. В случае, если у пациента есть жалобы, проводят ультразвуковые обследования. Если и далее самочувствие остается неудовлетворительным, то любые процедуры, даже незначительные, лучше отложить. — В этом случае стоит пройти углубленное обследование при жалобах на любой вид бо-

ли после перенесенной коронавирусной инфекции, — говорит он. Иван Черепанин отмечает, что в каждом случае с выздоровлением пациентов после коронавируса все очень индивидуально, а сроки восстановления организма зависят от многих факторов, которые невозможно предугадать. Здесь важны возраст, общее физическое развитие, наличие хронических заболеваний в анамнезе. Для более серьезных вмешательств, в том числе операций, требуется больше времени для восстановления организма. Это касается таких процедур, как блефаропластика — подтяжка век, липосакция и абдоминопластика (восстановление эстетических пропорций живота). — «ВМ». Сегодня косметологи и трихологи решают и другие вопросы, в том числе по выпадению волос. — В арсенале врачей есть такие современные методы, как плазматерапия. Применять его можно только после консультации специалиста, — говорит Мария Куликова.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ
v.chernyavskaya@vm.ru

Началась вакцинация подростков

как у них

Вчера в Израиле стартовала кампания по массовой вакцинации от коронавируса детей от 5 до 11 лет.

Заявку на прививку подали родители 22 тысяч детей. Этим препаратом собираются привить и сын председателя правительства Израиля Нафтали Беннета Давид. — Это страшно в том, что за границей массово вакцинируют детей, — отмечает заместитель главного врача Центральной клинической больницы «РЖД-Медицина» имени Семашко Елена Ермакова. — Во время первой волны было мало детей, заболевших COVID-19. Но вирус мутирует, поэтому приходится принимать меры. Как показывает практика, привитые в случае заражения легче переносят болезнь. В настоящий момент основная масса поликлиник Израиля в достатке обеспечена детской вакциной BioNTech.

АНДРЕЙ ОБЪЕДКОВ
a.obedkov@vm.ru

Пенсионер считает прививку самым надежным способом защиты от ковида

Вчера пенсионер из Москвы Шамиль Ахметзянов рассказал «ВМ» о своем опыте вакцинации против коронавирусной инфекции.



15 ноября 2021 года. Пенсионер Шамиль Ахметзянов показывает свой сертификат о вакцинации

Строитель столичного метро, горный рабочий Шамиль Ахметзянов более двух десятков лет отдал сооружению станций в Москве. До этого еще столько же проработал шахтером. Здоровье, по его словам, к 63 годам еще крепкое, но защититься от коронавируса нужно в любом возрасте. — У меня растут внуки, я общаюсь с коллегами на стройках. Нужно, чтобы я и близкие чувствовали себя в безопасности, — говорит он. Сам он долго не решался пройти вакцинацию, хотя для этого были свои основания. Работавшему пенсионеру предстояла серьезная операция на коленном суставе — его полная замена. После того как непростая операция была сделана и он успешно прошел курс реабилитации, Шамиль Ахметзянов отправился в пункт вакцинации. — Перенес прививку достаточно легко — что при первом

уколе, что при введении второй дозы, — отмечает он. — Была небольшая температура, 37,4 градуса, но она прошла за полдня. Даже плечо не болело в месте укола, видимо, у медсестры легкая рука. По словам Шамиля Ахметзянова, в его семье привиты почти все взрослые. А супруга готовится пройти процедуру ревакцинации.

— Новый год точно встретим спокойно, — улыбается Шамиль Ахметзянов. Врачи же отмечают, что с возрастом риск развития тяжелой формы коронавирусной инфекции увеличивается. Она из причин — пожилой возраст сопряжен с множеством хронических хворей, таких как сахарный диабет, болезнь легких и сердечно-сосудистые

ВАЖНО
На течение болезни влияет ваш биологический возраст. Допустим, пенсионеру более 65 лет, он сохранил способность обслуживать себя, индивидуально и социально активен. В таком случае риск тяжелой формы болезни намного меньше, чем у ослабленного старческого астении. Влияет на это старение иммунной системы, которое ослабляет возможность борьбы с инфекцией.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ
v.chernyavskaya@vm.ru

В Москве уровень коллективного иммунитета к новой коронавирусной инфекции превысил 60 процентов. Об этом журналистам сообщила вице-премьер РФ Татьяна Голикова. Однако в большинстве регионов эпидемическая ситуация остается сложной. Но темпы вакцинации снижать нельзя, убеждены эксперты. О вакцине, ее новых формах, противопоказаниях к прививкам и последствиях при отказе от них корреспондентам «ВМ» рассказали юристы и врачи.

Пять главных вопросов

Юристы и врачи разъяснили все нюансы отказа от прививок



22 октября 2021 года. Медсестра Биги Бабаева готовится сделать укол москвичке Алине Лебедевой. Девушка пришла в ГУМ в пункт вакцинации, чтобы сделать прививку от коронавируса

КАК У НИХ

Россия стала не первой страной, где разрабатываются другие формы вакцины от коронавируса. Так, например, в Израиле сейчас активно тестируется оральная вакцина. Ее разработала структура Oramed Pharmaceuticals — Gravax Medical. Вакцина будет представлять собой капсулу, которую достаточно просто запить водой.

справка

QR-код можно также получить на портале mos.ru, в разделе «Цифровой сертификат» электронной медицинской карты, в приложении «ЕМИАС.ИНФО», а также в поликлинике — обратитесь в регистратуру или распечатайте самостоятельно с помощью инфомата.

это закон

- Согласно статье 76 Трудового кодекса РФ работодатель имеет право и обязан отстранить сотрудника от работы или отказать в приеме на работу, связанную с риском. Отстранение при этом не предполагает сохранения зарплаты. Если трудовой договор предполагает выполнение работы дистанционно, то сотрудник может быть на нее переведен в случае отказа от вакцинации, в том числе по медицинским показаниям.
- Работодатель не имеет права лишить премии или наказать иным способом, привлечь к дисциплинарной ответственности отказавшегося от вакцинации сотрудника.
- При угрозе распространения заболевания работодатель может быть оштрафован на сумму от 200 до 500 тысяч рублей. Либо ему грозит приостановление деятельности предприятия на срок до 90 суток. Штраф может достигать до миллиона, если действие или бездействие работодателя повлекли причинение вреда здоровью или смерть человека. Если зафиксирована смерть двух и более лиц, здесь уже будет действовать уголовная ответственность — вплоть до лишения свободы на срок от 5 до 7 лет.

кстати

Описанными противопоказаниями к вакцине «Гам-КОВИД-Вак» являются гиперчувствительность к любому компоненту вакцины, тяжелые аллергические реакции в анамнезе, острые инфекционные и неинфекционные заболевания, возраст до 18 лет. У «ЭпиВакКорона» в данном списке добавляются также первичный иммунодефицит, злокачественные заболевания крови и новообразования, беременность и период грудного вскармливания. У «КовиВак» к такому перечню специалисты добавляют и возраст пациента — после 60 лет.

1 Что делать работодателю, если сотрудник отказывается от вакцинации?

ВИКТОРИЯ ШЕРГИНА
ЮРИСТ ЧАСТНОЙ КОМПАНИИ

Прошло несколько месяцев, с тех пор как власти начали объявлять обязательную вакцинацию работников разных сфер от коронавируса. За отказ от вакцинации некоторые компании отстраняют от работы без сохранения зарплаты. Разобрать разные ситуации можно на ряде примеров.
ПЕРВЫЙ СЛУЧАЙ: Максим работал на крупном предприятии сборщиком аппаратуры. От предприятия потребовали 100-процентную вакцинацию всех сотрудников. У мужчины противопоказаний не было, но он считал, что его работа не связана с людьми — он не врач и не учитель, поэтому имеет право выбирать. Но работодатель так не думал и отстранил работника. Суд не помог: Максиму отказали в иске о признании отстранения незаконным и восстановлении на работе. По мнению суда, раз есть постановление санитарного врача, его должны исполнять все, даже сборщики приборов. Исключение могут составить те, у кого есть медицинские противопоказания.

цифра

100

тысяч рублей составит штраф за подделку сертификатов организацией (при повторном выявлении нарушения).

АЛИНА ЗАКУРДАЕВА
ЮРИСТ ЧАСТНОЙ КОМПАНИИ

Может ли работодатель заставить делать прививку от COVID-19 — такой вопрос волнует очень многих, особенно с учетом того, что в сети активно распространяют информацию, что любой человек имеет право отказаться от вакцинации. Да, имеет. Вот только это не вся правда. Такие «информаторы» забывают, что у любого права есть ограничения, если они касаются безопасности других людей. И так, инфекция, легко передающаяся от человека к человеку по воздуху, — потенциальная опасность для общества, которую важно минимизировать. При этом с большей вероятностью заболеют те, кто по работе общается с большим количеством людей. Каждый из них может быть «курьером» с вирусом, который он доставит тому или иному работнику, а тот в свою очередь может стать для вируса новым хозяином и передать его другим. Все эти люди должны быть привиты вне зависимости от эпидемической обстановки, если они хотят работать там, где это является обязательным условием. Но если они не хотят делать прививку, то лучше не подставлять работодателя, который несет за это административную или уголовную ответственность, и выбрать другой вид деятельности, потому что работодатель обязан обеспечить безопасные условия труда работников и выполнять требования санитарного законодательства. Жизнь диктует свои правила, и иногда возникают угрозы, способы борьбы с которыми не описаны в рутинных рекомендациях. В таких случаях специальными распоряжениями могут вводиться экстренные меры. Именно это и произошло в ситуации с пандемией COVID-19, когда обязательная вакцинация от этой инфекции для ряда работников была введена постановлением главного государственного санитарного врача России и субъектов страны. Такая процедура предусмотрена для инфекций, внесенных в календарь по эпидемическим показаниям, куда с этого года входит и COVID-19. Работник может отказаться от вакцинации, и тогда он будет переведен на удаленку либо отстранен от своей деятельности, связанной с риском передачи инфекции. Отказ от вакцинации должен быть оформлен письменно.

