

Всю зиму без пуховика

Как настрой и тренировки помогают представительнице приморского ЗОЖ-движения в морозы обходиться без верхней одежды.

Читайте на стр. 3 ▶



из личного архива Юлии АНИСТРАТЕНКО

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА radiokp.ru

Владивосток **90,4 FM**
Находка **107,2 FM**
Уссурийск **99,4 FM**



100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



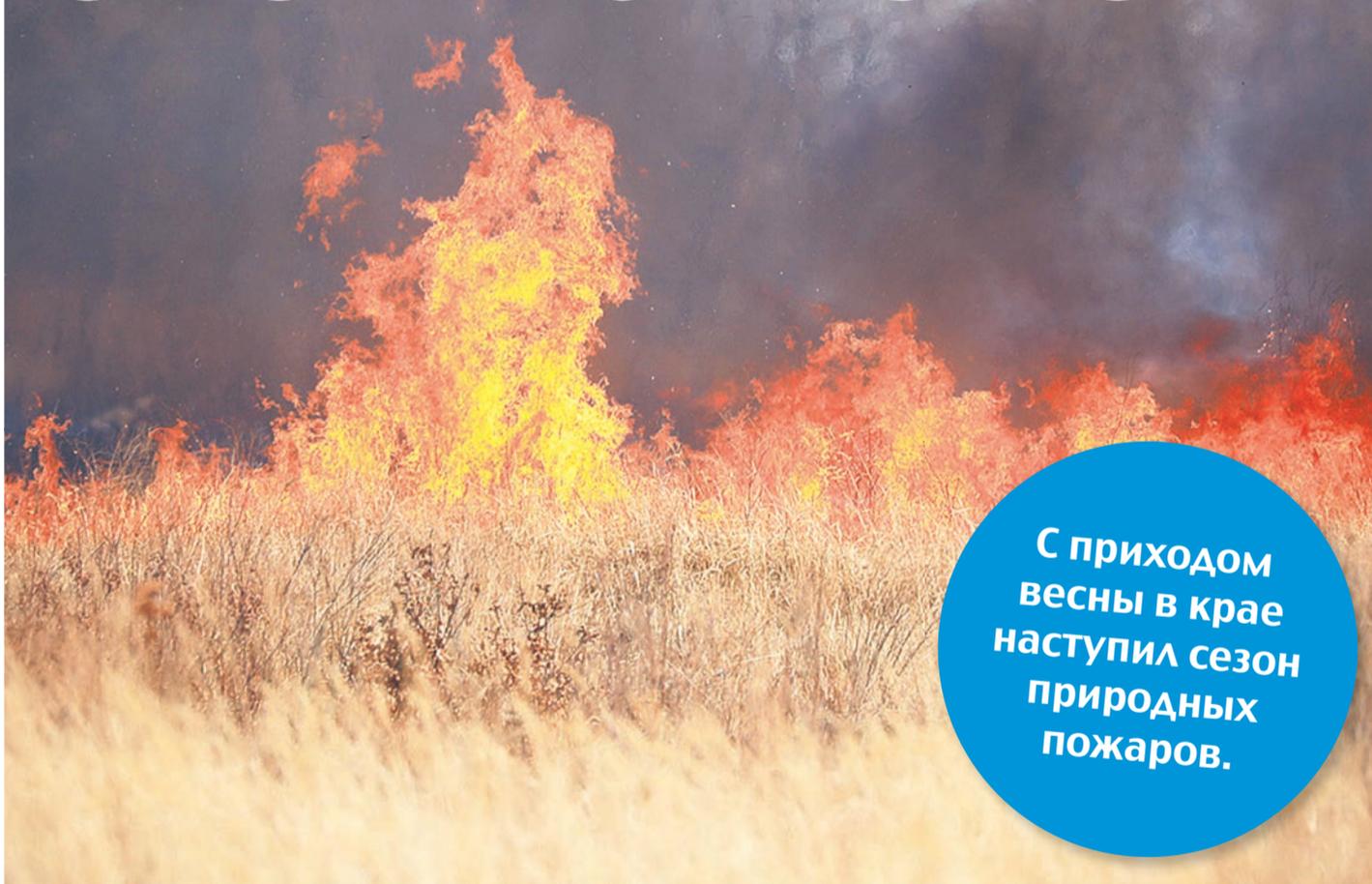
Основана в мае 1925 года

Среда, 11 марта
№ 17-с (27763-с)/2026 год

Газета нашего города ★ Владивосток

KP.RU 1 790 875
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

ОГОНЬ У ПОРОГА



С приходом весны в крае наступил сезон природных пожаров.

Читайте на стр. 2 ▶



Воздушная скорая спасла жизнь

Алина ВЕСНИНА

Шестилетний мальчик вернулся домой после лечения в ожоговом центре Владивостока.

В Приморье санитарная авиация смогла спасти ребенка с серьезными ожогами - его срочно доставили вертолетом из поселка Славянка в краевую столицу.

Продолжение на стр. 2 ▶

Сбили и уехали

Юлия ЕФРЕМОВА

В праздничные выходные двое детей попали под колеса на дорогах Приморья, водители скрылись.



Ольга ЮШКОВА

В праздничные выходные в Приморском крае обошлось без жертв на дорогах, но не без серьезных происшествий: с 7 по 9 марта зарегистрировано 106 ДТП, в шести из которых пострадали люди. Восемь человек получили травмы, двое из них - несовершеннолетние пешеходы. И в обоих случаях водители предпочли скрыться с места аварии, что лишь усугубило их положение.

7 марта в Уссурийске на улице Горького

23-летняя водительница сбила пятилетнюю девочку на нерегулируемом переходе. Ребенок получил перелом голени, а автомобилистка, несмотря на пятилетний стаж, решила уехать. Ее быстро нашли. Оказалось, женщину ранее неоднократно штрафовали за превышение скорости.

На следующий день в селе Галенки 34-летний водитель сбил семилетнего мальчика во дворе. По его словам, ребенок резко выбежал из-за угла дома. Мальчик отделался сотрясением, но и этот водитель ранее привлекался за нарушения скоростного режима.

С начала года в Приморье уже зафиксировано 50 подобных ДТП, после которых водители скрылись с места происшествия.

Расчищают для будущего

Евгения КУЗНЕЦОВА

Рыба вновь «обживет» реку
Объяснения во Владивостоке, верят специалисты.

Во Владивостоке полным ходом идет расчистка русла реки Объяснения. Техника краевого агентства по гидротехническим сооружениям и министерства ГОЧС Приморья уже прошла полкилометра водной артерии. В районе улицы Фадеева работают три экскаватора и самосвалы - углубляют дно и убирают

наносы, которые годами копились на дне.

- Меньше чем за две недели расчищено 500 метров русла общей площадью более 4700 «квадратов», вывезено больше тысячи кубометров грунта, - рассказал замруководителя агентства Владимир Кодинев.

Очищенное русло реки снижает риск подтопления близлежащих улиц во время сильных ливней, а еще дает шанс природе восстановиться. Специалисты уже заметили, что в очищенные участки активно заходит рыба.



правительство Приморского края

ба. Проще говоря, река начинает «дышать» свободнее, и это сразу отражается на ее обитателях.

Параллельно с очисткой реки Объяснения аналогичные работы идут и в других районах Приморья. Специалисты расчищают реки Спасовку, Малиновку, Сунгач, Каменку и Черниговку.

ОГОНЬ У ПОРОГА

Николай ИВАНОВ

В подавляющем большинстве случаев в возникновении возгораний виноват человек.

ДЫМ НАД ВОДОЮ

Весна пришла в Приморье: яркое солнце, повсеместное потепление, пробуждение природы после контрастной зимы... и клубы дыма на горизонте. В праздничные выходные жители Владивостока обратили внимание, как густая серая завеса поднимается над противоположным берегом Амурского залива. Пожароопасный сезон в крае стартовал в первый день весны, и статистику начальной его декады утешительной не назовешь.

Гореть край начал еще до официального начала - зима выдалась не особо снежной. Первого же марта зафиксировали два пожара, тогда пламя угрожало лесному фонду. Сухая растительность польхала в Находкинском городском округе и Хасанском муниципалитете. Тогда в общей сложности огонь охватил шесть гектаров. На тушении работали 14 человек, которые смогли ликвидировать возгорания. Всего же только в первые сутки пожароопасного периода в При-

морье спасатели 18 раз выезжали на тушение палов.

ПРОБЛЕМНЫЙ СЕЗОН

Краевое правительство, основываясь на статистике прошлых лет и особенностях климата и рельефа Приморья, утвердило график начала пожароопасного сезона, который обусловлен в первую очередь сухой и ветреной погодой.

С 1 марта он стартовал в пяти муниципальных округах края: Хасанском, Хорольском, Ханкайском, Октябрьском и Пограничном, а также на территории Уссурийского городского округа. Как показывает практика, здесь начинает гореть раньше и возгорания охватывают больше территории.

На нынешней неделе - с 10 марта - к активной борьбе с природными пожарами подключаются Владивостокский, Артемовский и Находкинские городские округа, Большой Камень, Фокино и еще

почти десять муниципалитетов. С 20 марта горячий во всех смыслах сезон начинается еще в 15 округах центрального и северного Приморья, а также в городе Партизанске.

Но огонь не сверяется с календарями и графиками. В предпраздничные и праздничные мартовские дни «горячие точки» появились в разных районах края. Накануне выходов пламя в общей сложности охватило более 100 гектаров. По большей части возгорания были на землях так называемых иных категорий, но некоторые вторглись и в леса. Все удалось ликвидировать. В лесных массивах работали специалисты Приморской авиабазы и Оборонлеса.

В Хасанском же округе крупный пожар возник из-за поджога, выяснили спасатели. Площадь возгорания составила один гектар, но легкой прогулкой борьбу с этим возгоранием не назовешь.

ЖАРКИЕ ВЫХОДНЫЕ

Четыре ландшафтных и два лесных пожара ликвидировали в праздничный уик-энд. Пламя «съело» полторы тысячи гектаров. Один из пожаров прошелся по лесам Уссурийского и Ханкайского округов. Сразу три возгорания было на Хасане.

- Крупный пожар, который жители Владивостока наблю-



Уже 30 крупных пожаров возникло в крае с конца февраля.

«Приморская авиабаза»



В арсенале борцов с огнем - самое разное «вооружение».

«Приморская авиабаза»

ВСЕ ЛЮБЯТ КОТИКОВ

«Комсомолка» совместно с ветеринарной клиникой «Kayvet» запустила фотоконкурс в честь любимых питомцев



До
20 марта

Сканируйте qr-код, переходите по ссылке и отправляйте фото ваших питомцев

Выиграйте полезные призы от ветеринарной клиники «Kayvet» и «Комсомольской правды»



реклама

■ СКОРАЯ ПОМОЩЬ

Воздушная скорая спасла жизнь



КГБУЗ «Станция скорой медицинской помощи Владивостока»

Ребенка вертолетом доставили в приморскую столицу - для лечения в ожоговом центре.

Окончание.
Начало < стр. 1.

В конце января за консультацией к специалистам Территориального центра медицины катастроф Владивостокской станции скорой помощи обратились врачи Хасанской центральной районной больницы. Они рассказали, что к ним поступил шестилетний мальчик с термическими ожогами первой и второй степени. Маленькому пациенту требовалась специализированная помощь - лечение в ожоговом центре Дальневосточного окружного медицинского центра ФМБА России.

- После консультации с комбустиологами ожогового центра было принято

решение продолжать лечение в районной больнице до стабилизации состояния ребенка, а затем перевезти его в краевой центр, - рассказали специалисты Станции скорой медицинской помощи Владивостока.

Когда состояние пациента позволило транспортировку, в Славянку вылетел вертолет Ми-8 с медицинской бригадой на борту.

В составе команды были врач анестезиолог-реаниматолог Рафаэль Девликамов и фельдшер скорой помощи Василий Литвишко. Медики аккуратно подготовили мальчика к перелету, перенесли его на борт санитарного вертолета

и доставили в краевую столицу. Перелет прошел благополучно - ребенок прибыл во Владивосток в стабильном состоянии.

В ожоговом центре маленькому пациенту оказали всю необходимую помощь. Лечение оказалось длительным, однако, по словам врачей, оно дало хороший результат. В начале марта мальчика выписали домой.

Важную роль в спасении ребенка сыграла слаженная работа специалистов разных медицинских учреждений и оперативное использование санитарной авиации. Благодаря этому юный пациент вовремя получил необходимую помощь и теперь может продолжить восстановление уже дома.

Она уже шесть лет не носит зимнюю одежду и не чувствует холода. Юлия Анистратенко из Владивостока решила поменять образ жизни – и начала с закаливания.

Анна ТЕЛЫШЕВА

Зимой морской ветер во Владивостоке пробирает до костей... В такую погоду даже заядлые «моржи» спешат после купания в проруби укутаться в пуховики. Но только не 48-летняя Юлия Анистратенко. Она выходит из ледяной воды и в одних шортах и топике отправляется домой по заснеженной набережной. Шестой год подряд коренная жительница Владивостока принципиально не надевает зимнюю одежду: в минус 27 на ней лишь легкий спортивный костюм.

Своими соображениями, как научиться не мерзнуть и после сорока чувствовать себя на двадцать, Юлия поделилась с «Комсомолкой».

«МНЕ НАДОЕЛО КУТАТЬСЯ ЗИМОЙ»

Когда Юлия называет свой возраст и говорит, что уже 10 лет носит статус бабушки, в это с трудом верится. Подтянутая, энергичная, с живым блеском в глазах – она выглядит максимум на 35. Сама Юлия шутит, что это просто «побочный эффект» здорового образа жизни.

– Я стала бабушкой в 38 лет. Сейчас у меня двое внуков, и старший называет меня по имени – просто Юля. Иногда скажет «бабушка», но редко. Все вокруг думают, что я его мама. Ну а почему бы и нет? – с улыбкой рассказывает она.

История отказа от теплых вещей началась не с экстремального холода, а с обычного желания избавиться от лишних хлопот. Юлия признается: кутаться в теплую одежду она не любила никогда.

– Я была мерзлячкой, но мне надоело постоянно думать о том, как бы одеться потеплее. И меня осенило: а что если просто перестать это делать? С осени я стала выходить гулять с собакой в майке. Низ, конечно, был закрыт, но сверху – только легкая одежда. Так, плавно, я просто в зиму не оделась, – вспоминает Юлия.

Именно с того момента стандартный зимний выход для нее выглядит так:



В 2024 году стала Миссис Владивостока.

топик, шортики, повязка на голову, чтобы ледяной ветер не продувал уши, и перчатки.

Но однажды в поездке к святым источникам в село Дивеево, что в Нижегородской области, Юлия поняла, что воздух – только полдела. Когда женщина попробовала зайти в ледяную воду, ноги пронзила острая боль: будто палками били, говорит она.

