

Жить стало дольше

По данным статистики,
в России на 60% снизилась
смертность от старости

Читайте на стр. 10 ▶



Светлана ИЖКОВЕВА / ИКП - Самара

РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА **FM.KP.RU**

Пора усвоить урок!

Захар Прилепин - о том,
чему нас учит история -
radiokp.ru 21:00



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



7 554 000

уникальных посетителей
за минувшие сутки
№ 50 (27498) 2023 год
Свободная цена

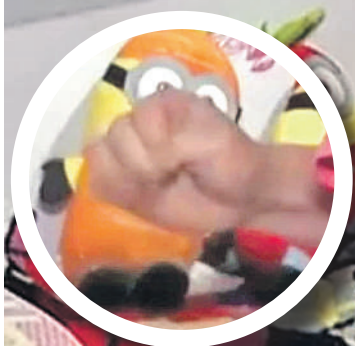


Основана в мае 1925 года

Вторник
4 июля

Газета нашего города ★ Киров - Сыктывкар

Что заставило девочку подать тайный сигнал о помощи в телеэфире



Этот жест она
увидела в ТикТоке.



Читайте на стр. 6-7 ▶

Лариса КУДРЯВЦЕВА / Экспресс газета



Звезды и прислуга

Ирина ВИКТОРОВА

Дибров (на фото) увольняет
за строптивость, а Джиган
возит нянь на море.

Популярные актеры, телеведущие, певцы, блогеры могут отсутствовать дома неделями - гастроли с концертами или спектаклями, экспедиции для съемок сериалов и т. д. Вот когда тут с домашними делами управляться? Зато они могут себе позволить нанять прислугу. На территории подмосковных усадеб в закрытых поселках нередко строят отдельные домики для прислуги или же выделяют комнаты в домах. Рассказываем, сколько популярные артисты платят домашним помощникам.

Продолжение на стр. 14 ▶

Сын Михаила Ефремова упал с третьего этажа

Ирина ВИКТОРОВА

Он сильно пострадал,
но его жизнь
удалось спасти.

Это случилось в минувший четверг в Москве: 32-летний актер, наследник звездной актерской пары **Евгения Добровольская - Михаил Ефремов**, выпал из окна своей квартиры. Около пяти утра Николай нашел на улице случайный прохожий - он

и позвонил в скорую. Ефремов был в сознании и сообщил, что находился дома один и упал сам - случайно. Травмы получил серьезные: перелом костей таза, перелом правого бедра, локтя, огромная внутрибрюшная гематома, из-за поврежденной артерии потерял много крови. Врачи провели срочную операцию, но состояние остается тяжелым.

Николай окончил ГИТИС, последний раз снимался



Екатерина ШВЕЙКОВА / globalokpress.com

в кино и играл серьезную роль в спектакле в 2020-м. С начала пандемии сидел без работы, тогда и начались (или усугубились) его проблемы с алкоголем. В момент падения Ефремов не находился в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.

Сделал дело - поработай смело

Евгений ОРЛОВ

Россияне стали
рекордно много
трудиться.

38 часов 30 минут длилась рабочая неделя среднестатистического россиянина в I квартале 2023 года - таковы подсчеты аудиторско-консалтинговой сети FinExpertiza. За год продолжительность рабочего дня выросла на четверть часа. Побит рекорд 10-летней давности: 38 часов 29 минут.

Главная причина - дефицит кадров. Производство в стране растет, работников не хватает. Вот и приходится многим вкалывать за себя и «за того парня».

- Текущая ситуация противоположна той, что мы наблюдали во время пандемии, когда работникам урезали часы или отправляли в вынужденные отпуска. В условиях минимальной безработицы и нехватки персонала все больше трудоспособных россиян работают с полной за-

грузкой, - констатирует **член совета директоров FinExpertiza Агван Микаелян**.

«Но ведь рабочая неделя у нас 40 часов! Выходит, мы все равно недорабатываем?» - заметит читатель. Ну так не все россияне вкалывают в формате 5 дней по 8 часов. Есть «полставочки», мамы в декрете и прочие категории работников, которые трудятся неполный день. Так что средняя по стране рабочая неделя и не должна быть 40-часовой.

Цифровой голос и новые регионы

Олег АДАМОВИЧ

Элла Памфилова рассказала президенту, чем сентябрьские выборы будут отличаться от предыдущих.

Осенью - в Единый день голосования - в 21 регионе будут выбирать глав, а еще в 20 - депутатов местных законодательных органов. В четырех избирательных округах проголосуют за депутатов Госдумы.

ДАЖЕ ХОДИТЬ НЕ НАДО

Принципиальных отличий будет два. Первое - это электронное голосование. В сентябре этим сервисом смогут воспользоваться уже 21,5 млн человек.

Уже 25 регионов, включая Москву, подали заявки на такое голосование. Глава ЦИК отметила, что сегодня у избиркома действуют 20 цифровых сервисов для всех участников избирательного процесса: и партий, и кандидатов, и комиссий, и, самое главное, избирателей. Более

того, кандидаты могут даже подписи собирать дистанционно.

- Как контроль у вас? - спросил президент о контроле за честностью электронного голосования.

- Бросили призыв ко всем партиям, кандидатам: выбирайте специалистов, которым доверяете, делегируйте их к нам, - ответила Памфилова.

КАК В ПЕРВЫЙ РАЗ

Второе важное отличие этих выборов - участие четырех новых регионов. Эксперты ЦИК ездят в Херсонскую и Запорожскую области, а также в ДНР и ЛНР, чтобы подготовить избирательную систему.

- Ситуация сложная, понимаем, что военное положение, но тем не менее те поправки, которые сейчас приняты, дают возможность при соблюдении определенных условий все-таки выборы проводить, - заметила глава ЦИК.

Что важно: жители четырех новых российских реги-



Главное испытание для ЦИК в этом году - выборы в новых российских регионах. Их жители впервые будут участвовать в российском голосовании. Правда, пока электронное голосование им недоступно, рассказала президенту Элла Памфилова.

онов смогут проголосовать не только дома, но и там, где физически находятся. Это сделано, чтобы учесть голоса многочисленных беженцев.

А вот электронное голосование на них пока не распространяется. Глава ЦИК призналась, что во многих поселениях сейчас просто нет интернета, чтобы проголосовать дистанционно.

■ ПОКУШЕНИЕ

Сергея Аксенова хотели взорвать

Александр БОЙКО

Раскрыт теракт, организованный спецслужбами Украины.

Сотрудники ФСБ смогли предотвратить покушение на главу Крыма Сергея Аксенова. Как рассказали в ведомстве, задержан 35-летний россиянин, который был завербован СБУ и прошел на территории Украины курс «разведывательно-подрывной деятельности».

По данным ФСБ, мужчина был завербован в прошлом году. Приехал в Крым с Украины он в июне этого года и сразу приступил к подготовке.

- Куратором в СБУ у меня был Игорь, - рассказывает он следствию. - Мне дали позывной «Каратист», после чего я проходил

обучение на полигоне. Нас учили подрывному делу, маскировке, нанесению грима, уходу от преследования.

«Каратист» получил задание поехать в Симферополь и легализоваться там - снять жилье, купить телефон и устроиться на работу. Каждый его шаг контролировал куратор, который выходил с ним на связь ежедневно.

- Я ждал, когда мне укажут машину, в которую я должен был заложить взрывчатку и припарковать на Севастопольской улице для подрыва кортежа Аксенова Сергея Валерьевича, - говорит он.

Взяли его, когда он доставал из тайника взрывное устройство.

Эксперты ФСБ отметили, что диверсанты



Советы главы РК Сергей Аксенова

Сергей Аксенов поблагодарил ФСБ и пообещал, что будет и дальше трудиться на благо крымчан.

собирались применить фугас комбинированного типа: взрывчатка с осколочными компонентами была усилена канистрой с напалмом.

Сейчас задержанный ждет суда под стражей. Его будут судить за покушение на теракт и незаконное хранение взрывчатки. Статьи предусматривают лишение свободы сроком до 20 лет.

Раскрытое покушение уже прокомментировал глава Крыма Сергей Аксенов. Он поблагодарил

сотрудников ФСБ за их труд и пообещал, что продолжит работать и дальше на благо жителей полуострова:

- Для меня вывод простой: с точки зрения воздействия на врага я действую правильно, нахожусь на верном пути. Буду этого пути придерживаться и дальше. Враги понимают, что они по-другому с таким, как я, вопросы не решат. Я идейный, вызов принят, будем двигаться дальше, до нашей полной победы.

■ ОФИЦИАЛЬНО

Украина осталась без польских и португальских танков - они все уничтожены

Валентин АЛФИМОВ

Сергей Шойгу провёл селективное совещание, где огласил промежуточные итоги украинского наступления и впервые прокомментировал попытку вооруженного мятежа.

Главной темой «селектора» стало выполнение гособоронзаказа. Но все-таки начал это совещание министр обороны с того, что происходит сейчас на передовой.

Он отметил, что от ударов наших Вооруженных сил значительно снижается наступательный потенциал противника. Назвал Шойгу и конкретные цифры по Южно-Донецкому, Запорожскому и Донецкому направлениям. Напомним, именно там украинские боевики пытаются атаковать, но безуспешно.

С момента начала наступления ВСУ по этим трем направлениям российские войска уничтожили:

- ✓ 15 самолетов,
- ✓ 3 вертолета,
- ✓ 920 единиц бронетанковой техники, в том числе 16 танков Leopard.

- Это практически 100% танков данного типа, поставленных Польшей и Португалией, - подчеркнул Сергей Шойгу. - Всего же с 4 июня украинские войска потеряли примерно 2500 единиц различного вооружения.

Эти данные по всем направлениям линии соприкосновения.

Рассказал министр и о работе сил противовоздушной обороны:

- За прошедший месяц перехвачено 158 реактивных снарядов HIMARS, 25 крылатых ракет Storm Shadow и 386 беспилотных летательных аппаратов.

Подводя итог, Шойгу заявил, что «в целом ни на одном из направлений противник своих целей не достиг». При этом он отметил «мастерство наших бойцов» и «завышенные ожидания от хваленного западного оружия».

Также министр подчеркнул, что расслабляться нельзя. Западные кураторы гонят ВСУ вперед, требуют продолжать наступление, «не считаясь с существенными потерями». Причем отсутствие успеха «на земле» Киев ради пропаганды своей победы компенсирует «за счет террористических обстрелов гражданских объектов».

В то же время, по словам Шойгу, «благодаря профессиональному действию наших военнослужащих удается минимизировать потери среди мирного населения и спасти сотни жизней».

Высказался министр обороны и о мятеже, который был поднят 23 июня. Он подчеркнул, повторив слова президента, что мятеж провалился «прежде всего потому, что личный состав Вооруженных сил проявил верность присяге и воинскому долгу». И отметил, что эта провокация не повлияла на действия российских войск на передовой.

В контакте

Вступайте в нашу группу ВКонтате
VK.COM/KPRU

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

В МИРЕ
Насилие и беспорядки во Франции могут сорвать Олимпиаду-2024

ЭКОНОМИКА
Почему в России так медленно растут цены: названы неожиданные причины

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



Пробка на Крымском мосту растянулась на 13 километров

Ирина ГЕРЦ («КП» - Крым)

Туристы стоят в заторе от двух до пяти часов.

Плюс 35. После затяжных июньских дождей местные жители смогли почувствовать лето и открыть купальный сезон. А вот туристам, которые тоже хотят провести время на черноморском побережье, пришлось несладко. Виной всему - пробки на Крымском мосту.

Июль - главный месяц для загара и купания. Отдыхающие со всей России, которым повезло урвать лучшее время отпуска в году, махнули на море. И хоть власти не раз предупреждали, что после прошлогоднего ЧП (теракт 8 октября, который устроили украинские спецслужбы) досмотр на Крымском мосту существенно усилился, не пугают народ такие трудности. «Постоим часок» - вероятно, именно так подумали тысячи туристов со всех уголков страны. А выехали, разумеется, одновременно. В итоге произошел настоящий коллапс.

ПОБЛАЖЕК НЕ БУДЕТ

На подходах к Крымскому мосту в ночь на 1 июля со стороны Кубани столпилась вереница автомобилей. В чатах автомобилистов в социальных сетях тем временем начались первые ссоры: туристы с маленькими детьми просили уступить им место в очереди.

«У нас ребенку нет еще и года, он не спит и плачет. Пропустите, будьте людьми», - пишет молодая мама из Саратова.

Подобные просьбы водители, однако, восприняли в штыки. Не в магазине, говорят, чтоб вперед пропускать. Сами знали, на что шли.

Ситуацию прокомментировали крымские власти. Глава Минтранса республики Николай Лукашенко сообщил о пробке в пять километров со стороны Краснодарского края. Автомобилистам, по официальной информации, чтобы попасть на мост, приходилось ждать своей очереди больше двух часов. А позже затор увеличился вдвое, в туристических чатах то и дело появлялись сообщения, что ждать приходится вовсе не два, а все пять часов.

Такая ситуация не понравилась ни властям, ни водителям, поэтому 2 июля на крымскую сторону перебрали кубанских работников досмотра. Но



Пробки в районе Крымского моста на момент подписания номера, по данным Яндекс.Карт

Алексей СТЕФАНОВ/Комсомольская правда



Понедельник: вереница авто, увы, еле движется.

Роман СОКОЛОВ/ТАСС

и это не помогло. Утром 3 июля пробка достигла антирекорда - 13 километров.

- Весной власти Крыма боялись провального сезона, то и дело зазывали туристов, снижая цены, а что мы видим сейчас? - вздыхает Сергей из Челябинска. - Мы ехали двое суток, чтобы еще всю ночь торчать на мосту, когда до Феодосии осталось всего-то ничего? Или то, что люди все-таки поедут в Крым, было для властей сюрпризом?

РАЗДАЮТ ВОДУ

Людам, которые стоят в пробке, помогают волонтеры и местные власти. По информации оперштаба Краснодарского края, за минувшие сутки на подъезде к мосту раздали больше пяти тонн воды, а через каждые 400 метров выставили биотуалеты.

Водителей, планирующих ехать в Крым, просят учитывать дорожную ситуацию и закладывать время на проходные проверки.

Безусловно, люди устали и

хотят уже поскорее добраться до моря, а кто-то даже пожалел о запланированном отпуске. Но не все жалуются на сложившуюся ситуацию. Ведь тщательные досмотры на Крымском мосту - вынужденная мера, а не прихоть властей. О теракте со стороны Украины 8 октября помнят все.

