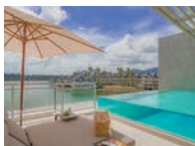


3



**Зарабатываем на Пхукете**  
О получении пассивного дохода на тайском острове – Наталья Кривенцова.

5



**Идеальное тело**  
Как выиграть главный приз в сражении за стройную фигуру: рецепт от Анастасии Чубовой.

6



**Афиша**  
Анонсы предстоящих мероприятий района и не только.

№5 (123)



газета

# НА НОВОЙ РИГЕ *life*

Мякинино • Архангельское • Николо-Урюпино • Ильинское • Павловская Слобода • Покровское

narulevkerigelife

11 МАРТА 2024

rr-life.ru 16+

@narulevkerigelife

ЕЖЕДНЕВНЫЕ НОВОСТИ РУБЛЁВКИ И НОВОЙ РИГИ  
АНОНСЫ, ПОДБОРКИ, СТАТЬИ, ВИДЕОРЕПОРТАЖИ  
ДЕРЖИТЕ РУКУ НА ПУЛЬСЕ СОБЫТИЙ СВОЕГО РАЙОНА



РЕКЛАМА

## Светлана Шмакова

### «В ОСНОВУ МЫ ЗАКЛАДЫВАЕМ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СЕМЬИ И ШКОЛЫ»

*Вице-президент группы компаний «Сапсан», сооснователь бренда FOODCODE, экзекьютив-коуч школы «Сколково», президент благотворительного фонда «Иваново Дело», мама 7 детей, бабушка 11 внуков – о своём образовательном холдинге «Династия», его истории, а также о том, как детей научить учиться, понимая и принимая себя.*

*стр. 4*



ФОТО: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА С. ШМАКОВОЙ

ТОП-4 АППАРАТА



WHITE FOX  
ЦЕНТРЫ КРАСОТЫ

## ИДЕАЛЬНОЕ ТЕЛО К ЛЕТУ

INMODE BODY FX • ICOONE LASER • ENDOSPHERES • ULFIT

КП КНЯЖЬЕ ОЗЕРО +7 495 120 09 40 ТРК РИГА МОЛЛ +7 495 150 70 16 КП БЕНИЛЮКС +7 495 150 09 70



РЕКЛАМА

В МИРЕ

Турция рассчитывает вернуть поток российских туристов за счёт скидок.



Сезон 2023 года оказался очень неудачным для курортной Турции. Цены на отдых в популярной у российских

пертов, снижение может составить от 30 % до 50 % по сравнению с 2022 годом.

Уже сейчас отмечается рост раннего бронирования поездок россиян в эту страну в три раза. ●

туристов стране оказались слишком высокими, и многие путешественники были вынуждены искать альтернативные варианты, из-за чего отели потеряли весомую часть клиентов и прибыли.

Сейчас турецкие отельеры предлагают скидку на размещение более 20 %. Однако окончательные цены на отдых в Турции для россиян будут объявлены в апреле – после переговоров властей двух стран. По прогнозам экс-

В РОССИИ

Цифровые финансовые активы теперь можно использовать в международных расчётах.



Нормы использования цифровых финансовых активов (ЦФА) для международных расчётов недавно

Принятый ГД документ разрешает валютные операции, связанные с приобретением и отчуждением цифровых прав, являющихся валютными ценностями, при условии осуществления расчётов в валюте РФ. ●

утвердили в Госдуме. Поправки внесут в соответствующие законы о ЦФА.

По словам одного из авторов поправок, главы думского комитета по финансовому рынку Анатолия Аксакова, использование ЦА для обслуживания внешнеторговых операций поможет российским импортёрам и экспортёрам активнее работать с дружественными странами. «В определённой степени мы сможем решить проблему санкционного давления на нашу страну», – подчеркнул депутат.



ПОЧТИ 500 МЕРОПРИЯТИЙ, ПОСВЯЩЁННЫХ МАСЛЕНИЦЕ, ПРОЙДУТ В ПОДМОСКОВЬЕ.

ОЖИДАЕТСЯ, ЧТО В НИХ ПРИМУТ УЧАСТИЕ СВЫШЕ 200 ТЫСЯЧ ЧЕЛОВЕК.

НА НОВОЙ РИГЕ

Городской округ Истра готовится к экстремальным паводкам.



Из-за обильных снегопадов, которые прошли этой зимой, ожидается, что весеннее половодье на территории Подмосковья превысит норму и городской округ Истра традиционно входит в зону риска, отмечается на сайте администрации округа.

Вскрытие льда прогнозируется во второй половине марта. Для контроля уровня воды на территории округа определены четыре пункта: Бужарово, Зеленково, Вельяминово, Чёрная.

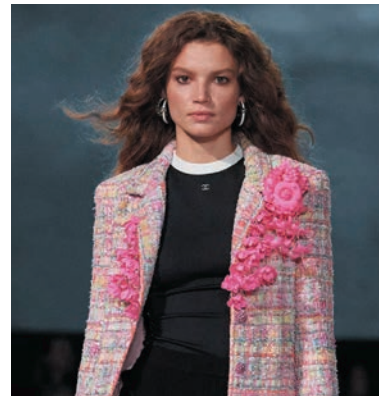
На данный момент в округе организован мониторинг проблемных локаций, параллельно коммунальные службы оперативно вывозят снег из городов, убирают мусор и поваленные деревья из русел рек, очищают водопропускные трубы под автомобильными дорогами. ●

БОЛЬШЕ ЕЖЕДНЕВНЫХ НОВОСТЕЙ НА НАШИХ КАНАЛАХ

@narublevkerigelife

go.rr-life.ru

ТРЕНДЫ



Цветы – неизменное украшение любого женского гардероба. В этом сезоне моднее всех – крупные красные и 3D-цветы. ●



Нарядный кейп в этом сезоне модельеры предлагают использовать не только по особым случаям, но и в повседневной жизни. ●



Тем, у кого часто меняется настроение, этой весной дизайнеры советуют носить одежду с плавными цветовыми переходами. ●

СОБЫТИЯ



Самое большое в стране 16-метровое чучело сожгут на традиционном подмосковном фестивале «Арт-Масленица». Зрелище планируется эффектное и впечатляющее. Также в программе: барабанное и огненное шоу, блинный рынок, кулинарные поединки и многое другое.

► Ленинский г. о., 16 марта, музей-заповедник «Горки Ленинские»



Выставка «Кижь. Небесное послание» в музее-заповеднике «Коломенское» объединила уникальные иконы заонежских часовен, а также элементы, связанные с феноменом деревянного зодчества и церковного искусства Русского Севера.

► г. Москва, 29 февраля – 2 июня, Дворец царя Алексея Михайловича



Игровой концерт «Широкая Масленица» в «Колоннаде» познакомит с произведениями, посвящёнными весеннему празднику. В антракте – масленичные песни вместе с музыкантами сообщества NordArtMusic, игры, а юных слушателей ждут небольшие масленичные подарки.

► п. Архангельское, 17 марта, музей-заповедник «Архангельское»

Media & Publishing

**NESTOR**

НА НОВОЙ РИГЕ LIFE

Издатель Яна Менчук  
 Главный редактор Яна Юрьевна Менчук  
 Редакционный директор Илья Кремер  
 Выпускающий редактор Екатерина Внукова  
 Редакторы Евгений Королёв, Данила Губский, Анна Разинко  
 Корректор Татьяна Пичурина  
 Арт-директор Марина Развожаева  
 Дизайнер Никита Стеценко  
 Коммерческий директор Светлана Бадаева  
 Департамент рекламы Татьяна Бокова, Иулия Саркисян, Елена Прекрасная, Наталья Кошкина  
 Департамент маркетинга Татьяна Вильчевская  
 Департамент логистики Лу Ли, Борис Волков  
 Над номером работали: Евгения Кузнецова, Надежда Гуськова, Анастасия Соболевская, Катя Мишина, Андрей Карагодин, Наталья Кривенцова, Роман Кузнецов, Анастасия Чубова, Руслан Юрьев, Катерина Стефания Менчук.

«На Новой Риге life»

Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ТУ №50-02479 от 20.06.2017г. выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Центральному федеральному округу. Тираж 15 000 экз. Выходит один раз в две недели. Номер 5 (123) подписан в печать 7.03.2024 в 13:00.

ОТПЕЧАТАНО В ООО «Типографский комплекс «Делта» Адрес типографии: 190 020, Санкт-Петербург, вн. тер. г. МО Елизаринский, наб. Обводного канала, д.138, к.1, литера В, пом. 4Н-6-часов, этаж 311-часть. № ДБ-00001104 от 05 марта 2024 г.

Учредитель: Менчук Яна Юрьевна Адрес издания: 143082, Московская обл., Одинцовский р-н, д. Рождественск, тер. ПП-1, д. 105-1. Адрес редакции: 143082, Московская обл., Одинцовский р-н, д. Раздоры, 1-км Рублёво-Успенское ш., д. 1.

Переписка и любые воспроизведения материалов без разрешения редакции запрещены. Присланные рукописи не возвращаются и не возвращаются. Категория информационной продукции 16+.

www.rr-life.ru

Телефон редакции: +7 (999) 903-90-03  
 E-mail: info@rr-life.ru

Телефон департамента рекламы: +7 (985) 933-32-22  
 E-mail: advert@rr-life.ru

# Зарабатываем НА ПХУКЕТЕ



ФОТО: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА Н. КРИВЕНЦОВОЙ

Топ-брокер компании VRC Наталья Кривенцова рассказывает, как получать 10–12 % пассивного дохода с инвестиций в виллы на Пхукете.

Вилла на этом острове – выгодный инвестиционный инструмент. А вложения в недвижимость здесь могут обеспечить вам 10–12 % пассивного дохода в чистом виде, а также годовой рост стоимости в размере примерно 7 %. Пхукет окружён водами Андаманского моря Индийского океана, земли здесь больше не становится, а поток желающих купить недвижимость не останавливается. Поэтому лоты постоянно дорожают.

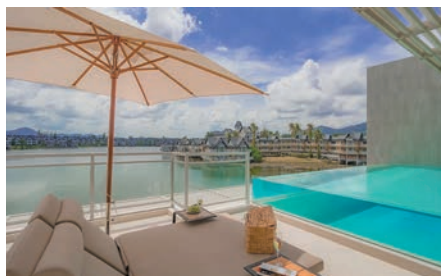
Пример: в октябре 2022 года вилла площадью 411 квадратных метров всего в 1,5 киломе-

тра от пляжа Банг Тао стоила 635 тысяч долларов. Сегодня её стоимость составляет 1 миллион долларов, а аренда за год принесла владельцу 10 % чистого дохода. Я знаю объекты, которые стоили 10 лет назад 1 миллион долларов. Сегодня их выставляют не меньше чем за 10.



Найти нормальный вариант в хорошей локации можно за цену от 600 тысяч долларов. Например, есть свежий объект – строящаяся вилла 300 «квадратов» с собственным бассейном, тремя спальнями, охраняемым посёлком, до пляжа 7 минут на машине. Цена – 650 тысяч долларов.

Самые интересные предложения – на первой линии. В моём любимом районе Лагуна лоты именно на первой линии стоимостью от 3,5 миллиона долларов разобрали всего за 1,5 недели. Среди местных агентов на эту недвижимость была объявлена настоящая охота.



Ограниченное предложение делает виллы отличным объектом для аренды: новогодние даты забиваются уже в мае, а высокий сезон могут бронировать за год. И спрос сейчас сильно превышает предложение.

Если вы решили вложиться в недвижимость на Пхукете – обращайтесь к нам. Мы подберём лот, проконсультируем по всем мелочам, подготовим документы. Если нужно – сдадим в аренду и будем следить за объектом, избавляя вас от лишних поводов для беспокойства. ●



ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА BANUA TREE GROUP

# В отпуск БЕЗ ПЕРЕСАДОК

Список стран, куда летают прямые рейсы из Москвы, – от Anait.travel.



ФОТО: ISTOCKPHOTO.COM

- **Азербайджан:** безвиз, с загранпаспортом.
- **Армения:** безвиз, нужен внутренний или заграничный паспорт.
- **Бахрейн:** виза оформляется в аэропорту за 15 долларов; нужны обратные билеты и бронь отеля.
- **Беларусь, Венесуэла, Вьетнам, Гонконг, Грузия:** безвизовый въезд, необходим загранпаспорт.
- **Египет:** достаточно взять с собой загранпаспорт. Виза оформляется в аэропорту или электронно за 25 долларов. В Шарм-эш-Шейх действует безвиз.
- **Израиль:** безвиз, только загранпаспорт.
- **Индия:** виза оформляется электронно за 3–5 дней. Стоимость зависит от сезона.
- **Ирак:** виза оформляется в аэропорту за 77 долларов.
- **Иран:** заявка на визу оформляется электронно или через консульство, виза ставится в аэропорту; стоимость – 40 евро.
- **Казахстан:** безвиз, внутренний или заграничный паспорт.
- **Катар:** безвиз, только загранпаспорт.
- **Китай:** виза оформляется через консульство или визовый центр, при въезде нужен ПЦР-тест. Стоимость – 2 500 руб.
- **Куба:** безвиз, только загранпаспорт.
- **Кувейт:** безвиз, только загранпаспорт.
- **Кыргызстан:** безвиз, внутренний или заграничный паспорт.
- **Мальдивы, Марокко, Монголия, Мьянма, ОАЭ, Оман:** безвиз, только загранпаспорт.
- **Сейшелы:** нужно оформить разрешение на въезд через сайт, стоимость – 20 евро.
- **Сербия, Таджикистан, Таиланд, Турция, Узбекистан:** безвиз, достаточно взять загранпаспорт.
- **Шри-Ланка:** виза оформляется электронно за 10–12 дней; с апреля 2024 года стоимость – 50 долларов.
- **Эфиопия:** виза оформляется в аэропорту за 82 доллара.



Пересечь границу без хлопот вам помогут в Anait.travel  
Консультации по телефону +7 (495) 766-16-55  
viza-odintsovo.ru

ПРИХОДИ К НАМ УЧИТЬСЯ!

# ШКОЛА В БУДУЩЕЕ

Реклама. Лицензия на право ведения образовательной деятельности от 02.03.2016 года, регистрационный № 75284



ФОТО: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА С. ШМАКОВОЙ

# Светлана Шмакова

## «В ОСНОВУ МЫ ЗАКЛАДЫВАЕМ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СЕМЬИ И ШКОЛЫ»

► Светлана, вот уже два года школа «Династия» даёт ученикам знания. Вашу школу отличает приватность и необычная концепция образователь-

ной программы. Кто был автором идеи такого учебного заведения?

