

Госаппарат сокращает штат

Численность чиновников «оптимизируют» на 10%

Читайте на стр. 3 ▶



РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

Вместо вертолета прилетела ракета

Рассказываем подробности, как ВСУ пытались угнать нашу технику - 15:00 (мск) и стр. 4



radiokp.ru

100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Вторник, 12 ноября
№ 85 (27635)/2024 год

Газета нашего города ★ Кемерово

КР RU 4 286 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Какой урожай собрала Россия в 2024 году и что будет с ценами на продукты



Читайте на стр. 6 - 7 ▶



Александра - наш компас земной

Анастасия ПЛЕШАКОВА

95 лет исполнилось композитору, автору множества всенародно любимых песен.

С юбилеем Александру Николаевну поздравил **Владимир Путин**. Композитору было присвоено звание Героя Труда. Президент России записал проникновенное видео, которое показали на праздничном концерте в Большом театре. Лично поздравить именинницу приехали **Патриарх Московский и всея Руси Кирилл** и премьер-министр **Михаил Мишустин**.

Продолжение на стр. 14 ▶

Яйцо появилось раньше курицы!

Ярослав КОРОБАТОВ

Ученые все-таки нашли ответ на философский вопрос.

Знаменитый логический парадокс веками казался неразрешимым. С одной стороны, для рождения курицы нужно яйцо. С другой - для появления яйца необходима какая-никакая птица. Получается замкнутый круг. Однако ученым Женевского университета

удалось разрешить этот софизм.

Исследователи нашли ценного «свидетеля» - им оказалось одноклеточное существо вида *Chromosphaera perkinsii*, обнаруженное в 2017 году в морских отложениях на Гавайях. Его возраст датируется миллиардом лет - задолго до возникновения первых животных (они появились примерно 600 млн лет назад).

Авторы статьи, опубликованной в авторитетном журнале Nature, обнаружили,

что данный вид формировал структуры, которые поразительно похожи на эмбрионы животных. Это открытие говорит о том, что генетическая программа эмбрионального развития (в результате этого процесса яйцо - оплодотворенная яйцеклетка - развивается в эмбрион) существовала еще до появления животных. А следовательно, утверждает **Марин Оливетта**, сотрудница кафедры биохимии факультета естественных наук Женевского университета, природа обладала генетическими инструментами для «создания яиц» задолго до того, как эволюция «изобрела кур».

Помогите жертвам перестройки

Подписка на «КП» - прямо из дома

Кавказу русский

Фигуристка Аделина Сотникова отдала кодаунье 2 миллиона

СКАНИРУЙТЕ

- 1 Наведите камеру телефона или планшета на QR-код
- 2 Перейдите по ссылке на **SHOP.KP.RU**
- 3 Сделайте заказ в разделе «Подписка на издания «КП»»
- 4 Оплатите подписку удобным способом
- 5 Газета будет приходить в ваш почтовый ящик!

Дальнему Востоку пора подтягиваться

Олег АДАМОВИЧ

Владимир Путин по итогам Восточного экономического форума подписал серию поручений. Все они касаются Дальнего Востока. Здесь и льготная ипотека, культурные программы и развитие авиации. Мы выбрали для вас главное.

АВИАПЕРЕВОЗКИ

Правительство должно ускорить утверждение плана, чтобы увеличить пассажиропоток на Дальнем Востоке до 4 миллионов человек в год к 2030 году. Крайний срок - 1 декабря 2024 года.

МАЛАЯ АВИАЦИЯ

Правительство должно ускорить разработку и производство легких самолетов (например, «Байкала»), чтобы они уже в 2026 году стали поступать в авиакомпаниях. В планах - льготный лизинг для таких самолетов.

ПОДДЕРЖКА ИПОТЕКИ

Продлить действие льготной ипотеки под 2% годовых для Дальнего Востока и Арктики до 2030 года. Плюс увеличить выплаты на погашение ипотеки до миллиона для семей с тремя и более детьми, проживающих на Чукотке и в других регионах Дальнего Востока.

РАЗВИТИЕ ГОРОДОВ

Нацпроекты должны предусматривать финансирование городов на Дальнем Востоке и в Арктике. Эти проекты будут включать строительство, реконструкцию и ремонт социально важных объектов.

