

Красная рыба сама плывет в руки

В этом году ожидается небывалый улов лососевых. Начнут ли падать цены?

Читайте на стр. 8 - 9 ▶



Shutterstock

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

FM.KP.RU

«Режим Гоблина»

Авторская программа
Дмитрия Пучкова -
radiokp.ru 10:00 (мск)



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



5 712 000

уникальных посетителей за минувшие сутки



Основана в мае 1925 года

Вторник
26 сентября

Газета нашего города ★ Барнаул

№ 74 (27522) 2023 год

Подвиг группы «Большого»:

Пятеро героев остановили наступление ВСУ, вызвав огонь на себя



На этом кадре с дрона видно, как один боец «Большой» (на фото справа - тоже он) ведет бой против целой группы солдат ВСУ.

Солдаты ВСУ

Боец ВС РФ

Читайте на стр. 4 ▶



t.me/kostomarovroman

Исповедь Романа КОСТОМАРОВА:

Возвращение с того света удивило даже врачей

Евгений НЕСЫН

В шоу «Секрет на миллион» на НТВ олимпийский чемпион разложил по полочкам, что произошло, почему этого можно было избежать и как близкие поддерживают его после страшной болезни.

Продолжение на стр. 15 ▶

Пенсии с нового года подрастут на 7,5%

Евгений БЕЛЯКОВ

Средняя выплата составит 23,4 тысячи рублей.

С 1 января 2024 года пенсии поднимутся примерно на уровень инфляции, который прогнозирует правительство, то есть на 7,5%. Об этом говорится в проекте бюджета Социального фонда России. Таким образом, средняя пенсия в стране составит 23 400 рублей.

Правда, есть нюанс. Повышение коснется лишь неработающих пенсионеров. Со следующего года повысятся и другие социальные выплаты, причем значительно - почти в полтора раза. В частности, вырастет максимальный размер больничного (до 122 тысяч рублей в месяц), декретных (до 565 тысяч единовременно) и выплат по уходу за ребенком до 1,5 года (до 49 тысяч в месяц).

Максимальную сумму получат не все. К приме-

ру, если зарплата у человека 50 тысяч рублей в месяц, то в рамках больничного человек получит не больше этой суммы. И молодая мама единовременно получит в виде декретных свой средний заработок за 140 дней, но не больше максимальной суммы. Ежемесячно выплачивать ей потом будут 40% от прежней зарплаты, но тоже не больше максимума (49 тысяч).



Госдума накажет зубы

Елена ОДИНЦОВА

Депутаты рассмотрят законопроект о штрафах за выгул собак без намордника.

В Госдуме предлагают ввести на федеральном уровне штрафы за нарушение правил выгула собак определенных пород, которые по нашему законодательству относятся к потенциально опасным. Нет, это не любая собачка, которая оскалила на вас

зубы. В списке, утвержденном постановлением правительства еще в 2019 году, 12 пород и их метисы. Среди них бразильский бульдог, волко-собачьи гибриды, питбульмастиф, северокавказская собака, а про большую часть этих пород обычный городской обыватель даже и не слышал.

Вообще-то собаки из списка потенциально опасных и по ныне действующему законодательству не могут без намордника и поводка появляться в общественных местах. Но вот рублем

за это до сих пор не наказывали. А это значит, что управы на нерадивых собачников фактически не было. Штрафы сейчас прописаны только в некоторых региональных законах. Теперь депутаты предлагают ввести единые нормы для всей страны - чтоб наверняка. Известны и суммы вероятных штрафов: 15 - 30 тысяч рублей - для организаций и 1,5 - 3 тысячи рублей - для частных лиц. Но согласитесь, что в сравнении с суммой, в которую обходится содержание крупной собаки, это почти копейки.

На что больше всего жалуются россияне

Олег АДАМОВИЧ

Генпрокурор Игорь Краснов рассказал президенту, где фиксируется много нарушений.

Глава надзорного ведомства на встрече с Владимиром Путиным принес целую стопку толстых папок (не у каждого чиновника наберется столько материалов).

- В настоящее время в органы прокуратуры поступило порядка четырех миллионов обращений граждан, - объяснил такое изобилие отчетности генпрокурор и перечислил самые проблемные области, на которые больше всего жалоб.

Кстати, в прошлый раз он отдельно подробно рассказывал о борьбе с ошибками во время мобилизации, теперь этот вопрос отпал, и речь шла уже о соблюдении прав военных.

А вот как выглядит топ жалоб от граждан.

ПРОТЕЗЫ

Прокуратура помогает раненым солдатам, когда тем отказывают в медпомощи или средствах реабилитации. А родственникам погибших бойцов - в получении посмертных страховых выплат.

Судя по словам Игоря Краснова, с получением протезов трудности возникают не только

у ветеранов боевых действий, но и вообще у всех, кому они нужны. Как отметил генпрокурор, из-за роста цен и стало больше отказов, потому что у муниципальных властей не всегда хватает на это денег. По этому поводу Краснов уже обратился к Михаилу Мишустину и предложил принять меры.

«КОММУНАЛКА»

Люди по-прежнему жалуются на плохую работу коммунальщиков и завышенные тарифы.

- Ежегодно в органы прокуратуры поступает сотни тысяч таких обращений, - констатировал Краснов.

Он отметил, что, например, в 23 регионах людям пересчитали квитанции за свет на общую сумму в 4 миллиарда рублей. Причина - «некачественная электроэнергия».

- Что значит «некачественная электроэнергия»? - удивился президент.

- Это значит перебои с электроэнергией, - пояснил генпрокурор.

НАЦПРОЕКТЫ

Тема коррупции тоже поднималась на встрече с президентом. Краснов признал, что в 80 регионах «выявлены хищения, а также сопутствующие должностные преступления» при выполнении нацпроектов. Заведены «сотни уголовных дел».



Пресс-служба Президента РФ

ДЕПРИВАТИЗАЦИЯ

Именно это слово никто не говорил, но цифры прокуратуры подразумевают деприватизацию на деле.

- Судами удовлетворено свыше 24 тысяч наших исков, касающихся незаконной утраты госсобственности на сумму более 187 млрд рублей. Мы также добились выхода из-под иностранного контроля ряда ключевых стратегических предприятий, - перечислил Краснов.

В самом конце президент попросил генпрокурора тщательнее следить за оборонкой.

- Вы много делаете для соблюдения законности в оборонно-промышленном секторе, за что хочу поблагодарить и выразить надежду на то, что эта работа, так же как и работа по другим направлениям, в том числе по соблюдению законных прав и интересов граждан в социальной сфере, будет продолжена, - сказал президент.

К Путину на доклад с папками приходят все, но такого количества, как у генпрокурора Краснова, нет ни у кого. Но его и работа обязывает - к нему стекаются жалобы со всей страны.

■ ИЗ ПЕРВЫХ УСТ

Сергей ЛАВРОВ: Назрел пересмотр мирового порядка

Людмила ПЛОТНИКОВА

Выступая в ООН, глава МИД России призвал Запад перестать считать себя выше остального человечества.

Министр иностранных дел России Сергей Лавров, возглавлявший делегацию нашей страны на проходившей в Нью-Йорке сессии Генеральной Ассамблеи ООН, выступил с трибуны организации. Приводим наиболее важные тезисы его речи:

✓ О ЗАПАДЕ

Своего рода визитной карточкой коллективного Запада давно стали неприятие принципа равноправия и тотальная неготовность к диалогу. Привыкли смотреть на остальной мир свысока, американцы и европейцы сплошь и рядом дают обещания, берут на себя обязательства, в том числе письменные и юридически обязывающие. А затем их попросту не выполняют. Запад по-прежнему считает себя выше остального человечества - в духе высказывания главы дипломатии Евросоюза Жозепа Борреля о том, что «Европа - цветущий сад, а всё вокруг - джунгли».

✓ О МИРОВОМ ПОРЯДКЕ

Идет пересмотр мирового порядка, разных форм его

организации, где Запад занимал и занимает доминирующие позиции. Вот такие откровения (у представителей Запада. - Ред.): если кто-то где-то собирается без нас, дружит без нас или без нашего разрешения, то это рассматривается как угроза нашему доминированию. Назрело скорейшее реформирование архитектуры глобального управления. Все более востребованным становится расширение Совета Безопасности ООН - исключительно через устранение недопредставленности в его составе стран мирового большинства - Азии, Африки и Латинской Америки.

✓ О ГЕРОИЗАЦИИ НАЦИЗМА

Хотел бы привлечь внимание к такому вопиющему явлению, как реабилитация нацистов и коллаборационистов в ряде стран Европы, прежде всего на Украине и в Прибалтике. Особо настораживает, что в прошлом году против резолюции Генассамблеи ООН о недопустимости героизации нацизма впервые проголосовали Германия, Италия и Япония. Этот прискорбный факт ставит под сомнение искренность раскаяния указанных государств за массовые преступления против человечности в годы Второй мировой войны.

■ ВИЗИТ

Елена КРИВЯКИНА

Михаил Мишустин посетил промышленную выставку «Иннопром» в Казахстане.

В понедельник в Астане российский премьер принял участие в международной выставке «Иннопром». В Казахстане эта крупная промышленная выставка проводится впервые, до этого она традиционно проходила в Екатеринбурге. По такому случаю в Астану, помимо главы российского Кабмина, также прилетели премьеры Белоруссии и Киргизии - Роман Головченко и Акылбек Жапаров. Участие в выставке при-

Технологический суверенитет, но не изоляция

няли 200 ведущих российских компаний. Свои экспозиции развернули 10 российских регионов. Участники выставки представили свои разработки в области машиностроения, судостроения, станкостроения, химической, металлургической, текстильной и авиационной промышленности.

Казахи похвалились своим автопромом и тягелым машиностроением, а также беспилотниками. Белорусы представили образцы бытовой и компьютерной техники - холодильники, стиральные машины, ноутбуки, компьютерные системы, телевизоры, в

том числе прозрачный «Горизонт Crystal 55», который может быть установлен в метро и в других видах общественного транспорта.

На российских стендах Мишустин обратил внимание на космический аппарат «Скиф-Д», который войдет в состав группировки спутников для обеспечения широкополосного доступа в интернет. Проект родом из Красноярского края. На стенде КамАЗа премьер представил прототип гигантского беспилотного самосвала «Юпитер 30», который поднимает грузы весом до 27 тонн и приспособлен для добычи по-

лезных ископаемых по безлюдной технологии.

Выступая позже на пленарной сессии «Иннопрома», Мишустин напомнил о поручении Владимира Путина укреплять технологический суверенитет. В то же время на изоляцию Россия не нацелена. Премьер призвал укреплять технологическое сотрудничество на пространстве Евразийского экономического союза (ЕАЭС).

- Важно объединить ресурсы и компетенции, чтобы обеспечить устойчивость производственных комплексов к внешним факторам, - отметил Мишустин.

В контакте



Вступайте в нашу группу ВКонтате
VK.COM/KPRU



ЭКОНОМИКА

Ставки по вкладам в России резко выросли: сколько дают банки и как найти самые выгодные условия

ЗДОРОВЬЕ

Как родителям правильно накормить школьника

http://www.kp.ru/

ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU



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



Владимир ПЕРЕКРЕСТ

К 2030 году численность специалистов 30 - 40 лет снизится на 30%.

Об этом заявила на днях вице-премьер **Татьяна Голикова** и подчеркнула, что это «самый востребованный персонал, самый готовый к изменениям».

- Ситуация, в которую мы попадаем, вполне ожидаема - это наследие 90-х, - пояснила «Комсомольской правде» старший научный сотрудник Института проблем региональной экономики РАН **Наталья Чистякова**. - Тогда из-за демографического спада уменьшилось число молодых матерей, да еще и многие из этой уменьшившейся группы стали откладывать рождение детей из-за тяжелых материальных и социальных условий.

Ситуация отчасти повторяется - демографическая кривая снова пошла вниз. Но к нынешнему спаду власти были готовы. Естественного прироста населения в стране нет с 2015 года. Мигранты помогают отчасти снять проблему кадрового голода, но для страны принципиально важно повышать рождаемость - в этом единодушны все эксперты.

- Импортозамещение у нас должно быть не только товарное, надо, чтобы и рабочие руки были «отечественного производства», чтобы у нас самих достаточное количество людей рождалось, чтобы мы обеспечивали рост

Кадровый кризис среднего возраста

экономики, - рассказал «КП» демограф **Владимир Тимаков**.

- Сейчас предпринимаются меры поддержки семей, которые смягчают проблему, - поясняет **Наталья Чистякова**. - Действует национальная программа «Демография», материнский капитал стали давать уже при рождении первого ребенка, поддержка оказывается не только на федеральном уровне - есть региональные доплаты.

Это значит, что следующая демографическая яма будет уже не такой глубокой.

Но как отзовется на экономике 30-процентная потеря в группе 30 - 39-летних, которую в правительстве ожидают к 2030 году?

- Потеря может привести к разрыву в передаче профессионального опыта, - констатирует профессор Финансового университета при Правительстве РФ **Александр Сафонов**. - Получится, что у старших будет

меньше учеников, а у тех, кто моложе, - впоследствии будет меньше учителей. Поэтому нужно предпринимать усилия на уровне государства, чтобы наращивать профессиональные знания у возрастной группы, которая идет уже за теми, кому в 2030 году будет 30 - 40 лет.

Сейчас, по мнению нашего собеседника, группа кадрового риска - система госуправления и наука, поскольку 30 - 39 лет - период написания диссертаций, формирования научных школ, и здесь разрыв поколений наиболее опасен.

- Идет конкуренция на рынке труда, а категория 30 - 39 лет является наиболее привлекательной для работодателей, - говорит профессор. - Выигрывать будут те отрасли, которые смогут переманить к себе этих специалистов. А проигрывать - те, где мало платят.

■ ЕСТЬ МНЕНИЕ

Северная Корея нам поможет?