Мы с супругом и наш опыт многодетных родителей. За всё это время совокупно наши дети и внуки получали знания в 12 образовательных учреждениях – как в России, так и за рубежом, поэтому опыт дошкольного и школьного образования у нас колоссальный. Немалую лепту в концепцию также внесли мои старшие дети. У них, с одной стороны, свеж свой собственный опыт образования, с другой – они погружены во все современные актуальные тенденции обучения. Прежде всего мы пытались сконструировать такое образовательное пространство, которое отвечало потребностям наших детей, нашим ожиданиям и требованиям современного общества. Это практически «ювелирная» работа, и здесь нельзя ошибиться.



► Светлана, расскажите, как долго вы разрабатывали концепцию школы?

Наша частная лицензированная школа и детский сад (с дополнительным образованием детей) образовательного холдинга «Династия» работают с первого сентября 2022 года. Мы очень тщательно подбирали педагогический коллектив, создавали особое пространство для развития наших деток, тестировали различные методики не с точки зрения красивой теории, а с точки зрения практического опыта, как родители. И сейчас можем сказать, что мы нашли тот бриллиант в системе образования, который готовы подарить нашим ученикам.

► В округе много разных школ. Недалеко от вас, по соседству, в прошлом году открылся Технологический лицей. Как думаете, почему выбирают именно вас?

Выбор действительно широк, достаточно много масштабных, интересных проектов, в том числе упомянутый вами Технический лицей им. Долгих. То, что родители приводят своих деток именно к нам, я бы объяснила так: во-первых, локация – где расположена наша школа. Вы, наверное, оценили преимущества, достоинства и красоту нашего посёлка. Вся территория Князьего Озера располагает условиями как для гармоничного развития, так и для проведения досуговых мероприятий для учеников школы, физической активности – начиная с катка, волейбольной, баскетбольной площадки и заканчивая контактным зоопарком, прекрасным озером, «Парком смены эпох». Все эти преимущества посёлка – на благо школы. Второй важный момент – это уют и тепло нашей школы. Здесь все улыбаются и приветствуют друг друга, доносится вкусный аромат выпечки из столовой, сво-

бодное и дружелюбное поведение детей считывается с первых минут. Атмосфера доверия и принятия формируется на вербальном и невербальном уровне. И третий, но не менее значимый момент – это контур безопасности. То есть просто так ни в посёлок, ни на территорию школы не попасть. Двойное кольцо охраны, система видеонаблюдения предполагают стопроцентную защищённость.

► А что касается методики? Ведь это основа любого образовательного учреждения.

Методика и сама программа – это, действительно, самое главное. Прежде всего хотелось бы отметить, что в погоне за высокими академическими результатами, имиджем, статусом многие учреждения пытаются создать технологичный процесс, в котором ребёнок выступает как средство, а не как индивидуальность. Ввиду этих причин развивается не гармоничная личность, а какие-то отдельные функции, которые далеко не всегда соответствуют индивидуальности ребёнка, его направленности, интересам. Очень часто это превращается в искусственный процесс навязывания «чужого» понимания успешности. Основной акцент мы делаем на гармоничном развитии всех сфер. Это и личность ученика, непосредственно его интересы, уникальные особенности, таланты, которые необходимо раскрыть и развить, и его адаптация в социальной среде, коммуникабельность, уважение к чужому мнению совместно с пониманием себя и своих границ. Воспитание таких черт характера и свойств личности, как самостоятельность в принятии решений, целеустремлённость, адаптивность, эмпатия, идентификация своих чувств и умение понять их причину, – важная основа будущей взрослой жизни. В этом наше ключевое отличие.

► Можно сказать, ваша школа семейного типа?

Для нас бесценно взаимодействие семьи и школы. Это основа основ. Обоюдный творческий и ответственный процесс. Мы очень приветствуем, когда родители вовлечены, когда они делятся своими наблюдениями, что происходит с ребёнком дома, как он проживает разные ситуации, на что он реагирует, на что обращает внимание, что в принципе ребёнок говорит о школе дома, – это тоже очень важный для нас момент. Мы всячески поддерживаем участие родителей в проектной деятельности детей. И за прошлый год у нас есть несколько интересных примеров, когда семейные проекты вызвали восторг у родителей даже более, чем у детей, – такая совместная творческая активная деятельность. Папы и мамы, бабушки и дедушки участвуют в различных поездках, экскурсионных маршрутах – исторических, культурных, развлекательных. Вообще мы за то, чтобы это был гармоничный общий процесс взаимодействия: семья, школа и личность ребёнка во главе всего.

Важную роль мы отводим также работе семейного клуба. Помимо интересных совместных мероприятий, мы много внимания уделяем обучению искусству воспитания. Знания, которые дают психологи, социологи, игротехники, историки, не только обогащают родительский опыт, но и дают практические инструменты для понимания детей и подростков, решения и предотвращения конфликтных ситуаций.

► Какие факторы при отборе педагогов вы учитываете?

К этому вопросу мы отнеслись особенно внимательно и долго подбирали нужный состав. Отдавая предпочтение опыту, стажу



работы, мы зачастую видели отсутствие гибкости и ориентации на ребёнка. Больше технологичности, «правильности». При этом ребёнок всегда на втором плане. Важны лишь его результаты и степень обучаемости. Это не наши члены команды. Когда же отдавался приоритет молодости и активности, мы зачастую теряли в результатах. Но при этом было комфортно и интересно детям. Поэтому при выборе педагогов мы искали не просто звёзд, но тех, кто сочетает в себе хороший опыт, любовь к своему делу, к детям, а самое главное – желание развиваться вместе с детьми, горящую искру в глазах. Пожалуй, вот это ощущение внутренней динамики и было ключевым в отборе.

Чем мы сегодня особенно гордимся – это гендерным балансом в нашем коллективе. Мужчины преподают не только традиционно физкультуру, но также математику, физику, биологию, STEM, географию.

► На примере «Династии» можно сказать, что главное, что может дать школа ребёнку, – это научить его учиться, чтобы ребёнок с радостью каждое утро шёл на уроки?

Спасибо за ваши вопросы и за то, что вы подметили самую главную ценность, которую мы закладываем, – именно научить учиться, добывать информацию, понимать и принимать себя. ●

Беседовала  
Екатерина Внукова

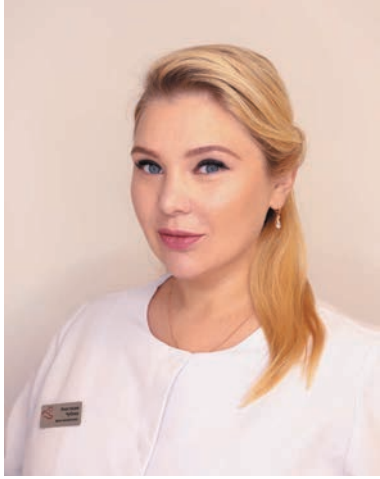


ФОТО: WHITE FOX

## Идеальное тело. С ЧЕГО НАЧАТЬ?

Как выиграть главный приз в сражении за стройную фигуру и подтянутое тело – знает главный врач сети салонов красоты **White Fox Анастасия Чубова**.

Идеальное тело – уравнение со множеством переменных. Роль играет всё: объёмы, рельеф, тонус кожи, а также её внешний вид. И если проблемы с весом можно решить при помощи питания, а за рельефными мышцами отправиться в спортзал, то вернуть упругость, избавиться от «жировых ловушек» и мелких несовер-

шенств вроде сосудистой сетки или целлюлита не так-то просто. Точнее, было непросто, потому что сейчас эти задачи решаются при помощи аппаратной косметологии.

Например, **Icoone** – процедура, которая была разработана для удаления устойчивых жировых отложений и ремоделирования тела. Аппарат улучшает кровообращение в тканях, стимулирует процесс расщепления жира (липолиз). Способен вывести локальные жировые отложения, минимизировать целлюлит, повысить тонус кожи рук и бёдер.

Метод радиочастотной диатермии и электропорации аппарата **Inmode Body FX** неофициально получил название безоперационной липосакции. Специальная насадка с микроиглами прокалывает кожу, одновременно посылая прогревающие импульсы. Разрушенные жировые клетки выводятся из организма естественным путём – через лимфосистему.

**Endospheres-терапия** – мощный лимфодренажный массаж, который помогает вывести лишнюю жидкость, уменьшает количество жировых клеток и улучшает мышечный тонус – при-

поднимая ягодицы и делая тело более привлекательным. Результат виден после первых процедур.

Ещё один хит – процедура на аппарате **Ulfit**. Метод основан на воздействии ультразвука на подкожную клетчатку и соединительные волокна, позволяет избавиться от лишних объёмов и так называемых жировых ловушек. Под воздействием направленного ультразвука клеточная мембрана жировых клеток лопается, как шарик, а лишняя жидкость выводится за счёт улучшенного лимфодренажа и микроциркуляции крови. В волокнах в течение 28 дней образуется новый коллаген, что придаёт коже упругость при одновременном уменьшении объёмов. ●



## Красота ПО-ДОМАШНЕМУ

Уделять время себе любимой можно и нужно не только в специализированных салонах красоты, но и в родных стенах – дома, уверена **Катя Мишина**.



ФОТО: ISTOCKPHOTO.COM

Очистить, восстановить, напитать кожу полезными элементами, а также вернуть ей свежий вид после зимних морозов – нет ничего проще.

Спитый кофе, мёд, соль и кокосовое масло – вот тот набор ингредиентов маст-хэв, который преобразит вашу кожу буквально на глазах.

**Кофейная гуща** (жмых, спитый молотый кофе) – лучший помощник для красоты тела.

Содержащиеся в кофе кофеин и теобромин оказывают подтягивающее, омолаживающее, отшелушивающее и обновляющее действие. Скраб с кофейной гущей способствует расширению сосудов, ускорению обмена веществ



в клетках, улучшению микроциркуляции крови. Кожа приобретает сияние, мягкость и гладкость.

**Мёд.** О его пользе давно слагают легенды. Ведь этот продукт по праву считается кладовой витаминов и микроэлементов, подаренных

нам природой. Благодаря антиоксидантам и антибактериальным компонентам, медовые скрабы и маски для тела питают, омолаживают и очищают кожу.

**Соль** представляет собой природный абразив. Раздражая кожу, он запускает деление клеток эпидермиса, и, помимо отшелушивающего эффекта, мы избавляемся от прыщей и акне, наши морщины сокращаются, бледнеют пигментные пятна, клеточные структуры обновляются, а кожа омолаживается.



**Кокосовое масло** увлажняет, устраняет сухость и шелушения, восстанавливает, защищает кожу от внешних негативных воздействий. Кроме того, оно питает, убирает покраснения, помогает сделать кожу упругой. Этот ингредиент отлично зарекомендовал себя в антицеллюлитном уходе за телом. На основе масла кокоса можно делать скрабы или смеси для обёртывания. Кокос оказывает смягчающее действие на кожу, делая её шелковистой. ●

Своя атмосфера.

Своя атмосфера.

<p><b>ГАСТРОНОМИЯ</b> ДАНИЛОВСКИЙ РЫНОК CAFÉMILANO   KAI SHORE HOUSE VILLAGE ВИНОТЕКА ПЕРВЫЙ НОС</p>	<p><b>УСЛУГИ</b> POINT ESTATE GROOMING AVENUE ЦВЕТОЧКА   АВТОМОЙКА ХИМЧИСТКА ICLEANING</p>
<p><b>ШОПИНГ И РАЗВЛЕЧЕНИЯ</b> KARAOKE ROYAL ESTATE PASSION BEAUTY   TOGAS NA STYLE BOUTIQUE</p>	<p><b>КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ</b> CROCUS FITNESS НОВАЯ РИГА DRY BAR   KLUBMED PREMIUM АПТЕКА ДОКТОР СТОЛЕТОВ</p>

ESTATEMALL.RU д. Захарово, ул. Заречная, 45А

РЕКЛАМА. ООО «КРУФ-2001»

## 🎵 Концерты, шоу



ВЫБОР РЕДАКЦИИ

### ГАЛА-КОНЦЕРТ «ЖВАНЕЦКИЙ»

31 МАРТА | 20:00 | 16+

Гала-концерт, посвящённый 90-летию со дня рождения Михаила Жванецкого. Зрителей ждут лучшие монологи великого сатирика в новом прочтении, а также ранее не изданные произведения. На мероприятии будет вестись видеосъёмка.

Билеты от 13 000 руб.  
КЗ «Барвиха Luxury Village»  
barvikhaconcerthall.ru



### «ПИКНИК»

22, 23 МАРТА | 20:00 | 12+

Откроем новое измерение, встряхнём расцветающий день! С таким призывом мы – группа «Пикник» – обращаемся к меломанам.

Билеты от 2 200 руб.  
Crocus City Hall  
crocus-hall.ru



### ИРИНА НЕЛЬСОН

6 АПРЕЛЯ | 19:00 | 6+

«20 лет на бис!» с группой REFLEX. 2 часа хитов, которые вы знаете наизусть, а также самые новые песни.

Билеты от 2 000 руб.  
Crocus City Hall  
crocus-hall.ru



### ЯПОНСКОЕ БАРАБАННОЕ ШОУ

26 МАРТА | 19:00 | 0+

Масштабное музыкальное шоу с программой Himitsu.

Билеты от 2 000 руб.  
Crocus City Hall  
crocus-hall.ru



### ТАТЬЯНА БУЛАНОВА

15 МАРТА | 19:00 | 6+

Артистка порадует поклонников незабываемым юбилейным концертом.

Билеты от 700 руб.  
Crocus City Hall  
crocus-hall.ru



### «Я ПОМНЮ ЧУДНОЕ МГНОВЕНЬЕ»

6 АПРЕЛЯ | 17:00 | 12+

Концерт, посвящённый 220-летию М. И. Глинки.

Билеты 800 руб.  
Музей «Новый Иерусалим»  
njerusalem.ru



### СТАС ПЬЕХА

15 МАРТА | 21:00 | 12+

Талантливый артист, каждая песня которого остаётся в сердцах слушателей.

Билеты от 24 000 руб.  
Ресторан Backstage  
crocus-hall.ru



### «ЖАРА MUSIC AWARDS!»

4 АПРЕЛЯ | 20:00 | 12+

Jonу, Григорий Лепс, Дима Билан, Полина Гагарина, EMIN, Николай Басков, Ольга Бузова, МОТ, Люся Чеботина и многие другие артисты страны будут бороться за звание лучших из лучших.