– Это сосуды так реагировали. Я поняла: на воздухе я натренировалась, а в воде – нет. И тогда с сентября начала ходить в центр зимнего плавания. Сентябрь, октябрь, ноябрь, декабрь... А когда сделали прорубь, я зашла в нее и не почувствовала боли. Чудо случилось!

Кстати, семейные традиции в этой семье передаются по женской линии. Мама Юлии стала прабабушкой в



Почти в 50 лет Юлия чувствует себя лучше, чем в 20.

«Ледяная» леди

58 и тоже с удовольствием окунается в прорубь. Дочери тоже охотно следуют здоровому образу жизни. А вот муж остался единственным «непробиваемым».

– Он у меня всеядный, мерзнет и за меня постоянно переживает: «Куда пошла раздетая?» Я пыталась и кормить его правильно, и звала с собой закаляться, но он не хочет. Совсем не разделяет моих увлечений, – делится Юлия.

«Я БУДУ СЛИВАЮСЬ С ПРИРОДОЙ»

Секрет нечувствительности к холоду, по словам Юлии, кроется не только в физической подготовке, но и в психологическом настрое. У нее есть своя методика.

– Когда выходишь на мороз, главное – не скукоживаться. Нужно полностью расслабиться. Я проговариваю про себя: «Я воздух, я снег, я земля, я деревья». Сливаюсь с природой. И

где-то на второй минуте холод просто «отключается». Я не знаю, как это объяснить с научной точки зрения, но будто бы тебя что-то защищает. Иду в легком биокостюме – из материалов, не наносящих вред природе, и мне комфортно, – делится Юлия.

При этом она не ставит рекордов и не пытается ходить раздетой по улице весь день. Ее путь от дома до проруби занимает минут 10–15. Если нужно быть на улице дольше, Юлия надевает тонкий флисовый комбинезон.

– В минус 27 я ходила в тренажерный зал в том же топике. На мне был металлический кулон, и он «накалится» на морозе так, что, казалось, прожжет кожу. Но это ничего. Когда возвращаешься домой, нет ни дрожи, ни обморожения. Я просто как будто научилась общаться с природой, – рассказывает Юлия.

На набережной Владивостока к ее необычным зимним нарядам уже привыкли, а вот в Москве или Питере, по словам Юлии, реакция ярче. Чаще всего прохожие улыбаются, просят селфи или просто удивленно оглядываются.

«15 ЛЕТ НАЗАД ИЗМЕНИЛА ПИТАНИЕ ПОЛНОСТЬЮ»

Помимо спорта и закаливания, Юлия придерживается здорового питания. К веганству она пришла задолго до того, как это стало модным. Пятнадцать лет назад, когда еще не было блогеров и ЗОЖ-движений, ей просто стало жаль животных.

– Я всегда их жалела, но перед глазами не было примера. Однажды одноклассник зашел ко мне в бьюти-студию и дал брошюру для веганов. Я прочитала – и



Юлия уже шесть лет не надевает зимнюю одежду.

все, говорю, ребята, я с вами. В один день отказалась от всего: мяса, курицы, колбас, – делится Юлия.

Свое отличное самочувствие женщина не приписывает генам. Говорит, они у нее самые обычные. И если бы не смена образа жизни, неизвестно, каким было бы здоровье.

– В 34 года у меня уже начались проблемы с почками: песок, камни, отеки. Кожа была проблемной. Понимаете, это же копится годами. А тут я поменяла питание. Поэтому моя молодость – это полностью заслуга здорового образа жизни. Гены тут ни при чем, – уверена Юлия.

Отказалась она не только от мяса, но и от алкоголя.

– Когда ты трезвый, голова работает иначе, – рассказывает Юлия. – Появляется жажда знаний. Я стала читать, изучать религии, смотреть документалистику. Раньше, когда была всеядной и выпивала, мне это было неинтересно. А сейчас годы идут, а чувствуешь себя лучше, чем в 25!

– А что бы вы посоветовали нашим читателям, которые тоже в 45 хотят быть бодрыми и молодо выглядеть? – спросили мы у Юлии.

– Начинать нужно не после 45, а гораздо раньше. Менять питание. Не резко, но убирать вредное: мучное, сахар, мясо, соусы, химию, торты с таблицей Менделеева в составе. И отказаться от спиртного. Слишком много праздников в году, чтобы пить так часто. И тогда увидите: годы идут, а вы молодеете, – улыбается последовательница здорового образа жизни.

Фото: личный архив Юлии АНИСТРАТЕНКО.

Украинцы не делили никого



Александр КОЦ,
военкор «КП»

Украинский Покровск только-только стал Красноармейском - его освободили бойцы группировки «Центр». Несмотря на тяжелые и упорные бои, в городе осталось немало мирных жителей, которые ждали нашу армию. Военкор «Комсомолки» провел с ними несколько дней.

КОРОБКА С СЮРПРИЗОМ

- Небо! Все из машины! - кричит стрелок на въезде в Красноармейск. Приехали...

Под покровом тумана мы уже преодолели, пожалуй, самый опасный участок дороги до освобожденного в конце прошлого года города. Заваленный выгоревшими корпусами машин и броневиков путь красноречиво показывал: в ясную погоду здесь лучше не появляться.

Противник старается осложнить нашу логистику на этом участке фронта - минирует трассы с воздуха, атакует дронами, выставляет «ждунов» (такой беспилотник на оптоволоконке может ждать жертву до 12 часов. РЭБ ему нипочем). Но последним нужна хорошая видимость. А ее в это утро как раз и не было.

Но когда наш багги «Улан» заезжает на разрушенные городские улицы, туман резко рассеивается, и воздух будто по щелчку пальцев наполняется пронизывающим нервы жужжанием. Дружно выпрыгиваем из кузова и заскакиваем в то, что когда-то было магазином. О его прошлом напоминают обугленные холодильники и стеллажи. Укрытие, конечно, так себе - снаружи мы отлично видны через выгоревшие окна-глазницы. Поэтому стрелки занимают позиции, каждый контролирует свой участок. Это происходит так естественно, будто парни родились с этим умением.

Жужжание постепенно удаляется, и когда кажется, что оно исчезло совсем, напряженную тишину разрывает раскатистый взрыв. Долетел.

- Можно ехать, - констатируют парни, запрыгивая в кузов.

Мчим на точку выгрузки. Вместе с журналистом бойцы везут для своих боевых товарищей воду, топливо, провизию.

А меня начинает



Решетки на окнах бывшего покровского ТЦК даже на верхних этажах - чтобы ни один пойманный украинец не сбежал от людоловов.

преследовать другой звук. Я даже скосил взгляд на вооруженных попутчиков, но те, прицельно разглядывая небо, как будто и не слышат кошачьего мяуканья. Что-то новенькое. Слуховых галлюцинаций на почве испытанных острых ощущений у меня еще не было.

Пытаюсь отвлечься, рассматривая пейзаж: одинокие стены многоэтажек с рухнувшими пролетами, нагромождение кирпичика и бетона на дороге, пролетающие мимо пехотинцы на квадроциклах... Красноармейск по уровню разрушений напоминает Артемовск. Причем, как отмечают мои попутчики, их (разрушений) после освобождения города становится все больше: Украина бьет по своему бывшему Покровску нещадно - и дронами, и артиллерией.

Подъезжаем к пункту назначения и начинаем выгружаться. Подхватываю коробку, в которой все еще кто-то отчетливо и настойчиво мяучит. Приоткрываю крышку - и правда, котята. Их передали с Большой земли.

Котиков передали с Большой земли. Они и отдушина для суровых бойцов, и лучшая защита от грызунов.



Александр КОЦ/«КП» - Москва



«ЛОВИМ НА ХАЛАТНОСТИ, НАКАЗЫВАЕМ ДРОНАМИ»

- Эту Молнией назовем, как наш ударный дрон, - принимает «новобранцев» командир расчета противодиверсии БПЛА 1441-го полка группировки войск «Центр» Артем Ильюшенко.

Артем - бывший водитель грузовика, развозил корм по сельхозпредприятиям. Он уже четвертый год воюет в зоне СВО. Прошел бои в Серебрянском лесничестве, брал Авдеевку, Бердычи, Новгородовку. После ранения обучился на оператора аппарата, военное название которого не произнести, - это чемодан с экранами, на которые выводится картинка перехвата с камер вражеских дронов.

- Тут же начинаю крутить антенну, искать, от-

куда работает враг, глушить его, - поясняет Артем. - Бывает, видно, где они взлетают. Тогда уже передаю координаты - и к противнику может прилететь ФАБ.

«По серому» (то есть в сумерках) перебегаем на полковой передовой пункт управления. Он в паре кварталов. Всегда поражался, как военные умеют обустроиваться в, казалось бы, непригодных для жизни условиях. Тут тебе под землей и столовая с хлебопечью, и баня с парной, и кровати в два яруса сколочены, и собственно сам ППУ с обстановкой в режиме онлайн на дисплеях.

- Если погода позволяет, у нас 24/7 в небе находятся разведывательные «птицы». Они контролируют линию соприкосновения, перемещения врага, - поясняет начальник службы БПЛА 1441-го полка Иван Смирнов. - Мы знаем маршруты их движения, ротации, подвоза... Выявляем, ловим на халатности, на негличности. И наказываем ударными дронами.

- Например?

- Вот был инцидент: нетрезвые «товарищи» вылетели в поле на джипе и пятаки там нарезали. Были наказаны.

- А как поняли, что пьяные?

- Трезвых на такие «подвиги» не потянет. Суточный расход дронов у нас в среднем до 50 «птиц». Порой и до ста, когда противник проявляет активность.

- А проявляет?

- В последнее время не очень, - подключается к разговору начальник разведки полка Евгений Брюханов. - Активного наступления не предпринимает. Пользуясь погодой, пытается зачем-то заходить малыми пешими группами. Мы их уничтожаем.

Евгений - из мобилизованных. На Алтае был строителем, инженером по эксплуатации зданий и сооружений. В СВО сначала воевал мотострелком, потом прошел курсы подготовки офицера, стал командиром взвода, потом - разведроты, а сейчас - целый начальник разведки полка. Это уже давно не единичный случай, а закономерность, когда опытные бойцы, понимающие суть тяжелой работы, занимают командные должности.

«МОИ МАЛЬЧИШКИ»

Взять командира 4-го батальона 30-й мотострелковой бригады группировки войск «Центр». Сергей Майер на гражданке мебель собирал - приехал 12 лет назад из Казахстана вслед за любимой, получил гражданство по программе соотечественников, обзавелся детьми... И ушел добровольцем воевать. «За Родину», - говорит он без тени пафоса. Причем просился именно в штурмовики, начал рядовым. Сейчас - гвардии капитан.

До его подземного бункера минут 20 иду сквозь утренний туман след в след за сопровождающим. Маршрут ломаный - проложен не напрямик, а вдоль домов со стороны подъездов, чтобы можно было быстро укрыться. В глазах рябит от жовто-блакитного: в цвета украинского флага покрашено все - от заборов до качелей, от уличных тренажеров до колонки с водой. На стенах - муралы с портретами неизвестных широкой общественности украинских «героев».

Вот вы, к примеру, знаете, кто такой Олекса Тихий? Вот. А это диссидент-антисоветчик из Дружковки. Когда-то он осуждал ввод советских войск в Венгрию и выступал за украинизацию Донбасса. Почти все вывески - на мове, будь то салон красоты или пекарня.

Из интереса захожу в детскую библиотеку. Вся литера-

На мирных и военных

тура, разумеется, на украинском. А забежишь в квартиру, услышав далекое жужжание, - книжки на русском. Красноармейск всегда был русским городом шахтеров и железнодорожников. Но Донбасс долгие годы насильно украинизировали, и люди жили в двух параллельных реальностях. Дома ты - русский, на улице - гражданин Украины.

- Для моего батальона освобождение Красноармейска было первой боевой задачей, - встречает меня на своем пункте управления гвардии капитан Майер. - Считаю, все молодцы, справились. В прямом стрелковом бою противник долго не бодается. Видит, что мы наступаем, и отходит. Мы тут и ночами двигались - враг просто не знал, что он уже в нашем тылу, не ожидали, что мы у них под носом накапливались: идут свободно по улицам, а мы их уничтожаем. Сейчас контролируем железную дорогу, полностью город, раз в три-четыре дня пацаны делают обход. Мало ли. Попался недавно один в гражданском. А мои мальчишки уже всех гражданских знают. Допросили, раздели, а у него ранение. И надпись на носках - «ЗСУ».

- «Мои мальчишки»... Молодые парни у вас?

- А у меня даже 60 лет - это мой мальчишка. Нет разницы. Все мальчишки, все молодцы!

Рядом сидит один из «мальчишек» - командир разведроты Александр Литвинов. Деревенский парень, с детства мечтал стать военным. В 2021 году окончил Новосибирское высшее военное училище. Со своей героической ротой сначала заходил в Шахтерский район Красноармейска, затем штурмовал райисполком, депо, центр... Про свою работу рассказывает по-военному лаконично и скупно:

- Двигались по улице, выявили противника в школе. Вступили в огневой контакт, оттянулись. По раннему утру наша двойка начала движение, взяли с собой танковую мину ТМ. Противник спустился в подвал, туда ее и закинули. Сбежали за второй. Затем двойка зашла в школу, осмотрела здание. Двух ликвидировали успешно, закрепились. Вместе с теми, что в подвале, уничтожили шесть человек...

ПЕШЕХОДНАЯ ЛОГИСТИКА

Вместе с очередным проводником двигаемся к центру, наблюдая, как живет прифронтовая логистика, пока позволяет погода: **весь город приходит в движение, и такелажники своими «муравьиными» тропами молча двигаются пешком из одного конца города в другой. Туда тащат на себе боеприпасы и топливо, обрат-**

но - пустые канистры и тележки с ранеными. Мы топаем своей дорогой, проходя мимо разбитого корпуса центральной больницы. Обгоняем связистов, которые тянут куда-то оптоволокно, чтобы запустить интернет на очередном ППУ.

На Почтовой улице проходим мимо ТЦК - украинский территориальный центр комплектования, а по-нашему, военкомат. Сверху донизу здание закупорено решетками. Чтобы ни один ухилинт (уклонист по-нашему) не смог избежать своей печальной участи быть мобилизованным. По битому стеклу и кирпичной крошке выходим к центральному парку, за которым по фронту из тумана вырастают колонны центрального входа Донецкого индустриального университета, а справа по флангу - администрация, отмеченная на картах как райисполком.

- Заходили с самого утра, через вот этот пролет со вто-

верности прикрываю себя дверью стоящего рядом холодильника. Жужжание становится ближе, дрон облетает здание, высматривая в окнах движение. Я его не вижу, но звука достаточно, чтобы получить слонячую дозу адреналина. Беспилотник, не найдя жертву, уходит на север. Мы вылезаем из своих нор и топаем дальше.