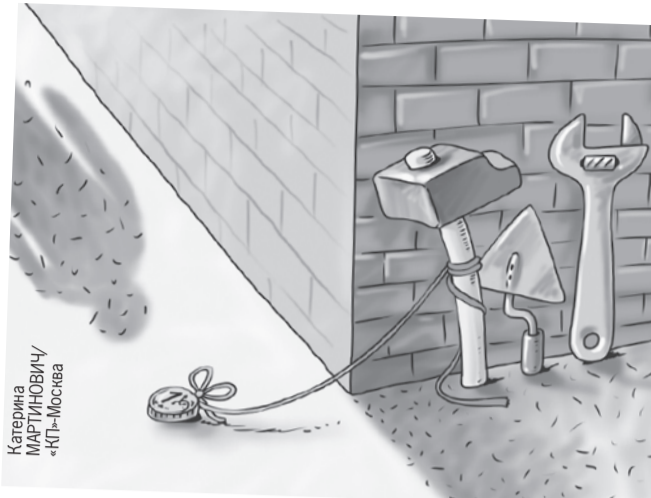
Все последние годы дефицит рабочих рук в экономике России покрывала за счет трудовых мигрантов из Средней Азии. Но в этом году их приток в нашу страну уменьшился. Это отмечают многие работодатели, с которыми побеседовали журналисты «Комсомолки».

- С начала лета число работающих у нас трудовых мигрантов уменьшилось примерно на треть, - рассказала «КП» гендиректор мясокомбината «Востряково-2» **Татьяна Ларина**.

Многие приезжие начали покидать Россию на фоне ослабления рубля, ведь из-за этого заработки граждан из стран ближнего зарубежья в переводе на национальные валюты снизились.

Неожиданный способ восполнить нехватку рабочих рук в России предложил в беседе с «РИА Новости» доцент Российского экономического университета им. Г. В. Плеханова **Ильяс Зарипов**. По его мнению, России нужно развивать экономические взаимоотношения с Северной Кореей. А приоритетным направлением он считает «привлечение корейских трудящихся на работу в Россию для частичного замещения среднеазиатских трудовых мигрантов». Особенно в притоке североазиатских рабочих, по мнению эксперта, нуждаются сельское хозяйство, промышленность и строительный сектор.

К слову, на 2023 год население КНДР составляет около 26 млн человек.



Катерина МАРТИНОВИЧ «КП»-Москва

■ ВОПРОС ДНЯ

Как будем решать проблему рабочих рук?

Вадим КОЖЕНОВ, экс-президент Федерации мигрантов, эксперт по проблемам терроризма:

- На самом деле из России уехало не так много работающих людей. Это не миллионы, даже не сотни тысяч. Из азиатских республик продолжают приезжать на сезонные работы. Те, кто работал на крупных жилищных стройках в мегаполисах, - они продолжают работать. Но возникают проблемы в наборе людей в отраслях, которые высокой квалификации не требуют. Заместить там людей можно - за счет некоторого роста зарплат.

Вадим ДРОБИЗ, глава Центра исследований федерального и региональных рынков алкоголя:

- Не зря вице-премьер Голикова рассказывает про нехватку спецов: я вот свои прогнозы про негативные изменения на рынке труда опубликовал еще 20 лет назад - и сейчас они сбываются. Еще в 2002-м я писал про грядущий провал в привлечении к работам в реальном секторе группы трудоспособных россиян от 30 до 45 лет. Там назревал провал - и он нас настиг. Печально то, что эта группа будет сокращаться и дальше. И в этой группе реальных производителей мигранты не обеспечивают положительную динамику - они не идут на заводы и фабрики. Они в лучшем случае оседают в сфере ЖКХ и извоза.

Сергей ГОНЧАРОВ, почетный президент ассоциации ветеранов «Альфы»:

- Есть два выхода из данной проблемы. Первый - сократить число вузов, которые штампуют юристов, экономистов и психологов. И увеличить набор в вузы с реальными инженерными специальностями. Второй - обеспечить прогрессивную сетку зарплат для тех, кто производит реальную продукцию. Больше произвел руками - больше получил. Стахановцы, передовики труда должны снова быть в почете. На государственном уровне.

Андрей ТУМАНОВ, бывший депутат Госдумы:

- А зачем нам новая трудовая армия, если, например, половину фруктов-овощей выращивают наши дачники и фермеры - от картошки и лука до яблок и малины? Подсобных рабочих - да, сейчас их найти непросто. Я вот не смог с ходу отыскать тех, кто бы сделал крышу на даче по уму за разумные деньги. Но высококлассные спецы все равно к нам приезжают. Работают они за хорошие деньги. Я это увидел в Оренбургской области. Где хорошо подсобил Казахстан.

Виктор ЛАЗЬКО, завлабораторией луковых и бахчевых культур НИИ риса, Краснодар:

- Вот у меня освободились три позиции лаборантов - и за два месяца никто не обратился. Такое впервые. И ведь люди ушли молодые, до 30 лет. Мигранты тут точно не помощники. Мы их вообще не привлекаем. Есть степень квалификации и секретности. Только на госуровне можно решить проблему - повышением зарплат и престижности профессий.

Борис КРАВЧЕНКО, президент Конфедерации труда России:

- Без кардинального повышения зарплат проблему привлечения адекватных людей в реальное производство не решить. Я вот не вижу оттока мигрантов - наоборот, они едут к нам. И на этом фоне кадровая дыра все равно расширяется. В школах появились мигранты в качестве преподавателей. А в больницах уже работают мигранты не только как медсестры, но и врачи. Продолжим это не замечать - доиграемся.



ДОСЛОВНО

Для кого-то демографическая яма, а для кого-то - окно возможностей

Численность граждан от 30 до 39 лет к 2030 году снизится, но на рынке труда вырастет доля других возрастных категорий, в том числе более молодых, - об этом на расширенном заседании президиума Госсовета по вопросу «О развитии рынка труда в Российской Федерации» напомнил министр труда и социальной защиты РФ **Антон Котяков**.

- Численность граждан от 15 до 29 лет в этот же период прирастет почти на 3 млн человек. Это наша демографическое окно возможностей, - считает министр. - Его необходимо использовать для



mintrud.gov.ru

сглаживания структурного дисбаланса на рынке труда. Но балансировка возможна только при точном соответствии квалификации молодых специалистов потребностям экономики. Приrost идет и по другим возрастным группам: на 3,7 миллиона человек увеличится численность граждан от 40 до 59 лет. В этой возрастной когорте тоже велика вовлеченность в экономику, но сохранение потенциала к технологической трансформации опытных работников во многом зависит от развития системы обучения на протяжении всей жизни.

Авторская программа доктора экономических наук, профессора Никиты Кричевского каждую среду в 19.00 на Радио «Комсомольская правда»



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



Пока наши бойцы вгрызались в землю, украинские штурмовики кричали в эфире: «Спасите, помогите!»

Пятеро героев остановили атаку с танком и бронемашинами, вызвав огонь на себя

Александр БОЙКО

Сергей Шойгу представил к званию Герой России замкомандира взвода 37-й отдельной гвардейской мотострелковой бригады **Ивана Калашникова**, который воюет под позывным «Большой» на Южно-Донецком направлении.

Минобороны показало снятые беспилотником кадры вечернего стрелкового боя у села Урожайное (ДНР), в котором 5 наших бойцов отбивают атаку 12 украинских штурмовиков.

В тот день, еще утром, наши воины ворвались на свой старый опорный пункт, где в тот момент хозяйничали украинские военные.

Бои здесь настолько упорные, что окопы переходят из рук в руки порой по много раз.



Видео той самой атаки смотрите на сайте

«ШМЕЛЬ»:

Была задача занять опорник и держать

Вот как об этом рассказывает один из героев, командир отделения с позывным «Шмель»: «Нам поставили задачу - занять опорник и держать его. Началась стрельба, мы стали подавлять их огнем. Слышали, как они кричали по рации своим: «Спасите, помогите!» Такое было. Первые - они быстро ушли, бой буквально минут 40 длился. А вечером началось опять движение, в нашу сторону поехал украинский танк и две бэбээмки (боевые бронированные машины. - Ред.). Позже услышали, как танк подорвался, а боевые машины стали спешивать пехоту. Танк поковылял назад, а мы дали координаты высадки своим, они с АГС (автоматический гранатомет станковый. - Ред.) и минометов пехоту покрошили маленько, но все равно до

нас дошли. Опять начался контактный бой».

«СЕДОЙ»:

На адреналине работали

По данным Минобороны, за тот день украинские штурмовики дважды пытались атаковать опорный пункт превосходящими силами, но пробить оборону наших бойцов не смогли. Противостояли превосходящим силам противника всего пять человек, двое из которых были ранены, но не отступили.

«На адреналине работали. Напор с их стороны был. Бой трудно назвать стрелковым, в основном гранатами перебрасывались. На опорнике боеприпасов оказалось достаточно, еще и гранатометы были. Это же практически наш опорный пункт. Все, что было нужно для ведения боя, там было. Когда начал по ним с подствольника работать, они побежали», - вспоминает

СКАЗАНО

«Накануне министр обороны Шойгу достаточно детально доложил президенту о героическом бое в населенном пункте Урожайное, который дали наши ребята вместе со своим командиром, замкомвзвода Калашниковым».

(Пресс-секретарь президента **Дмитрий ПЕСКОВ** - журналистам кремлевского пула.)



еще один герой того боя, старший стрелок с позывным «Седой».

«БОЛЬШОЙ»:

Давили нас огнем, чтобы мы не высовывались

Руководил обороной опорника и сам показывал пример героизма замкомандира взвода с позывным «Большой» Иван Калашников.

«На кадры не все попало, не всех ребят видно, но они работали отлично (били штурмовиков ВСУ прицельно с флангов из блиндажей). Старший у них тоже был, команды им давал: кидать

гранаты, стрелять. Тоже наблюдал, где я нахожусь, в мою сторону направлял штурмовиков. Огнем пытались подавить нас, чтобы мы не высовывались. У них тоже в небе были дроны. Стали отступать, когда по ним наши минометы начали работать».

Выходит, что нашим бойцам пришлось вызвать огонь на себя, чтобы отстоять опорник. Все действовали как один организм. Из боя никто не вышел, сохранив позиции и заставив врага бежать.

«Большой» ранее уже был награжден медалью «За отвагу».

■ **СТОП-КАДР**



Любимый многими актер Игорь Петренко приехал в Луганск, чтобы встретиться с артистами местного Русского драмтеатра. И заглянул к бойцам-десанникам (на фото). А еще знаменитый актер заявил в Луганске, что «на казаках Россия держится!». И передал привет всем казакам, стоящим за Отечество и веру православную. В ЛНР действительно воюет много казаков.

«Комсомолка» рекомендует:

Священная военная операция: от Мариуполя до Соледара

Год СВО, день за днем, плечом к плечу с героическими бойцами и простыми людьми. Вместе с легендарным военкором **Дмитрием Стешиным** читатель проходит через будни Донецка, штурм Мариуполя, радость побед и горечь неудач. Искренне и без прикрас.

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

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

Служи по контракту в Вооруженных Силах России

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

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВЫПЛАТЫ

В ЗОНЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

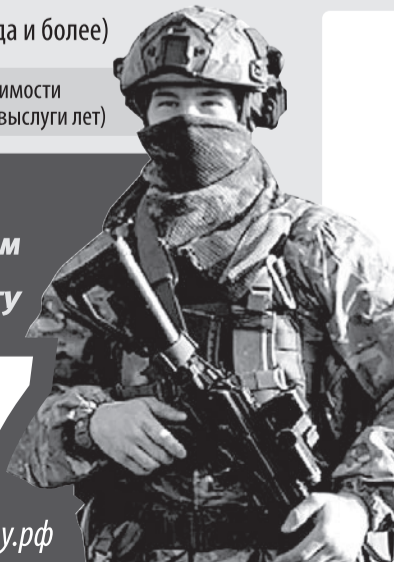
от 204 тыс. руб. в месяц (в зависимости от воинского звания, должности и выслуги лет)

- 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

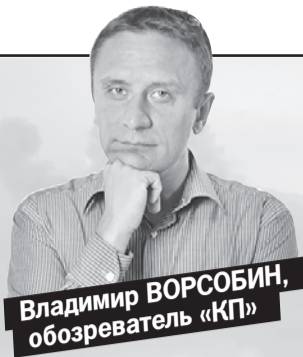
службапоконтракту.рф



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





Владимир ВОРСОВИН,
обозреватель «КП»

Прощание с Карабахом:

Люди прячутся за миротворцами...

Репортаж от ворот Лачинского коридора, где ждут беженцев из сдавшейся Азербайджану непризнанной республики. И пока никак не дождутся.

Грустный конформист Ереван невыносим - в нем чуть протеста, чуть грусти, чуть расслабленности и гора комфорта размером с Арарат.

Меня же тянуло в горы. К мученику Карабаху. Так спешат к умирающему - проститься, пока он еще жив...

30 ЛЕТ ВОЙНЫ ОКАЗАЛИСЬ ЗРЯ

Рванул я в горы наудачу, без шансов перебраться через наглухо запечатанный обеими сторонами Лачинский коридор. В приграничный город Горис, где, как я думал, наверняка сейчас толпятся беженцы...

Об этом мне говорили в Ереване. Но, черт возьми, что вообще знает Ереван!

На заправке золотозубый хозяин покачал головой:

- Никого не выпускают оттуда. Только Красный Крест...

- Что слышно о Карабахе? - спросил я на прощание. Машинально спросил, рассеянно...

Армянин вдруг дико посмотрел на меня. И воскликнул что-то на своем.

- Если вы журналист, пройдите туда, - попросил он. - Это видеть надо! У вас в России никто же не верит...

И, хмурясь, махнул рукой: мол, сам поймешь...

По дороге попадались туристы. Хорошие ребята... Русские. Китайцы. Сидят в ресторанчиках, которых даже в этой глуши много, смеются, фотографируют горы...

Их отрешенность завораживала.

Они словно пришельцы из будущего, счастливо не знающие, что творится за этими горами.