КУЛЬТУРНЫЕ СПЕЦИАЛИСТЫ

Запустить с 1 января 2025 года программу «Земский работник культуры». По ней будет предусмотрена выплата в два миллиона тем, кто готов переехать на Дальний Восток и работать там в сфере культуры. Также эти специалисты смогут получить льготную ипотеку.

БЫСТРАЯ ГРАНИЦА

Правительство и ФСБ должны снизить время досмотра грузовиков на пограничных пунктах Дальнего Востока. К 2026 году каждый из них должен стоять на таможне не больше 10 минут.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ КАМПУСЫ

Создать сеть современных кампусов вузов в Мурманске, Петропавловске-Камчатском, Улан-Удэ и Чите к 2036 году, а также расширить кампус Дальневосточного федерального университета.

МЕДИЦИНА

Запустить передвижной медицинский центр на базе поезда «Святой Пантелеймон», чтобы оказывать помощь в удаленных регионах Дальнего Востока.

Это нужно сделать уже в нынешнем году.

ПРОЕКТЫ С КИТАЕМ

Запустить совместно с Китаем проект по развитию Большого Уссурийского острова. В него должно войти создание транспортной и пограничной инфраструктуры. Срок - к 2025 году.

Начинайте день в правильной компании!
Утреннее шоу с Иваном Панкиным.

С понедельника по пятницу в 8 утра (мск) слушайте программу «Что будет» - честный взгляд на происходящее вокруг.



Вячеслав ПРОКОФЬЕВ/POOL/РИА Новости

В понедельник Владимир Путин принял в Кремле главу Северной Осетии Сергея Меняйло.

Речь шла о развитии региона, ключевых достижениях и планах - в первую очередь по улучшению инфраструктуры.

О чем говорил Меняйло:

- ✓ Валовой региональный продукт вырос на 18% за три года.
- ✓ Построено и реконструировано более 700 объектов.

✓ Строится вторая очередь аэропорта - скоро он будет работать круглосуточно.

✓ В республике растет самый большой яблоневый сад на юге России. Недавно началось и выращивание груш.

✓ Внедряется транспортная реформа, должен появиться собственный центр организации дорожного движения и перехватывающие парковки для грузовиков.

✓ Больше полутора миллиардов

внебюджетных рублей направлено на поддержку военнослужащих, добровольческих отрядов и мобилизованных. Для всех семей военных составлены социальные паспорта, проводится регулярное сопровождение и помощь через Фонд «Защитники Отечества».

✓ Не хватает мест в детских садах - очередей уже нет, но есть проблема переполненности. Будут строить новые и делать капремонт старых.

ОФИЦИАЛЬНО

Сергей ПЕТРОВ

Владимир Путин подписал ряд важных законов.

Один из них - о ратификации Договора о всеобъемлющем стратегическом партнерстве между Россией и Северной Кореей. Документ «отвечает интересам народов РФ и КНДР» и «вносит вклад в обеспечение мира, региональной и глобальной безопасности и стабильности».

МИГРАЦИЮ ПОСТАВЯТ ПОД КОНТРОЛЬ

Также внесены изменения в миграционное законодательство. Мигрантам нужно подтвердить владение русским языком, знание истории России и основ законодательства - чтобы получить разрешение на временное проживание, вид на жительство, разрешение на работу или патент. Прежде экзамены могли принимать сто-

Ужесточение миграционной политики и изменения в Трудовом кодексе

ронние экзаменаторы. Отныне тестирование и выдача документов - только на госучреждениях из списка правительства.

Также ужесточено наказание за организацию нелегальной миграции. Сейчас за организацию незаконного въезда и пребывания иностранцев в России можно сесть от двух до пяти лет. При отягчающих обстоятельствах - от 5 до 10 лет. А посредничество в незаконной миграции в составе организованной группы или для осуществления тяжких преступлений уже потянет на срок от 8 до 15 лет либо штраф от 3 до 5 млн рублей. А если преступник незаконно находится на территории РФ, он понесет более суровое наказание. Сайты с неза-

конными услугами по миграции блокируют.