Сын так и не смог уговорить Светлану Степановну уехать. На кухонной буржуйке они и готовят, и тут же греются. С едой помогают наши бойцы.

рого этажа, - рассказывает появившийся рядом штурмовик 30-й бригады. - Они оборонялись довольно упорно, у них работал пулеметный расчет на первом этаже. Когда мы штурмовали, они в окна нам «птиц» заводили... Мы забрасывали противника тээмками. Нам помогли наши дроны. К вечеру мы загасили пулеметную точку, проникли в само здание и зачистили его.

Замечаю, что картинка вокруг стала контрастнее, а мой сопровождающий, здоровенный детина Макс, напряженнее. Туман! Он постепенно рассеивается, значит, надо поворачивать обратно. И только мы начинаем двигаться на юг по улице Шахтостроителей, как в небе появляется знакомый пронизывающий звук.

- В укрытие! - кричит Макс.

Я залетаю снова в какой-то магазин, протискиваясь сквозь строительный мусор в самый дальний угол. Для

«НА УКРАИНУ НЕ ХОЧУ. Я РУССКАЯ»

В одном из дворов встречаем местную жительницу - Светлану Степановну. Дежурный вопрос:

- Почему не уезжаете?

- Не выдержу дорогу.

- На Украину не предлагали выехать?

- Я не хочу. Я и так в списках неблагонадежных была, потому что родилась в России, в Тюмени. Отец - из Нижнего Новгорода, мама - из Подмосквы. Они сначала по Сибири мотались, потом сюда приехали, когда мне 9 лет было. Папа в шахту пошел работать, она его и похоронила...

В квартире Светланы Степановны темень и запах горелого. На кухне - буржуйка с врезанной в стену трубой. За счет нее и греется, и еду готовят. Продуктами и водой помогают российские бойцы. Женщина живет с сыном-железнодорожником. Он не может ни уговорить ее уехать,

ни оставить одну. Так и мыкаются вдвоем.

- Мы уже привыкли, - говорит она, - второй год без электричества, вторую зиму без отопления. Ребята включают скважину, мы берем у них воду в подвале. Кому нужно срочно, пусть выезжают. Мы можем и позже.

- А куда уезжать-то? В Донецк? Мне что, квартиру там

бедро в крови. Говорит, переходила железную дорогу в районе Горбатого моста, видит, что-то светится. Резко поднимается с земли - дрон. Успела руку подставить только, отбить его. Он взорвался.

- А вы чего не уезжаете?

- А куда? Я русский, у меня все здесь похоронены. В России сестра, в Иркутской области. Но туда далеко сильно. Деньги нужны. Я пенсионер. Мне вот 61 год уже скоро будет. Накоплений никаких нет. В Донецке есть квартира у родственников. Но они в Родинском, как и мы, сидят, выехать не могут. Что туда поехать - болтаться бомжом, что здесь я бомж. Тут хоть военные помогают - и хлебом, и тушенкой, и водой, и чаем с конфетами... Знаете, в 95-м году мы совершили велопробег из Красноармейска в Москву, посвященный 50-летию Победы и 15-й годовщине смерти Владимира Высоцкого. Ехали через Харьков, Белгород, Курск, Орел, Тулу, Москву, Наро-Фоминск, Борисоглебск, Воронеж, Ростов, Таганрог, Снежное, Саур Могила. Мне запомнились слова русских ветеранов в Туле: «Не смотря на то, что нас разделяют границы, мы всегда с вами, мы всегда за вас». Так приятно было слышать это. А что сейчас натворили собаки европейские?

Мужчина махнул рукой, тяжело вздохнув, и пошел дальше со своим пожилым товарищем.

- Небо! В укрытие! - снова кричит Макс.

И мы уже рутинно заскакиваем в очередной подъезд, выбираем самый дальний угол и, ошетилившиеся ружьями 12-го калибра, слушаем пикирующее завывание беспилотника...



Самые свежие новости об СВО - в телеграм-канале военкора «КП» Александра Коца

При малейшем жужжании в воздухе мы укрываемся в ближайшем «магазине», бойцы сразу занимают позиции. Следят.

Александр КОЦ/«КП» - Москва

Александр КОЦ/«КП» - Москва

Ирина РИНАЕВА

О смерти миллионера мы знаем меньше, чем о его жизни.

Как жил американский миллионер-педофил Джеффри Эпштейн, мы уже примерно представляем: насилие, шантаж, оргии для власть имущих. А вот как он умер?

Официальная версия - самоубийство. Но в нее верят не все. «Комсомолка» исследовала материалы дела и убедилась: то, что происходило с магнатом за решеткой, не похоже на череду спонтанных событий.

Кстати, в рассекреченных недавно файлах Эпштейна нашелся удивительный документ. В черновике донесения с датой 9 августа 2019 года прокурор пишет: преступника нашли мертвым в тюрьме. Но вся штука в том, что это случилось 10 августа...

Опечатка? Или - проговорились о плане?

СОСЕД НА 110 КИЛО

6 июля 2019 года самолет Эпштейна прилетел из Парижа в Штаты. Вместо водителя на лимузине Джеффри встретили агенты ФБР и отправили его в тюрьму.

Мрачное 12-этажное здание в Нью-Йорке, на Манхэттене, поведало и террористов, и наркобаронов. Но столь специфический «пациент» попал в его стены впервые.

Эпштейна, как положено, опросили тюремные психологи. Вердикт: к суициду не склонен. Наоборот, надеется вскоре выйти под залог.

Миллионеру назначили сокамерника. Понятно, что в узилище ангелов не было, но сокамерник прямо-таки выдающийся. Гора мускулов на 110 кило, бодибилдер, пошедший по скользкой дорожке экс-полицейский **Ник Тартальоне**. Убил и закопал четырех человек, задолжавших ему круглую сумму за партию кокаина.

Под залог Эпштейна не выпускают. Это значит, что он сможет затянуть следствие, вскоре начнутся плотные допросы. А ночью 23 июля происходят очень странные события.



Социальные сети

Первый сокамерник финансиста Ник Тартальоне сидит пожизненно. Но где - неизвестно.

Эпштейна погубила маска с ядом?



ajey_suresh/flickr.com/Wikimedia.org

В ПОЗЕ ЭМБРИОНА

✓ «Показания охранника. В 1.27 утра мы услышали шум из камеры, отперев дверь, увидели Тартальоне. Он заявил, что Эпштейн пытался покончить с собой. Эпштейн лежал на боку возле койки в позе эмбриона. Он дышал, но слабо реагировал на внешние раздражители».

Рядом валяются обрывки постельного белья. Миллионера несут в медпункт, он приходит в себя. У него на шее фиксируют «покраснения».

✓ «Из внутреннего расследования. Тартальоне заявил, что спал на полу, накрыв голову простыней, с наушниками в ушах, его разбудил удар по ноге».

Откинув простыню, он увидел, что Эпштейн сидит в углу с открытыми глазами, издавая звуки, похожие на храп, и не реагирует на оклики. Тартальоне позвал охрану».

✓ «Из рапортов сотрудников тюрьмы. Эпштейн сообщил: сокамерник пытался вымогать у него деньги и, возможно, хотел его убить».

Позже Эпштейн пояснил: ночью он встал с кровати, чтобы попить, что было дальше, не помнит, очнулся на полу от звуков собственного храпа».

✓ «Из внутреннего расследования. Нет достаточных доказательств того, что Эпштейн причинил себе вред - как и того, что ему причинил вред сокамерник».

Адвокаты Тартальоне запросили видео с камеры на эта-

же. После долгих разборок его прислали. Но оказалось, что оно... с другого этажа. Ну спутали случайно. А нужное случайно стерли.

СОН С АППАРАТОМ

И снова с миллионером работают психологи. И снова их вывод: к самоубийству не склонен. Эпштейн смеется над подозрениями в суицидальных наклонностях, говорит, он слишком любит жизнь.

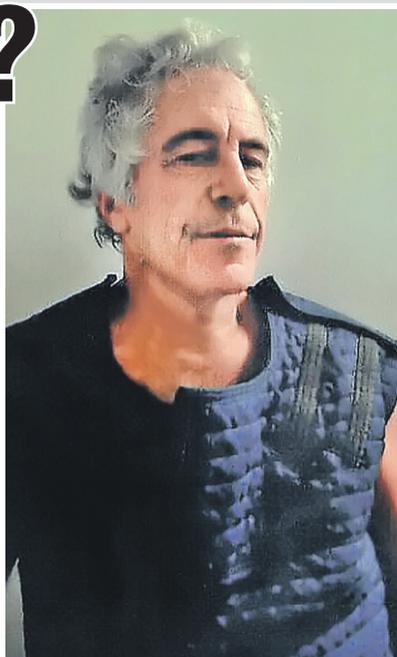
Джеффри помещают в камеру с **Эфрейном Рейесом**. Этот наркоторговец из Бронкса сдал подельников и стал всю сотрудничать с ФБР. Таких подсаживают к другим преступникам, чтобы вытянули из них побольше информации.

Рейес утверждал, что с Эпштейном они почти не общались - тот «был подавлен и много читал». А вот финансист жаловался, что соседка не дает ему спать долгими разговорами.

И тут - бац! Накануне гибели Эпштейна соседа переводят в другое СИЗО, всего-то и пробыли вместе 11 дней.

А следующего сокамерника магнату не подбирают, хотя обязаны. Почему? Не успели, запутались, не поняли друг друга - так звучали объяснения тюремщиков.

Зато в новой камере миллионеру по его просьбе поставили СИПАП - аппарат, помогающий от апноэ. Это короткие остановки дыхания во сне, которые приводят к нехватке кислорода. Причиной могут быть гормональные проблемы, старение мышц глотки... СИПАП через компрессор и маску,



Минюст США

Эпштейн после «попытки самоубийства». На него от греха надели специальный нервущийся жилет. На фото слева - та самая тюрьма.

которую надевают на ночь, нагнетает воздух в дыхательные пути.

РОКОВОЙ ДЕНЬ

Свой последний день, 9 августа, Эпштейн провел в беседах с адвокатами, потому что суд рассекретил документы по иску **Вирджинии Джуффре**.

Девушка утверждала, что Эпштейн и его подруга-сугенерша **Гислейн Максвелл** развратили ее в юном возрасте, принуждали к сексу с британским **принцем Эндрю**, миллиардером **Гленном Дубином**, экс-лидером демократов в сенате **Джорджем Митчеллом** и другими. Сперва Джуффре согласилась отозвать иск и взять у Эпштейна и Максвелл деньги, но потом переменяла мнение.

Эпштейн, очевидно, пытался выстроить линию защиты. А его бывшие соратники по развлечениям окончательно поняли: дело пахнет керосином.

В 19.49 Джеффри вернулся в камеру. В 6.30 его нашли мертвым.

НЕКТО НА ЛЕСТНИЦЕ

Вот какие детали выяснили следователи и журналисты.

✓ Охрана подделала записи

ШОК

На днях минюст США разрешил американским конгрессменам взглянуть на неотредактированные файлы по делу Эпштейна (в доступном архиве многие личные данные замазаны черным). Среди жертв педофила обнаружили 9 и 10 лет девочки.

про обход заключенных каждые полчаса. Тюремщики смотрели сериалы, заказывали мебель онлайн, а большую часть смены проспали. ✓ Осталось видео лишь с одной камеры, которая покрывала издали пост охраны и крохотный краешек лестницы, ведущей к блоку финансиста. Диски от других камер внезапно повредились.

✓ Это видео под давлением общественности в 2023 году опубликовал минюст США. Но независимый анализ показал: оно смонтировано из двух частей, в первой обрезаны 2 минуты 53 секунды.

✓ В 22.39 на видео некто поднимается по лестнице в сторону камеры Эпштейна и возвращается в 22.41. То ли это человек в форме заключенного, то ли кто-то несет оранжевое белье и одежду для эзков (но зачем это делать после отбоя?). Личность не установлена.

Ну а теперь позвольте версию, на которой остановились многие.

В смерти Эпштейна были заинтересованы десятки человек. Политики, бизнесмены и прочая «элита», которой он продавал поруганных девочек...

Сокамерник Тартальоне подсыпает Эпштейну зелье (отключка, храп, спутанное сознание - это как раз оно). Или зелье подсыпают обоим. Имитируют попытку самоубийства финансиста, чтобы создать впечатление: он на такое способен.

Теперь нужно, чтобы Эпштейн жил в камере один - и его нового соседа Рейеса быстро отправляют в другую тюрьму. В аппарат СИПАП вводят не оставляющий следов яд. Эпштейн умирает во сне, имитируется самоубийство.

Конспирология, скажете?

■ ЧТО БЫЛО ДАЛЬШЕ

✓ Сокамерника Эпштейна, Эфрейна Рейеса, нашли мертвым дома в постели в 2020 году. Как бы последствия коронавируса.

✓ Главный поставщик «живого товара» для Эпштейна в Европе, французский модельный агент **Жан-Люк Брюнель** (имя упомянуто в файлах Эпштейна 5350 раз), умер в тюрьме La Sante в 2022-м. Самоубийство.

✓ Главная свидетельница по делу Эпштейна Вирджиния Джуффре скончалась в 2025-м на своей ферме в Австралии. Самоубийство.

✓ Сокамернице Гислейн Максвелл, подруге Эпштейна, отбывающей 20-летний срок, предлагали деньги за ее удушение во сне.

✓ Тюрьму на Манхэттене закрыли в 2021 году из-за ветхости. Так она и стоит, полная призраков.

Диггеры говорят, что видят их в подземных ходах, через которые можно при должной сноровке проникнуть внутрь.



Николай МЫСИН,
автоэксперт «КП»

Пан или пропан

Зачем нам электромобили, если можно сделать ставку на голубое топливо.

Освобождение от транспортных налогов. Бесплатные парковки в столице. Госсубсидии при покупке в кредит - до 925 тысяч рублей. И вся эта роскошь - для электромобилей! А их все равно не покупают.

Зачем государство так упорно старается повысить спрос на «электрички»? мода? Экология? Природу, безусловно, надо беречь. Но ведь есть альтернатива - газомобили! Почти столь же экологичные,

доступны для всех. Газопроводов по стране достаточно. И с самим газом проблем никаких! Но владельцам газомобилей субсидий не положено.

ЧТО ЭТО ЗА АВТОМОБИЛЬ

Конструктивно - это обычная машина с ДВС (двигателем внутреннего сгорания),



Александр ДЕМЬЯНЧУК/ТАСС



Газ стоит в два с лишним раза дешевле бензина. И в этом его плюс. Однако перевод авто на голубое топливо стоит немалых денег.

Павел ЛИСИЦЫН/
РИА Новости

на которую установлено газобаллонное оборудование (ГБО). В итоге вместо бензина (или вместе с бензином) мотор питается газом. Выгода - в разнице цен на топливо: газ в среднем вдвое дешевле при сопоставимом расходе.

