

Глава Роспотребнадзора Анна ПОПОВА:

## О гриппе, вакцинах и борьбе с просроченными продуктами

Читайте на стр. 6 ▶



РАДИО  
комсомольская  
ПРАВДА

## Мадуро, «Орешник» и танкеры

Самые громкие события начала 2026 года -

radiokp.ru 18:00 (мск) и стр. 5



# КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Вторник, 13 января  
№ 1 (27747)/2026 год

Газета нашего города ★ Барнаул

KP.RU | 3 555 000  
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ  
ЗА МИНУЩИЕ СУТКИ

## Почему Лариса Долина до сих пор не отдает ключи от квартиры

Читайте на стр. 12 ▶

## 40% года будем отдыхать

Евгений ОРЛОВ

Думаете, долгие праздники позади? А вот и ничего подобного!

Впереди у нас еще несколько мини-каникул по три дня.

Всего же в наступившем году с учетом суббот, воскресений и праздников у нас будет 247 рабочих и 118 выходных дней. Добавьте сюда 28 дней законного отпуска, и получается, что ровно 40% года мы с вами будем отдохнуть!

### Все оставшиеся праздники 2026-го

Февраль							Март						
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
2	3	4	5	6	7	8	1						1
9	10	11	12	13	14	15	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29	23	24	25	26	27	28	29
Май							Июнь						
4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7
11	12	13	14	15	16	17	8	9	10	11	12	13	14
18	19	20	21	22	23	24	15	16	17	18	19	20	21
25	26	27	28	29	30	31	22	23	24	25	26	27	28
Ноябрь							Декабрь						
2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31			

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



Владимир НИКОЛАЕВ

Россияне рассказали, что нашли под елочкой.

Прошли те времена, когда дарить деньги считалось моветоном! Именно их россияне в основном находили под елочкой в нынешнюю новогоднюю ночь. А еще косметику и парфюмерию. Это показало исследование «Комсомольской правды».

## Дарись оно все конем!

Первого января мы задали читателям вопрос: «Что вам подарили на Новый год?» - и именно эти позиции заняли первое место, набрав по 16% голосов.

Интересно, что аксессуары и сувениры (чаще всего это безделушки с символом года - конем) дарят в два раза реже, чем те же деньги или косметику. И это правильно: мало, что ли, в наших домах бесполезные пылесборники?

А еще россияне на удивление редко покупают друг

другу подарочные сертификаты: лишь 4% опрошенных получили такой презент.

- Подарочные сертификаты никак не заслужили место в конце списка, - считает **психолог Анна Хныкина**. - В этой категории я бы выделила сертификаты «на роскошь»: спа-процедуры, сеансы ухода за телом, лицом, массажи и т. д. То есть те вещи, которые доставят человеку удовольствие, но сам он вряд ли будет на это тратиться.



Чебурашка, Буратино и Дядя Федор заработали 9 миллиардов рублей

Антонина ВЕТКИНА

Первые итоги «новогодней кинобитвы» превосходят все ожидания.

В 2023 году первый полнометражный «Чебурашка» устроил революцию на отечественном кинорынке. История милейшего персонажа из вселенной Эдуарда Успенского, на которой выросло не одно поколение, была снята на новый лад и в конечном итоге собрала в прокате оглушительные 7 млрд рублей с лишним (причем 6,74 млрд - меньше чем за пять месяцев).

Продолжение на стр. 13 ▶

# Больше тысячи новинок испытали в зоне СВО

**Андрей ЗОБОВ**

**Об этом Владимиру Путину доложил первый заместитель председателя правительства Денис Мантуров.**

## НА ГОСУДАРСТВЕННЫХ ДЕНЬГАХ

Вице-премьер начал с ситуации на производстве. В обрабатывающей промышленности рост около 3%. Но если брать по отраслям, не все так радужно.

- Хорошие показатели в фармацевтике, в медпромышленности, радиоэлектронике - рост выше 15%. Химический комплекс, включая минеральные удобрения, показал рост больше 6%. Но по наиболее чувствительным к «сжатию спроса» отраслям мы видим снижение, - отчитался гость.

**Мантуров** добавил: в непростой для экономики ситуации бизнес все равно продолжает вкладываться в производство - за год инвестиции выросли на 23%. Помогает и государство - компенсирует ставки по кредитам.

Путин тут же спросил вице-премьера, достаточно ли этой помощи.

- Меры поддержки работают в комплексе, - ответил вице-премьер. - Если, на-

пример, предприятие выходит на какой-то крупный проект и мы понимаем, что коммерческий кредит потребует достаточно существенных субсидий (потому что предприятия сегодня с трудом могут обеспечить самостоятельное финансирование), то мы подставляем плечо через Фонд развития промышленности, - ответил Мантуров.

Зампред правительства подытожил: российский бизнес адаптировался и занял новые рынки. Сегодня 80% продукции поставляется в дружественные страны. А до 2022 года было 60%.

## СИЛА ВОЕНПРОМА

Отдельно выделил вице-премьер работу оборонки. Предприятия выполнили все задания госзаказа. По президентскому поручению производство подняли в разы. 3,8 миллиона человек работают на ОПК, за последние годы число сотрудников выросло на 800 тысяч.

- Всего в 2025 году апробацию на линии фронта прошло более тысячи образцов военной техники. В ближайшее время мы также планируем, буквально в этом квартале, продемонстрировать еще... дополнительное количество, - Мантуров не стал уточнять цифры.

## ■ СКОРАЯ СОЦИАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ

**Евгений ОРЛОВ**

Эту выплату получают семьи с низкими доходами.

Единое пособие на детей платят только тем семьям, у которых есть официальный доход, - таков закон. В прошлом году, чтобы претендовать на пособие, каждый трудоспособный член семьи должен был заработать не меньше 216 744 рублей.

Почему мы раз за разом повторяем «трудоспособный член семьи», а не просто «папа» или «мама»? Дело в том, что человек может не иметь дохода по уважительной причине - тогда он не будет считаться трудоспособным членом семьи. И права на по-

собие размеров оплаты труда. МРОТ после новогодней индексации стал равен 27 093 рублям. Таким образом, чтобы претендовать на пособие, каждый трудоспособный член семьи должен за год зарабатывать не меньше 216 744 рублей.

Почему мы раз за разом повторяем «трудоспособный член семьи», а не просто «папа» или «мама»? Дело в том, что человек может не иметь дохода по уважительной причине - тогда он не будет считаться трудоспособным членом семьи. И права на по-

собие семья в этом случае не утратит.

### Вот некоторые объективные причины отсутствия дохода:

- ✓ уход за ребенком до 3 лет
- ✓ уход за ребенком до 18 лет единственным родителем
- ✓ уход за ребенком-инвалидом до 18 лет
- ✓ очное обучение (до 23 лет)
- ✓ получение пенсии по старости, инвалидности или потере кормильца
- ✓ заявитель больше полугода официально числится безработным

Еще одно нововведение: при расчете пособия с 1 января не учитываются единовременные выплаты от работодателей на рождение ребенка, а также ежемесячная помощь жителям Курской области, лишившимся жилья из-за атак.

Новые правила касаются всех, кто подает заявление на единое пособие с 1 января 2026 года. А также тех россиян, у которых срок предыдущего назначения истекает после 31 декабря 2025 года и они подают новое заявление на выплату.



Впервые после Нового года Владимир Путин провел официальную встречу. С первым заместителем председателя правительства Денисом Мантуровым беседовали о промышленности, оборонке и космосе.

Блестящие результаты российского оружия на полях сражений оценил весь мир - количество заказов существенно выросло. Наибольший спрос на комплексы ПВО, авиацию, РЭБ (средства борьбы с дронами. - Ред.) и беспилотники. Поставлен новый рекорд по контрактам - их заключили на 70 млрд долларов.

- Важнейший вопрос, - обратил внимание Путин. - Я просил бы вас «вычистить» фактор второй смены из статистики и посмотреть по сути, что происходит с производительностью труда в оборонной промышленности.

Мантуров кивнул - задача в работе, ведь производительность влияет и на цены вооружений, и на эффективность предприятий, и, в конце концов, на зарплаты.

Другой важнейший вопрос - что будет с ВПК после

победы. И о нем власть уже думает. Мантуров отчитался: уже сейчас 30% всего, что выпускает оборонка, - гражданская продукция. Например, на военных заводах делают технику для железных дорог, дорожную и медицинскую технику, бытовую электронику, устройства связи.

### КОСМОС НАМ НЕ ТОЛЬКО СНИТСЯ

В конце беседы коснулась развития космической отрасли. Здесь за год выручка выросла на 10%. «Роскосмос» на деньгах не сидит - повысились средние зарплаты, растет производительность труда.

- Корпорация в прошлом году реализовала 17 пусков ракет космического назначения. Отдельно выделен запуск «Ангары-А5» с космодрома Плесецк - она вывела на геостационарную орбиту

спутник для Министерства обороны. Раньше мы такие задачи могли выполнять только с Байконура.

Теперь «Ангару» планируют запускать с космодрома Восточный. И задач у нее будет много:

- ✓ пуски для российского лунного проекта;
- ✓ работа по новой российской орбитальной станции, которая должна в ближайшем будущем (около 2030 года) заменить МКС;
- ✓ работа с пилотируемой космонавтикой.

Подводя итоги года в цифрах: в 2025-м российская спутниковая группировка выросла с 288 до 300 космических аппаратов. С 2026 года «Роскосмос» будет предоставлять услуги по снимкам и зондированию Земли. И, самое главное, Россия продолжает космическую гонку наравне с лидерами.

## Единое детское пособие будут начислять по-новому

### ВАЖНО Кому полагается выплата

Право на единое пособие имеют семьи с детьми до 17 лет и беременные женщины, вставшие на учет в медицинской организации в срок до 12 недель. Среднедушевой доход семьи должен быть ниже регионального прожиточного минимума. Размер выплаты может составлять 50%, 75% или 100% от этого прожиточного минимума (в зависимости от дохода семьи).

В 2026 году прожиточный минимум на душу населения в России - 18 939 рублей. Но в регионах эта сумма может отличаться - как в плюс, так и в минус. Например, в Москве прожиточный минимум равен 25 342 рублям.

Подать заявление на выплату можно через портал «Госуслуги» или онлайн - в МФЦ или отделении Социального фонда.



**ЗДОРОВЬЕ**  
Почему могут не срабатывать таблетки от гипертонии

http://www.kp.ru/

**ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU**

**НАУКА**  
Ученые рассказали, как правильно загадывать желания



Самые важные новости, самые яркие фото и видео, самые интересные истории в телеграм-канале «Комсомольской правды»



# Новый год - круглый год!

Максим БРУСНЕВ

**Не надоело отмечать?**  
Тогда китайцы,  
балийцы  
и прочие соседи  
по планете  
приготовили нам  
еще много поводов.

Нового года должно быть много! И если вы не нагулялись, отмечать этот праздник вместе с народами разных стран можно хоть круглый год! Да и в России многие встречают его дважды.

Итак, вот расписание самых разных Новых годов, которые ждут нас в 2026-м. Выбирайте, отмечайте!

## 14 ЯНВАРЯ: СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД

● Где отмечают: Россия, Белоруссия.

На эту дату выпадает Новый год по юлианскому календарю, который действовал у нас до 1918 года. Вечером накануне праздника (то есть 13 января) многие дети отправляются колядовать - наряжаются в сказочных героев, ходят по домам и квартирам, осыпают хозяев добрыми пожеланиями, те отвечают щедрыми угощениями.

## 17 ФЕВРАЛЯ: НОВЫЙ ГОД ПО ВОСТОЧНОМУ КАЛЕНДАРЮ

● Где отмечают: Китай, Вьетнам, Тайвань, Филиппины, Сингапур, Малайзия, Индонезия, Южная Корея.

У нас этот день известен в первую очередь как китайский Новый год (он же Чуньцзе, Праздник весны). Но во многих восточных государствах этот праздник тоже отмечают с размахом (кто был в эти дни во Вьетнаме или Сингапуре, не даст соврать). Дело в том, что во многих странах Азии смена лет испокон веков происходила по лунному календарю. Поэтому традиционный Новый год может выпадать на период с 21 января по 20 февраля.

Китайцы на свой национальный Новый год гуляют несколько дней подряд. Многие заводы, фабрики и госучреждения закрываются. Миллионы китайцев отправляются в путешествия. По всей стране гремят фейерверки, а завершаются каникулы фестивалем фонарей - грандиозное зрелище!



Евгений ПРОСКОУРЯКОВ/«КП» - Москва

## 19 МАРТА: НЬЕПИ (БАЛИЙСКИЙ НОВЫЙ ГОД)

● Где отмечают: остров Бали, Индонезия.

Дата праздника тоже плавающая, привязана к индуистскому календарю Сака. Накануне Ньепи островитяне устраивают красочный карнавал: колотят в барабаны, зажигают факелы и устраивают шествия с огромными куклами-монстрами огого. В полночь их сжигают: «расправляются» со злыми духами.

А в сам Ньепи на острове закрыто все, даже аэропорт. Нельзя выходить из дома, включать свет и готовить еду - грех!

## 20 МАРТА: НОВРУЗ

● Где отмечают: Иран, Казахстан, Туркменистан Таджикистан, Афганистан и еще полтора десятка стран.

Новруз - праздник наступления весны и Нового го-

шлангами и водяными пистолетами, чтобы обрызгать соседей и прохожих.

## 14 - 16 АПРЕЛЯ: ЧОУЛ ЧНАМ ТХМЕЙ (КХМЕРСКИЙ НОВЫЙ ГОД)

● Где отмечают: Камбоджа.

Камбоджийцы окропляют себя водой и сооружают песчаные холмы на территории храмов - каждый должен принести горсть песка. На улицах устраивают народные забавы, например, перетягивание каната, и приносят подношения к алтарям, чтобы задобрить духов нового года.

## 11 - 13 СЕНТЯБРЯ: РОШ ХА-ШАНА (ИУДЕЙСКИЙ НОВЫЙ ГОД)

● Где отмечают: Израиль.

Отмечается по лунному календарю. Евреи верят, что в новолетие Творец анализирует поступки каждого и распределяет

Гигантских  
новогодних чудовищ  
балийцы мастерят  
несколько недель,  
а потом сжигают.  
И как не жалко?..

да по солнечному календарю у иранских и тюркских народов. Отмечается в день весеннего равноденствия.

Традиции празднования у разных народов могут отличаться. В Иране, например, Новруз напоминает нашего Ивана Купала. Иранцы с факелами идут к реке, разводят там костры, устраивают купания, поют народные песни.

## 13 - 15 АПРЕЛЯ: СОНГКРАН (ТАЙСКИЙ НОВЫЙ ГОД)

● Где отмечают: Таиланд.

Главный атрибут тайского Нового года - вода. Считается, что чем больше прольешь ее в новогодние дни, тем больше она принесет везения, а еще обильных дождей, без которых не будет урожая. Поэтому тайцы сначала проводят ритуальное омовение (в том числе статуэток Будды), а потом устраивают водные баталии на улицах - выходят с ведрами,

их по трем книгам: грешников, праведников и тех, чью судьбу решит в Судный день. Поэтому в Рош ха-Шана у каждого есть шанс исправить карму и вымоловить шанс на жизнь. Атмосфера в этот день совсем не праздничная: это время молитв и покаяния.