Билеты от 1 600 руб.  
Crocus City Hall  
crocus-hall.ru

Подробную афишу смотрите на нашем сайте [rr-life.ru](http://rr-life.ru)



### КОНЦЕРТ-СПЕКТАКЛЬ

### «ПРЕДЧУВСТВУЮ ТЕБЯ»

16 МАРТА | 16:00 | 6+

Поэтический вечер произведений Серебряного века под аккомпанемент музыки Рахманинова и Скрябина.

Билеты от 1 200 руб.  
Музей-заповедник «Архангельское»  
arhangelskoe.su



### ЛАРИСА РУБАЛЬСКАЯ

17 МАРТА | 17:00 | 6+

Юбилейный концерт любимой миллионами поэтессы «40 лет с песней по жизни». Парад хитов и фейерверк звёзд.

Билеты от 6 000 руб.  
Crocus City Hall  
crocus-hall.ru



### «МОЦАРТ»

31 МАРТА | 15:00 | 6+

Солисты оркестра Большого театра приглашают в удивительный мир музыки великого Вольфганга Амадея Моцарта.

Билеты от 800 руб.  
Музей «Новый Иерусалим»  
njerusalem.ru



### ANDRU DONALDS

23 МАРТА | 20:00 | 12+

Услышав его голос и песни, вы не захотите выплывать из океана магической музыки и чувственных текстов.

Билеты от 13 000 руб.  
КЗ «Барвиха Luxury Village»  
barvikhaconcerthall.ru



### СЕРГЕЙ ТАРАСОВ

### «ВЕЧЕР ФОРТЕПИАННОЙ МУЗЫКИ»

28 АПРЕЛЯ | 17:00 | 6+

В «Колоннаде» состоится концерт в исполнении Сергея Тарасова.

Билеты от 500 руб.  
Музей-заповедник «Архангельское»  
arhangelskoe.su

# Театр, кино, лекции



## «САМАЯ РОСКОШНАЯ СВАДЬБА ЭТОГО ЛЕТА»

13 АПРЕЛЯ | 20:00 | 12+

Главная театральная премьера сезона. Наверное, каждый хоть раз в жизни был на свадьбе и на театральной постановке. А многие ли могут похвастаться тем, что были на спектакле-свадьбе? На этой свадьбе будет играть известный оркестр Mercuryband.

Билеты от 8 000 руб.  
КЗ «Барвиха Luxury Village»  
barvikhaconcerthall.ru



## «МИСТЕР ИКС»

30 МАРТА | 18:00 | 12+

Цирк и театр, любовь и коварство, искромётный юмор и проникновенный лиризм, очень красивые декорации и шикарные костюмы.

Билеты от 400 руб.  
Культурный центр «Строгино»  
strogino.ru



## «ЮНОНА И АВОСЬ»

20 АПРЕЛЯ | 19:00 | 12+

Вас ждёт авторская постановка рок-оперы «Юнона и Авось» от Московской государственной творческой мастерской.

Билеты от 5 000 руб.  
КЗ «Барвиха Luxury Village»  
barvikhaconcerthall.ru



## «ЛИЧНОСТИ МИЛЛИГАНА»

21 МАРТА | 20:00 | 18+

Премьера масштабного балета-триллера. Хореография от Олега Габышева.

Билеты от 2 000 руб.  
Crocus City Hall  
crocus-hall.ru



## ЮРИЙ КУКЛАЧЁВ

12, 13, 14 АПРЕЛЯ | 6+

Бенефис – жемчужная нить жизни – к 75-летию дрессировщика и клоуна.

Билеты от 700 руб.  
Vegas City Hall  
vegas-hall.ru



## «МОСКВА, ЧЕРЁМУШКИ»

4 АПРЕЛЯ | 19:00 | 12+

Яркий, напоминающий советские кинокомедии спектакль о жизни в 50-х годах.

Билеты от 3 000 руб.  
Большой театр  
bolshoi.ru

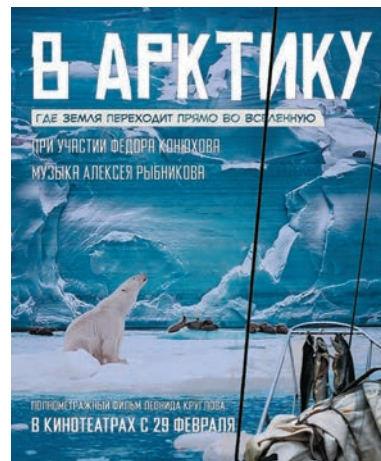


## Х/Ф «МАЙ ДЕКАБРЬ»

В МАРТЕ | 18+

Фильм Тодда Хейнса об истории актрисы Натали Портман, основанный на реальных событиях.

Билеты от 300 руб.  
«Киномакс Рига-Молл»  
kinomax.ru



## Х/Ф «В АРКТИКУ» | 6+

В «КАРО» С 29 ФЕВРАЛЯ

Полнометражный фильм Леонида Круглова при участии Фёдора Конюхова.

Билеты от 240 руб.  
«Каро Vegas 22»  
karofilm.ru



## Х/Ф «КОТ И ПЁС» | 12+

Коты и собаки, как всем давно известно, редко ладят. Но этой парочке придётся действовать сообща, чтобы вернуться к своим хозяевам.

Билеты от 240 руб.  
«Каро 13 Кунцево»  
karofilm.ru

# Детям



## «ЗОЛУШКА»

14 АПРЕЛЯ | 17:00 | 0+

Зрителей ждёт добрая и трогательная история и встреча с персонажами одной из всеми любимых сказок.

Билеты от 3 000 руб.  
КЗ «Барвиха Luxury Village»  
barvikhaconcerthall.ru



## «МАЛЕНЬКИЙ ПРИНЦ»

24 МАРТА | 13:00, 17:00 | 6+

Московский Губернский театр представляет сказку-притчу Антуана де Сент-Экзюпери, любимую читателями всех возрастов.

Билеты от 400 руб.  
Культурный центр «Строгино»  
strogino.ru



## М/Ф «РЫБКА ПОНЬО НА УТЁСЕ» | 6+

Маленькая любопытная рыбка, дочь колдуна и морской богини, уплывает из дома, чтобы понаблюдать за жизнью людей.

Билеты от 380 руб.  
«Киномакс Рига-Молл»  
kinomax.ru

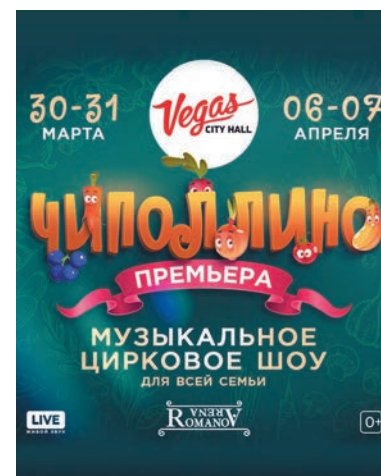


## ШОУ «КОРОЛЬ ЛЕВ»

24 МАРТА | 17:00 | 0+

Новое шоу перенесёт вас в саванну, где повсюду звучат потрясающие песни, а любимые герои устраивают зажигательные игры.

Билеты от 3 000 руб.  
КЗ «Барвиха Luxury Village»  
barvikhaconcerthall.ru



## ЦИРКОВОЕ ШОУ «ЧИПОЛЛИНО»

30 И 31 МАРТА | 0+

Чиполлино оживает на сцене в красочном спектакле для всей семьи.

Билеты от 800 руб.  
Vegas City Hall  
vegas-hall.ru

Справочник

РЕПЕТИТОРЫ



► **Французский язык**  
Очно. Москва и область.  
ВИП-уровень.  
+7 (915) 388-78-97

► **Английский язык**  
на Новой Риге.  
Опыт 20 лет.  
Репетитор с дипломом филолога  
МГУ им. М. В. Ломоносова.  
+7 (901) 389-50-36

► **Академические занятия**  
английским языком  
с носителем в мини-группах  
из 4 человек.  
Kingsley – Гринфилд.  
+7 (495) 481-40-19



**Игровой кабинет**  
**Елены Куликовой**  
Индивидуальные игровые занятия  
с детьми от 1 года до 6 лет.  
Нам доверяют своих детей:  
Рита Дакота, Татьяна Навка,  
Анна Хилькевич, Тимати,  
Анна Седакова, Сергей Жуков,  
Елена Перминова,  
Александр Гордон и другие  
+7 (926) 312-86-12

► **Профессиональный репетитор**  
по математике, методист  
Опыт работы 20 лет.  
+7 (916) 081-68-55  
+7 (495) 756-93-95

► **Английский язык**  
для дошкольников и школьников.  
Назарьево  
+7 (925) 338-83-69

► **Gouverneur International**  
Подбор профессиональных  
репетиторов – носителей языка.  
+44 20 3318 3741  
+7 (495) 760-01-92

► **ШКОЛА НА БЕССАРАБКЕ**  
Новорижское шоссе, Павловская  
Слобода, ул. Ленина, 76/7, 2-й эт.,  
«Бессарабка»  
+7 (495) 220-03-93

► **Школа скорочтения и**  
**развития интеллекта IQ007**  
д. Новинки, 115, стр. 2  
(«Перекрёсток», 2-й эт.),  
«Павлово подворье»  
+7 (495) 023-50-07  
п. Барвиха, д. 26  
+7 (916) 375-70-07



► **Онлайн-репетиторы**  
Домашняя школа «Фоксфорд».  
8 800 302-04-12

ОБЪЯВЛЕНИЯ

реклама

**УВАЖАЕМЫЕ**  
**РЕКЛАМОДАТЕЛИ**  
Подать строчные объявления  
вы можете через специальную форму  
на нашем портале:  
[www.rr-life.ru/adsboard](http://www.rr-life.ru/adsboard)  
Также можно  
разместить объявления  
на нашем сайте.

ПЕРСОНАЛ ДЛЯ ДОМА

► **АГЕНТСТВО «ПЧЕЛА»**  
Более 15 лет для вас.  
Домработницы, няни, семейные  
пары, сиделки, повара,  
водители.  
+7 (495) 741-58-28  
+7 (495) 995-83-88  
м. Кунцевская  
[www.bee-agency.ru](http://www.bee-agency.ru)

► **АГЕНТСТВО «НОВОРИЖСКОЕ»**  
Персонал для дома.  
Поиск, подбор, обучение.  
+7 (905) 759-47-93  
+7 (925) 049-37-80

► **АГЕНТСТВО «ТОП-ПЕРСОНА»**  
Работаем с 2001 года  
+7 (925) 585-78-75  
+7 (910) 414-02-43  
+7 (499) 341-90-36  
г. Красногорск, Ильинский тупик,  
ба, 4-й подъезд, 2-й этаж

► **Агентство «ПРЕСТИЖ»**  
Работаем с 1998 года  
+7 (495) 506-02-22  
+7 (495) 518-13-22

► **ИДЕАЛЬНЫЕ ЛЮДИ**  
**РУБЛЁВО-УСПЕНСКОЕ ШОССЕ**  
1-й км  
дом 1, офис 103  
+7 (925) 504-68-86  
Работаем с 2007 года

УСЛУГИ

► **МУЗЫКА С 2 ЛЕТ!**  
Индивидуально.  
Развитие интеллекта, памяти,  
мышления.  
+7 (910) 409-69-26

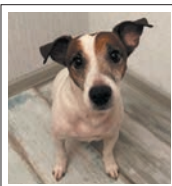
► Куплю старые швейцарские  
франки (8-я серия), вышедшие  
из обращения английские фунты  
стерлингов и др.  
+7 (999) 715-35-60  
[www.skupka.kvt777.ru](http://www.skupka.kvt777.ru)

► **Лучшие продукты.**  
**Идеальное приготовление**  
Шеф-повар к вам домой:  
– организую и проведу вкусные  
мероприятия;  
– научу готовить с 0 до рго;  
– научу есть так, чтобы быть  
счастливым;  
– доведу вашу кухню до идеала:  
от чистоты до классного  
оборудования.  
Алексей Кочин,  
15+ лет в профессии.  
+7 (915) 825-16-80  
[nelyazgramm@alex.food.tech](mailto:nelyazgramm@alex.food.tech)

► **Hot-link** самый крупный каталог  
поставщиков для ресторано-  
гостиничного бизнеса.  
+7 (985) 840-14-43  
[info@hot-link.ru](mailto:info@hot-link.ru)

Знакомства

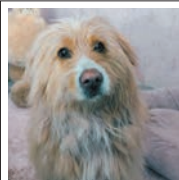
**УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!**  
Присылать ваши  
частные объявления  
в раздел «СОСЕДИ life»  
вы можете  
на WhatsApp: +7 (999) 903-90-03



► По независимым  
от нас  
обстоятельствам  
приходится  
расстаться с  
другом – джек-  
рассел-терьером  
Шардиком. Ему 9  
лет, кастрирован, здоров и активен.  
Возможности уделять ему время для  
прогулок в семье, к сожалению, нет.  
Отдадим в добрые руки хорошим  
людям.  
+7 (903) 194-44-41

► **Прекрасная особа и**  
**активная интеллектуалка** ищет  
единомышленников для проведения  
совместного театрального досуга  
и посещения интересных событий  
творческого содержания.  
+7 (964) 649-00-79

► **Ищу серьезные отношения,**  
**партнёра по жизни!**  
Имею активную жизненную позицию,  
много увлечений и большой опыт  
путешествий. Люблю уютные места,  
приятные беседы, кино и обнимашки.  
**Ирина, +7 (903) 159-40-41**



► **Найдена**  
**собака!**  
Дорогие соседи,  
не потеряли ли вы  
собаку? В деревне  
Андрианково под  
Звенигородом  
на новогодних  
праздниках нашли привязанную к  
ограждению обочины дороги собаку.  
Сейчас её забрали волонтеры. Ищем  
старых или новых хозяев. На вид  
3 года, 18 кг. Абсолютно домашняя.  
Здорова, чуть обморожены лапы.  
+7 (925) 261-40-42

► **Симпатичная и умная блондинка**  
40- с 2 детьми познакомится для  
переписки с интересным мужчиной.  
А если у такового будет возможность  
и время, проведёт экскурсию по  
чудесному городу Калининграду, в  
котором живёт.  
+7 (911) 470-77-16