2 Если есть медотвод от одной вакцины, значит ли это, что нельзя прививаться другими вакцинами?

НИНА ЛИСОВСКАЯ
ПЕДИАТР-РЕАНИМАТОЛОГ, КАНДИДАТ МЕДИЦИНСКИХ НАУК

Необходимо для начала рассмотреть случаи, когда вакцинация может быть противопоказана. Наиболее острыми и пугающими осложнениями вакцинации являются следующие: анафилактический шок — основная причина предотвратимых смертей от вакцинации. Обратите внимание на слово «предотвратимых». При соблюдении правил и правильной помощи погибнуть от него практически невозможно. Основное правило — находиться у кабинета вакцинации не менее 30 минут после введения вакцины. В кабинете вакцинации должна быть противошоковая аптечка с адреналином. При необходимости через пять минут введение повторяют. Также накладывается жгут выше места введения, пациент должен только лежать, и лежать на боку, вызывается скорая. Если анафилаксия сопровождается одышкой, проводится ингаляция. Другим осложнением могут стать фебрильные судороги. Обычно они кратковременные и неопасные. Достаточно зафиксировать пациента на боку и вызвать скорую.

цитата

Вопрос о необходимости вакцинации людей с высоким уровнем антител к коронавирусной инфекции еще требует изучения. С другой стороны, уровень антител — это показатель, который не в полной мере отражает невосприимчивость к тому или иному агенту, поскольку есть еще и клеточный иммунитет.

НИКОЛАЙ БРИКО
ЗАВКАФЕДРОЙ ЭПИДЕМИОЛОГИИ И ДОКАЗАТЕЛЬНОЙ МЕДИЦИНЫ СЕЧЕНОВСКОГО УНИВЕРСИТЕТА, АКАДЕМИК РАН



Более опасным осложнением может стать энцефалический синдром, при котором происходит разного рода нарушения функции нервной системы: судороги, пронзительный крик, нарушения сознания. Здесь необходима госпитализация для контроля состояния. Аллергические реакции в виде сыпи также возможны при вакцинации. Обычно здесь помогает прием антигистаминных препаратов. Вакцины — одни из самых безопасных лекарственных препаратов. За всю историю вакцинации практически не случалось, что вакцины вызывали массовые тяжелые последствия. Решать, какую вакцину ввести при наличии противопоказаний, может ваш врач.

3 В какие сроки после вакцинации должен прийти QR-код? Куда обращаться, если он не приходит?

АНДРЕЙ БЕРЕЖНОЙ
ВРАЧ-МЕТОДИСТ

Если есть подтвержденный личный кабинет на портале госуслуг, то на следующий день или через день после вакцинации придет QR-код. Конечно, возможен человеческий фактор — например, когда в сложной фамилии неверно указали букву. В таком случае стоит обратиться в медицинскую организацию, где проводилась вакцинация, и проверить, правильно ли были внесены сведения в регистр вакцинированных. Если же все сведения были внесены правильно, а QR-код не появился, нужно обратиться в техподдержку портала госуслуг.

4 Какое преимущество есть у назальной вакцины? Когда она поступит в оборот?

ЛАРИСА АЛЕКСЕЕВА
ВРАЧ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ, ТЕРАПЕВТ

Во-первых, это отличная альтернатива для тех, кто по каким-то причинам боится уколов, но хочет обеспечить себе дополнительную защиту. В таком случае, чтобы лишний раз не вводить препарат внутримышечно, пациент может воспользоваться назальной вакциной — она распыляется внутри носа с помощью капель или спрея на основе «Спутника V». Таким образом, она препятствует проникновению вируса в кровь и обеспечивает профилактику коронавируса на самых ранних стадиях. Однако о говорить о том, сможет ли эта форма вакцинации полностью заменить «классический» вариант прививки в виде укола, пока рано. Но как минимум нам известно, что ревакцинировать ее необходимо будет минимум раз в полгода, а то и чаще. На мой взгляд, это еще одно неоспоримое преимущество такой формы вакцины. Во-вторых, назальная вакцина сможет защитить от коронавируса детей. Ее уже активно тестируют на школьниках в возрасте от 12 до

17 лет, и с каждым днем она доказывает свою эффективность и безопасность. В-третьих, клинические исследования не обнаружили у назальной вакцины побочных эффектов, поэтому эти следующие фазы ее тестирования пройдут так же успешно, то в оборот она поступит уже к началу 2023 года.

5 Бывают ли такие медицинские препараты, при приеме которых вакцинация совершенно противопоказана?

ТАТЬЯНА РУЖЕНЦОВА
ЗАМЕСТИТЕЛЬ ДИРЕКТОРА ФЕДЕРАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ НАУКИ «МОСКОВСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ЭПИДЕМИОЛОГИИ И МИКРОБИОЛОГИИ ИМ. Г.Н. ГАБРИЧЕВСКОГО» РОСПОТРЕБНАДЗОРА

Таких медицинских препаратов, которые нельзя совмещать с вакцинацией, не существует. В большинстве случаев необходимо продолжить прием лекарств по той схеме, которая была подобрана ранее. Однако некоторые средства могут снижать выработку иммунного ответа: это цитостатики и кортикостероиды, которые нередко назначаются на длительное время при ревматологических и онкологических заболеваниях. Пациентам, получающим такую терапию, нужно обязательно перед вакцинацией посетить лечащего врача, который уточнит отсутствие противопоказаний и, при возможности, скорректирует дозы.

Подготовили **МАРЬЯНА ШЕВЦОВА, РЕНАТА ЛЕБЕДЕВА, ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ** edit@vm.ru

Вакцины — одни из самых безопасных лекарственных препаратов, говорят врачи

ВТОРОЙ СЛУЧАЙ: рабочего общепита Сергея отстранили от работы за несделанную прививку. Но в его деле работодатель нарушил процедуру отстранения. Если работник получил уведомление о необходимости вакцинации, но не сделал прививку, то у него нужно запросить объяснение. Если причина неуважительная, то работодатель должен получить письменный отказ от прививки. У Сергея такой отказ никто не запросил. В таких вопросах необходимо соблюдать все правила. Нельзя просто так взять и отстранить сотрудника от работы, иначе суд восстановит его в правах и должности. Выводы здесь простые: у сотрудников необходимо запрашивать медотвод или объяснение: почему прививка не сделана. Таким образом права обеих сторон будут учтены.

Промышленным предприятиям компенсируют часть затрат

день мэра

Вчера мэр Москвы Сергей Собянин (на фото) провел заседание президиума столичного правительства, по итогам которого приняты важные решения. В частности, расширяется поддержка предприятий.

Власти города предоставят промышленным предприятиям, работающим на территории столицы, новую меру финансовой поддержки. — Будем компенсировать часть процентной ставки по кредитам на покупку оборудования или прав на результаты интеллектуальной деятельности, — рассказал мэр.

Субсидии заводам
Объем поддержки рассчитают исходя из размера процентной ставки по кредитному договору. Однако она не может превышать ключевую ставку Банка России, которая сейчас составляет 7,5 процента. Кроме того, суммарный объем предоставленной промышленному предприятию компенсации будет не более 100 миллионов рублей в год. — В отличие от существующих с 2012 года субсидий, компенсирующих фактически произведенные и документально подтвержденные затраты на обновление основных фондов, новая программа

финансовой поддержки позволит возмещать затраты на более раннем этапе закупки, монтажа и пусконаладки оборудования, — подчеркнули в столичной мэрии.
По оценкам экспертов, 1 рубль, предоставленный в рамках новой программы предприятиям города, привлечет в экономику столицы более 10 рублей инвестиций.
— Напомню, предприятия также могут получить субсидии и взять займы у города по сниженной ставке 2–4 процента годовых на развитие, решение экспортных задач и другие цели, — добавил Сергей Собянин.
Начиная с 2017 года Московский фонд поддержки промышленности и предпринимательства выдал 31 заем на общую сумму около 3 миллиардов рублей.