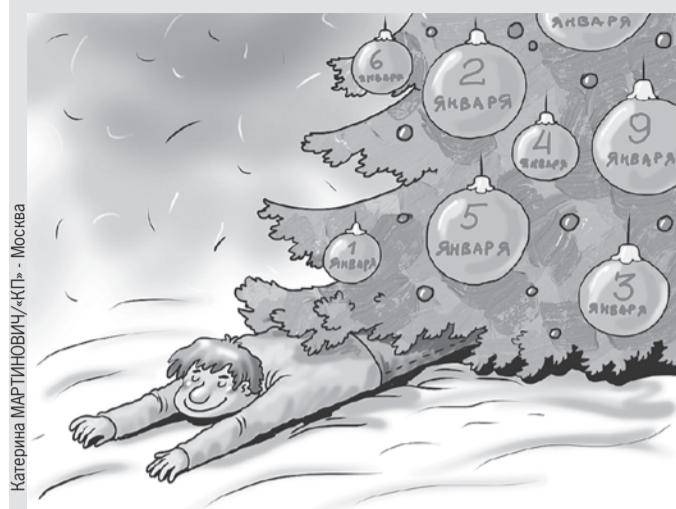
## 8 НОЯБРЯ: ДИВАЛИ (ИНДИЙСКИЙ НОВЫЙ ГОД)

● Где отмечают: Индия.

Дивали - главный общенациональный праздник, хотя практически в каждом штате есть свой календарь и Новый год в разных провинциях могут встречаться в разное время. На Дивали индийские города и села озаряются тысячами лампад, свечей и фейерверков, символизирующих победу света над тьмой. А еще в этот день индийцы дарят друг другу сладости и готовят вегетарианскую еду.

И никакого алкоголя!

## ■ ВОПРОС ДНЯ



Закончились долгие зимние выходные, и мы спросили:

## Как вы провели эти праздники?

Анатолий ВАССЕРМАН,  
депутат Госдумы, знаток:

- Начал работу над парочкой книг. Одна из них - по моему циклу радиорассказов о русской истории, привязанных к конкретным монархам.

Владимир БЕРЕЗИН,  
диктор, теле- и радиоведущий:

- 2025-й дал возможность славно потрудиться, чтобы на этих каникулах славно отдохнуть под Сергиевом Посадом в деревне, в красотах зимних еловых и сосновых лесов. Вместе с семьей растопили русскую печь. Рождество встречали в лавре. На следующий день были в селе Шеметово, там много-вековая церковь. А сейчас еду из храма Святой Троицы при Институте Склифосовского, которому стараюсь оказывать посильную помощь: четыре иконы мы туда привезли.

Сергей ЦЕКОВ, первый заместитель  
председателя Госсовета Крыма:

- Поздравлял сестер и тетю мою, дай бог ей здоровья. Перед Новым годом обьяхал племянников, привез им подарки. С женой и сыном дома, в Симферополе, встретили Новый год - как все последние лет 15... Потом выехал к своим пчелам на пасеку - посмотреть, не залезли ли мыши в ульи. Мышей нет, пчелы живенькие.

Сергей ГОЛОВ, глава Союза турагентств:

- На три дня в Баку летал с женой - на юбилей друга-одноклассника. Там было плюс 12, и розы цветли, и был отличный шашлык из баранины, а потом вернулся на дачу на Новую Ригу - и там отчаянно боролся со снегом, который завалил все, что только можно.

Юрий ЛОЗА, композитор и исполнитель:

- Аранжировки делал своих старых вещей и новые песни писал - не сегодня-завтра выложу. Музыка моя, стихи Светланы Мережковской, жены моей. Еще у меня была парочка «бюджетных» мероприятий в Москве. И встречался с людьми, с которыми не мог пересечься в течение года.

Александр ПАШУТИН, народный артист России:

- 2 января смотрел фильм «Паромщик» 18+, где я строю машину времени, он вышел той осенью, снимали на Азовском море. Потом сыграл два спектакля в Москве, а сейчас еду в Питер на «Сапсан». Там покажем спектакль-антрепризу «Одинокая насмешница» 16+ про Раневскую - на волне успеха телесериала.

Франц КЛИНЦЕВИЧ, экс-сенатор,  
глава Союза ветеранов Афганистана:

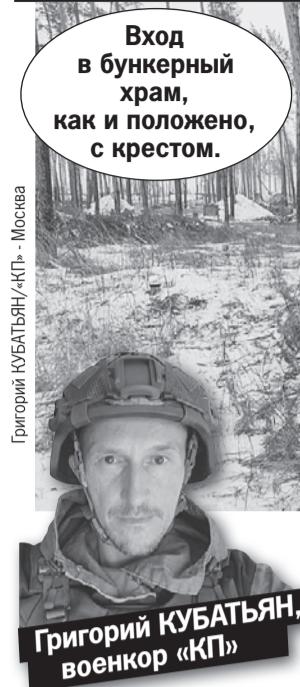
- С друзьями совершил турпоездку в Питер - стер ноги по самое не могу. После двух дней пребывания там так болели мышцы, что я сказал: всё, только в театры! Сходили на три спектакля, особенно понравился театр-кабаре «Буфф».

Где проводят зимний отпуск звезды > стр. 14.



Вы тоже можете дать  
свой ответ на «Вопрос дня»  
на нашей странице  
ВКонтакте - самый интересный  
мы опубликуем в «Комсомолке»





Вход в бункерный храм, как и положено, с крестом.

Григорий КУБАТЬЯН/«КП» - Москва



### САМОДЕЛЬНЫЕ ИКОНКИ

В канун Рождества на полигон 72-й отдельной мотострелковой бригады 3-го армейского корпуса Южной группировки войск приехал священник. Большая радость! Потому что блиндажный храм на полигоне есть, а вот собственного священника нет.

В 72-й бригаде служат и христиане, и мусульмане. Поэтому когда в подразделение пришел новый комббриг, он дал указание построить рядом с церковью мечеть. Снаружи она отличается только тем, что вместо креста - деревянный полумесяц. В бригаде у христиан и мусульман конфликтов нет. Но 6 января такой день - все собираются в церкви.

В этом подземном храме воины молятся, как раньше христиане в катакомбах. Все в одинаковом «пикселе». Луганский батюшка Макарий приехал к ним не с пустыми руками - подарил бойцам две храмовые иконы. Одна из них - в честь Архистратига Михаила, покровителя воинов. Другая - с лицом Христа. А еще - полтора десятка иконок персональных, в мешочках. Их можно брать с собой на боевой выход.

**Иконы для бойцов писали прихожане из Луганска: и школьники, и пенсионеры - под руководством опытных иконописцев они создают святые лики на дощечках. А священник благословляет. Среди икон есть одна особенная - «Богородица Семистрельная». Ее сделала мать погибшего в бригаде бойца.**

Отец Макарий проводит службу, окропляет бойцов святой водой. Он сам родом из Уфы. В 2012 году окончил духовную академию в Киеве, был свидетелем майдана. А теперь его приход волонтерит - помогает армии. Отец Макарий часто ведет службы в воинских подразделениях. А тут такой чудесный повод - Рождество!

- В каждом человеке есть голос Божий, это его совесть, - говорит отец Макарий. - На

**Как российские бойцы встречали Рождество на СВО.**

# Молитва и чудеса под огнем

фронте человек сталкивается с горем и смертью, он обращается к Богу и знает, что он не один. И что идет верной дорогой. И победа обязательна будет, и мир.

Бойцы целуют персональные иконки, благодарят.

### ПОШЕЛ ВСЛЕД ЗА ПОГИБШИМ БРАТОМ

Один из пришедших в храм бойцов - водитель Андрей Логвинов, позывной «Колдун». Ему 47 лет. Он из Саратовской области. У него 5 (!) детей возрастом от 3 до 20 лет. На это Рождество случилось небольшое чудо. Жена с детьми приехали к нему в гости. Расположились в поселке неподалеку. Рождество - это же семейный праздник. И Андрей надеется увидеться с семьей: командир обещал отпустить в увольнительную.

**«Колдун» сам участвовал в строительстве блиндажного храма. Посреди леса - небольшой вход с деревянным крестом. Потом лестница вниз, дверь, и ты почти в настоящем храме с алтарем и иконостасом.**

- Я сам его закладывал, - с гордостью говорит Андрей. - Так же, как семью закладыва-

ешь, а потом смотришь, как твои дети растут. Или хлеб замешиваешь, печешь, а потом режешь, наслаждаешься.

Андрей служит с 2023 года. Примерно в этих же местах служил его старший брат. И погиб. Андрей все взвел и тоже пошел на фронт. В основном занимается армейским хозяйством, крутит барабанку. Он считает, что так сможет принести пользу. Когда выпадает возможность, приходит в храм, чтобы помолиться.

Еще один военнослужащий, пришедший на Рождественскую службу, это лейтенант Николай Климов, позывной «Каспер». Он -

замполит полигона. Служит в бригаде с 2022 года. На гражданке занимался промышленным альпинизмом. Пошел служить добровольно, рядовым бойцом. Потом выучился на офицера.

Часто ходит в церковь. Следит, чтобы бойцы не забывали тушить свечи: храм-то деревянный.

С «Каспером» дважды случались чудеса, за которые он благодарит Бога. Об этом стоит рассказать подробнее.

### ЖИТИЕ ВОИНА «КАСПЕРА»

Зимой 2023-го под Угледаром «Каспер» получил осколочное ранение в голову. Потерял сознание. Его вывезли на эвакуационной машине. Он пришел в себя после операции в госпитале спустя 3 (!) недели. Не помнил ничего, даже имени. Лишь номер телефона, почему-то очень важный. Только не помнил чей. В госпитале позвонили по этому номеру, и оказалось... это номер его мамы. Так выяснили, кто он такой.

После 8-месячного курса реабилитации к «Касперу» вернулась память. В бригаде его отправили на учебу. И он получил первое офицерское звание - младший лейтенант.



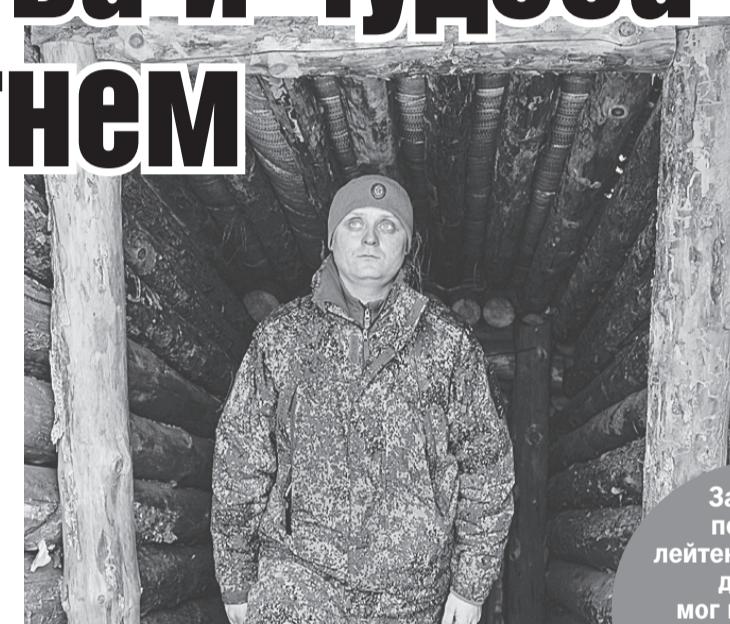
Такие «карманные» иконки солдаты берут с собой на боевые выходы.

## Специальный репортаж

Луганский батюшка Макарий привез на полигон икону Божией Матери Семистрельной, которую изготовила мама погибшего в этой бригаде бойца.



Григорий КУБАТЬЯН/«КП» - Москва



Григорий КУБАТЬЯН/«КП» - Москва

Замполит полигона лейтенант Климов дважды мог погибнуть, и в блиндажный храм он ходит с особым чувством...

- Я не видел его, просто услышал звук. Обернулся, а он рядом! - рассказывает «Каспер». - Паники не было. Я ведь уже умирал однажды...

Он просто отбил дрон рукой. Попал по винтам, беспилотник отлетел на несколько метров и взорвался. «Каспер» получил ранение в руку, его лицо посыпалось без самого страшного. Рука зажила, хотя до сих пор работает с трудом. Следов на лице не осталось.

- Бывает, голова болит. Еще после первого ранения. И прежние бои часто снятся, - признается «Каспер».

Теперь он - замполит, решает проблемы других военнослужащих. Кто-то выплаты вовремя не получил, у кого-то дома что-то случилось. А как выдается свободное время, идет в подземный храм. Чтобы прибраться, поставить свечки за здоровье или за упокой. И помолиться за то, чтобы война закончилась и наступил мир.



Об СВО и не только - читайте в телеграм-канале военкора «КП» Григория Кубатьяна

Венесуэльский депутат:

# Мадуро у нас не предавали!

Антон ФОКИН

**Рикардо Гонсалес рассказал «Комсомолке» про обстановку в стране.**

Захваченные президент Венесуэлы Николас Мадуро и его жена Силия Флорес сидят в тюрьме Нью-Йорка. Силия при задержании получила серьезные травмы. Ее американцы вывозить не собирались, но она добровольно последовала за мужем.

Между тем Дональд Трамп пообещал ввести в Венесуэле прямое правление до неопределенного момента, когда «станут возможны выборы», и хочет взять под контроль всю добычу и продажи венесуэльской нефти.

Официально страной руководит сейчас вице-президент Делси Родригес.

«Комсомолке» удалось побеседовать о происходящем с депутатом Национальной ассамблеи Венесуэлы от правящей Единой социалистической партии, журналистом Рикардо Гонсалесом.

- Сеньор Гонсалес, какая сейчас ситуация в Каракасе?

- За последние дни было множество демонстраций против агрессии Вашингтона, правительство полностью контролирует ситуацию. Мы

разрабатываем планы, которые должны помочь нам лучше подготовиться к возможным новым атакам. Делаем ставку на комплексную оборону с участием всего народа, поскольку США способны быстро атаковать военную технику и подразделения, которые находятся на виду. Поэтому мы станем действовать более осторожно.

- Что говорят у вас о захвате президента Мадуро?

- Предательства не было, версия об этом - часть психологической войны врага. Есть множество доказательств того, что Боливарианские вооруженные силы пытались отразить нападение американцев. Но зенитные комплексы в окрестностях Каракаса или подверглись сильной атаке, или мы не смогли успешно использовать их для уничтожения вертолетов Пентагона. Наши военные и кубинские бойцы (32 охранника Мадуро, всего власти сообщили о гибели 100 человек. - Ред.) сражались и погибли как герои.

- Как ведет себя венесуэльская оппозиция?

- Ее не видно. Думаю, они сами очень испугались того, что произошло.

- Как вице-президент Родригес намерена строить отношения со Штатами?

- Мы готовы установить

нормальные отношения с США, торговать с ними, но американцы должны прекратить агрессию. У Родригес есть все необходимое, чтобы продолжить курс Мадуро и Чавеса. У нее большой опыт и лояльная команда.

Похищение президента стало для нас тяжелым ударом. Но мы не сдались, американцы не смогли заставить нас сменить правительство. США не сумели победить нас на политической арене, на выборах и на улицах.

А Венесуэла, я считаю, одержала большую победу, потому что сумела сохранить себя после атаки самой большой машины смерти в истории человечества.

## ■ МЕЖДУ ТЕМ

## Почему удалось подавить охрану?

**Посол РФ в Венесуэле Сергей Мелик-Багдасаров** в эфире «Соловьев Live» заявил: «По оценкам венесуэльцев, первой была выключена связь. Радары были подавлены, и ПВО оказалась ослепленной». А **пресс-секретарь Белого дома Кэролайн Ливитт** перепостила сообщение **республиканского активиста Майка Неттера** со ссылкой на рассказ анонимного охранника Мадуро об атаке: «Внезапно все наши радиолокационные си-

стемы отключились. Мы увидели над нашими позициями множество дронов и не знали, как реагировать. После прилетели вертолеты, не больше восьми. С них спустились очень хорошо экипированные бойцы. Каждый выпускал по 300 патронов в минуту. Они включили что-то похожее на мощнейшую звуковую волну... Моя голова будто взорвалась изнутри, у всех нас пошла кровь из носа, некоторых рвало кровью. Мы упали и не могли пошевелиться».

