



Китайский футбольный клуб «Бейцзин Гуоань» проявил интерес к ивуарийскому нападающему московского ЦСКА Сейду Думбия. Команда из Китая готова платить 27-летнему форварду, права на которого принадлежат итальянской «Роме», 4 миллиона евро в год. Думбия выступает за ЦСКА с 2010 года, провел за красно-синих 150 матчей, забив в них 95 голов.



Биатлонист Антон Шпилун возглавил рейтинг спортсменов по итогам 2015 года — таковы результаты опроса Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ). На втором месте фигурист Евгений Плющенко, на третьем — прыгунья в высоту Елена Исинбаева. Шпилун, выигравший золотую медаль в эстафете на Олимпийских играх 2014 года в Сочи, по итогам сезона-2014/15 занял второе место в общем зачете Кубка мира по биатлону.

• Был такой случай

Примите и прочее

Как мы с поэтом Гайдамак-Пархоменко телеграмму Ельцину отправляли

Эта история произошла в ночь с 31 декабря 1993-го на первое января 1994 года. Так вышло, что незадолго до этого события я остался без крыши над головой. А где провести новогодний вечер, не знал.

Накануне я несколько часов провел в Центральном доме литераторов, где брал интервью у Юрия Полякова, в ту пору еще не очень известного, но перспективного писателя. Просидели мы с ним в ЦДЛ часов до пяти вечера, потом Поляков распрощался и ушел отмечать Новый год с семьей, а я остался смотреть новогодние программы. Но ЦДЛ уже должен был закрываться, и сотрудники охраны весьма непрозрачно на это намекали.

Мобильных телефонов тогда не было, и с вахты Дома литераторов я набрал номер поэта Анатолия Гайдамак-Пархоменко, с которым месяцем раньше мы здесь



же, в ЦДЛ, и познакомились. Услышав мой рассказ о горькой судьбе, Анатолий тут же позвал меня к себе, сообщив, что в этом году разошелся с женой и живет недалеко от метро Каширская совершенно один в двухкомнатной квартире, где мне найдется угол для ночевки.

Собравшись, впрочем, с этой долей, поэт до четырех утра «радовал» меня своими стихами, точнее графоманскими виршами, после чего я, несмотря на любезное предложение остаться до вечера, решил вновь поехать в Центральный Дом литераторов в надежде встретить более адекватного из писателей или поэтов.

С собой, по просьбе Анатолия,

я взял шампанское и фрукты, а он — пил коньяк. Когда президент России Борис Ельцин поздравил «дорогих россиян» с Новым годом, поэт набрал со своего городского телефона какой-то «хитрый», как мне показалось, номер и сообщил телефонистке, что хочет отправить телеграмму Ельцину, причем не только от своего имени, но и от имени журналиста «Аргументов и фактов», где я тогда работал на договоре. И на мое удивление, девушка на другом конце провода, действительно, стала принимать телефонограмму, но вскоре поняла (а может, унюхала?), что с ней общается не просто выпивший по случаю праздника, но явно психически нездоровый человек, и попыталась свернуть разговор. В общем, после недолгих препирательств разговор закончился, а поэт еще битый час сокрушался, что это уже его вторая попытка отправить телеграмму президенту России в новогодний праздник и сообщить о своей позиции ярого противника распада СССР.

Смирившись, впрочем, с этой долей, поэт до четырех утра «радовал» меня своими стихами, точнее графоманскими виршами, после чего я, несмотря на любезное предложение остаться до вечера, решил вновь поехать в Центральный Дом литераторов в надежде встретить более адекватного из писателей или поэтов.

Андрей КНЯЗЕВ |
обозреватель
«Мира новостей» |
специально для «НВ»

• Не мелочи

Жить здорово, а худеть — легко

Известная телеведущая Елена Малышева выпустила книгу «Для тех, кто а) отчаялся и никак не может похудеть, б) махнул на себя рукой, в) много работает и очень занят».

Иными словами, как уточняет автор книги «Диета Елены Малышевой», она «для таких, как я, женщин, которые мечтают быть стройными и красивыми, но не имеют сил худеть и отказывать себе во всем!»

Авторский метод снижения веса Елены Малышевой проверили на себе миллионы телезрителей популярных программ «Здоровье» и «Жить здорово», которые ведет эта милая телеведущая. Диета позволяет в оптимальные сроки добиться впечатляющих результатов — избавиться от лишнего веса, почувствовать себя здоровым и счастливым.