Пилотный проект
В Москве стартует пилотная программа профессионального обучения и дополнительного профобразования людей с инвалидностью.
— Она рассчитана на тех, кто сейчас не работает и не зарегистрирован как безработный, — пояснил Сергей Собянин. — Центры занятости смогут подобрать специальность и формат обучения. Подать заявление в один из городских центров занятости можно как при личном визите, так и в электронной форме. В зависимости от возможностей и потребностей человека с инвалидностью ему предложат либо очное, либо очно-заочное обучение.
— Для участников программы предусмотрена стипендия, — добавил Собянин.
Ее размер составит 12 792 рубля в месяц. Студентам, которые пройдут итоговую аттестацию, вручат документы, подтверждающие получение специальности.



но-заочное обучение.
— Для участников программы предусмотрена стипендия, — добавил Собянин.
Ее размер составит 12 792 рубля в месяц. Студентам, которые пройдут итоговую аттестацию, вручат документы, подтверждающие получение специальности.



7 сентября 2021 года. Инна Дубасова, контролер деталей и приборов одного из столичных промышленных предприятий, показывает готовую продукцию

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

Сейчас в Москве создано **46** технопарков, включая **6** инвестиционных приоритетных проектов общей площадью более **2,4 миллиона** квадратных метров. Их резидентами стали свыше **2 тысяч** высокотехнологичных компаний, на базе которых появилось более **68 тысяч** рабочих мест. Объем средств, вложенных в развитие московских технопарков в 2016–2020 годы, составил более **53,6 миллиарда** рублей. На **1 рубль** налоговых льгот со стороны города приходится **8** рублей частных инвестиций.

Технопарк у вокзала

По решению мэра Москвы, проекту по созданию технопарка «Курский» присвоен статус инвестиционного приоритетного проекта. Он поможет снизить нагрузку по региональным налогам примерно на 25 процентов. Так, ставка налога на прибыль, зачисляемого в городской бюджет, уменьшится со стандартных 17 до 13,5 процента, а арендную плату за землю снизят на 99 процентов.
Новый объект появится в районе Курского вокзала, на Верхней Сыромятинской улице. Площадку отдадут компаниям, которые специализируются на проведении научных исследований и разработок, в том числе в сферах фармакологии, химической промышленности и информационных технологий. По прогнозам, общий объем инвестиций в реализацию проекта составит примерно 1,6 миллиарда рублей.

НАТАЛЬЯ ТРОСТЬЯНСКАЯ
n.trostantyanskaya@vm.ru

Регионы внедряют столичную систему оплаты проезда

За год работы транспортной карты «Тройка» в Тульской области пассажиры сэкономили четыре миллиона рублей при оплате проезда. Об этом вчера сообщил замэра Москвы по вопросам транспорта Максим Ликсутов (на фото).



Аналог столичной «Тройки» начал действовать в Тульской области с ноября прошлого года. Это первый российский регион, в котором решили ввести один из московских способов оплаты проезда для удобства пассажиров общественного транспорта. «Тройка» обладает ярким и красивым дизайном с изображением достопримечательностей Тулы.
— Год нашей совместной работы показал, что объединение билетных систем двух регионов стало удобным решением, которое упростило жизнь пассажиров и позволило сэкономи

ть 4 миллиона рублей. Единственный носитель позволяет свободно перемещаться между двумя регионами, не задумываясь об оплате проезда. Мы благодарны нашим коллегам из Тулы за ежедневную работу и активное участие руководства региона во всех вопросах, — подчеркнул Максим Ликсутов.
Тульская «Тройка» действительно пользуется большой популярностью у местных жителей — за год приобрели около шести тысяч пассажиров и совершили по ней около трех миллионов поездок. А каждый четвертый обладатель такой «Тройки» использует ее не только в своем регионе, но и в Москве.
В конце октября в Тульской области также началось тестирование приложения «Моя Тройка», которое расширит функции карты.

РЕНАТА ЛЕБЕДЕВА
r.lebedeva@vm.ru

Поврежденные дорожные ограждения отремонтированы

Вчера заместитель мэра Москвы по вопросам жилищно-коммунального хозяйства и благоустройства Петр Бирюков рассказал о ремонте барьерных ограждений на столичных дорогах.

Ремонт барьерных ограждений проводится круглый год, работы выполняются в кратчайшие сроки — время ликвидации одного аварийного участка составляет от 1,5 до 2 часов в зависимости от его протяженности, — подчеркнул заместитель мэра города. — В столице в связи с высокой скоростью автомобилей используются современные барьерные ограждения, способные удержать машину весом до девяти тонн при скорости 60 километров в час, прежние справлялись с нагрузкой до 3,5 тонны.
Также глава Комплекса городского хозяйства сообщил, что в общей сложности за последние восемь лет в столице отремонтировали около 792 километров металлических ограждений, поврежденных в дорожно-транспортных происшествиях.

Более 90 километров барьерных ограждений, поврежденных в результате наезда транспортных средств, отремонтировали на дорогах Москвы в этом году.
— Использование барьерных ограждений способствует снижению степени тяжести последствий при дорожно-транспортных происшествиях, — отметил заммэра.

Петр Бирюков рассказал, что в большинстве случаев работы проводились на участках кольцевых и вылетных магистралей, в том числе МКАД, Третьем транспортном кольце, Ленинградском проспекте, Ленинградском и Киевском шоссе, проспекте Мира.

ВАСИЛИСА ЧЕРНЯВСКАЯ
v.chernyavskaya@vm.ru

Мастер-класс открыл сезон бесплатных тренировок

Вчера в столице прошел мастер-класс по скандинавской ходьбе, в которой принял участие спортивный комментатор Дмитрий Губерниев. «ВМ» присоединилась к этому мероприятию.



Вчера 15:03 Комментатор Дмитрий Губерниев во время разминки на мастер-классе по скандинавской ходьбе

Проект «Спортивные сезоны», созданный при поддержке столичного Департамента спорта, стартовал на территории ВДНХ 13 ноября. Он подразумевает серию бесплатных тренировок на свежем воздухе для граждан всех возрастов. Каждую неделю желающие могут познакомиться с разными видами спорта: фигурном катании, рогеинге (ориентировании на пересеченной местности), «ВМ», скалолазании, скандинавской ходьбе. К последнему виду спорта присоединился известный комментатор Дмитрий Губерниев. Вооружившись, как и другие участники мероприятия, палками для ходьбы, он старательно выполнял разминочные упражнения. По словам телеведущего, несмотря на плотный график работы, он всегда находит время для занятий физкультурой.
— Сегодня я приехал из Новороссийска. После того как познакомился со скандинавской ходьбой, поеду на другое мероприятие. Вообще день у меня насыщенный разными событиями и встречами. А что касается сегодняшнего мастер-класса, очень здорово, что под руководством грамотного тренера мне удалось приобрести новый опыт и зарядиться позитивом от других участников, — поделился впечатлениями Дмитрий Губерниев.
По его словам, тренер по скандинавской ходьбе Алексей Ху-

хорев научил собравшихся на мастер-класс людей комплексу базовых упражнений, которые можно потом выполнять самостоятельно.
— Скандинавская ходьба — простой и доступный вид физической активности. При этом в нем задействуется 90 процентов мышц, — говорит Хухорев. — Но перед стартом, как и в любом другом виде спорта, их обязательно необходимо размять, разогреть. После изучения нескольких установочных техник команда направились практиковаться в скандинавской ходьбе по живописной территории ВДНХ. Тренировочный маршрут проходил вокруг одного из прудов выставки, а затем участники мастер-класса вернулись на спортивную площадку, где участники мероприятия пообщались с Дмитрием Губерниевым, смогли задать ему вопросы, взять автограф и сфотографировались с ним на память.

РЕНАТА ЛЕБЕДЕВА
r.lebedeva@vm.ru

справка

Ежегодная акция «Спортивные сезоны на ВДНХ» продлится до 26 декабря. Ее организатор — АНО «Московский спорт». В рамках этой акции будут организованы мастер-классы для всех желающих. Самых активных участников ждут призы и подарки: футболки, термомонжеры и другое. Полное расписание тренировок и условия участия на сайте Москомспорта moscow.sport.

Получить лекарства станет проще

В январе следующего года льготники смогут получать лекарственные препараты в коммерческих аптеках проще. Вчера «ВМ» узнала мнение медиков и горожан об этом нововведении.

цифра

24

По решению мэра Москвы пилотный проект по выдаче рецептурных лекарств в коммерческих аптеках пройдет с 15 января по 31 декабря 2022 года. Участвовать в нем смогут аптеки, которые включаются к ЕМИАС и возьмут на себя обязательства по выдаче льготникам назначенных им лекарственных препаратов по международному непатентованному наименованию в день обращения. Главный специалист по первичной медико-санитарной помощи взрослому населению Департамента здравоохранения Москвы Андрей Тяжельников отметил, что крайне важно соблюдать назначения врачей в плане лекарственных препаратов.
— Именно благодаря назначенным лекарствам достигается основная лечебный эффект, — сказал он.
Сейчас получить льготные лекарства можно только в аптеках, расположенных при поликлиниках. Многим льготникам это не очень удобно, и люди в итоге не своевременно соблюдают назначения врачей. Теперь с помощью электронного рецепта выдача препаратов будет осуществляться и в коммерческих аптеках, расположенных рядом с адресами проживания пациентов и с более удобным для пациентов графиком работы. — Это очень важный проект, который значительно упростит процесс получения пре-

паратов, — подчеркнул Тяжельников.
Кроме того, теперь пациент сам может выбрать торговое наименование препарата в рамках назначенного врачом и доплатить разницу между тем, которое ему положено по льготе.
Удобство нововведения высоко оценила и москвичка Ольга Масохина.
— У меня бронхиальная астма, и препарат, который мне нужно принимать, стоит 3 тысячи рублей. Благодаря, что город помогает получать его бесплатно, — говорит она. — Кроме того, я работаю. Единственный выходной — воскресенье, а аптека в поликлинике в этот день недели закрыта. Но теперь для меня это не будет проблемой.