Само ГБО состоит из трех основных компонентов - резервуара для хранения то-

плива, системы его подачи и редуктора, регулирующего давление газа. Ключевые системы автомобиля переделкам не подвергаются - в том числе и мотор.

ГБО не заменяет обычную топливную систему. Оно устанавливается параллельно. То есть газомобиль может ездить и на газе, и на бензине.

Установить ГБО можно на любую машину. Хотя чем она современнее, чем сложнее устроен двигатель, тем больше требований и к конструкции ГБО. С дизелями и турбированными моторами возни чуть побольше, но нерешаемых проблем нет и здесь.

КАКИМ БЫВАЕТ ТОПЛИВО

Есть два типа газомоторного топлива - пропан и метан.

Пропан (на самом деле - пропан-бутановая смесь) - побочный продукт переработки нефти, поэтому он стоит дешево. На крупных производствах его часто сжижают.

Метан - природный газ, добываемый у нас в стране в огромных количествах. Стоит даже дешевле пропана, но есть другая трудность - метан сложно поддается сжижению. Его приходится хранить в сжатом виде под большим давлением - около 200 атмосфер. И даже так баллоны получаются больших размеров, чем для пропана. Само собой, они должны быть очень прочными.

Полезные советы для автолюбителей читайте на сайте в специальном разделе KP.RU/AUTO



МНЕНИЯ

В самый газ!



Игорь МОРЖАРЕТТО, член общественного совета при МВД:

- Часто мы гонимся за западной модой. Там сделали ставку на электромобили, и мы решили: «Нам тоже надо!» Сейчас в Европе и Америке пошел тренд на гибриды, но мы по инерции пытаемся стимулировать «электрички». Хотя сами их не производим, к нашему климату они не подходят, да и нормальной сети ЭЭС у нас нет. Зато из бюджета выделяются солидные деньги на поддержку использования электромобилей. Так почему не направить эти же средства на развитие газификации транспорта, ведь газа в России достаточно? И для экологии будет полезно, и автолюбителям - выгодно.

Вот тебе и газ...



Андрей ЛОМАНОВ, автоэксперт:

- В России уже пробовали стимулировать «газификацию» машин. В Москве запускали автобусы на метане, но потом решили, что это небезопасно. Если машина загорится - огнетушителем ее не потушишь.

Кроме того, отбить затраты на установку ГБО не так просто. На современных автомобилях с невысоким расходом топлива это нецелесообразно. А технически устаревшие машины раньше сгниют, чем окупят расходы по переходу на газ.

ПЛЮСЫ И МИНУСЫ

+ **Главное преимущество газа - цена.** По данным Росстата, сейчас средняя стоимость литра бензина в России - 65,45 рубля. Литра дизеля - 73,9. А вот литр пропана обойдется всего в 27,8 рубля. Кубометр метана - и вовсе в 25,5 рубля. Разницу чувствуете?

С расходом топлива - чуть сложнее. У пропана он выше, чем у бензина, - примерно на 10 - 15% (принято приравнивать расход 1 м³ сжатого газа к 1 л бензина). У метана, наоборот, ниже - на 5 - 10%. Но с ним падает мощность - на 20 - 30%. С пропаном она тоже может проседать, хотя не так существенно, всего на 5 - 10%. Цифры усредненные, все зависит от конкретной машины и типа двигателя. Но в любом случае стоимость 1 км пробега заметно снижается!

Другие плюсы:

+ **Экологичность.** Количество выделяемого углекислого газа уменьшается на 10 - 15%. Выбросы серы и свинца сводятся практически к нулю.

+ **Повышается ресурс двигателя.** Меньше копоти и сажи при сгорании топлива - чище поршни и клапаны. Масло и свечи можно менять в 1,5 - 2 раза реже.

Впрочем, имеются и минусы:

- **Дополнительное сервисное обслуживание.** ГБО - штука тонкая, за которой нужен строгий контроль. Минимум один раз на 10 тысяч км.

- **Меньше места в багажнике.** Баллон монтируют либо за задним сиденьем, либо в подполе багажника, где хранится запаска. Так что полезное пространство для перевозки скарба серьезно сокращается.

- **Машины на газовом топливе нельзя оставлять на закрытых стоянках.** Это вопрос пожарной безопасности.

- **Стоимость установки ГБО.** Системы для работы на пропане вместе с установкой обходятся в 50 - 80 тысяч рублей. Метановые установки - в 60 - 100 тысяч.

- **Регистрация в ГАИ.** Установка ГБО считается вмешательством в конструкцию автомобиля. Процедура его «узаконивания» довольно мутная. Нужно подать заявку в ГАИ, согласовать изменения с сертифицированной лабораторией, оплатить пошлину, установить оборудование, оплатить оборудование. Затем - пройти проверку в лаборатории, пройти техосмотр, пройти финальную проверку в ГАИ, поставить отметки в документах на машину...

Само собой, каждый шаг сопровождается тратами. На пошлины в ГАИ уйдет 9525 рублей, на услуги лаборатории по оценке безопасности конструкции после внесения изменений - от 6800 рублей.

РЕЗЮМЕ

«Подключить к газу» можно все, что угодно. Но не всегда это имеет смысл.

Метан подходит «крепышам» - грузовикам, коммунальной, строительной, сельхозтехнике. Конечно, автобусам - там проще разместить большие баллоны для газа (на крыше, под днищем).

Пропан будет выгоден простым автолюбителям, но при ряде условий:

1 **У автомобиля - высокий расход топлива.** Если машинка «кушает» по 7 - 8 л бензина на 100 км, переходить на газ смысла нет. А если по 12 - 15 л на сотню - есть повод задуматься.

2 **Активная эксплуатация.** Отбить расходы на установку и обслуживание ГБО удастся не раньше, чем через 50 тысяч км пробега.

Иначе говоря, если купили новую машину с двигателем до 2 л, плюс ездите на ней не слишком часто, то газ точно не нужен. А если ваш железный конь наматывает от 500 км в неделю - вот тут экономика становится экономной!

РАДИО КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА radiokp.ru

Машина - это не только средство передвижения. Новые автозаконы, технологии, тест-драйвы, лайфхаки, дорожные истории и многое-многое другое - в программе «Мой автомобиль» с понедельника по четверг в 10.00 (мск) на Радио «КП»

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Понятные цены и качественное оборудование

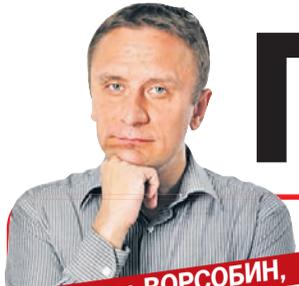
Антон ШАПАРИН, вице-президент Национального автомобильного союза:

- Газ подходит не всем. Простым автолюбителям, возможно, нет смысла устанавливать ГБО. Но в том же такси это может быть очень полезно! Не говоря уж о тяжелой технике.

Тут важны два момента. Первое - надо приравнивать пропан к моторному топливу. Тем самым установить госрегулирование

цен на данный продукт. Возьмем метан - по закону его цена не должна превышать 50% от стоимости литра Аи-92. Все прозрачно и понятно. С пропаном подобного нет.

Второе - необходимо ужесточить контроль за самим ГБО. Большинство проблем - от характерного запаха газа в салоне до возгорания машин - можно решить уже этим. Качественное оборудование, соответствующее всем стандартам, прошедшее нормальную сертификацию в ГАИ, сбоям не даст. Не будет ни возгораний, ни запаха, ни тем более взрывов. Сейчас с контролем, к сожалению, проблемы.



Владимир ВОРСОВИН,
обозреватель «КП»

Приезжим в хиджабах - а коренным -

В маленьком русском городке Сердобске вспыхнул скандал на всю страну -

мэр выдала сертификат на жилье семье вчерашнего мигранта-«многоженца», проигнорировав очередь из местных жителей с детьми. Как такое вообще может быть - разбирается обозреватель «КП».

«СВЕЖИЕ ГРАЖДАНЕ»

«Ехала через наши края императрица Екатерина. И удивилась - «люди тут необычайно сердечные!» Так и назвали наш город - Сердобск, - говорил Максим Курмашин, несчастный герой этой драмы. Из его служебного уаизка мы рассматривали сердечный городок, что занесен снегом где-то между Пензой и Саратовом.

Хороший парень. Двое детей. Шестилетняя Вероника. Годовалый Артур.

Максим сердобчанин чуть ли не в четвертом поколении. Уезжать не хочет. Любит беззаветно Сердобск. Где только не бывал, что не пробовал - не то...

Но беда случилась с Максимом и его семьей. Из-за, казалось бы, ерунды. Одной случайной фотографии.

Лишь на мгновение она появилась в соцсетях, и на городок со всей страны обрушились проклятия, съёмочные группы центральных телеканалов и вездесущий **Бастрыкин** со спецгруппой следователей. Да и я в радиоэфире «Комсомолки» смог объяснить сердобскую аномалию лишь так: «В городе завелись инопланетяне».

Фото. Мэр города **Марина Ермакова** позирует с двумя милыми женщинами в непопулярной для средней полосы России одежде - хиджабах. Рядом - малыши. Они гордо держат в руках документы, которые сейчас под микроскопом изучают следователи, - сертификаты на получение жилья.

Под фото солнечный комментарий мэра. Смотрите, граждане, мол, какие прекрасные дружные многодетные семьи, «это опора и будущее города». И как это, дескать, хорошо, что государство помога-

ет купить квартиры таким хорошим людям... - Что?! - взвыл Сердобск, где средняя зарплата - 50 тысяч, а квартиры - под два миллиона. Сама мысль, что приезжим родное государство раздает то, чего местные отродясь не видывали, была невыносима!

- Что-о-о?! - взорвался российский интернет, неспособный переварить реальность, - где-то раздают квартиры «свежим гражданам» в условиях адской ипотеки! (Чтобы хоть как-то выразить нахлынувшие эмоции, неравнодушные граждане засыпали мэрию изображениями экскрементов разной формы, сорта и цвета.)

ПЕРВЫЙ ПАРЕНЬ В ОЧЕРЕДИ

И пока маленький 30-тысячный Сердобск гадал - Ермакова сошла с ума или в нее вселились инопланетяне, произошло уж вовсе чудовищное.

По городу поползли слухи, что на фото не две семьи счастливиц, а... одна. У женщин, дескать, общий муж Наврузчон Гадов. Горожане клялись, что гуляет, мол, «многоженец» по сердобскому микрорайону Березка со своей дружной, нетрадиционной семьей.

И, дескать, этот хитроумный таджик вместо одной полагающейся ему квартиры соорудил две. От такой наглости уже вскинулись решительно все. И Ермакова, конечно же, подала в отставку.

И среди этой кутерьмы уже мало кто обращал внимание на главного героя этой драмы - добряка Максима Курмашина, 34-летнего сотрудника частной охранной компании, уже много лет пытавшегося получить этот чертов сертификат!



Личная страница главы города Сердобска Марины Ермаковой

Эта фотография и поставила на уши весь Сердобск. Мэр Марина Ермакова (справа) и осчастливленная семья с сертификатами на жилье. Но отчего-то вместо отца семейства на ней - две матери...

К его отчаянию - кто-то, да его обходит. И даже когда, казалось, семья Курмашиных обязана получить свое, когда, наконец, она оказалась первой в очереди, когда Максим, уставший жить с детишками по чужим углам, уже готовился к фантастическому для наших времен празднику - новоселью, в администрации появился некто Гадов. Он ходил

и ходил в мэрию. Все чаще и чаще.

И когда Курмашин увидел фотографию с чужими женами и детьми, плюнул. Обошли!

- У Гадова теперь два сертификата на квартиру, - вздыхает Максим. - А у нас, видимо, не будет дома вовсе. В следующем году мне исполняется 36, а это значит, по условиям программы, мы остаемся «за бортом»...

И никто не знает - почему все так произошло. Тайна. Мэр Марина Ермакова вскрикнула раненой птицей: «Последние двое суток я потеряла сон и покой. Мне страшно как человеку, который столкнулся с травлей, масштабы которой невозможно представить», - и бесследно исчезла.

Обвиненный в двоеженстве таджик Гадов - тоже.

И лишь никем до сих пор не упомянутый персонаж, глава **Сердобского района Александр Бедикин**, находящийся на должности уже 13-й год, продолжал как ни в чем не бывало ходить на работу. Без него, говорят, здесь не то что отдать две квартиры «многоженцу» - муха не пролетит.

По приезду в город сразу бегу к Бедикину. И с великим литературным наслаждением попадаю в гоголевскую историю...

ГОГОЛЕВЩИНА С ПРОПУСКНЫМ РЕЖИМОМ

Есть в Сердобске чертовщинка. При виде купеческой застройки, в гуще которой чем только не торговали, что только не производили (например, часы

с кукушкой), приезжим вдруг овладевает чувство покоя. Местные шутят, что если бы окружающий Сердобск мир исчез, то город, состоящий из парков, скверов, мам с колясками, магазинчиков и лавочек, этого даже бы не заметил. В Сердобске при Советах работали предприятия чуть ли не всех отраслей промышленности, которые бы в случае Армагеддона накормили, одели и даже компьютеризовали оставшуюся здесь часть человечества. И когда решительно все (кроме крохотных остатков машиностроительного завода) умерло и сгнило, сквозь старенькие улочки с облупленными стенами, поучительно проступил XIX век.

Ведь именно Сердобск, как считается, вдохновил Гоголя на написание «Ревизора» (сюжет которого ему подсказал Пушкин), а значит, Хлестаков, проигравшись в карты в Пензе по дороге в Саратов, одурачил именно здешнего городничего. Это считается в Сердобске настолько железным историческим фактом, что московский скульптор Владимир Трулов усеял улицы чугунами Гоголями и Пушкинами. Правда, современные сердобские власти скульптору не заплатили, и Трулов беспощадно оторвал Гоголям и Пушкиным их неоплаченные головы.

Захожу в пустынную мэрию посплетничать с чиновницами, которые как раз оплакивали «хорошего мэра». Сочувственно выслушиваю, что бюрократы - не телепаты, что проклятый Гадов по документам «одноженец», что зря Ермакову затравили - хороший мэр. При ней в городе строились скверы, парки и другие красивые удобства. Был даже возведен малоквартирный жилой дом, чего в Сердобске не было треть века. Да и сами горожане, кстати, нет-нет, да оговорятся - мол, Ермакова добрая, отзывчивая. Пожалуйтесь на что-то, обя-



Владимир ВОРСОВИН/«КП» - Москва

А это семья коренного жителя Сердобска Максима Курмашина, который остался без заветного угла от государства.

КВАРТИРЫ, НИЧЕГО

зательно откликнется. Не то что предшественники...

Но кто-то, мол, ее или подставил. Или околдовал.

