

ваш

азимут

Бесплатный
экземпляр

Бортовой журнал авиакомпании

#9

(105) СЕНТЯБРЬ
2026

Ростов-на-Дону.
Город со вкусом



Содержание

14 Мозаика жизни Ростова-на-Дону



Чем знаменита мозаика в подземных переходах Ростова-на-Дону и почему в ней отражена вся жизнь города.

26 Золото тихого Дона



Чем знаменит Старозолотовский – один из самых красивых хуторов России.

32 «Мобильный» этикет

Как пользоваться смартфоном, не мешая при этом другим.

36 Дайджест

Обзор новостей в мире технологий и гаджетов.

40 Бархатный сезон

Что изменить в интерьере с наступлением осени.

46 Сладкая власть

Как тяга к сладкому меняла человечество.

50 Встать в крой

Что модельеры взяли на вооружение у военных.

56 Очевидные правила



Простые, но важные советы, как сохранить зрение.

60 Типа, как бы, заголовок

Что такое слова-паразиты и надо ли с ними бороться.

64 Права на маркетплейсе



Онлайн-продажи без последствий.

68 Хронотоп

Яркие исторические события сентября.

70 Исторический вопрос

Как солнце остановило войну в 585 году до н. э.? Кто сделал первую прививку? Как спали двести лет назад? Отвечаем на эти и другие исторические вопросы.

72 Нескучайка



#9⁽¹⁰⁵⁾
2026

Журнал «ВашАзимут»

Учредитель:

АО «Авиакомпания АЗИМУТ»

Издатель: ООО «СкайЛайнПлюс»

Директор: Геннадий Залесский

Главный редактор:

Дмитрий Николаевич Киричук

Начальник информационно-

рекламного отдела:

Алексей Залесский

Рекламный отдел: Екатерина Атоян

Фото на обложке: Ростов-на-Дону.

Фотограф: Денис Демков

Адрес редакции и издателя:

344082, г. Ростов-на-Дону,

ул. Темерницкая, 32.

Тел. +7 (938) 102-18-38.

e-mail рекламного отдела:

vashazimut@gmail.com

e-mail редакции: vashazimut@yandex.ru

Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ТУ61-01302 от 30.11.2017 выдано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Ростовской области.

Печать: ООО «Омега-Принт», 344082, Ростов-на-Дону, ул. Максима Горького, 3. Тел.: (863) 244-44-42, 263-05-59. Заказ 746 от 24.08.2026.

Дата выхода в свет 31.08.2026.

Ежемесячное издание. Тираж 5000 экз. Распространяется бесплатно.

Редакция журнала не несёт ответственности за содержание рекламных материалов. Перепечатка материалов возможна только с письменного разрешения редакции. Материалы, предоставленные авиакомпанией «Азимут», размещаются от имени учредителя на основании ст. 18 Закона РФ «О средствах массовой информации».

0+



Дорогие друзья!



Донской край – земля сильных духом людей, которые во все времена работают на благо её процветания, хранят и приумножают природное и культурное достояние.

Доблестные воины, хлебопашцы и рыболовы, носители самобытных традиций – такими всегда были донские казаки. Их быт, обычаи, духовные ценности – сокровищница культуры региона, которую лучше всего можно прочувствовать в станице Старочеркасской и Новочеркасске – сердце казачьей истории.

Скифское золото, сарматские древности, хазарские и половецкие курганы, античный город Танаис – это тоже наследие донской земли, воплотившееся в архитектуре, литературе и искусстве.

Бескрайние степи, берега Дона, прославленные отечественной литературой станицы и хутора, города с богатой истори-

ей и устоями – всё это Ростовская область. Ростов-на-Дону, Азов, Таганрог, Вёшенская, хутор Старозолотовский с лавандовыми полями и многие другие уголки донской земли подарят незабываемые впечатления. Особого внимания заслуживает экотуризм в Усть-Донецком районе: здесь можно увидеть диких зверей в живой природе, остановиться в экоотелях в первозданной тишине. Заповедник «Ростовский» в Орловском районе – это табуны мустангов на острове Водный, тюльпанные поля, краснокнижные животные. Любителей гастрономии ждут донская еда и знаменитые винодельни. А музеи и памятники архитектуры помогут сориентироваться в истории и традициях посещаемых мест, сделают путешествие по настоящему запоминающимся.

Но донской характер – это не только память веков, но и живое созидание. Ростовская область по праву гордится своими промышленными гигантами. Здесь выпускают самые современные комбайны, собирающие щедрый урожай, мощные электровозы, соединяющие города и регионы, а всемирно известные винтокрылые машины, созданные на донском предприятии, покоряют небесные просторы. Регион уверенно закрепляет за собой статус инновационного центра юга страны, где наука и производство идут рука об руку.

Но самое дорогое, чем гордится наш край, – это люди. А тёплое донское гостеприимство вы ощутите уже в полёте с авиакомпанией «Азимут».

Сентябрь – замечательное время для знакомства с донским краем. Тёплая погода балует здесь почти всю осень, даря гостям и жителям возможность любоваться живописными пейзажами, открывать для себя уникальную донскую кухню и участвовать в ярких культурных событиях.

В сентябре мы отмечаем дни рождения Ростовской области и Таганрога – города, основанного Петром Первым, родины Антона Чехова и Фаины Раневской. 277 лет исполняется донской столице – Ростову-на-Дону. Некогда купеческий город с уникальным архитектурным обликом сегодня стал современным мегаполисом, где улочки с исторической застройкой соседствуют с современностью: знаменитым музыкальным театром в виде рояля, драмтеатром в форме трактора, стадионом «Ростов-Арена» и Дворцом спорта, где проходят матчи лучших гандболисток страны. И конечно, Ростов – это легендарный Левый берег Дона с его ресторанами, зонами отдыха и спа-центрами.

Приезжайте к нам на Дон!

Губернатор Ростовской области
Юрий Слюсарь

Уважаемые пассажиры!



Искренне рад приветствовать вас на борту авиакомпании «Азимут»! Представляем вашему вниманию сентябрьский номер журнала «Ваш АЗИМУТ», посвящённый Ростовской области и её столице – Ростову-на-Дону. Здесь, в донской столице, с начала полётов базируется авиакомпания «Азимут». Мы познакомим вас с богатой историей донского края и достопримечательностями города и региона.

В минувшем месяце авиакомпания «Азимут» отметила девять лет со дня получения сертификата эксплуатанта: в День Воздушного флота в 2017 году с получением этого документа перевозчик юга России получил право выполнять полёты. С тех пор авиакомпания «Азимут», эксплуатант парка отечественных воздушных судов SSJ-100, перевезла более 15 млн пассажиров. Спасибо вам, дорогие друзья, за то, что выбираете наши рейсы! Мы каждый день работаем над тем, чтобы сделать ваш перелёт более комфортным.

Первого сентября наша страна отмечает День знаний. Учителей и преподавателей, школьников, студентов и их родителей мы поздравляем с началом нового учебного года! Желаем настойчивости и успехов в учёбе, отличных оценок и увлекательной школьной или студенческой жизни!

В сентябре День города празднуют Ростов-на-Дону и Краснодар: города, в аэропортах которых расположены базы авиакомпании «Азимут», отмечают 277 лет и 233 года со дня основания. Оба южных города известны на всю страну радушием и гостеприимством, богатой историей и славными традициями, великолепной природой и насыщенной культурной жизнью. От всей души поздравляю жителей Ростова-на-Дону и Краснодара и желаю городам процветания!

**Директор Департамента финансов
АО «Авиакомпания АЗИМУТ»
Николай Жданов**

Авиакомпания «Азимут» планирует продолжить развитие маршрутной сети из Минеральных Вод

Развитие авиaperевозок стало темой встречи губернатора Ставропольского края Владимира Владимиров и председателя совета директоров авиакомпании «Азимут» Павла Удод.

Губернатор Ставропольского края Владимир Владимиров и Председатель совета директоров авиакомпании «Азимут» Павел Удод провели рабочее совещание, посвящённое выполнению полётов авиакомпании из междуна-

родного аэропорта Минеральные Воды в 2026–2027 годах. Авиакомпания «Азимут» развивает маршрутную сеть из аэропортов Ставрополья с 2018 года. В 2021 году аэропорт Минеральных Вод стал третьим базовым аэропортом

авиакомпании «Азимут». В 2026 году маршрутная сеть авиакомпании «Азимут» включает более 40 направлений из аэропорта Минеральные Воды. В 2027 году авиакомпания «Азимут» планирует сохранить объёмы авиaperевозок.

«Мы последовательно развиваем межрегиональные авиaperевозки, делая всё более доступным Ставропольский край для бизнеса и туристов. Авиакомпания «Азимут» является одним из наших стратегических партнёров в этой работе. Рассчитываю, что нам удастся расширять географию полётов, а также нарастить количество рейсов и пассажиропоток», – прокомментировал Владимир Владимиров.

«Авиакомпания продолжает развивать прямые авиaperевозки между регионами России благодаря успешному сотрудничеству с правительством Ставропольского края и Министерством транспорта России. Результаты успешного сотрудничества способствуют укреплению связей межрегиональной маршрутной сети и сохранению доступности авиабилетов», – отметил Павел Удод.



Фото: Максим Падалка

В Программе лояльности А+ зарегистрирован 160-тысячный участник

Юбилейный участник получит 10 000 А-рублей и месяц привилегий уровня Profi.

В Программе лояльности А+ авиакомпании «Азимут» зарегистрирован 160-тысячный участник. В честь достижения нового рубежа авиакомпания начислит юбилейному участнику 10 000 А-рублей, а также предоставит один месяц привилегий уровня Profi.

«160 тысяч участников подтверждают устойчивый интерес пассажиров к Программе лояльности А+. Мы продолжаем развивать её возможности, чтобы путешествия с нашей авиакомпанией становились ещё удобнее и выгоднее для постоянных клиентов», – отметил директор департамента управления сетью и доходами Олег Дышкант.



Программа лояльности А+ позволяет накапливать А-рубли за совершённые перелёты и использовать их при оформлении авиабилетов, оплате дополнительных услуг, а также пользоваться привилегиями в зависимости от уровня участия.

Авиакомпания благодарит пассажиров за доверие и приглашает присоединиться к Программе лояльности А+.

Авиакомпания «Азимут» отметила 9-летие

Мы благодарим наших дорогих пассажиров за выбор наших рейсов и ваше доверие.

В минувшем месяце авиакомпания «Азимут» отметила 9-летие: 18 августа 2017 года авиаперевозчику был присвоен сертификат эксплуатанта. Именно этот день наш коллектив отмечает как день рождения авиакомпании.

За девять лет авиакомпания создала уникальную маршрутную сеть прямых направлений между регионами России, по которым выполняет полёты на современных отечественных самолётах SSJ-100. Объём перевозок, развитие направлений и IT-проекты авиакомпании в 2025–2026 годах получили высокую оценку экспертного сообщества.

Сегодня авиакомпания «Азимут» входит в топ-10 авиаперевозчиков России и является одним из лидеров по эффективности эксплуатации данного типа воздушных судов и проценту занятости пассажирских кресел.

В авиакомпании «Азимут» трудятся более 900 человек – опытных профессионалов и молодых специалистов, влюблённых в свою работу. В коллективе авиаперевозчика юга России работают представители авиационных династий, в которых любовь к воздушным профессиям передаётся из поколения в поколение.



Более 15 миллионов пассажиров совершили перелёты рейсами авиакомпании «Азимут» с начала полётов в 2017 году.

Мы благодарим вас, дорогие друзья, за выбор наших рейсов. Мы делаем всё, чтобы ваш полёт был комфортным и оставлял самые приятные впечатления.

Открывая новую главу своей истории, авиакомпания «Азимут» продолжает развиваться, открывать новые направления и совершенствовать качество обслуживания пассажиров.

Мы всегда рады видеть вас на борту наших воздушных судов!

Привилегии для участников Программы лояльности А+

Авиакомпания «Азимут» развивает Программу лояльности А+ и напоминает о привилегиях для участников.



Ознакомиться подробнее с условиями Программы лояльности А+ вы можете на официальном сайте перевозчика.



Присоединяйтесь к Программе лояльности А+ в вашем личном кабинете на сайте авиакомпании и сделайте свой перелёт комфортнее и выгоднее. Участники Программы лояльности А+ имеют возможность оплачивать А-рублями авиабилеты и дополнительные услуги. При регистрации в Программе лояльности вам будет начислено 500 приветственных А-рублей после совершения первого перелёта.

Став участником Программы А+, вы сможете накапливать А-рубли за каждый совершённый перелёт и оказанные услуги, которые затем сможете потратить на новые билеты авиакомпании для себя или для другого пассажира. Участники Программы лояльности А+ могут приобрести авиабилеты за один рубль и оплатить остаток суммы А-рублями.

Profi: двойное начисление А-рублей и выбор места за один рубль

В Программе лояльности участникам доступен уровень участия Profi, предусматривающий двойное начисление А-рублей и выбор места в салоне самолёта за один рубль. Перейти на уровень Profi может любой участник в своём личном кабинете Программы лояльности, нажав кнопку «Profi» и оплатив годовой уровень участия.

Механика работы в авиации

Дарья Жиркова – авиационный механик по планеру и двигателям департамента инженерно-авиационной деятельности авиакомпании «Азимут», один из самых молодых специалистов нашего коллектива, – рассказывает о выборе профессии, поддержке коллег и о качествах, которые нужны людям, работающим в авиации.

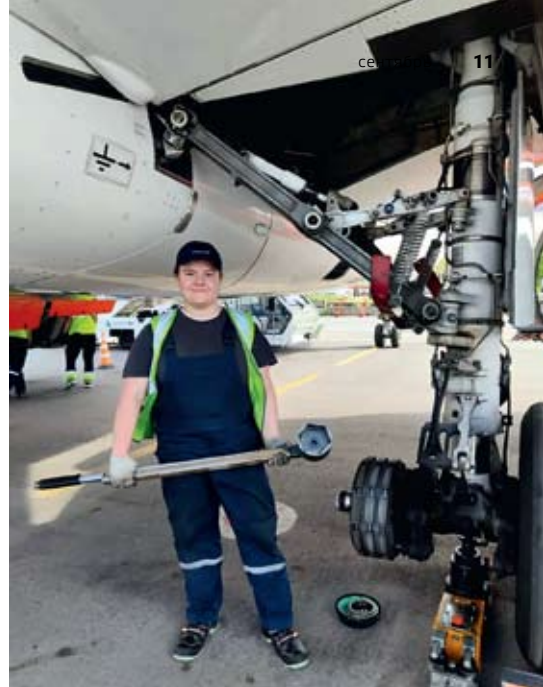
С самого детства меня интересует техника, космонавтика и самолётостроение. Кроме того, мой дедушка был механиком авиавооружения бомбардировщика Ил-28. Когда пришло время выбирать профессию, я основывалась на своих интересах. Хотелось найти вуз с авиационно-технической специальностью и недалеко от дома. Я из Новочеркасска, поэтому поступила в Донской государственный технический университет по направлению «Ремонт и обслуживание воздушных судов». Мы изучали как общие инженерные так и авиационные дисциплины: теорию авиационных двигателей, конструкцию воздушных судов. Давались они мне проще непрофильных предметов, поскольку для меня были самыми интересными. Ещё во время учебы в университет приезжал представитель департамента инженерно-авиационной деятельности авиакомпании «Азимут», рассказывал об особенностях работы, провёл несколько занятий и подчеркнул, что компания заинтересована в выпускниках. После

окончания университета в 2025 году я направила резюме в «Азимут», а спустя некоторое время меня пригласили на собеседование, по итогам которого приняли на работу. В компании меня встретили тепло: коллектив у нас замечательный, коллеги подсказывают, помогают.

Чем занимается авиамеханик

Я авиамеханик, занимаюсь оперативным обслуживанием воздушных судов. Это самая «младшая» должность, но под руководством старших коллег я уже выполняю, например, заправку маслом двигателей, вспомогательной силовой установки, привод-генераторов, заправку гидрожидкостью гидросистем, дозарядку азотом гидроаккумуляторов, осмотры воздушного судна перед полётом и после полёта.

Мне нравится работать в авиакомпании «Азимут». Помимо того что сама работа интересная, здесь есть обширный соцпакет. Например, есть возможность частичной компенсации затрат на за-



нятия спортом. В детстве я занималась карате, сейчас – самбо. Это здорово помогает. Без физической силы ты не сможешь и колодки оттащить. Нужно быть готовым эффективно работать и в ночные смены, это непростой график.

Всегда учиться

Самолёты – техника сложная, но очень интересная. Работа на перроне требует особого подхода к делу. Поэтому важно, во-первых, чтобы ты любил то, с чем работаешь. А во-вторых, чтобы ты постоянно учился и профессионально развивался. Это касается и молодых специалистов, и опытных инженеров. В нашей сфере обучение никогда не заканчивается.

Меня с детства вдохновляют люди, которые придумывают и воплощают то, что до них считалось невозможным. Можайский, Циолковский, Жуковский, Королев, отцы отечественной авиации и космонавтики. Тем, кто хочет связать свою жизнь с авиацией, рекомендую больше узнать об этой отрасли: изучать профильную литературу, общаться с людьми, которые уже в этой сфере работают. Нужно быть готовым к тому, что будет интересно, но потребуются полная отдача, внимание и дисциплина. И если уж ты решился идти в такую профессию, то нужно ответственно подходить к работе, не строить иллюзий, впитывать знания и получать опыт. ✈



Для вашего комфорта в полёте

Чтобы ваш полёт стал максимально комфортным, авиакомпания «Азимут» предусмотрела возможность для пассажиров самостоятельно оформлять дополнительные услуги при покупке билета и даже после — вплоть до регистрации на рейс.

На сайте авиакомпании «Азимут» пассажирам доступно оформление услуг дополнительного страхования, СМС-оповещения, заказ дополнительного питания и другие полезные сервисы, помогающие провести время на борту с удобством.

Выбор места в салоне самолёта

Пассажиры «Азимута» могут заранее выбрать удобное место в салоне – у окна, у прохода или с увеличенным пространством между рядами. Это особенно удобно для тех, кто летит в компании и хочет сидеть рядом. Самые выгодные тарифы на выбор мест доступны онлайн: при покупке билета, через «Поиск заказов», личный кабинет или во время онлайн-регистрации. Также при покупке авиабилета вместе с выбором места доступно оформление услуги автоматической онлайн-регистрации на рейс.



Дополнительное питание

Теперь пассажиры «Азимута» могут заранее заказать питание на рейс прямо на сайте авиакомпании. В меню – основные блюда, закуски и горячие напитки. Услугу можно добавить при покупке билета, позже через раздел «Поиск заказов» или во время онлайн-регистрации. Предварительный заказ гарантирует, что выбранное блюдо будет ждать вас на борту. При вылете из аэропорта Внуково и аэропорта Сочи заказ рационов дополнительного питания доступен на борту.

СМС-информирование

Сообщение уведомит о начале регистрации на рейс, назначении и изменении номера выхода на посадку и начале посадки на борт самолёта. При подключении услуги короткое текстовое сообщение отправляется на номер мобильного телефона, указанный в бронировании. Услуга СМС-информирования не включает в себя информирование пассажиров о таких сбойных ситуациях с рейсом, как задержка и/или отмена рейса.





Дополнительное страхование

Авиакомпания «Азимут» предлагает услугу добровольного страхования, которую можно оформить прямо на сайте при покупке билета или позже. Пассажирам доступны полисы от несчастных случаев, задержки рейса, утери багажа, отмены поездки, а также страхование животных. После оплаты полис приходит на электронную почту вместе с маршрут-квитанцией. Стоимость – от 659 рублей за перелёт в одну сторону. Партнёр программы – АО «Альфа-Страхование».

Класс обслуживания Комфорт

Предлагаем уютно разместиться на борту в выделенной части салона в передней части самолёта. При наличии свободных мест в первых трёх рядах кресел с увеличенным пространством между рядами возможно оставить свободным соседнее место, что создаст дополнительный простор и комфорт. В классе Комфорт доступны два места багажа не более 203 см в сумме трёх измерений по 23 кг каждое. В полёте длительностью до четырёх часов предоставляются лёгкие закуски и напитки, свыше четырёх часов – горячее питание и напитки. Летайте комфортно!



Сопровождение ребёнка на борту

Услуга «Несопровождаемый ребёнок» позволяет оформить перевозку ребёнка без взрослых пассажиров, но под полным присмотром и контролем сотрудников авиакомпании или действующих от её лица сотрудников аэропорта. В аэропорту ребёнка сопровождает представитель авиакомпании или сотрудник аэропорта, а в самолёте – бортпроводник. Для оформления услуги необходимо отметить чекбокс «Сопровождение ребёнка в полёте» в форме поиска билетов.

Авиакомпания «Азимут» запустила чат-бот в мессенджере MAX

В официальном канале max.ru/azimuthairlines наши пассажиры могут следить за новостями авиакомпании, узнавать об обновлениях маршрутной сети, новых направлениях и акциях. А чтобы всегда быть на связи с пассажирами, авиакомпания «Азимут» запустила чат-бот max.ru/AZIMUTH_flybot с полным функционалом в национальном мессенджере MAX, который в режиме 24/7 консультирует о расписании, услугах, тарифах, багаже и данных бронирования без ожидания оператора.

Новости: max.ru/azimuthairlines

Чат-бот
AZIMUTH_flybot



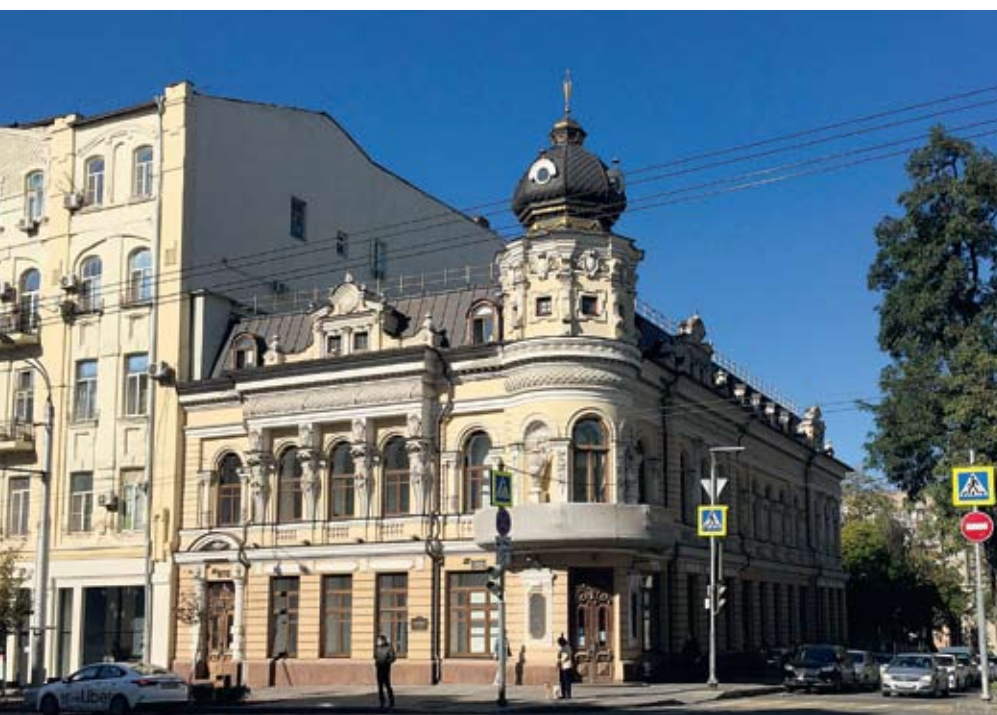
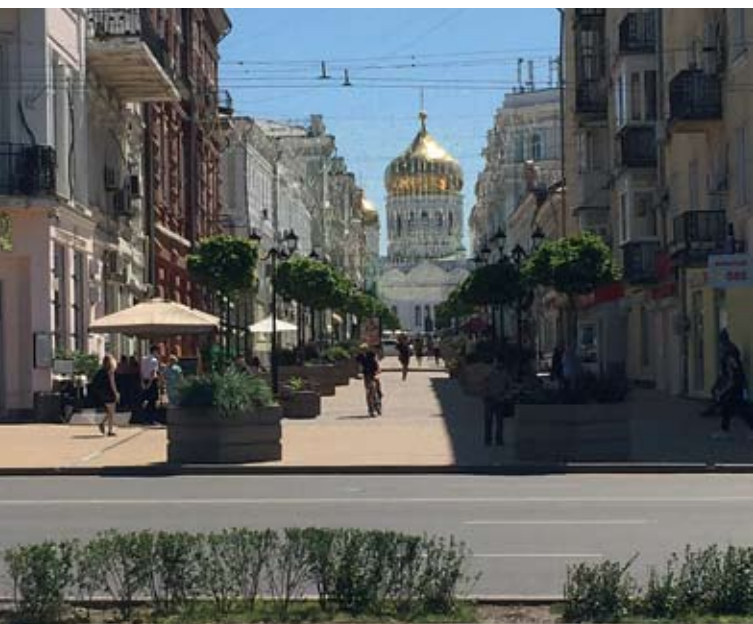
Мозаика жизни Ростова-на-Дону

Ростов-на-Дону не зря называют южной столицей России. Благодаря выгодному географическому положению, плодородным почвам, южному солнцу и деловой смекалке местных жителей, донской край прочно удерживает свои лидирующие позиции на юге страны.