МАРЬЯНА ШЕЦОВА
m.shetsova@vm.ru

Под окнами многоэтажки появился дачный участок

наш двор
В этом году в Лосиноостровском районе появились экологичная детская площадка. Вчера заместитель главы управы Егор Осипов рассказал, как изменился двор и почему здесь решили выбрать концепцию «дачи во дворе».

наш двор

Благоустройство двора на Норильской улице проводили по принципу соучаствующего проектирования, то есть жители сами выбрали оптимальные форматы отдыха, обсуждали идею площадки.
— История места подсказала особую атмосферу приуса-

дебных участков с фруктовыми садами, — сообщил Егор Осипов. — Мы учли одно из главных пожеланий жителей. Это зонирование двора. Сейчас территория делена на отдельные участки для отдыха взрослых, детей и спортсменов.
Раньше здесь были устаревшие площадки — детская и спортивная. Теперь есть природные зоны для ребят разных возрастов, зона тихого отдыха с качелями и столом для настольных игр. Также добавили зеленые насаждения, обновили спортивную площадку.
— Жителям нравится, что для самых маленьких появились безопасная и уютная кон-

струкция «домик на дереве», «песочная станция», — описал достоинства обновленного двора Осипов. — Спортивную зону по желанию жителей поделили на три участка: универсальный, где можно играть в командные игры и бегать, площадку для воркаута и стол для пинг-понга.
По словам жительницы района Оксаны Петровой, новая деревянная площадка привлекает не только маленьких детей, но и подростков.
— Молодцы. Учили интересы людей разных возрастов. Думаю, летом здесь будет довольно оживленно, — говорит Петрова.

НИКИТА БЕССАРАБОВ
n.bessarabov@vm.ru



Вчера 10:16 Заместитель главы управы Лосиноостровского района Егор Осипов демонстрирует новую детскую площадку во дворе дома № 3 на Норильской улице

Число жителей, систематически занимающихся физкультурой и спортом, растет в столице год от года. Такой популярности здорового образа жизни, а значит, улучшения здоровья горожан, удастся добиться в том числе и за счет строительства новых спортивных сооружений. Именно поэтому программа «Спорт Москвы» предполагает строительство не только стадионов и центров подготовки профессионалов, но и физкультурных центров шаговой доступности.

Возможности для активной жизни безграничны

ИТОГИ

Спортивная инфраструктура активно развивается в столице с 2011 года. За это время, отмечает мэр Москвы Сергей Собянин, построено более 140 спортобъектов. «ВМ» рассказывает, где сегодня могут заниматься спортсмены москвичи.

С начала этого года Департамент строительства завершил работы по пяти новым спортивным объектам.

В районе Академический на улице Губкина, дом 6, введен в эксплуатацию физкультурно-оздоровительный комплекс «Самбо-70».

Это первая специализированная школа спортивной гимнастики, построенная за последние десять лет. Здесь смогут одновременно тренироваться до 100 спортсменов. Площадь четырехэтажного здания составляет почти 4,8 тысячи квадратных метров. Комплекс состоит из двух частей: четырехэтажной административной и двухэтажной, включающей гимнастический зал.

В здании обустроены зал хореографии и аэробики, которыми оснастили хореографические станки и зеркала на 18 занимающихся, тренажерный зал, гимнасти-

ческий зал 36×36 метров с современным оборудованием и спортивными ямами для занятий гимнастикой, а также медицинские помещения, — рассказывает руководитель Департамента строительства города Москвы Рафик Загрудинов.

На прилегающей территории обустроили площадку «Воркаут» для подготовки к сдаче норм ГТО, выполненную из спортивного специализированного покрытия, а также площадку для мини-футбола, баскетбола и волейбола. Безопасная зона вокруг площадки совмещена с беговыми дорожками.

Спорткомплекс с первым в городе биатлонным тиром для школы № 102 Москомспорта построили на северо-западе в районе Митино на улице Барышиха, дом 33А, строение 1. Здесь можно будет проводить занятия по гандболу, теннису, мини-футболу, волейболу, бадминтону, биатлону и пулевой стрельбе из спортивного оружия. В двухэтажном здании площадью 8,9 тысячи квадратных метров оборудовали универсальный спортивный и тренажерный залы, помещения для хранения,

Настоящая мода на физкультуру пришла в столицу благодаря новым спорткомплексам

ния, выдачи и сдачи лыж, раздевалки, тренерские, медицинский кабинет с комнатой психолога, буфет, административные и вспомогательные помещения. В спорткомплексе обустроен первый в Москве биатлонный тир на 50 метров для стрельбы из малокалиберных винтовок, кабинет стрельбы на тренаже-

рах, комнаты чистки оружия и инвентарные.

Завершено строительство многофункционального физкультурно-оздоровительного комплекса «Красный Октябрь» Центра физической культуры и спорта в районе Покровское-Стрешнево на улице Тушинская, дом 16. Четырехэтажный комплекс включает два бассейна: взрослый и детский, игровой универсальный зал, тренажерные зоны, пункт проката спортивного инвентаря, медкабинет, буфет с обеденным залом на 36 мест, фитобар, судейские, тренерские и другие помещения.

Кроме этого, в Коломенском проезде, дом 15А, введен ФОК для занятий физкультурой и спортом лиц с ограниченными возможностями здоровья. В нем созданы полностью безбарьерная среда и все необходимые условия для занятий спортом людей с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов-колясочников.

— Для людей с ограниченными возможностями нужны специальные требования к таким спортивным сооружениям, — отметил мэр Москвы Сергей Собянин. — Здесь создан как раз такой спортивный объект. Он поможет и спортсменам-инвалидам, которые занимаются на регулярной основе, и всем желающим москвичам, у которых ограниченные возможности — на самом деле, как говорят, у них безграничные возможности, — заниматься и плаванием, и баскетболом, волейболом, на тренажерах.

Кстати, в новом спорткомплексе можно будет не только заниматься физической подготовкой, но и получить специальную реабилитацию. Так, для тренировок спортсменов-паралимпийцев, а также лечебной физкультуры для горожан-инвалидов здесь работают крытый бассейн на четыре дорожки со специальным устройством для плавного спуска в воду и подъема, ма-



13 ноября 2021 года. Жительница Покровского-Стрешнева Ксения Корзун узнала, что недалеко от ее дома, на Тушинской улице, открылся новый спортивный комплекс «Красный Октябрь», и пришла посмотреть расписание работы бассейна и фитнес-программ

цифра

15

объектов планируется ввести в составе многофункционального спортивного кластера, который возводится на территории Мневниковской поймы.

лый терапевтический бассейн для лечебных процедур, зона гидромассажа с ваннами для подводного душ-массажа, а также финские сауны, универсальный спортивный зал и тренажерный зал для силовых тренировок, зал для суспензивной и двигательной реабилитации с пневматическими тренажерами. Здесь поставили также специальный реабилитационный тренажер David для восстановления пояснично-крестцового, грудного и шейного отделов позвоночника, плечевых и локтевых, тазобедренных и коленных суставов; зал для игры в шашки и шахматы. Многофункциональный спортивный комплекс и лыжно-беговую дорожку с зоной воркаута возвели на территории Мневниковской поймы. В планах у города — построить здесь крупный спортивный кластер. В план застройки вошли 15 спортивных объектов общей площадью около 200 тысяч квадратных мет-

ров, в их числе спорткомплекс с катком и бассейном, центр керлинга, две гребные базы, детская спортивная школа, легкоатлетический манеж, футбольное поле, центр экстремальных видов спорта, центр водных видов спорта. Кроме того, на средства инвесторов будут возведены академия хоккея, многофункциональный спорткомплекс, ледовая арена и стадион для регби. В поиме также появятся открытые площадки для занятий баскетболом, волейболом, теннисом, воркаутом и пляжными видами спорта. Будут сооружены спортивные и детские площадки, места для активного и тихого отдыха. Также предусмотрено строительство объектов социальной сферы как за счет средств бюджета, так и на средства инвесторов. В ближайшие три года здесь планируется реализация первого в России уникального спортивного объекта для занятий серфингом площадью

кстати

На Воробьевых горах за счет городских средств и инвестиционных вложений ведутся работы по формированию нового современного кластера зимних видов спорта. До конца 2021 года за счет бюджета города здесь планируют разместить три горнолыжные трассы длиной 250, 170 и 325 метров, лыжный трамплин К-40, нанатную дорогу длиной около 320 метров. Кроме этого, объект оборудуют системой вырабатки искусственного снега, установят систему освещения трасс. Это будет современная площадка для активного отдыха и профессиональных соревнований мирового уровня.