► **Красивая, умная и очень**  
**разборчивая жительница** Новой  
Риги неожиданно – в расцвете  
лет – всерьёз решила переключить  
внимание с бизнеса на потерянную  
по пути личную жизнь. Все в/п в  
прошлом, детские травмы почти  
пролечены, спорт – на регулярной  
основе, всё перечисленное  
ожидается и от Вас.  
antik\_olga



► **Привет,**  
**читатель, меня**  
**зовут Джус.**  
Я молодой (чуть  
меньше года)  
пёс. Пока я  
вынужден жить  
в приюте, но не  
теряю надежды  
встретить тебя,  
дорогой хозяин,  
чтобы совершать  
с тобой совместные прогулки по лесу,  
ходить на рыбалку или охоту, греться  
вечерами у камина и любоваться  
звёздным небом. Ещё люблю петь  
в караоке. Я не очень большой: мой  
рост 45 см, а вес 22 кг.  
Если захочешь взять меня к себе –  
звони, я очень жду.  
+7 (927) 362-01-68

FRANKCLEANING

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ УХОД  
ЗА ВАШИМ ПРОСТРАНСТВОМ

ГЕНЕРАЛЬНАЯ  
УБОРКА

ПОДДЕРЖИВАЮЩАЯ  
УБОРКА

УБОРКА  
ПОСЛЕ РЕМОНТА

МЫТЬЕ ОКОН

индивидуальный подход и сервис  
профессиональная техника, средства, оборудование  
персонал обучен работе с премиальными материалами  
безопасность и конфиденциальность

**FRANKCLEANING.RU**  
+7 (916) 058-29-29 • +7 (913) 744-13-50

РЕКЛАМА

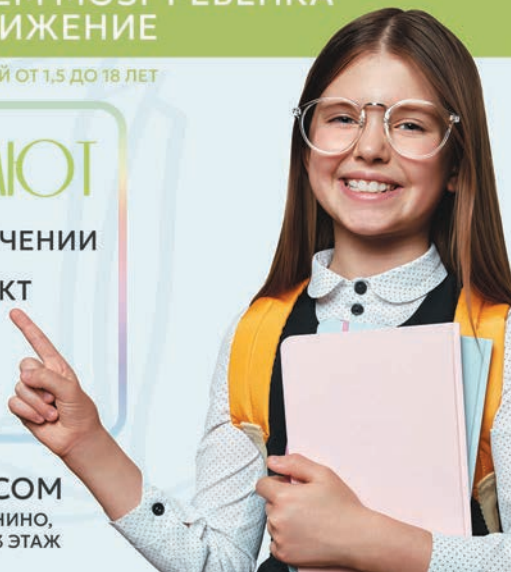
**Enigma Academy**  
сенсорно - динамическое пространство

РАЗВИВАЕМ МОЗГ РЕБЕНКА  
ЧЕРЕЗ ДВИЖЕНИЕ

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 1,5 ДО 18 ЛЕТ

НА ЗАНЯТИЯХ ДЕТИ ПОЛУЧАЮТ

- КОНКУРЕНТНОЕ ПРЕИМУЩЕСТВО В ОБУЧЕНИИ
- ВЫСОКИЙ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ
- УСТОЙЧИВАЯ ПСИХИКА
- СБАЛАНСИРОВАННОЕ ЗДОРОВОЕ ТЕЛО



+7 993 917 39 17 • [ENIGMA-EDU.COM](http://ENIGMA-EDU.COM)  
МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ, ИСТРИНСКИЙ Р-Н, Д. ВОРОНИНО,  
СПОРТИВНО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР JET ARENA, 3 ЭТАЖ

РЕКЛАМА







# НА РУБЛЁВКЕ *Sport life*



№4 (04) приложение о спорте  
ВЕСНА 2024

Новости • Лица • События • История

## Егор Яковлев

«СТАРАЮСЬ С УЛЫБКОЙ,  
С ПОЗИТИВОМ ПРОЖИВАТЬ  
ЖИЗНЬ»

В продолжение серии интервью со спортсменами – хоккеист, защитник, действующий капитан ХК «Металлург», олимпийский чемпион, чемпион мира, обладатель кубка Гагарина 2017 года в составе ХК «СКА», выступал в NHL за клуб «Нью-Джерси Девилз».

стр. 4



### Спорт

ОБЪЕДИНЯЕТ  
МИР

стр. 2

### Весна –

ВРЕМЯ ДЛЯ  
ФИТНЕСА

стр. 5

### Олимпиада

10 ЛЕТ  
СПУСТЯ

стр. 6

ПАРТНЁР  
КАРТЫ ПРИВИЛЕГИЙ



*life*

СКИДКА 10 %  
ПО ПРОМОКОДУ RR-LIFE  
LOYALTY.RR-LIFE.RU

СТУДИЯ АНТИГРАВИТИ ЙОГИ И ТАНЦЕВ

#Fitandlove ❤️

У НАС ЕСТЬ ЙОГА  
ДЛЯ КАЖДОГО

ХАТХА-ЙОГА • КУНДАЛИНИ-ЙОГА  
АЭРОЙОГА • ЙОГА-ТЕРАПИЯ  
ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ТРЕНИРОВКИ

ЖУКОВКА, РУБЛЁВО-УСПЕНСКОЕ Ш., Д. 123Б +7 (969) 010-01-50 FITANDLOVE.RU



РЕКЛАМА



ФОТО: KREMLIN.RU

С 21 февраля по 3 марта более двух тысяч лучших атлетов и клубов из 107 стран приняли участие в масштабном инновационном спортивном событии, организованном на стыке физической и цифровой вселенных. Соревнования «Игры будущего» проходили по 20 дисциплинам на десяти спортивных объектах в Казани и Сочи. Общий призовой фонд составил более 910 миллионов рублей. Девизом турнира стала фраза «Объединяя спорт и технологии, мы объединяем мир!».



ФОТО: KREMLIN.RU

На торжественную церемонию открытия в столицу турнира, город Казань, прибыли президенты Белоруссии, Сербской Республики, Казахстана, Киргизии, Узбекистана и Таджикистана, а также более 60 высокопоставленных лиц разных стран. Открывая соревнования, президент России Владимир Путин подчеркнул, что идея объединить классический и киберспорт родилась в России: «Наша страна была и остаётся одной из ведущих спортивных держав планеты, родиной великих атлетов, побед и рекордов. Мы всегда выступали за продвижение спорта и его высоких гуманистических ценностей. [...] Но Россия – это ещё и земля великих учёных, конструкторов, инженеров. Их достижения раскрывали человечеству новые горизонты познания, а сегодня наши исследовательские команды, компании достигают вершин в цифровых технологиях и применении искусственного интеллекта, в сферах, которые находятся на переднем крае прогресса. И конечно, испокон веков Россия славится своей щедростью и гостеприимством, всегда готова радушно принять друзей, устроить для них большой, красочный праздник, в том числе и праздник спорта».



ФОТО: GOFUTURE.GAMES

## Спорт ОБЪЕДИНЯЕТ МИР

*В России впервые в истории прошёл Международный мультиспортивный турнир «Игры будущего».*

Все состязания турнира были объединены в пять тематических категорий, каждая из которых представляла собой двоеборье нового формата.

В направлении «Спорт» участники мерились силой и мастерством в классических видах спорта и их аналогах в видеоиграх. «Тактика» включала в себя всемирно известные игры в жанре трёхмерного тактического боя и состязания на реальной ла-



ФОТО: KREMLIN.RU

зертаг-площадке. В «Стратегии» популярные компьютерные

команда Xtreme Gaming, она обыграла соотечественни-

“ *За трансляциями Игр следили миллионы зрителей во всём мире: соревнования по каждой из дисциплин можно было посмотреть как на трибунах, так и в интернет-стримах.*

игры дополнялись соревнованием на физической арене. В категории «Скорость» скоростное прохождение видеоигр сочеталось с суперфиналом по физическому преодолению полосы препятствий. В направлении «Технологии» лучших выявляли в соревнованиях с применением высоких технологий, таких как битва роботов, гонки дронов, кибатлетика и виртуальная реальность.

За трансляциями Игр следили миллионы зрителей во всём мире: соревнования по каждой из дисциплин можно было посмотреть как на трибунах, так и в интернет-стримах, которые велись на сайте турнира [gofuture.games](http://gofuture.games).



ФОТО: GOFUTURE.GAMES

Выступая на пленарном заседании «Успехи развития сферы физической культуры и спорта», которое проходило на форуме-выставке «Россия», вице-премьер РФ Дмитрий Чернышенко сообщил, что прямую трансляцию церемонии открытия «Игр будущего» и соревнования уже посмотрело более миллиарда человек.

Самую большую аудиторию собрали баталии Dota 2. Билеты на трибуны раскупили за первые три минуты, стриминговые платформы только за первый день зафиксировали показатель в 5,5 миллиона просмотров, а трансляция финала собрала в два раза больше. По итогам двоеборья победила китайская



ФОТО: НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОСПЕКТЫ.RU / ВЛАДИМИР АСТАШОВСКИЙ/РИА НОВОСТИ

**Оргкомитет по подготовке и проведению проекта «Игры будущего» возглавляет зам-председателя правительства РФ Дмитрий Чернышенко.**

Спортивному сообществу Дмитрий Николаевич стал известен в 2005 году, когда возглавил кампанию за право проведения Олимпийских и Паралимпийских игр в Сочи в 2014 году.

С 2007 по 2014 год он являлся президентом Организационного комитета XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр.

В 2014 году Чернышенко стал членом совета Федерации хоккея России и президентом Континентальной хоккейной лиги.

А с января 2020 года начал курировать сферы цифровой экономики, инноваций, СМИ, культуры, туризма и спорта в ранге вице-преьера.

В его ответственность входит реализация национальных проектов «Цифровая экономика», «Культура» и «Спорт – норма жизни».

ков – команду LGD – и забрала главный приз в размере 32 млн рублей. В спортивной части, где отношения выясняли на футбольном поле, 4,5 млн рублей достались интернациональной команде Entity, в составе которой были два россиянина.

Надо отметить, что российские спортсмены показали отличную подготовку во всех дисциплинах и во многих из них заняли первые места. Некоторые из них российские участники выиграли даже без борьбы: например, популярные только у нас игры «Мир танков», Standoff 2 и Warface. В других видах конкуренция была повыше, и к нашим трофеям прибавились только победы гонщиков SMP Racing, хоккеистов и баскетболистов из Liga Pro Team.



ФОТО: GOFUTURE.GAMES

ний. – Турнир объединяет цифровой мир и мир реального спорта, он нашёл поддержку во многих странах



ФОТО: KREMLIN.RU

*«Наша страна была и остаётся одной из ведущих спортивных держав планеты, родиной великих атлетов, побед и рекордов. Мы всегда выступали за продвижение спорта и его высоких гуманистических ценностей...»*

**Владимир Путин**

Одни из главных соревнований, турнир по фиджитал-футболу, выиграл уругвайский «Пеньяроль», в финале остановив команду Романа Шишкина и Александра Шешукова. В гонках дронов победили корейцы, в битве роботов — коллектив из Индии.



ФОТО: GOFUTURE.GAMES



ФОТО: GOFUTURE.GAMES

мира. [...] Это говорит о том, что идея нашего президента поддержана в мире, мы угадали с этим уникальным форматом».

По словам руководителя «Игр будущего» Игоря Столярова, турнир теперь будет проходить ежегодно. О желании принять соревнования в своей стране уже заявили президенты Казахстана и Узбекистана. ●

Много активностей было подготовлено и для зрителей. В главном хэбе турнира, комплексе «Казань Экспо», посетители могли бесплатно попробовать VR-игры, пообщаться с нейросетями, косплеерами и мировыми звёздами спорта, эстрады и интернета, посмотреть концерты. Изучать цифровое окружающее пространство можно было часами.

Яркие мультиспортивные соревнования в Казани и Сочи подарили участникам и зрителям радость побед, открыли новых спортивных героев, а также продемонстрировали открытость России всему миру.

«Игры будущего» – новый формат, который придуман президентом России Владимиром Путиным, – отметил Дмитрий Чернышенко на встрече с руководителями делегаций стран – участниц соревнова-



ФОТО: GOFUTURE.GAMES

РЕКЛАМА  
WORLDCLASS.RU  
@WORLDCLASSCLUBS



ЭТО  
ЭНЕРГИЯ

## Егор Яковлев

### «СТАРАЮСЬ С УЛЫБКОЙ, С ПОЗИТИВОМ ПРОЖИВАТЬ ЖИЗНЬ»

► **Что вы считаете самым сложным на пути к спортивному успеху?**

Самое сложное – заставить себя работать каждый день и становиться лучше. Наверное, это одна из самых серьёзных задач. Если ты справишься и победишь себя, тебе намного проще будет добиваться других целей.

► **Чем приходится жертвовать в угоду углубленным занятиям спортом?**

Приходится жертвовать, наверное, в юном возрасте детством. Дальше – какими-то привычными вещами и радостями, которые могут себе позволить обычные люди, располагая свободным временем. Потому что профессиональный спорт забирает достаточно много времени.

► **Часто ли вы нарушаете спортивный режим?**

Что подразумевать под этим – нарушать спортивный режим? Тренировки не пропускал ни разу, ни по какой причине. Поэтому спортивный режим не нарушаю. Стараюсь жить всегда в спорте.

► **Какой вы человек вне спорта?**

Я считаю, что очень добрый, отзывчивый человек. Стараюсь с улыбкой, с позитивом проживать жизнь.



► **Расскажите о последней прочитанной книге, не относящейся к сфере вашей деятельности. Опишите свои впечатления.**

Последняя книга, не относящаяся к спорту... Наверное, не вспомню. В основном это спортивная литература, из последнего впечатлила книга Мэта Фицджеральда «Как сильно ты этого хочешь». Из художественных произведений, честно, не помню уже. Люблю биографическую литературу. Здесь, наверное, не буду оригинален, если скажу, что понравилась история Джека Ма Alibaba.

► **Что вас больше всего удивляло или поражало в сопернике? Есть ли противники, которыми вы по-настоящему восхищаетесь?**

Чаще всего удивляет, как люди, несмотря ни на что, на большие препятствия, всё равно идут дальше и добиваются своих целей. Переламывают исходы матчей, встреч и т. д.

► **Какие у вас самые любимые направления для путешествий?**

Одно из самых любимых – это, наверное, всё-таки Турция. Так как я стараюсь летом провести максимум времени с ребёнком.



Турция – страна, где очень комфортно детям и можно проводить максимально полезно время вместе.