- Лучше уж мы постоим лишние несколько часов, чем снова поедет начиненная взрывчаткой машина. Сразу же было понятно, что досмотр усилят, - говорит Георгий из Самары.

С ним согласен и Артем из Волгограда.

- Да, в пробке тяжело. Но не надо пускать все на самотек. Досмотр должен быть качественным, ведь мы знаем, в какое время живем.



Оперативная ситуация на данный момент - на сайте KP.RU



ВОПРОС ДНЯ



Shutterstock

После леденящей истории из Муром, когда девочка в эфире Первого канала тайно попросила помощи (подробности на стр. 6 - 7), мы спросили:

Что нужно знать детям, чтобы не попасть в беду?

Тутта ЛАРСЕН, телеведущая:

- Учить надо не детей, а их родителей. К сожалению, очень многие взрослые вообще не видят тут проблемы. И считают насилие нормальным педагогическим приемом. Эта тема у нас поднимается редко, она сложная и большая.

Павел ПОЖИГАЙЛО, первый зампред Общественной палаты по демографии, защите семьи, детей:

- Детям надо дать минимум, как спасательный круг, чтобы они знали, что делать в критической ситуации. Но главное наше внимание должно быть обращено не на детей: это как бороться с воронами - надо просто убрать мусор. Нужно восстановить институт участковых, которые будут знать всё про всех жильцов, в школах вернуть родительские комитеты - тогда не будет никакого буллинга и троллинга, а принудительные вытрезвители помогут в неблагополучных семьях навести порядок.

Леся РЯБЦЕВА, журналистка:

- Максимально важно научить ребенка говорить слово «нет». Моя дочь всегда может сказать «перестань, мне не нравится», когда кто-то обижает ее на детской площадке, например. Еще важно, чтобы воспитателей было несколько - и родители, и бабушки, и тети, и няни, и педагоги. В таком случае ребенок будет знать, что к кому-то из взрослых точно можно обратиться.

Анна ХНЫКИНА, детский психолог:

- Мы привыкли воспитывать детей послушными, учим быть виноватыми и покорно принимать наказания. А ведь взрослые тоже могут быть не правы и несправедливы. Поэтому учить нужно и постоять за себя, и говорить «со мной так нельзя». Это сложно, нужно вступать в тяжелые диалоги и отвечать на философские вопросы, но надо взять на себя эту воспитательную сложность.

Николай МИШУСТИН, член экспертного совета Госдумы по вопросам семьи, движение «Родительский отпор»:

- В наши времена права ребенка стали перевешивать права родителей. Сейчас шагу нельзя ступить без угрозы попасть под ювенальную юстицию - с таким подходом демография и дальше будет ухудшаться. Поэтому не надо терроризировать родителей, нужно просто вернуть советский курс «Этика и психология семейной жизни», он научит детей пониманию отношений внутри семьи. И таких проблем возникать не будет.

Станислав К., читатель «Комсомольской правды»:

- Детям нужно знать, что такое хорошо и что такое плохо. А то у нас полстраны воспитывается в семьях с отчимами-садистами или матерями-абьюзерами и думает, что, когда тебя лупят, это нормально, когда мать разговаривает с тобой матом, это нормально. Нет. Не нормально, и ребенок должен это знать.



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



Награда лучшим - путевка в бой



Григорий КУБАТЯН,
военкор «КП»

Как живут танкисты, работающие на Марьинском направлении.

Броня наша, конечно, крепка, и танки, безусловно, быстры, но, чтобы идти на мины и под огнем штурмовать врага, нужны еще стальные нервы.

БОЕВОЙ «СКВОРЕЧНИК»

Щедра и богата Донецкая земля. Даже обычная лесополоса к лету превращается в джунгли - из чащи кричат тропические скворцы, по веткам прыгают тропические белки. В плотной растительности разбегаются узкие тропы, и если бы не идущий впереди офицер, я бы заблудился. Из листвы выступают едва заметные часовые - жмут руку офицеру, а заодно и мне.

Здесь стоят танкисты: между деревьями спрятан массивный Т-90 с дополнительной броней и защитной крышей со свисающими цепями (они защищают от дронов). Такую надстройку называют «скворечник».

Не умея пробить нашу защиту Марьинки в лоб, противник пытается бить по флангам, и задача танкистов - не давать ему атаковать. Если надо - выходят на прямое столкновение или работают из укрытия, как артиллерия. Так точность даже выше, чем у обычной гаубицы.

Половина бойцов - контрактники, другая - мобилизованные, пришедшие с гражданки. Воюют второй год, поэтому опыта хватает. Но на Марьинском направлении мало западных машин - ВСУ боятся отправлять их сюда - все позиции пристреляны, и «Леопарды» с «Брэдли» будут гореть, как свечи. А для украинской армии главное - имидж, поэтому либо в пекло танкового боя кидают прочные советские Т-72 (их останки можно выдать и за российские), либо грызутся из бетонных опорников.

- Серьезный танковый бой был во время штурма села Победа, - вспоминает Юрий, замполит одного из подразделений 20-й дивизии. - Нас атаковали бронетехника, дроны. Спасибо «скворечнику» над башней, очень спасает, когда снаряд падает сверху.



Можно было бы подумать, что мужики приехали на рыбалку и коротают время за чашкой чая. Но нет, это воины, бьющиеся за Россию, отдыхают между тяжелейшими боями.

ОБЫЧНАЯ РАБОТА, НО ТРАВМАТИЗМА БОЛЬШЕ

Механика-водителя с позывным «Турбо» призвали из Краснодарского края. Он работал там замдиректора школы по воспитательной работе и физруком. Мог и отказаться - была бронь, но пошел защищать Родину.

- У нас танки прямо с завода, - почти что хвастается он. - А вот обвес - козырек, цепи, решетки - это мы сами.

- Легко ли быть танкистом?

- Обычная работа, только травматизма больше и выходов нет. Живем в лесу, здесь отдыхаем, отсюда ездим на боевые задачи. Если повезет, с той стороны одумаются, вспомнят историю - это будет прекрасно. Но пока они хотят с нами воевать, мы будем стоять до конца.

Стоять до конца танкистам помогают технологии. В одном из лесных блиндажей устроили командный пункт с телевизором, где парни вместе с командиром проводят работу над ошибками по видео, снятого с БПЛА.

РОДИЛИСЬ В БРОНЕЖИЛТЕ

Командир танка, наводчик-оператор «Немец» приехал из Ростовской области. Еще долго до начала СВО украинские снаряды прилетали на край его поселка. А в Донбассе живут родственники. Поэтому «Немец» и пошел защищать родной дом.

По образованию «Немец» - металлург, работал охранником. Свой позывной получил, потому что знает язык и иногда развлекает сослуживцев анекдотами на нем.

- Был случай на Херсонском направлении, танк уничтожил группу в 50 - 60 человек - работал с закрытой позиции, а корректировался с беспилот-

ника. Враг даже не понял, откуда стреляют.

- На штурм тоже приходится ездить?

- Конечно. Противник хорошо укрепился, защищен минными полями. Приходится расчищать путь тралом. Мы были экипажем трала.

Минный трал - это гибрид бульдозерного ковша и асфальтового катка. Эту жутковатую конструкцию толкает танк, расчищая путь по минному полю. С этой дороги будут работать другие танки.

Был случай, когда работающий трал собрал 4 мины (они взрываются!), по нему работала артиллерия, и в итоге в броню попали из ПТУРа! Но парни выполнили задачу.

- Страшно ехать на мины?

- Смотря на какие. Бывают такие, что могут пропустить трал и взорваться под машиной. Но задачу же нужно выполнить.

- Что самое опасное для танкиста?

- У ПТУРа большая сила пробития. Бывало, и попадали. Однажды три штуки оторикошетили от брони - парни как в бронезилете родились.

ОКОП ВЫСОКОЙ КУЛЬТУРЫ БЫТА

Лесной лагерь танкистов ка-

жется образцовым, будто тут живут пионеры-отличники, - выстроены аккуратные блиндажи, похожие на дома хоббитов, есть скамейки для отдыха (конечно, самодельные), кабины для душа и даже... накрытый сеткой загон для перепелок. Их там двадцать штук.

- А это зачем? - удивляюсь.

- Не для еды. Просто для души, - объясняют мужики. - Живой уголок. Возвращаешься с боевого задания, садишься рядом с перепелками, кормишь их. И хорошо.

Дождевую воду собирают в гигантские гильзы из-под снарядов. Конечно, техническую и питьевую подвозят, но лишняя не помешает.

Между деревьев устроена кухня: лавки, длинный деревянный стол... да даже шкафчики для посуды (они тут сделаны из ящиков от снарядов). Горячую пищу привозят из тыла, но если кто-то вернется с задания ночью, можно приготовить и самому - есть плитка и запас картошки, тушенки, соленых огурцов. И чай с медом. Продукты хранят в снарядных ящиках, чтобы не достали белки и одичавшие кошки.

Над столом висит стенд с политинформацией и портретами лучших.

- А как вы определяете лучшего? - интересуюсь.

- Соревнуемся на полигоне, - отвечают танкисты. - Маневрируем, стреляем на точность. Лучший экипаж отправляется на боевую задачу.

- Подождите... награда лучшему - боевая задача?

- Да. А награда за выполненную задачу - внеочередной отпуск. Видишь логику?

«ЗЕЛЕНЫЙ МАРШРУТ»

Рядом со стендом портрет парня лет 30 - лучший на прошлой неделе. Иду к нему.

Никита. 28 лет. Из Пермского края. Командир танка. На доску почета попал за уничтоженный опорник.

- Приятное было ощущение, когда увидел себя тут, - улыбается он. - А что фотографию убрали, не обидно. Пусть и другие повисят. Мы здесь все братья, одна семья.

- Трудно подбить опорник?

- Выходишь по «зеленому маршруту», который тралом проложили, смотришь в прицел, уничтожаешь. Обстрелы? Когда прямой наводкой работаешь, всегда под обстрелом. Сначала в 100 метрах снаряд ложится, потом ближе. Задом отъезжаешь, разворачиваешься и едешь по своим следам.

Механик-водитель с позывным «Ява» подбил в одиночку вражеский танк. Недавно приехал в часть после больницы. По нему попал ПТУР, загорелась башня. «Яву» и других контузило, но мехвод сумел спасти танк и вернуть его на базу. Представлен к награде.

- Такой удар, будто это мы выстрелили, - вспоминает «Ява». - Из-за контузии я не ощущал времени. Но услышал команду выводить танк и вывел.

- Возвращаться не страшно?

- В госпитале мне священник крест дал. И еще пояс у меня есть с молитвами. Лишними не будут.

- А мне жена написала молитву на бумажке. Это мое суеверие, - добавляет командир танка «Майкоп».

СЛИШКОМ ПРИБРАНО

Я выхожу из леса в сопровождении совсем молодого командира подразделения.

- Как-то у вас слишком чисто и аккуратно. Это что, показательное подразделение?

- В армии должны быть чистота и порядок, - серьезно отвечает он. - В грязи сидеть - себя не уважать. Мы иногда захватываем позиции противника, там столько мусора!

Зеленая стена смыкается за нашими спинами, и я как будто просыпаюсь, кажется, что только что побывал в гостях у танкистов-эльфов.



Со «скворечником» и в зеленом наряде с попоной из маскировочных сетей Т-90 похож на колесницу лесного царя.

Гена и Вован из «Нашей Russia» с удовольствием отдохнули бы и в российском отеле. Особенно если там станут соблюдать ГОСТ и выбор напитков не подкачает. Но хватит ли на это денег у простых тагильских работяг?..

В России вводится госстандарт для отелей, работающих по системе «все включено». Как это будет выглядеть и что изменится для туристов?

Кричать «Тагил!» теперь будем по ГОСТу

Елена АРАКЕЛЯН

— Какая красота, какая чистота, ...! У нас тут ол инклюзив, ...! — восхищались питанием и сервисом в турецком отеле герои «Нашей Russia» Гена и Вован из Нижнего Тагила. Щедро сдабривая свой восторг победным кличем «Таги-и-ил!»

«А чем мы хуже?» — приревновали наши законодатели. И решили поднять российскую систему «все включено» на новый уровень. Как? Конечно, испытанным способом: недавно в стране был принят ГОСТ на услуги отелей «все включено» и «ультра все включено». С 30 июня он вступил в силу.

ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОГО ОЛ ИНКЛЮЗИВА

К слову, в той же Турции государство не вмешивается в работу системы «все включено»: отели сами выбирают, чем кормить и как ублажать клиентов. И живут же как-то, лучшими в мире в этом деле считаются. Но у нас и здесь свой путь. И вот почему.

Отели с системой «все включено» в России появились лет десять назад. Однако даже сами представители туротрасли выступали за то, чтобы как-то упорядочить эту деятельность. Поскольку некоторые гостиницы использовали такую вывеску как маркетинговый ход. И называли «ол инклюзивом», например, просто трехразовое питание (а если с компотом, то это,

не иначе как Ultra All Inclusive). Или вот еще замечательная приписка на сайте одного отеля: «Состав услуг, входящих во «все включено», может изменяться по усмотрению администрации».

Понятно, что туристов это раздражало и бросало тень на всю отрасль. Чтобы пресечь такие выходы, в ГОСТе прописали минимальные требования к услугам (примеры — в «Справке «КП»).

ЕШЬ И ПЕЙ ЗА 20 000 РУБЛЕЙ

А много ли в России отелей, готовых работать по новому ГОСТу?

— У нас в стране не менее тысячи курортных отелей. Но, думаю, из них не более 15% в те или иные сроки перейдут на «все включено» или «ультра все включено» по ГОСТу, — рассказал «КП» президент Общенационального союза организаций индустрии гостеприимства (ОСИГ) Алексей Волков. — И очень высокого спроса на это направление в России мы не ожидаем.

Почему так? Для понимания эксперт приводит пример:

— Вот только что открылся новый отель в Анапе, пять звезд, «все включено». Четыре варианта шведского стола на завтрак. Европейская, итальянская, китайская кухня. Все прекрасно, но цена за ночь — 20 тысяч рублей. Прямо скажем, не пролетарская.

ЗДЕСЬ ВАМ НЕ ТУРЦИЯ

Дело в том, что в наших условиях полноценное «все включено» — дело достаточно затратное.