30 тысяч квадратных метров — серфинг-парка «Волна». К его возведению планируется приступить в начале следующего года. Здесь разместится крытый бассейн с уникальной системой генерации волн WaveGarden для круглогодичных занятий серфингом, SPA-комплекс, игровые площадки, зона ресторана и кафе. В бассейне серфинг-парка «Волна» площадью 22 тысячи «квадратов» будут двухметровые волны,

песчаный пляж, пальмы и яркий свет. Генератор волн планируют сконструировать так, чтобы одновременно в бассейне могли кататься до 80 человек разного уровня подготовки. До конца года планируется завершить строительство еще пяти спортобъектов, в том числе двух футбольных полей, ВМХ-велодрома, легкоатлетического манежа и развитие территории спортивного комплекса «Воробьевы горы».

Центры бокса и самбо объединит общий фасад

В 2022 году в «Лужниках» завершится строительство не имеющего аналогов в мире Дворца единоборств, в котором под одной кровлей будут размещены две спортивные площадки — Дворец самбо и Дворец бокса.

На строящемся Международном центре самбо и бокса в «Лужниках» начался монтаж стеклопакетов витражей тренировочного зала самбо, их площадь составит около 2000 квадратных метров. На объекте продолжают работы по монтажу инженерных систем и устройству трибун в зрительных залах самбо и бокса. Также идет установка фибробетонных панелей внешнего контура здания, площадь которых оставит 3580 квадратных метров.

— Недавно самбо получило долгожданное признание со стороны Международного олимпийского комитета, — отметил мэр Москвы Сергей Собянин во время посещения объекта в сентябре. — Это решение даст огромный толчок к развитию этого вида спорта в нашей стране и за рубежом. Москва должна быть готова к тому, чтобы стать одним из глобальных центров самбо. Именно поэтому мы строим новый центр самбо в «Лужниках». По своим масштабам и функциональным возможностям он не имеет аналогов в мире. Да и боксерам давно необходимо свой дом для тренировок и соревнований. До конца года надеемся завершить строительство.



10 ноября 2021 года. Гендиректор АО «Москастройпроект» Марсель Давлетшин и руководитель проекта АНО «РСИО» Дмитрий Бизюнов обсуждают ход строительства Дворца единоборств

Симметричные сооружения разместят под одной крышей, объединит их общий фасад. При этом они будут функционировать независимо друг от друга: предусмотрены отдельные входы и парковки. Архитектурная концепция новых центров спортивных единоборств разработана совместно с Международной федерацией самбо и Федерацией бокса города Москвы. Специаль-

но для них были изготовлены эксклюзивные формы фасадных конструкций, перекликающиеся с Дворцом водных видов спорта, что позволит подчеркнуть единую архитектурную стилистику уникального спортивного кластера «Лужники».

Уникальной особенностью здания станут зеркальный акустический потолок и витражное остекление. Наклон-

ные панели из нержавеющей стали с эффектом отражения позволят наблюдать за тренировками зрителям, находящимся за пределами здания. Такое архитектурное решение будет использовано на объектах подобного уровня впервые.

Также центры оснастят оборудованием для видеотрансляции соревнований с возможностью подключения прямого эфира. Помимо соревнований и тренировок, на базе центров бокса и самбо планируется проводить теоретические учебные занятия для спортсменов и курсы повышения квалификации для тренеров и судей.

Появится возможность и для видеотрансляции соревнований, в том числе с подключением прямого эфира — для

этого установят специальное оборудование.

В центре самбо обустроят зал для соревнований на три ковра с трибунами для 1600 зрителей и VIP-ложей, рассчитанной на 40 человек, тренировочный зал на три борцовских ковра. Кроме этого, здесь предусмотрены универсальный тренажерный зал, универсальный спортивный зал для игровых видов спорта (баскетбола, волейбола, бадминтона).

В центре бокса разместят зал для соревнований на два ринга с трибунами для двух тысяч зрителей. Появятся здесь и VIP-ложа, рассчитанная на 40 человек. Для людей с ограниченными возможностями здоровья выделит отдельные места. Для спортсменов оборудуют тренировочный зал на три боксерских ринга и универсальный зал для игровых видов спорта (баскетбола, волейбола, бадминтона).

Для восстановления спортсменов в каждом из зданий оборудуют медико-восстановительный центр (физиотерапевтический, процедурный, массажный, диагностический кабинеты, зал лечебной физкультуры). Кроме этого, предусмотрены спортивно-оздоровительный бассейн с шестью дорожками, блок с сауной и hammamом. По своему наполнению новый спортивный комплекс будет полностью соответствовать требованиям международных ассоциаций и федераций по боксу (AIBA, IBF, WBA) и самбо (ESF, FIAS) для проведения мероприятий и соревнований мирового уровня.

ФАКТЫ

90 процентов составляет готовность футбольного поля с инфраструктурой на улице Паустовского, владение 6, корпус 2, в Ясенево. Трибуны здесь будут вмещать около **500 зрителей**. До конца ноября завершат все строительные работы с учетом благоустройства территории, а также пусконаладочные работы. Предусмотрено размещение **30 машино-мест**, которые будут расположены на **4 отдельных площадках**.

Новые трибуны футбольного поля стадиона «Москвич» на Волгоградском проспекте рассчитаны на **4190 мест** для зрителей, разбиты на **5 секторов** круглой формы, каждый окрашен в один из цветов олимпийских колец. Внутренняя часть навеса трибун облицована зеркальными насадками. Реконструкцию планируется завершить в первом квартале 2022 года. Это один из самых масштабных проектов обновления городских спортобъектов. Здесь можно будет и тренироваться, и проводить массовые соревнования, а также мероприятия городского масштаба по футболу и легкой атлетике.

Ждем современные бассейны

До конца 2024 года в столице планируется построить **22 физкультурно-оздоровительных комплекса, семь специализированных спортивных сооружений и один отдельно стоящий бассейн**, рассказал глава Департамента строительства столицы Рафик Загрудинов.

Всего на объектах разместятся 37 бассейнов. Так, в следующем году у волейбольной школы «Ника» на Волжском бульваре, владение 8, появится спорткомплекс с бассейном. Сейчас школа не имеет собственного здания, а занятия проводятся в разных спортзалах. В проекте будет использоваться витражное остекление, цветное решение витражного профиля и отенок остекления будут гармонично сочетаться с прочими фрагментами фасадов. ФОК с бассейном построят в Чертанове Центральном на улице Чертановская, владение 45. Здание площадью более 3700 квадратных метров будет четырехэтажным, здесь расположатся бассейн для оздоровительного плавания с ванной 25×16 м и ванной 10×6 м для обучения плаванию детей, блок раздевалок, буфет, технические, бытовые и другие помещения. Спорткомплекс площадью более 21 тысячи квадратных метров расположится напротив

здания ТПУ на пересечении улиц Покровская и Рождественская в районе Некрасовка. В его состав войдет 12 функциональных зон. Кроме тренировок, здесь будут проводить соревнования районного и межрайонного уровня. Кроме того, в здании планируется разместить залы для экстремальных видов спорта, хореографии и ритмической гимнастики, а также зал единоборств.

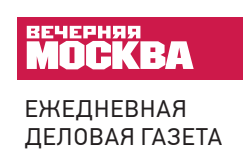
В 2022 году завершится реконструкция футбольного стадиона спортшколы олимпийского резерва «Москвич» Москомспорта на Волгоградском проспекте, дом 46/15. Проект реконструкции включает создание секторов для прыжков с шестом, обычного и тройного прыжка в длину, прыжков в высоту, бега с препятствиями, а также легкоатлетическое ядро. В подтрибунном пространстве разместят стрелковую галерею. Бассейн построят и для Училища олимпийского резерва № 4 имени А. Я. Гомельского Москомспорта на улице Лескова, дом 25а. В комплексе запланировано размещение бассейна 25×16 метров, тренажерного зала, а также игрового универсального зала. Кроме того, при спортивных залах предусмотрены раздевалки с душевыми и санузлами, а также тренерские и инвентарные.

история

Этим летом олимпийский комплекс «Лужники» (до 1992 года — Центральный стадион имени В. И. Ленина) отметил 65-летие. Он не раз перестраивался. Крупнейшая реконструкция была накануне Летних Олимпийских игр 1980 года. За последние 7 лет комплекс глобально обновили, реконструировав 22 объекта. Работы продолжаются.



На сайте new.mostpp.ru завершилось голосование: горожане и гости города выбрали лучших, на их взгляд, производителей хлеба, молока и молочных продуктов, а также наиболее достойные управляющие компании в сфере ЖКХ, самые удобные парки и дистанционные сервисы. Сейчас эксперты подводят итоги конкурса.



Курьер должен быть вежливым, а еда вкусной и горячей

услуга

В ходе конкурса «Московское качество — 2021» горожане выбрали лучшие службы по доставке готовой еды. Если вы еще не определились, то вот вам советы ведущих экспертов отрасли.