Как вышла ерунда с русской семьей и таджикским «многоженцем» - рядовые сотрудники не понимали, но были уверены: объяснится это как-нибудь невинно.

Не застав главу района, я попросил передать, что утром непременно нанесу деловой визит. Администрации, должно быть, не терпится разъяснить взволнованному обществу, что ни нарушений, ни злого умысла в «таджикской истории» и быть не могло... Мне покажут новенькие скверы, дома и, конечно же, убедят в недоразумении.

Но за ночь администрацию словно прокляли. Меня даже не пустили на порог.

Вместо аудиенции Бедикин ввел строгий пропускной режим, здание теперь украшало грозное объявление. А секретарша холодно послала меня вон.

Странно, думаю. Чего они боятся? Ну, обманул простодушного городничего таджикский Хлестаков, а не наоборот?

Тут я споткнулся. Меня осенило.

«ОНИ МЕНЯ ПОДСТАВИЛИ»

Я все-таки нашел «многоженца» Наврузчона Гадоева. То, что у него фактически две жены, доказывала маленькая строчка в судебном деле. Однажды 35-летний Наврузчон получил 15 суток за мелкое хулиганство (нецензурная брань), и в бумагах осталось упоминание о детях странной датой рождения. Двое (из трех) родились в один и тот же год - 2020-й, с разницей в пару месяцев.

Ходят они в тот же детсад, что дети их «квартирного конкурента» Курмашина. Причем обе «офицированные» женщины водят малышей по очереди. И гуляют с ними вместе. Сейчас часть ошастливленно-

несчастной семьи за- травленно сидит в одной из квартир на улице Горького, боясь даже выйти на улицу (в квартире выключен свет, на звонок в домофон - тихое «але» и отбой). Часть скрывается в доме одного из пригородных поселков с интересной судьбой. В прошлом году администрация не дала выкупить цыганам целую улицу. К огорчению местного барона, который уже поставил неподалеку свой дворец, мечта о маленьком цыганском имении.

Гадоев ответил на мой звонок. И сказал странную вещь. Что не он обманул. Что его обманули.

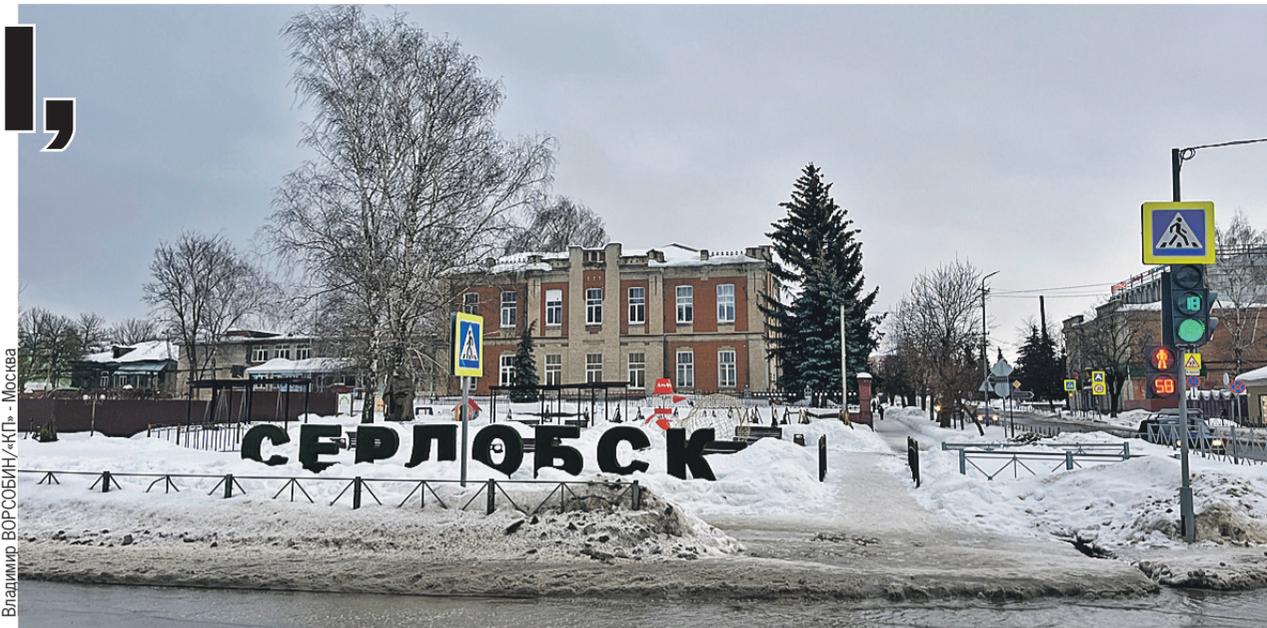
- Меня подставило управление! - крикнул он в трубку, прежде чем ее бросить. И повторил: - Они меня подставили!

И тут я вспомнил. В Сердобске я услышал много из того русского, вечного, что Николай Васильевич Гоголь, уверен, с улыбкой записывал в походную тетрадь.

В 2018 году здесь был учрежден ТОР (территория опережающего развития), которая по федеральному замыслу должна была возродить увядшую промышленность. Ее это не спасло, зато деньги удивительно щедро потекли на благоустройство.

Для сквера «Ясенки» выделено более 35 миллионов рублей, сквера «Семья» - более 15 миллионов, сквера имени Островского - почти 12 млн рублей, две пешеходные зоны - за 20 миллионов... Общие траты зашкалили за миллионы 100.

Губернатор Мельниченко, правда, громко негодовал - строительство шло плохо. Медленно. Вероятно, в Пензе не догадывались - осваивала деньги одна-единственная бригада из десяти человек с уважаемым армянином во главе. Эта многонациональная компания с единственным экскаватором перебрасывалась из сквера в сквер, и от



Владимир ВОРСОВИН/КП - Москва

По-гоголевски уездный городок Сердобск тихо спал в среднерусских сугробах, пока его вдруг не потрянуло от жилищно-миграционного скандала.

нее зависел весь федеральный проект. Благо украшательство городов вместо строительства заводов чертовски выгодно.

Сколько по бумагам числилось строителей, кто выиграл тендер - не важно. Вот они, красавцы, десять-двенадцать мужичков, строят решительно все. От этой спасительной дюжины зависело, как выгодно переварит город казенные деньги.

И будь вы, читатель, на месте городничего - кто вам будет полезнее? Русский охранник Сергей или разнорабочий Навруз? Вот, честно, кто городу нужнее, если задуматься об этой выгоде.

«ЛИШЬ БЫ НЕ ПОСАДИЛИ»

Причем к этой вроде бы далекой от сертификатов и «многоженца» теме меня, удивленного, подводили все.

- При чем тут это?! - наивно спрашивал я.

Первый секретарь местного КПРФ Александр Князьков хмурился, качал головой и решил объяснить это так. Рассказал он свежую историю. О несчастном главе села.

В неназванной деревне (все материалы есть в редакции) жил-был, допустим, Федорович. Хороший мужик, исполнительный. Спустили ему задание - поставить в селе детскую площадку за 300 тысяч. А прислали денег 350. Дело обычное, во всей округе так площадки строили. 50 тысяч нужно было «вернуть», что Федорович и сделал. Да, только с дуру отправил водителю трактора оплату работ на

карту. Следком тут как тут. Оплата налом, вне контракта - уже преступление. Пошел мужик на сотрудничество со следствием, под каким-то мостом обвесили его микрофонами, отправили на встречу с замглавы. Запись удалась. Замглавы популярно объяснил, что откаты в этом царстве - вещь необходимая. Следовательно были довольны...

- И кто пошел под суд? - спрашиваю.

- Федорыч. Дали условно, - улыбнулся Князьков, поглядывая - пойму ли?

И если представить, что крик «многоженца» Гадоева: «Меня подставило управление!» - ох, как не случаен. И ходил многодетный Наврузчон по кабинетам мэрии, надеясь на квартиру. Пусть не на две. Хотя бы на одну...

И хотя предыдущий глава города ушел с поста, говорят, с великой радостью, а сама Марина Ермакова, по словам Князькова, при вступлении в должность сказала: «Какие поздравления?! Лишь бы не посадили!», будь вы, читатель, на месте чиновников - кто в этой тонкой ситуации полезнее? Максим Курмашин, терпеливо ждущий своей очереди, или волшебный, «двусемейный» Наврузчон Гадоев?

То-то...

ПОЧЕМУ НЕТ ЦЕНЗА ОСЕДЛОСТИ?

Сердобск не успокаивается. Обидели Сердобск.

Тут всякое, конечно, выдвигали. Городок го-голевский. Но раньше власти народ развлекали легко, по мелочи

- уголовное дело какое на городничего заведут. Или депутат закажет убийство любовника жены, местного грузчика.

Но история с сертификатами - другое дело. Это обида для всех. Теперь в администрацию идут жалобщики за объяснениями. Кто-то десятилетиями пытается получить «копеечную» материальную помощь по многодетности - то бумаги потеряют, то лимиты заканчиваются, то приключается еще какая-то ерунда... А когда дело касается квартир, то пиши пропало. В Сердобске за два года они подорожали вдвое. Мой знакомый, например, купил трешку за 800 тысяч, теперь она стоит 2 миллиона.

И понимают люди - шансов что-то купить все меньше, от чего несправедливость чувствуют все острее.

И тяжело людям объяснить, что по федеральным законам даже самую длинную очередь на льготы легко обойти любой многодетной семье (трое и больше детей). Даже если их гражданству - пара дней. В очередь они могут встать вчера, а квартиру получить - сегодня. Потому что нет срока оседлости. Например, чтобы не мог претендовать ни на

какие хоромы от государства, пока не пожил в нем, богоспасаемом, и не поработал на него лет 10, честно уплачивая налоги.

Почему такого железного ценза до сих пор нет? Непонятно. А отсутствие желания что-то людям объяснять - и есть беда на Руси старинная, вечная.

И знаю. Читает это сейчас городничий. И бьется об заклад - сердится, как описывал великий Гоголь:

«Вон он теперь по всей дороге заливаает колокольчиком! Разнесет по всему свету историю. Мало того что пойдешь в посмешище - найдется шелкопер, бумагомарака, в комедию тебя вставит. Вот что обидно! Чина, звания не пощадит, и будут все скалить зубы и бить в ладоши... Я бы всех этих бумагомарак! У, либералы проклятые! Чертово семя! Узлом бы вас всех завязал, в муку бы стер, да черту в подкладку!»

Пусть так... Только если Максим Курмашин с его женой Аленой, шестилетней Вероникой и годовалым Артуром снова не получат сертификат на квартиру и их обойдут более нужные персонажи, то может случиться пренеприятнейшее известие...

Ау, ревизор!

P.S. А без ревизора тут не обойтись. Господин Бастрыкин, уважаемый председатель Следственного комитета, полюбите. Год назад, 21 января 2025 года, глава района Александр Бедикин торжественно (на фото) выдал сертификат на «улучшение жилищных условий» некоему Гадоеву С. Р. (супруга Хусаинова Г. Д.). Судя по совпадению отчества, брату нашего «Хлестакова» - Наврузчона. Интересно, сколько квартир и домов скопилось в результате такой «адресной», ежегодной и, разумеется, бескорыстной помощи у этой, как выразилась несчастная мэр Ермакова, дружной семьи?

Анна ЛУКЬЯНОВА.

Что делать, если дети безобразничают, срывают уроки? Разбираемся вместе с экспертом.

Конфликты между педагогами и учениками стали обыденностью. Учителя от выходок школьников сапают. До рукоприкладства доходит! Недавний случай в Уфе - трудовик выпорол ремнем семиклассника. Сдали нервы после пошлого рисунка. Видео с «избиением» разлетелось по интернету, подключились правоохранители...

Бить детей - это, конечно, безобразие. Однако учителя действительно часто не справляются имеющимися методами. А что вообще им разрешено, а что нет? «КП» разобралась в этом с юристом в сфере образования, педагогом, профориентологом, сопровождающим при поступлении в вузы Еленой Крыловой.

ТРИ ДИСЦИПЛИНАРНЫЕ МЕРЫ

- В идеале учитель должен заинтересовать своим предметом учеников, - говорит эксперт. - Есть же учителя, на чьих уроках дети смиренно сидят.

- А если не получается идеально, тогда как действовать?

- В школе существует три вида наказаний: замечание, выговор, отчисление. Последнее, правда, нерабочий вариант, так как до возраста 15 лет отчислить нельзя. И я с таким никогда не сталкивалась. Поэтому, если ученик срывает урок, учитель делает замечание. Нет реакции - ставит в известность руководство школы. Можно даже по телефону, не выходя из класса. Или подает докладную директору с описанием инцидента. Дальше дело за руководством. Они могут

Хулиган в классе: как разруливать конфликты в школе по закону



родителей ребенка вызвать. Привлечь психолога. Поставить нарушителя на внутришкольный учет. И даже сделать его пребывание в школе настолько невыносимым, что тот сам захочет уйти.

- Как это? Будут вызывать родителей по каждому нарушению, писать докладные?

- Да. А еще ставить ребенку двойки, натравливать других родителей. На таком фоне часто и одноклассники тоже начинают ребенка травить. Обычно люди не выдерживают. Хотя, как правило, в такой ситуации оказываются далеко не самые отъявленные хулиганы.

- Предложить родителям «не такого» ребенка перевестись на

семейное или в другой класс перейти - допустимо?

- Если в рамках личного разговора, то да. Обычно именно семейное и предлагают. Перевод в другой класс для школы не решение проблемы.

- Но ведь и учителя бывают не правы?

- Конечно. В таких конфликтах нужно видеть и обратную сторону медали - если ученики срывают урок, значит, учитель не справляется. И даже может какими-то своими действиями провоцировать детей на неадекватные поступки. Я сама несколько

раз советовала педагогам, которые не ладили с детьми, записать на видео, как они ведут урок, и посмотреть на себя со стороны. Хорошо бы еще показать видео более опытным коллегам.

А НЕГЛАСНЫХ СПОСОБОВ - МНОГО

Не умеют, не хотят искать подход к детям - одна из частых претензий к педагогам от родителей. А еще используют спорные приемы по налаживанию дисциплины. Какие именно? Если убрать силовые методы (подзатыльник, линейкой по лбу, указкой по рукам - все это запрещено, и учителей за подобное строго наказывают), собралась такая коллекция:

- ✓ повышать голос, громко стучать чем-нибудь по столу;
- ✓ говорить обидные слова, иронизировать, высмеивать;
- ✓ занижать оценки, придираться к ответам;
- ✓ наказывать домашкой (+10 задачек дополнительно);
- ✓ наказывать трудом (мыть полы, отдраивать парты и пр.);
- ✓ не отпускать на перемену;
- ✓ отменить что-то интересное - прогулку, экскурсию, дискотеку;
- ✓ записывать видео с урока и выкладывать в родительский чат: мол, полюбуйте на своих деточек.