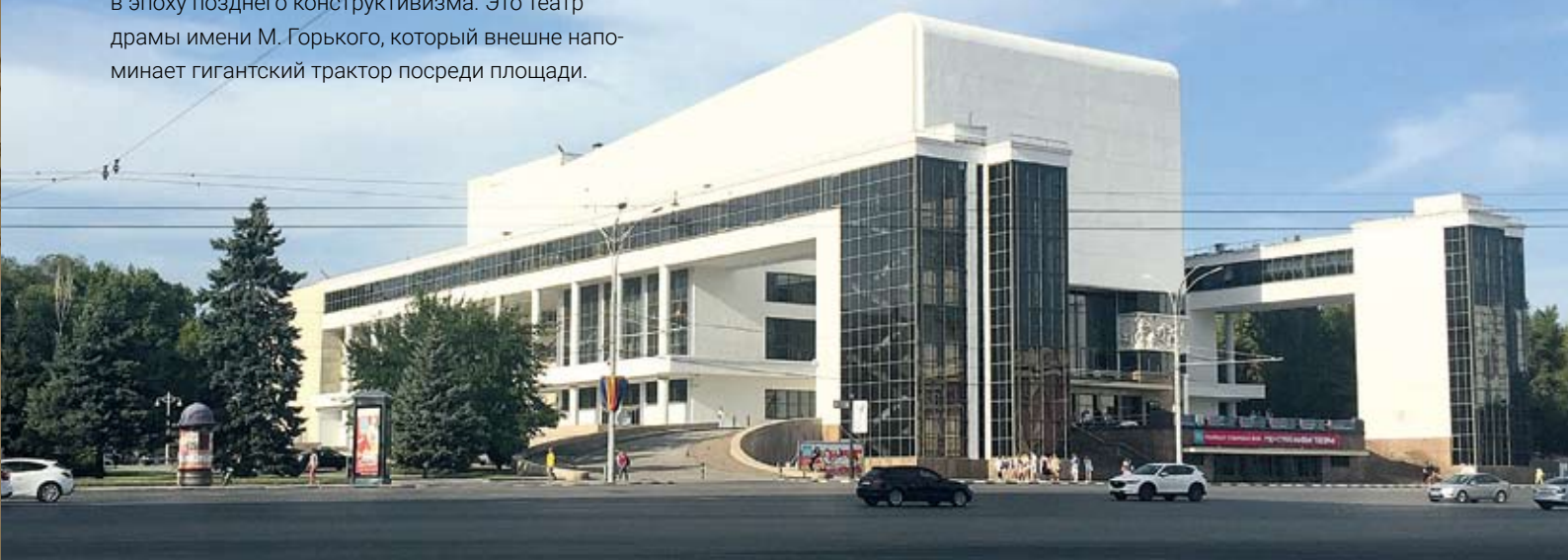
Туристов здесь ждёт много интересного. Разнообразная кухня с вкуснейшими местными продуктами, развитая инфраструктура, множество исторических, природных и культурных достопримечательностей. Среди них, например, главный в городе собор Рождества Пресвятой Богородицы, который был построен по проекту архитектора Константина Тона. Опираясь на тот же проект, архитектор построил несколько храмов по всей стране – храм Христа Спасителя в Москве, Введенский храм Семёновского полка в Санкт-Петербурге, Святодуховский собор в Петрозаводске. Но из всех них уцелел и дошёл до наших дней в первозданном виде только Ростовский собор.



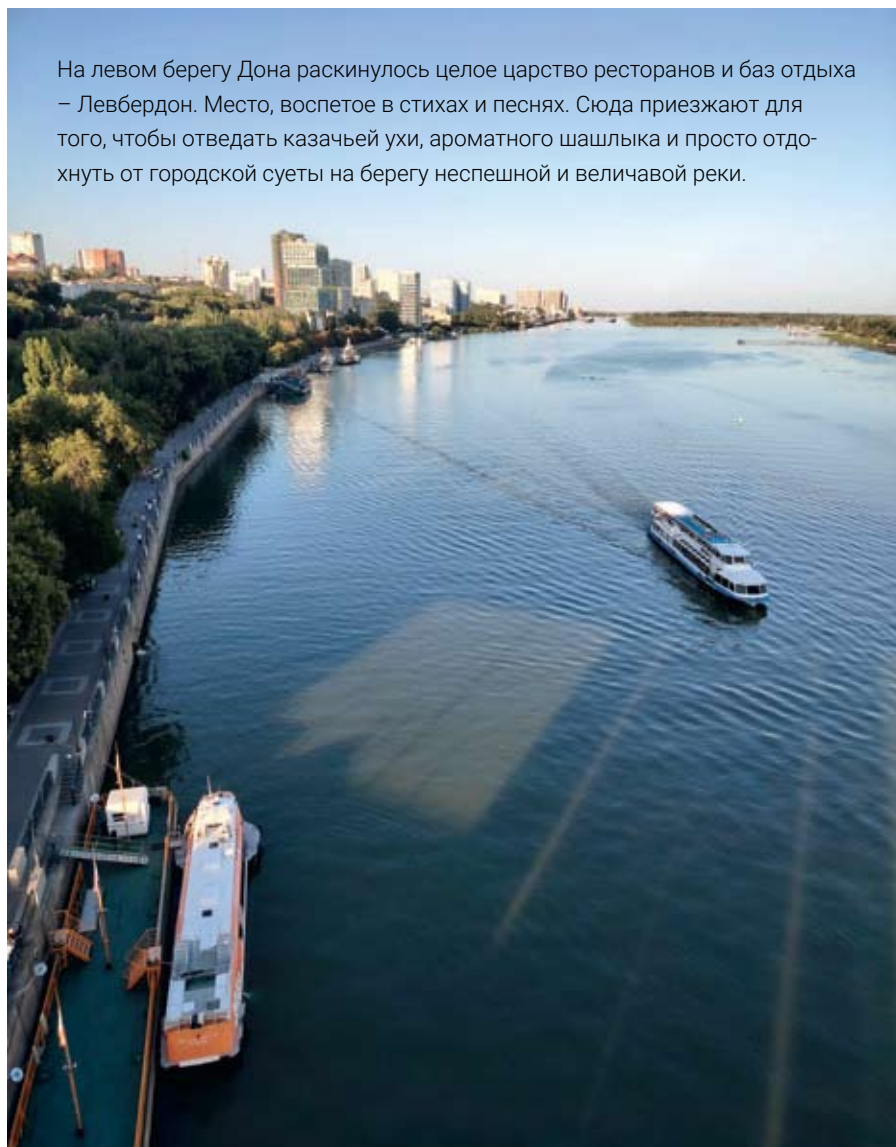
Кроме этого любители архитектуры могут встретить в Ростове множество купеческих особняков и доходных домов, построенных в стилях модерн, историзм, неоренессанс, необарокко, а также в неорусском стиле.



Есть в городе и другая архитектурная знаменитость, построенная в середине 1930-х годов в эпоху позднего конструктивизма. Это театр драмы имени М. Горького, который внешне напоминает гигантский трактор посреди площади.



На левом берегу Дона раскинулось целое царство ресторанов и баз отдыха – Левбердон. Место, воспетое в стихах и песнях. Сюда приезжают для того, чтобы отведать казачьей ухи, ароматного шашлыка и просто отдохнуть от городской суеты на берегу неспешной и величавой реки.



Любителей гастрономии привлекает легендарный Центральный рынок, или, как говорят местные, ростовский базар.

Он занимает целых два квартала в самом центре города, и здесь продаётся всё что угодно – от свежей зелени до устриц. Но особое впечатление на приезжих производят мясные, молочные и рыбные ряды.



Это лишь малая часть того интересно-го, что ждёт вас в Ростове-на-Дону. Но есть в городе достопримечательность, которая буквально объединяет все перечисленные выше. Это мозаика в ростовских подземных переходах на двух главных транспортных и пешеходных артериях города – Будёновском и Ворошиловском проспектах. В чём заключается её уникальность? Как создавались сюжеты и чем вдохновлялись мастера-мозаичисты? Какие «пасхалки» они оставили потомкам? Как здесь проявились все интересные места и история Ростова? **Обо всём этом мы попросили рассказать экскурсовода и краеведа Игоря Нарижного, который посвятил ростовским мозаикам целое исследование.**

Давайте начнём с подземного перехода на перекрёстке проспекта Будёновского и улиц Московской, Станиславского. При спуске в переход на стенах можно увидеть гигантские цифры 1972. Они сейчас закрашены в белый цвет вместе

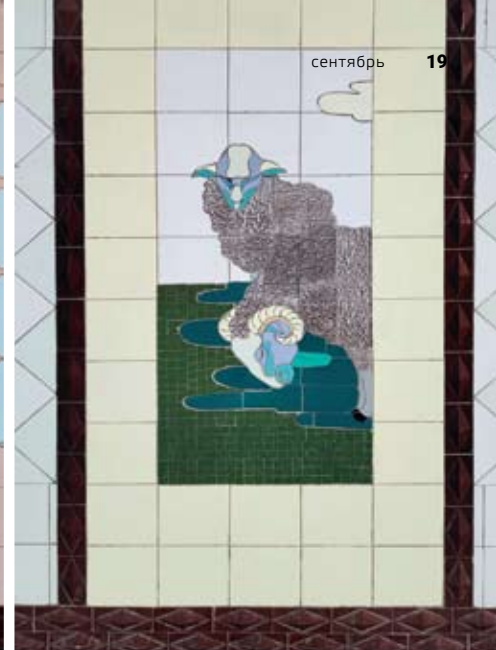
со стенами, поэтому сделать это непросто, но можно. В этом году Ростов-на-Дону стал третьим городом в стране, в котором появились подземные переходы.

Тогда Ростов очень активно застраивался и преображался. Город был

богатый. Здесь работало несколько крупнейших предприятий – «Ростсельмаш», «Красный Аксай», «Роствертол», «Горизонт» и т. д. Денег в бюджете было много, поэтому решили не просто построить подземные переходы, но ещё и украсить их мозаичной плиткой.



В 1972 году Ростов-на-Дону стал третьим городом в стране, в котором появились подземные переходы.



Строительные работы проводились организацией «Мостоотряд № 10», начальником которой был ростовчанин Георгий Иванович Былло. Согласно неофициальной, но весьма вероятной версии, за пару лет до строительства переходов Былло познакомился с мастером-плиточником Юрием Лабинцевым. Не имея высшего мону-ментального образования и доступа к разноцветной смальте, из которой делалась вся византийская мозаика, Лабинцев самостоятельно смог разработать технологию создания мозаики из кафельной плитки. Поначалу мастер-самоучка создавал небольшие панно для частных заказчиков. Некоторые ростовские интерьеры, которые когда-то принадлежали видным советским деятелям, и сегодня хранят «картины», подозрительно напоминающие мозаику в переходах. Возможно, одним из заказчиков Лабинцева был и Былло, который решил использовать талант мастера в масштабах большого государственного проекта. Так во времена, где связи решали если не всё, то многое, появился проект подземных переходов, где главным строителем был Георгий Былло, а главным художником-оформителем Юрий Лабинцев. Под руководством последнего бригада из семи-восьми мастеров на протяжении примерно 12 лет занималась облицов-

кой подземных переходов. И город от этого только выиграл. По центральной галерее сразу видно, чем славился советский Ростов в гастрономическом плане и чем славится он сейчас. Один из выходов в переходе ведёт как раз к Центральному рынку, поэтому на одной стороне мы видим мозаики, изображающие различные фрукты и овощи, а на другой – разно-образную живность и рыбу. Причём здесь важно обратить внимание на то, как мастерски подобрана плитка. Например, для изображения шерсти баранов мастера применяли плитку не только нужного цвета, но и схожей с шерстью фактуры. Кстати, в мозаике использовали плитку нескольких фабрик – местную шахтинскую, плитку Славянского керамического комбината и (в основном для фона) чехословацкую. Иногда, чтобы получить плитку нужного для мозаики цвета, на заводе в Шахтах её переобжигали или специально разрабатывали нужную глазурь. Известно, что прежде чем приступить к работе, Лабинцев специально отправился в творческую командировку по хуторам и станциям Ростовской области, чтобы собрать необходимую фактуру и сделать наброски и эскизы. Ему было

важно, чтобы все детали на мозаиках выглядели максимально реалистично. Значительная часть мозаик в этом переходе посвящена произведениям донского писателя Михаила Шолохова. Одна из галерей выполнена так, что мы как будто идём по Дону, а справа и слева от нас видны его берега. Саму реку символизируют изображения кувшинок на полу. На стенах по одну сторону видны поля, а по другую детально изображён казачий курень, который точно соответствует описанию двора Мелеховых из романа «Тихий Дон». Двухэтажный дом, в котором первый этаж, или подклет, выложен из камня: летом он использовался как

Есть частный интерьер, где в ванной комнате изображён такой же зайчик из плитки, «сидящий на горшке».





Особенность кафельной плитки в том, что она ломается только под прямым углом и крошится, поэтому с ней очень сложно работать.

погреб для хранения, а зимой там жила скотина. Верхний этаж – мазанка, которая делалась из деревянного каркаса, покрытого смесью глины и соломы. В таком жилище было довольно прохладно летом и тепло зимой. Обратите внимание, что ставни одного окна закрыты. Наверное, там кто-то ещё спит. Вторая сцена – это встреча Григория и Аксиньи. Скорее всего, при создании этой мозаики Лабинцев опирался на знаменитую киноэпопею Герасимова «Тихий Дон» и на иллюстрации к роману художника Сергея Королькова, которые создавались при жизни Шолохова и утверждались им лично. Оба (и писатель и художник) были казаками – только один с верхнего, а другой с нижнего Дона. Иногда они спорили о каких-то деталях в рисунках. Порой Корольков соглашался с Шолоховым, а порой говорил, чтобы писатель не учил его рисовать, ведь он не учит его писать. На этом споры обычно заканчивались. Данная сцена – прямая отсылка

и к памятнику Григорию и Аксинье, который установлен на въезде в станцию Вёшенскую, где родился писатель. Только Лабинцев спешил Григория, чтобы органично вписать его в горизонтальную мозаику. И ещё обратите внимание на вёдра. На мозаике они уже

конусовидные и больше напоминают обычные вёдра советского периода. Ещё одна сцена из первых глав «Тихого Дона», где Пантелей Прокофьевич и Григорий вылавливают из Дона сазана. Обратите внимание на серёжку в левом ухе старшего Мелехова. Это важная





деталь, потому что такую серёжку мог носить только единственный сын в казачьей семье. Серёжка показывала, что это единственный продолжатель рода, поэтому таких казаков берегли в опасных походах и жестоких боях. Эта деталь как раз прорисована.

На следующем панно мы можем увидеть сцены, отсылающие сразу к трём произведениям Шолохова. Это тот же «Тихий Дон», «Нахалёнок» и «Жеребёнок». Нахалёнка мы можем видеть в самом углу мозаики, хотя, на мой взгляд, это одна из центральных её фигур.



В другом углу мозаики мы видим несколько человек, которые заняты покосом. Но если мы присмотримся, то увидим, что это фигуры женщин, старика и совсем молодого парня. Это тоже довольно важная деталь, характеризующая тот период времени – все мужчины просто ушли сначала на Первую мировую, а потом и на Гражданскую войну. В центре этой мозаики конный отряд, в котором мы видим и кубанских, и донских казаков, и обычных красноармейцев. Возглавляют отряд две фигуры – Будённого и Ворошилова. Обратите внимание, что едут они параллельно и относительно друг друга так же, как располагаются два самых крупных проспекта в городе – проспекты Будёновский и Ворошиловский. Оба этих полководца командовали Первой Конной армией, действовавшей на Дону в годы Гражданской войны и освободившей Ростов от белогвардейцев. Если присмотреться внимательно, можно увидеть, что звёзды на будёновках

синие. Это тоже важная историческая деталь. В Гражданскую войну цвета звёзд показывали род войск в Красной Армии. Синие звёзды на будёновках означали принадлежность к кавалерии. Кстати, этот головной убор первоначально назывался «шлем суконный», или богатырка. Его остроконечный силуэт детально копировал древнерусский шлем, который носили былинные богатыри. Отсюда и название. Первые партии обмундирования получили войска под командованием

Михаила Фрунзе, поэтому одно время его называли «фрунзевка», но затем в суконные шлемы с синими звёздами массово оделась Первая Конная армия Семёна Будённого, и в народе прочно утвердилось название «будёновка». Следующая галерея посвящена животным и птицам донского края. Здесь мы видим по одну сторону лосей, кабанов, лис, волков и других животных. По другую – сов, аистов, цапель, кречетов, уток и т. д. Одна из моих любимых мозаик здесь



Много милого и простого
Есть у города Ростова,
Два проспекта «пути пройденного» –
Ворошилова и Буденного.

Михаил Светлов



— это лось. Посмотрите, как сделана изморозь на ветках. И ещё мне нравится панно с пеликанами, которых казаки называли на турецкий манер «баба-птица». Кстати, перья пеликана казаки использовали в качестве чехла для пики, чтобы не поранить случайно едущего рядом. Есть отдельное мозаичное панно, посвящённое, может быть, самому смешному моменту в произведении «Поднятая целина», когда дед Шукарь накормил всех супом с лягушками. Если

вспомнить дословно текст, там есть такие слова, которые кричит Шукарю одна из колхозниц: «— Сукин сын! Ну-трец седой!.. Чем же ты нас накормил?! — взвизгнула Аниуська, сноха Донецких, и с подвывом заголосила: — Ить я зараз в тягостях! А ежели вот скину через тебя, подлюшного?..» Здесь речь о том, что она беременна, и если мы внимательно посмотрим на мозаику, то увидим, что у одной из героинь действительно округлый живот.



Что-то из изображённого на мозаике так и не было реализовано, а что-то стало своего рода пророчеством.

В 1970-х годах Ростов активно застраивался, и для следующей мозаики за основу был взят генеральный план застройки центра города. Что-то из этого реализовалось, а что-то нет. Мы видим здесь постоянный мост на Зелёный остров. На стрелке острова должен был появиться памятник морякам, чем-то напоминающий статую Свободы в Нью-Йорке. Дальше на мозаике видно здание летнего кинотеатра. Но эти проекты не были воплощены в жизнь. Это своего рода иллюстрация того, каким мог бы быть Ростов.

У набережной изображён корабль. Есть мнение, что это то самое судно, которое снималось в фильме «Пираты XX века». Это действительно вполне может быть, потому что картина вышла в том же 1979 году и была очень популярна. Неподальёку расположено здание бассей-

на «Спартак», которое реально существовало, но до наших дней не дошло. Он находился в самом низу Кировского проспекта, и особенность его была в том, что он наполнялся водой из Богатынского источника.

За деревьями мы видим здание театра имени Горького в виде трактора. Интересно, что стелы рядом не видно. Она была построена в 1983 году. В районе Ворошиловского моста — несколько высотных зданий. Они есть и сейчас. Правда, тогда предполагалось, что это будут различные НИИ, но в

итоге были построены жилые дома. Интересная деталь — на мозаике рядом с собором изображена и колокольня. Хотя на период создания панно никакой колокольни (в 1942 году она была взорвана) не было и её воссоздание в советском Ростове не планировалось. Но Лабинцев её по каким-то причинам рисует, и комиссия по каким-то причинам этот рисунок принимает. Что в конечном итоге становится пророчеством, потому что колокольня была восстановлена в 1999 году уже после развала СССР.

В Ростове несколько подземных переходов. И мозаика в каждом из них посвящена какой-то своей теме: детство и юность советского человека, военные походы и победы России на южных рубежах, космос и т. д. Мы описали здесь мозаики только в одном переходе. Просто потому, что в ней удивительным образом сошлось всё, что вбирает в себя Ростов-на-Дону: река и порт, широкие улицы и степной простор, литература и проза жизни, труд и праздник, история и мечты о будущем. В этом и заключается мозаика жизни большого южного города, который всегда жил на перекрёстке дорог, культур и человеческих судеб. ✈

На мозаике рядом с собором изображена и колокольня. Хотя на период создания панно никакой колокольни не было и её воссоздание не планировалось.



Золото тихого Дона

В двух с половиной часах езды от Ростова-на-Дону есть хутор Старозолотовский, который в 2019 году был признан одним из самых красивых в стране. Это настоящий этнографический музей под открытым небом, посвящённый истории и культуре донского казачества начала XX века. Здесь проходят фестивали, цветут лавандовые поля, кричат петухи, в садах наливаются сладким соком фрукты, а время течёт медленно и спокойно, как вода в тихом Дону. Но за этой идиллической картинкой скрывается непростая история, которая стоит того, чтобы приехать сюда хотя бы на один день.





Дорога сюда – уже сама по себе достопримечательность. Бескрайние донские степи, напоминающие зелёное море, небольшие церквушки на пригорках, широкое голубое небо, дорога, уходящая в горизонт между полями, засажены подсолнечником.

И вдруг среди этого почти бескрайнего пространства появляется небольшой хутор. Несколько улиц, старые казачьи дома в тени садов, палисадники, виноград, цветы и совсем рядом – Дон. История этого места намного старше его нынешнего облика. Первые известные упоминания о Золотовском относятся к XVII веку. Название связывают с протокой Золотой, впадавшей в Дон. В 2025 году хутор отмечал 340 лет с момента первого летописного упоминания о себе.

Когда-то здесь существовала станица Золотовская. Позднее часть населения переселилась на другой берег Дона, возник Новозолотовский, а оставшееся поселение стало называться Старозолотовским. Поэтому слово «старый» в его названии напоминает об истории этого разделения.