Игорь Бухаров, президент Федерации рестораторов и отельеров России, считает, что качество доставки блюд зависит не только от компании. — Ну, например, многое зависит от того, где вы живете и как далеко от вас ресторан, из которого вы хотите получить еду. Если он на другом конце Москвы, то ждать горячей еды и быстро — не получится. Второй фактор — загруженность самого ресторана. Если там сейчас аврал, то быстро свой заказ вы все равно не получите. Третий момент: никакая служба доставки не способна предоставить вам все меню. Суши и пицца — вот их главный ассортимент. Даже с шашлыком я бы рисковал не советовать. Чуть остыло, и все — это уже не блюдо, а подоса: устанете жевать. Сергей Гуреев, член Национальной гильдии шеф-поваров России, считает, что не все так печально. — Сейчас есть службы доставки, которые не просто привозят вам готовую еду. У них, например, есть штатные диетологи, которые, если хотите, разработают для вас меню. Ну, например, вы целый день проводите дома, за компьютером, двигаетесь мало. Специально для вас подготовят низкокалорийный рацион с максимальным количеством клетчатки, витаминов и минералов. И будут вам, если хотите, три раза в день привозить блюда. Также, как пояснил эксперт, хорошая служба доставки имеет удобное приложение, где вы сами можете выбрать блюдо. А еще в приложении, помимо меню, есть возможность задать вопрос диетологу, связаться с курьером, оста-



10 января 2021 года. Курьер, доставщик еды Андрей Семенов везет клиенту очередной заказ. Эксперты советуют: выбирайте службу доставки, сотрудники которой хорошо знают город и владеют русским языком. А еще желательно, чтобы у службы было свое приложение для смартфона — с ним удобнее выбирать еду

вить отзыв, проверить, сколько в каком салате было калорий, оценить любое блюдо, перенести заказ на другое время, продлить или заморозить подписку — если вы ее оформили. Также, уверен эксперт, крайне важна работа самого курьера. — В хорошей доставке он всегда звонит заранее. Мало ли: человек может быть в ванной или у него какое-то неотложное дело. Клиент должен четко понимать, во сколько точно прибудет курьер — с точностью до пяти минут, — считает Сергей Гуреев. —

Ну и, разумеется, курьер должен быть вежливым и всегда иметь сдачу — если клиент расплачивается наличными. Ресторатор Андрей Грязнов подчеркивает: — Очень важно, чтобы курьер хорошо владел русским языком и умел ориентироваться в Москве. У нас был случай, когда клиент час ждал заказа, просто потому, что парень с заказом заблудился — не мог нужной адрес найти! Еще один важный момент: курьер должен уметь все нормально донести. Ведь как бывает? В ресторане все красиво упаковывали, а сотрудник доставки

справка

Первое место среди компаний — доставщиков готовой еды уверенно заняла Delivery Club. За нее проголосовали 46,67 процента москвичей. На втором месте — «Яндекс.Еда» с результатом 29,09 процента от числа проголосовавших. «Нужна на районе» получила всего 6,06 голоса. Похоже, рынок доставки прочно поделили лишь два лидера.

бежал-торопился, в результате заказ так перемешался, что его просто есть нельзя! Самое обидное, что претензии потом все равно не к службе доставки, а к ресторану. Как пояснили эксперты, большинство москвичей выбирают службу доставки методом проб и ошибок. — Мои знакомые перепробовали четыре службы, прежде чем выбрали нормальную, — пояснил Сергей Гуреев. — Все-таки этот бизнес еще только развивается, и стандарты качества там скорее декларативные, чем реальные. Так что будем учиться на ошибках!

Что купить перед Новым годом



Скорей купи, а то подорожает! Этим мифом, к сожалению, живут многие москвичи. Они скупают перед Новым годом продукты, которые якобы вот-вот вырастут в цене. Обычно это деликатесы. Иногда заранее покупают спиртное. Другая, никакого смысла скупать продукты, чтобы сэкономить, нет! Особого предновогоднего подорожания не бывает, потому что продукты

растут в цене и без всякого повода — согласно законам рынка. Что действительно стоит купить? Уже сейчас можно приобрести красную икру в металлических банках, сырокопченую колбасу, какую-то заморозку: иными словами, то, что гарантированно не испортится хотя бы до середины января. Ведь не факт, что вы все съедите во время новогодних праздников. Второй критерий выбора — редкость продукта. Ну, например, вы любите майонез из перепелиных яиц. Перед Новым годом его может и не быть — потому что спрос очень высокий, и москвичи сметают с полок все подряд, даже нишевые продукты. Кстати, имеет смысл купить деликатесы еще и потому, что перед праздниками в магазинах будут очереди. Чтобы не толкаться, рискуя заразиться коронавирусом или ОРВИ, лучше часть продуктов приобрести заранее.

Еще один важный момент: не доверяйте предновогодним распродажам. Если вы видите желтый ценник со снежинкой и слово «акция», это еще не значит, что товар дешевле. Посмотрите в интернете, сколько стоит такое же шампанское или конфеты в других магазинах. Очень может быть, что цена ниже — причем без всякой акции. Будьте осторожны и при покупке «праздничных наборов». В них, например, часто кладут сладости, срок годности которых истекает через несколько дней. Нет, этими конфетами вы не отравитесь, но есть несезонье тоже мало приятно.

А еще перед Новым годом, чтобы увеличить проходимость, сети любят объявлять распродажу какого-то «праздничного» товара. Ну, скажем, того же шампанского или оливкового масла. И действительно, вполне приличный продукт могут продавать за половину обычной цены. Фишка в том, что завозят его мало. Поэтому литр оливкового масла за 500 рублей быстро заканчивается, и остается обычное, за тысячу. И люди, как ни странно, его покупают, потому что уже на этот продукт настроились, да и побаловать себя перед праздниками хочется. В парфюмерных магазинах перед праздниками тоже любят продавать «праздничные» наборы. Как правило, они в красивых коробках. Во-первых, в подарочные наборы нередко попадает не самая свежая косметика. А во-вторых, за счет красочной упаковки, которая, в общем-то, стоит копейки, магазины завышают стоимость содержимого подарка. В общем, перед покупкой не поленитесь сравнить цены с коробкой и без.

Мнение колумнистов может не совпадать с точкой зрения редакции «Вечерней Москвы»



ИГОРЬ БЕРЕЗИН
ПРЕЗИДЕНТ
ГИЛЬДИИ
МАРКЕТОЛОГОВ

31 процент белка содержится в красной икре.

472 ккал — калорийность сырокопченой колбасы.

45 секунд — максимальное время горения бенгальского огня.

80 граммов — средний вес абхазского мандарина.

10 дней продлятся ближайшие новогодние каникулы.

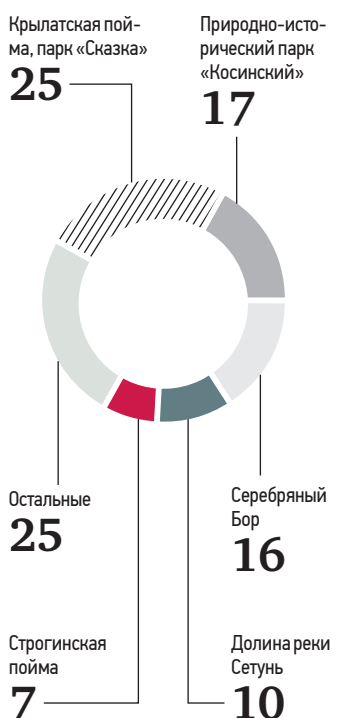
Где можно хорошо отдохнуть

Москвичи и гости города выбрали парк с лучшей, на их взгляд, инфраструктурой для отдыха.

На первом месте с большим отрывом оказался парк «Сказка» в Крылатской пойме. На втором — природно-исторический парк «Косинский», на третьем — «Серебряный Бор» (см. инфографику). — «Сказка» — парк тематический, детский, с большим числом аттракционов. Его победа говорит о том, что для многих москвичей главное в парке — это не медитативные прогулки, а развлечения: колесо обозрения, американские горки и всякие качели-карусели, — рассуждает урбанист Григорий Мельник. — Причина, наверное, в том, что обычным паркам всех этих детских радостей не хватает, а они по-прежнему востребованы. Что касается парков «Косинский» и «Серебряный Бор», то, как считает эксперт, их популярность связана с уникальной историей этих мест. — На озере Белом, что в Косинском парке, царь Петр строил флот. Там же, на берегу озера, сохранилась уникальная церковь, которой много веков. А «Серебряный Бор» — просто очень атмосферное место. Здесь соединились и уникальная природа, и история, — считает Мельник. — Хотя какой-то особой инфраструктуры, кроме традиционных пешеходных дорожек и синих туалетных кабинок, там нет. Хотя

летом очень популярны местные пляжи на Москве-реке. Лучшая рекреационная инфраструктура, по мнению Мельника, — в Парке Горького. Но, согласно данным голосования, он лишь на 20-м месте. Возможно, потому, что москвичи там бывают редко: здесь отдыхают в основном жители регионов.

В каком парке лучшая рекреационная инфраструктура, %



По данным голосования на сайте Московской торговой-промышленной палаты

Детский стиральный порошок токсичен и оставляет следы на одежде

Росконтроль проверил стиральные порошки «МИФ», Tide, Sorti, ViMax, Clean OK/«Наша семья», «Биолан», AOS/«Я родился», предназначенные для детского белья.