Что из этого допустимо, а что перегибы?

- Многие из перечисленного - действия не очень профессионального педагога, - отмечает Елена Крыло-

НАЧИСТОТУ

О чем родителям поговорить с ребенком

Во-первых, о том, что в школе есть правила и их нужно соблюдать. Так же, как и правила дорожного движения. Они изложены в уставе школы или локальном акте вроде «Правила внутреннего распорядка учащихся» (у всех по-разному). Ищите их на официальном сайте во вкладке «Документы».

Во-вторых, детям нужно объяснять, что учитель - обычный живой человек, который что-то думает, чувствует. Однако в школе он находится на работе, и у него есть обязанности. Если ты бегаешь по коридору, учитель обязан сделать тебе замечание. Нельзя выкрикивать на уроке - это не про «педагог меня не любит», а про правила.

ва. - Есть много работающих приемов и без психологического давления. Например, вместо крика начинать говорить шепотом. И класс затихает. Или сказать: «Все хлопаем в ладоши!» Дети удивляются, переключаются и хлопают.

Занижение оценок - излюбленный прием прищучить неугодного ученика. Здесь нужна помощь родителей - сам ребенок не справится (см. «На заметку»). Наказание домашкой вообще никак не работает. Хулиганы ее просто не делают. А когда целый класс наказывают, начинают возмущаться родители, потому что есть нормы по объему заданного на дом. Переборщил - нарушение.

Запрещать идти на перемену тоже неправомерно, продолжила юрист. А вот отменить экскурсию - почему бы и нет. Если мероприятие добровольное, со стороны учителя нарушения закона не будет. Мыть полы - только если это часть обучения: например, на уроке труда осваиваем такой навык. Но привлекать детей выполнять работу уборщицы школа не может. А вот отмывать со стен и парт то, что сам написал, - это не труд, а ликвидация негативных последствий своего поступка. Записать на видео детей - тоже можно. Но такие видео лучше отправлять в личные сообщения родителям, а не в общую группу.

НА ЗАМЕТКУ



...УЧИТЕЛЬ ОСКОРБЛЯЕТ, УНИЖАЕТ, ТРАВИТ

Это тоже про безопасную среду. В обращении ссылайтесь на то, что на ребенка оказывают психическое давление. Например, учитель биологии Петрова Мария Ивановна систематически повышает голос, позволяет себе оскорбительные замечания, переходит на личности. Перечисляете факты: как именно обозвался педагог, когда это было. И дальше - «Прошу провести проверку фактов и принять меры...». Если на ребенка все это сильно влияет, возьмите справку у психолога или невролога с подтверждением его состояния и приложите к обращению.

Дмитрий ПОЛУХИНИН/Комсомольская правда



...РЕБЕНКА ДАВЯТ ДВОЙКАМИ

Речь не о заслуженных двойках (тут один совет - подтягивать знания), а когда оценки занижают несправедливо, из-за личной неприязни. Решается проблема сложно и мутно, но иногда других вариантов нет. Сначала поговорите с учителем. Не помогло - обратитесь к руководству школы с просьбой создать комиссию для оценивания конкретной работы. Далее - отдел/комитет/управление/департамент образования. И так по каждой оценке.



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ...

...ОБИЖАЮТ В ШКОЛЕ

Общее правило - за все, что происходит в школе, отвечает школа. Поэтому если ребенка обижают (например, травмировал другой ученик) и школа никаких мер не предпринимает, родитель идет не к родителям обидчика, а обращается в школу. И никак иначе. И уже школа разбираться и с обидчиком, и с его родителями (например, вызывает их на беседу). Подаете обращение директору, где описываете, что случилось. И дальше - «Прошу принять меры по защите и созданию безопасной среды для моего ребенка в вашем учебном заведении». Можно сослаться на п. 8 ст. 41 ФЗ «Об образовании». Приложить справку из травмпункта, если есть. Поставить в известность классного руководителя.

Профессор-сомнолог объяснила, когда жуткие сны это норма, а когда - тревожный сигнал.



Ночные кошмары - санитары нашей психики

Анна ДОБРЮХА,
Дмитрий ПОЛУХИН (инфографика)

- У большинства людей бывало такое состояние: вы просыпаетесь с чувством ужаса, сильным сердцебиением, в холодном поту. Перед глазами страшные образы, от которых не всегда удается быстро избавиться, - описывает знакомую многим ситуацию президент Российского общества исследователей сновидений, врач-невролог, психотерапевт, сомнолог, доктор медицинских наук, профессор Сеченовского университета Елена Корабельникова. Как поясняет эксперт, ночные кошмары могут быть нормой, естественной реакцией организма на определенные обстоятельства. Но также могут сигнализировать о неблагоприятных и даже опасных изменениях в головном мозге, работе других органов и систем.

О самом важном, что известно сегодня науке про страшные сновидения, профессор Корабельникова рассказала на XXII Международном неврологическом конгрессе «Вейновские чтения».

ПЛОХО, СТРАШНО ИЛИ УЖАСНО?

Наука делит неприятные сны на три группы, рассказывает эксперт.

● Плохие сновидения: вызывают негативные эмоции, хорошо помнятся утром. Но не вызывают мощного потрясения и особо не влияют на состояние человека.

● Страшные сновидения: среди негативных эмоций преобладает страх.

● Ночные кошмары: вызывают резкое пробуждение, яркие эмоциональные и физиологические реакции - ужас, сердцебиение, потливость и т. п.

Все три вида снов могут встречаться у здорового человека. Патологией, то есть болезненным нарушением, считается «расстройство ночных кошмаров». Это состояние, когда из-за жутких сновидений люди начинают страдать и днем. «Повышается чувствительность к стрессам, преобладают негативные эмоции, - поясняет Корабельникова. - Формальный критерий расстройства такой: кошмары снятся один и более раз в неделю, при этом сюжеты сновидений связаны с угрозой выживанию, безопасности и самоуважению человека».

ЖАРА ИЛИ ПЕРЕЕДАНИЕ ЗАПУСКАЮТ МЕХАНИЗМ

Сегодня ученым известно несколько механизмов, из-за которых головной мозг «показывает» нам по ночам кошмары. Например, в нем есть отдел обработки информации и стратегического контроля (поясная извилина и префронтальная кора). Обычно эта система ночью подавляет эмоциональное возбуждение, которое накапливается у человека в течение дня. Поэтому сон остается спокойным, поясняет Корабельникова. Если же эмоциональное напряжение очень мощное, оно может выйти из-под контроля и прорваться в кору головного мозга. И тогда мы видим ночные кошмары.

Врач-сомнолог перечислила шесть наиболее частых обстоятельств, при которых жуткие сновидения возникают у здоровых людей и считаются нормальными реакциями организма:

- 1 Стресс, конфликт, переутомление.
- 2 Переедание перед сном.
- 3 Несоблюдение гигиены сна (световое загрязнение, шум, вибрации, слишком высокая или низкая температура, влажность и т. п.).
- 4 Негативное внешнее воздействие, дискомфорт (мешает партнер, неудобная кровать и т. д.).
- 5 Беременность.
6. Непривычные условия сна (в том числе ночевка в гостинице, у друзей или в любом новом месте).

Во всех этих ситуациях страшные сновидения бывают единичными, максимум 2 - 3 раза. И следуют сразу за теми или иными событиями - перееданием, стрессом, сменой обстановки и т. д., отмечает врач.

ВАЖНО!

«КРАСНЫЕ ФЛАГИ»: КОГДА ОБРАЩАТЬСЯ К ВРАЧУ

Страшные сны могут быть признаком патологии, то есть неблагоприятных и даже опасных изменений в организме в таких случаях:

- у человека есть признаки «расстройства ночных кошмаров» (см. выше);
- страшные сновидения бывают чаще одного раза в неделю;
- сюжеты жутких снов повторяются;
- кошмары возникают на фоне того или иного заболевания (проблемы с сердцем, легкими, частые головные боли и др.).

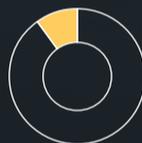


ПЛОХИЕ СНЫ В ЦИФРАХ И ФАКТАХ

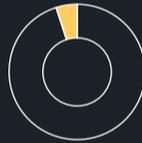
Женщин жуткие сны мучают чаще, чем мужчин.



70 - 90% молодых людей сообщают, что в детстве им снились кошмары.



10% взрослых признаются, что видят такие сны минимум раз в месяц.



5% взрослых страдают от частых ночных кошмаров. Среди детей на это жалуются почти половина малышей 3 - 6 лет и около 20% мальчиков и девочек 6 - 12 лет.

ПО ОПРОСАМ САМЫЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ТЕМЫ НОЧНЫХ КОШМАРОВ:



- катастрофы и стихийные бедствия;
- смерть: собственная или близких;
- экзамены;
- опоздания;
- погоня, преследование;
- потеря ориентации в здании или на местности: человек не может найти выход из помещения, правильную дорогу;
- падения с высоты.



Данные из доклада Е. А. Корабельниковой на конгрессе «Вейновские чтения».

НЕОЖИДАННЫЙ ПОВОРОТ

Не вредят, а защищают

- Американский нейробиолог, исследователь сна Розалинда Картрайт всю жизнь изучала сновидения. И пришла к выводу: ночные кошмары... выполняют защитную функцию! - рассказывает Елена Корабельникова.

Профессор Картрайт проводила показательные эксперименты. Добровольцев вводили в состояние стресса. Те, кто после этого ночью видел кошмары, наутро чувствовали себя значительно лучше. Это же подтвердили и другие научные работы. Судя по всему, жуткие сновидения помогают здоровому мозгу легче пережить стрессовую ситуацию, адаптироваться к ней, считают специалисты. «Поэтому я в шутку называю ночные кошмары санитарями психики», - говорит доктор Корабельникова.

БУДЬ В КУРСЕ

Что поможет

- Есть несколько вариантов, как помочь человеку, страдающему кошмарами, - говорит Елена Корабельникова.

1 **Лечение, воздействие на источник:** терапия основного заболевания, устранение психологической проблемы, психотерапия для изменения восприятия стрессов.

2 **Меры для улучшения сна.** «Исследование показало: при бессоннице частота ночных кошмаров выше. Если же засыпание, качество сна улучшается, кошмаров становится меньше», - отмечает врач.

3 **Работа с самими страшными сновидениями.** Ее цель - преобразовать кошмар в менее пугающую историю. В сюжете жуткого сна выбираются наиболее устрашающие моменты. «Именно они перерабатываются так, чтобы утратить пугающее значение (как правило, помогает врач-сомнолог или психотерапевт. - Ред.). При этом общее содержание кошмара сохраняется. Но благодаря проработке он как бы переписывается в центральной нервной системе и его сюжет смягчается. Монстр из сна постепенно превращается в милую черную кошечку», - описывает профессор.

Как успокоиться, если приснился кошмар:

✓ Хорошо помогают техники расслабления. Например, глубокое дыхание.

✓ Используйте прием отчуждения. Повторяйте несколько раз фразу: «Это всего лишь сон, мне это приснилось».

✓ Постарайтесь переключить внимание на что-то внешнее: считайте вслух, называйте слова на одну букву и т. п.

✓ Физические методы: умойтесь прохладной водой, откройте окно, чтобы был приток свежего воздуха.

Если кошмар никак не хочет уходить, поделитесь им с близким, выговоритесь. Если же страхи повторяются, становятся навязчивыми, самое правильное - проработать их со специалистами (см. выше).

- Котики - первые защитники от ночных монстров!

А В ЭТО ВРЕМЯ

Жаворонок и сова - не пара?

Американские исследователи выяснили: несовпадение режимов сна вредит отношениям в семье. Пары, которые считают себя «очень счастливыми», ложатся спать одновременно в среднем 4 ночи в неделю. А те, кто оценивает свои браки как «не очень счастливые», - лишь один раз в неделю.

Журналист «Комсомольской правды» призвал на помощь искусственный интеллект в качестве персонального диетолога.

Вадим АЛЕКСЕЕВ
(«КП» - Новосибирск)

Кухня для меня - территория компромиссов. Хочу вкусно по-есть - щедро заправляю салат майонезом, нарезаю са-

ла... Но понимаю: для организма - испытание. Или наоборот: грызу зожную морковку, варю рыбу на пару, за-прещаю себе любую жарку. Полезно, но не слишком аппетитно. Вот так всякий раз чем-то жертвую.

А что если найти выход с помощью искусственного интеллекта? Пусть разработает мне такие рецепты - чтобы вкусно и полезно.

«Привет! - пишу я нейросети. - Придумай мне рецепты блюд для правильного питания.

Из простых ингредиентов и чтобы не слишком сложно готовить. И названия повеселее предложи».

Бот обрадовался, что я озаботился здоровьем, и стал предлагать. А я - воплощать.

ДЕРЕВЕНСКИЙ РАЗГУЛЯЙ

- Минимум мытья посуды, максимум пользы и вкуса, - анонсировал свой рецепт мой бесплотный друг. - **Нарежьте курицу, кабачок, перец, лук, помидоры и пластинками - чеснок. Добавьте специи и масло. Выложите на противень с пергаментной бумагой. Запекайте, пока курица не будет готова, а овощи не подрумянятся.**

Логика искусственного разума понятна: хочешь собрать полезное блюдо - включай в рецепт побольше овощей. Я не против.

Чтобы сэкономить время, купил куриное филе. Нарезал мяса и овощей минут за десять. Еще полчаса блюдо пеклось в духовке.

- Доставай свой разгуляй и в тарелки накладай, - пришла на запах жена.

- Тебя готов я угостить, а мне бы чарочку налить, - воспользовался я.

- Перестань! Ты же сам сказал - питаться будем правильно.

Кушанье в итоге возымело успех - и у меня, и у супруги. Она в качестве дегустатора поставила твердую пятерку.

САЛАТ С ИЗЮМИНКОЙ

Как-то мы неканонично начали - сразу с горячего.

- А посоветуй салаты, - за-

Дай мне, нейросеть, ответ, что приготовить на обед

Наш корреспондент Вадим Алексеев: - ИИ - хорошо, но руки приложить придется!



Личный архив

казываю я у бота, словно он - официант.

- Салат с изюминкой - очень хорошо для пищеварения, - словно уговаривая меня, объявила нейросеть. - **Остывшую запеченную свеклу и сырую морковь натрите на терке. Добавьте горсть изюма или мелко нарезанной кураги, грецкий орех.**

Искусственный интеллект по-прежнему норовит кормить меня овощами. Закрываю в духовку свеклу и открываю шкаф, чтобы найти изюм. Готовое блюдо выглядит живописно, но для меня - слишком уж правильное. К морковке и свекле добавит бы картошку. И лучок. И селедочку. Но это уже совсем другое блюдо.

Зато бюджетно получилось.