В начале XX века Золотовский был достаточно большим поселением. Здесь насчитывалось более двух тысяч жителей, работали церковно-приходская

школа и приходское училище, была церковь. Хутор жил обычной для Дона жизнью. Казаки занимались земледелием, рыболовством, скотоводством и особенно виноградарством. Местный сорт «Красностоп золотовский» был известен далеко за пределами хутора.





путевые заметки



Хорошо известен он и сейчас. Из него делают премиальные сухие красные и розовые вина, которые считаются гордостью и одним из главных символов современного донского виноделия. Но в 1980-е годы специализация на виноделии едва не стоила хутору жизни. С начала горбачёвского «сухого закона» местные виноградники были практически уничтожены распоряжением свыше. Молодёжь стала переезжать в Ростов, закрылась школа, одни дома опустели, в других жили лишь старики. Ситуация ещё больше усугубилась с распадом СССР.

Второе рождение Старозолотовский получил благодаря киноискусству.

В 2014–2015 годах в Ростовской области проходили съёмки сериала Сергея Урсуляка «Тихий Дон» по роману Михаи-

ла Шолохова. После окончания съёмок декорации не разобрали и не отправили в небытие. По инициативе предпринимателя и мецената Али Узденова часть построенных для фильма казацких куреней перевезли в Старозолотовский. В хутор провели газ, водопровод, проложили асфальтированные дороги, организовали общественные пространства, пляж. Одновременно началось восстановление исторической среды. Так здесь появился этнографический музей под открытым небом «Тихий Дон».

В июне 2019 года хутор стал первым населённым пунктом Ростовской области, вошедшим в российскую Ассоциацию «Самые красивые деревни и городки России». Решение принималось после выездной экспертизы. Оценивались ландшафт, экология,



архитектурная целостность, историко-культурная самобытность, качество организации территории и другие характеристики. Для вступления требовалось набрать не менее 50 баллов, а Старозолотовский получил 63. В экспертизе участвовали российские специалисты и зарубежные эксперты из Франции. В результате Старозолотовский также официально вошёл в международное сообщество самых красивых деревень и городков мира. В 2022 году хутор получил вторую звезду российской ассоциации, а в октябре 2025 года – третью, высшую. Экспозиция Старозолотовского воспроизводит быт донского казачества начала XX века. Сегодня в комплексе собрано более 2500 экспонатов. Любопытно, что музей не пытается выглядеть как обычная музейная экспозиция. Здесь можно войти в курень, заглянуть во двор, увидеть предметы быта, кухонную утварь, одежду, мебель. В результате возникает странное ощущение: будто хозяева только что вышли и вот-вот вернуться.

Есть у Старозолотовского и неожиданная «провансальская» сторона.

Летом рядом с хутором зацветают несколько гектаров лаванды. Официальный туристический портал Ростовской области указывает, что основное

цветение приходится примерно на середину июня – середину июля. Контраст получается почти кинематографический: донская степь, старые казачьи курени и фиолетовое поле, уходящее к горизонту. Но лаванда – далеко не единственная местная растительная достопримечательность. В Старозолотовском развиваются цветочные пространства, появились сад хризантем, сиренгарий, сезонные посадки тюльпанов, шалфея и пионов. Осенью здесь проводят «Бал хризантем». Но главная местная ботаническая знаменитость – это всё-таки виноград.

Мы уже упоминали про автохтонный сорт «Красноstop золотовский». Его история насчитывает не одно столетие. Название объясняется донским словом «stopка» – так называли плодоножку виноградной кисти. У этого сорта она имеет красноватый цвет.

Любопытно, что музей не пытается выглядеть как обычная музейная экспозиция. Здесь можно войти в курень, заглянуть во двор... В результате возникает странное ощущение: будто хозяева только что вышли и вот-вот вернуться.



Первое научное описание «Красностоп золотовского» было сделано в 1980 году именно в Старозолотовском, хотя более ранние письменные сведения о местном красном винограде относятся ещё к XIX веку. Поэтому сегодня поездка сюда – хороший повод попробовать не просто донское вино, а напиток, в котором буквально зашифрована история конкретного места. Сделать это лучше всего во время фестиваля автохтонных вин «Красностоп Золотовский», который проходит в хуторе в октябре после сбора урожая.

Гастрономия Старозолотовского логично продолжает его историю. Здесь не столько придумывают «модную кухню», сколько возвращаются к донским продуктам и казачьим рецептам. В местных ресторациях готовят блюда по казачьим рецептам, используя продукты местных фермерских хозяйств. Вряд ли кого-нибудь оставят равнодушным донская уха, салаты из местных

помидоров, жареный сазан, запечённый в сметане карп или суп из хуторского петушка с лапшой. На территории хутора действует и «Калачная», где можно познакомиться с традицией приготовления калачей в русской печи.

У Старозолотовского есть ещё один, гораздо более древний слой истории. Неподальё находится Золотовское городище – археологический объект на острове Куркин, в районе слияния Дона и Северского Донца. Исследования этого места проводились ещё в начале XX века историком Евграфом Савельевым. А в 1960-е годы археологи обнаружили в районе Старозолотовского следы стоянки древнего человека. В краеведческих источниках её называют исключительно важным памятником древнейшего заселения юга России. Однако конкретные датировки и формулировки о «самой древней стоянке Европы» в популярных публикациях расходятся, поэтому без оговорок



➤ Есть в хуторе Старозолотовском ещё одна природная достопримечательность – степные сурки, которых в простонародье называют байбаками. Колония из сотни этих зверьков обосновалась на холмах вокруг хутора. Летом в жару они отдыхают глубоко в норах и выходят на поверхность только рано утром или ближе к вечеру. А зимой впадают в спячку до начала весны.



повторять такие определения не стоит. Достоверно можно сказать лишь то, что окрестности хутора имеют значительный археологический интерес.

В Старозолотовский стоит ехать не ради одного объекта. В этом и заключается его главное отличие от многих туристических мест. Можно начать с музея «Тихий Дон», пройти по улицам хутора, рассмотреть старые и восстановленные курени, выйти к Дону, покупаться и позагорать на пляже,

заглянуть в цветущие сады, летом отправиться на лавандовое поле, а затем попробовать блюда донской кухни и местное вино. Если повезёт – по дороге встретить байбака. Но главное здесь – другое ощущение времени.

Старозолотовский не пытается казаться старым, хотя его история действительно насчитывает сотни лет. Здесь не нужно специально придумывать «атмосферу Дона»: она уже есть в ландшафте, архитектуре, виноградниках, названиях улиц, речном просторе и привычке жителей сохранять то, что осталось от прошлого. ✈





«Мобильный» этикет

Телефон давно стал нашим постоянным спутником. В нём помещается работа, семейные и рабочие чаты, банковские приложения, фотографии, музыка, новости, аудиокниги, карты, маркетплейсы, записная книжка и ещё примерно половина нашей жизни. Часто мы первым делом берём его, когда просыпаемся. Затем используем весь день на работе, в свободное время, в транспорте и даже иногда кладем рядом с собой в кровати перед сном, как ребёнок кладёт рядом с собой любимую игрушку.

Вместе со смартфоном появился и новый раздел этикета, который связан с использованием этого гаджета. Проблема в том, что единого «официального» свода правил пока нет. Поэтому каждый устанавливает границы самостоятельно. Или не устанавливает совсем. И тогда начинаются проблемы. Ведь даже если утверждённых правил нет, есть общепринятые нормы поведения, в которых главный ориентир остаётся неизменным: поступай так, чтобы твои действия не создавали неудобства другим людям. Иначе люди начнут создавать неудобства вам. Жизненный опыт подсказывает, что так обычно и происходит.

Исходя из этого мы и попробуем перечислить основные правила «мобильного» этикета, которые помогут полноценно пользоваться телефоном и при этом не портить отношения с окружающими людьми.

Семья важнее телефона

Есть особая ирония в том, что смартфон, созданный для того, чтобы постоянно связывать нас с людьми, иногда мешает разговаривать с теми, кто находится прямо перед нами. Представьте – семейный ужин. Один человек рассказывает, как прошёл день. Второй кивает, одновременно отвечая в рабочем чате. Третий фотографирует еду. Четвёртый смотрит что-то в телефоне «буквально одну секунду»... Вся семья вроде бы физически находится за одним столом, но каждый ведёт собственную цифровую жизнь, и тот, кто пытался поделиться с близкими чем-то важным, вдруг понимает, что он одинок. Отсюда простое семейное правило: если семейные отношения и общение действительно важны, телефоны лучше убрать. Не обязательно торжественно складывать все смартфоны в сейф, закрывать его и объявлять начало «семейного часа». Достаточно не держать аппарат в руке и не проверять экран при каждом звуке уведомления.

Особенно это важно при общении с детьми. Нужно быть последовательным. Ребёнку довольно трудно объяснить, что нельзя постоянно сидеть в телефоне, если взрослый делает ровно то же самое. Дети вообще обладают удивительным талантом замечать наши двойные стандарты задолго до того, как научатся понимать смысл этих слов.

Разумеется, бывают исключения. Если вы ждёте важного звонка, лучше предупредить об этом заранее: «Мне должны позвонить или написать по важному делу, поэтому могу отвлечься». Это гораздо вежливее, чем во время ужина каждые три минуты смотреть на экран с видом тайного агента, который должен получить секретное задание. Помните, что семья

Ребёнку довольно трудно объяснить, что нельзя постоянно сидеть в телефоне, если взрослый делает ровно то же самое.

важнее любых гаджетов. И постарайтесь сами чётко следовать правилам, которые устанавливаете.

Рабочие моменты

В офисе ситуация сложнее. Очевидно, что телефон здесь не только личный предмет, но и рабочий инструмент. Сотрудник может ответить клиенту, открыть документ, подключиться к конференции, проверить почту. Правда, в перерыве между этими важными рабочими делами ничто не мешает ему заказать ракетки для бадминтона, посмотреть новости или узнать, где отдыхал человек, с которым он был знаком десяток лет назад. Многие руководители смотрят на это сквозь пальцы. В конце концов, не так важно, что разглядывает сотрудник в телефоне, лишь бы он успевал выполнять свою работу. И соблюдал деловой этикет. Впрочем, его стоит соблюдать и самому руководителю.

На совещании смартфон лучше убрать из рук. Даже если вы действительно читаете материалы, которые касаются встречи, со стороны это может выглядеть как увлекательная переписка с человеком, который гораздо интереснее ваших коллег. Если вам звонят и звонок важный, предупредите об этом и выйдите из помещения. Если звонок неважный, он вполне способен подождать. В идеале просто отключить звук во время переговоров или совещаний.

Звонок в нерабочее время

Современный смартфон дал нам много возможностей, но он же позволил офису незаметно переехать домой. Вечером, в выходные и даже в отпуске человек может получить сообщение с невинным: «Есть маленький вопрос». После чего выясняется, что «маленький вопрос» породил три файла, два звонка и три часа вашего драгоценного отдыха на море. Исследования связи между использованием смартфона в нерабочее время и конфликтом между работой и личной жизнью действительно показывают проблему размывания этих границ. Поэтому хороший цифровой этикет касается не только того, как мы пользуемся телефоном сами, но и того, чего мы требуем от других. Сообщение не обязательно нуждается в немедленном ответе. И не каждый человек, который увидел ваше сообщение на отдыхе или после рабочего дня и не ответил через три минуты, – негодяй, предатель и саботажник. Да и в рабочее время у него могут быть причины. Он может быть занят. Или разговаривать с кем-то. Или вести машину. А уж на отдыхе этих причин хоть отбавляй. Наверняка вскоре вы сами можете оказаться на месте этого человека, и вряд ли вам захочется решать сложности коллег вместо того, чтобы смотреть на умопомрачительный морской закат. Так что дайте человеку отдохнуть. В конце концов, именно для этого и существует отпуск и личное время. Ответит, когда ему будет удобно.

Скрытая камера

В кафе телефон, казалось бы, никому не мешает. Но именно здесь особенно хорошо заметно, как личное пространство постепенно расширяется до общественного. Кто-то разговаривает по громкой

Хороший цифровой этикет касается не только того, как мы пользуемся телефоном сами, но и того, чего мы требуем от других.

связи. Чей-то ребёнок смотрит мультики, в которых герои орут как ненормальные. Ещё один посетитель прослушивает или отправляет голосовое сообщение без наушников. Через некоторое время возникает ситуация, напоминающая комедийный спектакль, в котором никто ни с кем не знаком, но все знают, у кого проблемы в личной жизни, кому должны деньги и что вчера произошло в футбольной премьер-лиге.

Согласно опросам, подобное поведение действительно воспринимается как раздражающее.

Далеко не всем нравится узнавать подробности чужой жизни, которые буквально сваливают им на голову. Правило здесь очень простое – используйте наушники. А если разговор нельзя вести тихо – лучше выйти.

И ещё одна скользкая тема – фотографии. Сфотографировать красивый десерт, чтобы подкормить тщеславие в соцсетях, это личное дело каждого человека. Но если в кадр попали другие посетители, лучше помнить, что они пришли в ресторан не для того, чтобы стать героями популярных постов. Более того, возможно, им совсем не хочется огласки того, с кем и для чего они пришли в заведение. Поэтому помните, что свобода ваших действий заканчивается

там, где она начинает попира́ть свободу других людей.

Тишины и зрелищ

Есть места, где правила особенно важны и просты. Если вокруг вас люди пришли слушать, смотреть или сосредоточиться, телефон должен стать максимально незаметным. Поэтому в театре, кино, на экскурсии, лекции или на концерте лучше заранее включить беззвучный режим, а в идеале – выключить телефон. Ведь беззвучный режим – не всегда достаточно. В тихом зале отвлекать внимание и раздражать может и вибрация, и ярко вспыхнувший экран. Если фотографировать и снимать разрешено, это ещё не означает, что стоит держать смартфон над головой весь спектакль.

На выставке действует похожий принцип. Фотография экспоната может быть совершенно уместной, но не стоит превращать её создание в отдельную инсталляцию, закрывая собой объект на несколько минут. Если хочется сделать идеальный кадр, сначала стоит дать возможность посмотреть другим.

Телефон в дороге

В общественном транспорте телефон в целом воспринимается гораздо спокойнее. Люди едут по своим делам, кто-то

переписывается, кто-то читает, кто-то смотрит маршрут. Это вполне допустимо. Но допустимость не означает вседозволенность.

Здесь тоже действует старая добрая рекомендация – контролируйте громкость. Телефонный разговор не должен становиться аудиоспектаклем для всех попутчиков. И даже самую любимую вашу песню не обязательно слушать всем. Особенно если вы в самолёте. Здесь люди находятся рядом долгое время и значение тишины становится ещё выше. Так что, собираясь в дорогу, не забудьте наушники. И зарядите их заранее.

Личные границы

Мы уже говорили, как много вмещает в себя телефон и поэтому хранит огромное количество личной информации. Заглядывать в чужой экран через плечо, брать смартфон без разрешения или читать чужую переписку – это плохая идея даже тогда, когда кажется, что «там всё равно ничего интересного».

То же касается и демонстрации чужих сообщений, адресованных вам. Особенно если они носят личный характер. Скриншот переписки может показаться забавным, но тот факт, что вы получили сообщение, ещё не означает автоматического разрешения показывать его всем знакомым.

С фотографиями работает тот же принцип.

Мы живём в мире, где сделать снимок и отправить его сотням людей можно мгновенно и почти незаметно. Поэтому простой вопрос: «Можно я это выложу?» способен предотвратить гораздо больше неловких ситуаций, чем кажется.

В конечном счёте правила обращения со смартфоном удивительно похожи на правила обычного этикета. Не говорить слишком громко. Не создавать неудобства. Не вторгаться в чужое пространство. Не заставлять окружающих участвовать в том, что их не касается. И главное, не забывать, что телефон – это всего лишь инструмент, и сам по себе он ни в чём не виноват. Проблемы начинаются тогда, когда, уткнувшись в гаджет, мы перестаём замечать мир и людей вокруг нас. ✈



Новая осенне-зимняя коллекция ECLIPSE

Ключевыми элементами коллекции стали изделия из натуральных материалов, а также расширенная линейка обуви и сумок.



Название новой коллекции ECLIPSE родилось не просто так. Это история о внутренней силе женщины, которая становится настолько притягательной, что затмевает всё вокруг. Именно это ощущение легло в основу новой коллекции Lumique, снятой в Париже.

В коллекции бренд обращается к элементам церемониального дресс-кода, исторического костюма и аристократической эстетики, переосмысливая их в современном контексте.

Камербанды, приталенные силуэты, высокий ворот, архитектурные плечи, сложная драпировка, благородный бархат, шерсть и шёлк становятся не цитатой из прошлого, а языком современной женщины — уверенной, чувственной и свободной.

Digest

новости науки и техники,
которые изменят нашу жизнь завтра

Умная повязка

В НИТУ МИСИС разработали биосовместимый гидрогель, который может помочь коже быстрее восстанавливаться после повреждений. Материал борется с избытком активных форм кислорода, способным повреждать клетки и тормозить заживление. Основой служит альгинат натрия, а специальная структура из дендримеров постепенно высвобождает антиоксидант. Испытания на клетках кожи человека показали отсутствие токсического эффекта и снижение уровня активных форм кислорода.

Экзоскелет читает намерения

Исследователи Московского Политеха разработали систему, которая позволяет экзоскелету нижних конечностей определить, когда человек собирается сделать движение. Компьютер одновременно анализирует электроэнцефалограмму, активность мышц ног и электродермальный ответ кожи. Всего предусмотрено четыре режима – от автоматического до полностью ручного. Разработка в первую очередь предназначена пациентам после инсульта, и её уже протестировали на 40 добровольцах. Следующая задача учёных – сократить время реакции экзоскелета на сигналы пользователя и запустить его в производство.



Цемент из отходов

Исследователи из Белгорода разработали строительный материал на основе доменного шлака, который может стать более экологичной альтернативой традиционному цементу. Главная проблема шлаковых вяжущих – непредсказуемая скорость затвердевания: после одного способа приготовления смесь схватывается слишком быстро, после другого – слишком медленно. Учёные предложили добавлять цитрогипс – побочный продукт производства лимонной кислоты. Он позволяет управлять процессом затвердевания, не снижая прочности материала. Заодно технология даёт применение отходам пищевой промышленности.

Роботы идут первыми

В Китае готовят к запуску в массовое производство четвероногих и колёсно-шагающих роботов X30 и Lynx M20 для работы на пожарах и в других чрезвычайных условиях. Роботы должны первыми входить в опасную зону, оценивать обстановку, передавать данные спасателям и доставлять оборудование. X30 оснащён камерой и 3D-лидаром, который строит карту помещений, ищет очаги огня и контролирует состав воздуха. При необходимости робот способен тушить пожар водопенной струёй на расстоянии до 60 м, подавая до 40 л в секунду. Машины также могут создавать собственную сеть связи там, где сотовая связь нестабильна. 🚒



Радость прикосновения к высокому искусству

Более восьмидесяти лет бренд MORELLI создаёт уникальную дверную фурнитуру в сотрудничестве с выдающимися архитекторами и дизайнерами, среди которых Массимилиано и Дориана Фуксас, Кристина Челестино, Марио Маццер, студия Sottsass и многие другие.



Formula – дверная ручка, динамичные элементы которой наполняют интерьер ощущением движения, делая его смелым и современным. Эргономичная форма, вдохновлённая элементами рулевого колеса гоночного автомобиля, обеспечивает комфортный хват и точное, уверенное управление. Массивный центральный элемент служит не только выразительным акцентом, но и функциональным фиксатором: его плавный поворот позволяет легко и интуитивно запирать дверь изнутри.



Construct – дверная ручка, вдохновлённая архитектурой Клуба им. Зуева, одного из самых знаковых памятников конструктивизма. В её основе – принципы направления: подчеркнутая функциональность, простые геометрические формы, отсутствие излишеств.



Baloise – лаконичная дверная ручка с чёткой, выверенной геометрией. Её форма лишена декоративных излишеств и строится на балансе пропорций, линий и тактильного ощущения. Как и в архитектуре, здесь важна функция, доведённая до ясного и выразительного жеста: ручка естественно ложится в руку и органично вписывается в современное пространство.



Ирригаторы с УФ-лампой

Портативные ирригаторы Revyline RL 630 NEO, RL 640 NEO и RL 840 оснащены встроенной УФ-лампой, с помощью которой после проведения ирригации можно продезинфицировать резервуар, а также насадку (модель RL 640 NEO). Такая инновационная разработка снижает риск размножения бактерий на внутренностях прибора, поддерживает его чистоту, уменьшает вероятность появления неприятного запаха, делает гигиену полости рта безупречной. Цикл обработки длится две минуты, отключение происходит автоматически.

Digest

новости науки и техники,
которые изменят нашу жизнь завтра

Роботы вместо людей

Китайские исследователи предлагают использовать роботов-собак как универсальных помощников при освоении Луны. Машинам отводят разведку потенциально интересных участков, поиск ресурсов и сбор образцов, а в перспективе – работу с ними в промышленном масштабе. Роботы также рассматриваются как средство охраны лунной инфраструктуры. Идея вписывается в амбициозные планы Китая: создать первую лунную исследовательскую станцию к 2035 году, а затем перейти к строительству более крупного объекта.



Луна для прикрытия

Учёные Кембриджского университета отправятся с космической миссией, чтобы поймать один из самых труднодоступных космических сигналов – 21-сантиметровое излучение древнего водорода. Оно возникло в первые 150 млн лет после Большого взрыва, ещё до появления первых звёзд, и может дать информацию о тёмной материи и природе гравитации. Главная проблема – помехи. Сигнал тонет в «шумном» земном радиозфире и излучении самой планеты. Поэтому аппарат разместят на лунной орбите и будут использовать радиотень Луны, чтобы минимизировать помехи. Но и в этом случае на сбор данных во время каждого витка останется лишь около 40 минут. ✈

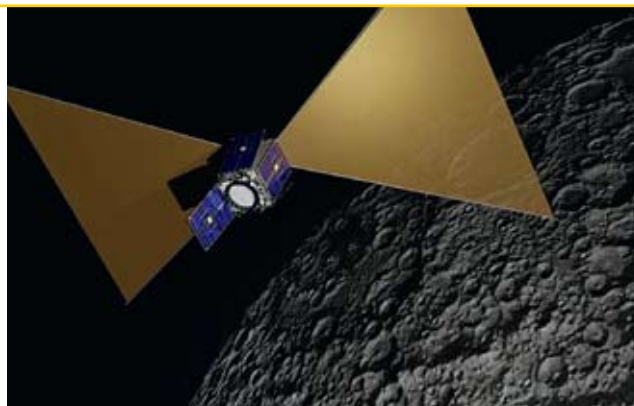
Диагноз за минуты

Учёные МФТИ и МГУ создали плазмонные чернила, способные быстро обнаруживать синегнойную палочку – опасного возбудителя внутрибольничных инфекций. Сегодня для диагностики требуется выращивать бактерии в лаборатории, что занимает два-три дня. Новая технология основана на выявлении пиоцианина – характерного пигмента бактерии. Образец наносят на ватный тампон, покрывают чернилами с золотыми наночастицами и анализируют портативным спектрометром. Всё это позволяет получить результат за несколько минут непосредственно у постели больного, в приёмном отделении или в службе неотложной помощи.