## ■ АППЕТИТЫ РАСТУТ

**Дмитрий БАБИЧ,  
Андрей БАРАНОВ**

Президент США поручил военным готовить план вторжения на остров.

Не закончив толком разбираться с Венесуэлой, Дональд Трамп, воодушевленный похищением Мадуро, видимо, окончательно посчитал себя властелином мира и теперь решил открыть «второй фронт» на Гренландию.

В среду **госсекретарь США Марко Рубио** встретится в Вашингтоне с представителями руководства Дании и Гренландии, чтобы обсудить пути перехода принадлежащего датчанам острова под контроль США. Трамп поставил жесткое условие: речь идет о приобретении территории в американскую собственность, а не об аренде или временном использовании. Будет ли это сделка о покупке или договор о добровольной передаче - Рубио как раз и обсудит на встрече с приглашенными гостями. Ну а если Копенгаген станет упираться, то не исключен и силовой способ присоединения Гренландии к США. Кое-кто там даже трактует это как «акт освобождения». Спецпредставитель Трампа по Гренландии Джейфф Лэнди заявил, что, мол, после Второй мировой войны Дания «оккупировала» остров в обход норм ООН.

Как сообщила газета The Mail



Похищенного Николаса Мадуро ведут на заседание суда в Нью-Йорке. Пленник заявил, что он «по-прежнему президент Венесуэлы» и «ни в чем не виновен».

## Трамп: следующая остановка - Гренландия

on Sunday, Трамп поручил командованию спецопераций подготовить план вторжения на Гренландию. **По данным издания, сторонники жесткой линии считают, что Штаты должны действовать быстро, чтобы «не допустить усиления России или Китая в регионе».** Эксперты считают, что окно для принятия решения может закрыться к лету.

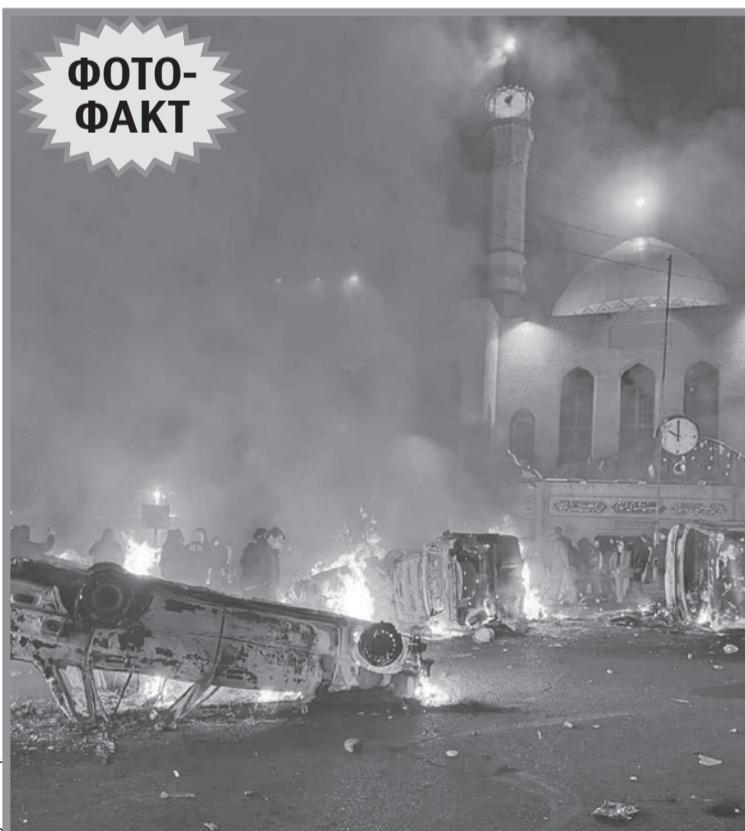
В Европе по этому поводу началась уже форменная паника. В Дании вспомнили о законе 1952 года, предписывающем вооруженным силам открывать огонь в случае внешней агрессии, не дожидаясь приказов правительства. Европейцы надеются на здравомыслие американских военных. По данным британской газеты The Telegraph, Объединенный комитет начальников штабов США выступает против силовой операции, потому что она грозит катастрофическими последствиями - разрушением НАТО изнутри. Во Франции уже звучат предложения ответственных политиков о выходе из альянса в знак протesta против авантюры Трампа.

Сам же Дональд по этому поводу не сильно беспокоится. «Если это затрагивает НАТО, то пусть затрагивает. Но они (европейские

члены блока. - Ред.) нуждаются в нас гораздо больше, чем мы в них», - заявил вчера журналистам хозяин Белого дома.

- У президента США есть все возможности использовать подчиненные ему структуры Пентагона для захвата Гренландии, - комментирует ситуацию для «КП» **глава американского аналитического центра Issue Insight Джон Кавулич**. - И Евросоюз «переживает» такое нападение на одного из своих членов. Будут крики о нарушении международного права, но кто реально сможет помешать Трампу? Формально Гренландия, как и другие земли Дании, - часть территории НАТО. Надо бы применить статью 5, по которой нападение на одного - это нападение на всех. Но Устав НАТО был написан юристами, которые очень заботились об интересах своего главного клиента. В этой статье не сказано, что требуется делать, если суверенитет одного члена НАТО нарушен... другим членом НАТО, а тем более главным натовцем - Вашингтоном. А ведь США будут настаивать, чтобы их атаку не воспринимали как захват. А граждан из местного населения в Гренландии успокоят тем, что теперь у них будет два паспорта - и США, и жителей Евросоюза.

## ФОТО-ФАКТ



В Иране из-за девальвации местной валюты резко взлетели цены на продукты. С протестами на улицы городов вышли миллионы людей. Но шествия быстро переросли в массовые беспорядки. Тон задает радикальная молодежь, требующая смены режима, в руках демонстрантов появилось оружие. Они убивают полицейских, поджигают машины и громят мечети. В ответ бойцы силовых структур открывают огонь на поражение. Счет погибших идет уже на сотни. В стране отключены интернет и мобильная связь. Президент США Трамп поддержал протестующих и угрожает нанести удары по правительственные объектам Ирана.

**Глава  
Роспотребнадзора  
Анна Попова  
рассказала  
о главных вызовах  
россиянам.**

**Оксана НАРАЛЕНКОВА**

Что на самом деле происходит сейчас с гриппом? Почему, несмотря на вакцину, в стране до сих пор заражаются корью? Как новые тесты, разработанные российскими учеными, за час выявляют холеру? Об этом в гостях у **Марии Бачениной** на Радио «Комсомольская правда» рассказала **руководитель Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека главный государственный санитарный врач РФ Анна Попова**.

#### ГОТОВАЯ ЕДА - УЖЕ НЕ ТА

- После вспышки ботулизма летом 2024 года\* многие опасаются покупать готовую еду...

- Рынок готовой еды в России активно расстет - около 30% в год. Это новая отрасль со своей спецификой: в общепите еду едят сразу, а в магазинах продаются продукты, изначально рассчитанные на хранение. Но сейчас на полках появились многокомпонентные продукты, например, заправленные салаты, которые технически сложны для безопасного хранения. Нужно четко регулировать, как определять их срок годности, в какой среде хранить и как транспортировать.

Трагический случай с ботулизмом - пример пробела в регулировании, который мы начали устранять. Полтора года назад мы ввели методические рекомендации для служб доставки (внешний вид курьеров, медосмотры). Недавно выпустили методические рекомендации, которые дают определение готовой еды и устанавливают требования к ее при-

\*Летом 2024 года 369 человек в России отравились ботулизмом. Один скончался, сотни были госпитализированы в тяжелом состоянии. Минздрав России связал многие случаи ботулизма с двумя брендами готовых к употреблению салатов.



Иван МАКЕЕВ/«КП» - Москва

готовлению, хранению и продаже.

#### НЕ ГОНКОНГСКИЙ, А ХОРВАТСКИЙ

- Сейчас только и говорят о необычно сильном, каком-то гонконгском гриппе. Есть ли за этим новый, более тяжелый штамм, сработают ли вакцины? Не зря ли мы прививались?

- Ничего необычного в нынешнем вирусе нет. Это давно известный грипп А (H3N2), вариант «Хорватия», который и прогнозировали. Именно он заложен в этом году в вакцину. Кстати, предыдущий сезон 2023 - 2024 был в два раза тяжелее по заболеваемости. Сейчас ситуация спокойнее.

Прививка защищает! Охват прививками почти 55% по стране - это серьезная защита. В регионах с высоким уровнем вакцинации (более 60%) болеют меньше.

Вообще за время пандемии мы приобрели много полезных навыков. В аэропортах людей в масках теперь заметно больше. В магазинах их, возможно, меньше, чем стоило бы в эпидсезон, но те, кто осознанно относится к здоровью, маски носят. Здоровый образ жизни стал трендом. Привычка держать руки в чистоте вошла в нашу кровь и стала потребностью. Спрос на антисептики для рук постоянно высокий. И вот результат: у нас

снижается количество кишечных инфекций!

- В Москве зимы теплые. А вот ударил настоящий крепкий мороз - вирусы простуды вымерзли бы?

- Вирусы прекрасно относятся к низким температурам. Мы их храним в лабораториях при -20, -50, -83,

конечно, влияет погода. Не надо выходить в распаренном виде на мороз. Надо носить головной убор, когда холодно!

#### КОКЛЮШ ПОД КОНТРОЛЕМ

- Вирус гриппа - не единственное инфекционное заболевание, о ко-



Анна Попова побывала в студии  
Радио «Комсомольская правда».

и они шикарно там живут. И если мы говорим о Москве, то тут на нас и на вирусы в меньшей степени влияет климат. Влияет большое количество контактов. Для примера: в вестибюле метро «Новокузнецкая» в столице в пиковое время за один час происходит шесть тысяч воздушно-капельных контактов. Просто люди идут мимо в зоне, в которой, например, один человек стоит и активно чихает и кашляет. На гриппозную ситуацию,

тором много говорили в 2025-м. Как сейчас обстоят дела с коклюшем?

- Мы разработали новый ПЦР-тест, который берется мазком из носа или горла, как при ковиде. Это позволяет выявить инфекцию на ранней стадии, даже у тех, кто переносит ее легко или без симптомов, но является источником заражения. На сегодня заболеваемость коклюшем по сравнению с прошлым годом снизилась в 3,5 раза. Важно помнить: от коклюша можно и нужно

# Грипп не холода боится, а масок и мытья рук!

Маски вошли в обиход во время пандемии, но и сейчас многие пользуются ими, чтобы не подхватить тот же грипп.

прививаться - привитые люди защищены от болезни.

#### КОРЬ - ТЯЖЕЛАЯ ИНФЕКЦИЯ

- А вот от кори тоже есть рабочая вакцина, и тем не менее вспышки случаются...

- У нас не вспышки, а единичные случаи. Да, мы всех жителей России прививаем, но привиты далеко не все гости. Только за этот год мы зарегистрировали 244 завоза кори в нашу страну. Главный наш результат, что 95% всех случаев заканчиваются единственным пациентом - не формируется дальнейшее распространение. А ведь для этого нужно в течение трех суток привить всех непривитых, контактировавших с зараженным. Всех

найти, уговорить. У нас это получается. Но для этого мы ведем большую работу. И я призываю всех обратить внимание на свой иммунный статус, особенно женщин, которые планируют беременность. Надо формировать иммунитет, потому что корь в период беременности - это очень непростая ситуация. Корью болеть не надо. Это тяжелая инфекция.

#### КСТАТИ

#### ТЕСТ НА ПЯТЬ ИНФЕКЦИЙ СРАЗУ

В российских разработках вакцин и тест-систем есть крупные прорывы.

- За последние годы разработано 124 новых диагностических теста. Благодаря новым технологиям их чувствительность выросла в 100 000 раз, а время анализа сократилось до менее чем 60 минут.

- Созданы уникальные тесты, которых раньше не было. Экспресс-тест на холеру, мгновенно определяющий болезнь и отличающий свежую инфекцию от старого иммунитета. Это критически важно, поскольку риски завоза холеры остаются высокими. В мире очень неспокойная ситуация по этой инфекции.

- Универсальный тест, выявляющий за один раз пять особо опасных инфекций, включая чуму и сибирскую язву, что незаменимо при неясных симптомах.

- Тест на микроплазменную пневмонию, которую раньше было крайне сложно диагностировать. Благодаря новым тестам, созданию референс-центра и обучению лабораторий заболеваемость в 2025 году снизилась на 19%, а количество групповых очагов - в 20 раз.

Дмитрий ПОЛУХИН/«Комсомольская правда



Какие штаммы гриппа пришли в Россию этой зимой, основные симптомы и способы лечения - на сайте



## ТЕМ ВРЕМЕНЕМ «Светофор здоровья»

- Мы запустили новый проект - он называется «Светофор». Наводишь камеру смартфона на QR-код на этикетке - и сразу видишь не просто «честная/нечестная» продукция, а насколько этот продукт здоровый. Если в нем высокое содержание сахара, соли, насыщенных жиров - загорается красный цвет. Значит: можно совсем понемножку. Желтый - осторожно. Зеленый - пожалуйста, ешьте на здоровье.

**Советы от экспертов «КП»:**  
**Как правильно выходить из затяжных праздников.**

Анна КУКАРЦЕВА

Перед новогодними праздниками мы все рассчитывали, что длинные каникулы помогут хорошо отдохнуть, расслабиться. Но многим этих 12 дней не хватило, а кто-то, наоборот, «передозировался» и с нетерпением ждет выхода на работу. Как бы то ни было, длинные выходные явно выбили всех из колеи. **Как вписаться в рабочий ритм мягко и плавно, объясняет психолог, гештальт-терапевт Елена Масолова:**

- Мы, психологи, постоянно наблюдаем, что люди не могут соблюдать баланс, - говорит наш эксперт. - Как очень сложно входить в от-



Елена  
Масолова.

## Проспись и пой!

### ЧТО НА РАБОТЕ

дых, будто рабочие проблемы наступают на пятки, так и выходить из отдыха совсем непросто. Как будто у нас всех сломан «тумблер переключения». По-хорошему, готовиться к выходу из отдыха нужно заранее, дня за 2-3 как минимум. И для начала вернуть режим сна - ложиться и вставать хотя бы примерно в то же время, что и на работу. Но можно начать и с понедельника.

**1 Начните с легких дел.** В первый день после выхода на работу не нужно ставить себе сразу сложные задачи, не стоит нагружать себя большим количеством задач. Входите в рабочий процесс постепенно. Не стоит на первый рабочий день планировать ответственных встреч, переговоров, совещаний.

**2 Напишите план ручкой.** Дела, даже простые, по возможности лучше отложить на вторую половину первого рабочего дня. Просто разберите стол, выкиньте старые ненужные бумаги. Напишите примерный план, дела до конца недели. Ручкой! Психологи отмечают, что именно написанные ручкой вещи запоминаются лучше, укладываются в голове в более логичный план. Да и, как ни странно, успокаивают.

**3 Почаще вставайте и прогуливайтесь.** Первые несколько дней попробуйте делать себе побольше перерывов - раз в 2 часа просто встать со стула буквально на 10-15 минут. Это поможет не чувствовать перегруз. В целом в первые рабочие дни старайтесь без особой необходимости не оставаться на работе после окончания ра-

бочего дня. Лучше немного погуляйте (например, выйдите из транспорта на парктройку остановок раньше и прогуляйтесь до дома пешком).

**4 Даже отдых нужно планировать.** Внесите в недельный план отды - если что-то не успели сделать в праздники, но что можно успеть вечером в будни. Или в первые выходные.

