

Появятся ли
в Тюменской
области
бесплатные
пляжи?

Читайте на стр. 9 ▶



Министр спорта Михаил ДЕГТЯРЕВ:
Как добились
снятия санкций
с наших
атлетов

Читайте на стр. 14 ▶



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Пятница, 27 марта
№ 22 (27768)/2026 год

Газета нашего города ★ Тюмень

КР. RU 1 611 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ



Расшифровываем
тренды
мировой
и российской
экономики

Подробно
обсудим на

ТОЛК

форуме
по финансам
от Т-Банка



Стр. 7

Реклама. АНО ДПО «Т-ОБРАЗОВАНИЕ».
ОГРН 1187700013786. ЛОЗ5-01298-77/00181435.
Адрес 125212, г. Москва, Ш.Головинское, д.5, к1, помещ. 5016-5017.

В Кремле донастроили культурный код

Андрей ЗОБОВ

Президент ответил на предложения российских деятелей культуры.

СЕГОДНЯ - ДЕТИ, ЗАВТРА - НАРОД

Повод заговорить в Кремле о культуре выдался более чем достойный: в среду в стране отметили День работника культуры. К нему и приурочили заседание одноименного Совета.

Первым выступил Владимир Путин. Он предложил:

1. Системно знакомить детей с шедеврами российского кино, чтобы у них вырабатывался культурный код.

2. Поддерживать в молодых людях стремление к искусству.

- Подрастающие поколения должно с ранних лет обучаться живописи и танцу, музыке.

3. Развивать инфраструктуру, строить и обновлять театры, школы искусств.

4. Поддерживать авторов. - Важно поддерживать тех, кто пишет книги, пьесы, сценарии, стихи для детей, молодежи. Как говорил классик: «Сегодня - дети, а завтра - народ».

ЧТО СДЕЛАНО

Помощник президента Владимир Мединский отчитался, что сделано по итогам прошлого заседания Совета:

✓ Введены новые нормы: застройщик обязан вместе со школами строить и объекты культуры.

✓ Рисунок и живопись вернулись в архитектурные образовательные стандарты.

✓ Началось восстановление памятников в приграничных и освобожденных регионах.

КИНО ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

Режиссер Карен Шахназаров, в свою очередь, доложил: разработан список из 100 лучших российских и советских фильмов, которые станут обязательными для каждого школьника.

- Мы отобрали 50 режиссеров-классиков - и взяли у каждого по две картины, - сказал Шахназаров.

Теперь надо решить, как будут показывать это в школах.

НАСЛЕДНИКИ ПРОТИВ НАСЛЕДИЯ

Владимир Машков посетовал на наследников великих авторов - некоторые из них давно покинули Россию и теперь запрещают ставить спектакли по произведениям предков.

- Геноцид российской культуры продолжается, - заявил он.

Речь шла о наследниках Михаила Булгакова и Александра Володина. Вот Театр Олега Табакова, которым ру-

ководит Машков, не смог поставить спектакль по пьесе последнего «С любимыми не расставайтесь».

Путин согласился - пора менять законы, чтобы наследие не зависело от капризов наследника.

- Люди живут своей жизнью, они сами-то не авторы. Да, к их правам нужно относиться с уважением. Но к запретам? Их не волнует даже, что в других странах многие произведения ставиться не будут. Это просто приведет к забвению великих авторов.

ПРЕМИЯ БЕЗ ПОЛИТИКИ

А Захар Прилепин замахнулся на Нобелевскую премию по литературе. То есть предложил России создать свою.

- Нобелевская премия стала политическим инструментом, - сказал Прилепин. - Это можно было видеть в начале СВО, когда 20 лауреатов Нобелевки по литературе подписали антивоенное письмо, хотя огромное количество литераторов со всего мира, безусловно, понимают смысл происходящего.

Он предложил создать нашу награду на основе существующей премии «Слово» - и награждать ею писателей справедливо, из всех стран.

- Уверен, эти любители эпистолярного искусства (авторы антивоенного письма. - Ред.) вряд ли что-то написали о сегодняшних трагических событиях на Ближнем Востоке, - заметил Путин.



Александр Лукашенко впервые приехал с визитом в КНДР. И подарил **Ким Чен Ыну** автомат VSK, который начали делать в Белоруссии на основе автомата Калашникова. «На всякий случай, если враги появятся», - сказал Лукашенко. Глава Северной Кореи тут же взял автомат в руки, передернул затвор, прицелился, нажал курок... «Все правильно. Владеет Ким Чен Ын оружием», - оценил президент Белоруссии. Кроме автомата, он привез северокорейскому лидеру белорусский зефир, шоколад, черный хлеб, его супруге - букет васильков, а дочке - шкатулку. И в ответ получил саблю, большую вазу и золотую монету.



Kristina Solovova/Sputnik/Pool/REUTERS

Перед Советом по культуре президент собрал в Кремле молодых деятелей культуры и вручил им премии. Всего были награждены пять человек и три организации. А уже после вручения Владимир Путин в неформальной обстановке пообщался с деятелями культуры. «Сам не ест, не спит - и вам не даст» - так Владимир Путин по-дружески оценил бурную деятельность художка Мариинки Валерия Гергиева.

СВОИ СРЕДИ ЧУЖИХ

Никита Михалков пожаловался Путину на чиновников. Говорит, больше года назад президент на его письмо о квотировании иностранного кино поставил резолюцию, а воз и ныне там.

- Мы знаем, как жестко квотируют иностранные фильмы во Франции, - отреагировал Путин. - Там все давно выстроили. А у нас в чем проблема?

Объяснили Владимир Мединский и министр культуры Ольга Любимова: было много споров, но бумаги уже подписаны, закон начали готовить.

- В Китае есть такая практика, - поделился Путин. - Я со своим другом, с председателем Си Цзиньпином разговаривал, он: «Давайте вместе будем фильмы делать, ведь совместное производство не ограничено при выходе на рынок китайский». Ну а мы-то чего рот разеваем? И идеологически пропускаем какие-то вещи совершенно тупые, нам не нужные, и финансово не поддерживаем своего производителя.

ПРЕСЛЕДОВАНИЕ УЧЕНЫХ

Важную тему поднял директор Эрмитажа Михаил Пиотровский: о задержании в Польше российского ученого-археолога Александра Бутягина. Его вина лишь в том, что он работал на раскопках в Крыму. Теперь его собираются выдать Украине - там ему грозит до 10 лет тюрьмы по выдуманной статье.

- Кажется, он занимался этими раскопками еще с советского времени, когда Крым был в составе Украины. И ничего не менял, всегда по договоренности с властями. И то, что с ним происходит, подчеркивает, с кем мы имеем дело, - отметил Путин и пообещал, что власти сделают все возможное.

ТИГРЫ И СЛОНЫ - БЕСПЛАТНО

Гендиректор Большого Московского цирка Эдгард Запашный предложил президенту распространить действие Пушкинской карты на цирки.

- Ольга Борисовна, - обратился Путин к министру культуры, - мне кажется, надо поддержать. Там, конечно, не только тигры Эдгарда Вальтеровича бегают и пугают зрителя, восхищают зрителя мужеством и смелостью укротителей, там много содержательных вещей воспитательного характера. Малыши ходят с удовольствием!

оноклассники



Давайте дружить на OK.RU/KPRU



ОБЩЕСТВО

Как люди со всего мира обретают новый дом в России

http://www.kp.ru/ ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

ЗДОРОВЬЕ

Аллергия-2026: не чихать всю весну и защитить себя и детей



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



Владимир ПЕРЕКРЕСТ

Почему россияне так часто меняют работу.

НЕПОСТОЯНСТВО СЛЕСАРЯ

Весна - время что-то в жизни менять! Например, работу. Но насколько россияне склонны к перемене рабочих мест? И в каких профессиях текучка кадров выше всего, а где, наоборот, сотрудники хранят верность работодателю? Чтобы это выяснить, эксперты опросили представителей 260 компаний. И оказалось, что больше всего «летунов» - на производстве и вообще среди рабочих профессий.

Не прикипают душой к работодателю механики, слесари, сварщики, монтажники, водители, грузчики, упаковщики, сортировщики...

Если брать во внимание стаж и возраст, то чаще всего прыгают с места на место начинающие специалисты и стажеры - ну это по-

Кадры решают: всё

нятно: народ молодой, ищущий.

А где же оплот стабильности? Это специалисты по рекламе и маркетингу, юристы и руководители всех мастей. В общем, те, кто на работу ходит в костюме или свитере, а не в промасленной спецовке и работает в тиши кабинета, а не среди грохота станков.

СЛОЖНОВАТО БУДЕТ

- В целом в России текучесть кадров составляет 27 - 33% в год, - рассказал «Комсомолке» профессор Финансового университета при Правительстве РФ Александр Сафонов.

То есть ежегодно компании меняют в среднем до трети (!) состава.

- Этот показатель сокращается, но все равно остается самым высоким в Европе. Причиной перехода работников с места на место некоторые объ-

ясняют так называемой зарплатной гонкой (где больше денег предложат - туда и стремятся. - Ред.). Но я считаю, что это неверная оценка. На самом деле причиной перехода на другую работу, особенно в строительстве и на производстве, являются тяжелые условия труда, о которых человек при приеме не знал либо на которые вынужден был согласиться, поскольку не было других вариантов. Еще одна причина неудовлетворенности и поиска другого места - невыполнение работодателем своих обещаний по оплате и условиям труда, - объясняет эксперт.

А вообще, высокая текучесть кадров - это не очень хорошо для экономики.

- У профессионала, долго работающего на одном предприятии, выше эффективность. Не только за счет опыта, но и за счет вовле-

ченности в рабочие процессы, ощущения личной причастности к результатам работы компании, - говорит Сафонов.

Плюс потери рабочего времени. Работник, который решил уволиться, в последние месяц-два трудится кое-как, а новичок недостаточно эффективен, поскольку еще не набрался опыта. А пока один уволился и другой на его место не пришел, производственный процесс вообще стоит на месте.

Как снизить текучку кадров? Рецепты давно известны: платить достойную зарплату, поддерживать хорошую атмосферу в коллективе, не обманывать работника, удерживать его хорошим соцпакетом вроде страховки и спортзалов... И чем больше компаний будут использовать такие нехитрые приемы, тем реже от них будут утекать кадры.

■ ВОПРОС ДНЯ



А вы часто работу меняли?

Эдуард БОЯКОВ, культуролог, театральный режиссер:

- Я работу менял очень часто, но и не менял ни разу в жизни. На третьем курсе университета я начал работать в литературной части театра. И с тех пор ничего в моей жизни не менялось. Я всю жизнь работал в театре. Это вот такое служение, которое у меня на всю жизнь. Но когда случилась шокотерапия в 92-м году, я на несколько лет ушел в бизнес. Получил международное образование, MBA, опыт, заработал свои первые деньги, чтобы купить квартиру в Москве. Но как только этот бизнес начал меня захватывать, я вернулся в театр.

Эдуард СУДОРЕНКО, сварщик:

- Нечасто и никогда к этому не стремился. Работа у нас специфическая - мы делаем станки с ЧПУ с нуля, под ключ, поэтому не все новички остаются. Зарплату повышают редко, но я вообще не люблю перемены: для меня это стресс, а на моем уровне везде плюс-минус одинаково.

Федор БОРОВКОВ, экс-мэр Муром:

- Записей в трудовой книжке за 44 года набралось достаточно, но места работы, по сути, было всего два. Как пришел в 58-м году на наш машиностроительный завод токарем, так почти 30 лет на нем и проработал с перерывом на институт - и мастером, и начальником цеха, и секретарем комсомольской организации. С 1976 по 1984 год я был секретарем парткома и оттуда меня позвали в город. Четыре года, то есть один срок, я отработал председателем исполкома Совета народных депутатов - по сути, мэр. А потом вернулся на завод еще на 24 года.

Антон ЕРМОЛОВ, монтажник:

- Где я только не работал! Сейчас занимаюсь монтажом тяжелых потолков, но не из любви к переменам. Все зависит от объекта, бригады и зарплаты: если начинаются задержки или условия меняются - сразу ухожу, хороший монтажник сейчас без работы не останется, поэтому терпеть плохое место никто не будет. Но если платят вовремя и коллектив нормальный, можно спокойно работать годами.

Михаил МИРОНОВ, юрист:

- У юристов текучка низкая, потому что эта работа завязана на доверии и глубоком знании компании. Ты не за неделю разбираешься, где у бизнеса риски, какие договоры проблемные и что может выстрелить. Если место нормальное и без бардака, люди сидят обычно долго: на новом месте все равно придется начинать с нуля.

Зулия ЛОИКОВА, HR-эксперт по рынку труда:

- Раньше люди старались менять работу как можно реже, а сейчас мы видим обратный тренд. Во многом правила игры на рынке труда изменили зумеры: для них работа часто воспринимается как проектная история - стало неинтересно, значит, можно перейти в другой проект. Сегодня нередко встречаются резюме, где за год у человека три-четыре, а то и пять мест работы. У меня самой, наоборот, мест работы было немного - где-то я работала два года, где-то пять - шесть лет.