— All inclusive выгоден только крупным гостиничным комплексам, где большой поток туристов и хорошая заполняемость. Тогда да, эта система уменьшает затраты отеля на продукты и напитки для каждого туриста, — поясняет генеральный директор сервиса бронирования отелей и квартир ТВИЛ.РУ Алексей Черепихин.

Но и в этом случае нашему «все включено» сложно конкурировать с турецкими по цене.

— Важно понимать, что соотношение стоимости трудовых ресурсов (зарплаты персонала. — Ред.), а также себестоимости продуктов у нас с Турцией несопоставимо, — говорит партнер ZONT HOTEL GROUP Александр Гендельман.

Причин, почему у нас «не Турция», эксперты называют много. Это и более длинный пляжный сезон «у них», и несравнимо большее количество приморских курортов (что заставляет их конкурировать), и изобилие дешевых фруктов-овощей.

Есть и еще один важный момент. Несмотря на прекрасный климат и завал фруктов, до начала 80-х годов про замечательные турецкие пляжи практически никто не знал. Именно с этого времени турецкое государство решило целенаправленно развивать туризм, и ставка была сделана на all inclusive как некую фишку, которая бы выделила Турцию на фоне других средиземноморских курортов. Бизнес, пожелавший вложиться в новые отели, получил беспрецедентные льготы: землю в аренду бесплатно на 49 лет, кредиты под смешные проценты, освобождение от многих налогов. Так и получилось создать практически с нуля целую отрасль.

На каких курортах в России есть отели с системой «все включено» — на сайте KP.RU



ВОПРОСЫ НА ЗАСЫПКУ

- Кто и как будет проверять, соблюдает ли отель ГОСТ? Роспотребнадзор — в заявительном порядке. Кто-то из туристов пожаловался — они приехали с проверкой.
- Как накажут нарушителей? Штраф за несоблюдение заявленных стандартов не очень велик — порядка нескольких десятков тысяч рублей. Но для отелей это потеря репутации. Если с подачи Роспотребнадзора СМИ напишут, что в таком-то «олинклюзивном» отеле включено далеко не все, с клиентами у гостиничного комплекса вполне могут возникнуть проблемы.
- Что будет с нашими «ол инклюзивами», которые в стандарт не вписываются? Какую-то специальную аттестацию отели, желающие работать по системе «все включено», проходить не будут. Но если отель заявляет, что у него «олинклюзив», он обязан следовать ГОСТу. Есть и предположение, что гостиничные комплексы, которые не смогут соответствовать новому ГОСТу, придумают себе какой-нибудь другой формат — например, «расширенное меню».

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

СПРАВКА «КП»

Что должно быть по новому стандарту

Это только часть услуг, приводим их для примера.

ПЛЯЖ

- Шезлонги: бесплатно.
- Солнцезащитные зонты, навесы для тени: бесплатно.
- Полотенца: 5 звезд «все включено», 4 - 5 звезд «ультра все включено» - бесплатно от 1 штуки на одного гостя; в остальных случаях за плату.
- Инвентарь для водных развлечений, детский и взрослый - бесплатный и платный.
- Питание и напитки на пляже: «все включено» - опционально, «ультра все включено» - обязательны, с учетом законодательных ограничений по продаже напитков.

ШВЕДСКИЙ СТОЛ

«Все включено»

Завтрак: сухие завтраки, мюсли, рыбная гастрономия, мясная гастрономия, овощи натуральные, салаты и винегреты, блины, оладьи, запеканки, сыр мягкий разных сортов, творог, сметана, йогурты, кефир, ряженка, молоко, блюда из яиц, каши, выпечка.

Обед: не менее 8 - 10 наименований холодных закусок, 2 - 3 наименования супов, 4 - 6 наименований вторых блюд, соусы, десерты, в том числе фрукты, мучные кондитерские изделия.

Ужин: не менее 8 - 10 наименований холодных закусок, 4 - 6 наименований вторых блюд, соусы, десерты, в том числе фрукты, мучные кондитерские изделия.

В «ультра все включено» добавляются:

- детское и диетическое меню,
 - дополнительное оснащение инвентарем для детского питания зоны приема пищи: блендер, микроволновая печь, стерилизатор для бутылочек, детские стулья для кормления, детская посуда,
 - детское питание для детей до трех лет: баночное (не менее трех видов), смеси детские (в том числе безмолочные), каши быстрорастворимые (в том числе безмолочные), сок для детского питания (в том числе без мякоти), молоко детское фасованное.
- Цикличность меню - не менее 7 дней.

НАПИТКИ

«Все включено»:

- ◆ безалкогольные прохладительные и горячие напитки - в неограниченном количестве на «шведском столе» и на точках дополнительного питания;
- ◆ алкогольные напитки российского производства - в неограниченном количестве на «шведском столе» на обед и ужин, а также в точке дополнительного питания:
 - ✓ пиво - не менее одного вида;
 - ✓ вино сухое/полусладкое красное/белое - не менее трех видов;
 - ✓ крепкий алкоголь - не менее двух видов и коктейли на его основе.
- В «ультра все включено» добавляются:
 - ◆ безалкогольные прохладительные коктейли - не менее трех видов,
 - ◆ алкогольные напитки дополняются игристым вином на шведском столе на завтрак (для отелей «пять звезд»),
 - ◆ крепкий алкоголь - не менее пяти видов местного и/или импортного производства.
 - ◆ алкогольные коктейли не менее семи видов на основе крепкого алкоголя.

БАСЕЙН

- Площадь воды - не менее 2,2 кв. м на 1 номер.
- Лежаки - не менее 9 на каждые 10 номеров, в том числе с установкой зонтов или под навесом, - не менее 50 % от общего числа лежаков.

Что скрывается за просьбой девочки, подавшей сигнал о помощи в телеэфире.

Роман ЛЯЛИН,
Ангелина ШАРЫПОВА

Муром (Владимирская область), большой двухэтажный коттедж. Семья - заботливая мама и трудолюбивый отец, две дочки красавицы, бабушка с дедушкой (жили до поры до времени вместе). Счастливые семейные фотографии в соцсетях. Никто не знал, что творится за высоким забором, пока в эфире Первого канала 8-летняя Алина (имена изменены. - Ред.), старшая из девочек, тайно не подала всей стране сигнал SOS.

НЕ ПОДПУСКАЛА ОТЦА

«Нам с мамой и сестрой живется очень дружно! Особенно я очень-очень-очень сильно маму люблю. Я ей за все, за все, за все благодарна. Я очень сильно ее люблю и сестренку тоже!» - говорит Алина в передаче, сидя в обнимку с 4-летней сестрой Олей, опеку над которой не могут между собой поделить родители (в этом и была суть передачи).

В это же время за спиной сестры девочка показывает жест, который считается международным сигналом о помощи при домашнем насилии (согнутый большой палец, обхватенный остальными). Сигнал заме-

«Я очень сильно ее люблю»



Видео семейного скандала. Мать резко отбрасывает от себя ребенка (1) и швыряет девочку в сторону (2). Это видео смотрите на сайте KP.RU.

тили зрители и начали атаковать канал.

Эта, как и множество скандальных историй, началась с любви. 31-летняя Кристина Боржова и 33-летний Карен Тунян (работает системным администратором) познакомились в интернете. Слово за слово, звонок за звонком, и пара встретилась в реальной жизни. Кристина тогда жила в городе Муром Владимирской области вместе с родителями и дочерью Алиной от первого брака, а Карен - в Москве. Периодически Карен приезжал ее навещать. В 2019 году Кристина забеременела.

- Сама она никогда не работала. На старшую дочь она получает пособие по инвалидности и алименты от отца ребенка, которому запрещает видеться с ней. Когда Кристина забеременела, я отвез ее рожать в Москву. В официальном браке мы не были, да и не жили даже вместе, - рассказывает Карен Тунян.

Все закончилось через две недели после родов - Кристина, недолго побыв в столице, собрала вещи, взяла новорожденную дочь и сбежала обратно в Муром к родителям. Причиной, как говорит Карен, стал ее «тяжелый нрав и нежелание исполнять хоть какие-то обязательства».

- Возникли разные конфликтные ситуации, но не слишком серьезные. А когда родилась дочь, она сначала давала с ней видеться, но через полгода за этим мне пришлось обратиться в суд. Я шел по пути закона. В суде утвердили порядок общения с ребенком, она сама признала почти все требования, готова была их исполнять, - вспоминает Карен.

Суд постановил, что отец может забирать дочь к себе каждую вторую и четвертую субботу месяца с 12 до 20 часов. По словам Карена, первое время Кристина исполняла требования суда, но вскоре перестала. Не отпустила - и все.



Видео жеста о помощи смотрите на сайте



ЖЕСТУ НАУЧИЛА БАБУШКА

У Кристины уже - новая любовь. По словам Карена, мать девочек и ее новый сожитель поднимают руку на детей и настраивают младшую против отца.

Видеокадры семейных скандалов, где взрослые разбираются, а дети рыдают, попали в соцсети. С этой историей пара и оказалась в эфире Первого канала.

Тайное SOS действительно переполошило зрителей. Многие гадали, умышленно ли показала этот сигнал девочка, или просто баловалась, или это был сценарий продюсеров. Сейчас уже не до этого: проблемы вскрылись, и очевидные.

- Наша внучка знает об этом сигнале, - мама Кристины, Галина Геннадьевна, вырастила дочь с ее отчимом. Она на этот раз не на стороне дочери. - Мы с ней обсуждали знак около года назад. Она увидела его в ТикТоке. Спрашивала у меня про это. Я ей сказала, что это сигнал о том, что нужно помочь. В эфире она воспользовалась ситуацией. Это видно. Просто послушайте, как она о маме говорит, очень натянута, что она любит ее, что

она ей благодарна. Ребенок зажатый весь, она в жизни не такая: смеялась, веселая была. А тут она другая.

По словам бабушки, девочка подала сигнал намеренно. Женщина уверяет, что новый сожитель Кристины - бывший наркоман. Детей хоть и не бьет, но шлепнуть может.

- Если они балуются за столом, их выгонят со словами: «Ходите голодные». Ситуация накалялась давно. Моя дочь не разрешает детям общаться с родственниками, даже с нами. К нам запрещали подходить, - вздыхает Галина Геннадьевна. - В итоге было, что ребенок из-за угла помашет нам, сердечко пальцем нарисует. А они выросли ведь у нас на руках с роддома.

Сама Кристина какое-то время хранила молчание. Только спустя время выдала свою версию произошедшего. По ее словам, это Карен бил ее на глазах у детей, угрожал и не давал жить спокойно.

Свою дочь Галина Геннадьевна называет «собственной болью». Из-за разногласий с мужем переехала из коттеджа на съемную квартиру.

Теперь делят внушек. - Младшую очень хочет взять к себе отец. Мы этому не препятствуем. Папа может воспитывать своего ребенка. А старшую - да, мы хотели бы поселить у себя. Сейчас такая шумиха в СМИ по этому поводу, а нам даже никто не позвонил, чтобы узнать, как обстановка у нас. Конечно, мы готовы внучку к себе поселить. Тут даже вопросов никаких быть не может, это ребенок, который с рождения с нами был...

«Комсомолке» удалось связаться и с родным отцом самой Алины, но ответить на вопросы о состоянии дочери он не смог.

- Мне уже семь лет не дают с ней видеться. Я не в курсе, что там происходит. Кристина не дает общаться мне с дочерью, потому что я якобы денег мало даю. Но когда она давала встретиться с внучкой моей маме, то Алина бабушке ничего не рассказывала о каком-то насилии, - рассказал отец девочки.

Прокуратура Владимирской области

АО "Первый канал"
zeytunyan_tv@mail.ru

Генеральная прокуратура Российской Федерации
3-й Б. Дмитровка, 15а
Москва, Россия, ГСП-3, 125993

27.06.2023 № 25-Р-163814-23-22700
Ил № 21.06.2023 448/23

В соответствии с пунктом 3.2 Инструкции о порядке рассмотрения обращений и приема граждан в органах прокуратуры Российской Федерации, утвержденной и введенной в действие приказом Генерального прокурора Российской Федерации от 30.01.2013 № 45, направляется для проверки доводов обращения представителя АО "Первый канал" Зейтуниана Артема Завеновична № 448/23 от 21.06.2023 ID № ID_GP_488812.

О принятом решении прошу уведомить заявителя. Второму адресату сообщается для сведения.

Приложение: в первый адрес, доступно в АИК "НАДЗОР-WEB".

Прокурор отдела предварительного рассмотрения обращений управления по рассмотрению обращений и документационному обеспечению

Е.А. Алферова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 3978782487914D50104AE8627E39173
Идентификатор: Алферова Елена Александровна
Действителен с: 21.12.2022 по: 15.03.2024

Разные ведомства, от прокуратуры до СК, проверяют семью.

ОФИЦИАЛЬНО

- После демонстрации ребенком в эфире федерального телеканала жеста о помощи организована проверка, - сообщили в пресс-службе СУ СК по Владимирской области. - Будут установлены условия проживания семьи. При наличии оснований будут приняты меры для восстановления нарушенных прав несовершеннолетних и оказания помощи девочкам, которые могли попасть в сложную жизненную ситуацию.

ВАЖНО!

Бесплатные службы, где могут помочь детям и подросткам

• Центр экстренной психологической помощи МЧС России (круглосуточно):
+7 (495) 989-50-53 (приемная),
+7 (495) 989-50-50 (горячая линия)

• Телефон доверия для несовершеннолетних и их родителей: 8-800-2000-122 (федеральный), 8 (8332) 33-22-33 (местный, с 8 до 20 часов). Звонки анонимные и бесплатные



И сестренку тоже...»

КОММЕНТАРИЙ ТЕЛЕКАНАЛА

Константин ГЛЫБА

Кто-то предположил версию пиар-акции, согласно которой наученная заранее девочка на камеру исполнила международный SOS, при этом поглядывая вбок на кого-то, словно ожидая одобрения. Якобы просмотры передачи решили поднять. Но все зашло слишком далеко. Пиар тут ни при чем. Как оказалось, Первый канал подал заявление в Следственный комитет сразу же после выхода выпуска программы в эфир. И чтобы не навредить девочкам, тему не раздувал.

«В студии не обсуждали, но сразу написали заявление в СК»

- Наша программа намеренно не обсуждала это в студии, однако нами было незамедлительно написано обращение в Следственный комитет России по г. Москве, - сообщили «КП» в редакции программы. - В данный момент Следственным комитетом проводится проверка данной семьи. Мы держим ситуацию на контроле.