**5 Не перенапрягайтесь.** В первую рабочую неделю очень активных дел не планировать. Лучше побыстрее вернуться в уют дома, почитать книгу, принять расслабляющую ванну. То есть замедлиться после рабочего дня, чтобы выровнять этот самый баланс входа в рабочий ритм.

Адаптация к рабочему ритму после длительных праздников обычно занимает от трех до пяти дней. И чем резче будет переход между праздниками и трудовыми буднями, тем сильнее будет стресс от наступивших перемен.

Поэтому в первые рабочие дни нужно поберечь свою энергию, чтобы этого стресса избежать и получить в дальнейшем большую эффективность.

**В ТЕМУ**  
**Питайтесь дробно и разнообразно**

После обильных застолий важно вернуться к привычному питанию.

- Не надо устраивать себе ограничений - питайтесь разнообразно, вкусно, но все-таки постарайтесь исключить то, что приготовлено во фритюре, на пережаренном масле, то есть фастфуд, - говорит **академик, главный внештатный специалист по терапии и общей врачебной практике Минздрава России Оксана Драпкина**. - А также слишком соленые продукты, копченое и острое. Но опять же не делайте эти продукты врагами, ведь в каждом есть свои плюсы и минусы. После праздничное питание должно быть частым и дробным. Пусть будут небольшие порции, но 4-5 раз в день. По опыту наших пациентов видно, что именно дробное питание небольшими порциями дает организму «ощущение стабильности». Его не ограничивают, поэтому можно расслабиться и не копить лишний жир. Так проще и легче уходит лишний вес.

Добавляйте в рацион больше овощей и фруктов. Например, отличный перекус - палочки сельдерея с хумусом. Или несладкий йогурт с добавлением ягод, кусочков яблок или банана.

**Неплохо было бы устроить себе легкий разгрузочный день.** Например, утром легкий омлет из одного яйца, на обед - салат с отварным мясом. На ужин - отварные или запеченные овощи.



**Чем поддержать сердце и сосуды:**  
врач-кардиолог раскрыл правду о неработающих средствах, опустошающих кошелек

КСТАТИ

**ВОЗВРАЩЕМ КОНЦЕНТРАЦИЮ С ПОМОЩЬЮ... ТАНЦА**

В первые дни внимание довольно часто будет рассредоточенным, особенно если отдых был активным. Но вернуть концентрацию можно, доказало новое международное исследование. И не с помощью кофе, а с помощью 10-минутных активных движений. Если есть возможность - потанцуйте под активную музыку.



В идеале, если под боком спортзал, неторопливо побегать на беговой дорожке или покрутить педали на велотренажере. Если нет, то пройдите несколько маршей лестницы вверх-вниз. Подойдут отжимания от стола, приседания.



В общем, все, что можно, главное - движение. Часто нашему мозгу нужно не замедление, а, наоборот, ускорение. Всего 10 минут умеренных физических упражнений могут заметно улучшить концентрацию, скорость мышления, исполнительные функции (планирование, контроль, принятие решений).

**Все дело в насыщении кислородом, усиливании кровотока, в том числе к мозгу. Начинают более активно работать зоны, отвечающие за внимание и самоконтроль.**

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

■ БУДЬ В КУРСЕ

Оксана НАРАЛЕНКОВА

**Как защитить себя и близких от переохлаждения и обморожения.**

Зима наконец-то пришла даже в самые южные регионы России. Где-то с мокрым снегом и дождем, но на большинстве территорий - с настоящими русскими морозами. Они особенно опасны для детей и людей преклонного возраста.

Малыши часто не чувствуют холода из-за активных игр, их терморегуляция еще несовершенна, а тело быстрее остывает. Пожилые же сталкиваются с возрастными изменениями: замедлением об-

## Согревает в холода - еда!

мена веществ, снижением чувствительности к холodu и хроническими заболеваниями, такими как диабет или атеросклероз (заболевание сосудов), которые ухудшают кровообращение в конечностях.

Заведующий отделением травматологии и ортопедии Российской детской клинической больницы Александра Саутенко предупреждает: дети не всегда адекватно оценивают свое состояние. Слишком яркий румянец или ледяные руки - явный сигнал для родителей, что прогулку пора заканчивать.

Признаки опасного переохлаждения: озноб, сонливость, восковая бледность

кожи на щеках или на носу. Это значит, ребенка срочно нужно вести в тепло.

Как правильно согревать? Никакого горячего душа или грелок! Согревание должно быть постепенным, преимущественно изнутри - с помощью теплого питья и еды. Пораженные участки НЕЛЬЗЯ интенсивно растирать (в том числе на улице снегом) - переохлажденную кожу легко травмировать и занести инфекцию.

**Андрей Изюмов, врач-терапевт РГНКЦ РНИМУ им. Н. И. Пирогова,** объясняет, что у пожилых людей причины переохлаждения обычно другие. Люди по-

жившие, опытные, понимают, что в морозы нужно одеваться тепло. И иногда перебарывают с утеплением. Начинают потеть и, как ни парадоксально, быстрее переохлаждаются.

Советы для старшего поколения: перед выходом стоит проверять не только температуру, но и скорость ветра. Если на улице штиль - мороз ощущается легче, можно не кутаться сверх меры. Правильнее соблюдать принцип многослойности с использованием термобелья. Обязательны запасные варежки, промокшие важно вовремя заменить на сухие и теплые.

**ВАЖНО!** Выходить на улицу в морозы голодным не рекомендуется. Перед прогулкой нужен полноценный перекус. Необходимо постоянно двигаться, но если вы вспотели - лучше вернуться домой и переодеться.

Alkohol для «согрева» исключен: он создает ложное ощущение тепла и ускоряет потерю тепла организмом. Лучше всего, согласно экспериментам, согревает жирный горячий бульон.

**ПОМНИ!** Спутанность сознания и сонливость после переохлаждения - повод для немедленного вызова скорой.

Также нужно обратиться к врачу, если после воздействия холода:

- ✓ на коже образовались пузыри с жидкостью (особенно кровянистой);
- ✓ кожа стала синюшной, багровой или покернела, чувствительность не возвращается.

Марина КОЧНЕВА

Новый тренд зумеров - диспансеринг. Молодежь скапает витамины, ходит компаниями сдавать анализы, превращая заботу о здоровье в контент. В видеоотчетах - и процедуры, и обзоры БАДов, и детали self-care-практик (действий, направленных на поддержание физического, ментального и эмоционального благополучия). Зумеры подшучивают над собой, что подсели на пропаганду здорового образа жизни, и теперь предметом гордости и зависти становятся идеальные результаты анализов.

- Для нас важно не просто пить витамины, а вначале пройти обследование и понять, каких именно витаминов не хватает, - рассказала корреспонденту «КП» - Барнаул» одна из девушки, увлеченных новым трендом. Причем, по словам Ани, часть анализов они с друзьями сдают по полису ОМС в государственных клиниках, а более углубленные - на витамины, ряд гормонов и т. д. - в частных.

### ПЛЮСЫ

- Если традиционная диспансеризация молодыми людьми воспринималась как обязанность, спущенная «сверху», то диспансеринг - дело добровольное, - комментирует Евгений Зверев, заведующий психотерапевтическим отделением № 10 больницы им. Эрдмана, врач-психиатр, психотерапевт.

По словам врача, здоровье для зумеров становится маркером идентичности и статуса: «идеальные анализы» как новый luxigу-аксессуар. Во-вторых, поводом для социализации: совместная сдача анализов, сравнение результатов - все в компании. В-третьих, позволяет похвастаться контентом: процедура не завершена, пока не сделан пост в соцсети.

С точки зрения Евгения Зверева, в диспансеринге немало позитивных моментов: это и стремление к посещению врачей, а не отторжение больниц и поликлиник, и внимание к своему состоянию здоровья.

- К тому же новая мода зумеров может способствовать раннему выявлению некоторых соматических патологий - например, проблем с щитовидной железой, дефицитов. Плю-

# В больницу за идеальными анализами

У зумеров  
появился  
новый тренд -  
диспансеринг



Молодежь превращает заботу  
о здоровье в контент.

Николай ОБЕРМЕЧЕНКО

сы и в том, что молодые люди видят в здоровье не данность, а проект, за который они несут ответственность, и в повышении их медицинской грамотности, хоть и с оговорками, - комментирует эксперт.

### ПОДВОДНЫЕ КАМНИ

С другой стороны, по словам психотерапевта, диспансеринг может быть индикатором и драйвером нескольких психологических проблем. Так, постоянный мониторинг показателей, навязчивая сдача анализов, поиск несуществующих патологий могут быть проявлениями тревожного расстройства.

Еще один подводный камень диспансеринга - орторексия. Это нездравая одержимость здоровым питанием.

- Навязчивый контроль за чистотой и пользой потребляемого часто сочетается с диспансерингом, - говорит доктор. - Кроме того, погоня за иде-

альными показателями может привести к тому, что уязвимость, болезнь, старение могут восприниматься как катастрофический провал.

При этом не надо забывать, что молодежь - лакомая цель для рынка БАДов, нутрицевтиков, коммерческих lab-тестов. Формируется иллюзия, что здоровье можно купить дорогими добавками, чек-апами и т. д. Все это смешает фокус с базовых, но сложных вещей: режима, умеренности, управления стрессом, построения отношений.

Врача-психотерапевта беспокоит в данном случае и подмена психического здоровья соматическим.

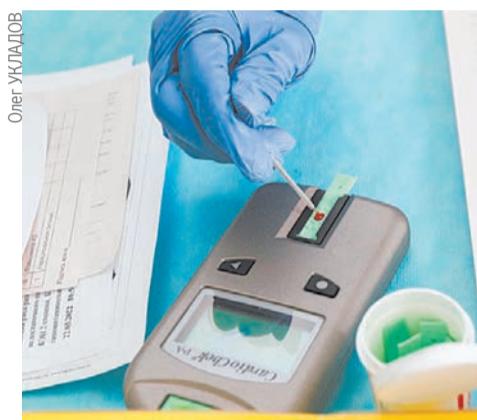
- Вместо работы с экзистенциальной тревогой, выгоранием, сложностями в отношениях человек уходит в гиперконтроль за кортизолом и витамином D, - объясняет психотерапевт.

По наблюдениям Зверева, пациенты, вовлеченные в диспансеринг, приходят и к психиатрам с пачками

анализов и запросом на их интерпретацию «с точки зрения психики».

- Наша задача - увидеть за модным поведением внутреннюю динамику и помогать пациентам находить баланс между разумной заботой о теле и психическим благополучием, не подменяя одно другим, - считает эксперт.

Напомним, что также одним из последних трендов зумеров, касающихся здоровья, является так называемый дуркинг - у молодежи стало модным отдохнуть от всех и вся в психушке.



Олег УКЛАДОВ

### КСТАТИ

#### ТОП-5 АНАЛИЗОВ ПРИ ОБСЛЕДОВАНИИ:

- 1 **Витамин D** (от 1100 до 1600 руб.).
- 2 **Витамин B12** (средняя цена - 748 рублей).
- 3 **Глюкоза в крови** (можно сдать по ОМС, платно - от 160 до 320 рублей).
- 4 **Общий анализ крови** (можно сдать по ОМС, платно - средняя цена 350 рублей).
- 5 **Железо** (ферритин) (от 370 до 690 рублей).

Стоимость комплексного анализа на витамины сильно варьируется и зависит от количества проверяемых элементов, но в среднем начинается от 1100 до 2 000 рублей за базовые (например, только витамин D), а полноценные комплексы, включающие витамины группы В, А, С, Е, D и микроэлементы, могут стоить от 8000 до 22 000 рублей и выше.

### ■ ПОДРОБНОСТИ

Марина КОЧНЕВА

С чем обращались жители Алтая в скорую в дни каникул.

Новогодние каникулы добавили работы алтайским медикам. Переедание и алкогольное опьянение нередко оборачивались печальными последствиями. Для некоторых отдых обернулся реанимацией.

### ПОКОРИТЕЛЬ «ВЕРШИН»

Так, один из барнаульцев, будучи под градусом, в сочельник на спор забрался на светофор, с которого упал, получив разрыв печени. Пострадавшего доставили в БСМП № 2 с массивным кровотечением и срочно прооперировали.

«С 6 по 9 января пациент находился в реанимации, сейчас

## Отмечая Новый год, упал со светофора

переведен в общую палату и готовится к выписке, его самочувствие уже в норме», - сообщили «КП» - Барнаул» в пресс-службе Минздрава региона.

### «ИЗМУЧЕННЫЕ НАРЗАНОМ»

Все праздничные дни в Барнауле в интенсивном режиме работало наркологическое отделение неотложной помощи. Количество «измученных нарзаном» по сравнению с буднями увеличилось на 25 %. В состоянии тяжелой абстиненции пациенты в наркологию начали поступать уже 25 декабря с началом новогодних корпоративов. При этом у 10 % наблюдался острый алкогольный психоз.



### ЦИФРЫ

Всего за новогодние каникулы в Алтайском крае было зафиксировано 2142 вызова скорой помощи. При этом каждый двадцатый пациент вызывал медиков в алкогольном опьянении. Всего за праздники было травмировано 1800 человек, из них 253 ребенка. Также зафиксировано 321 отравление.

Переедание и алкогольное опьянение нередко оборачивались печальными последствиями.

### НЕ ТОЛЬКО ПЕРЕПИЛИ, НО И ПЕРЕЕЛИ

Некоторым поступившим в стационары края пациентам диагно-

стировали последствия жестких перееданий - желудочно-кишечные кровотечения, обострения язв и т. д. Около сотни жителей краевой столицы в эти дни оказались в Центре острых отравлений.

### НОВОГОДНИЕ ТРАВМЫ

С травмами, связанными с переломами или растяжениями, к врачам за новогодние каникулы обратились 1265 человек, при этом 586 пострадавших были госпитализированы, 679 наблюдаются амбулаторно.

«Были и такие пациенты, которым требовалась госпитализация, например, с переломом руки, но они отложили ее до окончания новогодних каникул», - рассказали на пресс-конференции в Минздраве региона.

**Александр КОРОВНИЧЕНКО**

Какие бы ни были времена, в них всегда есть место подвигу и доброте. В 2025 году жители Алтайского края вновь доказали это - спасали людей из огня и воды, возвращали обманутым пенсионерам сбережения, делали мир вокруг себя лучше. «КП» - Барнаул» собрала самые яркие истории ушедшего года о героях, живущих среди нас.

**ШЕЛ ЗАБИРАТЬ ДОЛГ**

Судебный пристав Алексей Аксенов из села Ключи пришел с визитом к должнику. Дома никого не было, и он решил зайти к соседям, узнать, где может находиться должник, и тут увидел мужчину, которому плохо.

- Спросил, что случилось, он объяснил, что колол дрова, попал в механический дровокол, ему раздавило грудную клетку и он не может дышать, - рассказывает Алексей Аксенов.

Пристав донес мужчину до машины и быстро доставил до больницы. У пострадавшего были переломы ребер, и началось внутреннее кровотечение. Мужчина был на грани жизни и смерти.



Пристав Алексей Аксенов спас мужчину.

**СПАСАТЕЛЬ В ОТПУСКЕ**

Капитан полиции из Томска Максим Берлов отправился в отпуск на Алтай. Во время прогулки он стал свидетелем чрезвычайной ситуации: в бурной реке тонула девочка. Рядом кричали и звали на помощь дети. Девочку в реке уносило бурным течением прямо к порогу водопада. Единственной возможностью держаться на поверхности у нее был надувной круг. Если бы его не было, девочка могла бы быстро утонуть.

Вдоль берега были острые камни, самостоятельно девочка выбраться не могла. Полицейский выбрал момент и бросился в воду.