А вот жене понравилась и на вкус. Она выставила оценку четыре с плюсом.

МАРОККАНСКОЕ СОЛНЦЕ

- Как насчет супа? - заказал я очередное блюдо. И бот выдал рецепт из морковки, имбиря и апельсина, заявив, что это - настоящая «витаминная бомба».

- **Морковь нарежьте кружочками, лук - кубиками, имбирь натрите на мелкой терке. В кастрюле с толстым дном об-**

жарьте лук и имбирь. Добавьте морковь и куркуму, обжаривайте еще 5 минут. Потом - бульон или воду, цедру половины апельсина. Варите, пока морковь не станет мягкой. Выдавите сок целого апельсина. Блендером взбейте суп до состояния пюре. Влейте кокосовое молоко или сливки, прогрейте, но не кипятите.

- Ты что, глнтвейн варишь? - заподозрила жена, застав меня с кастрюлей, имбирем и апельсином.

Раскрыл ей тонкости рецепта и попросил найти блендер.



Валерия ЕГОРОВА / Нейросеть

- Что закажете? Сгенерируем!

Вскоре оранжевые капли «украшали» плиту, холодильник и стены. Так практическим путем я выяснил, что морковь и куркума отмываются плохо. Зато суп-пюре получился вкусным. На уверенную пятерку.

ФИТНЕС-НАГГЕТСЫ С МОРКОВНОЙ ИКРОЙ

- Здоровый аналог фастфуда без фритюра и майонеза, - торжественно объявил мне бот и выдал рецепт мясного блюда с гарниром. - **Куриную грудку нарежьте. В одной миске взбейте яйцо. В другой - смешать панировку со специями. Для панировки**

можно использовать овсяные хлопья мелкого помола. Каждый кусочек обмакните в яйцо, обваляйте в панировке и разместите на противне. Сбрызните сверху любым маслом для хруста. Запекайте до золотистого цвета. А потом морковь и лук тушите на сковороде. Добавьте томатную пасту (или сметану), паприку, соль, немного воды. Тушите под крышкой еще 5 - 7 минут. Можно использовать как гарнир или намазывать на хлеб.

Наггетсы получились, конечно, не такими, к которым мы привыкли. Зато - полезно. Пожалуй, куриной грудке не помешал бы маринад -

получилась бы мягче. Но морковный гарнир добавил сочности. Так что у меня очередная четверка с плюсом.

ОГУРЦЫ В ЗОЛОТОЙ ШУБКЕ

- По вкусу и текстуре жареные огурцы напоминают нежные кабачки, но с более свежим ароматом, - разрекламировал мне блюдо бот. - **Огурцы с кожурой нарежьте соломкой, обваляйте в муке, затем во взбитом яйце и обжаривайте на сковороде до румяной корочки.**

Блюдо вначале осталось на столе почти нетронутым - выглядело неаппетитно. Вечером я решил попробовать. Если все так плохо - пойдет продукт в утиль.

- Жена! А где огурчики? - спросил я, не найдя своей зожной закуски.

- Ты знаешь... Холодными они оказались не так уж плохи, - уклончиво ответила супруга.

Жареные огурцы, получается, как оливки. Оценка за это творение мне досталась хорошая - четыре.

Да и в целом выходит, что мы с искусственным интеллектом кулинарный экзамен сдали достойно.

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Яков НОВОСЕЛОВ, кандидат медицинских наук, врач-диетолог:

- Запекание блюд - более щадящий способ термической обработки, чем жарка. В духовке мы можем сохранить основное количество полезных веществ. Если мы используем курицу, я бы добавил пожелание - убирать шкурку. В ней концентрируются антибиотики и гормоны.

Если делать салат без майонеза - это лучше для организма, но может быть суховато. Заправка в виде растительного масла годится. Лучше - оливковое.

При варке супа посоветую следить, чтобы он не кипел, а только поднималось небольшое количество мелких пузырьков. Иначе вы сварите большую часть витаминов и других полезных веществ.

Огурец - овощ неплохой. Но при жарке почти все полезные вещества теряются. И наоборот, при контакте с раскаленной сковородой появляются те, которые обладают канцерогенным эффектом. И сложно придумать что-то вреднее, чем жареная мука. Поэтому не одобряю.

В ПОГОНЕ ЗА СОЦСЕТЯМИ

«Леопардовые» блины неудобны, но модны

Алиса ТИТКО

Нынче это хит сезона: в соцсетях десятки видео, как легко и просто приготовить блины, добавив «пятна» какао. Ванильно-шоколадную смесь выдавливают на сковороду из кондитерских шприцов или наливают ложечкой, создавая пятнистый принт, а сверху заливают основным светлым тестом.

Корреспондент «КП» попыталась повторить, но рисунок был больше похож на кляксы, чем на пятна леопарда. После нескольких неудачных попыток я рассмотрела: некоторые картинки в интернете **явно созданы искусственным интеллектом.**

Во-первых, «леопардовые» блины лучше готовить на маленьком огне, а не на среднем, как обычные. Во-вторых, «рису-

вать» пятна на разогретой сковороде нужно быстро, иначе можно получить горелый эффект: наносим пятна из темного теста, ждем 5 - 10 секунд, чтобы схватились, делаем светло-коричневым тестом окантовку и заливаем все основным белым тестом.

Блины получились пятнистые, но не такие хрустящие. Из-за наложения теста они вышли еще и довольно толстенькими. А при попытке сделать много и красивых пятен блин начинал подгорать.

Но даже при идеальной картинке на вкус блины оказались посредственными, а времени на них было потрачено в два раза больше.

Сделать на блинах правильные пятна не так-то просто!



Личный архив Алисы Титко



О весенних платьях рассказала журналист «КП», стилист Ольга РОДИНА.

Личный архив Ольги Родиной

Яркие платья к весеннему сезону и чем их ДОПОЛНИТЬ.

Перезимовали, ура! Правда, весна пока только календарная, но уже можно начинать присматривать яркие и модные наряды. Рассказываем об актуальных моделях. Никакого тяжелого люкса - для примера я взяла бренды (кстати, преимущественно российские!) сравнительно демократичного ценового диапазона. Но, как всегда, в первую очередь подмечаем идеи, а не марки.

Пришел март - снимай шубу и платок!



Namelezz

Красное

В топ актуальных цветов этого года попал красный, который как никогда будет уместен весной. Акцентный оттенок можно адаптировать и под офисный дресс-код. Обратите внимание на платья-жакеты или трикотажные модели, которые легко комбинируются с рубашками. Очень эффектно алый наряд будет смотреться в сочетании с голубой рубашкой.

Обязательно дополняйте образы украшениями - серьгами и кольцами, например, минималистичными, под винтаж или фактурными и многослойными.



Mango

Платье Mango.

Платье Namelezz.



Академия бриллиантов

Кольцо и серьги с коньячными бриллиантами, Академия бриллиантов.

В цветочек

Март традиционно ассоциируется у нас с цветами, и в первую очередь с тюльпанами. Но если говорить про принты, то варианты могут быть самые разные. Сейчас актуальны романтические платья с оборками и воланами или классические приталенные модели с юбкой солнце. Отдавайте предпочтение нежным оттенкам - молочному, пастельно-розовому, светло-желтому.

Дополнить весенний цветочный образ можно лаконичными лодочками или казаками (в зависимости от фасона платья), а также акцентной цветной сумкой, например, оранжевой или желтой.



DAN MARALEX

Платье Dan Maralex.



Сумка Le-Vertige.

Le-Vertige



Alexander Bogdanov

Платье Alexander Bogdanov.

Из трикотажа или кашемира

Платье из тонкого трикотажа или кашемира станет незаменимым в начале весны, когда еще довольно прохладно. Можно выбрать наряд практичных коричневых или бежевых оттенков или же остановиться на более ярких цветах, например, синем или зеленом. Особенно эффектно смотрятся платья на пуговицах, которые можно расстегнуть или застегнуть по настроению. Добавим, что кашемир - дорогой материал, поэтому многие бренды стали выпускать более демократичные вещи со смешанным составом, которые не менее приятны к телу.

Платье Time to cashmere.



Time to cashmere

Трикотажные платья идеально смотрятся в длине миди или макси. Дополнительный акцент на талии можно создать с помощью ремня, например, плетеного. Сочетайте наряды с актуальными сапогами-трубами или удобными балетками, когда потеплеет.



Monsorro

Сапоги Monsorro.



LUSIO

Платье Lusio.



Le-Vertige

Ремень Le-Vertige.

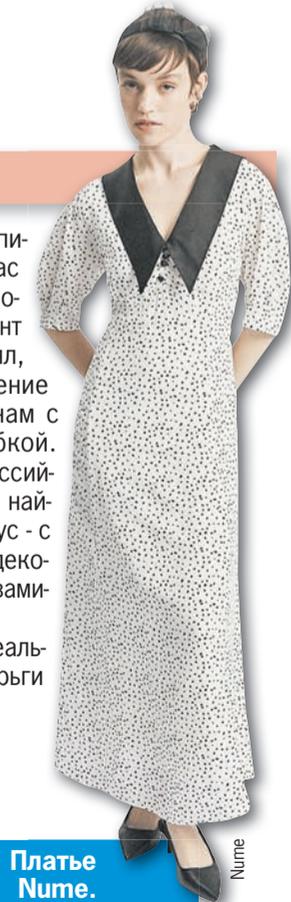
В горох

Трендовый горох идеально впишется в весенний гардероб. Сейчас актуален классический черно-белый горошек. Чтобы принт визуально не расширял, отдавайте предпочтение приталенным фасонам с расклешенной юбкой. В ассортименте российских брендов можно найти платья на любой вкус - с акцентным воротником, декоративными пуговицами, рукавами-фонариками.

В качестве украшений идеально подойдут жемчужные серьги или колье.

Серьги Polinia.

Polinia



Nume

Платье Nume.

Платье Caterina Leman.

Caterina Leman

Светлое

Институт Pantone назвал чистый белый главным цветом 2026 года. А если белый для вас слишком непрактичный, то отдавайте предпочтение молочным оттенкам. Очень красиво в светлых оттенках смотрятся летящие платья с кружевом, вышивкой и воланами.

Сочетайте воздушные наряды с изящными лодочками, создавая романтические образы, или собирайте лук в стиле бохо с казаками. Кстати, сапоги из тонкой замши можно носить даже летом.



Платье Pinko.



Bibibs

Казачки Bibibs.

Платье Dan Maralex.

DAN MARALEX



Актуальные тенденции из мира моды, рекомендации по подбору гардероба и советы стилиста - в разделе «Женские секреты» на сайте KP.RU/WOMAN/MODA





Как знаменитости делят нажитое при разводе.

Любовь любовью, а имущество врозь



Дмитрий и Полина Дибровы у виллы, которая теперь принадлежит телеведущему.

Дибров остался при своем

Развод Дмитрия и Полины Дибровых после 16 лет брака обошелся без скандалов. Телеведущий взял на себя материальное обеспечение троих сыновей. Ребята живут то в доме отца, то с мамой - она с бизнесменом Романом Товстиком арендует дом по соседству, пока в новом особняке идет ремонт.

Полина не скрывает, что бывший муж платит 700 - 800 тыс. руб. в месяц на содержание детей. Во время брака Дмитрий приобрел для старшего сына квартиру в ипотеку в новом столичном ЖК.

После развода все имущество осталось у Диброва. И дом на Рублев-

ке, купленный в браке, но на деньги от продажи «добрачной» квартиры (в элитном поселке «Успенские Поляны» в деревне Лапино, сейчас продается за 567 млн руб.), и купленная задол-

го до женитьбы квартира в столице (площадь 56 кв. м, в Дорогомиловском районе столицы, средняя стоимость 20 млн руб.), и сбережения. Полине достался один автомобиль.

Лепс продолжает содержать семью

Григорий Лепс претендует на звание самого заботливого бывшего мужа. Развелся с матерью своих троих детей еще 5 лет назад, а пару месяцев назад купил ей новый дом. Супруга артиста Анна Шаплькова подала на развод после 20 лет совместной жизни. Григорий содержит и детей, и жену - оплачивает все их расходы.

После развода Шапльковой достался домик на курорте в Италии (купили после продажи в 2017 году дома в Таиланде), который и был на нее оформлен. Также в собственности у Анны осталась квартира в центре Москвы площадью 300 кв. м. Сейчас квартиры с таким метражом в этом элитном ЖК стоят от 400 млн руб. В 2015 году Лепс завершил стройку особняка в Подмоскowie, туда и переехал с женой и детьми. После развода это имущество осталось ему. Также в собственности артиста оставались две квартиры в элитном ЖК на улице Макеева в центре столицы. Жене



NG Group



Личная страница Григория Лепса в социальной сети

Лепс выставил на продажу дом, который когда-то построил.

также достался ювелирный бренд певца, но в последнее время он приносил в среднем 50 тыс. руб. в год.

После развода Анна с детьми уехала в Италию, но в 2025 году все вернулись в Россию. Григорий купил для своей бывшей дом на Рублевке. Говорят, за 300 млн руб. «Так было обещано, мы так договорились. И если мужчина сказал, что он это сделает, то он обязан это сделать», - рассказал Лепс.

Он выставил на продажу за 550 млн руб. ту самую резиденцию в Подмоскowie, где живет после развода, на Новой Риге, в закрытом поселке Коровино. Площадь основного дома 1885 кв. м, гостевого дома-офиса - 2765 кв. м.



У Самойловой есть козырь

Обособняк был куплен в ипотеку и по брачному договору принадлежит Оксане.

Блогер Оксана Самойлова и рэпер Джиган прожили в браке 13 лет. Сейчас супруги в процессе развода, но остаются родителями четверых несовершеннолетних детей. Адвокаты музыканта сообщили, что он будет оспаривать брачный договор. Иск о расторжении брака (подан Самойловой) и иск о признании брачного договора недействительным и разделе совместно нажитого имущества (подан Джиганом) объединили в одно производство и начали рассматривать на прошлой неделе.

Джиган хочет разделить все совместно нажитое пополам. Но по брачному договору в выигрыше остается Оксана. Все, что было куплено в браке до 2020 года, принадлежит ей, а после - тому, кто это приобретал. До заключения «брачника» рэпер купил дом в закрытом поселке в Подмоскowie площадью 750 кв. м (стоимость от 150 млн руб.), три квартиры в столице (от 50 млн руб.).

Оксана как-то обмолвилась, что за последние пять лет Джиган ничего не купил, даже машину ему подарила она. А еще она приобрела две квартиры в Дубае (ОАЭ, стоимость - от 60 млн руб.), ферму в Подмоскowie (старый советский санаторий и 11 га земли приобретены за 45 млн руб.), после реконструкции актив может оцениваться от 100 млн руб.).