Заявление было подано 21 июня, уже 27 июня пришел ответ от прокуратуры Владимирской области (видимо, по

реальному месту прописки детей), - органы сообщили, что ведется доследственная проверка.

- Спешим вас успокоить: редакцией программы были предприняты все необходимые в таких ситуациях меры, - настаивает редакция. - Убедительно просим вас не устраивать дискуссии по этому поводу - это может негативно отразиться на судьбе детей! Будем держать вас в курсе событий.

Это же подтвердил и веду-

щий шоу Александр Гордон: «Наши редакторы заметили этот жест во время работы над программой, но об этом говорить не стали, чтобы ребенку не досталось, а обратились в органы».

- Ситуацию с Вероникой никто из наших редакторов не пропустил, - вторит коллеге его соведущая Юлия Барановская, решившая объясниться в соцсетях. - Обсуждать в студии этот жест мы не стали исключительно в интересах ребенка.



Первый канал

Соцсети - Кристина, Алина, Карен на выписке с Олей из роддома: показывают, их семья счастлива.

■ СЛОВО ЭКСПЕРТУ

О жесте девочки и обстановке в семье мы побеседовали с психологом **Екатериной Алексеевой**, специалистом центра для задержанных несовершеннолетних с большим опытом работы со сложными детьми и подростками.

- В моей практике пока не было случаев, чтобы сигналы о помощи подавал бы столь маленький ребенок - 8 лет! В таком возрасте он еще воспринимает мир с точки зрения нормы своей семьи. Если, скажем, родите-

Иллюзия «хорошести»

ли его бьют или постоянно ссорятся между собой, он думает, что так же - у всех. Да, лет с пяти - шести он начинает сравнивать, но понимание, что вокруг тебя что-то не так, обычно приходит уже в подростковом возрасте. Следователи должны скрупулезно разобраться, что происходит в этой семье. Сейчас могут быть только версии. Либо девочка действительно решилась попросить у взрослых о помощи, либо с ее

стороны это мог быть эксперимент - игра, увидят ее «секрет» или не обратят внимания. Очень насторожил один момент. Мама на шоу заявила, что они всей семьей каждое утро ходят в церковь. Ощущение, что человек хочет создать иллюзию «хорошести». Но для меня это звучит неестественно. Разве даже самые глубоко верующие люди ходят в церковь каждый день? Возможно, это просто слова.

Тайные сигналы о помощи: Какие еще приемы могут спасти жизнь

Анна КУКАРЦЕВА

Знак, который показала девочка во время съемок телешоу (большой палец в ладони, который накрывают другие пальцы), был придуман Канадским женским фондом по борьбе с домашним насилием в 2020-м. Они снимали о нем ролики, активно распространяли в соцсетях и предлагали использовать повсеместно, если в семье происходит насилие. Эти ролики есть и в российском ТикТоке.

Блогеры разных стран снимают ролики, как можно воспользоваться этим знаком, если тебе угрожает насильник. Вот какие важные правила они перечисляют:

✓ Не стоит открыто обращаться за помощью или кричать, чтобы не спровоцировать агрессию насильника. Лучше привлечь внимание человека, толкнув его или выбив что-то из рук. И за спиной показать знак, просигналив об опасности.

✓ Еще один популярный способ в западных странах: показать руками за своей спиной и спиной насильника «911: пятерня и четыре пальца, потом по одному пальцу. Перенимают его и подростки из России - по крайней мере в соцсе-



Знак: большой палец помещают на ладонь и накрывают другими пальцами.

тях полно самодельных роликов, где они этот жест друг другу демонстрируют. Все бы ничего, но в России общий телефон Службы спасения - 112. Есть смысл выучить ребенка такому жесту. Но не факт, что взрослый свидетель преступления его поймет...

Проблема в том, что не существует международной классификации жестов о помощи. Да и вряд ли это возможно - ведь если о каком-то жесте станет известно всем и каждому, насильники станут контролировать жертву, чтобы она его не передала... Эксперты поискового отряда «Лиза Алерт» предлагают каждой семье создать свои алгоритмы и научить ребенка им.

1. Придумать пароль, который будут знать только члены

семьи и близкие люди. Тогда ребенок из школы или со двора не сможет забрать незнакомец «по поручению мамы», раз он не знает кодовое слово.

2. Обязательно наизусть знать телефоны родителей - чтобы иметь возможность в опасной ситуации позвонить с чужого аппарата.

3. Обязательно придумать кодовое слово, обозначающее опасность или беду. Очень часто дети, которых взрослый подавил своей волей и уводит куда-то, не могут кричать и звать на помощь. Но если им позвонит кто-то из своих взрослых, в телефонном разговоре ребенок может назвать слово, обозначающее опасность.

Что думают наши читатели - в «Вопросе дня» < стр. 3

А ЧТО У НАС НЕ СРАБОТАЛО

В 2020 году в России запустили полезный проект, клон английского Ask for Angela, который назывался «Позовите Галю!». Смысл в том, что, если девушке угрожала опасность, к ней приставали, она могла зайти в заведение с фиолетовой наклейкой, на которой была нарисована молния под зонтом. Такие заведения были не только в Москве, но и Санкт-Петербурге, Екатеринбурге и других крупных городах. Предполагалась, что география будет расти.

Зайдя в заведение с наклейкой, девушка называла сотрудникам кодовую фразу «Позовите Галю!». И могла рассчитывать на помощь - например, ей помогли выйти с черного хода или прятали и давали отсидеться какое-то время, то есть скрывали от преследователя. Увы, проект начинался красиво, но быстро перегорел... По крайней мере сейчас его сайт с картой мест не активен.

Служи по контракту в Вооруженных Силах России

195 тыс. руб. одновременно (при заключении контракта на срок от года и более)

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВЫПЛАТЫ В ЗОНЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ от 204 тыс. руб. в месяц (в зависимости от воинского звания, должности и выслуги лет)

- заместитель командира взвода - командир отделения - от 242 тыс. руб. в месяц
- командир отделения - от 232 тыс. руб. в месяц
- инструктор штаба - от 226 тыс. руб. в месяц
- начальник радиостанции командно-штабной машины - от 226 тыс. руб. в месяц
- старший сапер - от 216 тыс. руб. в месяц
- старший телефонист - от 219 тыс. руб. в месяц
- гранатометчик - от 211 тыс. руб. в месяц
- водитель - от 211 тыс. руб. в месяц
- повар - от 211 тыс. руб. в месяц
- стрелок - от 204 тыс. руб. в месяц
- старший водитель-электрик - от 216 тыс. руб. в месяц
- пулеметчик - от 211 тыс. руб. в месяц

Горячая линия по вопросам службы по контракту

117

службапоконтракту.рф



СОЦИАЛЬНЫЕ ЛЬГОТЫ И ГАРАНТИИ

- единые дополнительные выплаты, льготы и гарантии субъектов Российской Федерации для военнослужащих по контракту
- возможность быстрого приобретения жилья за счет Минобороны России через накопительно-ипотечную систему
- служебное жилье или компенсация за наем жилья
- бесплатное обследование, лечение и реабилитация в военно-медицинских учреждениях
- страхование жизни и здоровья за счет федерального бюджета
- право на льготную пенсию после 20 лет службы
- статус ветерана боевых действий и соответствующие льготы
- кредитные и налоговые каникулы
- бюджетные места для обучения детей в вузах
- за будущими контрактниками бронируются рабочие места
- бесплатный отдых детей в летних оздоровительных лагерях



В мае исполнилось 5 лет со дня смерти одного из первых прокуроров, расследовавшего гибель туристов. Мы публикуем его последнее и самое откровенное интервью, которое в свое время отложили в долгий ящик.

Следователь - о трагедии на перевале Дятлова: Мы знали, что произошло, но родственникам рассказывали басни



Николай ВАРСЕГОВ,
Наталья ВАРСЕГОВА

Напомним, зимой 1959 года в горах Северного Урала пропали девять туристов: пятикурсник Уральского политехнического института (УПИ), руководитель группы Игорь Дятлов, а также Юрий Кривонищенко, Юрий Дорошенко, Рустем Слободин, Зинаида Колмогорова, Людмила Дубинина, Александр Колеватов, Николай Тибо-Бриньоль и Семен Золотарев. За 16 дней участники похода должны были пройти на лыжах по северу Свердловской области не менее 300 км и совершить восхождения на две вершины Северного Урала.

Через месяц спасатели обнаружили пустую палатку туристов... А в радиусе полтора километров от нее - пять замерзших тел. Трупы остальных нашли только в мае. Почти все туристы были разутые и полураздетые. У некоторых - смертельные травмы. По версии следствия, туристы погибли в ночь на 2 февраля. Но до сих пор не разгадано, почему ребята убежали из палатки на лютый мороз и на свою погибель. Из-за этой недосказанности появились десятки версий трагедии: от лавины до нападения снежного человека, беглых зеков или НЛО.

ЧЕТЫРЕ ВЕРСИИ

В 1959 году Евгений Федорович Окишев был заместителем начальника следственного отдела прокуратуры Свердловской области. Впервые мы встретились с Евгением Федоровичем в 2013 году. Потом бывали у него еще несколько раз. В мае 2016-го записали его последнее интервью для нашего комсомольского фильма «Перевал Дятлова. Конец истории?» режиссера Александра Абраменко. Тогда Окишеву было 96 лет, и его физическое здоровье, подорванное фронтowymi ранениями, становилось все хуже. Понимая, что жизнь на исходе, Евгений Федорович откровенно рассказал нам о тех событиях, уже не особо осторожничая, как в своих первых интервью.

- На меня возлагалось руководство работой прокурора-криминалиста Льва Иванова (он расследовал гибель туристов. - Ред.). Поэтому вся информация сосредотачивалась на мне.

- Когда были обнаружены первые тела, появились и версии гибели?



Одно из последних фото группы, сделано во время стоянки на реке Ауспия. Слева направо: Николай Тибо-Бриньоль, Людмила Дубинина, Семен Золотарев, Зина Колмогорова.

- Вначале были подозрения, что их убили манси - местные жители. Но эту версию отменили. Им по религиозным убеждениям запрещено было покушаться на человека. А встреча с людьми европейской внешности сулила удачу на охоте.

Далее была версия о нападении зверей. Но следов животных мы на месте не обнаружили. И охотники рассказали, что звери в этом районе не показываются из-за того, что гряда обдувается сильным ветром.

Проверяли, не было ли побегов заключенных. Там кругом лагеря стояли в те годы. Тоже отпала версия, поскольку ничем не подтверждалась.

- Тогда и вы, и Иванов, и другие ваши коллеги понимали, что причиной могло стать какое-то военное происшествие?

- Это была одна из версий, которую выдвинули сразу. Это безлюдное место, и там только могли быть военнослужащие из ближайших частей.

«МЕНЯ НАЗВАЛИ ФАШИСТОМ»

- Насколько известно, вы тогда запрашивали радиоактивную экспертизу?

- Да. В связи с чем у нас потом отобрали это дело и сказали, что меньше разговоров вокруг него должно быть. Я родственникам начал объяснять, что это мог быть несчастный случай, как мне было приказано товарищем из Генеральной прокуратуры. И никаких разговоров о каком-то убийстве! Мне приходилось изворачиваться. Рассказывать басни родственникам. Потому что мне и другим оперативным работникам было известно, что произошло. И уж точно не обычный несчастный случай, связанный с природной стихией, как мы говорили родственникам.

- Это же была неправда...

- Конечно. Сколько случаев в практике каждого следователя было, что он вынужден скрывать настоящие обстоятельства преступления? Или пока не будет ясности, или преступления прямо связаны с военной тайной.

- Когда вам приказали сворачивать дело, вы с Ивановым понимали, что столкнулись с военной тайной?

- Мы сами были инициаторами этой версии. И когда запросили Москву -

не было ли таких-то вещей, связанных, допустим, с испытаниями нового оружия, - у нас сразу отобрали дело.

- Как реагировали родственники?

- Меня, например, одна из матерей погибших назвала фашистом. Понимала, что мы изворачиваемся. Родственники писали жалобы и получали ответы как по трафарету - ваши дети стали жертвами стихии, это был несчастный случай.

КОМАНДА СВЕРХУ

- Евгений Федорович, кто придумал формулировку, что они якобы погибли от обстоятельств непреодолимой силы? (В постановлении о прекращении уголовного дела дословно: «...причиной гибели туристов явилась стихийная сила, преодолеть которую туристы были не в состоянии»).

- Нам дали команду.

- То есть вам эту формулировку спустили сверху?

- Да, да. Объясняйте так - или несчастный случай, или природные обстоятельства, которые привели к несчастному случаю. И мы с Ивановым придумали эту формулировку.

- Что там все-таки произошло, на ваш взгляд?

- Я могу только свои догадки высказать. Судя по всему, это были какие-то мероприятия, связанные с обороной страны или с разработкой новых видов оружия. Туристы стали случайными жертвами. В общем, их смерть связана была с какими-то секретами, потому что иначе зачем сразу замалчивать, отбирать у прокуроров дела, которые находятся в разгаре расследования, и говорить им, чтобы врал родственникам.

- Как вы думаете, сохранилось ли дело, в котором указана правдивая информация о причинах гибели?

- Думаю, что да.

ОТ АВТОРОВ

Вот такое откровенное интервью получилось. Почему мы его не напечатали сразу? Потому что тогда была надежда добыть в архивах документы, подтверждающие эту версию. А интервью могло обеспокоить иных архивных работников. И закрыть нам доступ. Увы, но архивы по этой теме оказались и без того малодоступными. Потому нет смысла держать это интервью в долгом ящике.

Выводы из всего сказанного Евгением Окишевым делайте сами. Евгений Федорович явно знал, что там произошло, но до конца своей жизни остался верен тайне следствия и подписке о неразглашении. Однако из-за глубокого чувства стыда, которое не покидало его с момента прекращения уголовного дела, он намекнул нам на то, какую версию трагедии он сам считает самой достоверной.

Мы продолжим по крупицам собирать картину происшествия, и если у вас есть достоверные сведения о трагедии, пишите: vars@kp.ru, konata@kp.ru.

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

По небу летали огненные шары

Во время поисков пропавших туристов на Урале происходили странные явления. Пятикурсник Уральского политеха Борис Сычев во второй половине марта 1959 года среди прочих туристов тоже отправился на поиски пропавших товарищей. В одну из ночей ему довелось наблюдать в небе нечто загадочное.