Солнце на службе «скорой помощи»

Студенты Технологического университета Эйндховена создали прототип автомобиля «скорой помощи», который, по сути, является мобильным медпунктом, рассчитанным на работу там, где нет электросетей и нормальных дорог. Электроэнергию он получает от солнечных панелей, установленных на крыше и выдвижных конструкциях. Благодаря облегчённому углеволоконному кузову масса машины составляет 1350 кг. Аккумулятор на 50 кВт·ч обеспечивает расчётный запас хода до 715 км. При критическом разряде система прекращает движение и направляет оставшуюся энергию на медицинское оборудование. Прототип отправится на испытания в Кению.



Бархатный сезон

Осень приходит незаметно, но неизменно влияет на наше мировосприятие. Ещё вчера вы ходили в лёгкой рубашке, а сегодня уже натягиваете водолазку и ловите себя на мысли: «Почему в квартире вдруг стало как-то... зябко?» Дело не только в температуре. Световой день стремительно съёживается, небо сереет и тяжелеет, и даже самый светлый интерьер начинает казаться немного усталым. Самое время мягко перенастроить пространство. Не устраивать революцию, а просто дать дому возможность задышать в новом ритме.

Источники тепла

Летом мы живём в режиме «максимум движения, воздуха и света». Осенью же хочется обратного – спокойствия и тёплых объятий. Лучше всего с этим справляются любимые и близкие, но подойдёт и текстиль. Уберите тонкие льняные покрывала и лёгкие шторы.

На их место пригласите шерсть, букле, плотный хлопок и вельвет. Плед, небрежно брошенный на спинку кресла или дивана, работает не хуже обогревателя. Просто потому, что вы видите, что у вас всегда есть возможность зарыться в тёплое покрывало и послушать любимую музыку или аудиокни-

гу. А в наше беспокойное время это уже немало.

Да будет свет!

Осенью световой день заканчивается примерно тогда, когда мы только освоились от работы и собрались начать жить. Да и днём солнца уже не так





Чтобы дом не превратился в элегантную пещеру, добавьте немного жизнерадостности. Не кислотной, а умной.

много, как раньше. Чтобы не жить в сумерках, используйте зеркала. Поставленное напротив окна или под углом, зеркало будет отражать свет и вполне способно стать дополнительным его источником. Оно поймает солнечные лучи и мягко разнесёт их по комнате, удваивая то небольшое, что ещё дарит осень. Но этот приём работает лишь днём, а с наступлением сумерек искусственный свет из вспомогательного превращается в главного героя. Не полагайтесь на одну люстру по центру: она не дотягивается до углов, и они остаются в темноте. Добавьте торшеры с мягкими абажурами, бра у зеркал, тонкие светодиодные ленты за карнизами или под полками, дополнительную лампу у любимого кресла. Забудьте про беспощадный холодный белый «офисный» свет. В домашней обстановке используйте только тёплый спектр. Торшеры с тканевыми абажурами, настольные лампы с мягким свечением, гирлянды (да, взрос-

лым тоже можно) и, конечно, свечи. Свечи – это маленький домашний бунт против осенней хандры. Они не просто освещают. Они создают ощущение, что жизнь всё-таки продолжается, даже если за окном уже темно в половине шестого. Используйте их на кухне. Несколько свечей на обеденном столе даже скромный ужин могут превратить в главное событие дня. Также свечи незаменимы в ванной комнате. Ароматные мерцающие источники тепла, приятная музыка и теплая ванна способны творить чудеса и нейтрализовать последствия даже самого сильного стресса.

И вкус, и цвет

Осень любит приглушённые тона, но это не значит, что интерьер должен впадать в меланхолию вместе с вами. Чтобы дом не превратился в элегантную пещеру, добавьте немного жизнерадостности. Не кислотной, а умной. Хорошо подойдут «жизнерадостные»



Правило простое: семьдесят процентов пространства оставляем нейтральным, двадцать отдаём сезонным оттенкам и только десять оставляем для ярких акцентов.

цвета, связанные с солнцем. Пусть умеренно-жёлтые и оранжевые оттенки поселятся у вас дома и радуют глаз. Хорошо подходят для осени и тёплые, натуральные и немного «землистые»: охра, терракота, оливковый, глубокий бордо, приглушённый хаки. Все они работают как визуальные грелки и тихо поднимают температуру в комнате. Главное не переборщить, устраивая осенний карнавал в виде пирамиды тыкв, поделок из шишек и охапок облетевших листьев из «в багренец с золотом одетых лесов».

Правило простое: семьдесят процентов пространства оставляем нейтральным, двадцать отдаём сезонным оттенкам и только десять оставляем для ярких акцентов. Иначе вместо уюта получится декорация к школьному утреннику «Золотая осень».

Где-то в уголке дивана пусть появится одна подушка цвета спелой хурмы, способная поднять настроение сильнее, чем три мотивационных видео. Бордо



хорошо работает в паре с глубоким зелёным – получается сочетание, которое одновременно успокаивает и не даёт погрузиться в серость. А если совсем приспичило взбодриться, добавьте один-единственный предмет цвета спелого мандарина. Только один. Пусть он будет как маленькое внутреннее солнце.

Растения тоже помогают. Необязательно устраивать джунгли. Достаточно пары крупных экземпляров с плотными листьями или букета из сухоцветов в керамической вазе. Живая (или почти живая) зелень в сочетании с тёплыми оттенками работает как мягкий эмоциональный буфер.

Фактурный интерьер

Осень – время тактильности. Летом мы скользим взглядом по гладким поверхностям, зимой хотим зарываться руками во что-то плотное и немного шершавое. Поставьте в интерьере или выдвините на первый план матовые и «рукодельные» предметы: керамику с неровной глазурью, деревянные подносы, плетёные корзины, ковры. Ковёр вообще сейчас ваш лучший друг. Он не только греет ноги, но и визуально «приземляет» пространство. Выбирайте натуральные материалы и спокойные, но не скучные расцветки. Пусть под ногами будет ощущение лесной тропинки.

Если место позволяет, не упускайте прекрасную возможность завести крупного керамического друга в виде напольной скульптуры, объёмного настенного панно из керамики или дерева. Найдите место декоративной ажурной перегородке или ширме в восточном стиле. Скульптурные торшеры функциональны и отлично украсят ваше пространство.

Если у вас в доме много картин и вы любите искусство, то здесь тоже есть с чем поработать. Холодную жёсткую графику можно временно поменять на фактурные живописные работы с более глубоким колоритом. Осенние леса, натюрморты с фруктами и керамикой, пейзажи или абстракции в мягких, тёплых и земляных тонах. Даже смена одной крупной картины над диваном способна изменить ощущение всей комнаты.

Поставьте в интерьере или выдвините на первый план матовые и «рукодельные» предметы: керамику с неровной глазурью, деревянные подносы, плетёные корзины, ковры...

Практичный подход

А теперь немного практичности. Даже самый распрекрасный интерьер не порадует, если он лишён того, что можно назвать базовыми ценностями. И осенью это особенно важно. О чём идёт речь? О самых бытовых вещах.

Ещё до начала холодов важно **проверить систему отопления** вашего жилища. Проведите генеральную чистку. Снимите декоративные экраны, пропылесосьте между секциями, убедитесь, что воздух в системе спущен и нигде нет никаких протечек. Если есть котёл и бойлер, вызовите специалиста для его очистки и проверки или хотя бы сами осмотрите фильтры и давле-

ние. Если летом отсутствие тёплой воды можно пережить, то осенью и тем более зимой это вызовет серьезные неудобства. Терморегуляторы тоже стоит выставить в оптимальный режим, чтобы в доме всегда было комфортно.

Фильтры — отдельная история.

В системах вентиляции, кондиционерах, очистителях воздуха к осени скапливаются мелкий мусор, летняя пыль и пыльца растений, которая может вызвать аллергию. Позаботьтесь об этом.

Окна и двери проверьте на сквозняки. Возможно, старые уплотнители рассохлись на солнце и уже не держат.

Простой сценарий, как за пару часов создать в интерьере осеннее настроение:

Снимите летний текстиль.

Постелите на пол плотный ковёр или хотя бы дорожку.

Добавьте пару пледов и несколько подушек в охре, терракоте или бордо.

Переставьте светильники так, чтобы свет был многоуровневым и тёплым.

Поставьте одну-две вазы с осенними цветами или сухоцветами.

Зажгите свечи.

Заварите ваш любимый чай с бергамотом, мятой или чабрецом и вспомните, что хорошего у вас было этим летом.



Тонкая щель у подоконника или в откосе с приходом холодных ветров способна украсть всё тепло, которое вы так бережно создаёте дома.

Камин, если он есть, также требует внимания заранее. Проверьте тягу, заготовьте новые дрова и сложите их в сухое место. Иначе с наступлением дождей их будет сложно разжечь либо они будут сильно дымить и «стрелять» искрами.

Уберите на хранение слишком лёгкие летние вещи, которые не понадобятся в ближайшие месяцы. Речь не только о гардеробе, но и о других летних атрибутах вроде самоката, ракеток для бадминтона, туристической палатки и роликовых коньков. Всё это позволит избежать визуального шума. Достаньте более плотные одеяла и покрывала, тёплые халаты, тяжёлые занавеси для ночи. Помните, что осенью мы проводим дома гораздо больше времени, чем летом. Мягкий свет, тёплые фактуры, чистый воздух, наполненный приятными ароматами, и отопление, работающее как швейцарские часы, — всё это сделает наше домашнее времяпрепровождение гораздо более спокойным и комфортным. Пусть за окном будет серо и сыро. Внутри у вас всё равно может быть уютно и солнечно. И совершенно необязательно для этого ждать весны. ✈

Сладкая власть

Сложно найти на кухне продукт с более противоречивой биографией, чем сахар. Чего только не пришлось хлебнуть этим белым кристалликам! Рабство, политические интриги, научные скандалы... А начиналось всё с обычного тростника и древней человеческой слабости к сладкому.

Древняя слабость

Вкусов, которые различает язык, всего пять: сладкий, солёный, кислый, горький и умами. У каждого была своя эволюционная роль в меню выживания далёких предков. Кислое сигнализировало о незрелости или порче, горькое – почти наверняка о яде, солёное помогало не потерять с потом жизненно важные минералы, умами обещало белок. А сладкое всегда значило одно: это простая, безопасная и очень нужная энергия. Так что любовь к сладкому – не происки кондитерской промышленности, а древняя биологическая настройка.

Проблема в том, что эту еду природа выдавала крайне скупой. Мёд – если повезёт найти дупло с ульем и не закусает пчелы. Спелый фрукт – пару месяцев в году. Поэтому сладкое долго было приятным исключением из обычного рациона. Мозг, заточенный ценить редкость, ждал своего часа тысячи лет. И дождался – когда человек сообразил, что сахарный тростник можно не искать по лесам, а выращивать самому: воткнул черенок в землю и получил новый куст, сладкий и предсказуемо доступный. Случилось это около девяти тысяч лет назад на Новой Гвинее.

Сахарок или жизнь

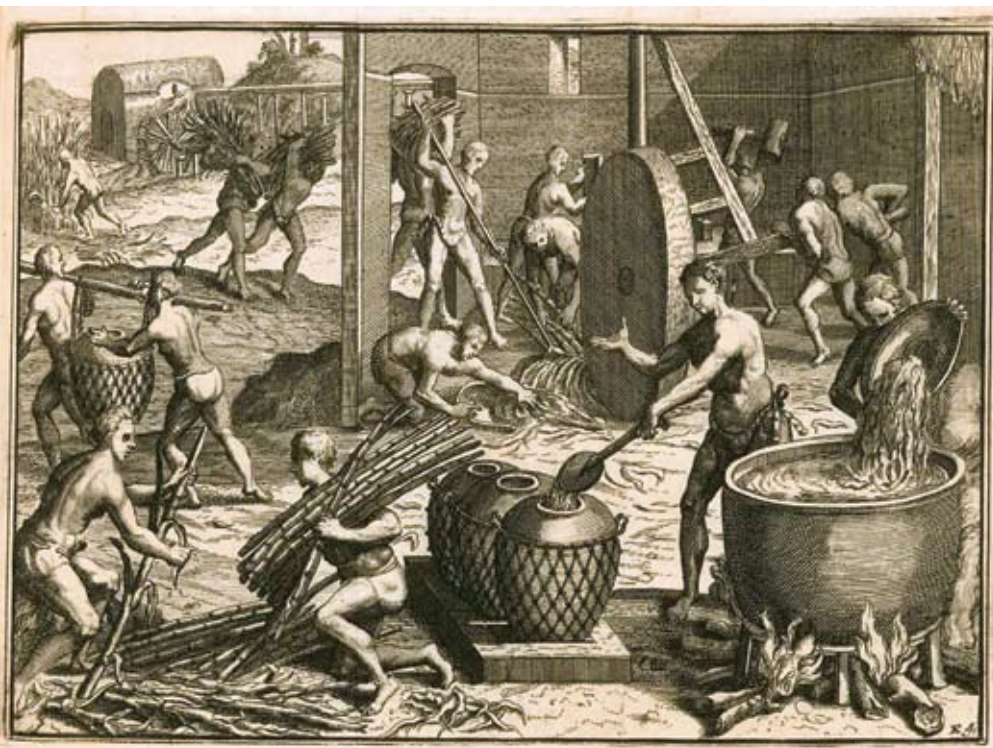
Первый сахар совсем не был похож на то, что мы сейчас насыпаем в чай. Из выжатого тростникового сока получалась тёмная тягучая масса, что-то среднее между смолой и патокой, – из-за высокого содержания воды она начинала бродить и стремительно портиться. Сохранить такое надолго, да ещё в тропической жаре и влажности, где и рос сам тростник, было задачей со звёздочкой: жижка не терпела ни промедления, ни долгого пути. Магия случилась много позже, когда научились уваривать этот сок до со-

стояния сиропа, а затем доводить до кристаллизации. На выходе получались твёрдые сладкие крупинки, которые можно было хранить месяцами, взвешивать и перевозить на другой конец света. Придумали эту технологию персы примерно в VI веке. Эстафету подхватили арабы, превратив крафтовое производство в настоящую индустрию с мельницами и медными котлами. Европейцы познакомились с сахаром во многом именно через арабский мир. Впрочем, знакомство получилось из разряда «посмотреть, попробовать и понять, что кошелёк этого не переживёт»: сахар был дорогим импортным товаром и долго продавался скорее как лекарство, чем как обычная приправа. Первой европейской сахарной державой оказалась Португалия. Главной производственной базой стали атлантические острова – Мадейра, Канары, Сан-Томе. И чем интенсивней росла индустрия, тем больше требовалось рабочих рук. И желательно бесплатных. И тут же нашлись люди, готовые помочь. Местные работорговцы исправно снабжали плантации невольниками:

Производство сахара становилось прибыльным бизнесом – в 1763 году Франция отдала Британии Канаду в обмен на крошечные, но сахарные острова Гваделупу и Мартинику – просто потому, что они приносили гораздо больше денег.

чаще всего ими оказывались пленные индейцы. К моменту, когда Колумб привезёт тростник в Новый Свет, эта чудовищная модель эксплуатации будет уже полностью отработана. Испанские колонизаторы сперва попытались принудить рубить тростник карибских индейцев – туземцы гибли от завезённых европейцами болезней, а выжившие уходили в леса. Тогда колонизаторы нашли более «надёжный» источник рабочих рук – начался массовый ввоз рабов из Африки. Условия труда на сахарных плантациях были одними из самых жестоких во всей истории рабства. Природа тростни-

ка этому только способствовала: срезанный стебель нужно переработать в первые 16–48 часов, иначе сахар в соке начинает разлагаться. Поэтому поле и завод объединяли в одном месте. Тростник срезали, тащили к мельнице, раздавливали, а полученный сок сразу отправляли в котлы. Там начиналась следующая часть процесса. Сок выпаривали, переливая из одного котла в другой, пока он не превращался в густой сироп, из которого затем получали ценные кристаллы. Воздух вокруг заводов был пропитан сладким запахом, вот только соседствовал он с дымом, адской жарой и страданием. По грубым историческим оценкам, средний срок жизни раба на плантации составлял около десяти лет – владельцам попросту было дешевле выжать из человека все силы и купить нового, чем заботиться о том, кто уже есть. Производство сахара становилось всё более прибыльным бизнесом. За него конкурировали крупнейшие европейские державы, а острова, где выращивали тростник, превращались в стратегические территории. Например, в 1763 году Франция без колебаний отдала Британии Канаду в обмен на крошечные, но сахарные острова Гваделупу и Мартинику – просто потому, что они приносили гораздо больше денег.



*Сахарная плантация на Эспаньоле (современная Доминиканская Республика и Гаити) в начале 1500-х годов. Библиотека Джона Картера Брауна в Университете Брауна.
<https://www.smithsonianmag.com>*

Из лекарства в лакомство

Очень долго основной точкой сбыта сахара были аптеки: только у них была возможность отмерять и взвешивать сладкий порошок в крошечных количествах. Кроме того, сахар в принципе считался не приправой, а лекарством: его добавляли в снадобья, сиропы, глазные капли, присыпали им раны. Широта применения ограничивалась лишь убеждениями врачей. Но при всём при этом сахар оставался игрушкой для богатых. Если для среднего класса сахар был редким гостем на столе, то знать утопала в нём буквально. Сахарные фигурки – замки, корабли, сказочные звери – становились главным украшением пиров. Это был не десерт, а заявление: «Я могу позволить себе съесть деньги». Ситуация начала меняться в XIX веке: цены на сахар медленно, но неуклонно поползли вниз, и он из свидетельства зажиточности постепенно превратился в обычный товар из бакалейной лавки. Произошло это по двум причинам. Во-первых, увеличился поток сахара с карибских плантаций. А во-вторых, немецкие учёные разработали промышленную технологию извлечения сахара из свёклы, вольготно чувствующей себя в умеренном климате. Россия азартно включилась в сахарную гонку, благо с сырьём проблем не было. В 1802 году Яков Есипов построил

первый в России свекольносахаро-спиртовой завод. Дело пошло настолько хорошо, что уже к середине XIX века Россия вышла в крупнейшие поставщики свекольного сахара в Европу.

А какая разница – тростниковый сахар или свекольный? Никакой. После полной очистки тростниковый и свекольный сахар – это одно и то же вещество, сахароза, химически неотличимая друг от друга. Разница на полке магазина между «элитным» тростниковым и обычным белым – вопрос не состава, а того, на каком этапе очистки остановилось производство.

К XIX веку сахар уже растерял статус недоступной роскоши. А когда ингредиент дешевеет, кухня обычно немедленно находит ему сотню применений. Сахар пошёл в варенье и карамель, печенье и кремы, глазури и конфеты. Для кондитеров началась золотая эпоха. Как грибы после дождя по всей Европе стали открываться маленькие домашние пекарни и кофейни, а витрины ломались от конфет и пирожных. Мастера экспериментировали, рецепты множилось, а сладкое, наконец, стало повседневным удовольствием.

Но беда пришла, откуда не ждали. Сахара стало настолько много, что в XX веке возник вопрос о том, сколько его вообще можно есть и насколько он безопасен.



Немецкая сахарная скульптура, 1880 г.

Авторство: Photo: User:FA2010. Собственная работа, Общественное достояние, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=15287517>



Процесс очистки выглядит так.

Сок растения сначала смешивают с известковым молоком – гашёной известью, разведённой в воде, чтобы связать и осадить грубые примеси. Следом через сок пропускают углекислый газ, довершающий очистку. Это стандартный, безопасный процесс: остатки извести и углекислоты легко удаляются на последних этапах. Если очистку довести до конца, получится белый рафинад – что

из тростника, что из свёклы.

А вот если остановиться раньше, получаются разные виды коричневого сахара. Самый тёмный и влажный – **мусковадо**: это самая ранняя стадия, в нём много мелассы, поэтому он липкий, с насыщенным вкусом ирисок и жжёной карамели.

Демерара – это уже более глубокая очистка: кристаллы сухие, крупные, золотистые, мелассы в них заметно меньше. Для кухни эта разница вполне ощутима. Мусковадо идёт

внутри теста – в имбирные пряники, фруктовую выпечку, соусы барбекю и маринады, где нужны глубокий карамельный вкус и влажная текстура. Демерару, напротив, используют там, где сахар должен не только подсластить, но и остаться заметным: им посыпают сверху кексы, булочки, печенье и крамблы перед выпечкой. Кристаллы сохраняют форму, не тают мгновенно и дают приятный хруст.

Сахарные фигурки становились главным украшением пиров. Это был не десерт, а заявление: «Я могу позволить себе съесть деньги».

Война за тарелки

В середине XX века врачи столкнулись с загадкой: смертность от болезней сердца в развитых странах резко пошла вверх, а причина оставалась неясной. На роль виновника быстро выдвинули жир. В 1953 году американский учёный-физиолог Ансель Киз вывел теорию, что жир вызывает повышение холестерина в крови, а тот в свою очередь повышает риск сердечных заболеваний. Он опубликовал знаменитое «исследование семи стран», где сравнил потребление жиров и смертность от сердечных болезней в разных странах мира. Корреляция получилась убедительной, и жир быстро и прочно занял место главного врага сердца в глазах врачей, чиновников и обычных людей. Но с этой теорией согласны были не все. Британский диетолог Джон Юдкин предположил, что куда более серьёзной угрозой для сердца является не жир, а сахароза. Двадцать лет он собирал статистику, изучал воздействие сахара на организм и обнаружил: избыток сахара в крови заставляет печень усиленно вырабатывать жир особого вида – триглицериды. Как раз они, а вовсе не холестерин из пищи, оседают на стенках сосудов. Получалось, что сахар связан с болезнями сердца не менее тесно, чем жир, – просто действует окольным путём. Победила не самая доказанная теория, а самая громкая. Харизматичный Киз публично называл доводы Юдкина «кучей абсурда» и обвинял его в лоббировании интересов мясной и молочной промышленности. Скромный, не склонный к публичным баталиям Юдкин эту схватку проиграл вчистую: его выводы называли «научной фантастикой», а самого автора – маргиналом. О его работах забудут на полвека.

Победе жировой теории помогла и материальная поддержка. В 1967 году в престижном научном журнале вышел обзор трёх гарвардских учёных, окончательно снимавший вину с сахара и перекладывавший её на жиры. Как выяснилось десятилетия спустя, обзор был заказан и щедро оплачен сахарным лобби.

Параллельно реклама училась разговаривать с потребителем языком заботы о здоровье. Сахар могли преподнести не как сладость, а как источник энергии или даже как способ меньше есть. «Хотите, чтобы ребёнок пил молоко? Добавьте туда 7Up» – советовал один из рекламных плакатов 1960-х.

Парадокс оказался в том, что жир отвечает не только за калорийность: он делает пищу насыщенной, мягкой, ароматной. Уберите его – и некоторые продукты начинают напоминать картон. Поэтому производителям пришлось искать способы вернуть им привлекательный вкус и текстуру. Одним из самых удобных инструментов оказался сахар. Он не просто подслащивал продукт, но и усиливал вкус, компенсируя потерю жирности, и делал «облегчённые» продукты приятнее. Сахар уже не выглядел отдельным лакомством, а был привычной частью еды. Итог оказался предсказуем: в США доля людей с ожирением выросла с 12 % в 1950 году до 35 % к началу 2000-х. Справедливость восстановилась только спустя десятилетия: организации, которые долго и нудно убеждали нас во вредности жиров, внезапно переобулись и заговорили о вреде сахара. Ну хоть так.

А если без сахара?

Но отказаться от сладкого оказалось сложнее, чем отказаться от сахара. Поэтому человечество выбрало компро-

мисс: оставить вкус, а сам сахар попробовать заменить.