А действительно, думал я, кто знает, может, наши потомки будут удивляться учебникам мировой истории. И спрашивать: вот зачем?! И хотя бы в XXII веке они обуздают первобытные инстинкты «убей!», «мое!», достигнув наконец-то мудрости. Как эти туристы, которые с чашечкой кофе любят тему, что всем нам, непутевым, подарил Бог...

Древний Горис. Почему-то с Эйфелевой башней посредине.

Рядом, у мэрии, упрямо развевается флаг Арцаха.

Город пуст. Подъезжает полиция.

- Из России? - спросил хмурый полицейский, при ответе помрачнел еще больше и начал рыться в моем телефоне. Зато его напарник добродушно пожелал мне удачи: «Извини, брат».

Брат... Кольнуло. Тонкие нынче времена...

Тетушка идет навстречу, машинально улыбается - из России? И вдруг словно что-то вспоминает и пытается уйти. Но я навязываюсь.

- Вчера был День независимости, - говорит. - Но никто не праздновал. Потому что...

(Заблестели слезы.) Вот за что столько парней погибло?! - с гневом воскликнула она.

Молчу. И она понимающе кивает - иностранец, какое мое дело.

- Люди плачут, - почти стонет она. - Мы же рядом. Родственники, знакомые... И главное, обидно, что, получается, 30 лет войны, и эти лозунги, и все, что мы строили, - все бесполезно?! А могилы...

Она не договорила и кинулась от меня почти бегом.

ОЧАРОВАННЫЕ ДЕДУШКИ И ИХ НЕСЧАСТНЫЙ ПАШИНЯН

Горис - не для туристов. Места вроде бы и дикие, но деньги здесь, похоже, водятся. Куда ни глянь - стройка.

С чем согласились два бойких пенсионера (они о чем-то бурно спорили на лавочке, но появление русского их заинтересовало).



Григорий ПЕЧОРИН/РИА Новости

Семьи, которым удалось выбраться из Карабаха, крепко держатся за руки, чтобы, кроме родины, не потерять еще и друг друга.

Они заявили, что жизнь в Армении стала богаче. Мол, раньше мужики в Россию уезжали, а теперь смысла нет.

- Зарплаты наши стали такими же, как в России, - 500 долларов (на самом деле, по данным Росстата, средняя зарплата в РФ - \$800. - Ред.). И пенсии как у вас - 100 - 150 долларов (на самом деле \$200. - Ред.), - доложили мне деды. - Зачем же тогда ехать из родного дома? У нас ищут рабочих за 25 долларов в день и найти не могут.

И смотрят хитро. Мол, мы, армяне, теперь от России не так зависимы.

А я думаю: куда-то эти хот-табычи клонят?

- А вы, - спрашивают меня деды, - и в самом деле правду хотите написать?

- Мечтаю, - начинаю раздражаться я.

- Так вот! О Карабахе! - сказали они хором...

И тут началась обычная для раненой Армении свистопляска - рассказ о несчастном Пашиняне, который выкручивается как может...

Деды явно давно хотели многое сказать в лицо Москве и радостно пользовались случаем - им подалось мое лицо...

Сражаться с аксакалами я не стал. Российский опыт. Если, к примеру, где-нибудь под Смоленском зарубиться у подъезда с бабушками о геополитике, ты будешь обязательно во всех смыслах бит. Потому что нельзя вот так просто взять и победить телевизор.

В Горисе зачем-то стоит своя Эйфелева башня. Среди гор Кавказа она выглядит как... кавказец в Париже.



Владимир ВОРСОВИН/«КП» - Москва

А в армянском теляшке с ролью пропагандиста отлично справляется сам Пашинян! Он только что, например, заявил: «Каждый гражданин нашей страны должен для себя выбрать - он сторонник независимости или сторонник того, чтобы стать отдаленной губернией».

Намек прозрачный. Российской то есть.

И, судя по очарованным дедушкам, тут выбор ясен...

В СТЕПАНАКЕРТЕ ЛЮДИ ОСТАНУТСЯ, ЕСЛИ РУССКИЕ ЗАЩИТЯТ

В здании драмтеатра скоро откроется центр для регистрации беженцев из Нагорного Карабаха... Сюда привезут волонтеров, развернется лагерь...

Беженцев в Горис называют обычно «заложники». Тут почти у каждого или родственник, или знакомый там, за КПП. И стоят люди на улицах по три-четыре человека, и у всех телефоны в руках. И кричат в телефонах - и ереванские улицы, и Пашинян, и прорвавшиеся из Карабаха женщины...

Я вспомнил слова хозяина бензозаправки: «У вас в России никто не поверит», когда познакомился в Горисе с Еленой (имя изменено) - мертвенно бледной женщиной лет 40, оставившей в Карабахе свою семью. Ей чудом удалось вырваться, но она не говорит как.

«Мы все там живем на улице, - рассказывает она. - Часть - рядом с российскими миротворцами, остальные по погребам и подвалам. Нет электричества, связи. Голод. Очень мало продуктов. И очень много пропавших без вести. Сейчас люди ищут друг друга! Это такое горе - не знать, где находится родной человек, жив ли он (плачет). Когда начался обстрел, в школе шли уроки, все разбежались кто куда. Некоторые села вообще как будто исчезли - с ними нет никакой связи. У людей нет никакого доверия никому!

Вечный Горис мрачнел. Садилось солнце. И хотелось остановить закат, придумать какую-нибудь надежду.

- Кто-то останется в Карабахе? - спросил я.

Елена покачала головой.

- Кто-то на это надеется, - сказала она. - В селах точно никого не останется - там очень опасно. Контролировать их сложно, и люди просто исчезнут. В Степанакерте - возможно. Если русские защитят.



Аудио репортажей Владимира Ворсобина с места событий - на Радио «КП» по этой ссылке

■ КОММУНАЛКА

В Барнауле начался отопительный сезон

Герман АРХАРОВ

На подключение тепла во всем городе понадобится около недели.

25 сентября в Барнауле стартовал массовый запуск отопления, поэтому подавать заявки больше не нужно. Рассказываем, что делать и куда обращаться, если в ближайшие дни батареи в вашем доме не потеплеют.

В настоящее время вся теплосетевая инфраструктура краевой столицы работает в режиме подачи отопления. На некоторых участках специалисты завершают капитальные ремонты, но это не влияет на подачу ресурса, потому что используют резервные схемы.

- На подключение тепла во всем городе понадобится порядка 7 дней. Затем в течение еще недели будет вестись регулировка системы, выход на нормативные параметры, - пояснили специалисты СГК.

В компании также добавили, что для подачи тепла в дом необходима слаженная работа управляющих компаний. Их задача заполнить внутридомовые системы, а также открыть задвижки на домах.

ПОДСКАЗКА «КП»

Куда обращаться, если батареи не потептели

Если до понедельника, 2 октября, отопление в вашем доме не появится, обращайтесь в свою управляющую компанию или ТСЖ. Если же там не пришли на помощь, то нужно позвонить по круглосуточному телефону в диспетчерскую администрации своего района:

- Железнодорожный район - (3852) 62-56-95;
- Индустриальный район - (3852) 47-51-83;
- Ленинский район - (3852) 54-44-49;
- Октябрьский район - (3852) 24-74-98;
- Центральный район - (3852) 63-08-25.

Также можно сообщить об отсутствии отопления в диспетчерскую службу СГК по телефону (3852) 59-97-15.



Олег УКОЯДОВ

До 2 октября батареи во всех домах города должны потеплеть.

■ КУМИРЫ

Анна СЕМИНА

Цены на выступление звезды в Барнауле достигают 7500 рублей.

Российским звездам никакие кризисы нипочем: в любые времена они стараются в первую очередь заработать. К примеру, самые дорогие билеты на концерт Григория Лепса в Барнауле стоят 7500 рублей, и они уже почти закончились.

Да, в желании посмотреть на любимую звезду нет ничего предосудительного. В «Титов-Арене», где уже на этой неделе, в субботу, 30 сентября, выступит Григорий Лепс, почти не осталось мест в партере. К слову, самые дорогие билеты там стоят 7500 рублей. А самые дешевые, если можно их такowymi назвать, 4300. На трибунах же еще достаточно мест. Самые доступные из них обойдутся в 2500 рублей, но их тоже можно пересчитать по пальцам.

Следующей на очереди стоит популярная ANNA ASTI. Покорительница мужских сердец и танцполов всей страны просит за посещение своего концерта 27 ноября в «Титов-Арене» от 7000 рублей. Причем даже не рассчитывайте, что за эти деньги вы будете любоваться пышногрудой красавицей с первого ряда партера. Отнюдь. Партер отдали под танцпол, и там уже раскупили почти все возможные билеты. Осталось всего около 30 доступных «контромарок». Вот за 7000

Билеты на Лепса стоят, как перелет до Москвы

Григорий Лепс выступит в Барнауле 30 сентября.



Владимир ВЕЛЕНГУГИН

рублей вам предложат места в третьем и девятом секторе.

Мегапопулярный Баста оказался немного поскромнее и запросил за билеты все в ту же «Титов-Арену» максимум 6000 рублей за самый дорогой билет. К слову, 13 октября у него, кажется, намечается аншлаг. На данный момент в продаже имеются только билеты в фан-зону и на танцпол, и они стремительно заканчиваются.

Попадающий в самое сердце Сергей Лазарев тоже оказался достаточно скромным - 6500 рублей за первые ряды. Но артист в отличие от предыдущих коллег выступит в ДК «Мотор». Концерт состоится 29 октября. Самые ближние к сцене места практически полностью раскуплены. И это не удивительно: певец славится своими

шикарными шоу, и многие хотят видеть их снова и снова.

Группа «Танцы Минус», которая впервые за свою многолетнюю творческую карьеру выступит в Барнауле, тоже надеется сорвать неплохой куш, и это несмотря на то, что музыканты в последнее время ничего заметного не выпускали. Концерт состоится 29 сентября в клубе «Фараон». Самые дорогие места за столиками обойдутся в 6000 рублей. Правда, желающих выкупить их пока не так много. Цены действительно «кусаются». К сравнению, в дни распродаж за эти же суммы вполне можно на пару дней слетать в Москву или провести уикэнд на недорогой базе в Горном Алтае. Впрочем, каждый выбирает сам, на что потратить кровно заработанные, - хлеб или зрелища.

■ НУ И НУ!

От удара молнии погибло стадо овец

Вера БЕРЕЗОВСКАЯ

В Республике Алтай молния ударила в дерево и погубила целое стадо овец. ЧП произошло в Шебалинском районе. Жуткое видео с лежащими на земле десятками трупов животных снял местный пастих. По его словам, погибло около 40 голов. Почему это произошло, «Комсомолке» объяснила кандидат физико-математических наук, доцент кафедры общей и экспериментальной физики АлтГУ Татьяна Андрухова.

- Разряд молнии проходит через дерево и по корневой системе распространяется в землю. Это обычная физика. Человеческое тело, вода, растительность - хорошие проводники. Так случилось, что именно в этом месте образовалось скопление заряда. Возможно, если бы овцы были подальше метров на 100, они остались бы живы, - комментирует Татьяна Витальевна.

По словам физика, если бы в этой зоне оказался человек, он тоже бы погиб. Умереть можно не только при прямом попадании молнии. Опасно шаговое напряжение, возникающее при «растекании» в земле тока. Если человек будет идти, то между шагами возникает разность потенциалов: ток входит через одну ногу, а выходит через

другую. Поэтому нужно поставить ноги вместе и выходить из опасной зоны «гуськом». В случае с овцами сыграло роль и строение тела животных. У них между передними и задними ногами есть расстояние, что создает условия для прохождения тока.

Подобные сильные разряды молнии могут возникать довольно часто. Не исключено, что молния может разом убить сразу несколько человек.

- Например, если семья во время грозы укроется под деревом, в которое ударит молния, все погибнут практически с вероятностью 99,9%, - говорит физик.

Кстати, напомним, похожий случай произошел в прошлом году в алтайском селе Усть-Таловка, где молния убила сразу двух коров.



ЧП произошло в Республике Алтай.

Олег УКОЯДОВ



Скриншот с видео из паблика «Алтайский звон»

■ ТРАГЕДИЯ

Попал косою в сердце

Марина КОЧНЕВА

На Алтае подросток случайно убил 4-летнюю сестру.

На прошлой неделе в одном из сел Солонешенского района произошло жуткое несчастье. При работе с ручной косою 14-летний подросток нечаянно смертельно ранил 4-летнюю сестренку. Девочка скончалась до приезда бригады «скорой помощи», рассказали на Бийской станции скорой медпомощи.

- Лезвие попало в область сердца. Полученная травма оказалась несовместима с жизнью. Прибывшие на место медики констатировали смерть, - пояснил главный врач ССМП Бийска Алексей Карнаухов.

- Следственными органами Следственного комитета России по Алтайскому краю по данному факту возбуждено уголовное дело по статье 109 УК РФ (причинение смерти по неосторожности). В данный момент устанавливаются все обстоятельства произошедшего, - сообщили в региональном Следкоме.

Как рассказали «Комсомолке» источники, знакомые с ситуацией, благополучная семья с детьми приехала из Новосибирска в свой дачный дом в Солонешенском районе, чтобы

выкопать картошку. Увидев косу, подросток решил помочь родителям и стал косить траву по краю огорода. В этот момент сестренка подошла сзади, мальчик ее не видел и, махнув косою назад, случайно ударил...

С семьей, на которую обрушилась невыносимая боль, сегодня работают психологи. В сети в комментариях к жуткой новости чаще всего звучат слова: «Боль, ужас, какое горе, жаль обоих детей». Кто-то вспоминает свои случаи из детства.