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

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

КТО ЧАЩЕ ВСЕГО МЕНЯЕТ РАБОТУ...

- Производственный персонал (сварщики, станочники, операторы линий)
- Представители рабочих специальностей (маляры, плотники, сантехники)
- Специалисты по продажам
- Инженерные кадры
- Массовый персонал в розничной торговле (кассиры, курьеры)

Рейтинг «летунов»



... И КТО - РЕЖЕ

- IT-специалисты и разработчики
- Работники сферы финансов, бухгалтерии
- Топ-менеджмент и руководители высшего звена
- Юристы
- Специалисты по маркетингу и рекламе

По данным hh.ru и HLink.

■ ОГЛАСИЛИ ВСЕ СПИСОК

Николай МЫСИН

Правительство утвердило перечень машин, разрешенных для работы в такси.

Интересно у нас жизнь устроена: закон о локализации такси вступил в силу еще 1 марта, а окончательный список машин, разрешенных для закупок, к этой дате подготовить не успели. Только предварительный перечень, вызывающий вопросы. Например, в нем были уазики. При этом многих моделей, которые достойны работать в такси и производятся у нас, в списке не оказалось.

И вот наконец Минпромторг утвердил обновленный перечень. «УАЗа» в нем нет. Зато в него попали некоторые модели Haval и Tenet, которых не было раньше (см. «Знай»).

Разумеется, и этот список может меняться. Какие-то модели будут удалять, какие-то - добавлять. Главное, чтобы машины выпускались в России, имели нужное количество баллов локализации (их считают по сложным формулам), либо про-

Шашечки наголо!

изводились в рамках специальных инвестиционных контрактов, заключенных с 1.03.2022 по 1.03.2025. - Конечно, сейчас перечень выглядит лучше, чем было вначале, - считает **председатель общественного движения «Форум Такси» Олег Амосов**. - Но вопросы остаются. Хорошо, что добавили Haval

Jolion - это самая популярная иномарка в России. Но почему не включили Haval M6? У него есть преимущество - вместительный багажник. Если семья из трех человек с тремя большими чемоданами поедет в аэропорт, ни в одну легковую машину из списка она не влезет!

Впрочем, это касается в основном Москвы, Петербурга и еще нескольких крупных городов.

- А вся остальная Россия уже давно прекрасно ездит в такси на «Грантах» и «Вестах». Так что для большей части страны с новым законом ничего не изменится, - резюмирует Олег Амосов.

Более того - серьезных изменений в ближайшее время не ждуть и в столицах. Как по наполнению таксопарков, так и в плане тарифов. Ведь машины, включенные в реестр такси до 1 марта, спокойно могут продолжать работать. Несколько лет в запасе еще есть. А за это время многое может измениться. В том числе - содержание списка разрешенных машин.

ЗНАЙ КАКИЕ МАШИНЫ МОЖНО ЗАКУПАТЬ В ТАКСОПАРКИ

Марка	Модели
Lada	Granta, Iskra, Vesta, Aura, Largus, Niva Legend, Niva Travel
Haval	Jolion, F7, F7X
Evolute	I-Joy, I-Sky, I-Space
Voyah	Free, Dream, Passion
Москвич	3, 3e, 6, 8, M70, M90
Sollers	SP7, SF1
UMO	5
Tenet	T7

Дмитрий ПОЛУЖИЧ/Комсомольская правда



Юлия АНДРИЕНКО,
спецкор «КП»

Вытащила раненого мужа когда врачи не оставили ему

**Офицеру
снесло
полголовы, но сила
и вера любимой опровергли
все прогнозы докторов.**

Регина Николина стала живым примером того, на что способна настоящая любовь. Врачи ей твердили: «Безнадежно!», в который раз показывали результаты обследований мужа, трясли пленками рентгенов. Она устало кивала, снова шла в палату и упрямо продолжала свое - возвращала его к жизни, опровергая прогнозы светил медицины.

Что это, если не настоящий подвиг? Не меньше, чем вынести с поля боя тяжело раненного товарища. А вместо наград и медалей - первое слово и первый шаг любимого человека, который учится говорить и ходить заново.

Их роман начался в одном из фитнес-клубов Подмосковья, где Регина работала тренером, а Денис пришел позаниматься.

- Я и глазом моргнуть не успела, как на пальце уже сверкало обручальное кольцо. С тех пор 10 лет мы вместе, - рассказывает Регина. Им обоим по 38 лет.

«ТЫ - МОЙ МАЛЕНЬКИЙ БТР»

Когда началась СВО, Денис сразу предупредил: мобилизуют - бегать не стану, тем более в армии служил. Позывной «Танк» ему придумала жена, безапелляционно заявив: «Тут два варианта: ты либо «Бульдозер», либо «Танк». Но «Бульдозер» длинно». Денис рассмеялся: «Если я «Танк», то ты - жена «Танка», бэтээрик такой маленький».

- Когда муж пошел на фронт, я изучила все виды амуниции - какая каска лучше, какая броня. И не только ему, а всем ребятам. Машину вместе с волонтерами забивали до самой крыши: спальники, еда, одежда. Доходило до смешного, менялись с другими волонтерами: я им - соленья и сало, а они мне - печку для ребят, - признается жена «Танка».

Именно каска, которую подарила Регина мужу, в итоге спасла ему жизнь 15 января 2023-го. Теперь она хранится дома как реликвия.

- Денис перестал выходить на связь. Я узнала, что он ранен на задании в ДНР: успел увести своих бойцов в блиндаж, а сам заходил последним, когда прилетел снаряд. Нашла Дениса в госпитале Санкт-Петербурга. Прыгнула в машину, забыв даже куртку накинуть, так и приехала, - Регина замолкает и будто переносится мыслями в тот день.

ТАКТИКА МАЛЫХ ШАГОВ

Врачи ее предупредили, что зрелище может шокировать: части головы у Дениса не было, да и сам он по ту сторону сознания.

- Я вошла в палату, взглянула на мужа, худого, забинтованного, кругом гудит аппаратура, и он весь в трубках, грибок после сапог начался. Ну и давай! Врачи через окошечко за мной наблюдают, усмеваются скептически - насколько меня хватит. А потом: «Можно вас сфотографировать?» - улыбается Регина.

Волю слезам она дала, когда уже вышла из больницы. Просто брела по городу, а слезы смешивались со снегом и дождем, которым встретил Петербург. Сняла студию напротив больницы, и начался каждодневный труд. Регина буквально жила в реанимации, влетая туда каждое утро с улыбкой, потрясая упорством даже поводавших много врачей. Они отмечали - с ее приходом у Дениса улучшаются пульс, давление, сатурация.

Мытье и бритье в постели, массаж, лечебную физкультуру, даже приемы восстановления речи - она освоила все. К ночи возвращаясь домой, штудировала литературу по уходу и вела



Личный архив героев публикации

На верхнем фото - 2021 год, счастливые Регина и Денис еще не знают, какие испытания их ждут впереди. Нижнее фото - 2025 год, день рождения Дениса...

дневник, как прошел день, что нового появилось в поведении мужа, а что не получается.

- Делала, что могла. Знаний у меня особо не было, но вот вижу, ноги грязные у Дениса, ногти нужно подстричь, грибок после сапог начался. Ну и давай! Врачи через окошечко за мной наблюдают, усмеваются скептически - насколько меня хватит. А потом: «Можно вас сфотографировать?» - улыбается Регина.

«НЕУЖЕЛИ Я ОБИДЕЛ ТЕБЯ»

Полтора года реанимации, отек мозга, месяцы в коме, возвращение сознания, когда заново учишься дышать и держать ложку, - такой путь они прошли вместе.

Иногда у Дениса случались вспышки агрессии, такое бывает при поражении лобной доли мозга. Он мог вцепиться жене в волосы или кричать. Регина относилась с пониманием. Позже рассказала мужу об этом, а он: «Как я мог? Неужели я обидел тебя? Не помню... Прости, лапуля. Как ты это выдержишь?» - и заплакал.



Личный архив героев публикации

- А как же? Это ведь очень больно - распрямлять скрюченные конечности, разминать, чтобы сохранить подвижность суставов. Приходится делать больно. Но я так мечтала услышать голос Дениса, что даже бранилась. Эмоция! Живая! - говорит Регина, которая со своим упорством и впрямь как маленький бэтээрик, ползущий по вязкой грязи.

Студентов-медиков приводили в их палату, чтобы те смотрели, как нужно ухаживать за лежачим. Врачи признавались: то, что делает она, должны выполнять медики, но на это нет человеческого ресурса и времени. Ведь многие раненые ребята лежали без родственников.

- Конечно, я не могла ходить к мужу, игнорируя тех раненых, что лежали с ним в палате. Подключала волонтеров, приносили им все. Жены просили меня научить ухаживать за их мужьями, как не бояться переворачивать или купать в постели. Запомнился паренек. Спинальник. Он позвонил родным, сообщил,

случился откат - Денис впал в беспамятство, хрипел... Врачи сказали Регине, что она один раз уже совершила чудо, второй раз - не получится, нет реакции мозга. Надо смириться.

- Врачи вышли из палаты, а я смотрела на истощенного мужа, на его взгляд сквозь потолок, взяла его за руку и сказала: «Я не сдамся и тебе не позволю. Ты же - «Танк», а я - твоя броня». Но начинать нам пришлось даже не с нуля, а с минуса, - вздыхает Регина.

Иногда любовь измеряется не вздохами при луне и не ценными подарками, а горами грязных памперсов, часами массажей. И Регина снова сделала невозможное - повторно воскресила мужа.

Сегодня Денис еще проходит реабилитацию в Москве. Он не просто в сознании, а общается с друзьями, интересуется политикой, шутит с любимой: «Вот я встану, и твоя власть кончится!» Она смеется: «Я не против! Но сейчас - на зарядку!» Ему успешно установили титановую пластину, и о страшном ранении теперь напоминают лишь шрамы. Живут оба на зарплату, которую предприятие Дениса продолжает ему платить как мобилизованному, да на компенсацию по ранению.

- Муж пока не может сам вставать и ходить. Нужно, чтобы мозг вспомнил, как это делать. Организм отключает мышцы, которыми долго не пользуешься. Не подумайте, что я его гоняю сутками, отдыхать мы умеем. Вот пока мы час общаемся, он кино смотрит, - лукаво улыбается она.

Я с облегчением отметила, что никакого «тернового венца спасительницы» Регина не носит. А мечта у нее самая простая - вернуться с мужем домой, да так, чтобы он двигался сам. Там их заждались обожаемые собаки, за которыми пока ухаживает родственница. И нет сомнений - если есть хоть один шанс на это, Регина его не упустит.

«ВТОРОЙ РАЗ ЧУДА НЕ ЖДИТЕ!»

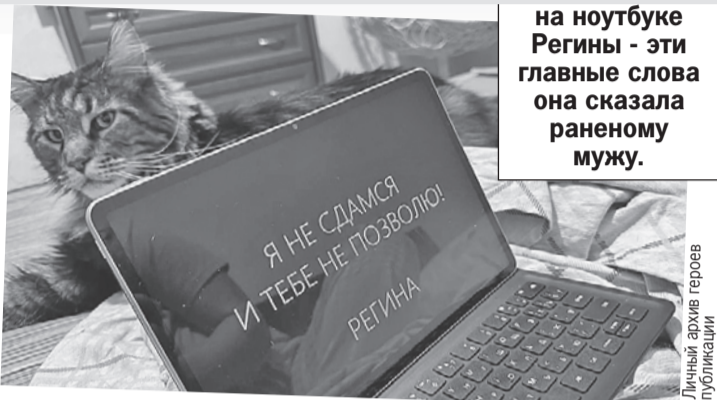
А через полгода после улучшения вдруг

С ТОГО СВЕТА, НИ ОДНОГО ШАНСА

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

«Как я выжил, будем знать ТОЛЬКО МЫ С ТОБОЙ...»

В январе 2023-го Регина начала вести дневник в соцсетях: «Жизнь после ранения». Вот выдержки из него:



на ноутбуке
Регины - эти
главные слова
она сказала
раненому
мужу.

Личный архив героев
публикации

Май, 2023:

«Первые две недели просто борьба за жизнь. Прогнозы нейрохирургов: самые худшие. Останется в вегетативном состоянии. Если чудом выйдет в сознание - в лучшем случае будет дурачок. Переезд с животными в Питер».

глазах от того, что напрягается. Важно: он помнит буквы, слова, может их написать».

Два выхода в ясное сознание после всех этапов комы. Все помнит, даже СВО! Шутит как раньше».

Март, 2024:

«Представляете, вы - взрослый человек, проживший до 35 лет. И все, что было до, помните и понимаете, что такое ходить, садиться. Денис осознает свое ранение. Он понимает, где рука или нога и что она пока не двигается. Он с этим не смирился. Это важно.