► **Назовите самое невероятное событие в своей обычной и спортивной жизни.**

Олимпиада и завоёванное олимпийское золото. Эмоции финального матча не сравнимы ни с чем, когда играешь за страну, за флаг, за родину. На тебя смотрит вся страна, твои родные и друзья. Когда в жизни появляются такие достижения, понимаешь, что весь этот путь стоил того.

► **Какова доля везения в спорте?**

Доля везения? Безусловно, без неё никак. Она всегда идёт рядом. Я считаю, что везёт сильнейшим. Если ты будешь работать, то и везение развернётся в нужный момент в твою сторону, поблагодарит тебя за твои труды и старания.

► **Назовите свой девиз по жизни.**

Жить по совести: хорошо работаешь – хорошо отдыхаешь! •

Беседовала

Надежда Гуськова

➔ [nadezda\\_guskova](https://nadezda_guskova)



Полную версию интервью  
читайте на [rr-life.ru](https://rr-life.ru)



ФОТО: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА Е. ЯКОВЛЕВА

► **Кем бы вы стали, если не посвятили бы свою жизнь спорту?**

Наверное, на комбинате бы работал. Работником комбината, как и большая часть магнитогорцев.

► **Что было главным толчком к профессиональному занятию спортом?**

Главным толчком было то, что хоккей – мой любимый вид спорта, я им увлёкся с детства и занимаюсь по сей день, получаю от этого огромное удовольствие. Я на самом деле очень счастливый человек, занимаюсь любимым делом и за это ещё получаю хорошую зарплату.

► **Часто ли бывают моменты, когда вы теряете веру в себя? Что делаете в таких случаях?**

Нет. На самом деле, бывают какие-то разочарования или непростые периоды в жизни, но мотивация быстро находится, и находятся новые цели, новые задачи, и ещё больше, с двойным усилием, начинаешь работать.

► **Вы помните свою первую победу?**

Победы бывают разные, смотря где и как. Наверное, нет, не помню свою первую победу, потому что я был слишком маленький, но зато помню свой первый выигранный детский турнир. Это было памятное событие. Турнир даже запечатлён на фотографиях. Поэтому первую победу – нет, но первый турнир выигранный помню.

► **Чем любите заниматься в свободное время? Какой досуг считаете любимым?**

Всё зависит от времени года. Если это лето – я очень люблю активный образ жизни и отдых, катаюсь на различных видах сёрфинга. Мне очень нравится проводить время на воде, хорошо успокаивает. Зимой тоже, когда длинные каникулы, могу себе позволить либо сноуборд, либо лыжи – в лесу походить, погулять. Конечно, больше люблю активный отдых.



# Весна – ВРЕМЯ ДЛЯ ФИТНЕСА!

С первыми лучами мартовского солнца всем нам хочется почувствовать себя обновлёнными, красивыми и полными сил. Сбросить с плеч следы зимней усталости можно в **IceBox Club**.



ФОТО: ICEBOX CLUB

В этом уникальном месте, где под одной крышей находятся фитнес-клуб, клиника косметологии и восстановительной медицины, а также ресторан итальянской авторской кухни, объединены три составляющие: здоровье, красота и хорошее настроение. Как известно, комплексный подход в любом деле позволяет быстрее и эффективнее справиться с поставленной задачей. Но для начала необходимо разобраться, в каком состоянии ваш организм, есть ли лишний вес или недостаток мышечной массы, с какой интенсивностью вам можно заниматься спортом без вреда для здоровья. Для этого клиника IceBox Life предлагает изучить состав тела на аппарате InBody и при необходимости сдать анализы. Если всё в порядке, можно приступать к тренировкам.

В зале IceBox Fitness представлены тренажёры на любой вкус и запрос: от привычных классических до новейших пневматических фирмы Keiser. Широкий выбор дополнительного инвентаря, отдельные залы для групповых занятий, сайкл-зона, кардиотренажёры разных видов, выделенная зона бокса – с таким оборудованием ежедневные тренировки будут интересными и разнообразными. В бассейне клуба можно заниматься аквааэробикой и плаванием, а расслабиться после нагрузок – в сауне или хаммаме.



Если вы ещё не определились с типом тренировок или, что случается довольно часто, чувствуете себя неуверенно и неловко в тренажёрном зале, можно начать с занятий с виртуальным тренером. Ежедневно в расписании клуба проходит более 15 тренировок разных направлений. Групповые занятия с тренерами клуба заряжают энергией и вдохновляют на здоровое соперничество, позволяют найти единомышленников в области здорового образа жизни. Занятия с персональным тренером, безусловно, наиболее быстрый и эффективный путь к достижению цели. Опытный наставник определит ваши сильные и слабые сторо-

ны, научит правильной технике движений и обращению со спортивными снарядами, грамотно распределит нагрузку.

Если спорт уже давно отсутствует в вашей жизни, то не исключено, что вначале вам будет сложно и, возможно, появится желание всё бросить. Но существуют три важных фактора, которые помогут не сбиться с пути. Первый: без систематических тренировок невозможно обрести красивое тело и хорошее самочувствие. Второй: врачи настаивают, что регулярные физические нагрузки должны обязательно присутствовать в жизни каждого человека. Третий: занятия спортом способствуют выработке эндорфинов, отвечающих за хорошее настроение, а общение в дружеской атмосфере с людьми, разделяющими ваши цели и ценности, приносит новые положительные эмоции, что поддерживает ментальное здоровье.



Чтобы приучить себя регулярно ходить на фитнес, попробуйте разработать систему поощрений. После каждой тренировки побалуйте себя чем-то приятным. Тем более что в IceBox Club есть для этого все возможности. Вам нужно только выбрать, в какую сторону направиться после занятия. Один выход из зала ведёт в клинику IceBox Life, где вас ждут опытные руки массажистов и косметологов. С особенно упрямыми проблемными зонами тела здесь успешно справляется аппарат «Эндосфера». Последствия травм и операций эффективно устранил курс процедур на аппарате INDIBA. А для красоты и молодости косметологи предложат разнообразные инъекции, нитевой лифтинг и уходовые процедуры. Консультации психолога помогут разобраться с проблемами в жизни и наметить новые цели.

Другая дверь ведёт в ресторан авторской итальянской кухни IceBox Kitchen под руководством бренд-шефа Алессиньо Джини. Вкусная еда – один из важнейших источников удо-



вольствия, а значит, это станет прекрасной наградой за ваши старания в тренажёрном зале. Мысль о том, что после тренировки вы будете вознаграждены любимыми сырниками с ягодами, бифштексом или фетучини с лососем, несомненно придаст сил. Лёгкие салаты, по-домашнему вкусные супы, сытные бургеры, фирменный омлет или чашка кофе с нежнейшим тирамису – вы будете мечтать поскорее снова оказаться в этом ресторане. Только не стоит забывать, что вы пришли на тренировку.

Такой метод, как утверждают психологи, отгесняет на второй план трудности и причает мозг воспринимать поход в фитнес-клуб как лучшие часы дня. Тем временем ваше тело привыкнет к нагрузкам, и вы начнете получать удовольствие и от тренировок. Главное – начать, и вскоре вы почувствуете, что здоровый образ жизни прочно вошёл в вашу жизнь! ●

**Анастасия Соболевская**



# Олимпиада 10 ЛЕТ СПУСТЯ

О спортивном триумфе в Сочи, которому в этом году исполняется 10 лет, вспоминает историк Андрей Карагодин.



ФОТО: KREMLIN.RU

Как быстро бежит время! Кажется, это было вчера – а уже целых 10 лет прошло с тех пор, как я, тогда шеф-редактор русского Vogue, был командирован в олимпийский Сочи. Со мной прилетели – с разных концов света – топ-модель Анна Селезнёва, классик глянцевого фотографа швейцарец Ханс Фойрер, дюжина чемоданов с расшитыми блёстками комбинезонами, летящими серебристыми платьями, рюкзаками и кепками из металлизированной кожи. Фотограф с ассистентами снимали обложку и модную историю февральского номера, а я смотрел на олимпийский Сочи своими глазами и набирался впечатлений для большого репортажа.



ФОТО: OLYMPICS.COM

Прямо из нового аэропорта мы поехали выбирать природу в Красную Поляну, где открывался горный олимпийский кластер – горнолыжный и биатлонный стадионы, бобслейная трасса, трамплин в посёлке Эстосадок. «Отныне все будут ездить туда по скоростному шоссе над руслом капризной речки Мзымты за полчаса, а не по старой советской дороге, ползущей по склонам, виляя то вправо, то влево», – рассказывали нам гиды. Говорили и о том, каким безвкусным хаосом застроился Большой Сочи, растянувшийся вдоль моря на полсотни километров, за девяностые и нулевые, из-за чего к Играм всех жителей обязали хотя бы покрасить крыши в одинаковый черепичный цвет.

На этом фоне Олимпийский парк в Имеретинской долине у моря – десяток блестящих сталью и стеклом циклопических цилиндров-стадионов – выглядел как космический десант пришельцев из будущего, высадившийся среди лилипутского хаоса (как мне рассказали, там и было смрадное болото и стоящие на нём фавелы). Поэтому в репортаже для Vogue я писал: «Олимпиаду стоило устроить хотя бы для того, чтобы мир узнал о таком чуде природы, как Сочи, где совсем рядом с влажными приморскими субтропиками а-ля Портофино стоят заснеженные горы с реликтовой растительностью на склонах. Но главное – для того, чтобы здесь были наконец

построены сотни километров горных тоннелей, железнодорожных мостов, променадов, горнолыжных трасс, подъёмников, тысячи водружённых на скалы опор электропередачи, аэропорт и новый мол, куда теперь могут пришвартовываться красавцы-лайнеры».

Всей этой инфраструктуры город ждал сотню лет (здесь не было даже широкого приморского шоссе). И теперь архитектурное лицо Сочи определяет простая и чёткая геометрия новых мостов, эстакад, вокзалов – красота, продиктованная сопротивлением металла и бетона, то есть, по сути, самой природой. Символично, что главный стадион Олимпиады назвали «Фишт» – в честь одной из горных вершин Главного Кавказского хребта. Символичным было и то, что люди из «Олимпстроя», которые всё это создали, оказались молодыми и весёлыми ребятами, с загаром и спокойствием, какие бывают у тех, кто от зари до зари трудится на воздухе. Пока в столицах болтуны паясничали насчёт Олимпиады, эти парни и девушки без лишних слов фактически построили новый современный город.



ФОТО: VK.COM/OLYMPIC\_RUSSIA

“Новое время в истории России, начавшееся с открытием Олимпийских игр в Сочи, – это и есть эпоха «агона», пробуждения внутреннего мужества, готовности к героизму, состязанию, доблести и славе. **Время настоящего олимпизма и реальных побед.**”

«Перед нами стальная громада главного факела Сочи-2014. Рядом высажены тысячи пальм и разбиты пруды – здесь теперь будут отдыхать птицы, летящие на юг. Всюду реют флаги России. Сквозь гигантские пропилеи в стадионе «Фишт», где монтируют декорации для церемонии открытия, видно, как переливается солнечными бликами Чёрное море. До зимней Олимпиады в Сочи остаются считанные дни». Так заканчивался мой репортаж для Vogue из Сочи в феврале 2014-го.

Как мы теперь знаем, считанные дни оставались не только до зимней Олимпиады – но и до новой эпохи в истории России. Воссоединение с Крымом, восстание русского Донбасса, первые санк-

Как ясно было и то, что выигранной сочинской Олимпиады нам не простят: будут устраивать скандалы, отменять медали, снимать спортсменов с дальнейших Игр и так далее. Кстати, по этому поводу у меня есть тоже своё соображение.

Всем известно, что нынешние Олимпиады – детище барона де Кубертена, французского педагога, который придумал их в самом конце XIX века. Под лозунгом возрождения античной традиции он провозгласил идею любительского спорта (участники Олимпиад не должны заниматься спортом за деньги) и принцип «главное – не победа, а участие». И хотя первое правило к концу XX века было отменено, да и второе де-факто давно обратилось



ФОТО: VK.COM/OLYMPIC\_RUSSIA

## ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ



В Москве в 1980 году проходили двадцать вторые (XXII) летние Олимпийские игры, а в 2014 году в Сочи – двадцать вторые (XXII) зимние Олимпийские игры.

Сочи-2014 принял рекордное число стран – 88. Шесть из них – Мальта, Парагвай, Восточный Тимор, Того, Тонга и Зимбабве – участвовали в зимней Олимпиаде впервые.

На Олимпийских играх присутствовали 44 главы государств – больше, чем на двух предыдущих зимних Играх, вместе взятых.

В программу сочинских Игр были включены 5 новых состязаний: командные соревнования по фигурному катанию, женские прыжки на лыжах с трамплина, эстафета в санном спорте, смешанная эстафета в биатлоне, мужские и женские хаф-пайп во фристайле.

Было продано более 1,1 миллиона билетов. Разыграно 98 комплектов наград.

Победу сборной России в Олимпиаде обеспечили 13 золотых медалей.

Игры в Сочи стали первой в мире зимней Олимпиадой в субтропиках и получили слоган «Жаркие. Зимние. Твои».

У Сочи-2014 было три талисмана – Мишка, Зайка и Леопард. Их выбрали по итогам общероссийского голосования.

в свою противоположность, в верности идеалам, заложенным Кубертенем, до сих пор клянется олимпийское движение. Лицемерят, конечно, но, по сути, лицемерил и сам Кубертен.

Современные Олимпиады взяли у античных игр лишь



упрощённую и декоративную сторону – соревнования и театрализованные церемонии вроде рождения огня и награждения лавровыми венками. А ведь в эпоху Античности Олимпиады имели совсем иное содержание, понимались отнюдь не как спортивные старты. Это были прежде всего религиозные мистерии. На панэллинских играх, которые проводились не только возле храма Зевса в Олимпии (Олимпийские игры), но и у святилища Аполлона в Дельфах (Пифийские игры), у храма Посейдона в Коринфе (Истмийские игры) и у храма Зевса в священной Немейской роще, где Геракл победил льва (Немейские игры), собирались, помимо атлетов, жрецы и музыканты, философы и риторы, поэты и скульпторы. Все они совершали подношения богам, соревновались, вступали в творческие дискуссии, демонстрировали новые произведения, получали божественные откровения, заряжаясь вдохновением для новых свершений.