- У меня в жизни был такой случай, только сестра жива, - поделилась своей историей одна из комментаторов. - Папа очень заболел, нужна была помощь в уборке снега, кидала через очень большой забор с воротами для заезда. Был вечер, мне лет 12 или 13 было, а сестре 2 или 3 года. Лопата железная. Сестра подбежала, я не успела среагировать. Попала ей в лицо. Все лицо в крови, схватила моментально и домой. Родители вызвали «скорую помощь». А я убежала в ужасе к подруге. Слава богу, что над бровью была рана. Родители начали меня искать, не знают, где я. До 12 ночи искали, боялись, что я с собой что-то сделала. Помню, сильно плакала и переживала. Очень страшный случай, всей семье горе...

40 лет назад, подполковник Петров был обязан отдать команду бомбить США, но не сделал этого.

18 минут до ядерной войны

Павел КРЫМСКИЙ

В 8 часов вечера 25 сентября 1983 года подполковник **Станислав Евграфович Петров** заступил на дежурство на секретном командном пункте Серпухов-15. В его задачи входило наблюдение за спутниковой системой противоракетной обороны «Око», новейшей и прорывной в то время. Собственно, в тот день он вообще не должен был этого делать, но пришлось выйти на работу вместо штатного дежурного. Однако он оказался в нужное время и в нужном месте. Как знать, возможно, эта случайность оказалась счастливой для человечества.

НАЧАЛО ТРЕТЬЕЙ МИРОВОЙ

В 15 минут первого в ночь на 26 сентября на командном пункте взвыли сирены, а на экране высветились буквы «СТАРТ». Затем - еще раз, и еще. Всего - 5 запусков. Надпись сменяется на «РАКЕТНАЯ АТАКА». Это означало, что с американской военной базы по СССР запущены межконтинентальные баллистические ракеты. Значит, только что началась третья мировая. И в это было легко поверить - в сентябре 1983-го новый виток холодной войны, начавшийся при президенте США **Рейгане**, достиг пика. Меньше месяца назад над Сахалином сбит корейский пассажирский самолет,



Так когда-то выглядела комната предупреждения о ракетном нападении в одной из частей под Москвой. Где здесь та самая «красная кнопка» - можно лишь догадываться.

нарушивший советские границы. Пилоты не отвечали на запросы советских служб и упорно вели машину над Дальним Востоком. Запад по полной пользовался этой трагедией: СССР получил от Рейгана клеймо - «Империя зла».

КОМПЬЮТЕР - ДУРАК

Сложно даже представить замешательство, в котором оказался подполковник Петров. «Я встать с кресла не мог, у меня ноги отнялись. Переживал жутко, как будто меня на Голгофу вели», - вспоминал он сам

впоследствии. Полагаться на благоразумие противника, на то, что «американцы тоже любят своих детей», не приходилось. Руководство США при Рейгане меньше всего походило на рационально мыслящих людей. А компьютер, как тогда считалось, ошибаться не может. Петров был обязан доложить об атаке, запустив цепочку приказов, которая привела бы к ответному удару по США. Но... Почему пуск зафиксирован всего с одной базы? Если бы Рейган сошел с ума окончательно и начал ядерную войну, то уж наверняка нанес бы массированный ядерный удар... А тут - 5 ракет. Что же делать?

Вдруг - звонок по правительственной связи. Подполковник поднял трубку и... доложил дежурному, что информация, поступающая с его командного пункта, - ложная. «Компьютер по определению - дурак», - вспоминал потом Петров. Доверить этому дураку судьбу человечества подполковник не решился. До полета

ракет оставалось 18 минут. 18 минут простой русский офицер Станислав Петров не знал, что он только что сделал - предотвратил войну, или, наоборот, оставил Родину беззащитной перед ядерными боеголовками НАТО...

ФАКТОР СОЛНЕЧНЫХ ЗАЙЧИКОВ

Прошло 20 минут, полчаса, но небо над Советским Союзом оставалось спокойным. Тревога оказалась ложной. Получалось, Петров принял верное решение. Конечно, в одиночку он едва ли мог начать ядерную войну - информация о ракетной атаке пошла бы к вышестоящему командованию, оттуда - к Верховному главнокомандующему... Но не стоит сбрасывать со счетов человеческий фактор. Черт знает, к чему бы мог привести ложный доклад о ракетной атаке в те тревожные дни.

А вместо американских ракет на командный пункт вскоре прибыл главнокомандующий войсками ПВО генерал-полковник **Вотинцев**. На радостях он даже пообещал представить Петрова к ордену. Причина же ложного срабатывания систем оказалась просто смешной - ядерную войну едва не развязали... солнечные зайчики, попавшие на датчики. Систему «Око» после этого модернизировали, чтобы исключить такие нелепые ошибки.

ВЫГОВОР ЗА ЖУРНАЛ

Увы, вместо ордена Петров в итоге получил выговор за незаполненный журнал дежурства - пока вокруг орала сирены, ему было не до того, а приписки в журнале - уголовное преступление. Сам Петров считал, что его сделали козлом отпущения.

Никому не хотелось быть ответственным за такой серьезный инцидент. Впрочем, по собственному признанию, обиды Петров ни на кого не держал - время было такое. И служба.

Станислав Евграфович вышел в отставку уже в следующем году, так и оставшись в звании подполковника. Тяжело болела жена, и он хотел больше времени уделять семье. С тех пор он мирно жил в подмосковном Фрязине. О подвиге Петрова мир узнал лишь в 90-е, когда генерал **Вотинцев** опубликовал мемуары. Запад ужаснулся: оказывается, мир балансировал на грани третьей мировой, и лишь благодаря выдержке русского подполковника не сгорел в ядерном пламени.

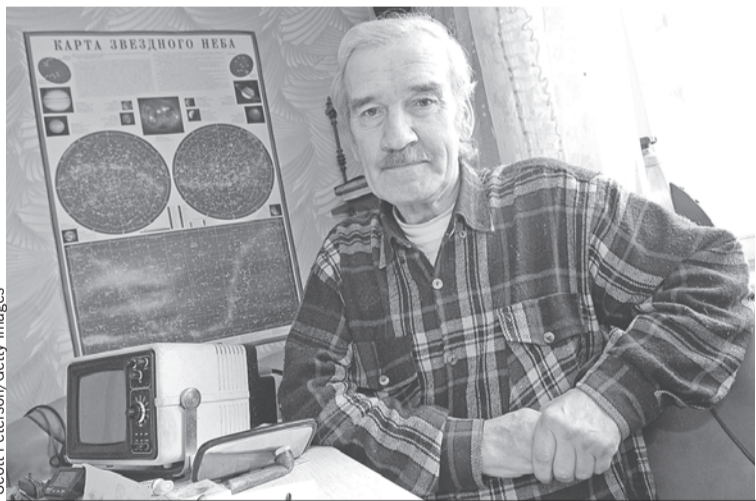
КИНО В НАГРАДУ

Вскоре Станислав Петров, к своему удивлению, узнал, что он, оказывается, герой, спасший все человечество. Сам он к своему новому статусу относился скептически. «Я спас мир? Нет, ну какой я герой! Это был просто рабочий эпизод. Я хорошо сработал. Вот и все», - говорил Станислав Евграфович в интервью «Комсомольской правде».

Тем не менее «мир спасенный» считал иначе. Петрову присуждали престижные премии, для вручения одной из них даже приглашали в ООН. А в 2014-м на экраны вышел датский фильм «Человек, который спас мир» с **Кевином Костнером**, **Робертом де Ниро**, а также Станиславом Евграфовичем в роли себя.

А сам спаситель мира продолжал жить обычной жизнью военного пенсионера. В 90-е какое-то время подрабатывал даже охранником. Петрова не стало 19 мая 2017 года. Он скончался у себя дома на 78-м году жизни, через десять лет после смерти жены.

Жаль, конечно, что западные лидеры, похоже, вынесли из этой истории неправильный урок и решили, что могут сколько угодно вести против русских необъявленные войны, оставаясь при этом в безопасности. А в случае чего всегда найдется трезвомыслящий дежурный на командном пункте, который не допустит, чтобы Россия ответила ядерным кулаком. Но в нужный момент не окажется нового подполковника Петрова. И чтобы не приходилось «спасать мир», стоит всего лишь не ставить его на грань ядерной войны.



Ни богатств, ни орденов своим «спасением мира» Петров не заработал. И после отставки жил скромным пенсионером.

«Какого цвета кнопка? Красная»

АРХИВ «КП»

Из интервью Станислава Петрова «Комсомольской правде»: «Какого цвета кнопка была под рукой в ту ночь? Красная. Наверное, это секрет, но я скажу. Она на том пульте дежурного была под колпачком со свинцовой plombой. Чтобы случайно никто не нажал. Но только... снизу к ней даже провода подключены не были! На одной советской АЭС, еще до Чернобыля, было ЧП - реактор пошел вразнос. Так главный оператор в панике бежал из зала. Тогда и решили, что нельзя, чтобы человек такие решения принимал, только компьютер. А кнопку символически оставили. Только вот мне, выходит, пришлось послушать машину, но решать самому, как человеку...»



Таким Петров был в пору, когда нес дежурство у «ядерной кнопки» страны.

В нынешнем году ожидается второй в истории результат по вылову лососевых. Начнут ли наконец падать цены?

Красная рыба сама

Владимир ПЕРЕКРЕСТ

ПОКА ПОКУПАЮТ - ДЕШЕВЕТЬ НЕ БУДЕТ

Рыба - всему голова! Особенно в плане здоровья (см. «Вопросы диетологу»). Да вот только недоедаем мы ее. Среднестатистический россиянин съедает в год 22,6 кг рыбы - это на 5,4 кг меньше, чем рекомендуют нормы правильного питания Минздрава. Главная причина понятна - высокая цена.

А тут как раз путина (период интенсивного лова) идет - просто мечта. Красной рыбы в этом году будет - чуть ли не рекорд за всю историю! Кстати, именно красная рыба считается самой полезной.

- На 11 сентября 2023 года вылов тихоокеанских лососей на Дальнем Востоке превысил 580 тысяч тонн. Это на 14% выше уровня аналогичного периода 2021 года и почти в 2,4 раза больше прошлогоднего показателя, - сообщили «Комсомолке» в Росрыболовстве. Всего же планируется добыть около 600 тысяч тонн. Если все так и сложится, то это будет вторым показателем за всю историю наблюдений. Лучшее было только в 2018-м, когда объем добычи составил 676 тысяч тонн.

Логично ожидать, что при таком улове рыбе стоило бы подешеветь. Ведь в последние годы она только и делает, что дорожает. За прошлый год цена красной рыбы выросла на 26%, за нынешний - «всего» на 3,4%, но это данные только за восемь месяцев.

Но с оптимистичными прогнозами в отрасли не торопятся.

- На розничные цены влияет спрос и покупательная способность населения, а не объемы добычи, - сказал «КП» председатель правления Межрегиональной ассоциации прибрежных рыбопромышленников Северного бассейна Валентин Балашов. - Если на рынок

подступит много рыбы, это как-то остановит рост цены, но большого падения ждать не надо. А вот закупочные цены от производителя могут снизиться. Он выловил рыбу - надо продать, а пока не продал - хранить. За каждый день холодильника ему тика-



Владимир ВЯКИН/РИА Новости



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

ОТ МОРЯ ДО ПРИЛАВКА

Если бы на цены влияли только объемы улова, мы бы горя не знали. Но по стоимости рыбы бьют самые разные факторы. Один из главных - доставка.

- Подорожавшая перевозка рыбы из Владивостока в Москву и регионы не может не отразиться на ценообразовании, - сказал «КП» руководитель проекта компании «Русский рыбный мир» Игорь Попов.

Если с торговлей и перекупщиками, накручивающими цену, еще можно при желании разобраться с помощью ФАС и прокуратуры, то от расходов на перевозку никуда не денешься. Так что главная проблема в обеспечении населения страны полезной красной рыбой - наши просторы.

Рыбу доставляют с Дальнего Востока по железной дороге и каботажными рейсами по Северному морскому пути.

А ведь надо не только перевезти, но и сохранить: для этого нужны дорогие холодильные установки. Мож-

но, конечно, закатать рыбу в консервы, но это, как говорится, на безрыбье. Лучше свеженькую или хотя бы свежемороженую.

ЛОСОСЬ ПОД САНКЦИЯМИ

В подорожании рыбы на прилавках винят и санкционную войну. В 2018 году мы импортировали, как сообщили в Росрыболовстве, 105 тысяч тонн лососевых на \$777 млн. В 2022-м ввозить стали меньше, а платить за рыбу больше. Подорожала импортная - за ней потянулась и отечественная.

Дополнительное ускорение ценам дало в июле 2023 года решение правительства запретить ввоз рыбы и морепродуктов из недружественных стран - Евросоюза, США и Норвегии. Политически все понятно, но на этом фоне стало меньше конкурентов - и цены снова пошли вверх.

Санкции ударили и по экспорту. Но к нему в стране отношение двойственное. Одни говорят, мол, нечего ценный продукт за границу гнать, когда самим не хватает. Другие, и это как раз промышленники, стоят на том, что, кто больше заплатит, того и рыба. Наши ли, иностранцы - без разницы. Им надо деньги зарабатывать, иначе не с чего будет платить

зарплаты, покупать оборудование.

В удачном 2018 году за рубеж ушла примерно треть добытого лосося, дав стране \$605 млн, или 1,5% от продовольственной части экспорта (если считать от всего экспорта с нефтью и газом, то это 0,1%). В этом году может быть почти столько же, если враждебные иностранцы не подпортят картину.

- Показателем пример с крабом, - говорит Бала-



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

Потребление на душу населения



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

шев. - В России его добывают порядка 100 тысяч тонн, в основном в Мурманской области. А в мире - 250 - 230 тысяч. Закрылся американский рынок - рухнуло 20 тысяч тонн. Куда его девать? Вот лежит в холодильниках пока. Дальше. Треска, минтай, сельдь. Они хорошо идут в Европу. Но Великобритания уже ввела заградительную пошлину на нашу треску, страны Евросоюза на очереди. Остается Китай, он эту рыбу хорошо берет.

Китай стал и основным

ИДЕТ В РУКИ

потребителем дальневосточной красной рыбы - экспорт в Поднебесную вырос в два раза.