Есть моменты, где он зависает, особенно когда начинаем писать. Он не видит слева. Справа - отлично. Может перевести взгляд прямо, но тогда двоится в

Ноябрь 2024:

«1,5 года реанимаций в Военно-медицинской академии имени Кирова. С боем отвоевывала, чтобы мы там так долго оставались. Мои действия каждый день:

Лечебная физкультура, суставная гимнастика, физиотерапия (разные виды), массаж, позиционирование лечебное, идеальная гигиена, логопедия. Обучение работе с травмами и санации, и уходу. Обучение логопедии. Применение всего этого на Денисе. Поиск лучших спецов по черепно-мозговой травме.

Январь, 2025:

«Выходные насыщенные. Но это того стоило. Денис на таком эмоциональном подъеме, такой счастливый! Как гости уехали, он не замолкает, я даже устала от его болтовни, без остановки вообще, такой нереальный эффект от того, что просто приехали друзья. Теперь он выпрашивает, чтобы наших собачушек пропустили, а у меня голова кругом, как бы это организовать. Дел вагон, но все потом, пока я просто довольна, что Денис счастлив».

10 СОВЕТОВ ОТ РЕГИНЫ

- 1 Обязательно обращайтесь сами к специалистам за помощью. К психологу, неврологу, даже к психиатру. Хотя бы чтобы выговориться, чтобы вам назначили успокоительные. Помните о себе, потому что если ваши силы закончатся, то кто поможет вашему близкому пройти свой путь к восстановлению?
- 2 Не изводите себя мыслями, как было раньше. Как раньше - не будет! Ваша точка отсчета - момент ранения.
- 3 Относитесь ко всему с юмором (как бы дико сейчас ни звучало). Без юмора сложно выжить. Да, все кажется безнадежным. Но надо видеть хорошие моменты и ценить их, улыбаться. Иначе себя загоните.
- 4 Абстрагируйтесь от людей, которые говорят: «Это все, конец». Мне это говорили столько раз! Верьте в любимого человека и в себя, даже если в вас не верят.
- 5 Ошибаться нормально. Ошибаются все. Нужно не казнить себя, а собраться с духом и двигать дальше. Искать выход. Помните? Кто ищет, тот найдет.
- 6 Верьте в людей, которые вам помогают. Не поучайте свысока врачей, медсестер, инструкторов. Они реально пашут, и вы сейчас с ними в одной лодке. Не мешайте, а помогайте им.
- 7 Не закрывайтесь. Мир полон добрых, сильных людей, которые могут поддержать вас. Не бойтесь обращаться за помощью. Не бойтесь показать слабость.
- 8 Плачьте. Войте. Устраивайте истерику. Вам станет легче. Выплескивайте это. Одно но - не при любимом. Потом умылись и вошли к нему в палату с улыбкой.
- 9 Жалость сама по себе никогда никого на ноги не ставила. Вам, конечно, ужасно жалко будет и его, и себя. Оставьте это на потом, когда он сам начнет ходить, есть, говорить. Тогда жалейте сколько угодно.
- 10 Давайте себе отдых. Не корите себя, не гнобите, что могли бы сделать больше. Если вы любите, вы делаете все, что можете.

ФОТО-ФАКТ

Вадим САВИЦКИЙ/Министерство обороны РФ/РИА Новости



Министр обороны **Андрей Белоусов** лично вручил высшую государственную награду - медаль «Золотая Звезда» - рядовому **Сергею Ярашеву**, который 68 дней один удерживал позицию под Гришино. Глава военного ведомства зашел в палату Сергея, пожал ему руку, прикрепил высокую награду на грудь и поблагодарил его за проявленный героизм.

- Передаю вам от всей души поздравления от Верховного главнокомандующего, - добавил Белоусов и заверил, что лично проконтролирует лечение и реабилитацию Героя.

Кроме того, министр вручил букет цветов невесте Сергея.

- Очень приятно, - поделился с журналистами Сергей Ярашев. - Это работа всего моего подразделения. Я собираюсь продолжить военную службу, должность уже мне подобрали, скоро начнется учеба. С ротным созваниваюсь почти каждый день, все поздравляют. Рады за меня, скучают по мне. Я тоже по ним скучаю.

Начальник госпиталя **Александр Есипов** доложил министру о состоянии бойца: рядовой Ярашев получает всю необходимую помощь, а впереди его ждет реабилитация и протезирование, к которому он готовится как настоящий герой - с полной отдачей.



■ С ДУМОЙ О МАМАХ

Уволить женщин с детьми до 3 лет станет сложнее

Елена КРИВЯКИНА

Их будут брать на работу без испытательного срока.

С 1 сентября работодатели не смогут устанавливать испытательный срок для женщин с детьми до трех лет. Закон об этом приняла Госдума.

- Изменения дополнительно защитят трудовые права молодых мам, возвращающихся к профессиональной деятельности после декретного отпуска, - заявил председатель Госдумы **Вячеслав Володин**.

Сейчас такой запрет действует в отношении матерей с детьми до полутора лет. Депутаты решили, что этого недостаточно, поскольку мамы гораздо дольше испытывают «чрезвычайные нагрузки» при воспитании детей. Не секрет, что малыши до трех лет много болеют. Женщины вынуждены постоянно брать больничный, и понятно, что работодателям это не нравится. В итоге от такой работницы могут избавиться, объяснив это просто: «Не прошла испытательный срок».

- Запрет на установление испытательного срока действует не только для женщин с маленькими детьми, но и в отношении молодых специалистов и участников военных действий. Нужно понимать, что если для какой-то категории граждан вводятся преференции, значит, есть проблемы с их трудоустройством, - пояснил «КП» профессор Финансового университета при Правительстве РФ **Александр Сафонов**. - С одной стороны, закон, защищающий молодых мам, можно приветствовать. Но, с другой стороны, масштабно он ничего не изменит. Работодатели в любом случае будут исходить из своих интересов и нанимать тех сотрудников, которые принесут максимальную отдачу.

Эксперт напомнил, что больше всего женщин занято в здравоохранении, торговле, образовании и культуре, где зарплаты невысоки и есть большой дефицит кадров.

- В эти сферы приходится брать на работу всех, кто готов ее выполнять, и на любых условиях, даже без испытательного срока, - говорит Александр Сафонов.

РАДИО
КОМСОМЛЬСКАЯ
ПРАВДА
radiokp.ru

С понедельника по пятницу в 7.00 (мск)
слушайте программу «Что будет» -
честный взгляд на происходящее вокруг!

Тяжело в учении - легко в кредит

Кому дают образовательные займы с господдержкой и в чем их фишка.

Владимир МАЗЕНКО

С автокредитами мы знакомы давно. С ипотекой многие семьи тоже уже разобрались. Потребительский кредит - на ремонт или новый смартфон - тут нам тем более все понятно. А вот кредит на образование для многих по-прежнему в диковинку. А ведь бюджетных мест в вузах на всех желающих не хватает. И многим из тех молодых людей, кто все-таки жаждет получить высшее образование, надо будет присматриваться к вариантам поступления на платные отделения. А цены там ох как кусаются. Решением может стать образовательный кредит с господдержкой.

ГОСПРОГРАММА, А НЕ АКЦИЯ БАНКА

Сразу определимся с терминами. Кредит на образование можно взять чуть ли не в каждом банке. 19%, 20,9%, 22,9% годовых на 5, 7, 8 лет: рекламы таких займов много - бери не хочу! Но такие кредиты практически ничем не отличаются от других коммерческих кредитов.

Совсем другое дело - образовательные кредиты с господдержкой, взять которые можно только в нескольких крупных банках. Это федеральный проект, запущенный еще в 2007 году. И условия там совершенно другие, потому что формулирует их не банк, а правительство РФ. Особенно привлекательными такие займы стали с 2020 года - кредиты на учебу стали выдавать всего под 3% годовых, а разницу между коммерческой и льготной ставками компенсирует банкам государство (по такому же принципу работает и льготная ипотека).

Банки выступают как операторы: выдают деньги, но ключевые параметры (ставка, льготный период, требования) устанавливает прави-

тельство РФ (постановление от 17.11.2025 № 1824). Однако отличаться могут сервис и детали. Например, где-то вас обеспечат персональным менеджером, а где-то постоянной чат-поддержкой. Разной может быть и максимальная сумма - какой-то банк готов выдать кредит до 10 млн рублей, какой-то не больше 6 млн. Все эти нюансы лучше выяснять заранее.

НА ЧТО ДАЮТ?

Образовательным кредитом можно оплатить:

- любую ступень высшего образования (бакалавриат, специалитет, магистратуру, ординатуру, аспирантуру);

- второе и даже третье высшее;

- очную, заочную или вечернюю форму обучения;

- обучение в любом российском вузе или колледже, но обязательно с госаккредитацией и лицензией - проверить это можно на сайте Рособнадзора (obrnadzor.gov.ru).

Нельзя оплатить:

- курсы, тренинги, допол-

нительное образование (не из списка);

- учебу за границей;
- специальности, которых нет в правительственном перечне.

КТО МОЖЕТ ОФОРМИТЬ

Кредит оформляется на самого студента - не на его родителей. Причем взять его можно уже с 14 лет. Правда,

ВОПРОС - РЕБРОМ

А если меня отчислят?

Программа обладает гибкостью. Если вы ушли в академический отпуск или декрет - льготный период будет продлен на срок отпуска. Если перевелись в другой вуз или сменили специальность (но при этом она все еще в льготном списке) - условия сохраняются, банк лишь скорректирует сумму и график. Если стоимость обучения выросла - можно увеличить кредитный лимит, составив допсоглашение с вузом.

Но субсидирование прекратится, если студента отчислят. Карета сразу превратится в тыкву - ставка с 3% подскочит до рыночных величин в 20 - 25% годовых. Причем платить нужно будет сразу и проценты, и основной долг.

А тем, кто переведется на бюджет, банк просто перестанет перечислять деньги за обучение, а уже выданную сумму можно будет по-прежнему возвращать на льготных условиях.

При желании кредит можно погасить досрочно.



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

ОФОРМЛЕНИЕ

- 1 Поступаете в вуз и подписываете договор на платное обучение.
- 2 Получаете в учебном офисе счет на оплату первого семестра или года.
- 3 Подаете заявку в банк - участник программы - онлайн или в отделении.
- 4 Прикладываете паспорт, договор с вузом, счет на оплату. Если вам меньше 18 - еще и свидетельство о рождении и согласие родителей.
- 5 Подписываете кредитный договор.
- 6 Банк перечисляет деньги в вуз. Для оплаты следующих семестров предоставляете в банк новые счета. Рассмотрение заявки обычно занимает 3 - 5 дней. Залог, поручители, страховка - ничего этого не требуется.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

КАЛЬКУЛЯТОР «КП»

Предположим, год обучения в выбранном учебном заведении стоит 500 тысяч рублей, и оплату там принимают сразу за год. Срок обучения - 4 года. Взять кредит на обучение с господдержкой намерен только что поступивший в вуз студент-первокурсник, значит, ему будет нужно 2 млн рублей, и берет кредит он на 15 лет.

Период	Ежемесячный платеж
Первый год обучения	500 рублей
Второй год обучения	1500 рублей
Оставшиеся 2 года обучения + 9 месяцев	4545 рублей
Следующие 15 лет	13 928 рублей



ИТОГО
Общая сумма выплат по кредиту почти за 20 лет составит **2 681 025 рублей**. Переплатит бывший студент, таким образом, около 700 тысяч. Но можно не сомневаться, что масштаб цен через два десятилетия будет уже совсем другим, даже если инфляция будет расти умеренными темпами. Так что выгода - налицо.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

тельства РФ № 3326-р от 17.11.2025). Перечень тем не менее получился большим - в нем более 500 профессий: от IT до медицины и агрономии. Хотя таких еще недавно сверхпопулярных направлений, как экономика и юриспруденция, в списке представлено по минимуму. Приоритет отдан инженерному делу, энергетике, электронике, информационной безопасности, IT-сектору, биотехнологиям.

КАК УСТРОЕНЫ ВЫПЛАТЫ

Сумма кредита равна стоимости обучения. Банк перечисляет деньги в учебное заведение напрямую. Помимо невероятно низкой по нынешним временам ставки (3%), одна из главных особенностей такого займа - льготный период. Все время учебы, а также еще 9 месяцев после выпуска погашать основной долг не нужно. В это время гасится только часть процентов: в первый год - 40% от начисленной суммы, во второй - 60%, с третьего года и до конца льготного периода - 100%.

И лишь потом (когда бывший студент уже с большой долей вероятности нашел работу и тверже встал на ноги) начинается стандартное погашение кредита: равные ежемесячные платежи, которые складываются из основной задолженности и начисленных процентов. Причем выплачивать их можно до 15 лет, поэтому ежемесячные суммы не выглядят за пределами (см. «Калькулятор «КП»).

Набиуллина с лейкой, черный лебедь и нефть:

ГЛАВНЫЕ ТРЕНДЫ МИРА ФИНАНСОВ, НА КОТОРЫЕ СТОИТ ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ



Окончание.

Начало < стр. 1.