За пособничество в нелегальной миграции, совершенное в корыстных целях, грозит конфискация денег, ценностей и другого имущества, полученных в ходе совершения преступления.

НАСТАВНИКОВ БУДУТ ПОощРЯТЬ

В Трудовом кодексе появилась новая статья «Особенности регулирования труда работников, выполняющих работу по наставничеству в сфере труда».

Наставником молодых опытный работник может стать лишь с его письменного согласия. Как долго и что конкретно наставник будет делать - это укажут в трудовом договоре.

Размеры и условия

выплат для работников госучреждений установят законами и иными нормативными актами. А выплаты - по коллективным договорам.

Работник сможет досрочно отказаться от наставничества. А работодатель - досрочно отменить такое поручение.

ИНВАЛИДЫ ПОД ЗАЩИТОЙ

Ранее за нежелание создавать рабочие места для инвалидов или за отказ в их приеме на работу боссам светило штраф от 5 до 10 тысяч рублей. Сейчас размер штрафа - от 20 до 30 тысяч рублей. Для индивидуальных предпринимателей штраф составит от 30 до 50 тысяч рублей, для юридических лиц - от 50 до 100 тысяч рублей.

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА
radiokp.ru

В контакте

Вступайте в нашу группу ВКонтате
VK.COM/KPRU

ИСТОРИЯ
Взошли на вершину или остановились на пороге мечты: судьба первых покорителей Эвереста

ЗДОРОВЬЕ
Четыре важных вещества для иммунитета в сезон простуд

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



ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

http://www.kp.ru/

Госаппарат сокращает штат

Елена ОДИНЦОВА

Численность чиновников «оптимизируют» на 10%.

КОМУ ГОТОВИТЬСЯ НА ВЫХОД

Начнем с главного: врачи, учителя и прочие бюджетники могут не волноваться. К ним все это не относится. Сокращать собрались, и уже далеко не в первый раз, именно чиновников. Причем не всяких.

Итак, в России грянет очередное сокращение госслужащих – с 1 июля 2025 года их должно стать меньше на 10%. Как следует из свежего указа президента, речь идет о госслужащих территориальных подразделений федеральных органов власти.

Почему не центральных аппаратов федеральных ведомств (которые работают в Москве)? А потому что их уже сокраща-

ли в 2020 году. Теперь вторая часть реформы, которая направлена на «оптимизацию численности» подразделений федеральных служб и ведомств, которые расположены именно на местах, то есть в регионах.

– Это прежде всего всевозможные надзорные и контролируемые структуры. Ростехнадзор, Роспотребнадзор, Россельхознадзор, Федеральная антимонопольная служба и т. п., – привел примеры в эфире Радио «Комсомольская правда» профессор Финансового университета при правительстве РФ Александр Сафонов.

Почему их сокращают? Авторы реформы рассуждают так: при нынешнем развитии цифровизации и всевозможных информа-

ционных систем число сотрудников, которые что-то проверяют и выдают разрешения, вполне можно уменьшить. Зря мы, что ли, портал госуслуг активно развивали? Вот такого рода сервисы и должны заменить часть чиновников.

Важен и такой момент: сокращается не 10% «живых людей», а именно штатных мест. Многие из этих мест и так не заняты. Поэтому часть сокращений пройдет только на бумаге: пустующие места просто уберут из штатного расписания и уже не будут на них никого нанимать.

КУДА ПОЙДУТ ДЕНЬГИ

Но раз чиновников станет меньше, то и зарплаты им платить не придется. Куда направят эти деньги?

А туда же – на увеличение зарплат оставшимся госслужащим этих самых территориальных органов.

– Они действительно получают очень мало, – поясняет Александр Сафонов. – И это проблема. Непонятно, кто согласится осуществлять государственный надзор за зарплату не выше 30 тысяч рублей, не имея в виду получить от этой должности какую-то еще выгоду (грубо говоря, брать у поднадзорных взятки. – Ред.).

Поэтому, конечно, вопрос повышения там зарплат периодически встает. И решать его у нас Минфин любит именно таким образом: давайте кого-нибудь сократим и повысим эффективность – чтоб без дополнительных затрат из федерального бюджета.