МИГРАНТ И МОРЕ

Еще одна проблема отрасли - дефицит кадров. Из-за этого приходится увеличивать зарплаты (надо же как-то заманивать людей на этот адский труд), что тоже повышает себестоимость продукции.

- Очень тяжелая работа - четыре месяца в море, и многих даже зарплата в 150 тысяч рублей уже не устраивает, - говорит Балашов. - Находят работу на берегу: сейчас много индивидуального жилищного строительства, а матросы - люди рукастые...

Заполнить свободные места мигрантами не получится.

- Холод, качка - непривычные условия для ребят из Средней Азии, - продолжает эксперт. - Если и говорить о трудовых мигрантах, то наи-

более оптимальный вариант для флота - это филиппинцы, очень хорошие матросы.

И ЧТО ДЕЛАТЬ?

Здесь ничего оригинального: как и многие другие отрасли, рыбная промышленность просит господдержки. Тогда и цены на рыбу могут снизиться.

Особенно нужны субсидии в доставке. При наших расстояниях без господдержки не обойтись, говорят в Росрыболовстве. В пример приводят минтая:

- Если в 2021 году было перевезено 2,2 тысячи тонн этой рыбы, то в 2022-м, после введения программы субсидирования железнодорожных перевозок этой продукции, было перевезено уже 129,1 тысячи тонн минтая.

В ведомстве хотят, чтобы льготный тариф предоставили и для горбуши - это делает ее более доступной для населения. Почему именно горбуша - потому что это са-

мая массовая и недорогая из лососевых пород.

- Из всего запланированного объема лососевых (600 тысяч тонн) на горбушу приходится 493 тысячи тонн, из которых выловили уже 418 тысяч, - сказал Попов. - Оптовая цена на горбушу безголовую в начале путины доходила до 390 рублей за кг, сейчас - 185 рублей.

Но в магазинах она пока стоит как минимум в два раза дороже...

КСТАТИ

Грузите икру бочками

Небывалый улов лососевых сулит и рекордное производство красной икры - от 24 тысяч до 30 тысяч тонн при потреблении 15 тыс. тонн. Как правило, самая низкая цена - в конце путины, то есть в последней декаде сентября. А чем ближе Новый год - тем икорка дороже.

Любимая газета страны

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!



Гонорары уехавших артистов упали в три раза



Как Сталин «узаконил» пингвинов на Северном полюсе

Астропрогноз на октябрь для всех знаков зодиака



Тоска по умершей жене, выпивка или «проклятая» роль:

Что погубило актера Вячеслава Гришечкина

В ПРОДАЖЕ С 27 СЕНТЯБРЯ



ВОПРОСЫ ДИЕТОЛОГУ

- Красная рыба больше, чем другие породы, содержит омега-3 жирные кислоты, - рассказала «КП» врач-диетолог Елена Соломатина. - Они необходимы для снижения уровня плохого холестерина, который приводит к заболеваниям сердечно-сосудистой системы и мозга, гипертонии. Если сосуды плохо снабжают мозг кровью, появляется путанность сознания, рассеянность, быстрая утомляемость, раздражительность.

Следующий важный компонент - витамин D.

- Почти 90% нашего населения испытывают его дефицит из-за нехватки солнца и свежих морепродуктов, - говорит Соломатина. - Если раньше его применяли исключительно для формирования костной системы, чтобы у детей не

В чем польза?

было рахита, то сейчас исследования показали, что нехватка этого витамина приводит и к депрессии, психическим и психиатрическим заболеваниям. А еще он необходим как иммуномодулятор - с учетом новой атаки ковида это очень важно.

Красная рыба - и богатый источник йода, без которого не вырабатываются гормоны щитовидной железы.

- Дефицит йода проявляется в отсутствии энергии, человек постоянно ощущает усталость, ему трудно сосредоточиться, - говорит врач.

Какая полезнее?

Лучше всего - дикая рыба из холодных водоемов.

- Чем холоднее среда

обитания, тем рыба жирнее, тем больше в ней омега-3 жирных кислот и тем она полезнее, - говорит Соломатина. - Между дикой рыбой и аквакультурой (искусственно выращенной) предпочтем первую.

Теперь - какую породу предпочесть. Самые популярные и дорогие - семга и форель. Поэтому их выгодно разводить искусственно, практически все, что есть в магазинах, - это аквакультура. Дикую семгу на прилавках не найти, иногда можно «выловить» форельку.

Соломатина советует обратить внимание на такие сорта, как нерка, кижуч, чавыча, кета, - их покупают менее активно, а зря.

- По питательным свойствам они не уступают

натуральной семге, - говорит диетолог. - К тому же из-за отсутствия высокого спроса они не так интересны рыбозаводчикам. В результате шанс найти в продаже дикую рыбу достаточно высок. Информация о способе разведения есть на упаковке.

Особняком можно поставить горбушу - эта рыба считается самой простой из красных.

- В ней меньше омега-3, она более сухая на вкус, - говорит Соломатина. - Зато в ней много белка - кстати, рыбный усваивается быстрее, чем из мяса.

Сколько есть?

- Минимальная норма - два раза в неделю по 150 граммов, - говорит Соломатина. - То есть один увесистый стейк разделить на два приема.

Ведущие инфекционисты и эпидемиологи дали прогнозы по заболеваемости ОРВИ, гриппом и COVID-19 в этом сезоне.

Анна ДОБРЮХА

На прошлой неделе, по данным Института гриппа, эпидемиологические пороги по заболеваемости ОРВИ и гриппом были превышены в 35 регионах России. Что нас ждет дальше? Какие модификации коронавируса вызвали нынешнюю волну и насколько в самом деле опасен новый вариант «пирола»? Как поведет себя в этом сезоне грипп? Прогнозы заболеваемости и советами, как сохранить здоровье, поделились ведущие российские эпидемиологи и инфекционисты на пресс-конференции «Профилактика сезонных заболеваний в осенний период».

«ПИРОЛА» НИ ПРИ ЧЕМ

- Сейчас мы видим традиционный осенний подъем заболеваемости ОРВИ. Из простудных вирусов преобладают риновирусы. Также регистрируются заражения респираторно-синцитиальным вирусом, аденовирусной инфекцией и другими - всего известно более 250 возбудителей ОРВИ, - рассказал замдиректора ЦНИИ эпидемиологии Роспотребнадзора, академик РАН Александр Горелов.

Что касается ковида, то его нынешний подъем эксперты считают умеренным. «Для сравнения: в прошлом году в это время у нас фиксировалось около 270 тысяч случаев COVID-19 за неделю. Сейчас - чуть более 11 тысяч. Так что масштаб абсолютно несопоставимый», - пояснил Горелов (правда, нужно учитывать, что и тесты на ковид теперь стали делать реже. - Ред.). Катастрофического роста заболеваемости коронавирусом в нашей стране не ожидается, заключил представитель Роспотребнадзора.

- Больше всего ОРВИ

и ковидом сегодня болеет молодежь. В основном у них выявляют разновидности «омикрона», которые мы наблюдали в прошлый сезон, - уточнила замкафедрой вирусологии РМАНПО, д. м. н. Елена Малинникова. - Случаев заражения вариантом «пирола» в России пока не обнаружено. Но это не значит, что он не придет к нам позднее.

Насколько в самом деле опасен очередной мутант? «Вирусологи нашли у «пирола» более 30 новых мутаций. Предположительно, он стал более заразным. Но с точки зрения опасности для здоровья, тяжести протекания болезни «пирола» на данный момент повышенных опасений не вызывает. Все клинические признаки такие же, как были у предыдущих вариантов коронавируса», - успокоила доктор Малинникова.

- В настоящий момент в России циркулирует множество разновидностей «омикрона». Есть и «кракен», и «эрис». Преобладает же вариант «арктур», - сообщил академик Горелов. При этом, по его словам, сейчас не выросла нагрузка ни на стационары, ни на скорую помощь. Резкого скачка госпитализаций нет. Это подтверждает,

что нынешние варианты «короны» в основном протекают не тяжелее традиционных осенних ОРВИ, отметил эксперт.

УПАСТЬ В ЯМУ

И все же не стоит обольщаться, что коронавирус превратился в безобидную простуду. Исследования показывают, что у переболевших людей нередко «проседает» иммунитет, предупредил замдиректора ЦНИИ эпидемиологии. Это явление называется «постковидной иммунологической ямой».

- Мы наблюдали, что дети, перенесшие COVID-19, начинают болеть очень часто, каждый месяц. У взрослых «иммунологическая яма» проявляется в том, что новые заражения коронавирусом происходят всего через 3 недели после предыдущего заболевания, - рассказал Александр Горелов.

Аналогично влияет на иммунитет и грипп, добавила инфекционист Елена Малинникова. Именно поэтому после него (и ковида тоже) нередко обостряются хронические заболевания, напомнила врач.

Что же делать? Специалисты посоветовали восстанавливать и укреплять иммунную систему. Способы, которые точно работают: закаливание, питание, богатое витаминами (зелень, овощи, фрукты), физнагрузки и полноценный сон.



Сезон простуд начался. Берегите себя!

Юлия ПЫКАЛОВА/«КП» - Иркутск

Ковид по осени считают

Грипп: Спешите привиться

- По гриппу ситуация пока спокойная, как обычно и бывает в сентябре. Мы только вступаем в новый эпидемический сезон, который начнется примерно через 3 недели, - пояснила замдиректора НИИ гриппа им. Смородинцева Дарья Даниленко. - Сейчас в России фиксируются единичные случаи заболевания. Если в прошлом году эпидемия развивалась очень стремительно, то в этом, по прогнозам, она будет менее интенсивной.

Однако оставаться без прививки - значит подвергать свое здоровье серьезному риску, подчеркнули эксперты. В числе отсроченных последствий гриппа - инфаркты и инсульты.

- Помните, что антитела после вакцинации появляются не мгновенно, а минимум через неделю. У некоторых даже через 3 недели, - отметил академик Горелов. - Поэтому желательно привиться в сентябре - октябре.

Даниленко добавила, что можно сделать это и позднее, даже в декабре. Но чем раньше, тем лучше. «По данным Роспотребнадзора, привитые люди болеют гриппом в 40 раз реже, чем невакцинированные, - сообщила доктор Малинникова. - Это значит, что прививка не гарантирует, что вы избежите заражения. Но многократно снижает этот риск и точно защищает от тяжелых осложнений».

Лучшим вариантом считается четырехкомпонентная вакцина от гриппа. К 2025 году наша страна полностью перейдет на такие прививки, а в этом году они достигнут 70% желающих уколиться, рассказал Горелов. В то же время трехвалентная прививка тоже эффективна и дает неплохую защиту, отметил он.

ЭТО ПРИГОДИТСЯ

Пять золотых правил защиты здоровья

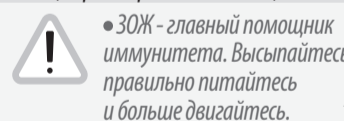
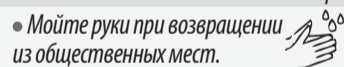
• Людям старше 60 лет очень важно вакцинироваться от пневмококка. «Вирусы - это судьи, а приговор обычно исполняют бактерии», - образно описал академик Горелов. Чтобы избежать тяжелых бактериальных осложнений вирусных инфекций, единожды в жизни нужно сделать прививку от пневмококка. Также рекомендуются прививки от гриппа и ковида. Допускается введение двух разных вакцин в разные руки.

• В людных местах стоит надевать маски или респираторы. Даже самая простая медицинская маска снижает «дозу» вируса, что повышает шансы не разболеться.

• Мойте руки при возвращении из общественных мест.

• Чаще проветривайте помещения.

• ЗОЖ - главный помощник иммунитета. Высыпайтесь, правильно питайтесь и больше двигайтесь.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

В ТЕМУ

О чем еще рассказали эксперты

✓ Оснований для введения масочного режима по всей стране нет и вряд ли они появятся, считает академик Горелов. При этом в отдельных регионах могут устанавливаться рекомендации носить средства индивидуальной защиты исходя из местной эпидобстановки.

✓ Будет ли «пирола» пробивать иммунную защиту недавно переболевших другими вариантами коронавируса или вакцинированных,

пока достоверных данных нет, отметила инфекционист Малинникова. Но существующие антиковидные прививки в любом случае серьезно снижают риск тяжелых осложнений. Напомним, ежегодная вакцинация против COVID-19 сейчас рекомендуется людям старше 60 лет и с тяжелыми хроническими заболеваниями (сердечно-сосудистыми, диабетом, туберкулезом).

✓ В НИИ гриппа раз-

работали вакцину для одновременной защиты от гриппа и ковида. Вводится она будет без укола, через нос. Это не только менее болезненно, но и поможет сформировать иммунитет на «входных воротах», через которые вирусы попадают к нам в организм. Значит, должна вырасти эффективность не только против тяжелых форм заболеваний, но и против заражений инфекциями. Сейчас вакцина проходит клинические исследования.



Читайте на сайте «Рак у молодых все чаще: кто в группе риска, как защититься»





5 простых шагов, чтобы сберечь сердце

Заболевания сердечно-сосудистой системы остаются на первых местах среди причин смерти россиян. Именно поэтому борьба с сердечно-сосудистыми заболеваниями - приоритет нацпроекта «Здравоохранение». «Комсомолка» разобралась, что можно уже сейчас сделать для себя, чтобы сохранить свое здоровье и здоровье близких людей.

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ
НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

Один из тревожных итогов пандемии коронавируса в мире - рост смертности от заболеваний системы кровообращения. Речь идет об ишемической болезни сердца, инфарктах и инсультах. Спасением для нас остается профилактика этих заболеваний. Но для того чтобы разобраться с проблемой, необходимо, как говорят, знать врага в лицо. И разбираться, что такое «золотые стандарты» в лечении.

1 «ЗОЛОТОЙ СТАНДАРТ» ПРИ ИНФАРКТЕ

Основная причина инфаркта - закупорка артерии сердца тромбом. Соответственно основа тактики лечения - раннее и эффективное восстановление проходимости артерии сердца. Сейчас «золотым стандартом» восстановления кровотока является чрескожное коронарное вмешательство с установкой в артерию стента. Вместе с тем не утратило актуальности и лекарственное растворение тромба.