Специалисты оценивали два главных показателя — токсичность средств и их моющую способность. Также они проверяли, насколько хорошо выполаскивается сам порошок: не оставляет ли на белье поверхностно-активные вещества (ПАВ). И тут экспертов ждали сюрпризы. — Порошок Sorti стал лидером по набранным баллам. Он соответствует стандартам, имеет среднюю моющую способность, однако оставляет на вещах поверхностно-активные вещества даже после третьего полоскания, — рассказывает главный специалист экспертного центра Росконтроля Ирина Аркатова. — Поэтому мы рекомендуем дополнительно споласкивать постиранные этим порошком вещи. Порошки «МИФ», ViMax, Clean OK/«Наша семья» и «Биолан» оказались вполне годными для стирки, хотя их моющая способность — ниже, чем у лидера. И если у «МИФа» и Tide она относительно высокая, то у «Биолана» — ниже средней. — При этом, как выяснилось, все порошки оставляют после себя ПАВ, — сообщила Ирина Аркатова. — Таким образом,



2 ноября 2021 года. Москвичка Наталья Павлова выбирает в магазине детский стиральный порошок

все вещи после стирки, вынув из машинки, нужно дополнительно полоскать. А вот порошок AOS/«Я родился», как считают эксперты Росконтроля, вообще не соот-

ветствует требованиям безопасности — у него довольно высокий «индекс токсичности». При этом моющая способность у него — ниже средней. Кстати, по данным ис-

следования, все порошки оказались токсичны, но не настолько потенциально опасны, как AOS/«Я родился». Минимальная токсичность оказалась у стирального порошка Sorti. Ирина Аркатова дала несколько советов по выбору стирального порошка. — Желательно, чтобы сыпучий порошок был в гранулах. Он меньше пылит, а значит, меньше риск, что вызовет у вас аллергию, — пояснила «ВМ» эксперт. Как пояснила Ирина Аркатова, синие гранулы в порошке — это краситель. Таким порошком можно стирать в машинке или предварительно замачивать его при ручной стирке, чтобы на белье не оставалось цветных крапинок. — Важно помнить, что стиральный порошок — химическое средство, которое может быть опасным, если с ним неправильно обращаться, — рассказывает эксперт. — Важно соблюдать правила использования порошка. Например, нельзя брать гранулы голыми руками. Хранить упаковку желательно в закрытом шкафчике. А еще стиральный порошок нельзя вдыхать — он вполне может вызвать аллергию. Также настоятельно советуем включать режим дополнительного полоскания, чтобы наверняка избавиться от следов стирального порошка на одежде. Иными словами — с порошком будьте осторожнее.

Продав машину — вполне доволен

«ВМ» опросила читателей, как изменилось их потребительское поведение в уходящем году.

Лярыса Комлева, диспетчер. Я практически полностью перешла на желтые ценники. Большую часть продуктов покупаю по скидкам и акциям. Если учесть, что рядом со мной сразу три магазина разных сетей, то сделать это не так уж и сложно. Везде где-то что продается со скидкой!

Кирилл Лемехов, архитектор. Для меня главным открытием года стал отдых в России. Мы с семьей всегда отдыхали на Средиземном море, а в этом впервые поехали на Черное — потому что боялись заболеть. Думали, что будет жутко, мы отвыкли от русского юга, но, как выяснилось, там вполне прилично. Проехали на машине весь Крым и остались довольными. Узнали собственную страну!

Олеся Гривцова, студентка. Как-то так получилось, что я перестала ходить в торговые центры. Теперь одежду, обувь, косметику — все покупаю в интернете. Недавно впервые рискнула купить духи — доверилась описанию запаха. И, кстати, осталась довольна!

Михаил Огородко, водитель. Жена научилась покупать продукты в интернете. Раньше меня любила гонять: ты н на машину, купи то и это. Целые списки высыпала, а я по магазину с тельняшкой ходил. Однажды мне надоело. Выбирай, говорю, сама и заказывай! Жена несколько раз попробовала, и ей даже понравилось.

Марина Евсева, госслужащая. В этом году мы наконец-то перестали снимать жилье и купили квартиру в Новой Москве. Помогла льготная ипотека. Платить, конечно, 20 лет, но рассчитываю отдать долг раньше. Тем более что процент низкий — меньше пяти. К тому же идем второго ребенка, получим маткапитал и его в счет погашения отдадим.

Сергей Кузин, менеджер. В этом году я наконец-то продал машину, потому что стало нелегко ездить. Мы в нашей компании сейчас работаем на удаленке и уже вряд ли когда-нибудь выйдем в офис, потому что вполне эффективно работаем из дома. Раньше я ездил на машине в офис, а теперь зачем она? Дачи у меня нет. Так что, выбравшись из дома, езду исключительно на метро. Вполне удобно, доволен.



точка

Сегодня точку в номере ставят студенты Кирилл Бахметьев и Маргарита Голубева. Они стали победителями юбилейного XV Всероссийского конкурса интеллекта, творчества и спорта «Мисс и Мистер студенчество России — 2021», финал которого прошел в Москве. Пять конкурсных дней члены жюри внимательно отсматривали выступления 70 участников из 40 регионов страны. Они должны были выбрать самых достойных юношу и девушку со всей России. Самопрезентация, спортивные нормативы ГТО, творческий номер, интеллектуальное испытание — все это ждало студентов на нелегком пути к финалу. Но, как отметили Кирилл Бахметьев и Маргарита Голубева, один из главных призов, который они получили, — это дружба и поддержка ребят, которые участвовали в конкурсе. Мисс студенчество в разговоре с корреспондентом «ВМ» отметила, что они с ребятами настолько сплотились за время проведения конкурса, что за кулисами не было жесткой конкуренции. Только искренняя поддержка и невероятная школа жизни, которую запомнит каждый из студентов. Поэтому выбрать победителя в дополнительной номинации «Мисс дружба» и «Мистер дружба» ребятам было непросто — достойных слишком много.

Хотим любви, но требуем валюту



Цифры, суммы и проценты убедительно демонстрируют статистику, иллюстрируют положение тех или иных социальных явлений, формируя общественное мнение. Так, сначала результаты опроса Всероссийского центра изучения общественного мнения показали, что в этом году, впервые за много лет, первое место среди причин разводов заняли материальные трудности. А недавно сервис по поиску высокооплачиваемой работы SuperJob подлил масла, выяснив, кто чаще становится инициатором конфликтов из-за денег в российских семьях. Разумеется, виноватыми оказались женщины. Причем, как утверждают аналитики, больше всего скандалят, упрекая благоверного в несостоятельности, дамы, приносящие в дом львиную долю доходов. Всевозможные эксперты и блогеры тут же в изобилии выдали комментарии о меркантильности современного мира вообще и его прекрасной половины в частности.

На днях на каком-то форуме прочла огромный пост, что ценность человека, даже самого близкого, теперь измеряется исключительно величиной его доходов. А хочется верить, что это не так. Но сами же в том признаемся... Или что-то недоговариваем, сбивая с толку социологов? Денегами, наверное, многие дыры залатать можно. Но точно не ту, которая человеческих отношений касается. Однако во многих личных проблемах и себе-то не всегда признаешься, что уж говорить о первом встречном с анкетой-опросом. Кстати, в другом исследовании того же ВЦИОМа 40 процентов опрошенных россиян свидетельствуют, что им известно о случаях домашнего насилия над знакомыми им женщинами. И почему-то кажется, что причины тому — отнюдь не в низких зарплатах. Но об этом респонденты предпочитают молчать. Как и об изменах, отсутствии общих интересов, нежелании идти на компромисс, уходе в виртуальность, в равной степени отвлекающем от реальных партнеров мужчин и женщин.



НАТАЛИЯ ПОКРОВСКАЯ
ОБОЗРЕВАТЕЛЬ

Много чего может дать сбой. Но говорим о деньгах, боясь признаться в своих ошибках, страхах, обидах и тотальной недолюбленности. И сами же формируем мнение, что мир циничен. Хотим быть любимыми, но проявляем жестокость, бежим от обязательств. Или взваливаем на себя все, а потом предъявляем претензии, что нас никто не бережет. Конечно, период пандемии многих выбил из колеи, привычного уклада, лишил массы удовольствий, а кого-то и вовсе работы, стабильности и уверенности в завтрашнем дне. Семейные бюджеты затрещали по швам, спровоцировав у одних развитие комплексов, у других — хроническую усталость от безнадёги. Вот тут-то и стало ясно, кто — случайный пассажир, а кто — надежный спутник по жизни. В семьях, где люди не оценивают, а искренне любят друг друга, все хорошо. Даже если с деньгами не очень.

Мнение колумнистов может не совпадать с точкой зрения редакции «Вечерней Москвы»

Депутаты Государственной думы внесли законопроект об освобождении от налогов доходов менее 10 тысяч рублей. Сейчас свободная от налога сумма составляет 4 тысячи рублей. Таким образом, необлагаемый доход вырастет в два с половиной раза.

вопрос дня

Доходы до 10 тысяч рублей предложили не облагать налогом. И как вам?