- Я схватился за круг и саму девочку и попытался вытащить ее на берег, но у меня не получалось, потому что течение было очень быстрое. Только когда скалистый берег закончился, я смог вытянуть ее на сушу.



Полицейский Максим Берлов вытащил из реки тонущую девочку.

**ОТВАЖНЫЕ ШКОЛЬНИКИ**

В школе всегда учат приходить на помощь ближнему. И нередко так случается, что жизнь быстро спрашивает - усвоили ли они урок?

Один из последних случаев, который произошел в Камне-на-Оби, показал отвагу сразу троих школьников. Молодые спортсмены Владимир Зацепин, Михаил Свиридов и Евгений Добрынин приехали из Рубцовска на соревнования по греко-римской борьбе. Когда парни шли к залу, увидели, что горит многоквартирный дом. Не сговариваясь, бросились туда. Позвонили пожарным, предупредили жильцов, сами выводили и выносили жильцов-пенсионеров.

- Благодаря быстрой реакции школьников жители покинули дом до того, как огонь распространился, и до приезда пожарных, - отметили в ГУ МЧС Алтайского края.

Еще один геройский поступок совершил барнаулец Никита Горячев. В июне он вместе с другом отдыхал на берегу озера в Казенной Заимке. Парни уже собирались домой, как с середины озера донесся крик: «Помогите!» Тонула девушка, и Никита бросился на выручку.

- Я слышал про случаи, когда утопленники хватаются за спасающих и тянут с собой на дно, побаивался этого, - вспоминает Никита. - Стал разговаривать, успокаивать, в тот же момент обхватил ее одной рукой, другой греб. Девушка сказала, что переплыла с другого берега, поплыла обратно и вдруг обессилела. Когда мы плыли, она пытлась второй рукой подгrestи, но это уже давалось ей с большим трудом.

За свой геройский поступок Никита был награжден в АКЗС памятной медалью Совета Федерации «За проявленное мужество» и медалью МЧС России «За спасение погибающих на водах».

**ОТ СЛОВ КДЕЛУ**

В барнаульском парке «Изумрудный» уже давно было подготовлено место для площадки специально для детей-инвалидов. Место было, а вот тренажеров и качелей не было. Искали спонсоров. Весной в родной для себя Барнаул приехала продюсер Яна Рудковская. Вместе с мужем - фигуристом Евгением Плющенко - пообещали все купить. Помог в этом и певец Дмитрий Билан. И вот в октябре долгожданная площадка открылась.

«Мы оплатили этот дорогостоящий проект вместе с Димой. Сегодня его открытие. Это первая в Алтайском крае площадка для детей с особенностями - большая, невероятно красавая, технологичная, сказочная площадка! Она будет подарком от нас с Димой Алтайскому краю, моему родному городу Барнаулу. Я убеждена, что если люди хотят помочь, то они помогают», - подчеркнула Рудковская во время телемоста.

**СПАСЕНИЕ ОТ МОШЕННИКОВ**

Новостей о «нападках» мошенников на россиян, к сожалению, в этом году меньше не становилось. Но иногда находятся добрые люди, которые приходят на выручку обманутым пенсионерам.

Так, в Барнауле телефонные мошенники долго обрабатывали старушку, запугивая, что с ее счетов произошел перевод денег в недружественную страну. Чтобы избежать преследования, они ей сказали снять все накопления и отправить в Новосибирск, по названию ими адресу. Пенсионерка сняла деньги со счетов, 454 тысячи рублей, спрятала их в банку из-под варенья и вызвала такси.

Таксисту Максиму Двойнишникову показалось странным, что бабушка передает посылку в другой город ночью. Та уверяла его, что отправляет сладкий подарок

**Герои Алтая, которые меняли мир к лучшему**

ГУ МЧС по Алтайскому краю



Трое школьников в Камне-на-Оби спасли жителей многоэтажки.

**ГЕРОЙ СВО**

Одной из важнейших тем, которая возникала в прошедшем году, - возвращение героев специальной военной операции к мирной жизни. Один из таких примеров есть в нашем регионе. Егор Галкин из Барнаула всю жизнь занимался спортом, в армии даже тренировал и подтягивал физподготовку сослуживцев. На СВО он попал в самые первые дни и почти сразу получил тяжелое ранение.

- К нашей колонне ночью подошла вражеская ДРГ (диверсионно-разведывательная группа. - Прим. ред.). Завязался бой. В неразберихе мы начали отходить, я оказался посреди болотистой местности. Пробирался по грудь в воде. Вышел к населенному пункту. Меня заметил противник, и я получил два ранения - в руку и в таз.

После этого было 10 операций. Первое время даже ходить не мог, три месяца провел на койке. А потом - долгий процесс реабилитации и возвращение на гражданку. Однако Егор не опустил руки и нашел свое призвание в том, что обучает людей искусству правильного бега, хотя сам этого уже не может. А еще он создал Федерацию бега с препятствиями.

- Раньше, в советские годы, во многих школах были военизированные полосы препятствий. Со временем их убрали или забросили. А подготовка на них важна и для здоровья, и для гражданской обороны. Мы хотим воссоздать такие полосы, провести подготовку учителей физкультуры. Ну, и проводить соревнования, - рассказал герой.



Егор Галкин создал Федерацию бега с препятствиями.



Благодаря продюсеру Яне Рудковской детская площадка заработала.

Пресс-служба правительства Алтайского края

внуку. Но водитель на всякий случай позвонил в полицию и рассказал о своих подозрениях.

- Когда пенсионерка поняла, что ее обманули, а благодаря полицейскому из УМВД по Барнаулу и водителю такси ее сбережения были спасены, она волновалась и от души их поблагодарила, пожелала крепкого здоровья. Женщина даже слез не смогла сдержать. Так сильно переживала, - добавили в краевом управлении полиции.



454 тысячи рублей были спрятаны в банку с вареньем.

ГУ МВД по Алтайскому краю

# КТО УШЕЛ ОТ НАС В 2025-М

**Сегодня мы вспоминаем известных людей, которых потеряли в прошедшем году...**

## ЯНВАРЬ

**1 января - Виктор АЛКСИС**, советский и российский политик. Известен своей активной позицией против распада СССР. Много занимался проблемами русскоязычного населения на территории отколовшихся от СССР республик. 74 года.



**7 января - Жан-Мари ЛЕ ПЕН**, французский политик правых взглядов. Выступал за уменьшение миграции и против евроинтеграции Франции. Отец Марин Ле Пен - также политика, известного своей лояльностью к России. 96 лет.



**10 января - Евгения ДОБРОВОЛЬСКАЯ**, актриса театра и кино, народная артистка РФ. Множество ярких ролей в фильмах и сериалах. 60 лет.



**16 января - Дэвид ЛИНЧ**, американский кинорежиссер, актер, сценарист. Лауреат «Оскара», премий Каннского и Венецианского фестивалей. Культовый в рядах ценителей за собственный многозначный киноязык. Создал сериал «Твин Пикс». 78 лет.



**26 января - Игорь ЯНКОВСКИЙ**, российский актер, племянник Олега Янковского. Главные роли в фильмах «Колье Шарлотты», «Дураки умирают по пятницам». 73 года.

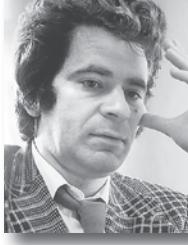


## ФЕВРАЛЬ

**9 февраля - Олег СТРИЖЕНОВ**, народный артист СССР, актер театра и кино. Более 30 киноролей (фильмы «Овод», «Звезда пленительного счастья» и др.). В СССР считался одним из самых красивых актеров. Фильм «Сорок первый» с ним в главной роли получил спецприз на фестивале в Каннах. 95 лет.



**27 февраля - Борис СПАССКИЙ**, советский, российский и французский шахматист, гроссмейстер, чемпион мира в 1969 - 1972 гг. 88 лет.



## МАРТ

**13 марта - София ГУБАЙДУЛИНА**, композитор, заслуженный деятель искусств РСФСР. Автор симфонических произведений и музыки для кино («Вертикаль», «Чучело», мультфильм «Маугли» и др.). 93 года.



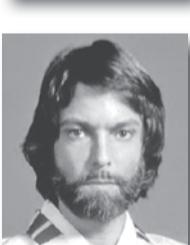
**18 марта - Бедрос КИРКОРОВ**, народный артист РФ, советский и болгарский певец. Отец Филиппа Киркорова. 92 года.



**22 марта - Лариса ГОЛУБКИНА**, народная артистка РСФСР. Стала зездой после роли в фильме «Гусарская баллада». Была замужем за Андреем Мироновым. 85 лет.



**29 марта - Ричард ЧЕМБЕРЛЕН**, американский актер и певец. Российскому зрителю известен по ролям в сериалах «Сёгун» и «Поющие в терновнике». 90 лет.



## АПРЕЛЬ

**1 апреля - Вэл КИЛМЕР**, американский актер. Российскому зрителю наиболее известен по ролям в фильмах 90-х «Бэтмен», «Топ Ган», «Схватка», «Дорз» и «Настоящая Маккой». 65 лет.



**21 апреля - ФРАНЦИСК**, папа римский с 2013 года. Подчеркивал значение отношений между Римской католической и Русской православной церквями. Призывал Украину к мирным переговорам. 88 лет.



**22 апреля - Зураб ЦЕРЕТЕЛИ**, скульптор, народный художник СССР, народный художник РФ, президент Российской академии художеств. Его скульптурные произведения находятся не только в России, но и в Европе, США, Японии. Широко известен памятник Петру I его работы в Москве. 91 год.



## МАЙ

**10 мая - Нина ГРЕБЕШКОВА**, заслуженная артистка РФ, вдова Леонида Гайдая. Зрители запомнилась ролью жены Семена Семенчука в «Бриллиантовой руке». 94 года.



**11 мая - Виктор ГЕРАЩЕНКО**, экономист, финансист. Дважды возглавлял Госбанк СССР и дважды - Банк России. 87 лет.



**19 мая - Юрий ГРИГОРОВИЧ**, артист балета, педагог, народный артист СССР. Один из самых выдающихся хореографов XX века. Автор 8 оригинальных балетов («Щелкунчик», «Каменный цветок» и др.). 98 лет.

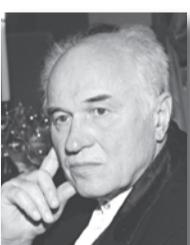


**27 мая - Василий ФУНТИКОВ**, советский и российский актер. Звезда детского фильма «Каникулы Кроша» (главная роль). 62 года.



## ИЮНЬ

**3 июня - Евгений ДОГА**, композитор, народный артист СССР. Написал музыку более чем к 200 фильмам («Табор уходит в небо», «Мой ласковый и нежный зверь» - вальс из него вошел в число самых исполняемых), десятки песен. 88 лет.



**9 июня - Фредерик ФОРСАЙТ**, писатель, автор детективных триллеров, которые изданы миллионными тиражами, многие экранизированы. 20 лет был агентом британской разведки МИ-6. 86 лет.



**18 июня - Наталья ТЕНЯКОВА**, народная артистка РФ, вдова Сергея Юрского. Зрители полюбились за роль бабы Шуры в фильме «Любовь и голуби». 80 лет.



**21 июня - Валентина ТАЛЫЗИНА**, народная артистка РСФСР. Любима зрителями за яркие роли в театре и кино («Зигзаг удачи», «Афоня», «Ирония судьбы»). Ее голосом говорит Надя в «Иронии судьбы...». 90 лет.



## ИЮЛЬ

**7 июля - Роман СТАРОВОЙТ**, министр транспорта, экс-губернатор Курской области. 53 года.



**14 июля - Александр МИТТА**, кинорежиссер, сценарист, народный артист РФ. Снял немало любимых зрителями фильмов: «Экипаж», «Граница. Таежный роман» и др. 92 года.



**Юрий МОРОЗ**, актер, кинорежиссер, сценарист, продюсер. Как режиссер снимал популярные сериалы - «Угрюм-река», 3-й сезон «Содержанок» и др. Отец актрисы Дасти Мороз. 68 лет.



**16 июля - Юрий КАРА**, кинорежиссер, сценарист, заслуженный деятель искусств РФ. Зрителям запомнился фильмами «Завтра была война» и «Мастер и Маргарита», где сыграли Валентин Гафт и Анастасия Вертинская. 70 лет.



**22 июля - Оззи ОСБОРН**, английский музыкант, рок-певец. Дважды включен в Зал славы рок-н-ролла, продано более 100 млн копий его альбомов. Фигурировал во многих публичных скандалах. 76 лет.



**АВГУСТ**  
**9 августа - Юрий БУТУСОВ**, режиссер, театралам запомнился яркими постановками. Главный режиссер Театра им. Вахтангова в 2018 - 2022 годах. 63 года.



**9 августа - Иван КРАСКО**, народный артист РФ. Много ярких ролей второго плана. Озвучивал мультфильмы. Отец актера Андрея Краско. 94 года.



**22 августа - Ярослав ЕВДОКИМОВ**, заслуженный артист РФ, народный артист БССР («Фантазер», «Колодец» и др. хиты). 78 лет.



**24 августа - Валерий УСКОВ**, кинорежиссер, сценарист, народный артист РСФСР. В дуэте с режиссером Владимиром Краснопольским снял «Вечный зов», «Тени исчезают в полдень» и др. фильмы. 92 года.



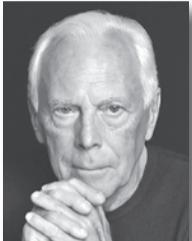
**29 августа - Родион ЩЕДРИН**, композитор, народный артист СССР, муж балерины Майи Плисецкой. Автор множества симфонических произведений и музыки к фильмам. 92 года.

**СЕНТЯБРЬ**

**3 сентября - Дак ШАРЬЕ**, французский актер (*«Бабетта идет на войну»*). Второй муж Брижит Бардо и отец ее единственного сына. 88 лет.



**4 сентября - Джорджо АРМАНИ**, итальянский модельер, основатель всемирно известного модного дома своего имени. Входил в число богатейших людей Италии. 91 год.



**8 сентября - Аза ТАХО-ГОДИ**, заслуженный профессор МГУ, филолог-классик, переводчик, доктор наук. Автор классического учебника по античной литературе и сотен научных работ. Вдова всемирно известного философа и филолога Алексея Лосева. 102 года.



**16 сентября - Роберт РЕДФОРД**, американский актер, кинорежиссер, продюсер, дважды получал «Оскар». Известен по фильмам *«Афера»*, *«Вся президентская рать»*, *«Непристойное предложение»*. 89 лет.



**23 сентября - Клаудия КАРДИНАЛЕ**, итальянская актриса, великий офицер ордена Почетного легиона. Зрители помнят ее по ролям в фильмах *«Рокко и его братья»* Лукино Висконти, *«8 1/2»* Федерико Феллини и др. 87 лет.



**26 сентября - Тигран КЕОСАЯН**, заслуженный артист РФ, кинорежиссер, клипмейкер, телеведущий. Муж журналистки Маргариты Симоньян. Снял фильмы *«Бедная Саша»*, *«Ландыш серебристый»*. 59 лет.



**29 сентября - Виталий КОРОТИЧ**, журналист, писатель, главный редактор журнала *«Огонек»* в 1986 - 1991 гг. 89 лет.



**29 сентября - Геннадий НИЛОВ**, актер. Наиболее запомнился зрителям в роли Степана Иваныча Сундукова (Сундук) из фильма *«Три плюс два»*. 88 лет.

**ОКТЯБРЬ**

**2 октября - Александр КУПРИЯНОВ**, журналист, писатель. Был собкором «Комсомолки» в Лондоне, Афганистане и Чечне. Возглавлял Радио «Комсомольская правда», руководил рядом крупных изданий. До последних дней - главный редактор газеты *«Вечерняя Москва»*. 74 года.