Мошенник в маске милиционера; инвесторы, в нерешительности застывшие над золотом, и лодка с маркетплейсами... Что же это? А это тренды, которые прямо сейчас мы все можем наблюдать в мировой экономике. Казалось бы, зачем это обывателю, далекому от сферы финансов? Ответ прост: финансовая грамотность - залог нашей личной стабильности, без владения ею легко можно остаться на мели. Чтобы построить вокруг себя безопасную среду, важно разбираться не только в доступных инструментах, но и понимать, какие внешние факторы влияют на мир финансов.

К форуму-интенсиву по финансам «ТОЛК-2026» мы публикуем иллюстрацию, где с помощью шуточных, но наглядных образов выделены события, которые уже влияют на мир финансов, а также спрогнозированы ключевые тренды, которые ожидаются на рынке в этом году. «Комсомолка» предлагает вместе поразгадывать этот ребус. Мы описали 10 зашифрованных экономических трендов, а остальную символику предлагаем читателям разгадать самостоятельно.

■ ТРЕНД 1:

ЦБ «ВЗРАЩИВАЕТ» ЭКОНОМИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ



Справа на картинке мы видим остров, на котором находится глава ЦБ Эльвира Набиуллина. Она кропотливо «взрачивает» экономическую активность - поливает из лейки Рублиолусы (так наша редакция решила назвать

эти валютные цветы). Ожидается, что в 2026 году ключевая ставка продолжит снижаться, что поможет экономике перейти к росту. Вместе с ключевой ставкой будут снижаться ставки по ипотечным продуктам, стимулируя спрос на недвижимость.

■ ТРЕНД 2:

БОРЬБА С МОШЕННИКАМИ



На этом же острове находится девушка, которая доверчиво передает деньги мошеннику, облаченному в тюремную робу, но при этом в полицейской фуражке на голове (типичная уловка мошенников - общение с гражданами под видом полицейских). Этот сюжет говорит о том, что тема финансовой грамотности и борьбы с мошенничеством остается очень актуальной.

■ ТРЕНД 3:

РАЗНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ НАКОПЛЕНИЙ



На картинке в нижнем левом углу мы видим бабушку, у которой в корзинке не только пирожки с яблоками, но виднеются слитки золота и даже ценные бумаги. Такой же мотив просматривается и в изображении девушки, которая отдыхает на «подушке безопасности» из валюты и цифровых фиактивов.

■ ТРЕНД 4:

РАЗВИТИЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА

Неподалеку от бабули расположился ребенок с тремя рука-

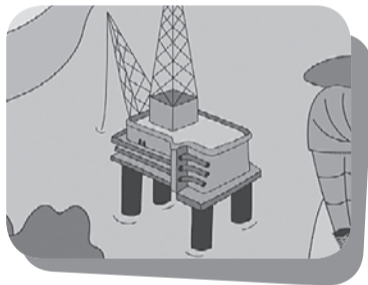
ми и шестью пальцами. Это не ошибка художника, а намек на искусственный интеллект.



Он все еще «малыш», потому что крупнейшие мировые компании «растят» эту технологию «рублем» и верят, что чадо скоро вырастет и им можно будет гордиться. Так аналитики намекают, что инвестиции в ИИ-технологии продолжатся в этом году.

■ ТРЕНД 5:

СЫРЬЕВЫЕ АКТИВЫ И БЛИЖНИЙ ВОСТОК



В центре иллюстрации - нефтяная вышка. Нефть и другое природное сырье всегда было очень важным для мира финансов. Их цены влияют на стабильность экономики, колебания цен, валюту. Учитывая обостренную обстановку на Ближнем Востоке, за ценами на сырье надо следить особенно пристально.

■ ТРЕНД 6:

КОЛЕБАНИЯ ФИНАНСОВЫХ РЫНКОВ



На верхнем острове расположились персонажи из инвестиционного мира - важный инструмент финансовой стабильности и грамотности. Внимание привлекает «черный лебедь». Так экономисты и инвесторы называют неожиданные события, которые обрушиваются на нас

и запускают «волны» на рынках. В начале года с такими событиями мы уже сталкивались - те же мировые конфликты. Аналитики намекают, что нам стоит ожидать новых «лебедей».

■ ТРЕНД 7:

ПОИСК ПРОРЫВНЫХ КОМПАНИЙ



Среди пасущихся лошадей мы видим розового единорога. Так в инвестиционном мире называют новые компании, которые резко выросли в стоимости за короткий срок. Каждый инвестор мечтает найти того самого единорога, чтобы в разы увеличить деньги, которые были вложены. В этом году такой единорог, очевидно, ожидается.

■ 8. ТРЕНД 8:

СНИЖЕНИЕ ИНТЕРЕСА К ЗОЛОТУ



Среди других животных - косолапые, которые присматриваются к золотым слиткам. Медведями в инвестициях называют участников рынка, которые выигрывают на падении стоимости актива. Резкий рост интереса инвесторов к драгметаллам в этом году уже начал спадать, и аналитики говорят о вероятном сохранении тенденции.

■ ТРЕНД 9:

ПЕРЕСМОТР ИНВЕСТИЦИОННОГО ПОРТФЕЛЯ

На этом же острове мы видим волка и цыпленка. Волк олицетворяет «матерого» трейдера, который помогает начинающему инвестору-цыпленку, у которо-

го еще пушок на рыльце, сформировать свой инвестиционный портфель.



Эксперты отмечают, что в ближайшие месяцы стоит присмотреться отчетливее к содержанию своего портфеля.

■ ТРЕНД 10:

ПРОГРЕВ ЭКОНОМИКИ



Если соединить все тенденции на рынке и все шаги, которые на экономической арене делают политики и корпорации, то можно ожидать в ближайшее время старта прогрева экономики (образ в центре иллюстрации внизу). Ожидаемый переход в фазу роста означает укрепление экономики, которого все с нетерпением ожидают.

Эти и остальные тренды, которые влияют на наш с вами кошелек уже сегодня, будут разбирать на крупнейшем форуме-интенсиве в сфере финансов «ТОЛК-2026» от Т-Банка. Основная цель форума - развитие финансовой культуры и инвестиционной грамотности у разных категорий населения: от экономистов и профессиональных инвесторов до среднестатистического россиянина. Также на конференции представители Минфина, Центрального банка, других госорганов, ведущие российские компании и мировые международные эксперты будут обсуждать тренды, которые определяют нашу и мировую экономику.

Вера ВЛАДИМИРОВА.

Как повернуть жизнь туда, куда всегда хотелось

16+

Александра ЗАЙЦЕВА

Никого не слушайте, идите к мечте в любом возрасте, убеждает Екатерина Тамарина, автор книги «История акушерки» на собственном примере.

Нет, эта книга не про медицину, хотя и про нее тоже. Это в первую очередь про то, как изменить свою жизнь. Автор Екатерина Тамарина рассказывает про себя. Жила-была девочка, получила высшее образование, стала филологом. Вышла замуж, родила троих детей. Работала в офисе, и вроде бы ей там даже нравилось. Но почему-то страшно выматывалась и не могла дожидаться отпуска.

И пока всем этим занималась, понимала: не мое, хочу другого. Хочу в медицину, в этот закрытый мир, куда обычным людям нельзя. Хочу. Могу. Мне с детства было это интересно. А после рождения детей и вовсе осознала, какое это чудо - появление человека, материнство... Пошла на волонтерскую работу, помогала только что родившим. А после второго ребенка окончательно поняла: подаю документы в медицинский колледж, буду акушеркой, это - мое.

Екатерине со всех сторон говорили, что она сумасшедшая. Что это безумие - ломать устроенную жизнь ради мечты. Что ей за тридцать - куда в таком возрасте?! А потом нагрянул ковид с изоляцией, потерялся школьный аттестат, а главное - внезапно решил появиться на свет третий Катин ребенок. И чем больше было препятствий, тем сильно крепло желание никого не слушать и идти к своей мечте.

И вот едва ее младший, Матвей, дорос до детсада, Екатерина подала документы в медицинский колледж. Пройшла туда пятой из 25 бюджетных мест. В 37 лет! И с удивлением обнаружила, что она такая не одна. Нашлись еще такие же упорные ее ровесницы, которые тоже захотели изменить жизнь.

ПРИКЛЮЧЕНИЯ УПОРНОГО ЧЕЛОВЕКА

А дальше начались приключения. Какие - читайте в новой книге Екатерины Тамариной «История акушерки. Жизнь в ладонях», вышедшей в издательстве «Комсомольская правда». Вот честно: она ничем не уступает любым автобиографиям известных людей, которые сотворили чудо из своей жизни собственными руками. Кого-то вдохновляет история Стива Джобса, приемного ребенка из небогатой семьи, который начал с того, что мастерил в гараже свой первый компьютер. А кого-то наверхняка - история Кати. О том, как повернуть жизнь в ту сторону, куда всегда хотела пойти, но не хватало то смелости, то ресурсов.

И вот она там, куда всю жизнь рвалась. Дальше начинаются будни. Сначала учебная практика, потом полноценная работа. Да еще и муж не в восторге от резких перемен. Однако бурчит он так, что Катя понимает: на самом-то деле он на 100% в нее верит.

Сейчас вы, наверное, заподозрите, что это очередная история от мотиватора, продавца успешного успеха. Нет. Это даже не совсем про то, что русская женщина коня на скаку остановит (хотя и про это тоже автор так прямо и говорит, что даже не подозревала всей своей силы).

В книге десятки историй реальных пациентов Екатерины, веселых или не очень. Все они помогают поверить: главное - не бояться. Кстати, будущим мамам тоже полезно почитать. Да и не только мамам. Например, как мать заставляла дочку-мусульманку отказаться от новорожденного, потому что незамужняя и это позор. И какое счастье испытала автор книги, когда дочка не согласилась.

Или случай из учебной практики: у пациента остановилось сердце - клиническая смерть. А когда все же откачали, он рассказал, что видел ТАМ: темный коридор и четыре двери...



Книгу можно
купить на сайте
shop.kp.ru
и на маркетплейсах

АО «ИД «Комсомольская правда»,
Москва, ОГРН 1027739295781

Реклама 16+



КНИЖНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО
КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА

История
О СИЛЕ ХАРАКТЕРА,
ЦЕНЕ ПОБЕД
И МЕЧТЕ,
СПОСОБНОЙ
ИЗМЕНИТЬ МИР

Как обычный
мальчишка
с Флотской
улицы в Москве
стал символом
целого
поколения

Какой он
знаменитый
Ови, без шлема
и коньков?

ЗВЕЗДА ПО ИМЕНИ ОВИ

Павел Садков

Детство, семья, трагедия,
враги и триумфы

**ЗАКАЗАТЬ
ЗДЕСЬ**

автор
ПАВЕЛ САДКОВ

Вице-президент
Федерации спортивных журналистов
России, спортивный обозреватель
«Комсомольской правды»

ОГРН: 1027739295781. АО «ИД «Комсомольская правда», г. Москва. Реклама 16+



В 37 лет автор книги
нашла свое призвание.
И счастлива!

СКАЗАНО!

Екатерина ТАМАРИНА, автор:

✓ «Лучше сделать и пожалеть, чем жалеть, что хотел, но так и не сделал».

✓ «Учеба в 20 и 37 лет - это совсем разные вещи. Опыт, жизненный багаж и мотивация дают совсем иную платформу для знаний».

✓ «Я много лет иду по жизни с прекрасной цитатой Стива Джобса: «Безумцы, уверенные, что способны изменить мир, на самом деле его меняют».

Серафима КРАСНОВА

В 2026 году, объявленном в России Годом единства народов страны, особое значение приобретает обращение к культурному коду.

Талантливые дизайнеры из всех регионов бережно хранят и воплощают в своих работах традиции многонациональной России, объединяя людей через искусство костюма. В каждой детали - узорах, цветовых решениях, силуэтах - находят отражение самобытный образ жизни, духовные ценности и даже природные особенности различных уголков нашей Родины. На подиуме «Недели моды. Сибирь» представят уникальные коллекции, вдохновленные культурным наследием народов России. Тюменский дуэт дизайнеров мамы и дочери **Татьяны и Дарьи Куминовых** создаст коллекцию в русском стиле. На подиуме 19 апреля они представят коллекцию «ДНК» - наследие, которое стало нашим стилем. Как отмечают дизайнеры, это не

Дизайнеры отправляются на «Неделю моды»

просто одежда. Это мост, который соединяет прошлое и современность. Каждая вещь в коллекции - это символ прочной связи поколений, семейных ценностей и культуры, которую мы с гордостью несем в будущее.

Потому что «ДНК» - это любовь к родному, уважение к традициям и та самая внутренняя опора, которую нам передали предки. В основе - натуральные и смесовые ткани для вашего комфорта. В крое - синтез традиционных мотивов и актуальных силуэтов.

Дизайнер из Ялуторовска **Елена Козлова** представит в VIII сезоне «Недели моды. Сибирь» новую коллекцию современной детской одежды «УЗОРЧИ - ЕДИНСТВО». По ее словам, в Ялуторовске и Ялуторовском районе в мире и согласии проживают более 40 национальностей. Крупнейшие этнические группы - русские, татары, коми, зыряне, башкиры,



Коллекция «УЗОРЧИ - ЕДИНСТВО».