Сегодня на полке рядом с обычным сахаром выстроилась уже целая шеренга альтернатив, и у каждой свой набор компромиссов. Стевию получают из растения, она не содержит калорий, но может иметь горьковато-травяное послевкусие. Эритрит тоже практически без калорий, по вкусу ближе всего к настоящему сахару, но в больших количествах способен вызывать расстройство желудка. Аспартам в сотни раз слаще сахара и почти без калорий, десятилетиями обрывает слухами о вреде, хотя крупные регуляторы по всему миру считают его безопасным в разумных дозах.

Увы, идеального варианта тут просто не существует. И жир, и сахар, и любой из его заменителей – не яд и не панацея, а вопрос меры: организму, в сущности, всё равно, чего именно случился переизбыток, реагирует он на количество, а не на конкретное название вещества в составе.

За несколько тысяч лет мы прошли удивительный путь: сначала искали способы получить больше сахара, потом – сделать его дешевле, затем спорили о том, сколько его можно есть, а теперь придумываем способы сохранить сладкий вкус, не используя сахар вовсе.

Сахар мы научились заменять. А вот любовь к сладкому – пока нет. ✈



Текст: Светлана Ломакина

Встать в край

Если вы откроете свой гардероб, то увидите там... иллюстрации из учебника военной истории. Да-да, все эти удобные куртки, бомберы, кардиганы и непромокаемые ботинки пришли к нам не из модных салонов, а с полей сражений разных веков. Они были функциональной одеждой, которая лишь потом стала стилем, пройдя проверку огнём, водой и медными трубами. Иногда в буквальном смысле этих слов.

Треншейное пальто

Вы, возможно, удивитесь, но первоначально слово «трэнч» имело в английском языке привязку только к земле, но никак не к моде. Оно означало «ров, окоп, траншея, канава, впадина». В конце XIX века дизайнер Томас

Берберри придумал плащ для солдат, которые подолгу сидели в сырых и холодных окопах. Trench coat, или дословно «траншейное пальто», был сшит из новаторской ткани, которую Берберри изобрёл в 1879 году. Габардин, так она называлась, не пропускал воду, в то же время был лёгким, дышащим и прочным.

Во время Первой мировой войны трэнч стал основой офицерского гардероба. Вернувшись с войны, многие из них начали жить гражданскую жизнь, не переодеваясь. Зачем? Если в трэнче удобнее, практичнее и экономичнее. Постепенно «траншейное пальто» стало символом хорошего стиля и даже элегантности. Оно придавало своему владельцу мужественности, подчёркивало осанку и стройность. Постепенно в Великобритании трэнч стал занимать первые строчки в списках продажи верхней одежды. А уж когда появился кинематограф, тренчемания перекинулась и за океан.

Благодаря Голливуду, плащи, в которых целовались под дождём романтические герои или преследовали преступников детективы, стали настоящим фетишем.

А дальше... Дальше экраны захлестнула волна феминизма – трэнчи надели женщины. И дизайнеры стали колдовать с вариациями: если раньше цвет трэнча был только бежевым, то теперь с лёгкой руки брендов Burberry и Aquascutum они стали разноцветными, со вставками и декоративными элементами. На любой вкус.

Куртка бомбардировщика

Этой короткой курткой мы обязаны лётчикам. С развитием авиации военным пилотам понадобилась удобная верхняя одежда, которая защищала бы от непогоды и во время полётов не сковывала движения. В 1915 году такие куртки появились в Королевских лётных корпусах Бельгии и Франции.



Шили их из кожи — на тот момент это был самый прочный и тёплый материал, однако довольно тяжёлый. В 1930-е идею подхватили американцы, которые решили разработать на их основе свой вариант. Так как основными «заказчиками» такой одежды были военные лётчики, управлявшие тяжёлыми бомбардировщиками, куртка получила название «бомбер». Первые американские бомберы застёгивались на пуговицы, имели вязанные пояс и манжеты. При этом куртка заканчивалась на поясе, что добавляло манёвренности пилоту. Следом за этой моделью вышла куртка с флисовой подкладкой и молнией вместо пуговиц.

А в 1949 году родился легендарный бомбер МА-1. К тому времени кабины самолётов уже были закрытыми, внутри стало тепло. Поэтому меховой воротник стал не нужен, у куртки появилась оранжевая подкладка — в случае катастрофы пилот мог вывернуть её и помочь спасателям обнаружить себя. А внешняя расцветка стала, наоборот, максимально маскировочной — зелёной.

Молодые, привлекательные и героические пилоты в этой куртке так часто появлялись на экранах кинохроники, страницах газет и журналов, что постепенно их одежда стала желанной и для тех, кто никогда не летал на самолётах,



Шевретку носили многие выдающиеся советские лётчики, испытатели и космонавты, для которых она была не просто формой, а символом элиты ВВС СССР. Да и сегодня она остаётся в строю.

но хотел казаться чуть более мужественным. Где есть спрос, там будет и предложение. Производитель верхней одежды, имевший контракт от Министерства обороны США на производство модели МА-1, получил разрешение шить куртку и для гражданского населения. Потом куртки стали экспортировать в Европу и Австралию, и с тех пор бомберы не выходят из моды.

Легендарная шевретка

Эта куртка пилота, или шевретка, появилась в 1917 году. Сшила её

компания «Скотт», которая занималась производством мотоциклетной экипировки. Модель новой куртки с высоким воротником и вязаными манжетами предназначалась для пилотов, а шили её из конской кожи.

В середине Великой Отечественной войны новые куртки надели и лётчики Красной Армии. В народе их прозвали «шевретки». Куртки были мало того что тёплые, ноские, но имели и специальный крой. Складки-крылья на спине и клинья в подмышках не сковывали движений. Разъёмная молния эконо-



Героические пилоты в этой куртке так часто появлялись на экранах кинохроники, страницах газет и журналов, что их одежда стала желанной и для тех, кто никогда не летал на самолётах, но хотел казаться чуть более мужественным.

мила время, а отложной воротник в случае холодов превращался в глухую стойку по типу бушлата. Эту модель куртки носили Юрий Гагарин, Валерий Чкалов, Василий Маргелов и другие выдающиеся советские лётчики, испытатели и космонавты, для которых она была не просто формой, а символом элиты ВВС СССР. Да и сегодня она остаётся в строю.

Почему её называли «шевреткой»?

В те времена военная форма шилась из разных видов кожи. Но на лётное обмундирование шла в основном козья. Она дубилась поначалу танинами, получаемыми из коры и древесины, а затем природные танины заменили соединения хрома. Так вот, хромовая кожа козы называлась «шевро».

Сегодня куртки авиаторов – предмет, объединяющий военных и панков, байкеров и стилияг, советских лётчиков и Джанни Версаче. И один из немногих элементов мужского гардероба с одновременной репутацией бунтаря и неподвластной времени классики.

Аляска. Спецдежда от эскимосов

Это едва ли не самая популярная одежда современных жителей северных широт. Придумали её в 1950-е годы американские разработчики военного снаряжения. И прообраз новой



куртки они взяли у эскимосов – те веками шили одежду из шкур и пропитывали её рыбьим жиром.

Новую куртку предполагалось надевать поверх военной формы – отсюда возник колоколообразный силуэт.

Система резинок позволяла регулировать ширину изделия и не пропускать холод. А змейка на капюшоне закрывала лицо от дождя, снега и ветра. Шили новую куртку не из кожи, а из нейлона.

А со временем перешли на хлопок с добавлением нейлоновых нитей – так она дышала, но не мокла. Массовые продажи аляски начались в 1970-х годах, и до сих пор эта зимняя куртка в топе.

Самая антивоенная военная куртка

Ещё одна узнаваемая модель военной одежды – полевая куртка М-1965 с накладными карманами на груди и поясе. Её история началась ещё во время Второй мировой войны. В похожую куртку

были одеты американские десантники во время операции под Арнемом в 1944 году. За ней последовали усовершенствованные М-1950 и М-1951, а в 1965 году появилась М65 – уже полноценная полевая куртка для холодной погоды.

Изначально её выпускали только в оливково-сером цвете, позднее появились различные камуфляжные версии. При этом основная конструкция оставалась практически неизменной: четыре вместительных кармана, утяжки на талии и по низу, скрытый в воротнике капюшон, штормовой клапан, металлическая молния и защитные клапаны на рукавах. Зимняя версия дополнялась съёмной стёганой подкладкой.

Как это ни странно, но в 1970-е эта военная куртка стала символом протеста против войны во Вьетнаме. Хиппи стали носить её с бахромой, пацифистскими надписями, яркими вышитыми цветами и нашивками. Как сказали бы в Советском Союзе, молодые люди





иронично переосмыслили символ американской военщины. За последующие десятилетия М65 окончательно превратилась из военной экипировки в настоящий культурный символ. Её носили Роберт Де Ниро в «Таксисте», Сильвестр Сталлоне в «Рэмбо: первая кровь», Аль Пачино в «Серпико» и Арнольд Шварценеггер в «Терминаторе». Куртка прочно вошла в массовую культуру и встречается не только в кино, но и в компьютерных играх. Сегодня М65 выпускают как специализированные военные, так и коммерческие бренды, а сама она стала классикой практичного городского гардероба.

Карго прошли испытания на войне, а после их оценили рабочие, альпинисты, туристы, любители отдыха на природе и представители разных субкультур.

Как это ни странно, но в 1970-е эта военная куртка стала символом протеста против войны во Вьетнаме. Хиппи стали носить её с бахромой, пацифистскими надписями, яркими вышитыми цветами и нашивками.

Штаны с грузом

Знаменитые брюки с карманами для дорожных карт и медикаментов придумали военные британцы в 1930-х годах. Такая форма стала для них стандартом во время Второй мировой войны. Однако США решили разработать свой вариант подобной формы. Дело поручили командующему воздушно-десантными войсками Уильяму Ярборо. Основной его задачей было сделать максимально удобный костюм для десантников, которые прыгают с самолётов со снаряжением. Ярборо отказался от цельных комбинезонов, разделил форму на верх и низ и добавил карманов – так штаны американского десантника стали называться «карго», что в переводе значит «груз». Карго прошли испытания на войне, а после их оценили рабочие, альпинисты, туристы, любители отдыха на природе и представители разных субкультур. Особенно любили широкие штаны с карманами исполнители хип-хопа. Пользуются популярностью эти брюки и сейчас. Дизайнеры Дрис Ван Нотен, Balenciaga, Джуниа Ватанабе, Марин Сепр и The Attico возвращаются к теме карго с новыми идеями: меняют крой, расположение карманов и цвет. Почему все эти вещи остаются в тренде? Потому что их функциональность, долговечность и универсальность проверены в самых сложных усло-

виях. Они не подвержены влияниям скоротечных модных трендов и дарят ощущение чего-то настоящего. Возможно, именно поэтому они прошли испытание временем и выиграли свою главную битву – за право жить в мирной жизни. ✈





Текст: Никита Артауз

Очевидные правила

По статистике, 15–20 процентов первоклассников имеют зрение ниже единицы. И с возрастом ситуация только ухудшается. К старшим классам проблемы со зрением есть уже у 40 процентов выпускников. По разным данным, сейчас около четверти населения в мире страдает от различных заболеваний глаз, а к 2050 году, по прогнозам, таких людей будет половина. Не попасть в статистику можно – нужно лишь соблюдать простые правила. Причем правила эти касаются и детей и взрослых.

Правило «прямого угла»

Проблемы со зрением от рождения имеет лишь очень небольшой процент людей. Первым критическим для глаз возрастом считается семь–девять лет. В это время дети идут первый раз в школу, нагрузка на глаза увеличивается в разы, а родители не всегда знают, как обеспечить нужные условия, чтобы сохранить здоровье.

Первое правило: ребёнок не должен делать уроки где попало. У школьника, как, впрочем, и у взрослого, должно быть специальное рабочее место. Стул и стол нужно подобрать по росту так, чтобы сидя человек мог опереться на него спиной, а стопы при этом свободно поставить на пол. Туловище не должно изламываться или заваливаться набок. Не стоит забираться на

стул с ногами и опираться локтями на стол.

Правильная посадка очень важна. Если уделить этому внимание, ребёнок в будущем сможет избежать проблем не только с глазами, но и с позвоночником. Здесь можно пользоваться правилом «прямого угла»: при работе за столом угол в 90 градусов должен быть между плечом и

предплечьем, бёдрами и голеньями и туловищем и бедрами. То есть нужно сидеть ровно, согнув ноги и руки примерно под прямым углом.

Работать за ПК, читать и тем более писать нужно только в сидячем положении, но никак не в лежачем или стоячем. Чтобы выбрать оптимальное визуальное расстояние для чтения и другой работы на близком расстоянии, сжатую в кулаке руку нужно поместить под подбородок таким образом, чтобы книга или телефона оказались рядом с кончиками локтя.

Правильное освещение

Рабочее место должно быть не только правильно оборудовано, но и хорошо освещено. Свет должен падать с левой стороны, если вы правша, и, соответственно, справа, если вы левша. Оптимально заниматься или работать при дневном освещении, и желательно, чтобы рабочий стол стоял у окна. Чем больше естественного света, тем меньше напрягаются глаза, и наоборот.

Качество освещения сказывается и на эффективности работы, поэтому рабо-

Верхняя треть экрана должна располагаться чуть ниже уровня глаз, а сам он – как минимум на расстоянии вытянутой руки от лица. Можно использовать специальные компьютерные очки с линзами, блокирующими вредный свет.

чее место нужно оборудовать хорошей настольной лампой. Лучше, если её основание будет иметь матовую поверхность. Глянец отражает свет, который сначала падает на ножку лампы, а потом бьёт в глаза. Это сильно вредит сетчатке и хрусталику. Если пользоваться такой лампой каждый день по несколько часов, то зрение может упасть на несколько диоптрий. Отдельное внимание нужно уделить и лампочке. Она не должна быть слишком яркой: излишне яркое освещение может вызвать раздражение и синдром сухого глаза. Достаточно значений мощности в пределах от 7 до 11 Вт. Кроме этого, лампочка в

приборе не должна выходить за края плафона, иначе свет будет бить по глазам. А сам свет лучше выбирать не холодного белого, а тёплого жёлтого оттенка, поскольку человеческий глаз более привычен к естественному солнечному свету, и такой оттенок будет оказывать минимальное влияние на зрение.

Правило «вытянутой руки»

Каждый слышал: работа за компьютером вредна для глаз. Но на самом деле зрение портится не от компьютера или телевизора, а из-за нарушения правил при его использовании. Ноутбуки, планшеты, телефоны и прочие гаджеты, кроме книг с электронными чернилами, излучают лучи видимого спектра, которые позволяют рассмотреть изображение на экране, в том числе сине-фиолетовый свет, который вредит глазам. Из-за длительного воздействия этого света глаз переутомляется, слизистая пересыхает, появляется ощущение рези, песка в глазах и даже головная боль.

Чтобы этого избежать, прежде всего нужно правильно установить монитор. Верхняя треть экрана должна располагаться чуть ниже уровня глаз, а сам он – как минимум на расстоянии вытянутой руки от лица. Можно использовать специальные компьютерные очки с линзами, блокирующими вредный свет.

Правило 20-20-20

Сидя за ПК или читая, мы держим глаза в напряжении и фокусируемся на



одном и том же расстоянии. Это приводит к переутомлению мышц, а через время и к близорукости. Не хотите потерять зрение раньше времени, делайте перерывы. И взрослым, и детям, особенно первоклассникам, можно пользоваться правилом 20-20-20. Заключается оно в том, что каждые 20 минут зрительной нагрузки, а это уроки, занятия онлайн, работа за компьютером, нужно посмотреть вдаль примерно на 5–6 метров в течение 20 секунд и сделать 20 моргательных движений. Для чего? Когда мы смотрим на что-то вблизи, наши глазные мышцы сокращаются, а вдали – расслабляются. Получается: напрягли зрение – расслабили, напрягли – расслабили. Это позволяет улучшить кровоток в области глаз и избежать перенапряжения. Кстати, нелишне будет и вставать каждые 20 минут для хотя бы минимальной активности –

потянуться, потанцевать, поприседать, чтобы улучшить кровоток в ногах да и во всём теле. А чтобы не забыть об этом и не заработать, используйте таймер или специальные приложения для отслеживания времени.

Ещё одна опасность заключается в том, что, пока мы сидим за книгой или компьютером, мы практически не моргаем, слизистая пересыхает, глаза устают и начинают болеть. Это может привести к хроническому синдрому сухого глаза. Так что сидя за гаджетами, нужно стараться чаще моргать.

Помните и про возрастные нормы. Детям в возрасте 10–12 лет можно непрерывно использовать гаджеты в течение 20 минут, 13–14 лет – 25 минут, 15–16 лет – 30 минут, но суммарно не более 1,5–2 часов в день. А между сеансами рекомендуется делать хотя бы десятиминутные перерывы.

Правильное питание и прогулки

Считается, что черника и морковь очень полезны для глаз. В этих продуктах действительно много бета-

Ещё одна опасность заключается в том, что, пока мы сидим за книгой или компьютером, мы практически не моргаем, слизистая пересыхает, глаза устают и начинают болеть.



каротина, антоцианов и других антиоксидантов. Но на морковь, чернику или другие полезные ягоды, овощи и фрукты уповать не стоит. Они полезны, но при игнорировании прочих правил укрепить, а тем более вернуть зрение не смогут. Зато могут внести свою лепту в здоровье глаз.

Нужно наполнить рацион продуктами, богатыми антиоксидантами (витамины С, Е и бета-каротин) и омега-3 – жирными кислотами. Это жирные сорта рыбы, орехи и льняное масло, черника, голубика, шпинат, творог, тыква, морковь. А вот высокое потребление сахара и соли негативно сказывается не только на фигуре, но и на здоровье глаз.

На зрение отрицательно влияет и долгое пребывание в сумрачном помещении без солнечного света. На эту тему проводили различные эксперименты, и учёные пришли к выводу, что нахождение детей на свежем воздухе в течение двух-трёх часов каждый день способствует профилактике близорукости и снижению её прогрессирования. Кроме того, на солнце вырабатывается один из «гормонов счастья» – дофамин. Так что «выгуливайте глаза» сами и гуляйте с детьми минимум два-три часа в день, ведь это не только приятное, но и полезное занятие.

Тренировки для глаз

Запомните несколько простых упражнений для глаз. Их стоит делать каждый раз, когда вы почувствуете усталость или напряжение в глазах.

А детям – после сидения за гаджетами в течение полчаса.

Потрите ладонь о ладонь, пока они не потеплеют, и тёплые ладони приложите крест-накрест к закрытым глазам. Оставайтесь в таком положении несколько минут, пока не почувствуете, что напряжение спало.

Снять спазмы и расслабить мышцы глаз помогают «жмурки». Крепко



зажмурьтесь на несколько секунд, а затем расслабьтесь. Повторите это упражнение 3–5 раз.

Держа туловище и голову неподвижно, поводите глазами вправо-влево, вверх-вниз, а затем наискосок: из левого верхнего угла в правый нижний, и наоборот.

Потренировать зрение и убрать лишнее напряжение с глаз поможет упражнение «бесконечность». Держа голову неподвижно, нужно глазами плавно нарисовать несколько горизонтальных, а затем вертикальных восьмёрок – в одну и в другую сторону. Такую гимнастику стоит проделывать 3–4 раза за рабочий день.

Если проблемы со зрением уже есть, то не стоит надеяться, что упражнения для глаз помогут исправить зрение.

Тем не менее они могут предотвратить его ухудшение, поскольку благодаря им усиливается прилив крови к сетчатке и тренируются глазные мышцы.

И последнее, но не менее важное: не стоит игнорировать плановые походы к офтальмологу. Если жалоб нет, до 18 лет и после 40 лет нужно посещать врача раз в год. С 19 до 39 лет необходимо приходить на консультацию каждые два года. Ни в коем случае нельзя игнорировать неприятные и необычные ощущения, а родителям – не обращать внимания на жалобы детей на глаза: снижение остроты зрения, жжение, ощущение инородного тела, светобоязнь, раздвоение или помутнение изображения, усталость, боли, покраснение глаза. Так можно пропустить начало серьёзной патологии, которое можно предотвратить на ранних стадиях. ✈

Если проблемы со зрением уже есть, то не стоит надеяться, что упражнения для глаз помогут исправить зрение, однако они могут предотвратить его ухудшение.

Типа, как бы, заголовок

«Как бы», «типа», «короче», «на самом деле», «в принципе»... Эти слова мы произносим почти автоматически. И чем чаще они звучат, тем сильнее раздражают окружающих, отвлекают от главной мысли и портят впечатление о том, кто их использует.

Но что вообще переносит слово в разряд паразитов? И действительно ли человек, который постоянно говорит «как бы» или «типа», просто не умеет нормально разговаривать? Оказывается, всё несколько сложнее и потому интереснее. Давайте разберёмся, почему мозг так любит эти словечки, какую роль они на самом деле играют и почему от них всё-таки стоит избавляться.

«Э-э... сейчас сформулирую»

Представьте, что вас неожиданно спрашивают: «Ну и как вам новая работа?» В голове мгновенно запускается сложный мыслительный процесс. Нужно выбрать, что именно сказать,

подобрать слова, решить, насколько откровенно отвечать, вспомнить подробности – и всё это желательно сделать быстрее, чем собеседник решит, что вы потеряли дар речи. Вот тут и появляется: «Ну... э-э... в принципе... работа...»

С точки зрения слушателя это может выглядеть как словесная пробка. На самом деле исследования спонтанной речи показывают, что паузы, заполненные словесными шаблонами или звуками, связаны с планированием речи в реальном времени. Они особенно



часто возникают после сложного или неожиданного вопроса, когда необходимо быстро, но тщательно подобрать слова для ответа. Иными словами, пока тянется наше «ээээ, мmmm... как бы вам сказать, на самом деле, в принципе...», мозг ищет нужные слова и формирует фразы. Можно было бы просто сделать паузу, но молчание воспринимается нами как более заметное событие. Секунда тишины иногда кажется вечностью, особенно если речь идёт о публичном выступлении. Поэтому мозг словно говорит: «Не молчи! Скажи хотя бы что-нибудь». И язык подсовывает готовый «заполнитель».

Когда нормальное слово превращается в паразита

Слова-паразиты не рождаются такими, они такими становятся. Изначально это совершенно нормальные слова и выражения, которые выполняют определённую работу. «Короче» означает «более кратко». «Типа» связано со значением подобия или отнесения к определённому типу. «На самом деле» позволяет противопоставить действительное предполагаемому. «Значит» может подводить к выводам. «В принципе» способно обозначать ограничение или обобщение. Проблема начинается тогда, когда слово продолжает произноситься, хотя выполнять ему уже нечего.

«Я, как бы, думаю, что нам, как бы, стоит, как бы, обсудить этот вопрос». Первое «как бы» ещё можно попытаться оправдать. Второе – уже режет слух. А третье окончательно превращается в паразита.

При этом одно и то же слово может быть паразитом в одном предложении и совершенно полезным элементом в другом. В лингвистике важна не только форма слова, но и его функция в конкретном контексте. Поэтому список «плохих слов» составить невозможно. Но составить список слов, которые часто используются в качестве паразитов, вполне возможно.



Пока тянется наше «ээээ, мmmm... как бы вам сказать, на самом деле, в принципе...», мозг ищет нужные слова и формирует фразы.