Атлетика, конечно, играла важную роль – но соревнования устраивались не ради рекордов как таковых. Тот, кто побеждал, рассматривался как герой, проявивший самим фактом победы участие богов в своей судьбе, носитель «агонального начала» (от слова «агон» – борьба, состязание), экспансивной, нарочито мужской силы. Именно поэтому спортивные состязания Олимпийских или Пифийских игр поначалу представляли собой соревнования в панкратии и скачках на колесницах, к которым лишь потом, во времена высокой классики, добавились бег, прыжки, метание диска и копья. Более того, считалось, что олимпийские боги и герои и сами принимали прямое участие в состязаниях. И вопреки рассказам де Кубертена, ценилось в тех играх не участие, а только победа.

Новое время в истории России, начавшееся с открытием Олимпийских игр в Сочи, – это и есть эпоха «агона», пробуждения внутреннего мужества, готовности к героизму, состязанию, доблести и славе.

Время настоящего олимпизма и реальных побед.

Кстати, помните ли вы, какой музыкой открывались Сочи-2014? Георгий Свиридов – «Время, вперёд!». Совпадение? Не думаю... ●



# CROCUS FITNESS

Sport & Spa

реклама

## ТОЛЬКО В МАРТЕ ПОДАРКОВ



**FITNESS**  
BY EMIN AGALAROV

+7 495 431 60 60  
CROCUSFITNESS.COM

**В РОССИИ**

**Сборная России по футболу проведёт в марте два товарищеских матча.**



встреча с парагвайцами. Обе встречи пройдут в Москве, на стадионе «Динамо» имени Льва Яшина.

Для российской сборной седьмой товарищеский матч с Сербией будет первой игрой против команды из Европы с момента отстранения РФ от международных состязаний в ноябре 2021 года. С тех пор наша сборная провела уже 11 товарищеских матчей, но до сих пор соперни-

Соперниками нашей команды станут сборные Сербии и Парагвая. Матч с сербами запланирован на 21 марта, а 25 марта состоится

ками были азиатские и африканские команды. В прошлом году наши футболисты сыграли восемь товарищеских встреч, в том числе три домашних. И во всех трёх одержали победы.

Интересно, что на предстоящих матчах будет представлен новый дизайн формы сборной России. ●

**НА НОВОЙ РИГЕ**

**В центре Enigma Academy разработали систему развития мозга ребёнка через движение.**



Занимаясь в зале с набором специальных инструментов для развития сенсомоторной интеграции, ребёнок получает конкурентное преимущество по любому предмету и в любом виде спорта.

По словам создателей Enigma Academy, одно занятие Brain fitness заменяет 10 развивающих уроков, так как сенсорно-динамические упражнения позволяют достичь комплексного результата. С детьми занимаются профессиональные нейропсихолог, психолог, тренер по сенсорной интеграции.

Развитый, быстрый, эффективный мозг, здоровое, сбалансированное, ловкое тело помогают с удовольствием достигать успеха в любом деле.

Для каждого ребёнка подбирается индивидуальная программа, включающая в себя: развитие одарённости, эмоционального интеллекта, стрессоустойчивости и навыков релаксации, ориентирование на поиск новых оригинальных и эффективных решений, формирование успешной конкурентоспособной личности и расширение восприятия окружающего мира. ●

**ЦИФРА**



**3,34 МЛН ЧЕЛОВЕК ЗАНИМАЮТСЯ В РОССИИ ФУТБОЛОМ. ЭТО САМЫЙ ПОПУЛЯРНЫЙ ВИД СПОРТА.**

**НА ВТОРОМ МЕСТЕ – ПЛАВАНИЕ (2,55 МЛН), НА ТРЕТЬЕМ – ВОЛЕЙБОЛ (2,49 МЛН).**

**ПО-СОСЕДСКИ**

**В ресторане «Шале Берёзка» прошёл первый шахматный турнир Клуба Полины Дибровой.**



В турнире участвовали как девушки – резидентки клуба, так и мужчины. В качестве гостей на мероприятии присутствовали два мастера спорта ФИДЕ и международный гроссмейстер, который провёл игру вслепую одновременно с пятью игроками.

В соревнованиях приняли участие все желающие – вне зависимости от уровня игры. Турнир Клуба Полины Дибро-

вой прошёл очень азартно и захватывающе и стал не только интеллектуальным, но и светским событием – с шампанским, изысканными закусками, интересной фотозоной и живой музыкой. И отличным местом для новых знакомств и союзов.



Следующий турнир запланирован на 31 марта. ●

**ТРЕНДЫ**



В сезоне SS24, собираясь в спортзал или на йогу, выбирайте светлый костюм без принтов, спокойных оттенков. В моде **МИНИМАЛИЗМ**. ●



Достичь самых высоких результатов в различных видах спорта позволят инновационные кроссовки от китайского бренда **Li Ning**. ●



Если фитнес-приложение – то с **искусственным интеллектом!** ИИ проанализирует каждое ваше движение и направит к идеальной тренировке. ●

**СОБЫТИЯ**



**Кубок Первого канала по фигурному катанию** выиграла команда Анны Щербаковой. В этом году количество участвующих команд было увеличено до трёх, а фигуристов – до 48. Также в соревнованиях были добавлены: батл элементов, конкурс капитанов и челлендж болельщиков.

► г. Санкт-Петербург, 2–3 марта, ЛДС «Юбилейный»



Сильнейшие лыжники страны соберутся на **чемпионате России по лыжным гонкам**. В программе соревнований: равные дистанции у мужчин и женщин в скиатлоне (10+10 км) и гонке с раздельным стартом классическим стилем (10 км). Марафон свободным стилем у мужчин составит 50 км, у женщин – 30 км.

► Архангельская область, 15–25 марта, лыжная база «Малиновка»



В «Лужниках» открыли пятиэтажный **Дворец тенниса** площадью 36 тысяч квадратных метров. Здесь созданы семь открытых и 15 крытых теннисных кортов, четыре площадки для игры в сквош, а также бассейн. Комплекс ежедневно смогут посещать около 3 тысяч любителей спорта.

► г. Москва, 2 марта, СРК «Лужники»

Media & Publishing  
**NESTOR**  
**НА РУБЛЁВКЕ SPORT LIFE**

Издатель **Яна Менчук**  
Главный редактор **Яна Юрьевна Менчук**  
Редакционный директор **Илья Кремер**  
Выпускающий редактор **Екатерина Внукова**  
Редакторы **Евгений Королёв, Данила Губский, Анна Разинко**  
Корректор **Татьяна Пичурина**  
Арт-директор **Марина Развожасва**  
Дизайнер **Никита Стеценко**  
Коммерческий директор **Светлана Бадаева**  
Департамент рекламы **Татьяна Бокова, Иулия Саркисян, Елена Прекрасная, Наталья Кошкина**  
Департамент маркетинга **Татьяна Вильчевская**  
Департамент логистики **Лу Ли, Борис Волков**  
Над номером работали: **Евгения Кузнецова, Надежда Гуськова, Анастасия Соболевская, Катя Мишина, Андрей Карагодин, Наталья Кривенцова, Роман Кузнецов, Анастасия Чубова, Руслан Юрьев, Катерина Стефания Менчук.**

«На Рублёвке Sport life»  
Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФВ77-84985 от 10 апреля 2023 г. выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Центральному федеральному округу. Тираж 35 000 экз. Выходит один раз в сезон. Номер 4 (04) подписан в печать 7.03.2024 в 13:00.

ОТПЕЧАТАНО В ООО «Типографский комплекс «Делта» Адрес типографии: 190 020, Санкт-Петербург, вн. тер. г. МО Елизаровский, ш.б. Обьектного канала, д.138, к.1, литеры В, пом. 4-Н-6-часть, пом. 311-часть. № ДБ-00001104 от 05 марта 2024 г.

Учредитель: Менчук Яна Юрьевна Адрес издателя: 143082, Московская обл., Одинцовский р-н, д. Рождественно, тер. ПТ-1, д. 105-1. Адрес редакции: 143082, Московская обл., Одинцовский р-н, д. Радыры, 1-ый Рублёво-Успенское ш., д. 1.

Перепечатка и любое воспроизведение материалов без разрешения редакции запрещены. Присланные рукописи не рецензируются и не возвращаются. Категория информационной продукции 16+.

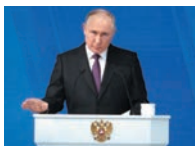
[www.rr-life.ru](http://www.rr-life.ru)

Телефон редакции:  
**+7 (999) 903-90-03**  
E-mail: [info@rr-life.ru](mailto:info@rr-life.ru)

Телефон департамента рекламы:  
**+7 (985) 933-32-22**  
E-mail: [advert@rr-life.ru](mailto:advert@rr-life.ru)



3



**Взгляд в будущее**  
Направления развития страны на ближайшие 6 лет из послания Владимира Путина.

5



**Дмитрий Фишбейн**  
Интервью с директором школы «СКОЛКА».

6



**Симфония красоты лица**  
О японском гаджете красоты – Катя Мишина.

№5 (137)



газета

# НА РУБЛЁВКЕ *life*

Раздоры • Барвиха • Жуковка • Ильинское • Усово • Горки • Успенское • Николина Гора

narublevkerigelife

11 МАРТА 2024

rr-life.ru 16+

НАШ САЙТ [www.rr-life.ru](http://www.rr-life.ru)

САМЫЕ АКТУАЛЬНЫЕ **НОВОСТИ** РУБЛЁВКИ И НОВОЙ РИГИ, **СПРАВОЧНИК** ОРГАНИЗАЦИЙ РЕГИОНА, СВОЯ **ДОСКА ОБЪЯВЛЕНИЙ**, ОБЪЕДИНЕННАЯ **АФИША** МЕРОПРИЯТИЙ, **АРХИВ** ВСЕХ ВЫПУСКОВ ГАЗЕТ

РЕКЛАМА



## Памяти Михаила Жванецкого

### «А СМЕРТИ НЕТ...»

Перед презентацией уникального мультимедийного проекта в «Барвиха Luxury Village» Наталья Жванецкая и Юрий Стоянов – о том, каким для них был великий сатирик.

стр. 7

ФОТО: ПРЕСС-СЛУЖБА «ВСЕПЕННАЯ КИНО»

# ДЕТСКИЙ УНИВЕРМАГ

**DH DREAM HOUSE**

2 ЭТАЖ



0+

РЕКЛАМА

**В МИРЕ** Россияне создали первый международный цифровой офис и маркетплейс инвестиционных продуктов для состоятельных людей.



ФОТО: SKYFORT.CAPITAL

Основателями проекта Skyfort стали бывший руководитель подразделения по работе с VIP-клиентами «Тинькофф банка» Илья Опренко,

бывший управляющий директор компаний BCG и Oliver Wyman Сергей Ишков и предприниматель Игорь Смирнов.

Новый сервис, как говорят его создатели, – это экосистема, которая объединит всех участников рынка управления благосостоянием: профессиональных управляющих, экспертов, поставщиков и клиентов – и поможет последним добиться большего от своих денег.

Платформа Skyfort, головной офис которой расположен в Объединённых Арабских Эмиратах, создана по концепции мультисемейного офиса, в котором один управляющий решает все вопросы клиента, будь то налоги, финансы, инвестиции, частично бизнес, семейные вопросы образования, медицина, то есть полный перечень возможных задач. ●

**В РОССИИ** Делегации из 180 стран посетили Всемирный фестиваль молодёжи в Сочи.



ФОТО: FEST2024.RU

Фестиваль проходил с 1 по 7 марта 2024 года на территории «Сириуса». Его участниками стали более 20 тысяч мировых молодёжных лиде-

ров. В Олимпийском парке было создано специальное пространство «Город молодёжи мира», центром которого стала Медальная площадь, на время мероприятия получившая название «Душа России».

Программа фестиваля была построена вокруг таких тем, как «Ответственность за судьбы мира», «Многонациональное единство», «Мир возможностей для каждого». В рамках проекта «Больше, чем путешествие» участникам были предложены 12 экскурсионных маршрутов. А на выставке про-

мышленных проектов «Мы – будущее» представили продукцию 50 предприятий молодых промышленников из 37 регионов страны. Талисманом Всемирного молодёжного фестиваля этого года стал Чебурашка – как символ дружбы и взаимного уважения. ●

**ЦИФРА**



ФОТО: ISTOCKPHOTO.COM

**БОЛЕЕ 15 МИЛЛИОНОВ ИНОСТРАНЦЕВ ПОСЕТИЛИ РОССИЮ В 2023 ГОДУ.**

**ПЕРВОЕ МЕСТО ПО ТУРПОЕЗДКАМ К НАМ ЗНЯЛ КИТАЙ: ИЗ ПОДНЕБЕСНОЙ БЫЛО 199,8 ТЫСЯЧИ ГОСТЕЙ.**

**ПО-СОСЕДСКИ** В селе Ильинское появилось арт-пространство, которое вскоре станет местом притяжения всех модниц Рублёвки и Новой Риги.



ФОТО: АРХИВ РЕДАКЦИИ

Модный клуб «50 Brands» расположился на втором этаже ТЦ «Ильинка Village». По словам автора идеи клуба, байера, имиджмейкера и

сейчас в «50 Brands» поклонники моды смогут увидеть и примерить модели из последних коллекций российских брендов FREE AGE и SHAPURIN. Кроме того, при желании можно воспользоваться услугой консьерж-сервиса и заказать доставку моделей на дом. ●

предпринимателя Елены Прекрасной, это пространство отлично подойдёт как для познавательного путешествия в мир высокой моды и погружения в философию мировых и российских брендов, так и для встреч за чашкой вкусного кофе с друзьями.

Консультанты клуба не только расскажут о последних модных трендах, но и помогут подобрать индивидуальную «капсулу» под любой запрос, задачу и бюджет.

**ТРЕНДЫ**



ФОТО: DIOR.COM

**Шляпки-таблетки и береты** – главные головные уборы модниц этой весной. Они отлично смотрятся с кожаными куртками оверсайз, пальто, костюмами и жакетами. ●



ФОТО: HERMES.COM

Все оттенки **бордового**. Новые коллекции в этом цвете от Hermes, Rick Owens, Valentino и Giambattista Valli выглядят очень дорого. ●

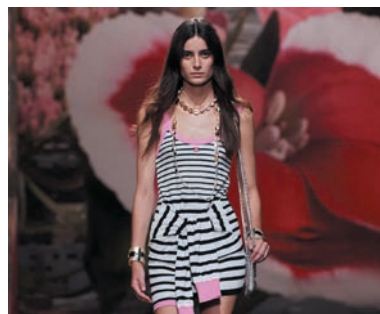


ФОТО: CHANEL.COM

Fendi, Y Project, Chanel, Missoni предлагают в этом сезоне задать новое звучание **полоскам**. Теперь они украшают не только рубашки и пиджаки, но и платья. ●

**СОБЫТИЯ**



ФОТО: RUSSIA.RU / ИВАН ТИМОШЕНКО

В честь 10-й годовщины воссоединения полуострова с Россией на выставке «Россия» открылась экспозиция «**Крым космический**». Проект объединил работы более 50 художников из Москвы, Санкт-Петербурга, Владикавказа, Севастополя, Ялты и других регионов страны.