Коллекция, вдохновленная культурным наследием народов России.

чувашаи, удмурты, армяне, казахи - живут в атмосфере межнационального согласия, дружбы и взаимопонимания, сохраняя и уважая то культурное разнообразие, кото-

рое передано нам предками. В образы детской коллекции «УЗОРЧИ - ЕДИНСТВО» интегрированы элементы узоров и орнаментов народов, проживающих на

Ялуторовской земле. Отметим, что год назад Елена Козлова впервые заявила о себе, представив коллекцию «Узорочи», и раскрыла красоту ялуторовских узоров на площадке «Недели моды. Сибирь. Тюмень - 2025».

■ ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

В Тюмени построят приемно-диагностическое отделение детского стационара

Анатолий АЛЕКСЕЕВ

Речь идет о дополнительном отделении областной клинической больницы № 2. На реализацию проекта власти выделили 322 миллиона рублей.

Строить стационар на улице Мельникайте будут за счет субсидий, предоставленных из федерального бюджета. Вопрос о строительстве нового приемного отделения при ОКБ № 2 задавали губернатору Тюменской области **Александр Моору** еще в августе 2023 года. Тогда глава региона заявил о факторе финансирования.

- В Тюмени предстоит сделать реконструкцию второй областной больницы. Фактически построить новое приемное отделение для оказания экстренной медицинской помощи. Это большой, финансово емкий проект, он попал в тот

перечень, который мы заявили на федеральное софинансирование в рамках Дня Тюменской области в Совете Федерации. Надеемся, что поддержка будет оказана. Будет или не будет, но в любом случае мы построим этот объект, - пообещал Александр Моор во время пресс-конференции 14 августа.

Планы расширения ОКБ № 2 появились еще в 2020 году. Тогда специалисты управления капитального строительства региона начали поиски подрядчика для разработки проекта нового приемно-диагностического корпуса. Победитель аукциона должен был получить государственный контракт на сумму 58,4 миллиона рублей. В его задачи входило проведение инженерной экспертизы и проектирование семиэтажного здания общей площадью 39600 квадратных метров.

Финансирование работ осуществлялось из бюджета Тюменской области.



Власти пообещали построить отделение в любом случае.

■ БЕЗОПАСНОСТЬ

Появятся ли в регионе бесплатные пляжи?

Мария ВАСИЛЬЕВА

В прошлом году спасатели зарегистрировали 27 происшествий на воде, в которых погибли 19 человек, включая одного ребенка.

Об этом сообщил глава регионального МЧС **Артур Хачатрян** на заседании областной думы.

Несмотря на то что в регионе было официально задекларировано 14 пляжей, этого количества недостаточно для обеспечения безопасности населения. По словам главного спасателя Тюменской области, в регионе люди отдыхают и купаются в 478 несанкционированных и потенциально опасных местах.

Особо отмечается, что гибели людей на оборудованных и проверенных пляжах удалось избежать. В связи с этим МЧС предлагает главам муниципалитетов активизи-



В МЧС рекомендуют усилить контроль за мерами безопасности на воде.

ровать работу по созданию новых муниципальных пляжей с бесплатным доступом для граждан и усилить контроль за соблюдением мер безопасности на воде.

- Предлагаю рассмотреть возможность устройства муниципальных пляжей для бесплатного доступа людей к водоемам. Главное управ-

ление предлагает главам городов и муниципальных округов активизировать работу по привлечению к этой инициативе ответственности, соответствующей статье 22.5 КоАП «Нарушение мер безопасности нахождения на водных объектах», - заявил глава регионального управления МЧС Артур Хачатрян.

■ А В ЭТО ВРЕМЯ

В Тюменской области работает комиссия центрального аппарата МЧС России. Специалисты проверяют готовность региона к паводкоопасному периоду и пожароопасному сезону. Во время проверки комиссия оценивает подготовку органов управления, сил и средств единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Особое внимание уделяют мероприятиям, запланированным в муниципалитетах, и проводят смотр региональной группировки сил.

Заместитель директора департамента гражданской обороны и защиты населения МЧС России генерал-майор **Владислав Гадеев** подчеркнул, что специалисты детально изучают все аспекты готовности к возможным угрозам.

Владимир МАЗЕНКО

Стаканчик кофе за 2,9 млн долларов - как вам цена? Причем заплатить такую сумму должен не покупатель, а продавец! Этот пример из США часто приводят как образец «потребительского экстремизма» (или «терроризма»). Но и в России в последние годы растет количество необоснованных претензий к продавцам со стороны покупателей. Где же та грань, которая отделяет законные требования клиентов от придирок или шантажа, и что с этим делать?

КЛАССИКА ЖАНРА

А пока вернемся в США, где в 1992 году 79-летняя жительница города Альбукерке Стелла Либек купила кофе в местном «Макдоналдсе» и случайно пролила на себя, заработав ожоги третьей степени. После непростого лечения она хотела получить от ресторана \$20 тыс. на покрытие медицинских расходов и прочие издержки, но «Макдоналдс» предложил ей всего 800 баксов. Ох зря... Либек обратилась в суд. Который обязал ресторан выплатить ей... \$2,9 млн! Учтены были не только реальные расходы, связанные с лечением, но и моральный ущерб.

Правда, позже сумму снизили до \$640 тыс., потом обе стороны подали апелляции, а в итоге конфликт урегулировали вне суда. Но ящик Пандоры был открыт - и до сих пор иски из-за горячего кофе сыплются как из рога изобилия. Не помогают ни надписи «Осторожно, горячее!», ни совершенствование пластиковых крышек.

Страдают от претензий клиентов не только рестораны и не только в США. Например, российский закон «О защите прав потребителей» считается одним из самых либеральных в мире. Что очень хорошо для добросовестных граждан, которым

Как работает «потребительский экстремизм».



Клиент всегда прав - таков негласный постулат успешной торговли. Но все больше продавцов готовы с этим поспорить, подозревая покупателей в желании нажиться за счет предпринимателей.

он дает обширные права. Например, россияне могут в течение нескольких дней после покупки вернуть даже качественный товар, если он... ну, просто разонравился. Главное, чтобы вещь не была в употреблении, а также сохранились товарный вид и упаковка. И есть некоторые исключения - нельзя вернуть еду, лекарства и т. п.

Также мы можем защищать свои права в суде и требовать возмещения ущерба (в том числе морального, хо-

тя в России это обычно небольшая сумма). Для несговорчивых продавцов есть специальные санкции - при отказе добровольно удовлетворить требования потребителя суд вправе взыскивать с торговца:

- неустойку (1 - 3% стоимости товара или услуг за каждый день просрочки);

- штраф (50% от общего размера неустойки).

Всеми этими опциями воспользовалась, например, жительница

Оренбурга, которая в конце декабря купила искусственную елку за 21 тыс. рублей. Но из-за резкого химического запаха у нее началась аллергия, и после Нового года через суд она вернула елку обратно, получив солидную компенсацию - с магазина взыскали 65 тыс. рублей.

Обвинить даму в непорядочности язык не повернется. Но массовый возврат товаров после Нового года - настоящая беда для продавцов. «Год назад елки тащили на возврат, не смущаясь. А сейчас беда с елочными украшениями - после праздников несут как ни в чем не бывало!» - рассказывали журналистам «КП» сотрудники пункта выдачи заказов в первые дни января. Но что тут возразишь? Если сохранен товарный вид и со дня покупки не прошло 7 дней, то принять товар назад продавец обязан.

Представители маркетплейсов жалуются, что превращаются в пункты бесплатного проката. По данным Федерального общества сетевой торговли, потребители возвращают до 10% заказов. И касается это не только дешевой праздничной мишуры, но и дорогих вещей: одежды, аксессуаров, которые можно аккуратно поносить, а потом повесить бирку на прежнее место и вернуть продавцу.

КЛИЕНТ НЕ ВСЕГДА ПРАВ

Клиент (особенно нечестный) на выдумки хитер. Вот какие еще приемы из арсенала «потребительского терроризма» часто используют покупатели.

БЫВАЕТ И ПО-ДРУГОМУ

Вот и отпуску конец, а заплатит продавец

Но неправильно думать, что клиенты всегда проигрывают суды. Если это не «экстремизм», то шанс на победу велик. Вот лишь пара случаев.

Компенсация за насекомых (Оренбург, 2024)

Россиянка отсудила у туроператора 426 тыс. рублей за испорченный отдых в турецком отеле 5*. Тур длился 9 дней, но практически сразу женщина, отдохнувшая с ребенком, обнаружила в номере тараканов, на вытяжке и вентиляции - грязь, использованную посуду на этаже. Она сняла происходящее на камеру, а вернувшись домой, подала в суд на туроператора. Суд взыскал с ответчика стоимость тура (275 тыс. рублей), штрафы и компенсацию морального вреда.

Получил за авто втрое больше (Мурманск, 2021)

Автовладелец купил Cadillac Escalade в 2018 году за 4,6 млн рублей. А в 2021 году, когда выявились неустраняемые недостатки, потребовал от продавца возврата денег. Но к этому времени такой же новый автомобиль в салоне стоил уже 13 млн рублей. Дилер был готов вернуть деньги, но только 4,6 млн. Суд встал на сторону потребителя и обязал компенсировать сумму, на которую можно приобрести аналогичное новое авто.

■ МНЕНИЯ

Определить приметы подозреваемого

- Нужны четкие критерии «недобросовестного» поведения потребителей, - уверена доцент кафедры корпоративных финансов и корпоративного управления Финансового университета при Правительстве РФ Ольга Борисова. - К признакам подобного поведения следует отнести:

- 1 систематичность предъявления исков с участием одних и тех же юристов и экспертов;
- 2 умышленность случаев поломки товаров или уклонение (неоднократное) от передачи продавцу для проверки качества;
- 3 несоразмерность компенсационных требований и неустоек за выявленный брак (поломку).

По словам Ольги Борисовой, если такие критерии примут и подавший в суд покупатель под них подходит, продавцу будет легче выиграть процесс. В частности, продавец сможет ходатайствовать, чтобы судья запросил в других судах информацию о подобных делах с участием этого же истца.

- В результате суды смогут выявить «профессиональных истцов». Будет проще доказать факт злоупотребления правом. Чаше начнет использоваться механизм «секвестирования требований», позволяющий отказать во взыскании неустойки и штрафа. Это снизит привлекательность злоупотреблений на рынке, - считает Ольга Борисова.



Нет такого явления

- Никакого «потребительского экстремизма» не существует, - говорит председатель Центрального совета Объединения потребителей России Наталия Старостина. - «Экстремистами» называют потребителей, которые защищают свои права и делают это грамотно. Проблема для бизнеса не в них, а в том, что предприниматели, которые производят и продают товары, элементарно не умеют общаться с клиентами. Не отвечают на звонки, сообщения, письма. Нередко бывает, что представители торговых организаций только в суде узнают, что у покупателя были какие-то претензии и вопросы и все можно было решить раньше.

Часто люди обращаются в суд, потому что нет другого выхода. И если кто-то ведет себя не так, как нравится бизнесу, а действует исключительно в соответствии с законом, то что в этом плохого?



продавцов шантажистов

◆ Репутационный шантаж

Потребитель угрожает негативными отзывами или жалобами в надзорные органы. Требования шантажиста могут быть самыми разными: от возврата денег за покупку до бесплатных услуг или товаров сверх компенсации.

◆ Отказ от оплаты при мелких недочетах в услугах

Например, после ремонта клиент находит «криво наклеенные обои», отказывается платить за проделанную работу и опять-таки требует неустойку.

◆ Умышленная порча

Покупатель портит купленную вещь, а потом требует возврата денег или замены, ссылаясь на «брак». Ну и попутно получает выплаты по неустойке и штрафам.

◆ Искусственно завышенная неустойка

Покупатель пишет продавцу претензию с жалобой на товар по обычной или электронной почте. И если тот не отвечает, хитрец ждет месяц-другой (чтобы неустойка была выше) и подает в суд. С внимательными продавцами, которые отреагируют оперативно, такое не прокатит.

СПЛОШНОЙ ВОЗВРАТ

- Нормы, заложенные в законе «О защите прав потребителей», о возврате товаров являются усиленной гарантией для покупателей. Однако в связи с развитием интернет-торговли они же стали

поводом для огромного количества злоупотреблений, - говорит президент Ассоциации компаний интернет-торговли (АКИТ) Артем Соколов.

Вот какие данные приводит АКИТ:

- ✓ 62% предпринимателей, работающих онлайн, сталкивались с инцидентами при возврате товара;
- ✓ 58% споров связаны с возвратом товара после краткосрочного использования потребителем;
- ✓ 26% - с шантажом со стороны потребителя, который грозит обращением в контролирующие органы или суды;
- ✓ 2% споров связаны с возвратом мялжа вместо товара.