«Как бы»

В нормальном употреблении оно вполне невинно: «Он как бы намекнул», «Это как бы не совсем то», «Он говорил как бы в шутку». Здесь выражение передаёт приблизительность, условность или сравнение. Но в разговорной речи оно может начать появляться практически перед любой мыслью: «Я как бы пришёл как бы поговорить». «Мне как бы кажется, что это как бы не совсем правильно». «Я как бы не против».

В результате возникает интересный эффект: предложение словно перестаёт быть окончательным. Говорящий всё время оставляет маленькую лазейку для отступления. Однако, как бы этого ни хотелось, было бы неправильно объявлять человека, который часто говорит «как бы», неуверенным или нерешительным. По одному речевому маркеру нельзя судить о характере человека. На частоту подобных элементов влияют ситуация, тема разговора, привычка, особенности общения и множество других факторов. Поэто-

му точнее сказать, что в некоторых контекстах «как бы» действительно позволяет смягчить категоричность высказывания. А когда оно становится автоматическим, эта полезная функция исчезает. Зато появляется привычка.

«Короче»

«Короче» заслуживает особого места в музее русской разговорной речи. Его первоначальная задача предельно ясна: сделать речь короче. Но попробуйте посчитать, сколько раз человек, начинающий рассказ со слова «короче», действительно заканчивает его быстро.

«Короче, встретил я вчера одного знакомого...» И через пятнадцать минут: «Короче, в итоге мы решили...» Здесь «короче» уже почти ничего не сокращает. Оно превратилось в сигнал: «Сейчас я продолжу рассказ» или «Переходим к следующему эпизоду».

Это вообще одна из особенностей разговорных маркеров: они могут не

нести новой информации, но выполняю функцию связок. Подобные элементы помогают говорящему переходить между частями рассказа, обозначать смену темы или удерживать ход разговора.

Поэтому человек, который говорит «короче» каждые три минуты, не обязательно страдает от избытка слов. Возможно, его «короче» – просто речевой дорожный знак. Правда, иногда дорожных знаков становится столько, что за ними не видно самой дороги.

«На самом деле»

Эти слова словно заранее объявляют: сейчас будет сказана истина в последней инстанции.

Всё, что было сказано до этого, возможно, следует забыть. Сейчас, наконец-то, начнётся настоящее. «На самом деле я хотел сказать...» «На самом деле всё было совсем не так». «На самом деле проблема заключается в другом».

В своём прямом значении выражение совершенно нормальное. Оно помогает противопоставить реальное положение дел ошибочному представлению. Но если человек начинает каждую вторую фразу с «на самом деле», выражение превращается в универсальную заставку. Причём иногда после него не проис-

Можно договориться с близкими, что каждое лишнее «короче» или «как бы» – 100 рублей в банку на поход в ресторан. Беспроегрышный вариант – либо речь станет чистой, либо вкусно покусаете.

ходит вообще никакого исправления или уточнения. Получается забавный парадокс: человек всё время сообщает собеседнику, что сейчас, наконец, скажет правду. Даже если до этого ничего противоположного не говорил.

«Типа»

Изначально «типа» означало «вроде», «подобно», «относящееся к определённому типу».

Сегодня в разговорной речи оно способно выполнять гораздо больше функций. «Что-то типа этого» означает приблизительность. «Он типа пошутил» ставит под сомнение, действительно ли это была шутка. А иногда «типа» вообще перестаёт что-либо уточнять: «Я типа пришёл». «Мы типа поговорили». «Он типа согласился». Здесь слово становится своеобразным речевым

туманом. Оно позволяет произнести фразу, не делая её слишком окончательной.

«Получается», «в принципе», «значит», «соответственно...»

Эти слова особенно коварны, потому что выглядят интеллектуально. В отличие от простого «эээ» они создают ощущение, будто сейчас происходит сложный аналитический процесс. Иногда так оно и есть. «Если цены выросли, а доход остался прежним, значит, покупательная способность снизилась». В этом предложении «значит» действительно выполняет работу.

Но если человек говорит: «Значит, я, значит, хотел сказать, значит, что...» Слово уже не формулирует логический вывод. Оно судорожно держится за фразу, как репейник за одежду. То же самое происходит с «в принципе». Оно может быть полезным ограничителем: «В принципе, это возможно, но есть одно условие». А может превратиться в универсальный соус, которым заливают любое блюдо.

Что наши паразиты могут о нас рассказать

Очень заманчиво составить психологический словарь людей, использующих те или иные слова-паразиты. «Как бы» – неуверенность. «Короче» – нетерпение. «Типа» – желание казаться современным. «На самом деле» – стремление доказать свою правоту. «Значит» – любовь к логике. Но с научной точки зрения такая схема была бы слишком простой.



vestezy.com

Слова-паразиты действительно являются частью речевого поведения и могут быть связаны с организацией общения. Некоторые лингвисты отмечают, что такие элементы могут отражать потребность говорящего в постоянной коммуникативной поддержке и связи с собеседником.

Но превращать это в «диванный» психоанализ не стоит. Услышав пять раз «короче», нельзя заключить, что перед нами человек, который терпеть не может длинные разговоры. Гораздо надёжнее посмотреть не на одно слово, а на ситуацию. Человек начинает говорить «эээ» перед незнакомой темой? Возможно, ему действительно требуется больше времени на формулировку. «На самом деле» сопровождает каждое возражение? Возможно, человеку удобно таким образом обозначать коррекцию чужой мысли. Речь многое рассказывает о человеке. Но для этого её нужно слушать целиком.

Как избавиться от лишнего

Есть забавная особенность. Чужие слова-паразиты слышны прекрасно, свои же мы почти не замечаем. Причина проста. Когда мы говорим, мы заняты содержанием. Мы думаем о том, что хотим сообщить, а не о каждом произнесённом слове. Отсюда первое правило: записывайте себя. Поставьте диктофон на обычный разговор с другом или на совещании и потом прослушайте. Это позволит вам посмотреть на свою речь со стороны и, возможно, понять, что есть некоторые проблемы, которые нужно решить.

Например, заменить словесную шелуху паузой. Вместо «как бы» попробуйте просто помолчать полсекунды. Сначала будет непривычно и даже страшно. Потом выяснится, что тишина работает совсем неплохо.

Ещё один лайфхак – замедлитесь. Большинство паразитов рождается от спешки. Когда мы говорим чуть медленнее, мозг успевает формулировать



мысль без ненужных вставок. Иногда помогает возможность «прогнать» речь заранее. Перед важным разговором проговорите ключевые тезисы вслух. Чем лучше мысль упакована заранее, тем меньше шансов, что в неё вклинится что-то лишнее. Читайте вслух качественные тексты. Это тренирует «мышечную память» чистой речи. Полностью выкорчевать слова-паразиты за неделю невозможно. Но заметно сократить их количество за месяц – вполне реальная задача. Усилить и ускорить эффект поможет введение штрафов для себя. Можно договориться с детьми, супругом, подругой или другом: каждое лишнее «короче» или «как бы» – 100 рублей в банку на поход в ресторан. Беспроигрышный вариант – либо речь станет чистой, либо вкусно покушаете. Главное, чтобы абсолютно стерильная речь не стала идеей-фикс. Слова-паразиты – не приговор и не признак

глупости. Это просто привычка, которую мозг выработал, чтобы получить фору и сэкономить силы. И, как любую привычку, её можно ослабить или совсем от неё избавиться.

Главный маркер здесь – есть смысл в используемом слове или нет? Если «как бы» выражает приблизительность – оно работает. Если «короче» действительно сокращает рассказ – вообще отлично. Но если слово появляется просто потому, что без него говорящему психологически неудобно поставить паузу, перед нами уже классический паразит.

И избавляться от него стоит не потому, что «так правильно», а потому, что чистая речь делает человека более убедительным. Его лучше понимают, больше ему доверяют, воспринимают как более компетентного человека. В мире, где внимание всё более размыто, умение говорить чётко, ясно и без словесного шума уже серьёзное преимущество. ✈

Слова-паразиты – не приговор и не признак глупости. Это просто привычка, которую мозг выработал, чтобы получить фору и сэкономить силы.



Права на маркетплейсе

В обычном магазине мы можем взять вещь в руки, оценить, примерить, посмотреть на неё со всех сторон. В интернете решение принимается по фотографиям, описанию продавца и отзывам людей, которых мы никогда не видели. Поэтому довольно часто в пункте выдачи нас ожидают вещи, которые не соответствуют нашим заказам или ожиданиям. Хорошо, если это видно сразу, и товар можно быстро вернуть. Но бывает, что недостаток проявляется только через некоторое время, и вот тут удобный интернет-магазин внезапно превращается в юридический квест. Продавец не отвечает. Служба поддержки маркетплейса присылает третий раз один и тот же шаблонный ответ. И нам начинает казаться, что проще смириться, чем отстаивать свои права. Но не стоит опускать руки. У дистанционной торговли есть свои важные особенности, о которых многие покупатели не знают.



Ильнар Салахутдинов,
член Ассоциации юристов России,
управляющий партнёр юридической
компании Mozart House Legal

Семь дней на подумать

Одно из главных правил интернет-торговли звучит очень просто. Если товар приобретён дистанционно, потребитель вправе отказаться от него в любое время до получения, а после получения – в течение семи дней. Причём товар не обязательно должен быть бракованным: не подошёл цвет или размер; не устроило качество материала; просто передумали.

При дистанционной покупке это само по себе может быть основанием для отказа от качественного товара при соблюдении предусмотренных законом условий.

Есть и ещё одно важное правило, о котором знают намного меньше. Если при доставке покупателю в письменной форме не сообщили порядок и сроки возврата качественного товара, срок для отказа увеличивается с семи дней до трёх месяцев с момента передачи товара.

Но это, конечно, не означает, что вещь можно активно пользоваться три месяца, а затем вернуть её продавцу. Для возврата качественного товара должны быть сохранены его товарный вид и потребительские свойства. Кроме этого нельзя просто передумать и вернуть вещь, изготовленную специально под индивидуальные параметры покупателя.

Возврат сложной техники

Технически сложный товар – например, смартфон или ноутбук – нельзя просто вернуть в магазин без веской причины. Для обычной покупки это действительно так, но дистанционная торговля регулируется иначе.

Перечень недовольственных товаров надлежащего качества, не подлежащих

Если при доставке вам в письменной форме не сообщили порядок и сроки возврата качественного товара, срок для отказа увеличивается с семи дней до трёх месяцев с момента передачи товара.

возврату или обмену при обычной покупке, автоматически на дистанционную торговлю не распространяется. С 1 сентября 2026 года действуют новые Правила продажи товаров, утверждённые Постановлением Правительства РФ от 30 мая 2026 года № 657, которые также отдельно регулируют дистанционную продажу.

При возврате важно различать две ситуации: товар исправен, но вы передумали его покупать, или товар имеет недостаток. Во втором случае действуют правила о продаже товара ненадлежащего качества. Если недостаток технически сложного товара обнаружен в первые 15 дней, закон предоставляет покупателю право выбрать предусмотренное законом требование, включая возврат денег или замену.

После истечения 15 дней вернуть технически сложный товар из-за недостатка тоже можно, но только по предусмотренным законом основаниям: например, существенном недостатке, нарушении срока ремонта или невозможности нормально пользоваться товаром из-за неоднократного ремонта.

Отсюда очень простой бытовой совет. Купили дорогую технику через интернет – не спешите в первый же вечер выбра-

сывать коробку, упаковку, документы и комплектующие. Да, огромная коробка от телевизора способна за несколько дней стать раздражающим предметом в квартире. Но хотя бы на период, когда судьба покупки ещё окончательно не определена, упаковку лучше потерпеть.

Дистанционная покупка – дистанционный возврат

В феврале 2026 года Конституционный Суд РФ высказался по поводу одного жилищного спора: покупатель заказал через интернет детский комбинезон, получил его, а затем решил отказаться от покупки. Продавец с этим согласился, но потребовал вернуть товар лично в розничный магазин, который находился в сотнях километров от покупателя.

В итоге Конституционный Суд признал действовавшее регулирование в этой части неконституционным и до внесения изменений в законодательство установил принципиально важное правило: дистанционно приобретённый качественный товар покупатель вправе вернуть выбранным им способом, если этот способ позволяет продавцу при получении проверить состояние вещи. В том числе можно использовать перевозчика или организацию почтовой связи. То есть дистанционная покупка больше не должна превращаться в обязательное путешествие через половину страны только ради её возврата.

Но здесь есть важная оговорка. При дистанционном возврате качественного товара по инициативе покупателя расходы на его обратную доставку ложатся на покупателя. И важно, чтобы в процессе транспортировки товар не потерял

Дистанционно приобретённый качественный товар покупатель вправе вернуть выбранным им способом, если этот способ позволяет продавцу при получении проверить состояние вещи.

свои качества. Поэтому, отправляя назад дорогую вещь, полезно потратить две минуты: сфотографировать её со всех сторон, зафиксировать серийный номер, снять комплектность, сфотографировать упаковку, сохранить документ о передаче перевозчику. Несколько фотографий могут впоследствии оказаться значительно ценнее длинной переписки со службой поддержки.

Типичные ошибки

Многие покупатели, заметив недостатки в товаре, совершают ошибки и пишут продавцу что-то вроде: «Разберитесь, пожалуйста» или «Примите меры». Ему отвечают: «Обратитесь в сервисный центр». И дальше спор развивается уже по сценарию продавца. Если вы хотите вернуть деньги и закон даёт вам такое право, так и нужно писать: «Отказываюсь от исполнения договора купли-продажи и требую вернуть уплаченную за товар сумму». Если хотите замену, требуйте замену. Если ремонт – ремонт.

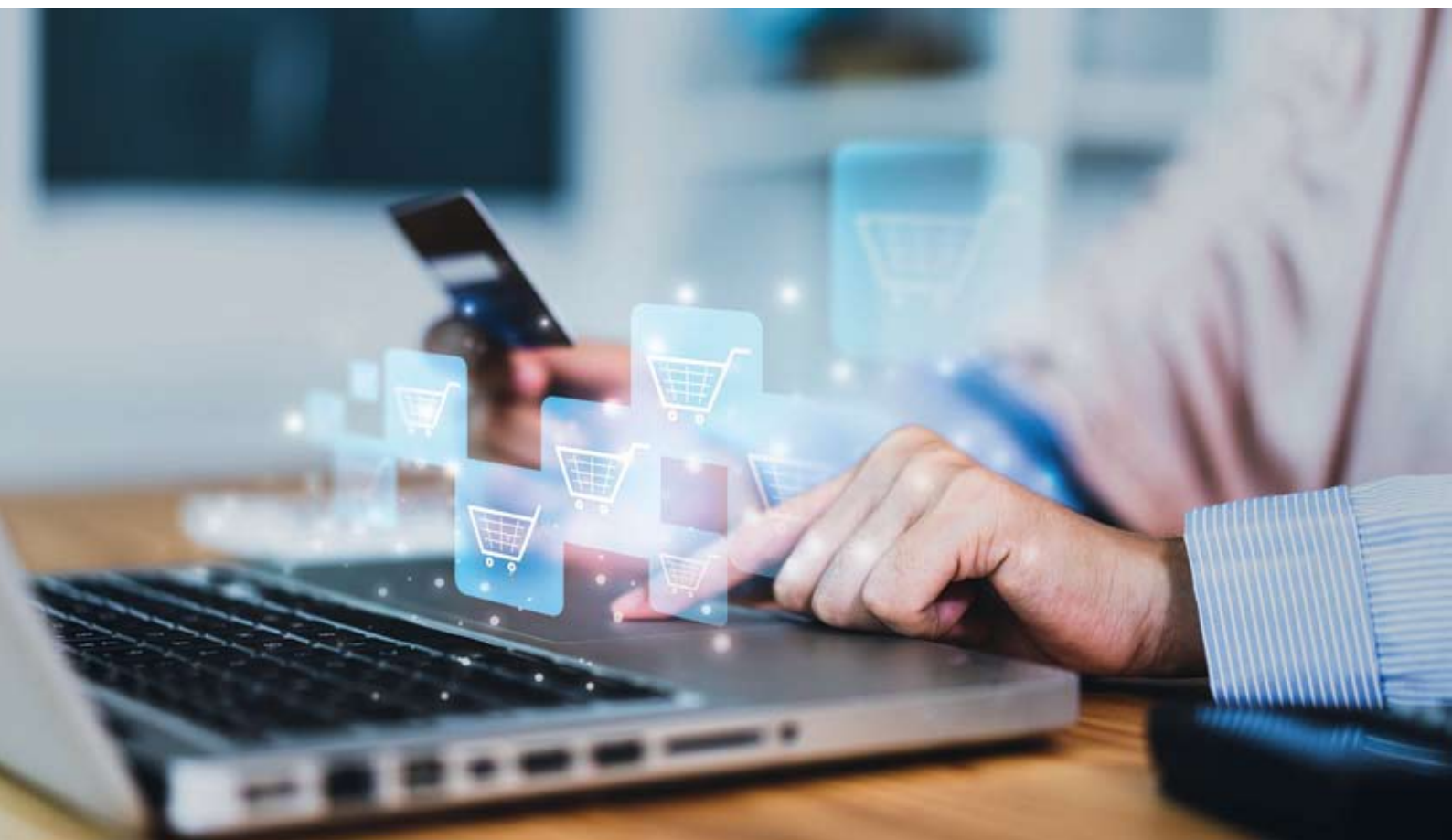
Типичная ошибка – считать, что маркетплейс и продавец – это одно юридическое лицо. На площадке одновременно могут работать тысячи продавцов.

Фраза «прошу разобраться в ситуации» юридически слабее конкретного требования. А ведь зачастую именно с первого правильно или неправильно составленного сообщения продавцу зависит исход потребительского спора. Ещё одна типичная ошибка – считать, что маркетплейс и продавец – это одно юридическое лицо. На площадке одновременно могут работать тысячи продавцов. Поэтому при возникновении проблемы первым делом откройте сведения о заказе и найдите, кто указан продавцом конкретного товара.

Именно продавец в обычной ситуации является основным адресатом требований, связанных с качеством товара, его соответствием описанию или нарушением срока передачи.

Хороша ложка к обеду

Представим другую ситуацию. Вы заказали холодильник. Деньги списаны. В приложении написано: «Доставка 10 сентября». Наступает 10 сентября. Потом 12-е. Потом 15-е. Холодильник продолжает загадочно «следовать между распределительными центрами».



Но закон не обязывает покупателя ждать бесконечно. Если предварительно оплаченный товар не передан в установленный договором срок, потребитель может потребовать либо передать товар в установленный им новый срок, либо вернуть предварительную оплату.

За просрочку законом предусмотрено на неустойка – 0,5 процента суммы предоплаты за каждый день, но её общий размер не может превышать сумму самой предварительной оплаты. Поэтому бесконечное сообщение службы поддержки «пожалуйста, ожидайте» не означает, что покупатель обязан действительно ждать столько, сколько удобно продавцу.

Фото- и видеофиксация

Информация в интернете порой изменчива. Более того, она изменчива быстро. Две минуты – и карточку товара можно изменить. Поменять комплектацию в описании, изменить характеристики, скорректировать цену, описание и фотографию. Поэтому при дорогой покупке будет нелишне ещё до оплаты зафиксировать с помощью скриншотов всё вышеперечисленное. После покупки также сохраняйте электронный чек, номер заказа и переписку. Если товар дорогой или хрупкий, а коробка при получении выглядит повреждённой, лучше сфотографировать её до вскрытия, а саму распаковку снять на видео.

От разговоров к претензии

Зачастую нескольких сообщений в службу поддержки бывает достаточно, чтобы решить какую-то проблему. Но

иногда это превращается в мастер-класс по казённым отпискам: «мы рассматриваем», «ваше обращение передано специалистам», «ожидайте ответа», «создано новое обращение»... Чтобы разорвать этот порочный круг, нужно перевести разговор в юридическую плоскость и зафиксировать конкретное требование. В претензии необходимо указать: когда и у кого приобретён товар, номер заказа, его стоимость, кратко и без лишних эмоций описать, что произошло и какое именно требование вы предъявляете, а также куда должны быть возвращены деньги. После этого важно сохранить доказательство отправки претензии продавцу.

Телефонный разговор с оператором поддержки полезен для быстрого решения вопроса. Но если спор дошёл до суда, фраза «нам по телефону обещали вернуть деньги» значительно слабее документа или электронной переписки, содержание и дату которой можно подтвердить.

Если ситуация не разрешается или вам отказали, а вы уверены в своей правоте, тогда остаётся суд. Закон позволяет покупателю предъявить иск не только по месту нахождения ответчика, но в предусмотренных законом случаях и по месту своего жительства или пребывания. Кроме стоимости товара, в зависимости от обстоятельств могут возникнуть требования о взыскании убытков, законной неустойки и компенсации морального вреда.

Сохранился и известный многим потребительский штраф – 50 процентов от суммы, присуждённой судом в пользу потребителя, если законное требование не было удовлетворено добровольно. Однако с 1 февраля 2026 года в Феде-

Правила онлайн-покупателя

Сохраните карточку дорогого товара

Сделайте скриншоты цены, характеристик, комплектации и обещанного срока доставки.

Не выбрасывайте упаковку в первый день

Особенно если речь идёт о дорогой технике и вы ещё окончательно не решили, что оставите покупку.

При получении дорогой вещи фиксируйте повреждения

Фотографии упаковки и короткое видео распаковки могут стать важным доказательством.

Запомните цифру 7

От качественного дистанционно приобретённого товара при соблюдении условий закона обычно можно отказаться в течение семи дней после его получения.

Для неисправной сложной техники запомните число 15

В первые пятнадцать дней после передачи технически сложного товара возможности потребителя при обнаружении недостатка значительно шире.

Не просите «разобраться», а предъявляйте юридическую претензию

Возврат денег, замена, ремонт – сформулируйте письменно, чего именно вы хотите, и сохраните подтверждение отправки.

ральном законе № 500-ФЗ установлены случаи, когда такой штраф не взыскивается. Например, если добровольному исполнению помешало поведение самого потребителя. Есть и другие исключения. Поэтому старую формулу «подаю иск – и автоматически получаю сверху ещё 50 процентов» теперь важно не воспринимать как аксиому.

В идеале же не доводить дело до суда, а соблюдать простые правила, о которых мы говорили выше. Тогда онлайн-покупки будут приносить только радость и пользу, а если какие-то споры и возникнут, то они решатся быстро и вашу пользу. ✈

Если спор дошёл до суда, фраза «нам по телефону обещали вернуть деньги» значительно слабее документа или электронной переписки.

Сентябрь

ЯРКИЕ СОБЫТИЯ,
ВОШЕДШИЕ
В ИСТОРИЮ

хронология

1 сентября 1581 года

хорошо снаряжённая дружина казаков под командованием атамана Ермака Тимофеевича выступила в поход за Уральский Каменный пояс. Казаков вооружили и снабдили всем необходимым купцы Строгановы. Поход начался из их резиденции Орёл-городок.

Уже через полтора месяца дружина Ермака выбила значительно превосходящие силы хана Кучума из столицы Сибирского царства – Искера. Однако понадобилось ещё 17 лет, прежде чем Сибирь стала частью Русского государства.

Василий Суриков. Покорение Сибири
Ермаком Тимофеевичем. 1895 г.



8 сентября 1380 года

произошла Куликовская битва, в которой полки под руководством князя Дмитрия Донского разгромили войско до этого непобедимой Золотой Орды. Хотя победа не привела к моментальному свержению ига, её геополитическое и духовное значение было колоссальным. Битва дала мощный толчок формированию единого самосознания, Москва окончательно закрепила за собой статус центра объединения русских земель, а московский князь Дмитрий Донской стал признанным национальным лидером. Как писал историк Лев Гумилёв, «на Куликово поле пошли рати суздальцев, владимирцев, ростовцев, псковичей, а вернулись с него русские».