**9 октября - Ефрем АМИРАМОВ**, эстрадный певец, композитор. Запомнился хитом *«Молодая»*. 69 лет.



**11 октября - Дайан КИТОН**, американская актриса. Звезда *«Крестного отца»*, снялась в 8 фильмах Вуди Аллена, сериале *«Молодой пapa»* и др. Обладатель «Оскара». 79 лет.



**26 октября - Геннадий НАЗАРОВ**, актер театра и кино, педагог. Дебютировал в главной роли в фильме *«Жизнь и необычайные приключения солдата Ивана Чонкина»*. Снимался в комедиях *«Дети понедельника»*, *«Орел и решка»*. 58 лет.



**28 октября - Роман ПОПОВ**, актер, участник шоу *Comedy Club*. Запомнился ролью в сериале *«Полицейский с Рублевки»*. 40 лет.

**НОЯБРЬ**

**3 ноября - Ричард ЧЕЙНИ**, американский политик, вице-президент США в 2001 - 2009 годах при Бушемладшем. Известен антироссийской позицией. 84 года.



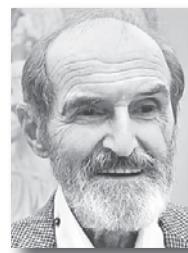
**4 ноября - Юрий НИКОЛАЕВ**, народный артист РФ, телеведущий. Телезрители хорошо помнят его по программам *«Утренняя почта»* и *«Утренняя звезда»*. 76 лет.



**8 ноября - Владимир СИМОНОВ**, народный артист РФ. Один из ведущих актеров Театра Вахтангова. Зрители знают его по ярким киноролям (*«Свадьба»*, *«Граница. Таежный роман»* и др.). 68 лет.



**9 ноября - Эрик БУЛАТОВ**, советский и французский художник. Один из самых дорогих современных художников. Международное признание получил в годы перестройки. 92 года.

**■ «КОМСОМОЛКА» СКОРБИТ**

*К общим утратам страны в «Комсомолке» в этом году прибавилась собственная беда. Мы потеряли троих наших товарищей, очень хороших журналистов, ушедших в самом расцвете.*

**25 апреля - Валентина ЛЬВОВА**, одно из самых «тонких перьев», как это принято говорить среди журналистов. Это выражение означает бесконечный авторский талант, которому подвластна любая творческая задача. В «Комсомолке» руководила отделом культуры, была собкором газеты в Париже. Писала о кино, театре, телевидении. Подружилась с Михаилом Жванецким, Марком Захаровым и многими другими звездами и не звездами, потому что Валя нравилась всем, мгновенно. 51 год.



**7 мая - Владимир ДЕМЧЕНКО**, журналист, публицист. Наш яркий, позитивный, профессиональный, безотказный Володя. Легко справлялся с любой темой - будь то политические перипетии, экономика, исторические дебри. Остались подкасты на Радио «КП» с его чуть хрипловатым голосом, и мы все еще не можем поверить, что наш всегда улыбчивый коллега больше не пройдет по редакционному коридору. 54 года.



**3 июля - Михаил АНТОНОВ**, ведущий информационных и авторских программ Радио «Комсомольская правда». Именно его голосом радиостанция начала вещать 16 февраля 2009 года на частоте 97,2 FM в Москве, а потом - в городах страны. Слушатели любили его программы, потому что дружеская манера и неповторимый голос располагали к себе и поднимали настроение. В армии Миша попал в Чечню, где в медицинской роте спасал жизни, потом на гражданке работал фельдшером. А дальше в его жизни случились радио и всенародная любовь. 49 лет.



**23 ноября - Валентина ШАРЫКИНА**, заслуженная артистка РСФСР. Пани Зоя из *«Кабачка «13 стульев»*. 85 лет.



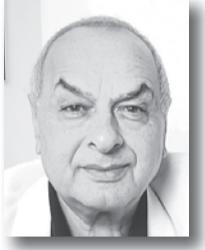
**12 декабря - Питер ГРИН**, американский актер. Российскому зрителю запомнился ролями в *«Криминальном чтиве»* и *«Маске»*. 60 лет.



**23 ноября - Лилия ЮДИНА**, народная артистка РСФСР. Известна по роли Панночки из фильма *«Майская ночь, или Утопленница»* (1952). 96 лет.



**13 декабря - Левон ОГАНЕЗОВ**, народный артист РФ. Актер, телеведущий, композитор. 84 года.



**26 ноября - Всеволод ШИЛОВСКИЙ**, народный артист РСФСР, режиссер. Яркие кинороли второго плана (*«Узник замка Иф»*) и др. 87 лет.



**20 декабря - Анатолий ЛОБОЦКИЙ**, народный артист РФ. Стал кинозвездой после роли в фильме *«Зависть богов»* (играл в паре с Верой Алентовой). 66 лет.



**29 ноября - Клавдия ГАДЮЧКИНА**, старейшая из когда-либо живших в России людей. Входила в пятерку старейших людей планеты. 114 лет (6 дней не дожила до 115-летия).



**22 декабря - Крис РИ**, британский музыкант, певец, чьи композиции и альбомы занимали верхние места в хит-парадах Европы. 74 года.



**ДЕКАБРЬ**  
**7 декабря - Леонид ФРАНЦУЗОВ**, писатель-сатирик и артист эстрады, заслуженный артист РФ. Писал монологи для В. Винокура, К. Новиковской и др. и телепрограммы. 87 лет.



**25 декабря - Вера АЛЕНТОВА**, народная артистка РФ. Вдова режиссера Владимира Меньшова, чей фильм *«Москва слезам не верит»* получил «Оскар» и сделал ее любимицей кинозрителей. 83 года.



**11 декабря - Борис СКРЫННИК**, президент Федерации хоккея с мячом России, заслуженный тренер. 77 лет.



**28 декабря - Бриджит БАРДО**, легенда французского кино. Стала моделью для бюста Марианны - официального символа Франции. Занималась борьбой за права животных. 91 год.



**Владимир МАЗЕНКО,  
Елена КРИВЯКИНА**

На что рассчитывает  
певица, уехав из России.

...Если вы до сих пор не решили, жалеть Ларису Долину или присоединяться к бойкоту певицы, вот вам еще немного пищи для размышлений: она до сих пор не передала свою бывшую квартиру законной покупательнице. Хотя суд обязал ее сделать это в конце декабря. То ли характер показывает, то ли...

В общем, мы уже не пытаемся понять логику певицы. А просто описываем события.

### ЭТА ПЕСНЯ БУДЕТ ВЕЧНОЙ?

Наверное, историю с квартирой Долиной вся страна уже знает наизусть. Но законы жанра обязывают ее напомнить.

Итак, летом 2024 года Лариса Долина продала свою пятикомнатную квартиру в центре Москвы за 112 млн рублей, а деньги отдала мошенникам. Но выезжать отказалась. Вместо этого обратилась в суд с требованием вернуть недвижимость: дескать, квартиру я продавала, будучи в заблуждении. Эксперты приравнивали шансы певицы к нулю: нет уж, продала - так продала. Однако здравый смысл на заседание суда не явился: недвижимость вернули звезде. А покупательницу Полину Лурье суд оставил и без жилья, и без денег.

Лурье подавала жалобы, но два суда высшей ин-

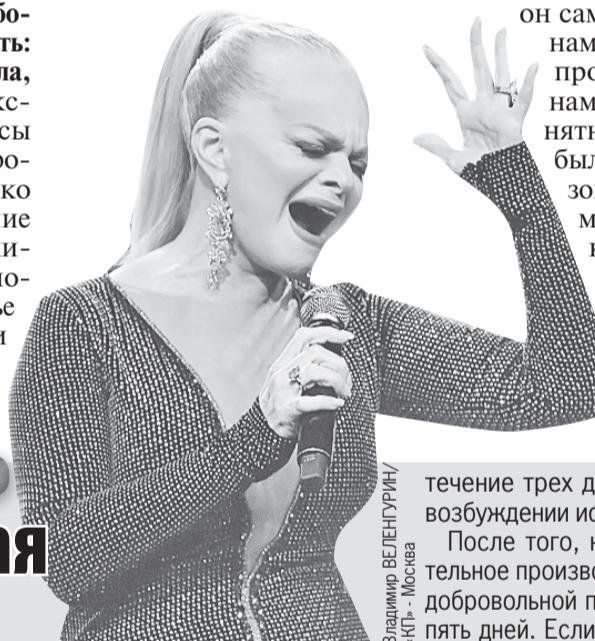
# Квартирный вопрос ее испортил

станции оставили вердикт без изменений. Лишь 16 декабря 2025 года справедливость восторжествовала - Верховный суд отменил решения предыдущих инстанций и отдал квартиру ее новой хозяйке. А 25 декабря Мосгорсуд постановил: Долину - выселить!

Решение вступало в силу немедленно. Казалось, в истории поставлена жирная точка. Дело оставалось за «малым»: Долина должна была вручить Полине Лурье ключи от квартиры и подписать акт приема-передачи. Но в сериале, который многим уже изрядно опостылел, начался новый сезон...

### С ПЛАТЬЯМИ НА ВЫХОД

До праздников певица из квартиры не съехала. В последние числах декабря она принялась вывозить пожитки:



Владимир ВЕЛЕНГУРИН/  
«КП» - Москва

концертные платья, обувь, посуду и т. д. (по условиям договора, квадратные метры она продала вместе с мебелью и техникой). Передача жилья должна была состояться сначала 5 января. Потом ее перенесли на 9 января...

Девятого числа мы позвонили адвокату Полины Лурье Светлане Свириденко. И, честно признаться, не очень удивились услышанному: квартиру Долина так и не отдала.

- Передать квартиру законному собственнику Полине Лурье по акту приема-передачи сегодня собирался представитель Ларисы Долиной - ее помощник. Но он не имел для этого законных полномочий: на него не была оформлена доверенность, - рассказала нам Светлана Свириденко. - Собственно,

он сам это признал и с нами не спорил, все прошло мирно. Но нам все равно непонятно, почему нельзя было должным образом оформить документы и передать квартиру Полине Лурье, как положено?..

Были в документе и другие неточности.

- Акт дати-



Андрей АБРАМОВ / «КП» - Москва

Жила звезда в элитном доме,  
Потом случилась суета:  
Продав жилье, свои хоромы  
Вернуть решила с помощью суда.

рован 5 января, содержит не соответствующие действительности пункты (о том, что якобы соблюдены сроки передачи квартиры и отсутствует задолженность по квартплате). Кроме того, указан неверный адрес регистрации Долиной по месту жительства, - сообщила «Комсомолке» адвокат.

По словам Светланы Свириденко, теперь передача квартиры откладывается как

минимум до 20 января. Тогда Долина вернется в Москву. А сейчас народная артистка за границей (и правда, других 365 дней года для путешествий звезде не хватило).

Остается только по-хорошему позавидовать ангельскому терпению Полины Лурье. И удивиться маниакальному упорству, с которым Лариса Долина продолжает уничтожать свою репутацию.

Можно предположить несколько возможных мотивов.

➤ **Шантаж.** «Возможно, сторона Долиной надеется, что Лурье пойдет на какие-то уступки в обмен на скорейшую передачу ключей», - говорит Жмурко.

➤ **Каприз.** «Даже не проживая в квартире, Долина может пытаться сохранить последний символический контроль над ситуацией, демонстрируя, что передача произойдет только тогда, когда она захочет, на ее условиях», - отмечает адвокат.

➤ **Невнимательность.** «Отезд Долиной за границу и отсутствие у ее представителя нотариально удостоверенной доверенности могли стать реальными препятствиями, которые либо не были учтены представителями Долиной, либо они рассчитывали, что другая сторона не придаст этому значения», - говорит Светлана Жмурко.

То есть Долина могла подумать, что для передачи недвижимости «с рук на руки» не нужно подписывать никаких документов. Надо отдать должное представителям Полины Лурье, которые поступили грамотно: не приняли квартиру без оформления акта приема-передачи.

- Передача имущества по решению суда - это юридически значимое действие, которое может совершать либо сама сторона по делу, либо ее представитель, полномочия которого прописаны в нотариально удостоверенной доверенности, - объясняет Светлана Жмурко. - Если у представителя нет полномочий, он не может совершать никаких действий. Лариса Долина, вернувшись, могла бы заявить, что не давала полномочий на передачу квартиры именно этому представителю. Суд, с высокой долей вероятности, признал бы такой акт передачи квартиры недействительным.



Как покупать  
вторичное жилье  
после «дела  
Долиной»: важные советы для  
участников сделки - на сайте



## В ТЕМУ

### Заглядывая в будущее

Как дальше может развиваться история Долиной - Лурье, «Комсомолке» рассказала адвокат по жилищным делам Светлана ЖМУРКО.

### КАК ОСВОБОДИТЬ НЕДВИЖИМОСТЬ?

➤ **Первый вариант - добровольная передача ключей.** Как уже сказано, 20 января Долина планирует вернуться в Россию. Сразу после этого она может (лично или через представителя по доверенности) отдать покупательнице ключи и подписать акт приема-передачи.

- Однако никто не гарантирует, что передача квартиры состоится даже тогда, - говорит Светлана Жмурко.

Ведь все мы уже давно следим и за этой историей, и за поведением звезды. А потому, скажем так, имеем основания сомневаться, что все именно так и произойдет.

На этот случай есть второй сценарий:

➤ **Второй вариант - принудительное выселение.**

«Полина Лурье и ее представители могут обратиться к судебным приставам. Это основной механизм принудительного исполнения судебного решения, если ответчик не делает этого добровольно, - говорит Светлана Жмурко. - Суды начинают работу 12 января. После этого Лурье может получить там исполнительный лист и предъявить его в Федеральную службу судебных приставов (ФССП). В трехдневный срок исполнительный лист и заявление о возбуждении исполнительного производства передается судебному приставу, который также в

течение трех дней выносит постановление о возбуждении исполнительного производства».

После того, как пристав возбудит исполнительное производство, Долиной дадут срок для добровольной передачи квартиры - обычно это пять дней. Если певица в отведенное время не выполнит требование, пристав вынесет постановление о взыскании исполнительского сбора (это штраф за неисполнение требований исполнительного документа, он может быть любым - и 5000, и 50 000 рублей). И приступит к принудительному выселению:

✓ Направит взыскателю (Лурье) и должнику (Долиной и членам ее семьи) уведомление о времени

и месте выселения.

✓ Пригласит сотрудников полиции для участия в принудительном исполнении решения суда.

✓ Вскроет дверь, вынесет имущество должника и передаст жилье взыскателю.

Таким образом, если Лурье уже сегодня обратится к приставам, въехать в свое законное жилье она сможет до 23 января.

- Думаю, наиболее вероятным развитием событий будет обращение Лурье к судебным приставам. Ведь добровольная передача имущества до сих пор не состоялась. «Уходить от передачи ключей» Долина может только до тех пор, пока не начнется принудительное исполнение решения суда, - отмечает адвокат.

### ЗАЧЕМ ДОЛИНА ЗАТЯГИВАЕТ ПРОЦЕСС?

- С точки зрения права, такое поведение лишено практического смысла. Суд вынес решение, квартира, насколько мы понимаем, уже освобождена, и дальнейшее затягивание лишь создает риски для самой Долиной (исполнительский сбор, принудительное выселение), - говорит Светлана Жмурко.



В новом «Буратино» поют те самые песни из советского фильма, но в новых аранжировках.

## Чебурашка, Буратино и Дядя Федор заработали 9 миллиардов рублей

Окончание.  
Начало < стр 1.

По сию пору это самый кассовый фильм отечественного производства за всю историю нашего кино.