По мнению президента АКИТ, нужно расширить список товаров, которые запрещено возвращать. И уточнить критерии сохранности товарного вида (состояние упаковки, наличие ярлыков, пломб и т. д.), чтобы покупателю было сложнее выдать использованный товар за «не бывший в употреблении».

А вот в Союзе потребителей РФ уверены: жалобы на «массовые злоупотребления клиентов» голословны. И менять ничего не нужно.

- Заявления бизнеса о мошенничестве покупателей исчисляются десятками случаев в год. А жалоб от потребителей на недобросовестный бизнес порядка миллиона в год, - говорит председатель Союза потребителей РФ Алексей Койтов. - Право на возврат - основа дистанционной торговли, как бы ни жаловались на эту норму маркетплейсы. Это не лазейка, а норма закона. Посетительства на права потребителей только расхолаживают бизнес.

■ ИЗ АРХИВА «КП»

Самые яркие случаи недобросовестного поведения потребителей, которые были у всех на слуху.

◆ Братья и стекло (Москва, 2002)

Двое братьев потребовали от завода по производству газированных напитков 100 тыс. рублей за «битое стекло», якобы найденное в пяти бутылках. Угрожали судом и обращением в СМИ. Компания провела внутреннее расследование: выяснилось, что один из братьев работал на заводе, украл списанные бутылки и пытался использовать их для давления на производителя. Суд отказал в иске, это дело стало первым в РФ примером борьбы за права.

◆ Великий иск о брюках (США, 2007)

Судья Рой Пирсон потребовал больше 50 млн долларов от химчистки за потерянные брюки стоимостью \$10,5. Его аргумент: слоганы химчистки «Удовлетворение гарантировано» и «В тот же день» оказались обманом потребителей. Он требовал компенсацию за 10 лет аренды авто для поездок в другую химчистку и полмиллиона долларов за моральный вред. Суд ему отказал,

Искометный талант

указав на явное злоупотребление правом.

◆ Кофе с «Доплатой» (Германия, 2013)

Потребитель купил кофе за 2,5 евро, а потом потребовал 50 тыс. евро (примерно 5 млн рублей) за «нарушение ожиданий» - кофе оказался ему недостаточно крепким. Суд отклонил иск, указав, что вкусовые предпочтения не являются основанием для компенсации.

◆ Зонт за миллион (Великобритания, 2015)

Покупатель приобрел зонт за 25 фунтов стерлингов, но тот сломался. Тогда растерянный потребитель выдвинул иск и потребовал 1,2 млн фунтов компенсации (около 130 млн рублей) за «испорченный костюм, упущенную выгоду и моральный вред». Суд установил, что зонт использовался при штормовом ветре, что противоречит инструкции. В иске было отказано.

◆ Телефон и карьера (Франция, 2018)

Покупатель смартфона за 800 евро потребовал 2 млн евро, заявив, что из-за «сбоя в устройстве» пропустил важный звонок

и «упустил карьерные возможности». Суд запросил доказательства, но истец не предоставил ни подтверждения звонка, ни документов от работодателя.

◆ Осколок в тарелке (Краснодар, 2019)

Посетитель кафе заявил, что нашел в блюде осколок стекла, и потребовал 300 тыс. рублей компенсации и возврат стоимости ужина. Но владелец предоставил записи с камер: посетитель сам подбросил осколок в тарелку. Суд отказал в иске.

◆ Слишком мощный пылесос (Москва, 2021)

Покупательница приобрела пылесос за 111 тыс. рублей, но затем заявила о его «промышленном назначении» и претендовала на компенсацию в 2,5 млн рублей. Ее аргумент: товар «не соответствовал ожиданиям». Ей удалось взыскать с продавца 376 тыс. рублей, но апелляционный суд признал иск злоупотреблением правом: потребитель не доказал реального ущерба, а требования многократно превышали стоимость покупки. Ранее взысканные средства обязали вернуть продавцу.

Бесконтактная подписка на любимую «Комсомолку»

Подписка по QR-коду на shop.kp.ru

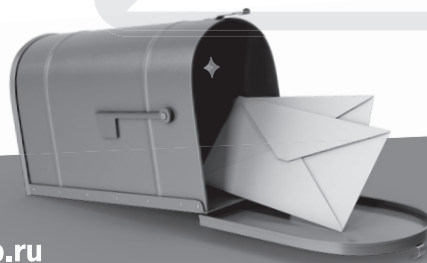


1. Наведите камеру телефона или планшета на QR-код
2. Перейдите по ссылке на сайт shop.kp.ru
3. Сделайте заказ в разделе «Подписка на издания «КП»
4. Оплатите подписку удобным способом

Тариф	1 мес.	3 мес.
«КП» ежедневная газета	440	1320
«КП» еженедельник + телепрограмма	210	630
«КП» ежедневная + еженедельник	650	1950

Сайт Почты России

1. Зайдите на сайт podpiska.pochta.ru
2. Выберите издание и оплатите подписку удобным способом



Сбербанк Онлайн

Открыть приложение → «Сбербанк Онлайн», выбрать раздел → «Платежи», ввести в строке поиска → Комсомольская правда, выбрать → Издательский дом Комсомольская правда (оплата услуг).

Далее заполнить последовательно:

1. «ФИО» - вписать ФИО подписчика
2. «Назначение платежа» - указать контактный телефон и издание
3. «Сумма платежа» - ввести сумму оплаты
4. «Оплата» - нажать кнопку «Оплатить»
5. «Уведомление» - сообщить о произведенной оплате по телефону 8 495 609-67-48 или по e-mail raspr@kp.ru



Популярная газета для всей семьи будет приходить прямо в почтовый ящик!

При оплате подписки до 10-го числа вы сможете получить издание со следующего месяца.
Реклама, 16+, АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781

Наставники курируют ветеранов СВО

Серафима КРАСНОВА

Руководитель филиала фонда «Защитники Отечества» и наставник проекта «Боевой кадровый резерв Тюменской области» Динара Поштаренко рассказала о важности непрерывной работы с участниками образовательной программы.

По ее словам, курирование ветеранов не ограничивается учебными модулями, наставники активно поддерживают связь с ребятами и в перерывах между этапами обучения. Главная задача кураторов - отслеживать профессиональный и личностный рост участников, помогать им интегрироваться в общественную жизнь региона. Динара Поштаренко отметила, что ребята проявляют инициативу, участвуют в социальных



Пресс-служба «БНР»

Проект «Боевой кадровый резерв» доказал свою эффективность.

проектах и значимых мероприятиях области.

- Мы активно следим за нашими участниками в межмодульный период, искренне радуемся их успехам и видим, как они проживают этот проект. Ребята активно участвуют в жизни региона: выступают инициаторами социальных проектов, включаются в значимые для области мероприятия. Мы встречаемся с ними на различных городских и областных событиях, и всегда приятно видеть их горящие глаза, - рассказала Динара Сегеевна.

Особое внимание она уделила

работе со своим подопечным Семеном Аполоновым, который также является ее заместителем. Они находятся в постоянном контакте, обсуждают как задачи проекта, так и рабочие вопросы.

По мнению руководителя филиала фонда, проект уже доказал свою эффективность, превратившись из образовательной программы в настоящее сообщество единомышленников. Наставничество и личное участие членов общественно-совета позволяют выстроить индивидуальную траекторию развития для каждого ветерана.

■ МАМА И МАЛЫШ

Власти финансово поддерживают молодые семьи

Виктория ГАВРИК

В Тюменской области реализуется мера поддержки, в рамках которой студентки очной формы обучения получают пособие по беременности и родам.

С сентября 2025 года такую выплату от Социального фонда России уже оформили 179 молодых женщин.

Как сообщили в пресс-службе ведомства, размер пособия рассчитывается на основе прожиточного минимума трудоспособного населения. В 2026 году в Тюменской области он составляет 20644 рубля. Сумма выплаты зависит от продолжительности отпуска по беременности и родам. Например, при стандартном сроке нетрудоспособности в 140 дней размер пособия составит 96338,67 рубля.

Пособие предусмотрено для студенток, обучающихся очно в высших учебных заведениях (вузах), сред-

них специальных учебных заведениях (ссузах), профессиональных училищах и техникумах, учреждениях дополнительного профессионального образования, научно-исследовательских организациях.

Важное условие: право на выплату имеют как студентки, обучающиеся за счет бюджета, так и те, кто учится на коммерческой основе.

Подать заявление можно онлайн через «Госуслуги» или лично в клиентской службе Социального фонда России. Для оформления пособия в клиентской службе СФР потребуются следующие документы:

- ✓ справка из медицинской организации, подтверждающая период нетрудоспособности;
- ✓ справка из учебного заведения об обучении на очной форме с указанием срока отпуска по беременности и родам.

Пособие перечисляется единовременно за весь период отпуска по беременности и родам.

■ ЛЮДИ ДЕЛА

Анна ГОРЛАЧ

В «РН-Уватнефтегазе» (входит в «Роснефть») состоялся первый этап ежегодной региональной научно-технической конференции (РНТК) молодых специалистов НК «Роснефть».

Свои идеи и разработки представили сотрудники, которые недавно окончили высшие учебные заведения и трудоустроились на предприятие.

Как рассказала начальник отдела оценки и развития персонала «РН-Уватнефтегаза» Елена Рудык, такое внутреннее мероприятие стало уже традиционным и позволяет профессионально расти и развиваться новым работникам.

- Программа адаптации и работы с молодыми специалистами длится три года, в течение которых молодые выпускники вузов представляют и защищают свои проекты перед экспертами предприятия. Для ребят это отличная возможность прокачать полученные во время обучения знания и «примерить» их на производстве. Они предлагают, как можно улучшить производственные процессы, внедрить что-то новое, и получают обратную связь от опытных руководителей и наставников, - рассказала Елена Рудык.

В конференции принимают участие молодые специалисты с высшим образованием, работающие операторами по добыче нефти

Будущее за инновациями

и газа, геологами, инженерами, лаборантами химического анализа и экономистами. Следующий этап - кустовые научно-технические конференции (КНТК) по регионам. Третий этап - финальная межрегиональная научно-техническая конференция (МНИК) в Москве.

Молодежь Уватского проекта, как и всегда, отличилась оригинальностью и новизной своих работ.

Так, участник секции «Техника и технология добычи нефти и газа» сменный технолог технологической службы укрупненного нефтепромысла № 2 Игорь Нежура рассмотрел процесс сбора газа из затрубного пространства высокопродуктивных скважин. Он обратил внимание на то, что технология позволяет увеличить депрессию на пласт - разность между пластовым и забойным давлением.

За оригинальную идею на РНТК Игорю присудили второе место. Теперь автор готовит ее к представлению на кустовом этапе конференции.

- Для меня это развитие, рост. Молодым специалистам советую не бояться, хотя это невозможно. К замечаниям строгого жюри стоит относиться с благодарностью,

потому что они стремятся помочь, - отметил Игорь Нежура.

Его поддержал Никита Кравцов, специалист отдела супервайзинга бурения, который занял третье место в секции «Бурение скважин, нефтепромысловый сервис». По его мнению, участие в таких мероприятиях является прекрасной возможностью для профессионального развития.



На презентацию работы участникам давали семь минут, затем переходили к вопросам.

- Как молодой специалист, принимаю участие во второй раз. Представил работу по сокращению сроков строительства скважины за счет оптимизации процесса бурения. Со своими проектами я отбирался на первом и втором этапах и выступал на московской площадке. Главное - тщательно готовиться, а



Андрей СЕРГИЕНКО

Члены жюри на научной конференции помогают участникам советами.

старшие товарищи помогут советами, в том числе и члены жюри, - пояснил Никита.

Интерес у жюри конференции вызвал и парный проект лаборантов химического анализа испытательной химико-аналитической лаборатории № 1 Яны Чучалиной и Дарьи Буракевич. Девушки решили создать цифровой обучающий модуль для освоения ГОСТов и техники безопасности в химической лаборатории.

Работе присудили первое место. Тема повышения качества подготовки персонала и развития культуры безопасности актуальна на любом предприятии. Кстати, разработка молодых специалистов, по их словам и по мнению членов конкурсной комиссии, способна решить актуальные вопросы не только в

«РН-Уватнефтегазе», но и в других дочерних обществах «Роснефти». Сейчас проект на завершающей стадии. Мы уже для себя определили, в каком направлении нужно двигаться, разрабатывать. Взяли курс, и работа кипит, - поделилась Яна Чучалина.

Работа в соавторстве, говорят молодые специалисты, тоже своею эффективна: помогает добиваться большего за счет оптимизации усилий.

- У нас получился хороший тандем. Мы разделили зоны ответственности, хотя, конечно же, работали сообща. Это очень удобно при вахтовом методе работы, - отметила Дарья Буракевич.

Как показывает практика, конференции молодых специалистов - отличная возможность проявить себя. Новаторы Уватского проекта пользуются этим шансом и уже в начале профессионального пути добиваются больших успехов.

Бесплатные жены остались в СССР?

30 марта -
5 апреля

ГОРОСКОП

Подготовила Евгения АН.