- Был очень странный случай, который не только мне, но и всем запомнился, - вспоминал он. - Однажды ночью дежурные всех разбудили шепотом: «Ребята, вставайте, одевайтесь, все по одному выходите». Когда мы вышли, видим - плывет по небу большой огненный шар. Внешне похожий на диск луны. Но не луна. Этот шар был больше по диаметру. И вот он отделился от перевала, прошел несколько в стороне от нас. Яркого свечения мы не наблюдали. После скрылся за горизонтом. Мы все недоумевали. Что это такое? Каждый видел подобное впервые.

Такие явления в январе - марте 1959 года наблюдали многие местные жители. Об этом есть свидетельства в уголовном деле, но никаких официальных пояснений о природе этих шаров нет. Есть лишь предположения, что это были запуски ракет с полигона Капустин Яр на Камчатку.



Расследование «КП», версии произошедшего, архивные материалы, фото и видео - в специальном проекте «Перевал Дятлова» на сайте KP.RU



Депутаты возвращают трудовое воспитание школьников:

«Во время уборки класса можно и будущую жену встретить»

В первом чтении приняты поправки, которые помогут приучить ребят к общественно полезному труду.



Сергей ПЯТАКОВ/РИА-Новости

Дина КАРПИЦКАЯ

По задумке законодателя, дети будут убираться в классах, в школьном дворе, сажать деревья и работать в библиотеке.

Словосочетание «дежурство по классу» не испугает никого, кто учился в прошлом тысячелетии. Помыть полы после уроков, помочь в столовой, подмести школьный двор - это в порядке вещей. А еще по осени ученики заклеивали окна, пересаживали цветы. А уж про субботники и говорить нечего. Но сейчас все эти традиции канули в Лету. Школьники стали неприкасаемыми. Даже родители то и дело заявляют: «Не имеете права!», «Это же эксплуатация детского труда!», «В каком законе такое написано?»

Теперь, похоже, будет написано. «Единая Россия» внесла на рассмотрение законопроект «О трудовом воспитании» - так его уже прозвали. Это ряд поправок в закон «Об образовании». Документ уже одобрен Министерством просвещения и экспертным учительским сообществом.

Учителя и родители давно бьют тревогу и просят вернуть трудовое воспитание в школы. Честно вам скажу, моя мама, отдавшая педагогике 40 лет, меня все время спрашивает: «Миша, когда вы уже примете закон о трудовом воспитании?» - начал заседание один из авторов законопроекта, зампред Комитета по молодежной политике **Михаил Киселев**. - Общественно полезный труд будет идти на благо всей школе. Да и детям! Мне лично совместная уборка в классе помогла создать семью - жена была моей одноклассницей, и искра любви загорелась между нами именно во время уборки класса.

«КАК В НАШЕМ ДЕТСТВЕ»

По словам авторов законопроекта, главная задача - привить детям хоть немного трудолюбия. Потому что только на примере родителей или учителей это сделать не получится - нужно ребятам самим поучаствовать. И главное, никого из них нагружать непосильным трудом не будут - все исключительно по возможностям, а точнее, по особенностям

здоровья, возраста и самочувствия.

Глава Комитета по просвещению **Ольга Казакова** объяснила, что конкретно будут менять и в каком законе:

- Сейчас в законе «Об образовании» всего 2 раза встречается такое понятие, как труд. Причем в статье 34 говорится следующее: «Привлечение обучающихся без их согласия и согласия родителей не предусмотрено». При таком подходе никакое трудовое воспитание невозможно. Мы предлагаем конкретно указать, что такое трудовое воспитание: поддержание чистоты, общественные работы на благо школы.

Появление законопроекта вызвало бурные обсуждения. Слово попросили многие депутаты. Причем все были за. Но добавить свои 5 копеек, почему срочно надо вносить эти поправки, решили все: «Мы сейчас возвращаем то, как было в нашем детстве», «Все правильно, а то выросло поколение квалифицированных потребителей».

ЗА - ЕДИНОГЛАСНО

Напомнили законодателям и о необходимости вернуть в школьную

программу книгу «Как закалялась сталь» и уроки труда:

- Девочек учить готовить, а мальчиков - гвозди забивать. А то потом молодые люди женятся, и выясняется, что никто ничего не умеет. Может быть, и разводы у нас в стране из-за этого, - вывела неожиданную закономерность **Татьяна Буцкая**.

Бийсултан Хамзаев поинтересовался:

- Как не допустить, чтобы школьники дачи директорам не строили? А-то привезет он их к себе и заставит картошку копать, как общественно полезный труд.

- Мне подобное даже сложно представить, честно говоря. Это просто невозможно! И в поправках четко указано, что «в рамках образовательного учреждения», - **Ольга Казакова** держала ответ по поправкам перед депутатами.

- А может, нужно вообще вернуть трудовые комбинаты? Чтобы дети получали первые профессии маляра, водителя, швеи...

В общем, ни одного противника изменений не оказалось, что в итоге и отразилось на экране итогов голосования. Все присутствующие в зале 392 депутата нажали кнопку «за».

Дата второго (основного) чтения пока не назначена. Но в кулуарах депутаты выразили надежду, что к 1 сентября неплохо было бы успеть.

Эх, не знают современные дети, что значит убираться в классе после уроков. А ведь столько интересного в этот момент происходило...

КЛОКОВ ПО ЗАКОУЛОЧКАМ

Штрафы для тех, кому наплевать



Штатный поэт «Комсомолки» - про новые инициативы региональных депутатов.

Жителей Ярославской области будут наказывать за публичные плевки. Штраф за это злодеяние назначен весьма серьезный - 1500 руб (при повторном нарушении - 3000 руб).

А в Самаре депутаты запретили приставать к людям в общественных местах, то есть хватать за одежду, руки и прочие части тела (законодатели пояснили, что хотят оградить, в первую очередь, граждан от попрошаек). Корреспондент «КП» убежден, что подобную практику нужно расширять, причём во всех регионах.

*Не надо насмешек, сарказма и травли!..
Ну да, запретили плевать в Ярославле.
А как нам ещё бескультурье унять
И сделать мир чище хотя бы на пядь?*

*Но чтобы народ перестал дебоширить,
Нам всё-таки список нужно расширить
И, в местных КоАП дружно шлёпнув печать,
На улицу выйти и штрафовать.*

*За то, что сморкался за деревом. Либо
За то, что таксисту не крикнул спасибо.
За то, что нет стрелок у хлопковых брюк.
За то, что напыщен с утра как индюк.*

*За то, что зевнул в полный голос на лавке.
За то, что на пальцах есть две бородавки.
За то, что шинка, увы, без зубца,
К тому же застёгнута не до конца.*

*За то, что обдал старушеницу паром.
За то, что в автобус зашёл с перегаром.
За то, что занёс в «Пятёрочку» грязь,
Врубив на андроиде громкую связь.*

*За то, что смотрел втихаря из беседки,
Как светится юбка у милой соседки.
За то, что ударил ногой банкомат.
За фантик, окурки, бутылки и мат.*

*Сурово, зато мы с таким урожаем
Все дыры в бюджетах за день залатаем.*

«Комсомолка» рекомендует:



Все достижимо

Стать лучшей, найти любовь, добиться успеха

Все в жизни решается и все достижимо - стоит лишь приложить упорство и немного оптимизма! А также определиться со своей мечтой, побороть страхи и отбросить оправдания, мешающие двигаться вперед.

Приобретайте на shop.kp.ru!
А также на сайте labirint.ru



В Госдуме предложили отменить домашнее задание в школах, подробнее - на сайте KP.RU



По данным статистики, в России на 60% снизилась смертность «от старости». Что это означает?

Анна ДОБРЮХА

Министр здравоохранения Михаил Мурашко недавно порадовал: в стране выросла средняя ожидаемая продолжительность жизни, ОПЖ. Сейчас этот показатель составляет 73,4 года, что даже выше допандемийного уровня (прежний показатель - 72,8 года).

А кроме того, обнадеживающие и вместе с тем удивительные демографические данные обнародовал Росстат. Судя по статистике, в нашей стране снизилась смертность от многих причин. Так, в 2022-м ушли из жизни из-за болезней системы кровообращения на 11% меньше людей, чем в 2021-м. От заболеваний органов дыхания погибло на 29% меньше, от болезни нервной системы - на 12,5% меньше. Но самый поразительный показатель - сокращение смертности «от старости»: аж на 60,2% по сравнению с 2021 годом.

Это выглядит странным. Ведь пандемия ковида особенно сильно ударила и по пожилым людям, и по сердечникам, и по другим хроническим больным. И на этом фоне смертность вдруг сокращается - за счет чего? И что это вообще такое - прекращение жизни «по старости»? Об этом мы поговорили с геронтологом, профессором кафедры поликлинической терапии МГМСУ им. А. И. Евдокимова, д. м. н. **Юрием КОНЕВЫМ**.

УШЕЛ БЕЗ ДИАГНОЗА

- Юрий Владимирович, по данным Росстата, в 2021 году «от старости» умерли 90 629 человек. В 2022-м - 36 068, то есть на 60% меньше. Какие случаи попадают в эту графу?

- Большинство людей преклонного возраста на самом деле умирают из-за тех или иных заболеваний. Но бывает так, что диагноза нет, а есть яркие признаки старения: одряхление, старческая астения (упадок сил и снижение функций систем организма). При этом у человека, скорее



В спортивном теле - здоровый дух!
Это становится образом жизни все большего количества россиян.

Жить стало дольше

всего, имеются хронические заболевания, однако на момент смерти не наблюдается обострения. Тогда причиной ухода из жизни указывается не болезнь, а старость.

Однако на практике на смерть «по старости» часто списывают случаи, когда диагноз просто не был установлен. Поэтому считается, что чем выше в стране смертность по старости, тем хуже обстоит дело с выяснением реальных причин ухода из жизни. Выходит, снижение такого показателя в России можно рассматривать как повышительные качества статистических данных. Но не только.

«ФЕНОМЕН ЖАТВЫ»

- Судя по цифрам Росстата, мы сейчас наблюдаем феномен так называемого компенсационного снижения смертности (также он известен как «феномен жатвы». - **Ред.**), - говорит профессор Конев. - Подобная ситуация была в Московском регионе в 2010 году, когда стояла аномальная жара. Тогда из-за духоты и задымления летом резко поднялась смертность. А потом осенью и зимой она сильно снизилась. Потому

что в жару преждевременно умерли больные и пожилые люди, которые при нормальной погоде и без пожаров еще пожилы бы.

Точно так же в 2021-м в разгар эпидемии коронавируса умерло много пациентов с заболеваниями сердца, преклонного возраста. Страшная «жатва» унесла их жизни раньше, и в 2022-м смертность оказалась ниже. Возможно, этот эффект сохранится и в 2023-м.

САМЫЕ СМЕРТОНОСНЫЕ БОЛЕЗНИ

Среди причин смерти с большим отрывом лидируют болезни сердца и сосудов. В прошлом году они унесли жизни 831 557 человек, что составило 43,8% от общего числа умерших. На втором месте - рак, 276 929 летальных случаев (это 14,6%).

- Юрий Владимирович, из-за чего такая высокая сердечно-сосудистая смертность?

- Так во всем мире, не только у нас. На мой взгляд, главная причина в том, что люди, сами пациенты игнорируют назначенное лечение. Или просто не доходят до врача, живут с недиагностирован-

ГДЕ В МИРЕ УДАЛОСЬ ПЕРЕЛОМИТЬ СИТУАЦИЮ?

- Если взять США, то там средняя ожидаемая продолжительность жизни (ОПЖ - это профессиональный термин, который используют демографы. - **Ред.**) уже 4-й год падает. Они опустились на 31-е место, - рассказывает Юрий Конев. - Кстати, на 30-м месте Куба, где и близко нет таких денег в здравоохранении, как в Америке.

- А кто сейчас в лидерах по продолжительности жизни? И как им удалось справиться с главной причиной преждевременной смертности - сердечно-сосудистыми болезнями?

- Япония, Швеция, Швейцария. Страны, где население более организованное, дисциплинированное. Они вовремя проходят медосмотры и соблюдают рекомендации врачей. А еще в этих странах больше спокойствия, уверенности в завтрашнем дне. Отсутствия хронических стрессов играет огромную роль в снижении заболеваемости и смертности от болезней сердца.

Плюс в государствах с наибольшей продолжительностью жизни самый низкий уровень ожирения. Лишний вес вносит большой вклад в развитие хронических заболеваний и повышает риск летальных исходов.

ЧТО НАС ЖДЕТ ДАЛЬШЕ

- После мощного падения в 90-е годы прошлого века продолжительность жизни в нашей стране растет. Достаточно медленно, постепенно, но этот процесс будет продолжаться и дальше, - прогнозирует Юрий Конев. - Развиваются медицинские технологии. Их вклад в долголетие составляет порядка 15 - 20%. Еще около 20 - 25% зависит от генетики. А все остальное - образ жизни. Тот самый пресловутый ЗОЖ. Мы видим, что сокращается курение, которое провоцирует инфаркты, инсульты и рак. Люди мало-помалу начинают активнее заниматься спортом, уделять внимание рациональному питанию. Овощи и фрукты большинству граждан сейчас доступны круглый год. Фастфуд, конечно, сильно подрывает оптимистичную картину. Но и среди «быстрой еды» появляются ростки здорового питания.

А вот с чем у нас реально проблемы, так это здоровый сон. Увы, большинство людей недосыпают, и это серьезно сокращает жизнь, отмечает профессор Конев.

НАГЛЯДНО
Из-за чего чаще всего умирают россияне

- **Болезни системы кровообращения:** 831 557 человек, или **43,8%** общего числа умерших.
- **Злокачественные новообразования:** 276 929 человек, или **14,6%**.
- **«Внешние причины смерти» (отравления алкоголем, ДТП, убийства):** 146 040 человек, или **7,7%**.
- **COVID-19:** 139 289, или **7,3%**.
- **Болезни нервной системы:** 107 790 человек, или **5,7%**.

По данным Росстата за 2022 год.

Дмитрий ПОЛУЖИН/Комсомольская правда

ной гипертонией, пока не догуляют до инфаркта или инсульта. Не хотят принимать статины для снижения холестерина.

Известно, что в старших возрастных группах гипертонией страдают больше половины людей, а эффективно лечатся 15 - 20%, приводит пример профессор Конев.

- **Препараты от гипертонии, атеросклероза и других патологий, которые приводят к инфарктам и инсультам, нужно принимать непрерывно и пожизненно,** - поясняет врач. - А наши люди как рассуждают? Полегчало, давление и холестерин нормализовались - зачем мне пить лекарства? Вот когда будет следующий скачок, тогда и вспомню про таблетки. При этом каждый такой скачок приближает сердечно-сосудистую катастрофу.