26 сентября 1983 года

подполковник Станислав Евграфович Петров своими действиями предотвратил потенциальную ядерную войну, когда из-за сбоя в системе предупреждения о ракетном нападении поступило ложное сообщение о ядерной атаке со стороны США.



2 сентября 1945 года

подписанием акта о безоговорочной капитуляции Японии завершилась Вторая мировая война. За месяц до этого события США сбросили две атомные бомбы на Хиросиму и Нагасаки. Кроме этого 9 августа 1945 года СССР вступил в войну против Японии, начав стремительную Маньчжурскую стратегическую наступательную операцию и разгромив Квантунскую армию. Поэтому 15 августа 1945 года император Хирохито по радио объявил о принятии условий Потсдамской декларации, прекращении боевых действий и подготовке акта о капитуляции.

7 сентября 1812 года

состоялось Бородинское сражение – важнейшее событие Отечественной войны 1812 года. В сражении участвовали русская армия под командованием М. И. Кутузова и французская армия Наполеона. Храбрость солдат, ожесточённость схватки и большие потери с обеих сторон не привели к решительной победе ни одной из армий, но эта битва стала переломным моментом в войне.

Питер фон Гесс. Бородинская битва 26 августа (7 сентября) 1812. 1843 г.



30 сентября 1965 года

Указом Президиума Верховного Совета СССР были установлены почётные звания «Заслуженный пилот СССР» и «Заслуженный штурман СССР».

12 сентября 1624 года

Кардинал Ришелье нанял на службу 50 лучших мушкетёров, которых Дюма в своих произведениях ошибочно назвал гвардейцами. В дальнейшем число мушкетёров кардинала перевалило за три сотни. Зная всю подноготную дворцовой жизни, Ришелье считал: чтобы уцелеть, нельзя доверять никому. Хотя и любил повторять, что предпочитает искренних врагов неискренним друзьям.

13 сентября 1981 года

сборная СССР по хоккею впервые в истории выиграла Кубок Канады. Примечательно, что за год до этого, на Олимпиаде-80 в Москве, советская хоккейная сборная под руководством Виктора Тихонова проиграла американской, в которой играли даже не профессионалы, а студенты. Но в Монреале в команде под руководством того же Тихонова выступила лучшая пятёрка тогдашнего хоккея: Владимир Крутов, Игорь Ларионов, Сергей Макаров – нападающие, а также Вячеслав Фетисов и Алексей Касатонов – защитники. В воротах стоял легендарный Владислав Третьяк, и счёт закончился 8:1 в пользу советской сборной.



Canada Cup 1981 Magazine



15 сентября 1928 года

английский микробиолог Александер Флеминг открыл пенициллин. Как и многие другие открытия в науке, открытие пенициллина произошло случайно. В 1928 году английский микробиолог Александер Флеминг, собираясь в отпуск, забыл помыть несколько банок с культурами бактерий. Вернувшись через месяц, он обнаружил, что в одной из склянок вокруг кружка из образовавшейся плесени исчезли бактерии стафилококка.

После интенсивных исследований Флеминг выделил из плесени антибактериальное вещество, которое назвал пенициллином. В 2000 году сразу несколько научных журналов назвали пенициллин наиболее важным открытием тысячелетия. По приблизительным оценкам, с помощью этого открытия были спасены более двухсот миллионов жизней. ✈

Исторический вопрос

Воля богов

исторический вопрос

В конце VII – начале VI века до н. э. на территории Малой Азии и Ирана соперничали два мощных государства: Лидийское и Мидийское царства. Многолетнее противостояние за землю переросло в вооружённый конфликт. Однако кровопролитная битва внезапно закончилась благодаря вмешательству природы. О каком явлении идёт речь?

Войну закончило солнечное затмение. По словам греческого историка Геродота: «Когда день внезапно обратился в ночь, обе армии прекратили бой и поспешили заключить мир». Для людей древности такие явления казались прямым вмешательством богов. Внезапное исчезновение солнца они восприняли как гнев высших сил и знак, что войну следует остановить. В результате стороны не только заключили мир,



но и закрепили его династическим союзом. Дочь лидийского царя выдали замуж за сына мидийского правителя, а границей между государствами стала река Галис. С развитием астрономии учёные смогли точно определить дату затмения 28 мая 585 года до н. э. И это одно из первых событий древней истории, точно датированных с помощью астрономии.

Прививка для человечества

Сегодня вакцинация – самый эффективный и массовый метод профилактики инфекционных заболеваний, направленный на предотвращение болезней, создание иммунитета и ограничение распространения патогенов. Однако так было далеко не всегда. Когда же медики сделали первую прививку?



Произошло это в 1796 году. Незадолго до этого по Европе и России прокатились опустошительные волны эпидемий оспы, которые унесли жизни почти каждого третьего из заболевших. Единственным методом борьбы со страшным заболеванием была вариоляция. Так называлась процедура, когда врач брал содержимое созревшей пустулы больного человека и втирал его в надрезы на коже здорового. Считалось, что если вирус попадёт через кожу, а не через дыхательные пути, болезнь пройдёт легче. Как правило, человек действительно болел в более лёгкой форме, но при этом сам становился заразным для окружающих. Да и риск при такой процедуре оставался довольно высоким.

В 1796 году английский медик Эдвард Дженнер разработал более совершенный метод. Будучи сельским врачом, он заметил, что фермеры, легко переболевшие коровьей оспой, не заражаются оспой натуральной. Это натолкнуло его на интересную мысль, что их организм, справившись со слабой версией вируса, научился побеждать и более коварный вариант заболевания.

В результате Дженнер сделал прививку коровьей оспы сыну своего садовника. Мальчик переболел в лёгкой форме и позже даже не заметил заражения натуральной оспой, что доказало эффективность вакцины. Уже в XIX веке термин «вакцинация» стал применяться ко всем прививкам, где используются ослабленные или убитые микробы.

Термополии быстрого питания

Если вы думаете, что идея фастфуда возникла относительно недавно, то несколько ошибаетесь. Этому гастрономическому явлению уже не менее 2200 лет. Так где и когда возникли общепиты с едой «на скорую руку»?



Скорее всего, первые массовые заведения быстрого питания появились в Древнем Риме. Называли их термополии, от латинского *thermopolium* («место горячей еды»). В таких местах продавали готовую еду. Обычно это были тушёные овощи и мясо, супы, варёная рыба и морепродукты, горячие каши, лепёшки и вино. Меню подбиралось так, чтобы блюда были быстро съедаемыми. Обычно термополии имели несколько каменных прилавков, за которыми были глиняные или каменные сосуды с готовыми горячими блюдами.

Питались здесь горожане средней руки – ремесленники, торговцы, путешествующие гости города, беднота. В общем, те, кому нужно было быстро «заморить червячка» и кто не мог или не хотел стряпать дома. Всё-таки домашняя готовка требовала времени, сноровки, дров, воды и места, что было дорого или неудобно для многих жителей.

Археологические раскопки, например, в Помпеях и Геркулануме, показали, что таких лавок было очень много – около сотни на один город. В Помпеях даже сохранились термополии с красочными «рекламными» фресками, изображающими курицу, рыбу, хлеб и другие блюда.

Ночные бдения

Сон современного человека длится около восьми часов, то есть всю ночь. В остальное время мы бодрствуем. Однако ещё двести лет назад распорядок среднестатистического человека был несколько другим. В чём же было это отличие?

В Средневековье и вплоть до середины XIX века большинство людей практиковали двухфазный сон. Причина такого распорядка была в отсутствии искусственного освещения и дороговизне свечей. С наступлением темноты делать было особенно нечего. Поэтому люди рано ложились. Около полуночи они просыпались, чтобы совершить ночные бдения – подкинуть дров в остывшую печку или камин, помолиться, написать письма, пообщаться, а потом снова лечь спать до рассвета. Интересно, что многие литературные произведения были написаны именно в эти ночные часы между двумя снами. Гоголь называл их «часами, когда душа говорит с Богом». Пушкин тоже любил работать по ночам. И это не случайно. Перерыв между снами был идеален для «ночных дум» и поэтических озарений. Учёные называют такое время «пограничным», когда уровень пролактина – гормона, отвечающего за расслабление и созерцательность, – в организме выше, чем в течение дня.

Во второй половине XIX века появление газовых фонарей и электричества позволило людям сдвинуть время начала сна. Сменная работа на фабриках также требовала непрерывного отдыха ночью. Поэтому к концу XIX века упоминания о «первом» и «втором» сне практически исчезли из литературы и дневников, уступив место современному стандарту. ✂



Нескучайка

БОГИ ДРЕВНЕЙ ГРЕЦИИ

Люди в Древней Греции всё объясняли действиями богов: смену дня и ночи, дождь и гром, засуху и морские бури, неурожай и болезни. Они верили, что боги живут на вершине горы Олимп, самой высокой горы в Греции, а миром правят три брата: Зевс-громовержец господствует на небе, Посейдон – на море, а Аид – в подземном царстве.

Зевс – верховный бог, повелитель грома и молний.

Гера – жена Зевса, богиня семьи и материнства.

Афродита – прекрасная богиня любви.

Арес – коварный и вспыльчивый бог войны.

Аполлон – бог света, искусств и пророчеств.

Вестник богов **Гермес** славится красноречием.

Афина – богиня мудрости.

Артемида – вечно юная богиня охоты и живой природы.

Богиня плодородия **Деметра** научила людей земледелию.

Дионис – бог виноградарства и веселья.

Аид – владыка подземного царства теней. Вход в него охраняет трёхглавый пёс Цербер.

Хромой бог **Гефест** – искусный кузнец.

Посейдону подчиняется водная стихия.

ПРАВДА ЛОЖЬ

1



Древние греки пользовались будильником.

2



Арабские цифры придумали в Индии.

3



До кругосветного плавания люди думали, что Земля плоская.

ПОПРОБУЙ
ДОГАДАТЬСЯ,
ГДЕ ПРАВДА
А ГДЕ ЛОЖЬ?

4



Часовые пояса ввели для удобства работы железных дорог.

5



Фасовать сахар кубиками придумали в России.

6



До изобретения электрической лампочки не было полноценного уличного освещения.

ОСТОРОЖНО, СПОЙЛЕРЫ!

ОТВЕТЫ

ПРАВДА
ЛОЖЬ

1

ПРАВДА

Чтобы оповещать учеников о начале лекций (а возможно, и не опаздывать самому), философ Платон соединил водяные часы и флейту. Когда жидкость в сосуде достигала определённого уровня, воздух выталкивался через отверстия флейты, создавая свист.

2

ПРАВДА

Система цифр, которой мы пользуемся сейчас, была придумана в Индии не позднее V века н. э. В Европе она распространялась благодаря знакомству математиков с трудами арабских учёных, которые приспособили начертание придуманных в Индии знаков к арабскому письму.

3

ЛОЖЬ

В 1519–1522 годах экспедиция Фернана Магеллана совершила первое в истории кругосветное плавание. За несколько лет до этого картограф Мартин Бехайм создал «Земное яблоко» — старейший из сохранившихся до наших дней глобус. О шарообразности Земли догадывались уже древние греки, и для образованных людей средневековой Европы это не было секретом.

4

ПРАВДА

До принятия часовых поясов время между разными населёнными пунктами зачастую не согласовывалось. Такая неразбериха могла привести к путанице в расписании и столкновению поездов. Переход на новые временные стандарты начался в 1840 году. Первыми это сделали железнодорожные компании Великобритании.

5

ЛОЖЬ

Основной формой фасовки сахара в прошлом была так называемая «сахарная голова», которую получали из застывшего сиропа. По легенде, жена изобретателя — инженера сахарного завода — поранилась щипцами для колки лакомства. Так Яков Кристоф Рад изобрёл станок для приготовления сахара в форме кубиков. Это произошло на территории Чехии.

6

ЛОЖЬ

Долгое время на улицах городов по ночам было темно. Свечи и масляные фонари давали мало света, однако уже в начале XIX века появилось гораздо более мощное газовое освещение. Им оснащали не только улицы и крупные предприятия, но и дома.

Прямой взгляд горгоны Медузы обращал людей в камень. Чтобы одолеть чудовище, герой Персей смотрел на её отражение в щите.

Помоги Персею победить Медузу: найди 5 отличий!



По легенде, на Крите родилось ужасное чудовище с телом человека и головой быка – Минотавр. Для него построили лабиринт – большой дворец с множеством комнат и запутанных коридоров. Однажды на Крит попал сын афинского царя Тесей, который должен был убить Минотавра и выбраться из лабиринта. Чтобы он смог это сделать, его возлюбленная Ариадна дала ему клубок ниток. А ты сможешь повторить подвиг Тесея?

Скорее пройди лабиринт и не попадись на глаза Минотавру!



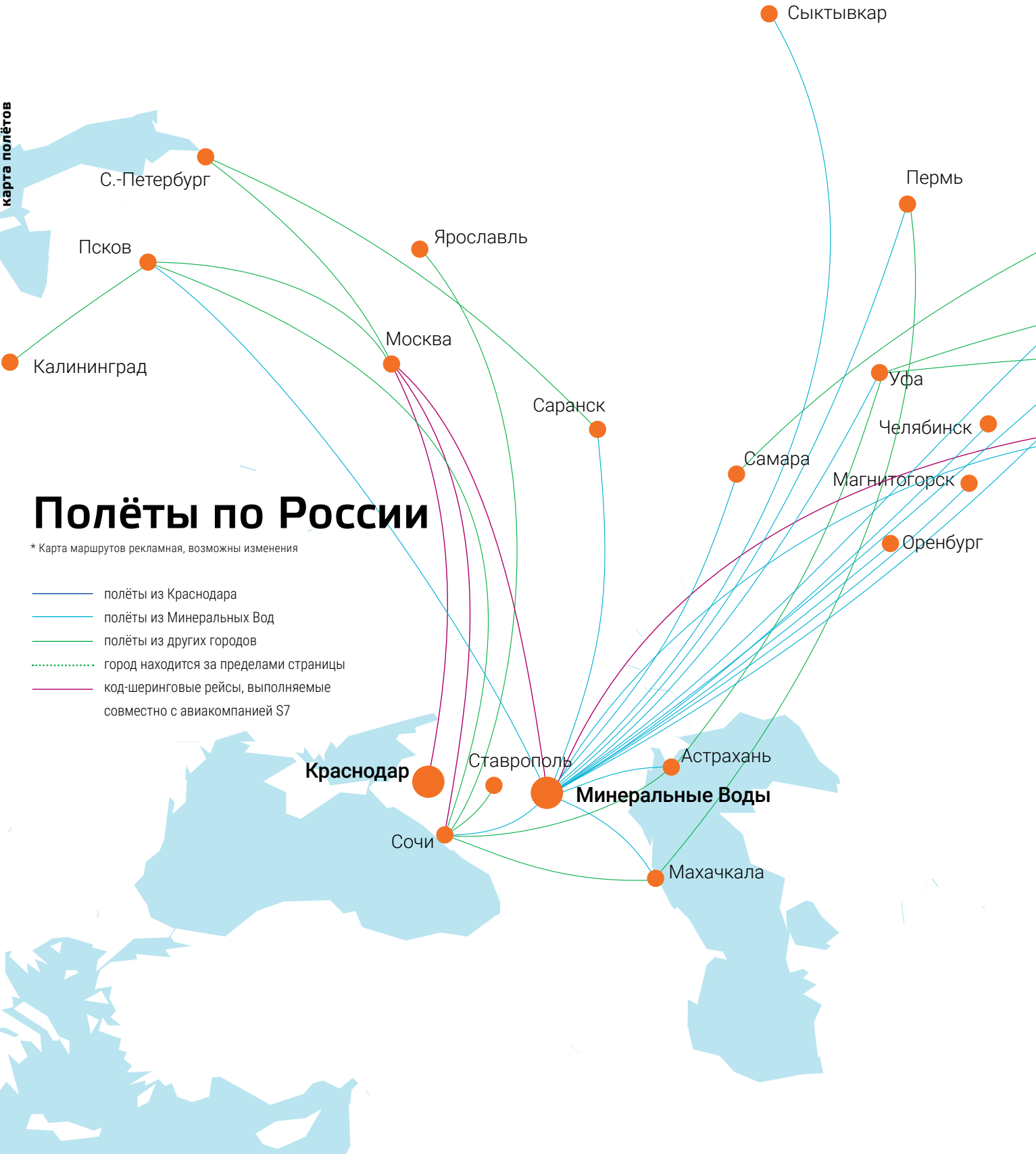
«ГеоДом» — медиагруппа по созданию уникального цифрового контента и полиграфической продукции для всей семьи; издательство с 20-летним стажем в области картографии, производитель настольных игр и обучающих пособий в экосистеме «Мегафлагомания»; официальный партнёр Яндекса, лицензиат Кинопоиска, «Союзмультфильма» и СТС.

карта полётов

Полёты по России

* Карта маршрутов рекламная, возможны изменения

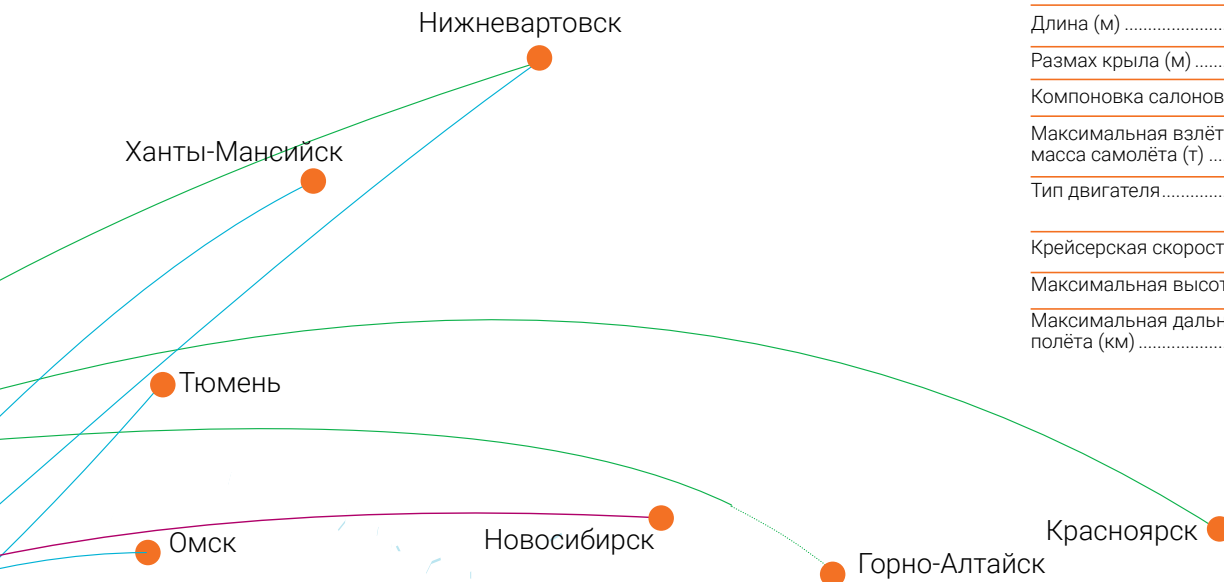
- полёты из Краснодара
- полёты из Минеральных Вод
- полёты из других городов
- город находится за пределами страницы
- код-шеринговые рейсы, выполняемые совместно с авиакомпанией S7





СУХОЙ СУПЕРДЖЕТ 100 SUKHOI SUPERJET 100

Тип самолёта	ближнемагистральный пассажирский самолёт
Длина (м)	29,9
Размах крыла (м)	27,8
Компоновка салонов	100/103 кресла
Максимальная взлётная масса самолёта (т)	49,45
Тип двигателя	два турбореактивных двигателя SaM-146
Крейсерская скорость (км/ч)	840
Максимальная высота полёта (км)	12,2
Максимальная дальность полёта (км)	3000/4200



Международные полёты

* Карта маршрутов рекламная, возможны изменения



Контакты уполномоченных агентств по продаже авиабилетов

РОСТОВ-НА-ДОНУ

АО «ВИПСЕРВИС» («ДОН КИХОТ»)

Аэропорт Платов,
тел.: +7 (863) 322-95-22;
+7 (928) 270-54-56.
Режим работы: круглосуточно

КРАСНОДАР

ООО «АВС»

Аэропорт, касса № 3 (зал прилёта),
тел. +7 (861) 200-14-34.
Режим работы: круглосуточно

МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

ООО «АВС»

Аэропорт, 2-й этаж, офис 207,
тел. +7 (879) 222-76-00;
avsm-cassa@yandex.ru
Режим работы: круглосуточно

АКТОБЕ

ТОО «Трансавиа»

Аэропорт, касса (2-й этаж),
вывеска АВИАКАССА,
круглосуточно,
тел. +7 7717 01 33 65

АЛМАТЫ

ТОО «Трансавиа»

Майлина, 1, аэропорт Алматы,
касса № 10 (1-й этаж),
тел. +7 (727) 270-33-01.
Режим работы: круглосуточно

АСТАНА

ТОО «Трансавиа»

Аэропорт, терминал 2, 2-й этаж, касса 4,
тел. +7 (7172) 55-49-90.
Аэропорт, терминал 1, 1-й этаж, касса 2,
тел. +7 (7172) 55-92-98.
Режим работы: круглосуточно

АСТРАХАНЬ

ООО «Авиапром»

Аэропорт, 1-й этаж, кассы №2 и №3,
тел. +7 (8512) 39-32-52.
Режим работы: 04:00 – 24:00

БАТУМИ

Handling Fly Line LLC

Международный аэропорт
г. Батуми им. Александра Картвели,
ежедневно с 10:00 до 19:00,
тел.: +995 (511) 548 148

БИШКЕК

ОсОО «Разлет.КГ»

Аэропорт, касса,
тел.: +996 709 63 33 33;
+996 559 63 33 33

ВЛАДИКАВКАЗ

ООО «ПрайдЛид»

Аэропорт, 1-й этаж, касса №2,
ежедневно с 09:30 до 21:00,
тел. +7(988) 818-28-88.

ВОЛГОГРАД

ООО «ТК “Мэверик”»

Аэропорт, касса №4,
тел. + 7 (961) 080-32-32.
Режим работы: 10:00–20:00

ВОРОНЕЖ

ООО «ЦАВС»

Аэропорт, касса (1-й этаж),
тел. +7 (4732) 330-742.
Режим работы: круглосуточно

ГОРНО-АЛТАЙСК

ООО «БРН-АЭРО»

Аэропорт, касса (2-й этаж),
с 09:00 до 15:00,
тел. +7 (993) 332-35-09

ЕКАТЕРИНБУРГ

АО «ВИПСЕРВИС»

Аэропорт «Кольцово»,
1-й этаж, авиакасса,
тел.: +7 (343) 226-86-24.
Режим работы: круглосуточно

ЕРЕВАН

ООО «АРАТ-АВИА»

Аэропорт, касса (2-й этаж),
тел.: (37491) 321-181, (37491) 412-376

ИВАНОВО

ООО «Центр Авиа»

Аэропорт, 1-й этаж,
зал прилёта и выдачи багажа,
тел. +7 (4932) 93-22-33

ИЖЕВСК

АО «Ижавиа»

Аэропорт, касса, круглосуточно,
тел. +7 (3412) 630-677

КАЗАНЬ

ООО «ТАВС»

Аэропорт, терминал 1А,
тел. +7 (843) 267-87-22.
Режим работы: круглосуточно

КАЛИНИНГРАД

ООО «Авиапартнёр»

Аэропорт,
тел.: +7 (4012) 702-076;
+7 (9520) 55-10-10

КАЛУГА

ИП «Дорохов С.В.»