АНДРЕЙ КРУПСКИЙ
ПРЕДСЕДАТЕЛЬ КОМИТЕТА ПО ЗАЩИТЕ В СУДЕБНЫХ СПОРАХ И ПРОЦЕДУРАХ БАНКРОТСТВА ОБЩЕРОССИЙСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ «ОПРА РОССИИ»

Эта мера целесообразна. Для людей с невысоким доходом важна каждая сотня рублей. И если у государства есть возможность освободить часть россиян от НДФЛ, то почему бы и нет? Речь идет о выравнивании налоговой системы. Мы уже видели, что богатым повысили налог до 15 процентов. Соответственно, тем, у кого небольшой доход, логично понизить налог или избавиться от него вовсе.



ЛЮБОВЬ ГОНЧАРЕНКО
НАУЧНЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ ДЕПАРТАМЕНТА НАЛОГОВ И НАЛОГОВОГО АДМИНИСТРИРОВАНИЯ ФИНАНСОВОГО УНИВЕРСИТЕТА ПРИ ПРАВИТЕЛЬСТВЕ РФ

Я бы поддержала инициативу в той части, где они предлагают уменьшить налоговую базу. Это лучше, чем предложение снизить налоговую ставку для малообеспеченных семей до пяти процентов. Но эту инициативу нужно доработать. Я считаю, что налоговые вычеты нужно делать с прожиточного минимума.

С 1 января 2022 года средний прожиточный минимум по стране будет составлять 13 793 рубля. В Москве эта цифра выше, однако равняться лучше на средний по стране показатель.



АРТЕМ КИРЯНОВ
ПРЕДСЕДАТЕЛЬ ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА РОССИЙСКОГО СОЮЗА НАЛОГООПЛАТЕЛЬЩИКОВ

Эта инициатива сейчас лишняя и ненужная. Она принесет огромные потери бюджету страны. И доход налогоплательщиков это не увеличит, как и не улучшит их уровень жизни. Люди и так не видят эти 13 процентов НДФЛ, которые взимаются ежемесячно с их заработной платы. И платит этот налог работодатель, который вряд ли из-за такой инициативы повысит зарплату людям с низким доходом на те самые 13 процентов. Сейчас Государственная дума рассматривает бюджет на ближайшие три года. И там прописано множество вариантов адресной помощи тем, кто нуждается в ней. И этих мер, на мой взгляд, более чем достаточно.

Подготовила **ВЕРОНИКА УШАКОВА**
v.ushakova@vm.ru

Мнения экспертов могут не совпадать с точкой зрения редакции «Вечерней Москвы»

Тоска по Родине. Художника-эмигранта вдохновляла русская культура

ВЫСТАВКА

Вчера в парке «Зарядье» открылась выставка «Эрте. Фантазия длиною в век». В Старом Английском дворе показали экспонаты, связанные с творчеством художника-эмигранта Романа Тырова (Эрте) (1892–1990), работавшего в стиле ар-деко.



Вчера 13:08 Главный экспонат на выставке «Эрте. Фантазия длиною в век» — изящная скульптура «Византия»

В небольших палатах дворика, в самой старой части здания, «затаилась» новая выставка. Здесь нет привычного многим размаха с огромными коридорами, установленными разными экспонатами. Все достаточно камерно. Сотрудники парка даже называют это «кунсткамерой», потому что коллекция там разная, не связанная с этим зданием и даже с конкретным временем. — Выставки, которые тут проводятся, посвящены, по сути, только одному экспонату. У нас это скульптура «Византия», созданная Эрте в 1988 году. Рядом с ней мы показываем офигенную версию одноименной картины 1985 года, элементы которой «оживили» при помощи моушн-дизайна, — сообщил куратор выставки Никита Лукинский.

Все остальные вещи на выставке — виртуальные. Но от этого не менее интересные. — Мы расположили много экранов, где будут проигрываться мое интервью, выступление искусствоведа Армена Апресяна и художницы по костюмам Анны Баштовой. Она расскажет о том, как Эрте работал с одеждой в кинематографе, — отметил Никита Лукинский. Кроме того, художник в начале XX века тесно сотрудничал

с известным модным журналом Америки, создавал для него обложки. Оригиналы этих глянцево-изданий бережно оцифрованы. Теперь «полистать» и рассмотреть в деталях наряды смогут гости парка. Как рассказали в пресс-службе «Зарядья», творчество Романа Тырова (Эрте) неразрывно связано с культурой нашей страны. — Многие его работы содержат русские мотивы. Напри-

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ЕЛЕНА ВОЙЦЕХОВСКАЯ
НАЧАЛЬНИК УПРАВЛЕНИЯ НАУЧНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИХ ПРОЕКТОВ ПАРКА «ЗАРЯДЬЕ»

Эта экспозиция — вторая в цикле моновыставок проекта «Подклет». Первую мы посвятили великому князю Ивану Грозному. Теперь мы переместились в XX век и хотим показать русское искусство за рубежом. Роман Тыров уехал из России в Париж в 1912 году. Мы пытаемся напомнить соотечественникам, что такой художник был. Его, к сожалению, мало знают в нашей стране. До этого его работы выставились всего лишь пару раз, и то не в Москве.

мер, обложки модных журналов. Одна из них так и называется — «Русская сказка», — сообщили в пресс-службе парка. А в других образах Эрте позировал элементными национальными костюмами, например, кокошник. Выставка продлится до 23 декабря. Посетить ее можно только при наличии билета, QR-кода и паспорта. Экспозиция открыта с 10:00 до 20:00.

Юлия Панова
j.panova@vm.ru

Военные прокуроры ответили на вопросы

Вчера в Московской городской военной прокуратуре провели прямую линию с гражданами по вопросам антикоррупционного просвещения. Организаторы рассказали корреспонденту «ВМ», что интересовало жителей столицы в этом году.

Анонс прямой линии был заранее опубликован в средствах массовой информации. Благодаря этому москвичи без труда связались с военными прокурорами и задали им насущные вопросы. Как рассказали организаторы прямой линии, звонков поступило немало. Государственные служащие в основном задавали вопросы о том, как правильно заполнять справки о доходах и расходах: что нужно учитывать и как правильно все посчитать. Интересовались москвичи и тем, как правильно заполнить декларацию о доходах. Многие жители столицы звонили военным прокурорам, чтобы выяснить, каков сегодня порядок приема на работу бывших государственных гражданских служащих. Задавали вопросы и о том, можно ли совмещать военную службу с иной деятельностью и как

правильно оформить соответствующие бумаги. — Сегодня на горячую линию сообщений о правонарушениях коррупционной направленности, которые требуют проведения надзорных мероприятий, не поступало, — рассказали «ВМ» в пресс-службе Московской городской военной прокуратуры.

Вероника Ушакова
v.ushakova@vm.ru

справка

В ноябре 2007 года в Главной военной прокуратуре создано специализированное подразделение — отдел надзора за исполнением законодательства о противодействии коррупции. Чтобы сделать работу ведомства более открытой для граждан и снизить предпосылки к возникновению коррупции, его сотрудниками регулярно проводится прямая линия. Граждане могут обращаться по любым вопросам, решением которых занимается военная прокуратура.

день в день

Юбилей «отца КВН» и открытие Театра оперетты



1 января 1971 года. Ведущие КВН Светлана Жильцова и Александр Масляков (в центре) с участниками игры

«Вечерняя Москва» продолжает вспоминать события, которые происходили в этот день и повлияли на ход истории.

1927 год. В столице состоялось открытие Московского театра оперетты. Его основал известный актер и режиссер Григорий Ярон. Первым спектаклем, который показали на сцене нового театра, стала постановка Михаила Багриновского «Игра с Дюнером». Здание театра — памятник архитектуры XIX века, его зрительный зал украшен расписным плафоном кисти художника Константина Коровина.

1941 год. Родился известный телеведущий, заслуженный деятель искусств России Александр Масляков. Сегодня ему исполняется 80 лет. С 1964 года Александр Масляков остается бессменным руководителем и ведущим юмористической телепередачи «КВН». Полный кавалер ордена «За заслуги перед Отечеством».

1961 год. Генеральной Ассамблеей ООН принята Декларация о запрещении применения ядерного и термоядерного оружия.

Календарь читала
Ирина Новган
edit@vm.ru

Частности

Авто, запчасти

Любые авто иностранные и отечественные куплю. Т. (925) 404-77-13

Юридические услуги

Правовой центр Адвокаты



Бесплатная юридическая помощь населению
Возврат квартир. Т. (495) 210-25-63

Московская социальная юридическая служба. Бесплатные консультации. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т.ч. можем вернуть или расчленивать квартиру, выписать из квартиры. Наследство. Семейные споры. Банкротство физлиц. Т. (499) 409-91-42

Коллекционирование

Букинист купит книги до 1933 г. за 150 000 р. Журналы до 1945 г. Детские книги до 1965 г. Архивы, автографы, плакаты. Куплю антиквариат, серебро, картины, иконы, фарфор, игрушки, бронзу, знаки и др. Оценка бесплатно. Т. (925) 795-57-97
Книги, полки, ноты, архивы, знаки, иудаики, фото. Т. (925) 585-40-56
Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Т. (495) 128-50-09
Книги, фотографии, ноты, документы до 1940 г. Т. (985) 275-43-33