Сейчас по всей стране благодаря реализации нацпроекта «Здравоохранение» созданы сети сосудистых центров для лечения острых сосудистых катастроф, в том числе инфаркта миокарда. Благодаря ей значительно увеличилась доля пациентов, которым удается в ранние сроки восстановить кровотоки, - сегодня их уже более 70%.

Причем стенты производим наши, отечественные, с лекарственным покрытием для лечения ишемической болезни сердца. Еще одним достижением стало создание отечественных протезов аортального клапана для транскатетерной имплантации. В НМИЦК имени академика Чазова разработан новый антиаритмический лекарственный препарат, сравнимый по эффективности с электрической кардиоверсией. Он уже успешно применяется в условиях стационаров.

2 ПОМНИТЬ О ТРЕВОЖНЫХ СИМПТОМАХ

Нередко проблемой является позднее обращение за медицинской помощью - отчасти из-за незнания симптомов, отчасти из-за самонадеянности. А ведь это существенно повышает вероятность того, что человек впоследствии станет инвалидом или погибнет.

О серьезной кардиологической проблеме могут сообщать такие симптомы: боль в грудной клетке, появление или нарастание одышки, учащение сердцебиения, ощущение перебоев в работе сердца, выраженная слабость, отеки, нестабильность артериального давления, потеря сознания. При наличии каждого из них необходимо без задержки обратиться к врачу. Даже

если боль и дискомфорт в грудной клетке кажутся вам нехарактерными для сердечного приступа, все равно следует связаться с врачом, чтобы он убедился в отсутствии у вас сердечно-сосудистой патологии.

Самое опасное время для сердца - 4 - 6 часов утра. Если в это время вы или ваши близкие почувствовали себя плохо, то не теряйте драгоценное время и вызывайте скорую.

Инфаркт может случиться при непосильных физических нагрузках и эмоциональных стрессах. Похмельный синдром - тоже большой соратник инфаркта.

3 ЗНАТЬ ФАКТОРЫ РИСКА. ИХ НЕСКОЛЬКО.

• **Наследственность.** Если у кого-то в семье были сердечно-сосудистые заболевания, это сигнал для того, чтобы контролировать свой сердечно-сосудистый риск.

• **Пол.** Мужчины подвержены инфарктам больше, чем женщины. У них, в силу разных причин, в том числе более рискованного образа жизни, чаще развивается атеросклероз, что и приводит к сердечным приступам.

• **Возраст.** Чем старше человек, тем больше накапливается у него сосудистых изменений. Со временем сосуды из эластичных, растягивающихся, податливых, способных компенсировать изменение давления, превращаются в жесткие, «костяные трубки», которые уже неспособны должным образом реагировать на происходящие в организме человека изменения. Женщины приближаются по этим показателям к мужчинам с наступлением менопаузы, когда гормоны перестают защищать сосуды.

Перечисленные выше факторы мы не можем контролировать. Но есть то, на что мы можем влиять!

✓ Следить за уровнем холестерина. Он нам необходим для синтеза многих веществ и построения клеток. Но когда его много, происходит развитие атеросклероза, что, в свою очередь, приводит к закупориванию сосудов. Отсюда - инфаркты и инсульты.

✓ Измерять давление. Если оно выше 140/90 - это весомый повод обратиться к врачу и начать принимать лекарства.

✓ Отказаться от курения. Здесь врачи категоричны

- бросать раз и навсегда. Даже несколько месяцев свободной от дыма жизни способны из «предынфарктника» сделать вполне здорового гражданина.

✓ Вести здоровый образ жизни. Питание и физическая активность оказывают ключевое влияние на риск развития сердечно-сосудистых заболеваний.

4 ПОВЫШАТЬ СВОЮ МЕДИЦИНСКУЮ ГРАМОТНОСТЬ

Нужно начать заботиться о собственном здоровье и о своих близких задолго до появления тревожных симптомов. Здоровый об-

раз жизни поможет избежать очень многих проблем с самочувствием. Но обязательно стоит расширять свои знания об опасных заболеваниях. Для этого государство проводит различные просветительские мероприятия.

Всероссийская акция «Оберегая сердце» при поддержке Минздрава России, ВОД «Волонтеры-медики» и АНО «Национальные приоритеты» проходит в этом году в пятый раз. Волонтеры-медики в регионах проводят мероприятия, которые призваны повысить грамотность населения в вопросах сохранения здоровья и снижения рисков сердечно-сосудистых заболеваний. В этом году особенностью акций станет организация выездных центров здоровья. Участников ждет экспресс-обследование организма.

Партнер акции кардиопортфель АО «Нижфарм» поддерживает социально значимый проект с целью напомнить о важности профилактики сердечно-сосудистых заболеваний и своевременного обращения к специалистам!

5 НЕ ЗАБЫВАТЬ ОБ ОПАСНОСТИ ИНСУЛЬТА

Инсульт, или острое нарушение мозгового кровообращения, опасен своими серьезными осложнениями. Промедление с обращением к врачу грозит человеку утратой жизненно важных функций, а зачастую приводит к летальному исходу.

По статистике, 15 млн человек в мире каждый год сталкиваются с инсультом и более 6 млн умирают в результате этого заболевания. Кроме того, эта болезнь является основной причиной инвалидности. У неврологов есть правило «золотого часа» - это 4,5 часа от начала развития заболевания, когда пострадавшего нужно доставить в отделение, чтобы ввести лекарства и восстановить кровотоки в сосудах головного мозга.

Что касается профилактики. Рекомендуется своевременно проходить диспансеризацию, включающую лабораторные исследования. Узнайте, когда вам необходимо пройти диспансеризацию на оберегаясердца.рф.

Определить повышенные риски сосудистых заболеваний, в частности инсульта, помогают и инструментальные методики: УЗИ брахиоцефальных артерий, ЭКГ и Эхо сердца.

И помните: наше здоровье во многом зависит только от нас самих.



Shutterstock



Узнайте, когда вам необходимо пройти диспансеризацию на оберегаясердца.рф.

Марина КОЧНЕВА

На Алтае завершилась экспедиция по очистке скал от надписей у Телецкого озера.

На Алтае завершилась полномасштабная экспедиция проекта по очистке скал у Телецкого озера. Изрисованным камням и скалам между селами Кебезень и Артыбаш волонтеры вернули первоначальный вид. О том, как проходила экспедиция «Чистый Алтай» и какие наскальные ляпы оставляют разухабистые гости в Горном Алтае, «Комсомолке» рассказала руководитель проекта Инна Муклаева.

ВОЛОНТЕРЫ - ОГОНЬ!

- Волонтеры были крутые, просто огонь, - восхищается командой Инна. - Все влюбленные в Горный Алтай, готовые к довольно тяжелой и некомфортной работе в непростых условиях, в пыли, с тяжелым оборудованием. Надписи стирались с помощью пескоструйных машин, которые приходилось перетаскивать по скалам, при этом шланги частенько забивались, приходилось постоянно делать их экспресс-ремонт.

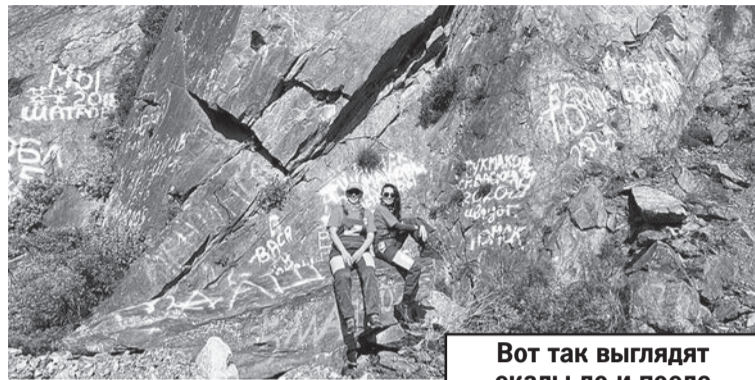
Команда волонтеров работала у Телецкого с 10 утра до 8 вечера в течение семи дней. В общей сложности ребята очистили около 500 квадратных метров придорожных камней и скал.

ОТ ЛЮБВИ – ДО РУГАТЕЛЬСТВ

Надписи на скалах, по словам Инны Муклаевой, условно можно подразделить на четыре группы. Первая и самая большая - это города, имена и фамилии. На втором месте - любовные истории «Ваня любит Раю», плюсики, сердечки. На третьем - названия экспедиций и на четвертом - ругательства и оскорбления.

Среди городов, написанных на скалах у Телецкого, как, впрочем, и в дру-

«Простите, были нетрезвыми, куражились...»



Вот так выглядят скалы до и после очистки от надписей.



КСТАТИ

Акция по очистке скал вызвала благодарный отклик жителей Горного Алтая. Были душевные моменты, когда люди благодарили волонтеров со слезами.

- Я сама родилась на Алтае, у нас каждая скала, ледник, ущелье имеют смысл, - говорит Инна. - Мы на генетическом уровне чувствуем, где можем взять силы, а где потерять. Перед каждой экспедицией я обращаюсь к духам места: «Дайте силы, энергию, защитите, а после того, как возвращаем этому месту первоначальность, чувствую их благодарный отклик».

гих местах Чуйского тракта, лидировал Омск (возможно, потому что из этого города было много строительных бригад в свое время). Также волонтерам встретилось много камней с желтой надписью «Сургут- 2023».

были Александр и Серж». Мужчина, взявший трубку, оказался Александром, сказал, что был с другом на Алтае десять лет назад.

- Через пару дней он прислал мне покаянное сообщение, - вспоминает Инна. - Писал, что были с другом нетрезвы, куражились, что Сержа уже нет в живых, к сожалению... Что у него самого растет дочка, и он воспитывает в ней уважение к экологии, они часто вместе собирают мусор... Для меня и моей команды было очень важно, что мужчина раскаялся, написал, что совершил ошибку.

РАРИТЕТНЫЕ АВТОГРАФЫ

Единственные надписи, которые волонтеры не трогают, - это подписи воинов, возвращавшихся в 1945 году с Великой Отечественной войны.

- Это святое, - говорит Инна. - На Красных Воротах в Улагане, к примеру, есть подпись, сделанная в мае 1945 года: «Возвращаюсь на Родину. С. Д. Куюков». Дети ветерана ежегодно ездят, обновляют эту надпись белой краской, а мы о ней рассказываем.

ЗВОНОК ИЗ ПРОШЛОГО

- Рядом с именами на скалах иногда встречаются номера телефонов, - рассказывает Инна.

Однажды волонтеры позвонили по одному, расположенному под надписью «Здесь

ПРОДОЛЖАЕМ ТЕМУ

На Алтае похоронили мать и убитых ею детей



Женщине был 31 год, ее старшему сынишке (на фото) - три года, младшему - 8 месяцев.

Анна УСИК

Погибших похоронили в родном селе женщины.

Женщину, убившую своих детей и покончившую с собой в Барнауле, похоронили в родном селе. Как стало известно «Комсомолке», могилы ее ребятишек находятся рядом.

Напомним, жуткая история произошла в Барнауле 15 сентября. 31-летняя женщина покончила с собой, пред этим убив своих маленьких детей. По одной из версий, 8-месячного малыша и мальчика трех лет она отравила. После этого пошла в соседнюю многоэтажку и покончила с собой.

ЧТО СТАЛО ПРИЧИНОЙ ТРАГЕДИИ?

До декрета женщина работала педиатром. В предсмертной записке она обвинила во всем мужа. Кстати, на момент трагедии он находился на заработках на Севере, откуда и вернулся на похороны. Также, по данным нашего источника, мать упомянула в записке о больших финансовых трудностях из-за долгов по кредитам, которые якобы набрал муж.

После трагедии СУ СК РФ по Алтайскому краю опубликовало видео с места преступления - квартиры, где проживала семья. На кадрах детская комната, игрушки, книжки, и, глядя на них, не скажешь, что семья бедствовала, но дальняя родственница женщины заявила в социальных сетях, что супруг погибшей якобы страдал пристрастием к играм.

В разговорах с друзьями жаловалась, что ее муж - абьюзер: беспочвенно ревнует и даже одно время не позволял вести соцсети. По рассказам приятельниц, женщина даже стала задумываться о разводе, но никто ее в этом решении не поддержал.

- Многие пытались отговорить Ирину от развода, но она настаивала на своем решении и не хотела даже слышать о том, чтобы сохранить брак. При этом она строила планы, грандиозные планы. Говорила, что хочет поднять детей, а мужчина ей не нужен. Она хотела новую квартиру, чистую, в новом доме, хотела начать новую жизнь, - говорит знакомая погибшей.

Точные причины случившегося будет устанавливать следствие.

ПОСЛЕРОДОВАЯ ДЕПРЕССИЯ?

Тем временем алтайские психологи считают, что глубинной причиной случившейся трагедии могла стать послеродовая депрессия, которую женщина скрывала от окружающих.

По словам психолога Алтайского кризисного центра для женщин Марии Никулиной, есть несколько причин послеродовой депрессии. Первая - негативная оценка со стороны окружающих. Например, родственники, подруги могут указывать молодой маме на какие-то огрехи. Вторая причина - женщина может не чувствовать радости от рождения ребенка, не ощущать эйфорию, которую ожидала до появления малыша на свет.

- Начинается самобичевание, мысли, что что-то не так. В этом случае важно отметить, что все мы разные, у нас разные чувства. Материнство не стоит идеализировать. Сейчас такой мир, что все демонстрируют красивую картинку, но все-таки реальность может быть от нее далека. Все мы сталкиваемся с грустью, с бессилием, все не может быть на 100% хорошо, - говорит психолог.

Третья причина - это биохимические процессы мозга, изменение гормонального фона. Важно знать и понимать, что это физиологический процесс, тесно связанный с материнством.