Книга выполнена в уникальном формате — это настоящий конструктор, который позволяет читательнице подобрать индивидуальный рацион питания и комплекс упражнений, ко-



торый подходит именно для ее типа фигуры. При этом голодать или изнурять себя физической нагрузкой не придется! Диета Елены Малышевой предполагает частые приемы пищи и занятия физическими упражнениями всего 10 минут в день!

В книге также приводятся быстрые схемы снижения веса, при этом автор советует ими не злоупотреблять. А использовать только тогда, когда действительно очень нужно. Одним словом, худеть будет радостно и легко!

(Соб. инф.)

Желающим похудеть Елена Малышева советует соблюдать всего три правила:

НВ!

1. Чтобы худеть, надо есть 4–5 раз в день, не реже. В каждом приеме пищи должно быть не больше 200 Ккал и углеводов.
 2. Секрет похудения в одном стакане — именно таков размер желудка у худых людей, а у полных — почти с ведро.
 3. Вода важнее, чем еда. В день надо выпивать не менее 2 л воды (не газированной, не сладкой и не соленой).
- Худейте на здоровье! И это, заметим, не реклама, а предостережение. Особенно если учесть стремительно приближающуюся новогоднюю обжираловку.

• Есть повог

Стопка водки для Фрэнка

Так случилось, что юбилей великого певца Синатры совпал с Рождеством, а потому в эти дни во многих домах Америки и Европы звучали его песни

Он всегда пел о любви. Касалось ли это женщины, родины, своей жизни, Нью-Йорка, сына или даже войны, — Синатра всегда находил слова, которые выражали его страсть, его волнение, его мечты.

Однажды он почувствовал, что любовь исчезла, душа зачерствела, и он сразу же объявил, что уходит. Навсегда. Чтобы остаться легендой. На заключительный концерт приехала вся элита Америки, включая ее президентов — действующего и будущего. Он отработал концерт, ушел и... через два года вернулся на сцену.

При встрече я пошутил, что вернулся для того, чтобы спеть для нас.

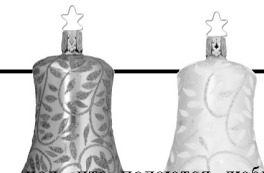
Шутку он оценил, так как юмор в его жизни был наравне с песнями.

Мы встречались один раз, и случилось это в казино «Сахара», что находится в Рино — «дублиере» легендарного Лас-Вегаса.



когда друг Фрэнк Синатра стал президентом США. Через три месяца после его вступления в должность полетел в космос Юрий Гагарин. Чтобы как-то «исправить» имидж Америки, Джон Кеннеди объявил о полете на Луну. Синатра не мог остаться в стороне, и в его репертуаре появилась песня, которая пользовалась успехом некоторое время, а потом забылась. И вот сейчас при встрече с экипажами «Союза» и «Аполлона» он вспомнил о ней. Стаффорд, Слейтон и Вэнс во время исполнения песни поглядывали на Кубасова и Леонова с любопытством, мол, как они воспримут ее слова — они знали, что Алексей Леонов готовился к полету на Луну. Но неожиданно для всех, Леонов начал подпевать: оказывается, он знал о существовании этой песни.

После концерта Фрэнк Синатра пригласил в свой номер. Он занимал целый этаж отеля. В комнатах накрыты столики с напитками, играла музыка. Почти везде стояли большие стеклянные колбы, в которых насыпаны жетоны и



что подаются любые напитки, которые только существуют на этом свете. И я попросил официанта принести бутылочку «Столичной». К моему удивлению он вскоре исполнил просьбу. «Столичная» охладилась в ведерке со льдом, будто ждала, что обязательно будет востребована.

Алексей Леонов тут же заметил, как сильно мы «тоскуем по Родине». Мы сразу же наполнили его рюмку родным напитком. Не удержался и Валерий Кубасов, присоединился к нам. Звездная американская тройка — Стаффорд, Вэнс и Слейтон поддержали компанию. Не остался в стороне и Фрэнк Синатра, пояснил, что «нарушает зарок не употреблять спиртное», и вместе со всеми поддержал тост за «дружбу между нашими народами». Да и как такое не поддержать?!

Водочка была холодная и очень вкусная...

Потом звездная компания отправилась на рыбалку. Что именно они поймали, осталось неизвестным. Заядлый рыбак, Том Стаффорд сожалел лишь об одном, что они не догадались захватить с собой бутылочку «Столичной» — мол, тогда бы удача улыбнулась им.

...Недавно виделись с Алексеем Леоновым. Вспомнили поездку в Америку, ту встречу с Фрэнком Синатрой. Почему заговорили о нем? Исполнилось ведь 100 лет со дня его рождения