Аэропорт, с 08:00 до 20:00,
тел. +7 (903) 026-04-40

КЕМЕРОВО

ООО «Топ Авиа Стандарт»

Аэропорт, 2-й этаж,
офис «Топ Авиа Стандарт»
тел.: +7 (904) 372-43-12;
+7 (953) 065-12-37

КИРОВ

ООО «Топ Авиа Стандарт»

Аэропорт, 1-й этаж, вторая стойка
регистрации,
тел.: +7 (922) 967-91-90;
+7 (963) 000-50-40

КРАСНОЯРСК

ООО «Разлет. РУ»

Аэропорт, стр. 100, новый терминал,
1-й этаж, касса 1, круглосуточно,
тел.: +7 (391) 288 88 37,
+7 (391) 222-32-22

МАГАС

ООО «ПрайдЛид»

Аэропорт, 1-й этаж, кассы №1 и №2
ежедневно с 08:00 до 18:00,
тел.: +7 (988) 822-04-44,
+7 (928) 731-10-60

МАХАЧКАЛА

ООО «Аэропатруль»

Аэропорт, терминал «А», 1-й этаж,
касса, круглосуточно,
тел. +7 (988) 279-50-60

МИНСК

ООО «ТРАНСКОНД»

Национальный аэропорт Минск,
кассовый зал, касса №5,
тел.: +375 17 547 68 40;
+375 44 585 10 10

МОСКВА

АО «ВИПСЕРВИС»

Аэропорт Внуково, терминал А,
кассы № 218; 219; 222 (2-й этаж),
тел.: +7 (999) 557-15-48,
тел. нач. смены: +7 (495) 436-77-37.
Режим работы: круглосуточно

МУРМАНСК

ООО «Группа компаний ДА»

Аэропорт,
зал регистрации пассажиров,
касса (1-й этаж),
круглосуточно,
тел. +7 (911) 960-15-00

НАЛЬЧИК

ООО «ПрайдЛид»

Аэропорт, касса №1.
Режим работы:
ежедневно с 08:00 до 18:00.
Тел.: +7(988) 120-78-88

НИЖНЕВАРТОВСК

«Восточный экспресс»

Аэропорт, терминал 1, 2-й этаж,
представительство авиакомпаний
«Восточный экспресс», касса,
тел. +7 (3466) 406-446.
Режим работы: пн-пт 08:00 – 19:00,
сб-вс 08:00 – 18:00

НИЖНЕКАМСК**ООО «ТАВС»**

Аэропорт, Терминал В, 1-й этаж,
рядом со стойками регистрации,
касса, круглосуточно,
тел. +7 (8552) 79-67-06

НИЖНИЙ НОВГОРОД**АО «ВИПСЕРВИС»**

Аэропорт Стригино, 1-й этаж,
авиакассы,
тел. +7 (831) 211-30-21.
Режим работы: круглосуточно

НОВОСИБИРСК**ООО «Тариф мастер»**

Аэропорт Толмачёво, терминал А,
1-й этаж, касса в зоне прилёта,
тел. +7 (383) 216-94-42.
Режим работы: круглосуточно

НОВЫЙ УРЕНГОЙ**АО «Випсервис» («ДОН КИХОТ»)**

Аэропорт, 1-й этаж, зал вылета,
кассы №1, 2, 3, 4, 6 (1-й этаж),
тел. +7(922) 249-00-10.
Режим работы: 06:00–17:30

ОМСК**ООО «ЦАВС»**

Аэропорт, терминал В,
1-й этаж, касса №8,
тел. +7 (381) 229 70 10.
Режим работы: пн–пт с 09:00
до 18:00, выходной: сб–вс

ОРЕНБУРГ**ООО «ЦАВС»**

Аэропорт, касса (1-й этаж),
круглосуточно.
Тел.: +7 (3532) 67-65-44

ПЕНЗА**«Пензенское агентство
воздушных сообщений»**

Аэропорт, касса (1-й этаж),
тел. +7 (8 412) 45-92-93.
Режим работы: с 09:00 до 21:00

ПЕТРОЗАВОДСК**ООО «Топ Авиа Стандарт»**

Аэропорт, 1-й этаж,
стойка напротив окна кассы.
Тел.: 8-911-403-39-90

ПСКОВ**ООО «Псковский международный
аэропорт “Княгиня Ольга”»**

Аэропорт, касса.
Режим работы: с 08:00 до 22:00.
Тел. +7(8112) 33-13-09

ПЕРМЬ**ООО «ЦАВС»**

Аэропорт Большое Савино,
тел. +7 (3422) 53-64-66.
Режим работы: круглосуточно

САМАРА**АО «ВИПСЕРВИС»**

Аэропорт «Курумоч», 1-й этаж,
тел. +7 (937) 651-22-42.
Режим работы: круглосуточно

САМАРКАНД**ООО «Safar Time»**

Международный аэропорт
Самарканд, терминал вылета, касса,
тел. +998 99 130 09 09.
Режим работы: круглосуточно

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**ООО «Группа компаний ДА»**

Аэропорт, общий зал, 2-й этаж,
касса №4, круглосуточно,
тел. +7 911 961 03 63

САРАНСК**ООО «ЭС-КА-ИКС ЭЙР ГРУПП»**

Аэропорт, терминал ВВЛ; касса,
тел. +7 (8342) 54-61-69.
Режим работы: пн–пт – 08:30–17:00,
сб–вс – 10:00–17:00

САРАТОВ**ООО «Авиасервис»**

Аэропорт, офис №2.572 (2-й этаж),
тел. +7 (903) 328-06-80
Режим работы: 09:00 – 21:00.

СИМФЕРОПОЛЬ**ООО «Пилот»**

Аэропорт, стойка «D» 1.3.12,
+7 (978) 838-35-35.
Режим работы: 09:00 – 21:00

СОЧИ**ООО «Приоритет-Авиа»**

Аэропорт, сектор А, стойка 6,
тел. +7 (988) 411-46-46.
Режим работы: круглосуточно

СТАВРОПОЛЬ**ООО «Ант Лайн»**

Аэропорт, тел. +7 (962) 447-85-83

ТАШКЕНТ**ООО «Safar Time»**

Международный аэропорт Ташкент
им. Ислама Каримова,
терминал вылета, касса,
тел. +998 99 130 09 09.
Режим работы: круглосуточно

ТБИЛИСИ**Handling Fly Line LLC**

Международный аэропорт
г. Тбилиси им. Шота Руставели.
Тел.: +995 (511) 499 499.
Режим работы: 10:00–19:00
(ежедневно)

ТЮМЕНЬ**ООО «ЦАВС»**

Аэропорт Рощино,
корпус 3, касса № 6,
тел. +7 (3452) 56-52-82.
Режим работы: круглосуточно

УЛЬЯНОВСК**ООО «Авиауслуги»**

Аэропорт, касса (1-й этаж),
круглосуточно,
тел.: +7 (8422) 58-01-43,
моб. +7 937 275-85-71

УРГЕНЧ**ООО «Safar Time»**

Международный аэропорт Ургенч,
терминал вылета, касса,
тел. +998-99 130 09 09.
Режим работы: круглосуточно

УФА**ООО «ЦАВС»**

Аэропорт,
тел. +7 (928) 007-85-32

ХАНТЫ-МАНСКИЙСК**ООО «Западно-Сибирское****Агентство Воздушных
Сообщений», «ЗСАВС»**

Аэропорт, касса,
тел.: 8 (3467) 32-12-12; 33-33-78.
Режим работы:
пн–пт – 10:00–14:00 и 15:00–19:00,
сб – 10:00–12:30 и 13:30–16:00,
вс – 06:00–10:00 и 15:30–18:00.

ХИБИНЫ**ООО «Вэртас – Мурманск»**

Аэропорт, касса
(зона регистрации и контроля),
тел. : +7 (911) 800-14-05

ЧЕБОКСАРЫ**ООО «Международный Аэропорт
Чебоксары»**

Аэропорт, касса, режим работы
с 05:00 до 21:30 ежедневно,
тел. +7 9170789480;
+ 7(8352) 22-94-80.

ЧЕЛЯБИНСК**ООО «ЦАВС»**

Аэропорт, зал российских вылетов,
стойка № 2, касса,
тел. +7 (3512) 400-600.
Режим работы: круглосуточно

ЯРОСЛАВЛЬ**ООО «Международный аэропорт
Ярославля “Золотое кольцо”»**

Аэропорт, касса (1-й этаж),
тел. +7 (4852) 43-18-09.
Режим работы: 08:00 – 18:00



Правила поведения пассажиров*

при предполётном обслуживании и на борту воздушных судов авиакомпании «Азимут»

В основе политики АО «Авиакомпания АЗИМУТ» лежит принцип максимальной ориентации на повышение качества предоставляемых нашим клиентам услуг, обеспечение транспортной безопасности и безопасности полётов, соблюдения общественного порядка и предупреждения правонарушений.

В связи с тем, что нарушение настоящих Правил поведения угрожает безопасности и снижает комфорт пассажиров, руководство АО «Авиакомпания АЗИМУТ» придерживается следующей политики:

- не оставлять без последствий ни одно нарушение с применением соответствующих санкций;
- предоставлять лётному и наземному персоналу авиакомпании полномочия, необходимые как для предотвращения нарушений, так и для их пресечения;
- оказывать всевозможное содействие правоохранительным органам в привлечении нарушителей порядка к ответственности и применении к ним соответствующих санкций.
- портить принадлежащее авиакомпании имущество и/или выносить его с борта воздушного судна;
- использовать аварийно-спасательное оборудование без соответствующих указаний экипажа;
- пользоваться электронными приборами и средствами связи во время руления, взлёта и посадки самолёта;
- вскрывать до окончания полёта опломбированные пакеты магазинов беспошлинной торговли;
- перемещать в зону транспортной безопасности транспортного средства запрещённые для этих целей предметы и вещества;
- находиться на транспортном средстве в случае отсутствия правовых оснований для нахождения в зоне транспортной безопасности транспортного средства;
- занимать в салоне воздушного судна места кроме указанных в посадочном талоне.

Пассажиры обязаны:

- безоговорочно выполнять требования работников наземных служб, уполномоченных представителей, командира воздушного судна и других членов экипажа;
- размещать в салоне воздушного судна «ручную кладь» и «багаж в кабину» на специально отведённых для этого местах в соответствии с правилами перевозки багажа в кабине;
- держать привязные ремни застёгнутыми при включении табло «Застегните ремни» (рекомендуется держать привязные ремни застёгнутыми в течение всего полёта);
- соблюдать общественный порядок.

Пассажиры имеют право:

- требовать предоставления всех услуг, предусмотренных условиями договора воздушной перевозки;
- в случае если их жизни, здоровью или личному достоинству угрожает опасность, обращаться к работникам АО «Авиакомпания АЗИМУТ» и требовать у них защиты.

Пассажирам запрещается:

- создавать ситуации, угрожающие безопасности полёта, жизни, здоровью и личному достоинству других пассажиров, а также авиаперсонала и допускать по отношению к ним любое оскорбление, словесное или физическое;
- во время полёта употреблять алкогольные напитки, кроме тех, которые были предложены на борту воздушного судна;
- курить (в т. ч. электронные сигареты) на борту самолёта в течение всего полёта;
- создавать условия, некомфортные для остальных пассажиров и препятствующие работе членов экипажа;

Санкции к нарушителям Правил

Невыполнение лицами, находящимися на борту воздушного судна, законных распоряжений командира воздушного судна является основанием для привлечения к административной ответственности по ч. 6 ст. 11.17 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях (введена в действие Федеральным законом Российской Федерации от 21.12.2009 № 336-ФЗ), предусматривающей наказание в виде административного штрафа в размере от двух тысяч до пяти тысяч рублей или административный арест на срок до пятнадцати суток.

В соответствии со ст. 213 Уголовного кодекса Российской Федерации грубое нарушение общественного порядка, выражающее явное неуважение к обществу, совершённое на воздушном транспорте, наказывается штрафом в размере от трёхсот тысяч до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осуждённого за период от двух до трёх лет, либо обязательными работами на срок до четырёхсот восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок от одного года до двух лет, либо принудительными работами на срок до пяти лет, либо лишением свободы на тот же срок.

Возмещение пассажиром-нарушителем материального ущерба, причинённого им авиакомпании вследствие порчи принадлежащего ей имущества.

Удаление пассажира-нарушителя с борта воздушного судна в ближайшем пункте его посадки, а в случае совершения самолётом вынужденной посадки – возмещение пассажиром дополнительных расходов, понесённых авиакомпанией в результате его недопустимого поведения.

Руководство по авиационной
и производственной безопасности
АО «Авиакомпания АЗИМУТ»



Правила провоза багажа

На всех рейсах АО «Авиакомпания АЗИМУТ» действуют правила перевозки багажа, согласно которым весь багаж пассажира должен быть предъявлен при регистрации на рейс и промаркирован.

Норма бесплатного провоза багажа и ручной клади

Норма багажа. Для каждой группы тарифов действует соответствующая норма перевозки багажа:

Группы тарифов	Коды бронирования	Багаж	Ручная кладь
Лёгкий (LT)	U, T, X, V, Q, O, N, M, L, K, H, G, E, B	Без багажа	1 место, 5 кг
Гибкий (FL)	Q, O, N, M, L, K, H, G, E, B	1 место 23 кг	1 место, 5 кг
Нормальный	Y	1 место 23 кг	1 место, 10 кг
Базовый (BS)	S	2 места по 23 кг	1 место, 10 кг
Свободный (FR)	W	2 места по 23 кг	1 место, 10 кг

Габаритная норма бесплатного провоза одного места багажа составляет не более 203 см в сумме трёх измерений, ручная кладь не должна превышать размеры: длина – 55 см, ширина – 40 см, высота – 20 см.

Норма ручной клади

Детям до 12 лет предоставляется такая же норма провоза багажа, как и для взрослых пассажиров. Бесплатная норма провоза багажа для младенцев (без предоставления отдельного места) составляет одно место весом не более 10 кг и суммой измерения не более 115 см независимо от класса обслуживания. Дополнительно ознакомьтесь с условиями перевозки **сверхнормативного багажа** и **перевозки животных**.

Ограничения по перевозке багажа/ручной клади

В аэропортах, расположенных на территории Российской Федерации, действуют ограничения по перевозке жидкостей, гелей и аэрозолей в ручной клади авиапассажиров. Это ограничение распространяется на воду и другие напитки, супы, сиропы; кремы, лосьоны и масла; духи; спреи; гели, включая гели для волос и для душа; содержимое баллончиков, включая пенку для бритья, другие пенки и дезодоранты; пасты, включая зубные; смеси жидких и твёрдых веществ; тушь; любые иные подобные вещества. Пассажирам разрешается проносить с собой на борт ВС перечисленные выше вещества, но только при условии, что они упакованы в ёмкости, объём которых не превышает 100 мл. При этом данные ёмкости должны быть помещены в прозрачный пластиковый пакет объёмом не более 1 л, и каждому пассажиру разрешается иметь при себе в качестве ручной клади только один такой пакет. Эти пакеты обязательно должны быть оборудованы специальной «молнией». В больших, чем указано, объёмах разрешается перевозить в ручной клади только: детское питание, необходимое ребёнку во время полёта; необходимые во время полёта лекарства (однако при прохождении досмотра пассажиру следует иметь в виду, что его попросят доказать необходимость этих предметов и веществ в полёте). В целях обеспечения безопасности и в соответствии со стандартами Международной организации гражданской авиации правилами авиакомпании «Азимут» установлены ограничения по перевозке пауэрбан-

ков на борту. Запрещено использовать пауэрбанк в полёте и размещать в ручной клади на багажной полке. Пауэрбанк должен быть размещён в кармане впереди стоящего кресла.

В соответствии с Приказом Минтранса РФ от 4 февраля 2025 г. № 34 «Об установлении Правил проведения досмотра, дополнительного досмотра, повторного досмотра, наблюдения и (или) собеседования в целях обеспечения транспортной безопасности»

пассажирам запрещено провозить на борту ВС

Запрещено провозить на борту ВС в зарегистрированном багаже и в вещах, находящихся при пассажирах: взрывчатые вещества, фейерверки, сигнальные ракеты; находящиеся под давлением ёмкости и аэрозоли; ёмкости, содержащие огнеопасные жидкости; легковоспламеняющиеся жидкости и твёрдые материалы, бензин для зажигалок и печей, краску и все виды спичек; вещества, выделяющие легковоспламеняющиеся газы при контакте с водой; окислители, например, отбеливающие порошки, перекиси; ядовитые (токсичные) вещества, такие как ртуть, а также контейнеры с бактериальными или вирусными культурами; радиоактивные материалы и предметы; коррозионно-активные вещества (кислоты, щелочи, аккумуляторы на жидкостных элементах); материалы, обладающие сильными магнитными свойствами; любое оборудование и инструменты, содержащие даже минимальные количества топлива; электрошоковое оружие. Запрещена перевозка в качестве зарегистрированного багажа и ручной клади малогабаритных средств для личного передвижения (моноколёса, сегвеи/мини-сегвеи, хOVERборды, гироскутеры), работающих на литиевых батареях.

Особые категории багажа (нестандартный багаж)

Расценивается как одно место и входит в бесплатную норму провоза багажа:

- лыжное оборудование, включающее: чехол с одной парой лыж и одной парой палок + одно место багажа с одной парой ботинок;
- чехол с одним сноубордом + одно место багажа с одной парой ботинок;
- чехол с одной парой водных лыж;
- велосипед, подготовленный к транспортировке;
- оборудование для гольфа, упакованное в один контейнер (чехол);
- оборудование для хоккея, состоящее из одного места багажа (баула) с экипировкой и одного места багажа (чехла) с двумя клюшками;
- рыболовное оборудование, упакованное в один контейнер (чехол): две удочки или один комплект снастей.

Дополнительная оплата потребует в случаях:

- превышения веса оборудования сверх установленных норм одного места багажа;
- сумма мест багажа пассажира превышает указанную в билете.

Перевозка животных

Перевозка животных рейсами АО «Авиакомпания АЗИМУТ» осуществляется в салоне и в багажно-грузовых отсеках воздушного судна. Запрещены перевозка животных без контейнера (клетки) и размещение контейнера (клетки) на пассажирском кресле. Перевозимое животное должно находиться в контейнере (клетке) в продолжение всего полёта.



Авиабилеты на рейсы оформляются в соответствии с правилами брендовых тарифов. В комфорт-классе пассажирам доступны авиабилеты по брендовым тарифам Свободный и Базовый, в эконом-классе – по брендовым тарифам Гибкий и Лёгкий.

Тарифы класса Экономический

- **Лёгкий** (в коде тарифа LT). В стоимость включены бесплатный провоз ручной клади до 5 кг. Тариф невозвратный. Изменения в билете возможны до времени окончания регистрации со сборами. Услуга выбора места при регистрации на рейс является платной.
- **Гибкий** (в коде тарифа FL). В стоимость включены бесплатный провоз ручной клади до 5 кг и 1 место багажа весом до 23 кг. Тариф возвратный с удержаниями. Тариф позволяет вносить изменения в билет до времени окончания регистрации со сборами. Услуга выбора места при регистрации на рейс является платной.

Тарифы класса Бизнес (с ограничениями) – Комфорт

- **Базовый** (в коде тарифа BS). Тариф позволяет бесплатно провезти ручную кладь до 10 кг и 2 места багажа весом до 23 кг каждое. Тариф возвратный с удержаниями, внесение изменений возможно до времени окончания регистрации со сбором. Выбор места при регистрации на рейс бесплатный.
- **Свободный** (в коде тарифа FR). Тариф возвратный без удержаний. Внесение изменений в билет возможно без сборов до времени окончания регистрации. Пассажир может бесплатно провезти ручную кладь до 10 кг и 2 места багажа весом до 23 кг каждое. Выбор места при регистрации на рейс бесплатный. На отдельных направлениях возможно применение специальных тарифов вне брендов в соответствии с действующими Программами субсидирования. Теперь есть возможность приобрести авиабилет с учётом индивидуальных потребностей. В случае оформления авиабилета на рейс с пересадкой есть возможность комбинировать разные тарифы в пределах одного бренда, что делает перелёт более удобным и выгодным.

Скидки на билеты для детей

Дети до 2 лет на руках у родителей:

- По России бесплатно.
- За границу со скидкой 90 %.

Дети в возрасте 2–12 лет и дети до 2 лет на отдельном кресле:

- По России со скидкой 50 % за исключением перевозок по субсидированным тарифам и на субсидируемых рейсах.
- По России на субсидируемых и международных рейсах скидка 25 %.

Приобретите авиабилет с учётом индивидуальных потребностей

услуги	БИЗНЕС – КОМФОРТ		ЭКОНОМИЧЕСКИЙ	
	Свободный (FR)	Базовый (BS)	Гибкий (FL)	Лёгкий (LT)
	W	S	U, T, X, V, Q, O, N, M, L, K, H, G, E, B, Y	U, T, X, V, Q, O, N, M, L, K, H, G, E, B

РУЧНАЯ КЛАДЬ (1 МЕСТО) И БАГАЖ

– 5 кг (норма)	–	–	Бесплатно	Бесплатно
– дополнительно 5 кг (не более 10 кг, габариты 55x40x20)	–	–	от 865 Р (при покупке на сайте azimuth.ru) от 990 Р (при покупке у агентов авиакомпании)	
– дополнительно 5 кг (не более 10 кг, габариты 55x40x20) – 10 кг (норма)	Бесплатно	Бесплатно	–	–
Багаж (1 место: до 23 кг, не более 203 см в сумме трёх измерений)	Бесплатно (2 места)	Бесплатно (2 места)	Бесплатно (1 место)	Платно, от 4199 Р

ВЫБОР МЕСТА В САЛОНЕ

Бесплатно	Бесплатно	Платно, от 230 Р	Платно, от 230 Р
-----------	-----------	------------------	------------------

ВОЗВРАТ (ВОЗВРАТ ПРОВОЗНОЙ ПЛАТЫ) *

При уведомлении об отказе от перевозки до времени окончания регистрации на рейс по полностью и частично неиспользованному авиабилету	Без сборов	от 5000 Р	от 5000 Р	Не разрешен
При уведомлении об отказе от перевозки по полностью и частично неиспользованному авиабилету после времени окончания регистрации на рейс	Не разрешён	Не разрешён	Не разрешён	Не разрешён

ОБМЕН (ВНЕСЕНИЕ ИЗМЕНЕНИЙ В ОФОРМЛЕННУЮ ПЕРЕВОЗКУ) *

Изменения до времени окончания регистрации на рейс по полностью и частично неиспользованному авиабилету	Без сборов	от 5000 Р	от 5000 Р	от 5000 Р
Изменения после времени окончания регистрации на рейс по полностью и частично неиспользованному авиабилету	Не разрешено	Не разрешено	Не разрешено	Не разрешено

* С 19.11.2025 года внедрены изменения в методику применения сборов за добровольное изменение и за добровольный отказ от перевозки на рейсах АО «Авиакомпания АЗИМУТ» (А4). Для авиабилетов, оформленных до 19.11.2025 года, действуют прежние правила применения сборов.