НЕ КРИТИКУЙТЕ, А ПОМОГАЙТЕ

По мнению специалиста, поддерживающее, а не критикующее окружение играет огромную роль в профилактике возникновения послеродовой депрессии. Молодая мама не должна сталкиваться с критикой.

- Кроме этого, молодая мама не должна забывать о своих потребностях. Это как в самолете - наденьте кислородную маску сначала на себя, потом на детей. В жизни должно присутствовать что-то, что отвлекает. Это может быть творчество, занятие спортом, уходовые процедуры, встречи с друзьями и другое, - советует психолог.

Если вдруг вы заподозрили, что у вас или вашего близкого человека послеродовая депрессия, обращайтесь на кризисную линию для женщин по телефону 8-800-211-47-17 (работает с 9.00 до 17.30).

СПРАВКА «КП»

Проект «Чистый Алтай» стартовал в 2019 году и посвящен очистке скал самых популярных и живописных мест Республики Алтай.

- В этом году проект реализуется благодаря поддержке партнеров и грантовой поддержке Ассоциации Волонтерских Центров, которую мы получили, победив в международной премии #мывместе22, - рассказывает Инна Муклаева. - В мае полностью очистили перевал Чике-Таман, сейчас - живописный участок перед Телецким озером.



Денис КОРСАКОВ

Он самый популярный испанский певец в мире. Хочется написать, что 80-летие Хулио Иглесиас встретил в статусе живой легенды, но в нем он уже встречал и 70-летие, и 60-летие, и 50-летие (артист родился 23 сентября 1943 года). Лауреат «Грэмми», обладатель именной звезды на голливудской Аллее славы, самый популярный некий тайский артист в Китае (это официальное звание, присвоенное ему 10 лет назад), самый популярный в мире исполнитель латинского происхождения, человек, продавший самое большое количество дисков на самом большом количестве языков (а именно четырнадцати - это все тоже официальные звания; вообще дисков продано то ли 250, то ли 300 млн), лауреат французского ордена Почетного легиона и испанской Золотой медали за заслуги в изящных искусствах... Куда ни плюнь - а Хулио Иглесиас добился всего, чего мог в XX веке добиться европейский певец.

Хулио ИГЛЕСИАС:

Правда ли, что у меня было 3000 женщин? Да это данные только до 1976 года!

Легендарный певец отмечает 80-летие.



Michelly Reilly/WireImage/Getty Images

сентября в Майами официально отмечается как День Хулио Иглесиаса; кстати, в Майами он жил на протяжении многих лет).

ЛЮБВЕОБИЛЕН И МНОГОДЕТЕН

Что касается личной жизни, часто пишут о том, что у Иглесиаса было более 3000 женщин. Сам он пошутил, что это «данные только до 1976 года». (Тут трудно не вспомнить другого сердцееда, голливудского актера Уоррена Битти: когда его спросили, правда ли, что у него было 13 000 партнерш, он ответил: «Да, это был напряженный месяц!») Впрочем, однажды Иглесиас ответил на этот вопрос серьезно: «Это правда, что я старался жить на полную катушку, но 3000 женщин... Впрочем, когда этот слух начал распространяться, я сказал своему менеджеру: «Даже не думай это отрицать!»

С годами Хулио - как хорошее испанское вино... Ну как такого не любить - да, девочки?

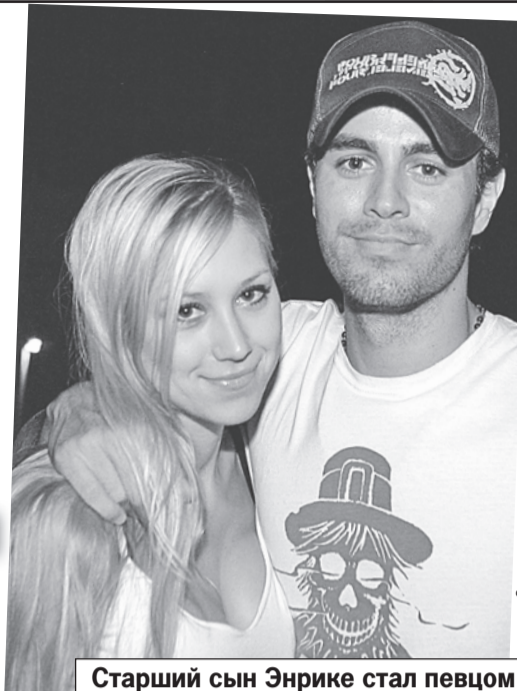
Так или иначе, в 1971-м Иглесиас женился на **Исабель Прейслер** - испанке, родившейся в Маниле и в 16 лет переехавшей в Мадрид. Она пробовала себя в журналистике, и Хулио стал первым человеком, у которого она брала интервью. (Согласно другой версии, они повстречались на вечеринке - Хулио был сражен красотой девушки, спросил у хозяев, как ее зовут и пошел знакомиться, несмотря на то, что на тот момент у него была подруга в Лондоне.) Он

позвал Исабель на концерт певца Хуана Пардо, она согласилась... Вскоре Иглесиас признался своему другу и менеджеру, что Исабель - женщина его жизни. («Я уже знаю нескольких женщин твоей жизни», - ответил тот.) А потом Исабель забеременела. Будучи глубоко верующей, не стала делать аборт, и через семь месяцев после знакомства они с Хулио отправились в церковь, причем невеста во время таинства венчания рыдала.

В этом браке появились на свет три ребенка, - в том числе всем ныне известный певец **Энрике Иглесиас**. В 1979-м Хулио и Исабель развелись, потому что ей надоело, что каждый раз, когда она разыскивает мужа и звонит ему, отвечает женский голос. А в 1982-м Исабель отправила всех детей в Майами, чтобы жили там с отцом (а то в Испании их грозились похитить ради выкупа).

Еще больше детей у Хулио родилось от второй жены, голландской модели **Миранды Рейнсбургер**, которая моложе его на 22 года, - пятеро! И все они появились на свет в неофициальном браке, который длился долгие годы; лишь в 2010-м Иглесиас и Миранда оформили отношения.

Был скандал с еще одним, девятым ребенком. Португальская танцовщица **Мария Эдите Сантос** в 1992 году объявила, что ее 17-летний сын **Хавьер Санчес** рожден от Иглесиаса, - он якобы результат короткого романа, который имел место в 1975 году. На протяжении многих лет Сантос и Санчес добивались того, чтобы Хулио признал ребенка. Он же яростно отрицал отцовство и отказывался сдавать тест ДНК, хотя дело уже дошло до суда. В конце концов начался суший фарс: истцы добыли ДНК из бутылки с водой, которую оставил на пляже сын Иглесиаса, Хулио-младший: получалось, что они единокровные братья! Судья отказался принимать такое доказательство, но постановил, что Хавьер - сын Иглесиаса, потому что они «очень похожи». Вконец рассвирепевший Хулио подал апелляцию, и Верховный суд Испании постановил, что они с Санчесом в родстве не состоят...



Getty Images

Старший сын Энрике стал певцом и почти так же популярен, как папа. И женат, напомним, на звезде большого тенниса россиянке **Анне Курниковой**.

А МОГ ОСТАТЬСЯ ФУТБОЛИСТОМ

Подумать только - изначально становиться певцом он и не собирался. В юности играл в футбол и изучал юриспруденцию. И с футболом все было даже серьезнее, чем с учебой: он стал вратарем клуба «Реал Мадрид Кастилья» (резервной команды «Реал Мадрида»). Но все мечты рухнули, когда ему было 20: он попал в серьезную автокатастрофу и не мог ходить в течение двух лет. Именно в больнице он впервые взял в руки гитару, чтобы восстановить подвижность кистей. И именно там осознал, что его настоящее призвание - музыка...

Но и тут он не сразу начал петь. Для начала просто сочинял мелодии и однажды пришел в звукозаписывающую компанию с нотами. Рассчитывал, что песню споет кто-то, с кем у компании уже был заключен контракт. Что-то напел под гитару, и его спросили: «А почему бы вам самому это не исполнить?» «Да я не певец», - начал оправдываться Хулио. Но его взяли в оборот и отправили на музыкальный конкурс в Бенидорм, который он, к собственному изумлению, выиграл. Вскоре вышла пластинка с нехитрым названием «Я пою». Она оказалась сверхуспешной, и в 1970-м Хулио представ-

лял Испанию на «Евровидении» (занял 4-е место).

Тут-то и пригодился его талант полиглота: он начал записываться на французском, английском, итальянском, немецком, португальском... (Впоследствии научился петь еще на индонезийском, японском и русском.) И в каждой из соответствующих стран его встречали как родного: миллионы пластинок продавались и в Великобритании, и в Германии, и во Франции. Он пользовался огромной популярностью и в США (достаточно сказать, что 8



Getty Images

С главной спортивной игрой на свете у него не сложилось. «И слава богу!» - должно быть, думает сейчас Иглесиас.

5 его песен

- **Quiereme** («Люби меня»)
- **C'est Ma Vie** («Это моя жизнь»)
- **Que C'est Triste Venise** («Как грустна Венеция»)
- **Hey!** («Привет!»)
- **Nostalgie/Nathalie** («Ностальгия»/«Натали»)



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



Соцсети

Нынешняя жена Миранда Рейнсбургер родила ему пятерых. А всего у него восемь детей. Ну, примерно!

Выбираем актуальные наряды со стилистом Анваром Очиловым.

Осень... Нарядиться просим!

Инна ФЕДОТОВА



Юлианна Караулова

Певица и телеведущая не расстанется с любимыми брючными костюмами. Семь главных цветов сезона - все оттенки красного, фуксии, коричневого, молочно-белого, серого, зеленого, черного. По особым случаям можно позволить себе серебристые и золотистые тона или яркий металлик.

Крой расслабленный: после пандемии даже офисные костюмы стали шить так, чтобы в них было комфортно двигаться. Хотя стилисты рекомендуют обратить внимание и на приталенные модели.

Ляйсан Утяшева

Супруга **Павла Воли** демонстрирует два тренда - платье красного оттенка с открытыми плечами и крупные ремни в качестве декора.



Топ-5 сезонных идей от Анвара Очилова

- Многослойность. «Голые» или полупрозрачные платья. Плиссировка. Струящиеся линии, широкие брюки. Так как в моде женственность, пришла пора возвращаться и к приталенным силуэтам.

- Крупные украшения: цепи, ремни, платки - на теле, на одежде. Если юбка на низкой посадке, то на бедрах - цепочка.

- Добавляем настроения яркими оттенками одежды, яркими принтами.

- Накладные могут быть и карманы, и рукава.

- Металлические брюки, позолоченные юбки и жакеты: блесим как можем!

Алсу

Блестящий комбинезон реабилитирует пайетки - они по-прежнему актуальны. Вещи «с искрой» в гардеробе не первый сезон, но в новых вариациях. Оверсайз вытесняется приталенным женственным силуэтом.

Клава Кока

Деним занимает много места в осеннем гардеробе. Можно стилизовать разную по оттенкам джинсу в одном комплекте одежды. По заграничным подиумам недавно ходили в потертой джинсовке с эффектом грязи.

У певицы еще и сапожки - огонь: на платформе, в стиле кукол Братц.



Полина Гагарина и Ксения Собчак

Девушки напоминают, что кожаные вещи - это топчик. Это могут быть косуха и брюки, как у Полины, или пиджак с юбкой с накладными карманами, как у Ксении.



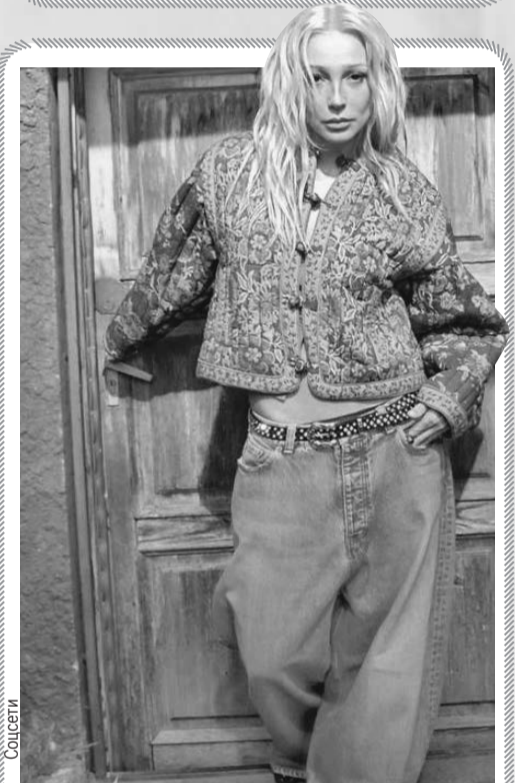
Ирина Шейк

Отличные сапоги, надо брать! У звезды очень актуальная модель. Модная обувь на осень-2023 - это высокие сапоги из кожи и замши (ботфорты вернулись), любая обувь с квадратным мыском, грубые ботинки на тракторной подошве, ботильоны и ботинки на платформе, креативные каблуки - «ножка бокала», трапеция или скошенный каблук, сапоги-трубы с широким голенищем или облегающие сапоги-чулки до колен.



Глюк'оза

Массивные плечи снова в фаворе - как 30 лет назад. Длинный плащ, лаковая кожа, широкая линия плеч - по этим приметам этой осенью легко узнать модницу. Похожие плащи мы носили в конце прошлого века - силуэт напоминает перевернутый треугольник.



Анастасия Ивлеева

Схуднувшая интернет-звезда обожает такие джинсы. Низкая посадка юбок и брюк - тренд из нулевых. Верх при этом должен быть женственным и лаконичным.



Окончание.
Начало < стр. 1.

РОКОВОЙ ПОХОД В БАНЮ

Долгое время оставалось неизвестным, как же так случилось, что фигурист заболел. Под подозрением были прокаты в ледовом шоу на морозе. Но все оказалось немного иначе. Сначала заболела его жена Оксана Домнина, потом он сам подхватил где-то вирус, но не придал этому значения.