Александра ЗАЙЦЕВА

Редкий разговор в соцсетях об отношениях полов не скатывается к теме «а вот раньше...». Мужчины, едва им исполнится 25, начинают бурчать: какими были наши мамы! Где сейчас таких искать? Барышни, в свою очередь, жалуются на то же самое. В любой компании девочек от 11 до 111 вы обязательно услышите: где, ну где нынче мужественные и ответственные? Ведь водились же они на свете когда-то! А сейчас одна мамкина радость кругом...



Катерина МАРТИНОВИЧУ-КП - Москва

Павел:

«Смотрю на современных девчонок - как же сильно они деградировали. По дому ничего не умеют и не желают делать, хотя кругом бытовая техника, облегчающая жизнь. Еду готовую привозит курьер. Мужчина им вечно должен, когда успел задолжать - непонятно. За любое движение пальца требуют денег. С нежностями к такой не подходи - не соответствуешь ее высоким стандартам.

Ау, девочки, вы с чего так вознеслись? Моя мама до 70 лет прожила в деревне. Выростила нас с братом и сестрой, считай, одна, потому что батя работал. Готовила на всю семью без всяких мультиварок. Даже завтрак в доме всегда был, как положено, горячий, отец так приучил. Стиральную машину она увидела, когда уже на пенсию вышла, а до того все делала руками. Еще и успевала на своей работе грамоты получать как передовик! И никогда не жаловалась, наоборот, радовалась, что семья дружная и приличная...»

Анна:

«Господи, откуда вы такие беретесь. Был у меня ухажер один недолго, он меня позорил, что я домработницу имею и зарабатываю достаточно, чтоб заказать доставку продуктов, не таскаю их на себе из магазина. Аргументировал так: его мама всю жизнь пашет с мужем-алкашом и С РАДОСТЬЮ ведет хозяйство. Я спросила: а с чего ты это решил, ты хоть раз ее спросил? И предлагаю ему - давай поспорим. Ты подойди к маме и говоришь: я для тебя снял квартиру в Турции на полгода, едь, отдыхай, ты устала. Думаешь, она не согласится и не сбежит от вас обоих?

Он даже не нашелся с ответом. Денег на мамин отпуск у него не было».

Лиса Алиса:

«В том-то все и дело - в деньгах! В наше время у любой услуги есть цена. Уборка квартиры - такой-то тариф, приедут и все отмоют. Готовая еда, которую только разогреть, тоже стоит недешево. Но мужчины привыкли, что женщины для них все это устроят бесплатно, и не

хотят меняться. Хотя мой, например, не умеет руками ничего, я мастеров вызываю и плачу им, и мужа этим не попрекаю. Ему некогда, он мультик «Маша и Медведь» смотрит.

Мифотворчество по поводу того, что раньше женщины были лучше, развивают жадные и малозарабатывающие мужчины. А еще - малосообразительные. В детстве они видели маму, подающую горячий завтрак из

ками. Вот такие и воспитывают ничего не умеющих мужчин, привыкших, что их обслуживают. И шипят на невесток, которые не хотят так жить. При этом сами имеют кучу преждевременных болячек именно из-за того, что весь быт тянули на себе. Моя бабушка, нажив артрит из-за вечной работы на огороде, заплакала, увидев у меня стиральную машинку-автомат».

Етить-колотить:

«Даже частушка была советская про тогдашних «идеальных» женщин:

*В одной руке сетка,
В другой руке Светка,
Позади пьяный Иван,
Впереди - пятилетний план.*

Как быстро люди все это забыли, в головах остались какие-то сказочные картинки, не имеющие ничего общего с реальным прошлым. Жизнь меняется, быт меняется, это нормально, как бы мужчины на это ни ворчали».

Настя:

«А мы ведь тоже хотим «как раньше». Как в те времена, когда мужчины при любой опасности для семьи надевали 20 килограммов лат, брали пудовый меч и шли защищать родню. И строили замки, и держали слово. Вот для такого я б согласилась полы руками мыть. А сейчас - попытался, испугался. Ни кран починить, ни на мастера заработать. А ты ему все равно должна сумки на пятый этаж без лифта тащить».

ПЕРЛЫ ИЗ СОЦСЕТЕЙ:

- ✓ «Русский народный мужской буддизм: «Лежание на диване и есть Путь».
- ✓ «Мужчины, требующие, чтобы женщина была аккуратной, естественной, без косметики! Ваш идеал - бабушки на скамейке у подъезда. Чистенькие. Глаз горит».
- ✓ «Русский мужик - самый хитрый. Он хочет, чтобы жена зарабатывала, как на Западе, а покорной была, как женщины Востока».

нескольких трудоемких блюд. А то, что мама ради этого встала в пять утра, для них осталось за кадром. Нормальному мужу нужна веселая, бодрая, красивая жена, а не вымотанная рутиной тетка».

Лиза:

«Ой, не только мужчины эти сказки рассказывают. Послушать пожилых соседок, так посудомойка и даже швабра в доме только у лентяек, а полы нужно мыть исключительно ру-

Овен



Овнам нужно меньше слушать сплетни о себе, тогда у вас и настроение будет хорошее. Собака лает - караван идет. Для знакомств это время неудачное, можно разочароваться. Перед вами открываются финансовые и карьерные возможности. Если вы хотите сменить работу - пора приступать к поискам.

Телец



Тельцы сильны, упрямы и способны на трудовые подвиги. Однако если вы чувствуете, что все везете только на себе, не нужно продолжать в том же духе, особенно когда речь идет о рабочих задачах. Без агрессии, но настойчиво напомните людям про их обязанности.

Близнецы



Самая лучшая идея для Близнецов на этой неделе - завершать дела и проекты, которые были начаты в конце марта. За новое пока не беритесь, оно не пойдет, а вот доводить до логического завершения накопившиеся дела - самое оно. Вы добьетесь неплохого результата.

Рак



Раки могут впасть в уныние, но это не то чтобы очень удачное решение. Чтобы избежать упаднических настроений, не прячьтесь в свою раковину, больше гуляйте, встречайтесь с друзьями, общайтесь с людьми. Движение и хорошая компания развеют грусть и придадут вам сил для любых дел.

Лев



У Львов есть шансы перессориться со всем миром, потому что то, что вы думаете, вы говорите в лоб. И, с одной стороны, это хорошо, потому что вы предельно честны, а с другой - не все готовы такое слушать. Поэтому, если чувствуете, что не можете смягчить или переформулировать мысль, лучше промолчите.

Дева



Девам на этой неделе желательно полагаться на собственные суждения. Советы, которые могут вам давать доброжелатели, окажутся в лучшем случае пустыми, а в худшем - испортят вам все дело. Это все заставит вас понервничать, поэтому не забывайте снимать стресс, и спорт в этом - ваш друг.

Весы



Весы почувствуют душевный подъем. Вам будет мало часов в сутках, захочется успеть везде и сразу. И вы будете получать большое удовольствие от этой круговерти. Что важно при этом помнить - ваши ресурсы не безграничны. Найдите в этом графике время для регулярного и полноценного отдыха.

Скорпион



Скорпионы сосредоточатся на себе, раздражаясь, когда их дергает кто-то. Ваше желание побыть наедине с собой вполне разумно, и игнорировать его не нужно. Но и по отношению к окружающим следует быть терпеливыми и проявлять участие - это поможет избежать конфликтов.

Стрелец



Стрельцам не помешает немного саморекламы. Чтобы подняться на новую ступень в работе и карьере, продвигайте свои идеи, будьте инициативными, заводите полезные знакомства. Главное при этом - поменьше болтать о личном и не ввязываться в интриги и сомнительные мероприятия.

Козерог



Козерогам неделя понравится - это будет стабильная, спокойная неделя, и ваша продуктивность будет как никогда высока. Полезно пересчитать бюджет, учесть все ошибки, сделать выводы и больше этих ошибок не повторять. Хорошо пойдут дела, связанные с крупными покупками.

Водолей



Начало недели принесет Водолеям ощущение уюта и спокойствия, однако понемногу вас начнет одолевать тревожность. И станет вам грустно и одиноко. Вместо того чтобы переживать, поговорите с близкими, расскажите, что вас беспокоит.

Рыбы



Рыбы прямо-таки на коне. Вам легко даются дела, особенно работа с любыми документами - вы сможете со многим разобраться и исключить кучу ошибок. Единственное, что может вас подводить, - это техника и разные бытовые неурядицы. Что подделать, домашние хлопоты тоже требуют времени.



Иван МАКЕЕВ/«КТ» - Москва

Михаил ДЕГТЯРЕВ - «Комсомольской правде»: Тема допинга в легкой атлетике закрыта

О снятии санкций с российских атлетов нам рассказал министр спорта и председатель Олимпийского комитета России.

наших спортсменов в целом, пока сохраняются.

- Россия теперь открыта для международных соревнований по легкой атлетике?

- Всемирная федерация легкой атлетики разослала по всем странам циркуляр, что всем можно ехать на соревнования в Россию. И за последние два года у нас прошло 10 международных соревнований, с участием атлетов более чем из 25 стран. К управлению нашей легкой атлетикой пришла новая успешная команда, которую возглавляет президент

**В Ф Л А ,
в и ц е -
президент**

Олимпийского комитета России Петр Фрадков.

«ПАРАЛИМПИЙЦЫ ОЧЕНЬ ПОМОГЛИ»

- Каких хороших новостей нам еще ждать?

- У нас по всем фронтам идет движение. Это и кейс в МОК. Я уже не раз говорил, мы ожидаем положительного решения. Паралимпийцы здесь нам очень помогли, показали всему миру, что над олимпийскими стадионами развеивается российский флаг и люди встают, аплодируют, отдают честь. Никакой, вы видите, ни аллергии, ни давления, ни бойкота. И это нам в помощь. Паралимпийцев самых отороженных русофобов не в счет. Те, кто выступает против российских спортсменов, лишние раз показывают свое ничтожное меньшинство. Я буду проводить и дальше переговоры, в том числе в Швейцарии, в ближайшей командировке. И по всем федерациям та же ситуация. Везде идет подготовка к решению, в первую очередь по юношам и юниорам. Имплементация уже решения МОК по допуску с флагом и гимном. А в ряде федераций мы ждем новостей по допуску команд и взрослых атлетов. Анонсировать не буду. Вот будут новости, узнаете.

**Александр ГАМОВ,
Кирилл СЕРОВ**

- Михаил Владимирович, вы сообщили радостную для всех болельщиков новость о том, что Международная федерация легкой атлетики (World Athletics) сняла все санкции с Всероссийской федерации легкой атлетики (ВФЛА), связанные с допингом. Как это у вас получилось?

- Легкая атлетика находилась под давлением, под санкциями еще с 2015 года. Вы помните начало атаки на российский спорт, совершенно некорректные обвинения государственной системы в поддержке допинга и всю эту историю, связанную с расследованиями. В ней поставлена точка. Международная федерация легкой атлетики, за подписью президента этой организации, лорда Себастьяна Коу, направила решение исполкома. В нем черным по белому написано, что все дела, связанные с допингом, прекращены. База, на основе которой почти десять лет сохранялось

давление, закрыта. Эта страница перевернута.

- Вы сообщили, что мы выполнили 34 условия. Что-то многовато, что за условия?

- Наша легкоатлетическая федерация проделала огромную работу. Выполнены все условия - и культурные, и организационные, и вопросы тестирования ат-

летов, улучшена система управления, финансов.

- Когда наши атлеты смогут принять участие в чемпионатах мира и Европы?