Личная страница Оксаны Самойловой в социальной сети



Читайте о кумирах в разделе «Звезды» на сайте KP.RU



Родригез отдал дом жене

Шоумен Тимур Родригез (Керимов) расстался с женой Анной Девочкиной после 16 лет брака два года назад. Официальный развод оформили весной прошлого года, но суды продолжаются до сих пор. У пары двое сыновей, еще до расставания с мужем Девочкина уехала с ними в Мадрид (Испания), где арендует большую квартиру. Тимур и Анна заключили алиментное соглашение, по которому Родригез платил ежемесячно 1,5 млн руб. на содержание сыновей и 500 тыс. руб. - экс-супруге.

После развода телеведущий переписал на экс-жену загородный дом в Подмоскowie, купленный во время брака. Была договоренность, что Анна его продает и часть средств отдаст Тимур. Но Девочкина дом продала, а денег артист так и не увидел. Этот двухэтажный коттедж в закрытом поселке в деревне Глухово оценивался в сумму от 120 млн руб. Также в совместно нажитом имуществе была квартира в элитном ЖК Москвы (от 90 млн руб.), которая осталась Анне и детям. Родригез подал иск «об изменении размера или формы взыскания алиментов». Суд отменил содержание экс-жены. Артист попросил снизить алименты до 500 тыс. руб. в месяц. Иск в первой инстанции был проигран, впереди обжалование.

Ирина ВИКТОРОВА.

Личная страница Тимура Родригеза в социальной сети

Личная страница Оксаны Самойловой в социальной сети

«СВЕТСКИЙ ...» → «КУЛИНАРНАЯ ВИЗИТКА» СПЕШЬ КРАТКО → ПЛОДОРОДНЫЙ ОРГАН, ЧТОБЫ МЫСЛИТЬ → КАКОЙ ОРГАН ПОСЛУЖИЛ К НАЧАЛУ ИНТРИГИ РОМАНА «МЕРТВЫЙ ШАР» АНТОНА ЧИЖА? → КАКОЙ КРЕМ ПРОВИЗОР РЕКОМЕНДУЕТ?

ИСПЫТАНИЕ ДЛЯ ПАССАЖИРОВ СУДНА → ПРИРОЖДЕННЫЙ ХОЗЯИН ЧРЕЗВЫЧАЙНОГО ПОЛОЖЕНИЯ (ПО ЕЖИ ЛЕЦУ) → ПИДЖАК «НА ВСЯКИЙ ТОРЖЕСТВЕННЫЙ СЛУЧАЙ» → ГЕРОЙ ФИЛЬМА «СПАСИ МЕНЯ» → КОГО ЗЛОДЕЙСКИ ПОХИТИЛ ЧЕРНОМОР? → ВТОРАЯ ПО НАСЕЛЕННОСТИ СТОЛИЦА В МИРЕ

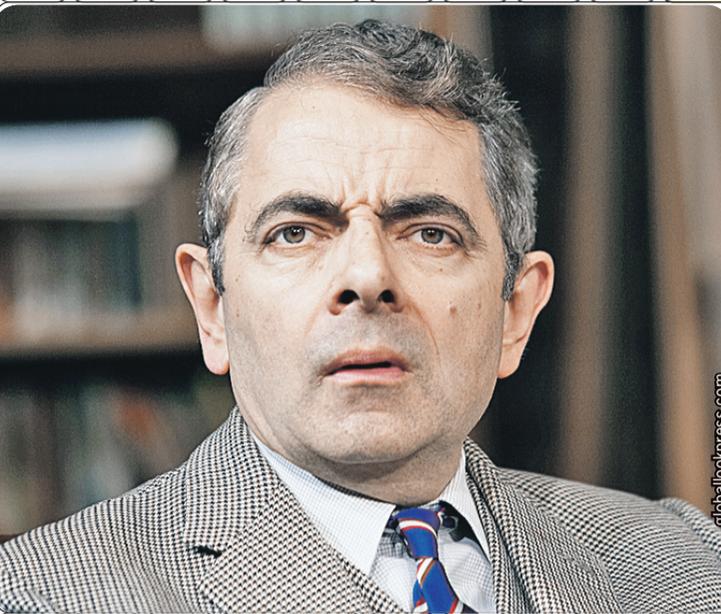
КАКИЕ ИСПАНСКИЕ ШТАНЫ В XV ВЕКЕ НАБИВАЛИ ПУХОМ? → ЧТО АМЕРИКАНСКИЙ ПРЕЗИДЕНТ РИЧАРД НИКСОН ЛЮБИЛ ОБИЛЬНО ПОЛИВАТЬ КЕТЧУПОМ? → КТО ВЖИВАЕТСЯ В РОЛЬ? → МАСТЕР ИЗ АТЕЛЬЕ → ГДЕ НЕЗНАЙКА СТОЛКНУЛСЯ С КАПИТАЛИЗМОМ? → ТРАНСПОРТНАЯ АРТЕРИЯ ДЛЯ СУДОВ → «НАРОДНЫЙ МЕДИК» → ВОЗДУШНЫЙ ПРОСТОПОР НАД ЗЕМЛЕЙ → «... ГРОМКАЯ УМОМ ПОРОЙ НЕ БЛЕЩЕТ» → ГЕРОЙ ПЕРВОГО ФИЛЬМА АЛЕКСАНДРА РОУ

СМОТРИТЕ ФОТО → ОСЕВШИЙ НА ЧУЖБИНЕ → «ОСВЕЖИТЕЛЬ ПАМЯТИ» → ОТКРОВЕНИЕ МАРЛЕН ДИТРИХ: «КУРИТЬ Я НАЧАЛА ВО ВРЕМЯ ВОЙНЫ. ЭТО И СОХРАНИЛО МОЕ ...» → ЧТО, КАК СЧИТАЛ УИЛЬЯМ ШЕКСПИР, «СЕРДЦЕ ДЕЛИТ ПОПОЛАМ»? → КАКОЙ ТАНЕЦ СТАЛ ПОСЛЕДНИМ В ЖИЗНИ МИХАИЛА ЛЕРМОНТОВА?

СРОДНИ МОНИТОРУ → «ТЫ НА ЧТО, ЦАРСКАЯ ... НАМЕКАЕШЬ?!» → OLEG → В ЧЕСТЬ КАКОГО ДИКОГО ЛЕСА ЭФИОПИИ ДАЛИ НАЗВАНИЕ ПОПУЛЯРНОМУ СОРТУ КОФЕ? → «УЖ НЕ СТУПИТ ... В ТВОЕ ПОЗЛАЩЕННОЕ СТРЕМЯ» → «ЕСТЕСТВЕННОЕ ОСВЕЩЕНИЕ» НОЧИ → МОЛЧАЛИВЫЙ АРТИСТ → ПРОФЕССИЯ ЕМЕЛЬЯНА ИВАНОВИЧА ИЗ РАССКАЗА «НА РЕКЕ» АЛЕКСАНДРА КУПРИНА → ФИЛЬМ «ЧУЖАЯ ...» У МИХАИЛА ШВЕЙЦЕРА → «И СВОДЫ СКАЛ, И МОРЯ ... ЛАЗУРНЫЙ»

УКОРОЧЕННАЯ ПРОРЕХА → СЪЕДОБНЫЕ ВОДОРОСЛИ У ЯПОНЦЕВ → ТОВАР «ЗА ВЫЧЕТОМ КАЧЕСТВА» → ЭСТРАДНАЯ ПРИМА ФРАНЦУЗСКОЙ ЭСТРАДЫ → СТАТУС КУШАКА → ОТ ЧЕГО В МЕГАПОЛИСЕ ДЫШАТЬ НЕЧЕМ? → ЕСТЬ ДВА ВЕЛИЧАЙШИХ ТИРАНА НА СВЕТЕ. ОДИН ИЗ НИХ СЛУЧАЙ, КАКОЙ ВТОРОЙ? → «МНОГИЕ ВЕЩИ, СКАЗАТЬ КОТОРЫЕ ... НЕ ПОВОРАЧИВАЕТСЯ, ПОРОЙ САМИ С НЕГО СРЫВАЮТСЯ»

БАЛЛЫ ЗА ЗНАНИЯ → ЛАССО ПТИЦЕЛОВА → «НЬЮТОН ЭЛЕКТРИЧЕСТВА» → «ЧТО ТЫ СНИШЬСЯ КОНЕМ МНЕ КРАДЕННЫМ, ЧТО СТУЧИШЬ В ... ВЕТКОЙ ТОНКОЮ?» → КАКАЯ ПОЛЬЗА ОТ ЗАТЕИ? → ГДЕ КАТАЮТСЯ СЕРФИНГИСТЫ? → ПРОТИВОВЕС ПРИ ВЗВЕШИВАНИИ



ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Прием - Форс - Мозг - Актер - Луна - Людмила - Кальсес - Река - Закройщик - Знахарь - Творот - Аткинсон - Здоровье - Дисплей - Мим - Мгла - Глаксия - Нога - Повар - Дырка - Брак - Пюас - Орёл - Нори - Ампер - Море - Комма - Окно - Отметка - Слюк - Гиря - Язык. ПО ВЕРТИКАЛИ: Качка - Морда - Политик - Иммигрант - Напоминание - Масло - Гений - Арабика - Фрак - Каас - Слой - Прок - Марк - Смот - Козерот - Глаз - Небо - Время - Разлука - Мехико - Родня - Вальс - Речь - Мазь - Емля - Блеск.

СМОТРИТЕ ФОТО → «МОЙ ... НЕ БЫЛ УЛЫШАН» → «КРОВАВАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ» ИЗ ПОПУЛЯРНОГО ТЕЛЕСЕРИАЛА «КЛАН СОПРАНО» → «... ПОРОЙ ИМЕЕТ ФОРМУ ОРДЕНА» → КОРОЛЕВСКАЯ → РАССЫПНОЙ СНАРЯД → «ЦАРСТВО ПИНГВИНОВ»

ЭСТРАДНЫЙ ИДОЛ → «СОЕДИНИТЕЛЬ» РЫБОЛОВНЫХ СНАСТЕЙ → «УШАСТЫЙ ПОКРОЙ» У ШТАНОВ → НАЗОИЛОВАЯ РЕКЛАМА → «МОЯ ... ХОТЕЛА, ЧТОБЫ Я, КОГДА ВЫРАСТУ, ПОПАЛ НА НЕБЕСА, КАК И ОНА» → ЧТО СОЗДАЕТ ПОЭТИЧЕСКИЙ УНИСОН? → СЕЗОН ПЛОДОВ → ПЕРЕКАТЫ ГРОМА → ПЕЧЕННЫЙ СЛОЙ В ТОРТЕ

МУКА ИЗ СТРУЖКИ → СОСЕДКА АВСТРИИ → КАКАЯ СТРАНА ПРИНИМАЛА ОИ 1976 ГОДА? → ОДИН ИЗ САМЫХ ПОПУЛЯРНЫХ МОТИВОВ ДЛЯ УБИЙСТВА В ДЕТЕКТИВНОЙ ЛИТЕРАТУРЕ → ЧЕРДАК ДРЕВНЕРУССКИХ ХОРОМ → ВЗБИТАЯ ЯИЧНИЦА → ЧТО ПРЕДНАЗНАЧЕНО К СТРАДАНИЮ? → ЧЕМ ДАМА БЛАГОУХАЕТ? → ШАМАН У КЕЛЬТОВ

ОЗВУЧКА ШЛЕПКА ПО ВОДЕ → МОРСКОЙ РАЗБОЙНИК → РАРИТЕТ, ИДУЩИЙ С МОЛОТКА → ПИКАНТНАЯ ДОБАВКА К ЗАЛИВНОЙ РЫБЕ → КДАК ДАМА БЛАГОУХАЕТ? → ЧТО ПРЕДНАЗНАЧЕНО К СТРАДАНИЮ? → ПУШКИНСКИЙ СТИХ «ВСЕБЕЛЫЙ ...» → ЗВЕНО В СМЕРТИ КАЩЕЯ БЕССМЕРТНОГО → КТО УБИВАЕТ ЛЬВА НА ЗНАМЕНИТОЙ ГРАВЮРЕ АЛЬБРЕХТА ДЮРЕРА?

«ПРОДАВЕЦ ШАУРМЫ, МЕНЯЯ ПЕЛЕНКИ СВОЕМУ РЕБЕНКУ, ПО ИНЕРЦИИ ДОБАВИЛ ... И МАЙОНЕЗ» → ДВОРЕЦ С РЕЗИДЕНЦИЕЙ ПРЕМЬЕР-МИНИСТРА ИТАЛИИ → ПОП ДЛЯ МУСУЛЬМАН → «ОТСТОЙНЫЕ ПРОИЗВЕДЕНИЯ» → УКОЛЫ СОБСТВЕННОЙ СОВЕСТИ → ЧТО ТЯГОТИТ ПЕТЕРСОНА ИЗ ФИЛЬМА «СЛОМАННАЯ ПОДКОВА»? → АБРАЗИВ НА ТОЧИЛЬНОМ КРУГЕ → СЫН ГЕРОЯ ФИЛЬМА «НОЧНОЙ ДОЗОР»

НА КАКОЙ АКТРИСЕ ЖЕНИЛСЯ РУССКИЙ ПОЭТ СЕРГЕЙ ЕСЕНИН? → ЕВЛАМПИЙ ИЗ РОМАНА «ДОМ СВИДАНИЙ» ЛЕОНИДА ЮЗЕФОВИЧА → СТАТУС АЛЬКОВА → КАКОМУ МЕСЯЦУ ПОСВЯЩЕНА ПЬЕСА «ПЕСНЬ КОСАРЯ» ИЗ ЦИКЛА «ВРЕМЕНА ГОДА» ПЕТРА ЧАЙКОВСКОГО? → «СОЧИНИТЕЛЬ СМЕХА» → ПРОЦЕДУРА С ПРОТЫКАНИЕМ → ПРИЕМНЫЙ ОТЕЦ ЖОРЖА ДАНТЕСА

ДЕВИЧНИК ДЛЯ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ СИЛЬНОЙ ПОЛОВИНЫ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА → ИЗ ЧЕГО СДЕЛАЛИ КОСТЮМ ГЕРОЯ ФИЛЬМА «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК»? → АНГЛИЧАНИН ФИЛ ТЕЙЛОР ШЕСТНАДЦАТЬ РАЗ СТАНОВИЛСЯ ЧЕМПИОНОМ МИРА. ПО КАКОЙ ИГРЕ?



ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Голос - Мафия - Кобра - Звезда - Порка - Рифма - Леска - Терем - Рокот - Опилки - Месть - Омлет - Всплеск - Чижик - Болъ - Хрен - Духи - Лот - Пир - Утка - Болыница - Спандекс - Сапат - Киджи - Стыд - Юморист - Дартс - Ниша - Укол - Райх - Мальчишник - Геккерн. ПО ВЕРТИКАЛИ: Лопат - Картечь - Наждак - Дрида - Корж - Егор - Антарктида - Самсон.