В первые дни января 2023 года, после того как закончились все новогодние шоу, Костомаров решил с друзьями пойти в баню. И это был первый шаг к пропасти.

- Думаю, ну вот в баню схожу - и все пройдет. Я сто раз ходил в баню. Я попарился - залез в прорубь. Поехал домой, вызвал такси. Вполне вероятно, что последний нырок в купель уже совсем ослабил мой иммунитет, - признается Костомаров.

Итогом всех страданий Костомарова стал вызов скорой. Следующие две недели Роман просто не помнит, а для жены это был кошмар.

- Потом я узнала, что Роман в очень тяжелом состоянии. Он на ИВЛ, планируют ЭКМО поставить, потому что он вот на грани вообще. Пневмония с поражением 90% легких, - говорит Домнина.

СНЫ С КАДЫРОВЫМ

Долгое время Костомаров находился между жизнью и смертью. Врачи просто белели, глядя на анализы фигуриста. Он был в бреду, ему снились странные сны, и картинки превращались в страшное видео.

- Бусечка, у меня там в телефоне есть фото и видео, ужасное, посмотри. Она смотрит на меня, там нет никакого видео. Я говорю - да как нет? Я пытаюсь доказать, что есть это вот видео. Я был близок конкретно к смерти. Но я потом оттуда вылез, - говорит Костомаров.

Сюжеты снов были неожиданными. Пару раз Костомарову так и вовсе снилось, что его награждает **Рамзан Кадыров** знаком Героя России.

АМПУТАЦИИ

Но, когда к нему пришли доктора со страшными известиями о том, что придется ампутировать ногу, фигурист старался быть стойким:

- Даже притом что я был под всеми этими лекарствами, хоть я видел и слышал, я заплакал... Я понимал, что другого выхода нет. И ска-



Все новости спорта -
на KP.RU/SPORTS



Самолечение, крики боли и спасительная любовь



Ведущая программы «Секрет на миллион» Лера Кудрявцева (справа) рассказала, что, откровенно отвечая на вопросы, Костомаров заработал 1,2 миллиона рублей. Слева на фото - его жена Оксана Домнина.

НОВАЯ ЖИЗНЬ

Протез за 2 миллиона рублей

Прямо в студии программы Костомаров впервые публично показал протез на руку, который ему предстоит еще разносить, натренировать. Семье пришлось брать кредиты, поскольку такой протез стоит 2 миллиона рублей.

- Что касается протезирования, то это все равно очень долго ждать. На данном этапе мы оформили кредит, чтобы как можно быстрее приобрести протезы. Дальше через какое-то время идет компенсация, - говорит Оксана Домнина.

Костомаров мужественно и вполне спокойно рассказывает детали своих операций.

- Делается операция, чтобы закрыть рану кожей, чтобы потом ты мог пользоваться протезами. Нужно привыкнуть, ощущения как будто ходишь на ходулях. Мог бы быть метра два ростом. Первое время - очень больно, у тебя атрофировались мышцы, ты лежал. Я когда начал ходить, то болели связки на коленях. Позанимался 15 - 20 минут. Были мозоли. Я ходил, не буду же лежать.

Как признался спортсмен, вплоть до года у него будут боли в ногах, дальше вопрос тренировок. Он мечтает вновь выйти на лед в новом для себя качестве, в перспективе сможет даже бегать легкой трусцой. Но предстоит еще сделать операции.

зал: «Раз операция - значит операция».

Тот факт, что Костомаров остался жив, поражает многих докторов - 9 из 10 людей при таком диагнозе не выживают. **Руководитель центра анестезиологии-реаниматологии больницы в Коммунарке Дмитрий Костин** сказал, что с каждым днем состояние Костомарова ухудшалось.

- У Романа была пневмония, которая привела к развитию септического шока. А это самое тяжелое. Это когда отказывают органы. Организм так реагирует на тяжелую инфекцию. У Ромы был обычный грипп, ходил на работу, занялся самолечением. И это все привело к тому, что организм не справился с инфекцией, - сказал доктор.

Врачи понимали, что есть серьезная проблема с конечностями.

- В какой-то день мы потеряли их, бороться было бессмысленно. И напрямую сказали Роману. Нам важно, чтобы он нам верил, - заявил Костин.

Костомаров признался: оперировавший его хирург сказал, что в его практике это первый случай, когда пациент выжил после таких операций.

СЛЕЗЫ МАТЕРИ

Мать фигуриста Валентина Николаевна с первых же дней болезни сына была сама не своя. Она старалась при нем не плакать.

- Как держалась? Так и держалась. Не могла плакать при нем. Но дома плакала. Уже понимала, что дела плохи. 11-го числа я позвонила заведующему медчастью «Коммунарки». Он сказал: «Мы остановили его на миллиметр. Но вниз он падал километры!» Для меня это был как глоток свежего воздуха.

Сначала к Костомарову в больницу ездила только жена Оксана. Но в итоге мама тоже приехала навестить сына.

- Когда приехала и первый раз его увидела, меня тряснуло. Принесли водички, я не могла плакать. Если он откроет глаза и увидит - мать

ревет. Ком в горле, но я держалась!

КОШМАР НАЯВУ

Оксана Домнина рассказала, что с трудом верила в то, что происходило с мужем. И она держалась... А Костомарова стала съедать чернота, пошел некроз.

- Помню, одна из медсестер говорит, как будто бы наплывом все по телу черное пошло поражаться. Пряма на глазах. Сутки-двое просто как смола тебя начинает съедать. Она говорит, что через день это начало отходить... Оксане обо всем сказали на четвертый день, - вспоминает Роман.

Многие вещи были кошмаром наяву. К рукам Романа Костомарова просто перестала доходить кровь. И это было страшно.

- Помню момент, ручку его трогаю. И понимаю, что, ну мне кажется, пальчиков уже нет. Доктору звоню, говорю - что-то уже сделали? Мне сказали - они просто высохли и изогнулись! Я увидела черные высохшие пальцы. Угли, высохшие косточки. Это невозможно представить! Она не синяя. Просто черного цвета.

ИНСУЛЬТ

После пережитого сепсиса у Костомарова начались осложнения. Доктора предупредили - вплоть до года может случиться все что угодно. И в один из дней Оксана заметила странность в поведении Романа.

- Врачи все наблюдали. Но потом пошли судороги на животе. Один глаз стал больше закрываться, чем второй. Врачи увидели сразу - микроинсульт, - говорит Оксана.

Фигуриста на пять дней ввели в медикаментозную кому. Это помогло просто выключить его организм. Выходить из этого «сна» пришлось две недели.

- Когда отключили, первые несколько дней он вообще не просыпался. Вот это ну прям. А я там рыдала, ревела, не понимаю, чем закончится. Никто из врачей не мог сказать о последствиях, - признается Домнина.

Подготовил
Евгений НЕСЫН.

«Комсомолка» рекомендует:

Да, диабет

Как жить долго и счастливо с диагнозом

Книга Ольги Павловой, практикующего врача-эндокринолога, станет настольной для каждого пациента с диагнозом «сахарный диабет». Вы узнаете о современных методах лечения, эффективных диетах и подборе физических нагрузок. Бытовые понятные примеры, самые острые вопросы пациентов и их самые частые ошибки и заблуждения - благодаря грамотным советам профессионала вы сможете привести сахар в норму, ведь диабет в любом возрасте - это не приговор!

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

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

Реклама, 16+



МИСС КУПАЛЬНИК «КП»



Алиса ЧЕРНЫХ, Пермь:

- Я студентка, увлекаюсь рисованием и видеोगрами. Мечтаю стать прекрасным тату-мастером.



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Несмотря на то что черно-белый - классическое сочетание, черный купальник на фарфоровой коже - не лучший выбор, так как акцент смещается именно на контраст и кожа кажется еще светлее. Сама модель купальника Алисе очень идет.

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

У нас проблемы не решают, а придумывают новые, которые затмят предыдущие...

* * *

- Алло, милый, а ты где?
- Я задерживаюсь.
- Задерживаешься? Почему?
- По подозрению в ограблении.

* * *

А ведь можно зайти в пиццерию, заказать там себе доставку пиццы и бесплатно уехать с доставщиком к себе домой, ведь вам по пути.

* * *

- Наконец-то встретил девушку своей мечты!
- И что, как?!
- Что, что... Хреновое у меня воображение оказалось...

* * *

Принц поцеловал и разбудил принцессу, та вырубил его и переставила еще на 5 минут.

* * *

День рождения.
- Сема, я желаю тебе много денег, много нужных связей и уважения.
- Да у меня это все и так есть.

- Ну тогда дай тебе бог провести остаток дней на воле...

* * *

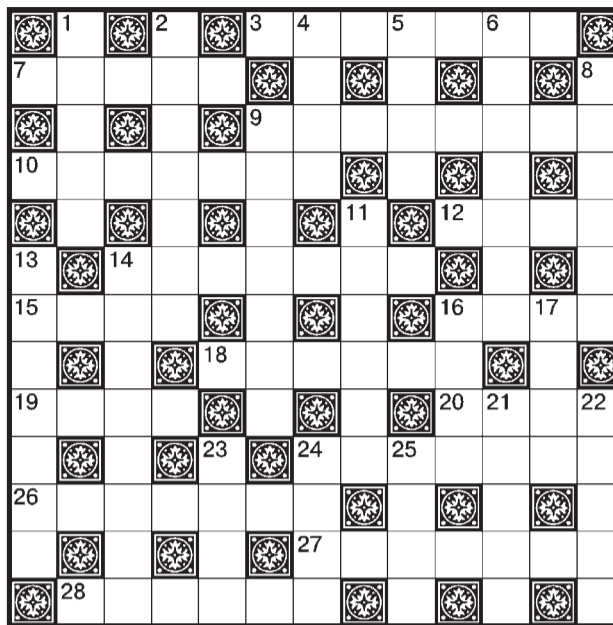
- Простите, что так поздно звоню...
- А вы не поздно, вы вообще зря.

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3.

Системный кризис. **7.** Что разбирают на листы для голубцов? **9.** Устройство на «электронных чернилах». **10.** Кто консультирует всех желающих избежать наказания в суде? **12.** Библейский пророк, чья книга в масонских ритуалах играет особую роль. **14.** Любовная причина потери рассудка. **15.** Фетида для Ахиллеса. **16.** Обувная ткань. **18.** Калифорнийское поместье Боба Дилана. **19.** Триллер «Дикая...» с Мерил Стрип в главной роли. **20.** Беда для сбыта. **24.** Лирическая комедия «... Димы Горина» **26.** Повод для застолья в гайдаевской комедии «Не может быть!». **27.** Под каким псевдонимом публикует детективы Татьяна Поличенко? **28.** Кто из российских писателей снялся в роли

гитариста из мелодрамы «Улица Ньютона, дом 1»?

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Что может зарядить на много дней? **2.** Прием интригана. **4.** С горя прыгают в ... с головой. **5.** На чем играет сиракузский мальчик из мультфильма «Коля, Оля и Архимед»? **6.** Основной процесс в тетрисе. **8.** Орешки на пластмассу. **9.** Варьете посреди ярмарочной площади. **11.** Гунн с мировым именем. **13.** Шутник с эстрады. **14.** Музыкальная «дробь». **16.** «Пляшет перед взором буйственная...». **17.** Связи с общественностью. **21.** Сахарный. **22.** Мать Персея. **23.** Что «поглощает подробности»? **24.** «Четыре пуда зерна» прежде на Руси. **25.** Какого поэта везли на казнь в одной роковой телеге с французским классиком Андре Шенье?

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. Колпачок. **7.** Кочан. **9.** Букридер. **10.** Адвокат. **12.** Енок. **14.** Стрельба. **15.** Мать. **16.** Ренс. **18.** Малибу. **19.** Река. **20.** Спид. **24.** Карфа. **26.** Дашкова. **27.** Дашкова. **28.** Коваль. **ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.** Дробь. **2.** Пако. **4.** Омут. **5.** Лира. **6.** Падение. **8.** Арахис. **9.** Балетан. **11.** Аттила. **13.** Юморист. **14.** Стаккато. **16.** Русь. **17.** Пиар. **21.** Песок. **22.** Дана. **23.** Тьма. **24.** Карп. **25.** Русе.

Прогноз погоды на завтра, 27 сентября

	Днем	Ночью	
Барнаул	+10, +14	+5, +7	<p>Давление 750 (мм рт. ст.) (норма сентября - 745)</p> <p>Относительная влажность воздуха - 51% (норма - 50)</p> <p>Ветер южный, 2,6 м/с</p> <p>Восход - 7.18 Закат - 19.13</p>
Бийск	+10, +14	+2, +4	
Алейск	+10, +14	+3, +4	
Рубцовск	+9, +16	+6, +8	
	ясно ☀️	облачно ☁️	пасмурно ☁️
	дождь 🌧️	гроза ⚡️	снег ❄️

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 **KP.RU** в разделе «Будь стильной с «КП»!»

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 Олесь Вячеславовна НОСОВА.
■ Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
■ Ведущий редактор номера А. ИВАНОВ.

■ 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. №
■ 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 - ОТВЕТЬ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 169 996 экз.

Цена договорная

© АО ИД «Комсомольская правда», 2023. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru

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



РЕГИОНАЛЬНАЯ РЕДАКЦИЯ И ИЗДАТЕЛЬ - ООО «СМГ»

Адрес редакции и издателя: Барнаул, ул. Короленко, 51
ТЕЛЕФОНЫ: Редакция - (3852) 205-547
Рекламный отдел - (3852) 205-540
Служба распространения - (3852) 205-539

ООО ИПП «Алтай», 656049, г. Барнаул, ул. Короленко, 105.
Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты. Тираж регионального выпуска - 3000 экземпляров.
Заказ № 6852. Рекомендуемая цена - 29 руб.

Генеральный директор ООО «СМГ» - А. А. АБРАМОВ
Главный редактор «КП» - Барнаул - О. С. ВЕДЕРНИКОВА
E-mail: redactkp@yandex.ru
WWW.KP.RU