«Комсомолка» рекомендует:

7 НОТ ЗДОРОВЬЯ
Как повысить качество жизни за 7 недель

Узнайте, как изменить образ жизни по системе маленьких шагов, которая легко впишется даже в самое плотное расписание современного человека. А еще в этой книге - списки самых полезных продуктов, антистрессовые методики, вся правда о тестостероне и письма счастья, которые на самом деле меняют жизнь.

Приобретайте на shop.kp.ru!
А также в книжной сети «Читай-город», chitai-gorod.ru

АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781,
ООО «Новый Книжный Центр», Москва, ОГРН 1027700282763

КП.RU

Читайте на сайте
«Не тратьте зря деньги: неожиданные советы от офтальмолога о солнечных очках»

На Мальдивы не лечу - на Ольхон попасть хочу

Анастасия ЕГОРОВА
(«КП» - Иркутск)

Ольхон - сердце озера Байкал. В первую очередь это место сакральное, полное мистики и легенд. Даже самые заядлые скептики, побывав здесь хотя бы раз, бурханят (брызгают) на удачу водкой и молоком, как шаман прописал. Ведь байкальских духов необходимо задобрить. Чем же так цепляет Ольхон? Об этом, а также о проверенных способах отдохнуть расскажет «Комсомолка».

ТЫ ВЕЗИ МЕНЯ, ПАРОМЩИК

«Не был на Ольхоне - не был на Байкале», - гласит старая иркутская мудрость. Я была на Байкале, но еще в школе. И сейчас решила повторить!

- Бедолаги, долго им под палящим солнцем жариться, - разбудила реплика соседки в маршрутке. Прильнув к окну, поняла, о чем она, - своей очереди на паром ждала многокилометровая вереница машин. Простоять в ней можно и восемь часов, и больше.

А у нас козырь: маршрутки на Ольхон всегда пропускают без очереди. Спустя 15 минут я на палубе парома.

С этого момента и начнутся прелести отдыха на Байкале! Бурлящая вода становится зелено-голубой. Хотя в спокойном состоянии всегда была темно-синей. Вид завораживающий.

СУРОВЫЕ СИБИРСКИЕ ПЛЯЖИ

На острове все гостиницы и развлечения сконцентрированы в поселке Хужир. Но впереди еще 1,5 часа пути. И вдруг салон затрясло так, будто мы едем по стиральной доске: еще одна прелесть Ольхона - отсутствие асфальта.

Обосновавшись в гостинице, бегу на пляж. Обязательно, помимо купальника, берите с собой сухую и теплую одежду. Даже при 30-градусной жаре может налететь холодный порывистый ветер. Еще одно предупреждение для любителей загорать. Прохлада не да-

ет коже почувствовать солнечный жар, что зачастую приводит к ожогам.

Каждый видел на открытках с Байкала берег со светло-золотистой песчаной косой. Это Сарайский пляж. Именно ради него многие и преодолевают тысячи километров. Долго здесь не погуляешь, вода очень холодная. Я же люблю вдоволь погреться на раскаленном песке и с разбега прыгнуть в озеро. Выйдя на берег, чувствуешь, словно в тебя вонзили миллион иголок, но также ощущается, будто заново родился. Усилить его можно, арендовав поблизости баню. Из парной да сразу в ледяное озеро, - вот это по-нашему.

По левую сторону от живописной косы Сарайского пляжа можно

Что туристу обязательно смотреть на Байкале.

Анастасия КУРЕНОВА



Наша Настя: - Песок раскаленный, а вода ледяная.

увидеть скалу Шаманку, одну из 9 религиозных святынь Азии и главный символ Байкала. Подходить близко и взбираться на скалу, по поверьям шаманизма, нельзя. Однако есть вариант рассмотреть достопримечательность с воды. В Хужире работает множество точек проката байдарок и сапбордов. Спрос на них повышается на закате, когда солнце медленно «погружается» в озеро.

Завершить насыщенный день приятнее всего в кафе. Цены примерно одинаковые, хотя сервис и удобства далеки от идеала. В среднем за ужин и напиток придется отдать около 600 - 800 рублей на одного.



НАГЛЯДНО

Москва

РОССИЯ

Иркутск

Байкал

Ольхон

Дмитрий ПОЛУХИН / Комсомольская правда

■ СКУЧАТЬ НЕ ПРИДЕТСЯ

Кладбище кораблей и шаманский обряд

✓ На заброшенной территории местного рыбозавода уличные художники сделали арт-объект из ржавых бесхозных посудин - «Кладбище кораблей». Фотографии отсюда принесут кучу лайков в соцсетях.

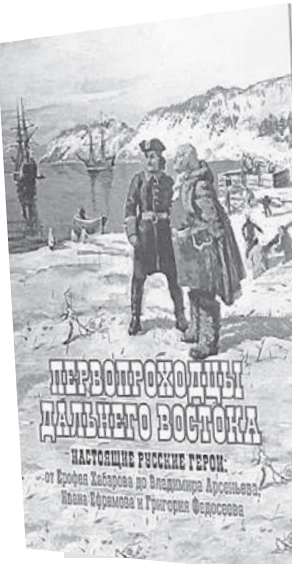
✓ Фэтбайк - велосипед с широкими колесами. Арендовать можно в поселке Хужир (на ул. Байкальской) - 200 руб./ч или 700 руб./сутки. На нем запросто можно отправиться на север Ольхона. А за деревней Харанцы сделать привал у мыса с песчаным безлюдным пляжем.

✓ Экскурсии на любой вкус и кошелек: пешие походы, палаточные лагеря, водные прогулки. Самые популярные направления: остров Огой, архипелаг Ушканьи острова и мыс Хобой. От 2500 руб. за человека.

✓ Очистить душу, зарядиться энергией, а также задать главные вопросы - в этом поможет бурятский шаман - проводник между мирами духов и живых. Принимают они как группами, так и индивидуально. Найти шамана в Хужире несложно - встречи с ними организуют гиды. Однако телефон «проверенного» человека можно попросить и у местных жителей. Важно! По окончании встречи шаману необходимо обязательно заплатить, даже если тот не просит денег.



Все самые интересные места родной страны - в проекте «ОТДЫХ В РОССИИ» на сайте



КОНКРЕТНО

Как сэкономить

- 1 Дешевле всего будет ехать из Иркутска на Ольхон на маршрутке. Так вы застрахуете себя от пробки на переправе и возможных эксцессов с автомобилем, ведь ближайший от Хужира автосервис - на Большой земле.
- 2 Скромный деревянный дом можно арендовать у местных жителей уже по приезде в Хужир. Конечно, туалет и летний душ только на улице. Зато отдадите максимум по 1000 рублей с человека.
- 3 Цены на продукты на Ольхоне завышены. Часть напитков и еды при возможности берите с собой. В кафе лучше заказывать блюда бурятской кухни и местную рыбу. Это вкусно, сытно и будет что вспомнить.
- 4 Пользуйтесь ноу-хау этого года - сервисом наблюдения за переправой онлайн dor38.ru/dorogi-online/. В режиме реального времени отследите, есть очередь на паром или нет. От Иркутска до переправы дорога занимает примерно 4 - 5 часов на авто.

Что попробовать

Буузы

Или позы - это главное национальное бурятское блюдо. Его название переводится «мясо, завернутое в тесто». От 60 руб./штука.

Бухлёр

Традиционный суп из баранины на косточке. 350 - 400 руб. за порцию.

Хушуур

Популярное монгольское и бурятское блюдо из мяса и хрустящего теста, напоминающее маленькие чебуреки. 280 руб. за порцию.

Сагудай

Закуска из сырой рыбы, аналог карпаччо, севиче и хе. 400 - 600 руб. за порцию.

Сибирский десерт с кедровыми орешками

В его составе орехи, сгущенка и замороженная брусника. 250 - 350 руб. за порцию.

22 героя открыли несметные дальневосточные богатства и исследовали самые труднодоступные уголки. Объемный труд о первопроходцах Дальнего Востока, охватывающий более чем 300-летнюю историю.

Покупайте на shop.kp.ru/
А также на сайте labirint.ru

АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781, ООО «Лабиринт.РФ», Москва, ОГРН 1077764644264



Реклама, 16+

Алина ГОРОДНИЧЕНКО



На мыс Бурхан приезжают, чтобы повесить ленту и попросить духов об исполнении желаний.



Комариный писк, жара, июль

Корреспондент «КП» несколько дней спасалась от кровососов исключительно с помощью приятных запахов: что реально помогает вместо химии.

Мы привыкли, что от летающих кровососов работает только химия - фумигаторы с пластинами или жидкостями дома, тлеющие спирали на природе, а на себя порой приходится выливать изрядное количество жидкостей и спреев, чтобы наглые комары не облепляли с ног до головы.

И все мы понимаем: лишний раз пользоваться вонючими веществами ужасно не хочется, но куда деваться - сожрут ведь! И я решила попробовать народные методы. По отзывам из интернета, помогают эфирные масла, цветы герани, лимон, утыканый гвоздикой, и вода с ванилином. Вы не поверите, но это реально работает!



Shutterstock

ВОПРОС - РЕБРОМ

Бояться ли лихорадки и малярии?

В Финляндии нашли комаров - распространителей лихорадки Западного Нила. Долетят ли они до нас?

- Вы удивитесь, - говорит биолог Павел Глазков, - но вообще-то эти комары в Ленобласти живут очень давно. Встречаются они и в других областях - на юге Карелии и в теплых краях. Например, в 1999 году в Волгоградской области была вспышка лихорадки Западного Нила, которую, к счастью, удалось взять под контроль. Хочу успокоить: несмотря на то, что в нашей стране водятся и малярийные комары, и комары, которые способны переносить различные лихорадки, вспышек этих болезней не будет, ведь у нас нет природных очагов. То есть таких природных условий, ландшафта с особым биоценозом (теплых болот, например), в которых разносчики бы благоденствовали и размножались. Да, еще в 20-х годах прошлого

века в теплых южных областях, но и не только в них, а даже в прохладной Ленобласти было много вспышек малярии. И в Москве в 20-х годах было несколько сотен тысяч заболевших. Но с малярией успешно боролись (во-первых, массово лечили больных, во-вторых, травили инсектицидами насекомых, где-то осушали болота, в которых они размножались). Так что к 50-м годам в СССР малярию фактически победили.

И несмотря на то, что популяция малярийных комаров и других видов у нас сохранилась, она слишком мала, чтобы вызвать вспышки заболеваний. И, безусловно, очень много факторов должно сойтись, чтобы комар передал человеку болезнь, - тут и время, сколько он пил кровь, и количество возбудителей, живущих непосредственно в комаре, и состояние иммунитета человека. Так что я бы не волновался по поводу лихорадки Западного Нила в России.



Охлаждаем квартиру в жару - испытание народных методов на сайте



Подготовила
Анна КУКАРЦЕВА.

1 Эфирные масла справились на отлично

Три дня подряд я обмывала одежду разными эфирными маслами (чайное дерево, лаванда), а на шторы в спальне капала сладкий апельсин. Рядом на тумбочке стояло блюдце с ваткой, смоченной тем же апельсином.

Вечером масла сдерживали натиск комаров не менее четырех часов. Ночью нас не трогали вообще. Дополнительный «побочный» эффект - всю ночь мне снилось, что я плыву на корабле с апельсинами, настроение утром было оранжевое. Удивляюсь, что не превратилась в Чебурашку.

Кстати, некоторые рекомендуют добавлять эфирные масла в детский крем (у которого самый простой, ненавязчивый запах), чтобы смазывать открытые участки тела. Я не пробовала, мне хватало запаха на одежде. Но в теории должно сработать. Только для начала испытайте на маленьком участке тела, чтобы проверить на аллергию! Все же эфирные масла способны ее спровоцировать, особенно если есть склонность.



2 Герань не помогла

Что касается горшков с геранью, которые стояли рядом с нами, если честно, эффекта не ощутила. Ну и, кроме того, на нас уже были налиты эфирные масла. Возможно, сработало все разом.

3 Ванильная вода - запах чуть слабее

Ванильной водой брызгали детей. К ним комары тоже не приставали, но, правда, эффект был меньше, хватало часа на 1,5. А может, концентрация нужна больше - я разбавляла ванилин на кончике чайной ложки в кружке теплой воды, при этом запах был сногсшибательный!

4 Лимон с гвоздикой тоже молодцы

Лимон с гвоздикой работал очень неплохо: комары к нему близко не подлетали. И самое главное - этот «эжик» совершенно невероятно пах! Так что это еще и прекрасная расслабляющая ароматерапия. И, кстати, борьба против микробов - ведь гвоздика обладает признанным антибактериальным и противовирусным эффектом.



КСТАТИ

Простая ловушка

Нужна пластиковая бутылка (см. «Наглядно»).

- Для комаров готовим такую смесь: стакан теплой воды, градусов 40, то есть температура человеческого тела, чайная ложка сахара и пол чайной ложки дрожжей. Все это хорошо размешиваем, выливаем в бутылку и затыкаем. Бутылку лучше обернуть, создав таким образом эффект термоса, чтобы вода дольше не остывала. Или можно использовать сумку-холодильник, которая будет держать тепло. Наша задача - чтобы дрожжи забродили и начали выдавать углекислый газ: комары полетят на его запах, пролетят в узкое горлышко, а назад вылететь уже не смогут. Так ловушка захлопнется. Я видел бутылки, под завязку набитые комарами,

- рассказывает Павел Глазков.

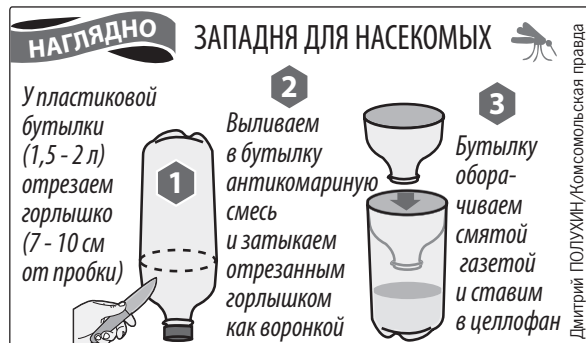
Для ос такая ловушка тоже подойдет, только на дно нужно положить размятые переспевшие виноградины, которые будут издавать очень сильный аромат, привлекательный для ос. Любят они и мясо, рыбу, но виноград все же лучший выбор для нашего обоняния.