► г. Москва, 1 марта, ВДНХ



ФОТО: MOSCOWFASHION.RU

В **Московской неделе моды** приняли участие более 200 отечественных и зарубежных дизайнеров. Мероприятие включало в себя модные показы, дискуссии, публик-токи и фестиваль короткометражек. Специальным гостем недели моды стала кинозвезда Орнелла Мути.

► г. Москва, с 1 по 8 марта, ЦВЗ «Манеж» и 75-й павильон ВДНХ



ФОТО: TIME/HEARTSMUSEUM

На первой в России выставке итальянского натюрморта «**Цветы, плоды, музыкальные инструменты...**» представлены более 70 работ самых именитых, но мало известных российским ценителям искусства творцов Италии – от Паоло Порпора до Микеланджело Черквоцци.

► г. Москва, 5 марта – 26 мая, Пушкинский музей

Media & Publishing  
**NESTOR**  
**НА РУБЛЁВКЕ LIFE**

Издатель Яна Менчук  
Главный редактор Яна Юрьевна Менчук  
Редакционный директор Илья Кремер  
Выпускающий редактор Екатерина Внукова  
Редакторы Евгений Королёв, Данила Губский, Анна Разинко  
Корректор Татьяна Пичурина  
Арт-директор Марина Развожаева  
Дизайнер Никита Стеценко  
Коммерческий директор Светлана Бадаева  
Департамент рекламы Татьяна Бокова, Иулия Саркисян, Елена Прекрасная, Наталья Кошкина  
Департамент маркетинга Татьяна Вильчевская  
Департамент логистики Лу Ли, Борис Волков  
Над номером работали: Евгения Кузнецова, Надежда Гуськова, Анастасия Соболевская, Катя Мишина, Андрей Карагодин, Наталья Кривецова, Роман Кузнецов, Анастасия Чубова, Руслан Юрьев, Катерина Стефания Менчук.

«На Рублёвке life»  
Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ТУ 50-02429 от 27.12.2016 г. выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Центральному федеральному округу.  
Тираж 20 000 экз. Выходит один раз в две недели.  
Номер 5 (137) подписан в печать 7.03.2024 в 13:00.

ОТПЕЧАТАНО В  
ООО «Типографский комплекс «Девио»  
Адрес типографии: 190 020, Санкт-Петербург, вн. тер. г. МО  
Експериментальный, ш.б. Обводного канала, д.138, к.1, литера В, пом. 4-Н-6-часть, пом. 311-часть.  
№ ДБ-00001104 от 05 марта 2024 г.

Учредитель: Менчук Яна Юрьевна  
Адрес издателя: 143082, Московская обл., Озвинский р-н, д. Рождественно, тер. ПП-1, д. 105-1.  
Адрес редакции: 143082, Московская обл., Озвинский р-н, д. Раздоры, 1-й км Рублёво-Успенское ш., д. 1.

Перепечатка и любое воспроизведение материалов без разрешения редакции запрещены. Присланные рукописи не рецензируются и не возвращаются. Категория информационной продукции 16+.

www.rr-life.ru  
Телефон редакции:  
+7 (999) 903-90-03  
E-mail: info@rr-life.ru

Телефон департамента рекламы:  
+7 (985) 933-32-22  
E-mail: advert@rr-life.ru

## Взгляд В БУДУЩЕЕ

В своём послании Федеральному Собранию президент России Владимир Путин обозначил направления развития страны на ближайшие шесть лет и в том числе коснулся темы ЕГЭ.



ФОТО: KREMLIN.RU

19-е по счёту послание Федеральному Собранию стало рекордным по продолжительности – 2 часа 6 минут. Начало своего выступления Путин посвятил международной ситуации, СВО и мировой безопасности, отметив, что «абсолютно необходимые условия для будущего страны и для её развития» создаются сегодня воинами, которые, проявляя мужество, защищают Родину. При этом президент подчеркнул, что настало время формировать новый контур равной и неделимой безопасности в Евразии.

Основной частью послания стало анонсирование новых национальных проектов – «Семья», «Молодёжь России», «Продолжительная и актив-



ная жизнь», «Кадрь», «Экономика данных». Кроме того, во время выступления президент поставил задачи правительству по совершенствованию налоговой нагрузки в экономике и реализации новых программ социально-экономического развития. Глава государства отметил, что основой озвученных проектов, инициатив стали предложения граждан, которые он услышал в поездке по стране.

ет широкую общественную дискуссию и, определённо, должен совершенствоваться. Владимир Владимирович предложил один из шагов в этом направлении: дать возможность выпускникам до конца приёмной кампании в вузы по выбору пересдать один из предметов ЕГЭ, чтобы они могли успеть подать документы в институт уже с учётом пересдачи. ●

Говоря о подготовке новых кадров, Владимир Путин затронул и тему школьного образования. «Учебная нагрузка для детей должна быть разумной и сбалансированной», – сказал глава государства. При этом, по его словам, важно во что бы то ни стало избежать расхождений школьной программы и вопросов на экзаменах.

Президент также коснулся и единого государственного экзамена, механизм которого по-прежнему вызыва-



## Ученье – СВЕТ

16 марта Знаменская школа на Рублёво-Успенском шоссе приглашает детей и их родителей на день открытых дверей.



ФОТО: АНО ПСОШ «ЗНАМЕНСКАЯ ШКОЛА»

В православной школе стартовала приёмная комиссия на 2024–2025 год.

В школе работает команда заслуженных педагогов, применяя классические методики академического образования и духовно-нравственного воспитания. Дети участвуют в олимпиадах, конкурсах, концертах, изучают иностранные языки – английский и греческий, выезжают на экскурсии, а также с тренером в бассейн.

В классах до 12 учеников, дети успевают выполнить домашнее задание в школе, там же посетить различные секции: шахматы,

бокс, основы дизайна, театр, этикет, вокал, погулять на свежем воздухе, любясь живописными красотами здешних мест, хранящих богатую историю. Приём детей осуществляется на конкурсной основе. ●



Запись по телефону:  
+7 (915) 328-29-31  
znam-s.ru

РЕКЛАМА



Ломоносовская ШКОЛА



Уникальная воспитательная среда

Занятия с носителями языка

Образовательная технология «Интеллект»

100% поступление в ведущие вузы России и мира

Психолого-логопедическое сопровождение обучения

Более 50 развивающих кружков и спортивных секций на выбор

Приглашаем на тестирование и индивидуальную экскурсию по нашим школам

8 495 800-5555

www.lomon.ru

Ломоносовская школа №5 и Детский сад: Рублёво-Успенское ш., с. Успенское, ул. Советская, 50Б

Ломоносовская школа «ИнТек»: Новорижское ш., КП «Монолит», Клубная аллея, 2

Лицензия №039676 от 10 октября 2018 г. Реклама 0+



ФОТО: АРХИВ МЭШ

## Лига ТАЛАНТОВ

*Раскрыть потенциал ребёнка, развить его способности помогут в образовательной среде Одинцовского филиала МЭШ.*

Образовательная среда школы – уникальная «матрица возможностей» для детей от 3 лет и до выпускного возраста.

Программы дошкольного, начального, основного и среднего образования способствуют развитию у детей интеллектуальных, личностных, эмоциональных и социальных навыков, необходимых для жизни, учёбы и работы.

Эта школа даёт ребёнку возможность заниматься самой разной деятельностью в лигах по интересам, объединяющих в своих рядах ребят – исследователей, интеллектуалов и эрудитов в разных образовательных областях.

Лаборатория робототехники и естественно-научные лаборатории – инновационное пространство, в котором дети ставят эксперименты, занимаются наблюдениями, измерениями,

делают открытия. Со своими проектами юные учёные участвуют в различных конкурсах и олимпиадах.

Лига «Волшебная кисточка» раскрывает в ребёнке таланты художника, помогая выразить свои эмоции и чувства через изобразительное искусство. В гончарной мастерской дети проходят весь творческий путь керамиста – от замеса до обжига. Класс кулинарии поможет прикоснуться к миру вкуса и приготовления еды по классическим и собственным рецептам. К театральному искусству в МЭШ приобщаются с детского сада, когда восприятие мира происходит через игру и творческую деятельность, а искусство становится одним из наиболее эффективных инструментов обучения и развития. Лига вокального ансамбля объединит ребят для развития музыкальных способностей. А большой спортивный комплекс для занятий плаванием, футболом, баскетболом, волейболом, теннисом, гимнастикой и борьбой ждёт юных спортсменов для достижения спортивных рекордов. ●



Узнать подробности поступления в Одинцовский филиал МЭШ можно по телефону +7 (498) 533-36-01.

Московская область, Одинцовский район, д. Зайцево, д. 1а.

[www.mes.ru](http://www.mes.ru)

РЕКЛАМА

## Главное – не ошибиться С ВЫБОРОМ

*Отдавая ребёнка в детский сад или школу, очень важно почувствовать атмосферу, считает руководитель частных детских садов «Академия знаний» Евгения Кузнецова.*



ФОТО: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА Е. КУЗНЕЦОВОЙ

Очень важно на этапе поиска, проводя семейный совет, решить, каких результатов от посещения школы или сада вы ожидаете. Если чётко сформулирован запрос, то будет и чёткое понимание, то ли это место.

При первой встрече с руководством слушайте и будьте готовы задавать интересные вас вопросы. Чем больше спросите, тем яснее будет соответствие ожидания и реальности.

Очень важно увидеть, как проходят занятия или уроки. Видит лучше планировать в утреннее время.

В «Академии знаний» мы открыто ведём встречи с семьями в поисках всех точек соприкосновения. На наших занятиях в саду можно открыто присутствовать родителям, которые видят уровень ребят, профессионализм педагогов.

Перед заключением договора предлагаем пробную неделю в детском саду. В школе это пробные дни.

Каждый ребёнок – это уникальная личность, и очень важно прочувствовать зону его актуального развития и на перспективу понимать, каких результатов мы сможем достигнуть.

Открытые диагностики детей позволяют задать чёткий вектор знаний и возможностей ребёнка.

Семья – это опора и поддержка, семья – это любовь. А сад, школа – это стабильность, уверенность, развитие и индиви-



ФОТО: ISTOCKPHOTO.COM

дуальный подход. И только при сплочённой работе семьи и образовательного учреждения можно идти вперёд. ●



# 50

# brands

ОДЕЖДА • ОБУВЬ • АКСЕССУАРЫ

— МЫ ОТКРЫЛИСЬ —

fiftybrands • [fiftybrands.ru](http://fiftybrands.ru)

с. Ильинское, ТЦ «Ильинка Village», ул. Ленина, 30, стр. 1, 2-й этаж

РЕКЛАМА

# Дмитрий Фишбеин

## «МНЕ КАЖЕТСЯ, У КАЖДОЙ ШКОЛЫ ДОЛЖНО БЫТЬ СВОЁ ЛИЦО»

*Кандидат педагогических наук, директор школы «СКОЛКА» – о специальностях будущего, моделях обучения и важности гуманитарного знания.*



Дмитрий Фишбеин на Skolmunity Parents Meetup 24 февраля '24

► **Дмитрий, в чём главное отличие вашей школы от других частных учебных заведений? Есть ли аналоги?**

Аналогов нет, потому что «СКОЛКА» основана на инновационной авторской концепции. Вообще, мне кажется, что у каждой школы должно быть своё лицо. А то, что оно у нашей школы будет отличаться от других, – точно.

► **Что для вас понятие «лицо школы»?**

Лицо школы – это в первую очередь подход к образовательному процессу. По-моему, одной из основных проблем образования является то, что ребята не видят связи между тем, что они изучают, и реальной жизнью. Когда педагоги убеждают учеников, что, допустим, те же дроби или проценты нужно обязательно учить, зачастую дети в ответ говорят: «Мы вам не верим, потому что у вас нет никаких доказательств, что это пригодится». И приводят в пример современных инфлюенсеров, которые, похоже, дробей не знают, что не мешает им быть успешными. Мы видим свою задачу в том, чтобы ребёнок увидел связь всех учебных и внеучебных активностей, которые у него есть, с реальной жизнью.

► **Как этого добиться?**

Этого можно добиться только путём реальных практико-ориентированных проектов, которые ребёнок делает в школе. Но для этого школе необходимо «открыть двери», договориться с ведущими индустриями, найти такие компании, которые смогут предложить ученикам реальные кейсы. Чтобы не было ситуации, как в известной задачке про автобус, который должен идти из пункта А в пункт Б. Все же прекрасно понимают, что решение этой задачи не имеет отношения к реальной жизни. И нужно лишь для проверки, знает ли ребёнок формулу скорости. Поэтому каждая задача, каждый кейс, каждый проект должен соотноситься с жизнью и будущей профессией. И ребёнку становится понятно, что биологию он должен, к примеру, учить, потому что у него такой проект, где без состава вещества невозможно добиться ожидаемого результата. Или, если мы хотим пройти с ребятами полный цикл продукта, начиная от задумки – НИОКР, производства, вывода на рынок и заканчивая маркетингом, здесь точно возникнет вопрос бюджета. Ребята узнают о НДС и НДФЛ и поймут, что знание дробей и процентов имеет вполне реальный смысл. И если ты посчитаешь неправильно, то получишь совершенно не ту расходно-доходную часть.

► **Тогда необходимо спросить про педагогический состав. Какие специалисты будут преподавать в «СКОЛКЕ»?**

Это, пожалуй, один из ключевых моментов. Мы уверены, что, наравне со стандартным педагогическим коллективом, в школе должны появиться специалисты иного типа. В наших планах привлечь из состава наших индустриальных парт-

нёров молодых сотрудников, которые с интересом и с удовольствием смотрели бы на общение с ребятами, стали бы для них значимыми взрослыми с иным опытом. Мы называем их наставниками. Они будут важной частью педагогического коллектива, не характерной для традиционной школы. При этом штат будет располагать и педагогами-предметниками, которые обеспечат необходимый уровень классического образования.