Так открылся портал в мир ремейков наших любимых сказок. Воодушевленные перспективой баснословных заработках кинопродюсеры мигом разобрали наше сказочное наследие и снижают фильмы буквально десятками. Некоторым кажется, что они это зря: мол, измываются над советской классикой. Но факт есть факт: народ повалил в кинотеатры, а график релизов составлен на годы вперед - например, уже сейчас известно, что 1 января 2027-го нам покажут нового «Хоттабыча».

### УШАСТИК НАЧАЛ СТАВИТЬ РЕКОРДЫ

А прямо сейчас в кинопрокате продолжается начавшаяся 1 января эпическая битва трех сказочных блокбастеров: в жесткой конкурентной борьбе за кошелек зрителя сошлись «Чебурашка-2» (6+) режиссера Дмитрия Дьяченко, «Простоквашин» (6+) Сарика Андреасяна и «Буратино» (6+)



- А что это там, Гена?  
- Грандиозный успех, Чебурашка!

**Игоря Волошина.**  
Как и предполагалось, «Чебурашка-2» уложил соперников на обе лопатки.

По данным на 12 января, новые приключения фанатичного любителя апельсинов собрали уже 4,98 млрд руб., что в пересчете на зрителей составляет 9,4 млн человек (цифры из ЕГАИС - единой государственной информационной автоматизированной системы Фонда кино). В момент, когда вы читаете этот текст, рубеж в 5 млрд руб. наверняка уже взят. А ведь фильм меньше двух недель в прокате!

Будет ли побит рекорд первой части? Однозначно сказать сложно: зрительское поведение непредсказуемо и зависит от множества факторов. Но, скорее всего, да - ведь сиквел уже побил один из рекордов «Чебурашки-1», собрав 3 млрд руб. всего за пять дней (в 2023-м на это ушло девять дней). Причем первый миллиард «Чебурашки-2» получил на второй день проката, а за третий удвоил этот результат.

Скорость невероятная. Скажем, «Холоп» в 2019-м

преодолел отметку в 3 млрд руб. за полтора месяца, а «Холоп-2» в 2024-м - за две недели. Министр культуры РФ Ольга Любимова называла второго «Чебурашку» одной из ключевых премьер зимних каникул. «К каким итоговым результатам мы придем, узнаем в феврале. Наши прогнозы фильм уже пре-взошел», - скромно заметил один из продюсеров фильма, Эдуард Илоян.

### ДРУГИЕ ПРОИГРЫВАЮТ КРАСИВО

А что же два других фильма? На фоне «Чебурашки-2» их финансовые показатели выглядят менее впечатляющими. Но на самом деле они тоже очень неплохие: на данный момент у «Буратино» - 2,07 млрд руб. сборов (3,9 млн зрителей), а у «Простоквашин» - 2,09 млрд (4,1 млн зрителей). Для сравнения: «Елки-12», стартовавшие еще 18 декабря, не собрали даже миллиарда - на счету нового фильма франшизы лишь 737,3 млн руб.

Получается, что три киноказки в совокупности за 12 дней нового года собрали 9 млрд руб. Даже с поправкой на инфляцию (билеты в кино потихоньку дорожают, то же количество зрителей отдает больше денег) сумма внушительная. Она означает, что зритель новые добрые семейные фильмы про старых героев принял и полюбил.

Антонина ВЕТКИНА.

Любимая газета страны

**КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА!  
ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК**



**Ольга Бузова:  
Многие мужчины считают, что меня не потянут**

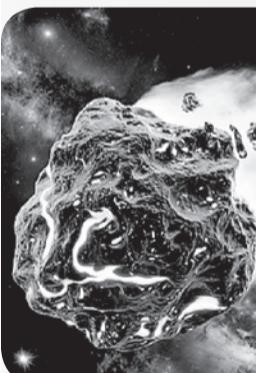
### Секреты гипертонии

**Почему не действуют таблетки от высокого давления**



**Победа над пробками и астероиды как оружие Судного дня**

Ученые дали прогноз, каким будет мир к 2050 году



**Семь оттенков нецензурного**

У маты обнаружили полезные функции

В продаже с 14 ЯНВАРЯ

РЕКЛАМА 12+



Самые ожидаемые киносказки 2026 года: от князя Гвидона до Умки и Колобка - на сайте KP.RU



Соцсети

# Превратила детей в кукол

**Как сложилась жизнь брата и двух сестер, которых мать держала в заточении и сделала своими игрушками.**

Татьяна ЦВЕНГЕР

«Я сначала винила себя, потом злилась на маму. Затем пришло осознание, что у нее что-то с головой не так. Она уже не могла этого исправить». Это слова Дариньи Азизовой.

Сейчас ей 25 лет, из них 11 она провела в заточении. «КП» связалась с ней, чтобы узнать, как живут сейчас девушка, ее младшие брат Давид и сестра Диана.

## ИДЕАЛЬНАЯ ОБОЛОЧКА

Их тюрьмой стал собственный дом в Усть-Катаве Челябинской области. А надзирателем - мать, известный в городе дизайнер Дина Азизова, женщина эффектной внешности, ухоженная и общительная, которую соседи описывали как жизнерадостную и умную. Дина Азизова решила оградить своих детей от «жестокого мира». Для нее они были куклами, которых нужно беречь. Построила дом, обнесла его трехметровым забором и назвала это пространство «своим маленьким миром», где действовали ее правила. Детям запрещалось выходить за пределы участка. Мать объясняла: «Я не хочу вас выпускать в тот злой мир».

- За выход во двор она меня избила поводком с карабином, облила машинным маслом и заставила спать на пороге всю ночь. Кровь засохла вместе с маслом. Только утром она разрешила помыться, - рассказывает Дарина.

Сначала Дина была только старшую дочь, затем дошла и до младшей. Когда Давид пытался заступиться за сестру, мать «простукивала» его по больному позвоночнику, зная о его заболевании.

Пародокс этого «маленького мира» заключался в контрасте. Мать, выглядевшая всегда безупречно, покупала горы детской новой одежды и обуви, которые складывала на втором этаже дома «на будущее». При этом дети ходили в грязной рваной одежде.

- Вещи подолгу не стирались. Мы не мылись по три месяца. «Мыться будете только тогда, когда я разрешу», - говорила она. Расчесываться было тоже запрещено, - вспоминает девушки.

Еда в доме была разнообразная, но не для детей. Их рацион составляли хлеб, чай, макароны, изредка - помидоры. Мясо ели раз в месяц.

- Ну и еще курица. Рыбу мама не любила. Она не смотрела на то, что нравится нам. Если она принесла, мы должны были это есть, - говорит Дарина.

При этом собаку, немецкую овчарку по кличке Грей, кормили регулярно рисом с куриными сердечками. Доходило до того, что дети собирали хлебные крошки со стола.

## А КАК ЖЕ ШКОЛА?

Дети не учились. Мать убедила всех, включая отца, живущего отдельно, что они на «домашнем обучении». Дарина успела окончить только два класса. Дома мать учила детей только читать и писать, считая остальное ненужным. При этом у нее были особые отношения с куклами: она коллекционировала их, а волосы дочерей красила в белый цвет. Переодетых под кукол детей Дина снимала для канала на одном из видеоХостингов.

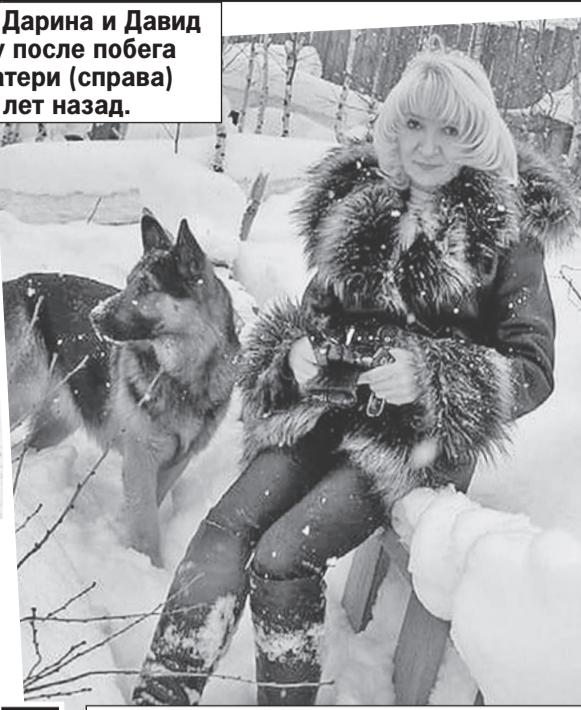
Медицинской помощи тоже не было. Когда у Давида из-за заболевания начал расти горб, мать отказалась везти его к врачу.

- Я ей сказала, что, скорее всего, нужна операция. Она мне ответила, что не хочет ее делать, что ей очень удобно, чтобы он был инвалидом. Он не сможет от нее никуда уйти, - вспоминает Дарина.

Контроль был тотальным. По дому и двору были установлены камеры видеонаблюдения.

Как в городе с населением 21 тысяча человек никто не заметил исчезновения троих детей на 11 лет? Дина Азизова выстроила идеальную систему лжи. Отец, работавший вахтовым методом, верил, что они учатся дистанционно. Сама же Дина угрожала покончить с собой, если он попытается вернуться домой.

Старшая дочь Дины от первого брака, жившая отдельно, периодически звонила матери. Та убедила ее, что с младшими детьми все



Соцсети

**Свою овчарку Дина любила больше всех. Собаку она кормила субпродуктами, а если еды не хватало, избивала детей, считая, что те съели припасы для пса.**

в порядке, они «отличники». Даже когда старшая дочь, заподозрив недородное, вызвала органы опеки, Дина встретила их у ворот, сказав, что дети «в Уфе на обучении», и проверяющие ушли. Соседи слышали крики, видели, что дети не ходят в школу, но предпочитали не вмешиваться.

## ПУТЬ К СВОБОДЕ

В последние годы у Дины начала развиваться мания преследования. Она разговаривала со стенами, называя их разными именами, могла на улице остановить незнакомца и обвинить в слежке. В доме появились топоры, ножи, она даже заточила декоративную саблю. Однажды, после разговора о желании Дариньи пойти в школу, мать прибила в прихожей петлю. «Надоело? Иди вешайся... Я тебя в огороде закопаю, тебя никто искать не будет», - сказала она тогда дочери. Спасением стал старый телефон и украденная сим-карта. Втайне от матери Дарина вышла в интернет и стала искать помощи. Она писала, умоляла о спасении. Но никто не откликнулся.

В 2020 году помог один человек - поверив сообщениям в соцсетях, он организовал побег. Когда Дина ушла на почту, помог перелезть через забор (изнутри они подставили вещи, чтобы зацепиться за верх, а снаружи их принял), посадил в машину и увез к себе (жив неподалеку). Уже из дома позвонил полицейским. Так 20-летняя Дарина, 15-летний Давид и 11-летняя Диана вырвались из своего «идеального мира».

Но поговорить с матерью-демоном полиция не успела. После побега детей Дина Азизова подожгла дом и погибла.

Сейчас Дарине 25 лет. Она и сама стала мамой, продолжает опекать брата с сестрой (Давиду 21, он живет со старшей сестрой; а Диане 17, ее забрал отец). Взрослая жизнь без базовых навыков дается с трудом. Вырвавшись на свободу, ребята не умели практически ничего и не понимали, как жить дальше. Помогают социальные службы, а после публикации истории в соцсетях неравнодушные люди присыпают деньги.

Ребята держатся вместе. Пытаются забыть, как были «куклами» в руках своей матери.

# Шок!

## ■ НОВОГОДНЕЕ ЧУДО

# Балу, домой!

Оксана КАДОЧНИКОВА

Блудный пес вернулся под Новый год к хозяевам.

Щенок-лабрадор появился в семье Анастасии Урбанович из Новороссийска в мае 2025 года. Балу - так называли малыша за сходство с шоколадным мишкой - быстро освоился в новом доме. И до конца лета спокойно подрастал, превращаясь из неуклюжего щенка в красавца лабрадора. Но в августе неожиданно исчез. В частном доме делали ремонт, и рабочие, которые ходили туда-сюда, не закрыли калитку. Балу убежал.



Представлено «КП»

**И пусть за время пути мордашка смогла подрасти...**



Представлено «КП»

**...это был тот же милый Балу!**

Хозяева сразу объявили поисковую операцию. Прошерстили всю Борисовку, ездили по улицам, заглядывали во дворы к соседям. Только пес как в воду канул. Закинули информацию в местные чаты, но и там никто не опознал беглеца.

Закончилась осень, наступила зима. Но хозяева не теряли надежды отыскать своего любимца. И однажды, 23 декабря, просматривая объявления в группе помощи бездомным животным Новороссийска «Хочу жить», Анастасия увидела пост с фотографией и подписью: «Найдена собака». На снимке был пес, очень похожий на Балу. Оказалось, его увидели неравнодушные люди на улице, обратились в фонд, те поместили щенка в пункт передержки и опубликовали объявление.

- Я позвонила супругу, и он сразу поехал в пункт. Через 20 минут он мне позвонил и с дрожью в голосе сообщил, что это наш Балуша! Собака узнала свое имя, все пятнышки совпали и на лапе, и на груди... **Муж нес Балу на руках и плакал от счастья. Случилось настоящее новогоднее чудо. Спустя почти четыре месяца наш друг снова оказался дома.**

Сейчас Балу любит сидеть у ног хозяев и пока не отходит от них ни на шаг. Но и калитка теперь всегда закрыта - на всякий случай.

Сергей КИРИЛЛОВ

Первым после большого перерыва стартом фигуристки может стать чемпионат России по прыжкам.

25 декабря 2025 года у Камилы Валиевой закончилась четырехлетняя дисквалификация. И в этот день 19-летняя фигуристка опубликовала в соцсетях фото, где она сидит, окруженная букетами цветов и воздушными шарами, на одном из которых написано: «С возвращением, Ками! Все только начинается».

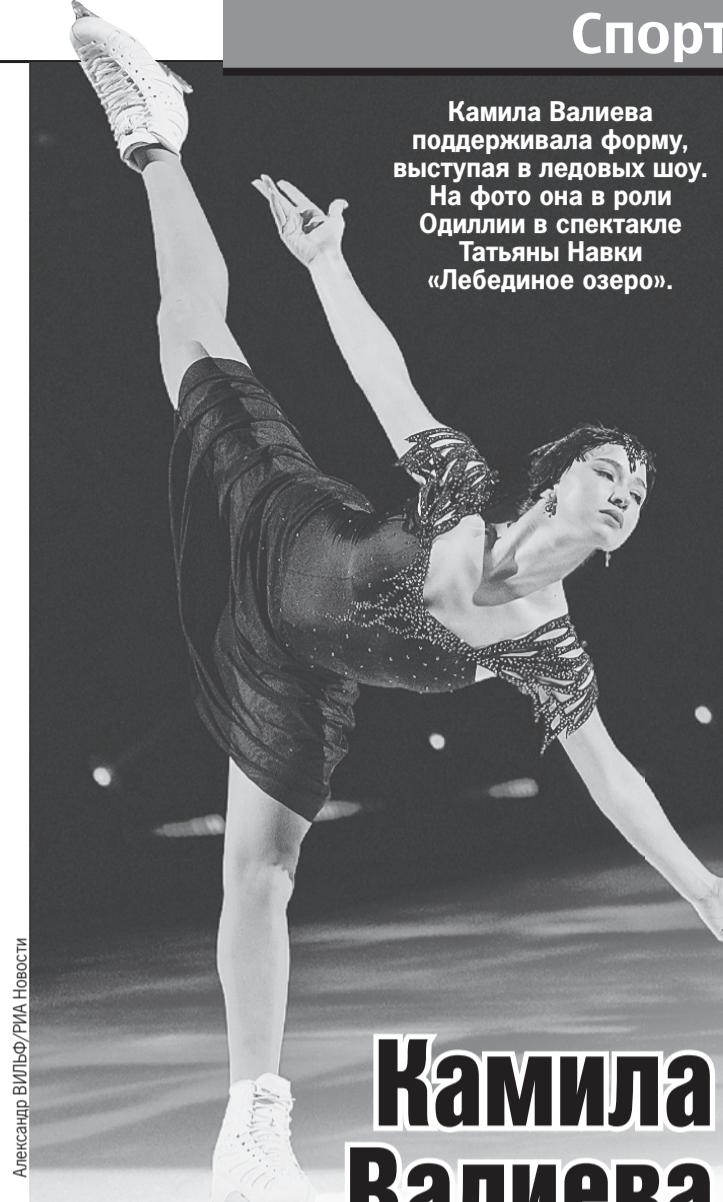
Но насколько реально вернуться в обойму после почти четырехлетней паузы? Напомним, что допинг-скандал с Валиевой произошел во время Олимпиады 2022 года, после которого она была дисквалифицирована задним числом, с 25 декабря 2021 года, когда на чемпионате России у нее была взята та злополучная проба с минимальным содержанием запрещенного вещества.