Кстати, есть и готовые ловушки для ос, продаются на маркетплейсах от 200 рублей.



Анна КУКАРЦЕВА, «КП» - Москва

Ловушки для комаров можно и купить.



КОММЕНТАРИЙ ЭКСПЕРТА

Почему работают сильные ароматы

- У комаров очень развито обоняние, - говорит кандидат биологических наук, ведущий канала «Каждой твари по паре», популяризатор знаний о природе России Павел Глазков. - Реагируют они на концентрацию углекислого газа, который мы выдыхаем, и концентрацию молочной кислоты, то есть запах пота. Конечно, у них еще глаза-тепловизоры, которые замечают в темноте инфракрасное излучение, то есть выделяемое нами тепло. Потому на потянутого человека с повышенной температурой и кашлем они будут реагировать быстрее всего. Но вы сами наверняка замечали: если выходите на пробежку в парк, то за вами немедленно полетит толпа «поклонниц» - обла-

ко комарих. Они пристраиваются в шлейф, который тянется за спортсменом, - углекислый газ и мочевая кислота.

В этом случае запахи эфирных масел работают как двойная защита: во-первых, маскирующая, во-вторых, отпугивающая, как все незнакомое. Надо сказать, что кровь нужна комарихам только для размножения, а питаются они исключительно нектаром, как и их партнеры-комары. Причем предпочитают нектар непопулярных у пчел цветов, например, лопуха, пижмы, тысячелистника, которые бабочкам и шмелям кажутся горькими. Так что нелюбимые нами всеми комары нужны для того, чтобы не погибли некоторые виды растений.

Она впервые в этом году подходит на минимальное расстояние к Земле: человечество ждет тревожная неделя.



ИСТИНА В ЛУНЕ

Владимир ЛАГОВСКИЙ

3 июля 2023 года наступило полнолуние, а завтра, 5 июля, Луна окажется в перигее своей орбиты на расстоянии 360 149 километров от нас. Столь близкое совпадение фазы полнолуния с перигеем орбиты называют суперлунием. Нынешнее - первое в этом году. Его называют громовым из-за обилия в это время гроз. А еще - оленьим, памятуя о рогах, которые у них растут в этот период.

Близкая и полная Луна - не только завораживающее зрелище. Есть основания полагать, что оно еще и опасное. Ведь Луна, сближаясь с Землей, усиливает свое гравитационное воздействие на нее. А это влияет на процессы, идущие в недрах.

Поясню. Верхний слой Земли неоднороден - скроен из больших и малых литосферных плит. Их около 20. Эти фундаментальные блоки, из которых состоит кора, постоянно двигаются вместе со всем, что на них находится. Двигаются не только за счет тепловой энергии недр.

Исследователи из Вашингтонского университета в Сент-Луисе полагают: куда сильнее на движение литосферных плит влияет Луна - она, по расчетам ученых, служит своеобразным приводом.

То отдаляясь, то приближаясь, наш естественный спутник корежит Землю то слабее, то сильнее. По краям упирающихся друг в дружку плит растет напряжение. Так возрастает риск, что оно разрядится землетрясениями.

Суперлуна потенциально опасна примерно две недели - неделю до полнолуния и неделю после.

Она уже себя «проявила»: 1 июля 2023 года произошли весьма сильные землетрясения в Индийском океане и у нас в Бурятии. Одно - магнитудой почти 6, другое - 7. На следующий день трясло Тонга - магнитуда 6,9.

Какова будет эта неделя? Неизвестно, но без катаклизмов, скорее всего, не обойдется. Под угрозой сейсмически опасные районы, в которые входят Северный Кавказ и Прибайкалье.

Суперлуна «сотрясает» и психику. Во-первых, она провоцирует всплески насилия - вполне вероятно, что волнения в Европе, которые начались с Франции, не просто совпадение. Во-вторых, в полнолуние растет число самоубийств. А уж в суперлуния и подавно.

Усугубить все могут магнитные бури, которые вполне вероятны в ближайшие дни - энергию для них копит огромное пятно на Солнце AR3354. Пока оно спокойно, что, собственно, и вызывает подозрения гелиофизиков. Очень уж странная эта «тишина» во время бурления.

СПРАВКА «КП» То ближе, то дальше

Орбита Луны чуть-чуть вытянута. И напоминает эллипс. Потому что Луна вращается не вокруг центра Земли - геоцентра, а вокруг барицентра - общего центра масс системы Земля - Луна. Этот барицентр находится в 4600 километрах от геоцентра и колеблется в течение месяца на 600 километров.

Наш естественный спутник то приближается к нам - в перигее, то удаляется - в апогее. Минимальное расстояние - 356 400 километров. Максимальное - 406 700 километров.

Суперлунием называют момент, когда полная Луна подходит к Земле на расстояние ближе 362 000 километров. Видимый диск суперлуны на 14 процентов больше и на 30 процентов ярче диска мини-луны - той, которая показывается с максимального расстояния от Земли.

В XXI веке Луна два раза приблизится к Земле меньше, чем на 356 500 километров. Эти суперсуперлуния ожидаются 25 ноября 2034 года (356 446 км) и 6 декабря 2052 года (356 425 километров).

Кстати, в нынешнее - ближайшее - суперлуние наш естественный спутник будет находиться на небосводе необычайно низко. Что добавит красоты. Любуйтесь. Будем надеяться, что пронесет.

Марина ЛЫСЦЕВА/ТАСС

Любимая газета страны

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА!

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК



ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!

Как вдова и дети Шатунова живут в немецком «городе миллионеров»



Нужно ли бояться магнитных бурь



Бизнес под названием «Титаник» Затонувший лайнер продолжает приносить деньги оборотистым дельцам



Кот-предсказатель и конь-психолог Животные, чьи способности поразили мир

В ПРОДАЖЕ С 5 ИЮЛЯ

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА FM.KP.RU

Он так рассказывает о науке, что нравится даже двоечникам! Слушайте «Теорему Лаговского» на Радио «КП» по воскресеньям в 22.00

«Комсомолка» рекомендует:

Твой лучший гороскоп

Вы узнаете, как подружиться со «своей» звездой, договориться с ретроградным Меркурием и достичь большой взаимной любви с любым из знаков зодиака. Удачные и позитивные личные прогнозы для каждого.

Приобретайте на shop.kp.ru! А также в книжной сети «Читай-город», chitai-gorod.ru



АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781, ООО «Новый Книжный Центр», Москва, ОГРН 1027700282763



Реклама, 16+

РЕКЛАМА 12+

Прислуга звезд:

Дибров увольняет за строптивость, а Оксана Самойлова возит нянь на море

Сколько знаменитости платят помощникам по хозяйству и что требуют взамен.

Окончание.

Начало < стр. 1.

Семейная пара до 50 лет - самый востребованный персонал. Агентства по подбору помощников сразу предупреждают: чаще всего в паре один работник идеальный, а второй справляется с обязанностями немного хуже.

На женской половине тандема помощников - уборка, поддержание чи-

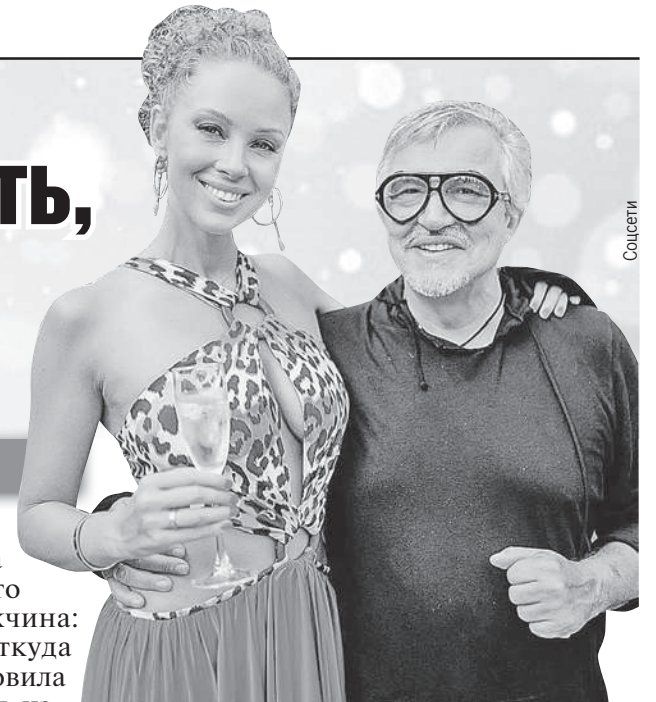
стоты, приготовление пищи, уход за гардеробом и обувью, мелкий ремонт одежды; присмотр за домашними животными; уход за цветами. Мужчине вменяется уход за прилегающей к дому территорией; выполнение всей мужской работы по дому, включая сантехнику, электрику; стрижка газонов, чистка бассейна; контроль систем водоснабжения и видеонаблюдения; закупка продуктов; мелкий ремонт; охрана дома.

Телеведущий **Дмитрий Дибров** недавно уволил семейную пару: женщина работала прекрасно, а вот ее муж не угодил - то не в том месте машину припарковал, то поручение не выполнил. Причем Дибров

и раньше увольнял помощников: «Мы всегда берем супругов. Как-то был безупречный мужчина: руки у него растут откуда надо. Но его жена готовила не очень... А расстались из-за другого: к нам пришли гости, за отдельные деньги попросили помочь со столом, а помощница сообщила, что у нее рабочий день окончен.

Жена вынуждена была отрываться от гостей и заниматься кухней, посудой».

Тем не менее Дмитрий считает, что он справедливый хозяин. К примеру, когда помощник сделал чертеж и обновил инженерные ком-



Полина Диброва: когда поручения персоналу розданы, можно и мужа обнять, и бокальчик просекко пропустить.

муникации, Дибров выплатил ему премию. Еще он не возражал против визитов родни работников: «Одна пара привозила детишек на лето, они играли с нашими сыновьями».

Стоимость: от 160 тыс. руб. в месяц для семейной пары с проживанием.



У Джигана и Оксаны Самойловой четверо детей. Так что одной няней тут не обойдешься.

Няня с загранпаспортом

У многодетных родителей рэпера **Джигана** и блогерши-предпринимательницы **Оксаны Самойловой** на четверых детей сразу три няни. С младшими детьми они находятся постоянно, а старших возят на занятия, в секции и т. д. Недавно Оксана спешно делала новую няню загранпаспорт, чтобы взять ее с собой в отпуск - на отдыхе за детьми тоже нужно присматривать.

Самойлова платит каждой няне по 6 тыс. руб. за сутки работы. Недавно многодетная мать искала новую няню и возмущалась дороговизной: «Агентство предлагает нам людей за 8 тыс. руб. в сутки. При этом говорят, что «сейчас

такие времена, за меньшее никто не пойдет работать». Оксана пошла на принцип: поменяла агентство и все-таки нашла работников за приемлемые для нее деньги.

Проблемы у звездных родителей с подбором нянь такие же, как и у их поклонниц и подписчиков. Так, певица **Наталья Подольская** меняла няню, так как женщина не прислушивалась к ее рекомендациям, а няня актрисы **Галины Боб** однажды накормила ее сына просроченным кефиром, и ребенок попал в больницу. **Ксения Бородина** установила систему видеонаблюдения - в режиме реального времени она видит на экране смартфона, что происходит у нее дома.

Стоимость: от 120 тыс. руб. в месяц.

Сиделка для заслуженного

Чаще всего сиделок приглашают знаменитости в возрасте, которые живут в одиночестве. Предпочитают женщин с медицинским образованием - чтобы могла при необходимости и укол сделать, и массаж, и первую помощь оказать. А еще она должна быть помощницей, компаньонкой - выполнять повседневные дела, контролировать распорядок дня, платить по счетам, закупать продукты, следить за приемом таблеток, просто общаться.

В мае этого года сиделка-помощница спасла жизнь режиссеру, народному артисту 89-летнему **Глебу Панфилову** - распознала первые признаки инсульта и вызвала скорую.

Заслуженный тренер по фигурному



Хоть Бари Каримович и старый холостяк, женской заботы он не лишен.

катанию 76-летняя **Татьяна Тарасова** доверяет своей помощнице-сиделке с медицинским образованием: «С какого-то времени эти люди помогают нам жить. Аделина - одна из моих ближайших друзей, как сестра. Она из хорошей семьи». За сестрой заслуженного тренера до самой смерти ухаживала мама Аделины, но работать у Татьяны Анатольевны отказалась из-за возраста - предложила ей взять на работу дочь и сына. Так у Тарасовой в доме поселилась Аделина: все дела на ней. Татьяна Анатольевна почти не ходит - пользуется инвалидной коляской, так что без помощницы она никуда. А брат Аделины - водитель Тарасовой плюс помогает с мужскими делами по хозяйству.

Возрастные изменения и проблемы с памятью заставили родных нанять си-

делку для 83-летней заслуженной артистки **Светланы Светличной**.

С 75-летним **Бари Алибасовым** второй год живет сиделка Елена Калинина, которая приехала из Донецка. У медсестры Лены своя комната в квартире продюсера и широкий круг обязанностей: на ней уборка и готовка, контроль за здоровьем Бари Каримовича (уколы, давление, массаж и т. д.), ежедневные прогулки с подопечным и походы с ним по магазинам.

52-летняя **Анастасия Заворотнюк** четвертый год борется с онкологическим заболеванием. Актриса живет в загородном доме с мужем и мамой, которая заботится о ее 4-летней дочери **Миле Чернышевой**. Самой Заворотнюк помогает сиделка. «Женщину с медицинским образованием для Насти наняли в агентстве, - рассказала нам подруга Анастасии. - Очень хорошо - мы там все выбираем прекрасный персонал. Это порядочные люди, которые знают, что такое неприкосновенность личной жизни».

Стоимость: от 120 тыс. руб. за месяц с проживанием. Если нужно еще и готовить, доплата составит 20 тыс. руб.



Когда-то Настя заботилась о маме. А теперь Валентина Борисовна заботится о дочери и внучке.

Подготовила
Ирина ВИКТОРОВА.

КТО ЕЩЕ?

• Личный или семейный водитель: от 100 тыс. руб. в месяц.

• Повар: от 5 тыс. руб. за разовый выход (к примеру, приготовить праздничный ужин).

• Домработница с проживанием: от 70 тыс. руб. в месяц.
• Домработница за один выход: от 4 тыс. в день.