фасад школы «СКОЛКА»

культурных образцов. История и обществознание, филология и мировая художественная культура, музыка – всё это обязательно будет. Ведь без этого невозможна и инженерно-технологическая мысль.

► **Жизнь довольно стремительно меняется. Сейчас ещё стремительнее, чем всегда. На ваш личный взгляд, какие индустрии будут пользоваться максимальной востребованностью в будущем?**

Как раз те четыре, которые я перечислил в предыдущем ответе. Мы уверены, что ИТ и искусственный интеллект, биотех, креативные индустрии, космос не только будут

Помимо основных дисциплин, у нас есть четыре ключевых направления в школе: искусственный интеллект и ИТ, биотехнологии, космос и креативные индустрии.

► **Дмитрий, сегодня многие учебные заведения вводят у себя модель обучения полного дня, когда дети занимаются с утра и до вечера. Как этот процесс будет построен у вас?**

Я считаю, что не должно быть так, чтобы ребёнок только учился с 8 утра и до 8 вечера. Школа должна стать местом, где ребёнок находит разнообразные интересы и откуда ему не хочется уходить. Концепция школы заключается в том, что мы не делим учебный день ребёнка на первую и вторую половину, где сначала должны проходить стандартные уроки, окончания которых ученик ждёт, чтобы пойти на свою любимую робототехнику. Мы объединим академическую и так называемую внеакадемическую часть. В «СКОЛКЕ» у ребёнка робототехника может быть первым уроком, затем – математика, какой-то проект, четвёртым уроком – йога, а восьмым – география, и так до вечера.

► **На какие предметы будет сделан упор в «СКОЛКЕ» и какую часть будут занимать классические – русский язык, литература, иностранный язык, математика?**

Помимо основных дисциплин, у нас есть четыре ключевых направления в школе: искусственный интеллект и ИТ, биотехнологии, космос и креативные индустрии. И это в большей степени естественно-научные направления, но и без окультуривания и гуманитарного знания школа не может обойтись. Я бы даже больше сказал: школа – это вообще место передачи

стри, космос не только будут сами развиваться, но и через 5, 10 и 15 лет точно окажут сильное влияние на другие сферы.

В последнее время появился такой тренд, что будущее неопределённо и непонятно и что дети сменят 10 профессий, о которых мы ничего не знаем, и так далее. В таких тезисах есть резон, но не стоит, как нам видится, считать, что детей невозможно подготовить к будущему. Метапредметные навыки, опыт и пробы профессиональной деятельности в актуальных индустриях, которые учащийся получит в «СКОЛКЕ», позволят ребятам понимать свои способности и интересы, а также найти интересное и перспективное дело жизни. ●

Беседовал Роман Кузнецов

## ReFa – СИМФОНИЯ КРАСОТЫ ЛИЦА

О японском гаджете, который способен разделить вашу бьюти-рутину на «до» и «после», – Катя Мишина.



ФОТО: ANGELINA EDUARDOVNA

Массаж лица с недавнего времени занял своё законное место в ежедневных бьюти-ритуалах – таких как нанесение сыворотки или крема, к которым мы все так привыкли.

Главное – не ошибиться среди разнообразия вариантов и в выборе гаджета для этой процедуры. Ведь от этого будет зависеть то, получите ли вы ожидаемый эффект. Из топ-винок отдельного

внимания заслуживают японские микротоковые массажёры для лица и тела бренда ReFa, которые помогают сделать процесс массажа простым и эффективным.

Бренд ReFa олицетворяет собой прогресс в области неинвазивных процедур по омоложению кожи. Японцы смогли создать высокотехнологичные устройства, представляющие собой аналоги классических салонных процедур.

Отличительной особенностью массажёров ReFa является сочетание двух технологий: имитации ручного массажа и деликатных микротоков. Гранёные сферы плотно прилегают к коже, качественно её захватывают и массируют, имитируя технику ручного массажа «захват и сжатие», а солнечная панель, встроенная в корпус, преобразует свет в микротоки, которые вырабатываются за счёт поглощения естественного и искусственного света при контакте роллеров с кожей. Благодаря тому что гаджет влагонепроницаемый, массажёры можно использовать в ванной, дополняя неабразивными косметическими средствами.

Покрытие из гипоаллергенной платины подойдёт для обладателей даже самой нежной и чувствительной кожи. Массажёры усиливают эффективность уходовых средств, позволяя им проникать глубже в кожу, а также стимулируют выработку коллагена и эластина. Кроме того, массаж лица доказанно полезен – для разгона лимфы, улучшения трофики тканей, поддержания мышц в тонусе, он является неотъемлемой частью антивозрастного ухода за кожей и точно нужен тем, кто стремится получить более чёткий овал лица и очерченные скулы.

Помните: выбирая роллер ReFa, необходимо в первую очередь ориентироваться на размер сфер устройства, так как именно от этого зависит их область применения – точечная или на обширных участках. Также важно отметить, что некоторые модели имеют усовершенствованную аккумуляторную батарею, которая позволяет вырабатывать микротоки значительно дольше. ●

### О БРЕНДЕ



Бренд ReFa – лидер на рынке Health&Beauty в Японии. ReFa появился в 2009 году и с тех пор завоевывает рынок бьюти-девайсов для омоложения, красоты и здоровья кожи по всей Азии, Европе и Америке. История бренда ReFa берёт начало с создания первого микротокового роликового массажёра – ReFa Carat, который способен воссоздать отточенные профессиональные движения рук массажистов. Это значительно облегчило уход за кожей в домашних условиях.

## Натуральный лён ВСЕМ СИЛЁН

Природный состав и гипоаллергенность – самые главные требования, которые предъявляют к тканям для детской одежды в Genius mate.



ФОТО: GENIUS MATE

Одно из ключевых преимуществ бренда Genius mate в том, что при разработке коллекций для детей 10–15 лет используются только натуральные ткани: это играет большую роль в воздухообмене, что особенно важно при изготовлении одежды для модников. Подростки очень активны, и их кожа по-прежнему чувствительна к наличию большого количества искусственных волокон в ткани. Поэтому при выборе материала для предметов коллекций в Genius mate предпочтение отдаётся либо 100% натуральным тканям, либо материалам с минимальным содержанием искусственных волокон – для поддержания посадки. В Genius mate для своих детей вы найдёте одежду из хлопкового футера и кулирной глади, поплина, шерсти тонкой выделки, хлопкового вельвета и джинсы. Бренд отшивает изделия из тканей производства Турции и Италии.

Для худи используется хлопковый трёхниточный футер. Вещи из этого материала отличаются тонкостью, нежностью и мягко-

стью. Трёхниточный футер вяжут полностью из натурального сырья либо комбинируют с синтетикой (полиэстром, лайкрой, нейлоном), вискозой. Бренд Genius mate предпочитает натуральный состав. К основным достоинствам данной ткани можно отнести терморегуляцию, гипоаллергенность и гигиеничность. Он хорошо поглощает влагу, пропускает воздух, чем обеспечивает нормальное дыхание и здоровье кожи.

Для футболок Genius mate выбирает лучшую кулирную гладь качества пенье средней плотности, в диапазоне 160–180 г/м. Пенье – качественное полотно, получаемое из длинных хлопковых волокон, которые проходят специальную обработку – шлифовку, благодаря чему убирается ворс (лёгкий пушок) с волокон. Поэтому полотно пенье шелковистые и гладкие на ощупь, износостойкие и прочные, практически не садятся после стирки.

Поплин – также нежная, тонкая натуральная ткань полотняного переплетения в мелкий рубчик. Вещи из поплина приятны к телу, гладкие на ощупь, не имеют блеска, держат форму. Genius mate предлагает из этой ткани отличные рубашки и блузы с разными видами плетения.

Для юбок идеальным вариантом становится тонко выделанная шерсть double face. Эти вещи нежные, не электризуются. Пе-



реплетение волосков в тонком волокне образует микроскопические полости, где удерживается тепло.

Вельвет отличается от других материалов характерными продольными полосами-рубчиками из ворса на лицевой стороне. За вельветом, как и за любой другой тканью, нужен правильный уход. Бренд Genius mate предлагает вашим детям брюки из прекрасного итальянского вельвета в крупный рубчик из 100%-го хлопка необычного рыже-коричневого насыщенного цвета. ●





ФОТО: ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА Н. ЖВАНЕЦКОЙ

► **Наталья, как вы думаете, зритель должен вспоминать Жванецкого с улыбкой или с грустью?**

Он был очень многогранный. Миша писал про себя и окружающих его людей, поэтому каждый находит в нём что-то своё: «Ой, мы об этом думали, но никогда не могли сформулировать». Когда слушатели и читатели узнают свои мысли в более краткой и чёткой форме, они находят в тексте отражение себя. Кстати говоря, я считаю, что Мишу надо читать, потому что в чтении он совершенно иной.



► **Юрий, легко ли вам читать со сцены тексты Жванецкого?**

Его голос всегда звучал во мне, вокруг меня. Именно голос, потому что я не отрываю Жванецкого от его творчества. Я читал его книги – и даже тогда всё равно слышал его голос, поэтому я по-прежнему утверждаю, что всё, что он написал, неразрывно связано с его личностью, с его манерой исполнения, безумной и невероятной. Именно поэтому многие артисты – и, наверное, я не исключение – спотыкаются об эту магию его голоса, его авторскую манеру исполнения. Поэтому задача читать Жванецкого у любого артиста почти невыполнимая, и я это говорю очень серьёзно, как профессионал.

# Памяти Михаила Жванецкого

## «А СМЕРТИ НЕТ...»

► **Наталья, какой энергетический посыл стоял перед режиссёрами предстоящей программы – показать Жванецкого на сцене или же в быту?**

Энергетический посыл, я думаю, будет от каждого артиста свой. Всем дали карт-бланш добавить в выступление что-то своё. Не думаю, что кто-то станет подражать Михаилу Михайловичу. Каждый должен читать в своей манере, но постараться передать смысл произведений – многие из которых на первый взгляд кажутся очень простыми, но в каждом из них можно обнаружить новые, скрытые смыслы. Если вчитаться, приходит понимание, что в тексте скрыто очень много философии, умных, глубоких мыслей.

► **Юрий, как вы впервые познакомились с творчеством Михаила?**

Мне даже трудно вспомнить первое знакомство. Наверное, вначале я видел какие-то одесские миниатюры с Карцевым



ФОТО: ПРЕСССЛУЖБА «ВСЕЛЕННАЯ КИНО»

*Я читал его книги – и даже тогда всё равно слышал его голос, поэтому я по-прежнему утверждаю, что всё, что он написал, неразрывно связано с его личностью, с его манерой исполнения, безумной и невероятной.*

и Ильченко. И уже потом, когда я служил в армии, у нас в казарме стоял магнитофон катушечный, и на этих бобинах я первый раз услышал «Как шутят в Одессе» и «Пароход». Мы эту бедную бобину почти стёрли: столько раз мы это слушали и ржали всей ротой нашей, когда гасла лампа после отбоя.

► **Наталья, почему вы решили сделать этот вечер?**

Ну, во-первых, просто пробуем, как будут звучать его произведения из новых уст. Его монологи буквально приросли к нему, к его манере исполнения, а когда он ушёл, осталось пустое место. Хотя я считаю, что он совершенно современен и его нужно читать.



► **Юрий, есть ли у вас какие-то интересные истории встреч с Жванецким?**

Мне неловко говорить об этом, но он меня очень высоко ценил как артиста и много раз об этом говорил, и меня это безумно смущало. Я всегда испытывал от этого неловкость. И я никогда не мог перейти вот эту грань, этого моего юношеского пиетета по отношению к нему, чтобы сесть с ним за один стол за рюмкой водки, хотя и такое бывало. Я каждый раз боялся, что что-то разрушаю (*смеется. – Прим. ред.*) тем самым.

► **Наталья, чем Жванецкий дома отличался от Жванецкого на сцене?**



Наталья Жванецкая

На сцене он практически всегда был бодрый, собранный, и он не мог себе позволить на сцену вынести свою безграничную грусть, тревогу, болезни. Это всё оставалось дома, потому что дома он себе мог

позволить расслабиться, пожаловаться, разозлиться иногда. Какие-то такие бытовые мелочи обычного человека.

Его отличала бесконечная доброта к людям. Хотя он иногда был серьёзный и даже строгий. Он безмерно любил маленьких животных – котов, белочек. Наблюдал за ними всегда со слезой, с особой нежностью.

► **Юрий, вы как артист приложите руку к бессмертию творчества Михаила, подарив ему новую жизнь?**

Конечно же, нет. Я постараюсь сделать это с максимальной любовью на концерте, но это будет разовая акция, потому что это невозможно. Об это спотыкались, спотыкаются и споткнутся ещё очень много режиссёров, актёров. Это удалось только двум людям – Карцеву и Ильченко. Но он писал специально для них, учитывая их индивидуальности, феномен их конкретной пары. И я не хочу предлагать никаких новых версий, и не смогу. Я могу только попытаться объяснить ему лишней раз в любви и привить любовь к нему тем, что могу о нём рассказать, вспомнить... ●



Беседовал **Илья Кремер**

*Премьера гала-концерта «Жванецкий» состоится 31 марта в «Барвиха Luxury Village»*

СЕМЕЙНЫЙ ПРАЗДНИК  
16 МАРТА 12:00



**ЛАПИНО**

КЛИНИЧЕСКИЙ ГОСПИТАЛЬ  
ГРУППА КОМПАНИЙ «МАТЬ И ДИТЯ»



# Приглашаем на Масленицу!



**Подробная программа  
Масленицы  
Регистрация**

Московская область, Одинцовский городской округ,  
д. Лапино, 1-е Успенское шоссе, д. 111

**8 800 700 700 1**

## Программа мероприятия

### 12:00 – 13:30 | Лекции врачей

- «Девичьи посиделки»
- «Сказки опытной повитухи»
- «Богатырские секреты»
- «Советы детского врача»



### 13:00 – 15:00 | Мастер-классы

- Роспись скворечника
- Декорирование кокошника
- Создание кукол-талисмана
- Изготовление веника-оберега



### 13:30 – 15:30 | Фольклорная программа

- Веселые конкурсы: эстафета с коромыслами, состязания на точность «Тир Бабки-Ёжки» и «Валенковый тир», масленичная карусель, боулинг «Матрешки»
- Фотозона с русской печью
- Ковка праздничных монеток Лапино
- Изготовление вкуснейших натуральных леденцов
- Блины, ароматный чай из огромного русского самовара и другие традиционные масленичные угощения
- Сжигание чучела



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.