Хореограф и продюсер Илья Авербух считает, что Валиева, которая теперь готовится с тренером Светланой Соколовской, сможет продолжить свою спортивную карьеру. Фигуристка была заявлена на его шоу «Аллилуя любви», но не приняла в нем участия и переключилась на профессиональные тренировки.

- Мы с Камилой сотрудничали не раз, сейчас она старается экономить силы, потому что хочет вернуться в спорт. Мы ее поддерживаем. У нее все есть: и силы, и молодость, и талант, и народная любовь. Ждем возвращения настоящего и полноценного, - сказал Авербух.

Заслуженный тренер Татьяна Тарасова тоже считает, что у Камилы все получится.

- Валиева молодец! Если хочет вернуться на соревнования, мое уважение. Желаем ей восстановиться. Четырехлетней дисквалификацией Камилу хотели убить, но получилось только прибить. Мне кажется, что у Валиевой все хорошо. Видела ее на шоу у Татьяны Навки, она прекрасно выглядит. Прекрасно, что Валиева решила продолжить свою карьеру и работает сейчас над этим. Нам ее не



## Камила Валиева возвращается

хватает, я ее очень люблю. Она большой и настоящий талант.

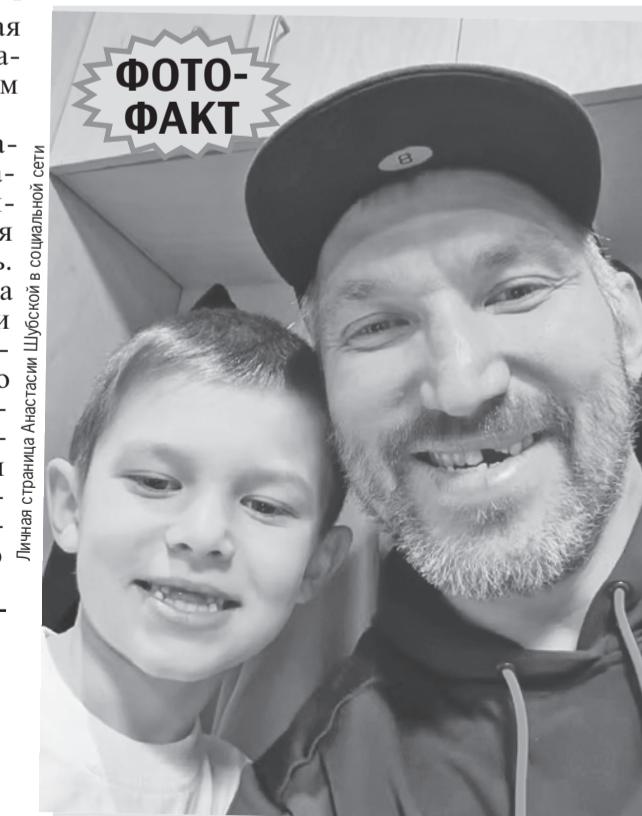
Но увидим ли мы Валиеву на льду в этом сезоне? Ведь основные российские старти уже прошли. Основатель академии «Наши надежды» Татьяна Навка, где и тренируется Камила Валиева, сказала, что фигуристка примет участие в чемпионате России по прыжкам, который пройдет в конце января - начале февраля.

«Скорее всего, да», - сказала Навка, отвечая на вопрос об участии Валиевой в этом непростом турнире.

- Очевидно, что Валиевой нужна мотивация, а только внутренних соревнований для этого может не хватить. Если она будет, Камила постараится вернуть и тройной аксель, и четверные прыжки. Нужно дождаться каких-то подвижек в вопросе нашего возвращения, а затем смотреть в сторону международных соревнований. Не сомневаюсь, что

она может добиться успехов и на соревнованиях за пределами России. По уровню катания равных ей фигуристок сейчас нет. Растижка и скольжение у Камилы просто потрясающие, - считает призер Олимпийских игр и знаменитый тренер Александр Жулин.

«Ками, мы ждем тебя!» - пишут поклонники таланта уникальной фигуристки, которую так и не удалось сломать.



Личная страница Анастасии Шубской в социальной сети

### ФОТО-ФАКТ



«Джентльмены спорта» Павел Садков и Андрей Вдовин рассказывают о самом интересном из мира футбольных стадионов, ледовых арен и спортивных звезд каждый вторник в 21.00 (мск) на Радио «КП»

### ■ СМОТРИТЕ, КТО ПРИШЕЛ!

## Карседо будет кричать еще громче, чем Станкович?

Денис АКИНИН

Главным тренером футбольного «Спартака» стал эмоциональный испанец.

«Спартак» наконец-то определился с главным тренером. Им стал 52-летний испанский специалист Хуан Карседо, подписавший контракт до лета 2028 года. Хуан для «Спартака» не новичок. С красно-белыми он уже работал в 2012 году, когда команду готовил Унаи Эмери. Но с тех пор многое изменилось, Карседо стал тренировать самостоятельно, возглавляя испанские клубы низших дивизионов и кипрский «Пафос», который сделал чемпионом страны и вывел в Лигу чемпионов.

Чем же он известен? Хуан ставит своим командам вертикальный футбол, основанный на быстрых переходах из обороны в атаку. Кажется, это то, что нужно небольшим и быстрым игрокам нападения «Спартака» - Барко, Солари, Угальде и Маркиньосу.

А еще Карседо любит, когда его команда прессингует и контролирует территорию. Что-то похожее делал «Спартак» при Деяне Станковиче прошлой осенью. И это был лучший отрезок во время работы серба в Москве. При этом Хуан уделяет особое внимание стандартным положениям. Для спартаковцев это может стать дополнительным козырем, ведь у них есть хорошие исполнители.

Теперь о том, что смущает. Экс-игрок «Спартака» Павел Яковлев, работавший со связкой Эмери - Карседо, уже на

мекнул на непростой характер Хуана.

- В их связке с Эмери сложно было понять, кто главный. Обычно главный больше руководит процессом, а остальные молчат. Тут же оба кричали на бровке, были эмоциональными, - говорит Яковлев.

По слухам, Карседо не просто эмоциональный, а излишне раздраженный и несдержаный. В ПСЖ, где он тоже работал помощником

Унаи Эмери, у него случались настоящие истерики на бровке. Такие, что даже футболисты просили его хоть немного помолчать и дать им сделать свою работу на поле. Деяна Станковича за такие эмоциональные выпады критиковали и регулярно выписывали ему карточки. Карседо может быть еще зажигательнее. Но те, кто с ним уже работал в «Спартаке», верят в Хуана.

- Сейчас у него уже есть опыт для работы главным тренером. Будет не просто, но почему бы и нет? Карседо сейчас подходящая кандидатура. Он отвечал в «Спартаке» за те же действия, что и Эмери, - сказал игравший при Хуане Дениньяр Билялетдинов.

В конце концов, это же «Спартак». Там должно быть много эмоций, и Карседо их обязательно подкинет.



Хуан Карседо подписал контракт со «Спартаком» на 2,5 года.

Ох, как нелегко даются новые рекорды! Александр Овечкин в новогодние праздники пополнил свой счет заброшенных шайб в регулярных чемпионатах НХЛ до 914 (это абсолютный рекорд). И до 994 с учетом игр плей-офф, а это значит, что скоро будем отмечать 1000. Впереди здесь, правда, все тот же Уэйн Грецки (всего 1016), то есть до этой исторической отметки осталось всего 22 шайбы...

Но соперники не хотят поддаваться Александру Великому и играют с ним жестко. Вот и в матче с «Чикаго» Ови столкнулся с защитником, который клюшкой выбил ему еще один зуб. А уже через день жена Александра Анастасия Шубская выставила видео, на котором он вырывается раскачиваясь молочным зуб у их старшего, 7-летнего сына Сергея, и фото отца с сыном. «Еще один хоккеист расстет», - пишут болельщики.



## БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

**Ольга НУЙКИНА,**  
Самара:  
— Саморазвитие, творчество во всех его проявлениях, любовь к жизни и доверие к миру, умение находить и видеть прекрасное в малом — именно к этому я стремлюсь!



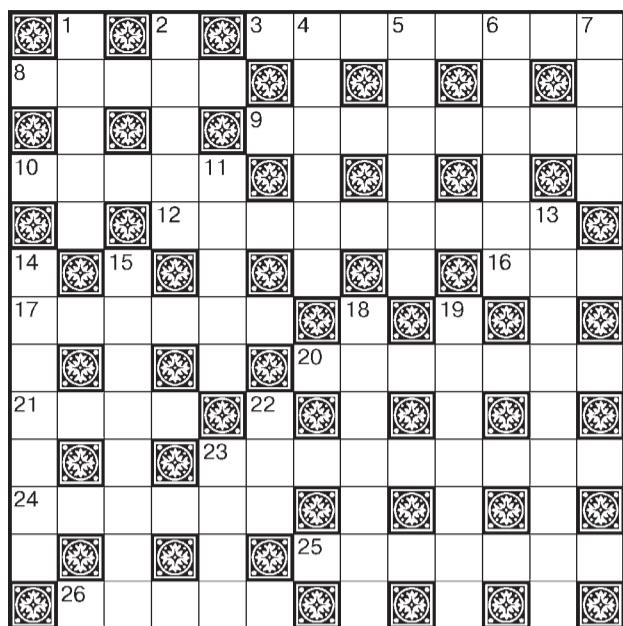
**Виктория АНДРЕЯНОВА,**  
модельер:  
— Да, современные Покахонтас тоже любят новогодние праздники, но предпочитают не изменять любимому стилю. Черные лодочки и золотые браслеты возвращают образ в вечерний. Но для полной трансформации нужно выбрать, какой из разрезов оставить — на талии или на бедре.

Фото присылайте в «Комсомольскую правду», e-mail: miss@kp.ru



## На диване с «Комсомолкой»

## ■ КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 3. «Рентгенолог шизиков». 8. Приют туристов. 9. Ходячее радушие. 10. Семейство из саванны. 12. Кандидат наук в преддверии новой защиты диссертации. 16. Книжный подарок. 17. «Философия учит нас с невозмутимостью относиться к неудачам других» (английский классик). 20. Кем работала мать знаменитого скульптора Михаила Шемякина? 21. Вопрос ребром: «Что такое ... без печени и селезенки?». 23. Бронежилет для пальца. 24. Голландский лауреат Нобелевской премии в области физики с именным кратером на Луне. 25. Кто вечно лясы точит? 26. Вид на фото преступника.

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Начало заезда. 2. Комичный Гарольд. 4. Традиционный трюк на сцене певца Олега Газманова. 5. Жилище для бедняков. 6. Компонент любимого коктейля Ари де Тулуз-Лотрека. 7. Участник вместо лица. 11. Подборка информации. 13. Владелец особняка. 14. Какая религия привлекла внимание Вайноны Райдер? 15. Кто родил «теорию относительности?» 18. Кто из наших классиков придумал название для опального альманаха «Метрополь» из советских времен? 19. Состояние эмоционального трепета от удовольствия. 22. Этап карьеры священника. 23. Парижская кокотка у Эмиля Золя.

Светлана МАКОВЕЕВА / «КП» - Самара

## ■ АНЕКДОТЫ

- Доктор, у меня подозрительно прекрасное настроение: хочуходить по кафе, магазинам и покупать все, что нравится! Что со мной?

- Это у вас зарплата, скоро пройдет...

\* \* \*

Сегодня жена заставила меня удалить из друзей 215 двоюродных сестер.

\* \* \*

Хожу по квартире в поисках чистых носков и

чувствую себя грибником: где они прячутся? Какие можно собирать, а какие нет?

\* \* \*

По долгу службы часто покупаем масло для покрытия изделий из дерева. Основной поставщик постоянно два-три раза в неделю присыпает ссылки на презентации, где немецкий специалист демонстрирует небывалую экологичность продукта — про-

ще говоря, наливает половину стакана и выпивает.

И все бы хорошо, но немец каждый раз — разный...

\* \* \*

Я так одинок, что вместо кота приходится гладить свою волосатую ногу...

\* \* \*

Если незнакомец На кровати спит,  
Значит, это Женя,  
А не Ипполит.

Оставьте свой анекдот на сайте KP.RU в рубрике «Анекдоты»!

Весь архив анекдотов от «КП» от KP.RU



## Прогноз погоды на завтра, 14 января

	Днем	Ночью
Барнаул	ясно	-24
Бийск	облачно	-21
Алейск	пасмурно	-24
Рубцовск	гроза	-24



Звоните нам!  
**(495) 777-02-82**

Ваше мнение для нас важно!

**СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!**

Если у вас есть: ● тема для публикации ● отклики на статью ● жалобы на доставку

## ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.

Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.

Учредитель, редакция и издатель - АО «Издательский дом «Комсомольская правда». Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.  
Ведущий редактор номера Л. ЗАХАРОВ (зам. главного редактора).

Наш адрес: «Комсомольская правда», Новодмитровская, д. 26, 8-й этаж, пом. 800, Москва, 127015. Ценные почтовые отправления не доставляются. Телефон: отдел связи с читателями - (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22 e-mail: kp@kp.ru Web-сервер: www.kp.ru отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82 e-mail: advert@kp.ru служба распространения - (495) 777-02-82

© АО ИД «Комсомольская правда», 2026. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы П1101, ПМ976 Тип. №

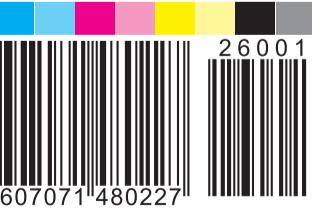
■ Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30

■ ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2026», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАИНСКАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 170 585 экз.

Цена договорная



Тираж сертифицирован  
Бюро тиражного аудита -  
www.press-abcs.ru

Генеральный директор ООО «СМГ» - А. А. АБРАМОВ  
Главный редактор «КП» - Барнаул - О. С. ВЕДЕРНИКОВА  
E-mail: o-vedernikova@mail.ru  
[WWW.KP.RU](http://WWW.KP.RU)

РЕГИОНАЛЬНАЯ РЕДАКЦИЯ И ИЗДАТЕЛЬ - ООО «СМГ»  
Адрес редакции и издателя: Барнаул, ул. Короленко, 51  
ТЕЛЕФОНЫ: Редакция - (3852) 205-547  
Рекламный отдел - (3852) 205-540  
Служба распространения - (3852) 205-539

ООО ИПП «Алтай», 656049, г. Барнаул, ул. Короленко, 105.  
Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты. Тираж регионального выпуска - 1300 экземпляров. Заказ № 7329 . Рекомендованная цена - 29 руб.