Кстати, мода на нянь-филиппинок (они все говорят по-английски и могут научить языку детей) осталась в прошлом, хотя и их все еще можно нанять. Зарплаты - как у обычных нянь.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

30-летний качок мог умереть из-за слишком активных тренировок

Кирилл СЕРОВ

Разбираемся в причинах внезапной смерти спортсмена.

Жизнь немецкого бодибилдера **Джо Линднера** оборвалась неожиданно. Это шокировало 8 миллионов подписчиков, которые следили за тренировками известного мотиватора. Как это произошло, описала его девушка:

«Джо - лучший парень из всех. Вчера он ушел из-за аневризмы... Я была с ним в комнате. Он надел мне на шею ожерелье, которое подарил... Он был в моих объятиях. Просто это происходит слишком быстро. Три дня назад он все время говорил, что у него болит шея. Мы по-настоящему не осознавали ничего, пока не стало слишком поздно», - сообщила Ниша.

Почему умер известный бодибилдер, об этом нам рассказал подполковник медицинской службы в отставке, известный спортивный врач **Александр Яблуновский**.

- Александр Петрович, пишут, что причиной смерти 30-летнего бодибилдера стала аневризма головного мозга. При этом он переболел ковидом.

- Аневризма - это расширение артуры. У сосудов есть внутренняя оболочка и более крепкая наружная. При ковиде как раз происходит воспаление внутренней оболочки. На фоне воспаления возникает тромбоз, нарушается микроциркуляция. Еще одна причина аневризмы - когда холестерин откладывается под внутренней оболочкой. Он тоже может расслаивать. А рвется, потому что любая

физическая активность требует кислорода. Когда его недостаточно, организм повышает давление в системе за счет ускорения пульса и увеличения артериального давления. Надо добавить кислород до конечной цели. Если нагрузка адекватная, то и реакция организма будет адекватной. Кислородное голодание чаще всего возникает не в мышцах, а в руководящих органах - головном мозге и сердце.

- За три дня до смерти у него появились боли в шее.

- Был проведен эксперимент. Человека заставили сокращать мышцу до упора, до состояния, когда он уже больше не может двигать этой мышцей. А потом к утомленной мышце приложили электроды, и мышца стала продолжать работать. Значит, запас энергии у мышцы оставался, а тормозила ее кора головного мозга. Она первая устает, ей не хватает кислорода, она отключает мышцу, чтобы кора не погибла. А кровоснабжение, особенно стволовой части коры головного мозга, происходит за счет позвоночной артерии. Если у человека есть проблемы с шейей, есть подвывихи позвонков, позвоночная артерия будет раздражена, кровоток будет снижен.

Человек занимается активно, кислорода не хватает, система повышает давление до предела. Если сосуды уже были слабые, то возникает расслоение, сосуд рвется из-за избыточного давления. Возникает кровоизлияние. Человек может умереть сразу. Либо возникает состояние инсульта.

- Если плохо себя чувствуешь, нельзя заниматься спортом?

- Надо заниматься адекватно. Тренироваться надо в соответствии с пульсом, если мы будем спортсменов гонять выше их возможностей, то мы будем получать проблемы. Все должно быть в пределах разумного. Шея должна быть ровная, чтобы кровоток был нормальный.

Джо Линднер никогда не скрывал, что свое тело мечтал построить благодаря стероидам.

- Возможно, бодибилдер принимал какие-то добавки, анаболики?

- Это тоже не добавляет здоровья. Допинговые препараты стимулируют, но при этом мешают здоровью, вплоть до таких ситуаций. Вполне возможно, что еще что-то спровоцировало это состояние.

- Бодибилдинг вообще не опасен?

- Я думаю, тут есть психологическая составляющая. Желание выглядеть лучше - это особенности личности. Хорошей физкультуры и обычного объема мышц достаточно, чтобы получать удовольствие от физической активности. Конечно, это не спорт, это перебор. Это чревато для здоровья. Везде нужна золотая середина. А если человек переболел ковидом, вполне возможно, что воспалительный процесс сохранялся, кровь загустела. Причин очень много. Могла быть и другая инфекция, и паразиты, которые воспаляют состояние крови. И питание в том числе.

■ РАКЕТКИ - К БОЮ!

Сергей КИРИЛЛОВ

Стартовал теннисный Уимблдон.

В прошлом году наших теннисистов на нем не было - англичане, сославшись на санкции, просто не выдали им визы, и случился скандал. Профсоюзы теннисистов-профессионалов (мужской - АТФ и женский - ВТА) поддержали наших игроков и лишили турнир рейтинговых оч-

Медведев выходит из берлоги

ков, после чего он превратился в выставочный перформанс.

В этом году организаторы не стали второй раз наступать на грабли уимблдонского газона и допустили всех российских

и белорусских теннисистов, сделав, правда, ряд оговорок. Но как бы там ни было, все наши сейчас там. Кроме **Карена Хачанова**, который снялся с соревнований из-за травмы руки.

КСТАТИ

Уимблдон увеличил призовой фонд еще на 10%, и теперь он составляет рекордные 57 млн долларов. Чемпионы в одиночном разряде, мужском и женском, получают по 2,97 млн долларов (по нынешнему курсу это 260 млн рублей), а финалистам достанется сумма, эквивалентная 131 млн руб. Любопытно, что даже проигравший в первом круге теннисист увезет домой 69 тыс. долларов, что более 6 млн руб.

Одним из фаворитов Уимблдона-2023 является третья ракетка мира **Даниил Медведев**. И хотя трава для него не самое любимое покрытие, Дания может пройти очень далеко. Тем более и сетка соревнований к этому благополучит. Первый по-настоящему сильный теннисист, **Стефанос Циципас**, с кем у Медведева давние счеты, может попасться ему только в четвертьфинале. А с многократным победителем Уимблдона **Новаком Джоковичем** пути пересекаются только в финале.

Все новости спорта - на KP.RU/SPORTS

Все новости спорта - на KP.RU/SPORTS



В ТЕМУ

Как оказалось, качки буквально балансируют на опасной грани. От подобных проблем с сердцем и сосудами головного мозга умерли с десяток титулованных бодибилдеров во всем мире. Самый известный у нас - легенда силового экстрима **Владимир Турчинский**.

Успешный бизнесмен и актер скончался от инфаркта в возрасте 46 лет. Многие его коллеги не дожили и до 40 лет, и диагнозы очень похожие.

Журнал «Бодибилдинг и фитнес» предупреждает и о других возможных побочных эффектах увлечения этим видом спорта (не считая травм во время тренировок):

- ✓ нарушения функций организма, связанные с употреблением гормональных средств (например, гипогонадизм - снижение уровня мужских половых гормонов, импотенция), как следствие - апатия, депрессия;
- ✓ проблемы с печенью из-за переизбытка всяческой «фармы»;
- ✓ возможен рак или - чаще - доброкачественная опухоль молочных желез;
- ✓ увеличение сердечной мышцы, инфаркты и инсульты;
- ✓ гастрит и язва желудка, язва 12-перстной кишки и многие другие серьезные заболевания, связанные с ЖКТ.

Подготовила **Анна КУКАРЦЕВА**.

ВАЖНО!

Как рассказал «КП» **Евгений Ачкасов, заведующий кафедрой спортивной медицины и медицинской реабилитации Сеченовского университета, профессор, доктор медицинских наук**, базовые обследования перед началом тренировок обычно таковы:

- ✓ электрокардиограмма;
- ✓ холтеровское мониторирование (непрерывное отслеживание показателей работы сердца в течение суток с помощью датчика);
- ✓ УЗИ сердца;
- ✓ нагрузочные кардиологические тесты - различные проверки работы сердца во время физической активности. Например, тест с 6-минутной ходьбой: человек должен пройти как можно большую дистанцию за 6 минут, при этом оцениваются пульс и одышка.

Анна ДОБРЮХА.



Если Медведев выиграет Уимблдон, то вскоре сможет вновь стать первой ракеткой мира.

МИСС КУПАЛЬНИК «КП»



Анастасия БЕЛЕЦКАЯ, 20 лет, Красноярск:
- Студентка 4-го курса СФУ. Занимаюсь подводным спортом, обожаю фридайвинг, потому что можно долго плавать под водой, как русалка.

Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- В этом очень нейтральном на первый взгляд купальнике соединились три тренда сезона: спортивный крой, разномастные верх и низ и пастельная палитра. Красиво подобраны цвета к еще не очень загорелой коже.



Письма с фото присылайте по адресу: «Комсомольская правда», ул. Новодмитровская, д. 5А, стр. 8, Москва, 127015. На конверте напишите: «Мисс купальник «КП»». Или на e-mail: miss@kp.ru



Голосуйте за понравившуюся вам участницу на нашем сайте **KPRU** в разделе «Будь стильной с «КП!»»

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

Работайте, и вы не заметите, как разбогатеете... Ключевое словосочетание «не заметите»...

Два врача увлеченно беседуют на симпозиуме.

- ...И признаюсь вам, коллега, в своей врачебной практике я лишь однажды допустил досадную ошибку.

- И какую же?

- Вылечил пациента всего за два визита. А потом случайно узнал, что он - мультимиллионер.

Горожанин - это когда конский навоз для тебя пахнет цирком.

На самом деле Иван Царевич был послан, чтобы убить Кощея Бессмертного по заданию Пенсионного фонда.

- Здравствуй, Изя, где ты теперь работаешь?

- Да вот в оркестре таких русских народных инструментов.

- И шо, у вас там все русские?

- Ну не все. Ну есть там один. Ну ты же знаешь, Сема, этих русских, они ж везде пролезут.

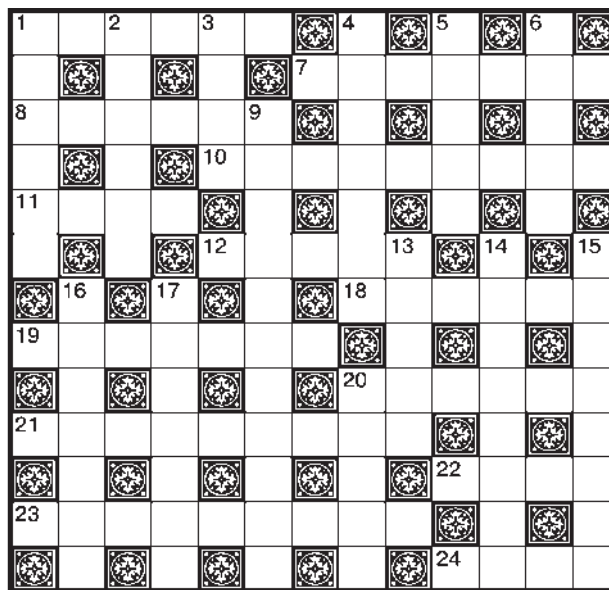
Настоящий американец всегда гордится тем, что именно Америка победила Гитлера во время вьетнамской войны в Ираке!

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

Весь архив анекдотов от «КП» - на **KP.RU**



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Семейном обеде из комедии «Смотрины» Юрия Полякова. 2. Без ног, а уходят. 3. Переправа для тех, кто не боится промочить ноги. 4. Книга кинорежиссера Александра Зархи «Когда опускается...». 5. Какая сказочная героиня делала рубашки из кладбищенской крапивы для своих братьев? 6. Что смывает следы на берегу? 7. Какой сказочный герой курит трубку? 8. «Гонитель давний мой» для Александра Пушкина. 10. Какую концепцию взяли на вооружение британские ВВС во время Второй мировой войны? 11. Визитная карточка созвездия Лиры. 12. Где волчица нашла Рема и Ромула? 18. Отражение пережитого стресса на голове. 19. Волокно на паклю. 20. Лариса из фильма «Вертикаль». 21. Где в 1944 году высадились союзные войска? 22. Повод «биться об заклад». 23. «Народная эпиграмма». 24. Клятва церковного звучания.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Грузинское угощение на «Горноз». 17. Формоза. 20. Литке. 13. Генуя. 14. Дифрамб. 15. Фаталист. 16. Брод. 4. Занавес. 5. Элиза. 6. Волна. 9. Ремеслен. 3. 24. Обет. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Сачива. 2. Денги. 3. жина. 21. Нормандия. 22. Пари. 23. Дразнилка. 12. Берг. 18. Седина. 19. Конопля. 20. Лу. 7. Карлсон. 8. Цезор. 10. Дехазинг. 11. Судьба.

Прогноз погоды на завтра, 5 июля

	ночью	днем	
Киров	+13...+15	+26...+28	Давление - 749 мм рт. ст. Относительная влажность воздуха - 33% Ветер юго-западный 1-2 м/с Восход - 02:41 Закат - 20:50 Луна - стареющая
Вятские Поляны	+15...+17	+28...+30	
Луза	+11...+13	+26...+28	
Воркута	+14...+16	+20...+22	
Сыктывкар	+13...+15	+25...+27	

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

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

Звоните нам!

(495) 777-02-82

Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

■ Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.
■ Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
■ Ведущий редактор номера Е. ПОПОВА (ответственный секретарь).

■ Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.

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

■ НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», Новодмитровская, д. 25, 8-й этаж, пом. 800, Москва, 127015. Ценные почтовые отправления не доставляются. ТЕЛЕФОНЫ: отдел связи с читателями - (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22 e-mail: kp@kp.ru Web-сервер: www.kp.ru отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82 e-mail: advert@kp.ru служба распространения - (495) 777-02-82

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы П1101, ПМ976 Тип. № 1140/1145
■ Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30
■ ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2023», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 167 909 экз.

Цена договорная



РЕГИОНАЛЬНАЯ РЕДАКЦИЯ И ИЗДАТЕЛЬ ООО «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА КИРОВ»

Директор «КП» - Киров» - В.В. НИКОЛАЕНКО
И.О. редактора «КП» - Киров» - А.В. НИКОЛАЕНКО
E-mail: kp@kp-kirov.ru
WWW.KIROV.KP.RU

Адрес: 610035, г. Киров, ул. Воровского, 107, оф. 211
Тел.: Редакция, отдел распространения, отдел рекламы: +7-922-901-66-35.
E-mail: kp@kp-kirov.ru, kpreklama@kp-kirov.ru

Отпечатано с готового оригинал-макета в ООО «Феникс», 109428, г. Москва, ул. Коновалова, д. 18, помещение 3, комн. 1, офис №24. Тел. +7-922-995-39-85, Сайт fenixnews.ru. Заказ № 1140/1145
Тираж, распространяемый на территории Кировской области: 1900.
Тираж для Республики Коми - 2000 экз.
Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые сертификаты. Индексы: ПНО51, ПЗ700, П1101.