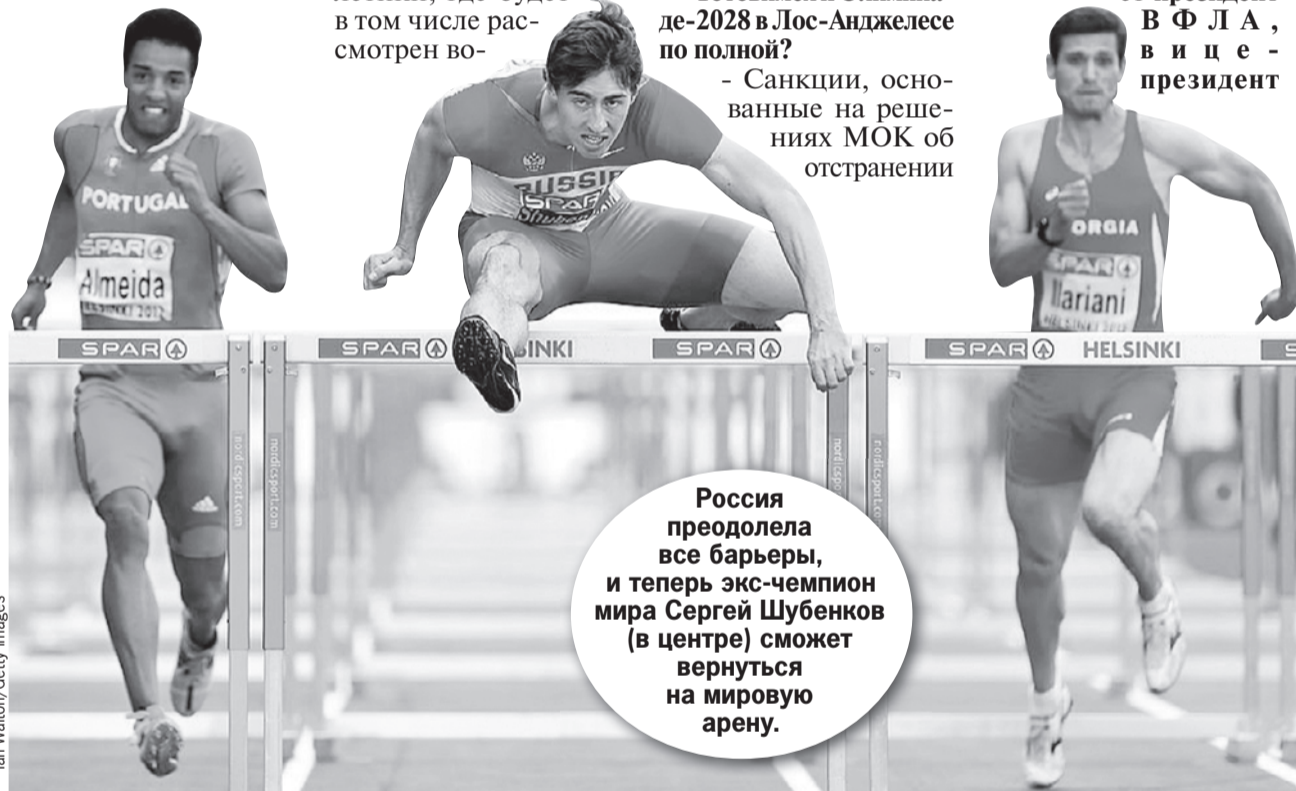
- Насколько мы приблизились к стартам на международных соревнованиях, пойдем в июле, на очередном исполкоме Всемирной федерации легкой атлетики, где будет в том числе рассмотрен во-

прос по допуску наших юниоров и юношей на основе решения МОК, которое принял в декабре комитет в Лозанне. Поэтому процесс идет, лед тронулся, мы основу для атаки на российский спорт убираем.

«ЖДЕМ ВСЕХ НА СТАРТАХ В РОССИИ»

- Готовимся к Олимпиаде-2028 в Лос-Анджелесе по полной?

- Санкции, основанные на решениях МОК об отстранении



Россия преодолела все барьеры, и теперь экс-чемпион мира Сергей Шубенков (в центре) сможет вернуться на мировую арену.

■ СКАЗАНО!

«Федерация гандбола России (ФГР) ведет серьезную работу по возвращению наших спортсменов на международную арену. На данном этапе международная федерация (IHF) разрешила России и Белоруссии самостоятельно организовывать и проводить товарищеские матчи и турниры с участием молодежных и юниорских сборных. Важно подчеркнуть, что команды из других стран на официальной основе могут принимать в них участие, никаких противопоказаний к этому нет. Мы приветствуем эти намерения и надеемся, что уже в мае на следующем заседании совет IHF еще продвинется вперед в этом процессе, потому что российские и белорусские сборные заслуживают того, чтобы как можно быстрее вернуться к соперничеству на всех уровнях».

**(Сергей ШИШКАРЕВ,
председатель высшего совета Федерации гандбола России, - о снятии санкций.)**



«Елена Вяльбе будет в руководящих органах объединенной федерации»

- Михаил Владимирович, а еще вы объявили, что федерацию по всем лыжным видам спорта возглавит Дмитрий Свищев. Это политическое или все же управленческое решение?

- Я анонсировал объединение лыжных видов. Оно напрашивалось. Все президенты федерации собрались в Олимпийском комитете и высказались однозначно за объединение и за смену руководства. Ассоциация уже выдвинула Дмитрия Свищева на пост президента объединенной федерации лыж. И также инициирован процесс объединения. Эта организация является членом Международной федерации лыж и сноуборда (ФИС). И все это позволит нам освежить управленческие механизмы, консолидировать ресурсы, в том числе финансовые, заняться резервом, расширением географии, массовости. Лыжи надо поднимать в регионах, потому что

лыжные виды - это не только спорт высших достижений. В первую очередь это массовый вид спорта, и он должен культивироваться с помощью объединенной федерации в каждом поселке, без преувеличения. Мы недавно уже заключили соглашение с Минпросвещения, я обратился к министру, чтобы лыжи для начала хотя бы факультативно включили в школьную программу. Потому что их там не было. Хотя мы страна, в которой снег в некоторых регионах лежит круглый год. Поэтому эту работу Дмитрий Свищев будет вести совместно с Министерством спорта, Олимпийским комитетом. Свищев - опытный управленец, член исполкома ОКР, уже почти 15 лет руководит Федерацией керлинга. С нуля поднял площадки для керлинга практически во всех крупных регионах России. Это олимпийский вид, это тоже важно понимать. Плюс он из бизнеса, профес-

сиональный бизнесмен, который сейчас работает в Думе. Политический опыт тоже пригодится. Поэтому это решение, конечно, управленческое.

- А кем теперь будет Елена Вяльбе?

- Это будет решать уже новый глава федерации Дмитрий Свищев. Он публично сказал, что все найдут свое место в строю. В том числе и Елена Валерьевна Вяльбе, человек, безусловно, заслуженный, даровитый как управленец. Поэтому я думаю, что она будет в руководящих органах новой объединенной федерации лыжных видов.



Все новости спорта - на KP.RU/SPORTS

Учимся избегать опасных переломов на ровном месте.

Для крепости костей важна зарядка

Анна ДОБРЮХА

КАСКАД ПЕРЕЛОМОВ ИЛИ ЭФФЕКТ ДОМИНО

- Если у человека старше 40 - 50 лет случился перелом при падении с высоты собственного роста или при еще меньшей травме - почти всегда это признак опасного снижения плотности костной ткани, - предупреждает заведующая лабораторией возрастных метаболических и эндокринных нарушений Российского геронтологического научно-клинического центра Пироговского университета, врач-эндокринолог, доктор медицинских наук, профессор Екатерина Дудинская. - В такой ситуации нужно обязательно обратиться к врачу и пройти обследование. В первую очередь сделать денситометрию - рентгеновское исследование для определения плотности костной ткани.

Очень важно вовремя начать лечение остеопороза - болезни, при которой кости становятся чрезмерно хрупкими и легко ломаются даже при небольшой травме. «Одна из главных задач - не допустить следующего перелома. Иначе запускается так называемый «каскад переломов» или эффект домино: каждый перелом увеличивает риск последующего в десятки раз», - поясняет эксперт.

О лекарственном лечении остеопороза мы рассказывали в 1-й части интервью с профессором Дудинской (см. в разделе «Здоровье» на KP.RU). Сегодня - о научно обоснованных, полезных и безопасных упражнениях для укрепления позвоночника, костей и тренировки равновесия. А

ЭТО ПРИГОДИТСЯ

Добавьте в питание побольше строительного материала для костей

- Чтобы кости были крепкими, им нужны «кирпичики» - кальций и помощник для его усвоения - витамин D, - поясняет Екатерина Дудинская.

Как их получить?

- ✓ Старайтесь, чтобы в каждом приеме пищи был источник кальция. Лучше всего этот элемент усваивается из кисломолочных продуктов: творога, сыра, кефира, натурального йогурта. Старайтесь съедать около трех порций в день. Например: творог на завтрак, кусочек сыра в обед, стакан кефира перед сном. Полезны также консервированные сардины (ешьте с косточками), брокколи, кунжут.
- ✓ Витамин D содержится в жирной рыбе (сельдь, скумбрия), яйцах. Но даже в этих продуктах его относительно немного. Чаще всего врачи рекомендуют людям старшего возраста дополнительно принимать витамин D в каплях. Спросите у своего доктора о нужной вам дозе.
- ✓ Не забывайте про белок для мышц. Включайте в рацион курицу, индейку, рыбу, яйца, а также фасоль и чечевицу.

Что лучше ограничить:

Соль: старайтесь меньше солить готовую еду, реже ешьте колбасу, копчености и консервы.

Сахар: поменьше конфет, печенья и сладкой выпечки.

Крепкий кофе и крепкий чай: 1 - 2 чашек в день будет достаточно.

также о других правилах для профилактики падений и переломов.

СКРУЧИВАНИЕ И ПОДЪЕМ ТЯЖЕСТЕЙ УЖЕ ОПАСНЫ

Снижение плотности костей заметно ускоряется после 50 лет. Если человеку уже поставлен диагноз «остеопороз» или есть его предвестник, остеопения («серая зона» между здоровыми костями и началом опасного снижения их плотности), то ряд физнагрузок может усу-

губить состояние, подчеркивает врач.

- Упражнения на скручивание позвоночника, резкие наклоны, прыжки, поднятие

тяжелых штанг или кирпичей с согнутой спиной - все это точно не полезно и опасно. Десятки приседаний в день - критичная нагрузка для коленных суставов людей старшего возраста, - поясняет Екатерина Дудинская. - В то же время силовые нагрузки в умеренной форме обязательны. И вот почему. Наши мышцы прикрепляются к костям. Когда мышца сокращается, она натягивает надкостницу, а это стимулирует регенерацию, восстановление и обновление костной ткани.

Эксперт советует три типа простых упражнений, доступных каждому:

Для равновесия

- Каждый день, держась за спинку стула, по стойте на одной ноге, потом на другой. Начинайте с 3 - 5 минут. Далее делайте столько, сколько выдержите, чтобы не чувствовать усталость и дискомфорт.

- Попробуйте пройтись на носочках, затем на пятках вдоль стены. Упражнение можно выполнять 2 - 3 раза в день по 5 - 7 минут.

Для силы мышц

- Медленно поднимайтесь на носочках (можно держаться за стул). Выполняйте 5 - 7 минут.

Не повредит ли массаж

КСТАТИ

- Екатерина Наильевна, если кости становятся более хрупкими, ломкими - не противопоказаны ли массаж, мануальная терапия?

- Легкий, расслабляющий массаж - пожалуйста. А вот глубокими, давящими движениями есть риск повредить хрупкую костную ткань. Что касается мануальной терапии, то мягкие техники допустимы. Но если мануальный терапевт скручивает пациента, как это часто бывает, - это стопроцентно опасно для людей с остеопорозом.

ВАЖНО!

- Обязательно обсудите свою программу упражнений с врачом. Возможно, он порекомендует также занятия лечебной физкультурой, - отмечает профессор Дудинская. - Помните: правильно подобранные и регулярные упражнения для скелета укрепляют мышцы, которые, как корсет, держат позвоночник. Такие тренировки улучшают равновесие, чтобы вы не споткнулись, и даже помогают костям оставаться плотнее.

- Прислонитесь спиной к стене. Сделайте несколько неглубоких приседаний, не отрывая спину от поверхности.

- Возьмите маленькие гантели или бутылочки с водой (0,5 л) и плавно сгибайте руки в локтях. Выполняйте 10 - 15 раз.

! Такой комплекс упражнений рекомендуется делать 2 - 3 раза в неделю.

Для костей

- Самая простая и полезная нагрузка - обычная ходьба. Ходите в парке, по двору, в магазин.

- Если есть силы и разрешает врач, отлично подойдет скандинавская ходьба с палками.

! Прогулки рекомендуются ежедневно, желательно по 30 - 40 минут. Но и при меньшей продолжительности они полезны. Главное - двигаться.



«Старение позвоночника стартует в 25 - 30 лет»: подробности - на сайте

В серебряном возрасте физнагрузки очень важны. Но выбирать их нужно осторожно.



«ЗОЛОТЫЕ» ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ ПАДЕНИЙ

Большинство переломов случается из-за падений дома. Буквально на ровном месте! Поэтому при наличии в доме пожилых важно сделать жилье максимально удобным и безопасным, поясняет доктор Дудинская. Вот что рекомендуется:

- ✓ Освободите проходы. Уберите с пола все, за что можно зацепиться: торчащие провода, края ковров. Если ковер скользит, подложите под него специальный противоскользящий коврик или закрепите двусторонним скотчем.

- ✓ Особое внимание уделите ванной. Это самое опасное место для пожилого человека!

- Установите надежные поручни у унитаза и внутри ванны или душа.
- Купите резиновый коврик-присоску на дно ванны и на пол рядом.

- ✓ Избегайте темноты. Не ходите по темной квартире. Включайте свет, прежде чем встать с кровати. Очень пригодится неяркий ночник в спальне, в коридоре до ванной.

- ✓ Приучайте себя к простым привычкам безопасности:

- Чтобы достать вещь с верхней полки, используйте прочную маленькую стремянку. Никогда не вставайте на табурет или стул!
- Ходите по дому в удобной обуви на нескользящей подошве с закрытой пяткой. Не в шлепанцах или носках!
- Вставайте с кровати или со стула не спеша, посидев на краю несколько секунд, чтобы не закружилась голова.