Беседуем с теми, кому есть что сказать.
Слушайте программу «Диалоги» на Радио «КП»

■ КУРЫ ГУЛЯЮТ, И МНЕ ВЕСЕЛО

Сижу за решеткой в темнице сырой вскормлённый в неволе петух молодой

В России хотели запретить «свободный выгул» домашней птицы. Разразился скандал. И вот что из этого вышло...

Алексей ОВЧИННИКОВ

«Свободу нашим курам!» – такой фермерский клич (местами щедро одобренный непечатными оборотами) прогремел минувшей весной по российским деревням, городам и соцсетям.

Дело в том, что в апреле Минсельхоз опубликовал новый проект ветеринарных правил (мы писали о нем подробно в газете и на KP.RU). Он прямо запрещал свободный выгул кур. То есть держать птиц можно только в клетках и курятниках и никуда из них не выпускать.

Проект документа содержал и другие невыполнимые условия. По сути, предъявляя к обычным сельчанам и малым формам сельхозбизнеса такие же требования, как и к большим птицеводческим комплексам. Например, обзавестись дезинфекционными ковриками, составить план противозооотических мероприятий (по борьбе с заболеваниями), а перед отправкой из хозяйства «птица должна подвергаться клиническому осмотру, который осуществляется специалистом в области ветеринарии».

«Вот задумала бабушка курочку

продать, ей что, каждый раз ветеринара из райцентра выписывать? Да курочка золотой получится! А потом что будет – за курей, гуляющих по деревне, штрафовать начнут? Это же курам на смех!» – обсуждая проект, гневались сельчане. И приходили к очевидным выводам: желающих держать кур в деревнях при таких нормах станет значительно меньше.

После громкого шума и бурления эмоций проект был доработан. Потом еще раз... В итоге из него исключили многие странные требования. Например, фермеры, как и личные подсобные хозяйства (обычные крестьяне, которые держат птицу), не будут обязаны создавать де-

зинфекционные барьеры. Которые могут стоить миллионы рублей.

Что же касается выгула птицы, то и здесь удалось добиться послаблений.

Хозяйства, в которых содержится до 100 голов, могут по-прежнему отправлять птицу на свободный выгул. В хозяйствах с численностью от 101 до 15 тысяч птиц – возможность выгула на специальной площадке.

Кроме того, свободный выгул предусмотрен для хозяйств, в которых живут до 15 тысяч водоплавающей птицы типа гусей и уток.

Предполагается, что новые правила заработают с 1 сентября 2025 года.

КОММЕНТАРИЙ ЭКСПЕРТА

«По традиции перестарались»

Олег СИРОТА,
глава ассоциации «Народный фермер»:

– Одной из причин роста цен на яйца в прошлом году стала их нехватка. Почему не хватало? Причин много, одной из них были ветеринарные риски – прошло несколько эпидемий. Ну и, как водится, на всякий случай у нас решили все запретить, чтобы искоренить все возможные и невозможные причины роста цен на яйцо. И перестарались.

В результате весной появился абсолютно адский проект ветправил. Мы в ассоциации прочитали и ужаснулись. Нам начали писать птицеводы: идите что-нибудь уже сделайте! И мы пошли. В результате нескольких месяцев упражнений, боли, фантастической кучи бумажек, обид, криков, перевернутых столов и еще одной кучи бумажек нам удалось отбиться. Тут хочется поблагодарить Минсельхоз РФ и лично министра Оксану Лут – для малых фермеров убрали все завывшие требования.

■ ВОПРОС ДНЯ



Кого бы нам еще стоило сократить, а где добавить сотрудников?

Павел МЕДВЕДЕВ, финансовый омбудсмен:

– Предпосылки к сокращению числа чиновников есть. В России чиновников стало больше, чем в СССР. А ведь полагали, что рыночная экономика переложит вопросы управления на частные структуры. У нас переизбыток образовался юристов и финансистов, но кто оценил их грамотность или неграмотность в органах управления? Сейчас нужны управленцы в регионах Дальнего Востока и Новороссии, в сфере космоса и скоростных дорог.

Алексей ЗАХАРОВ, основатель портала SuperJob:

– За 25 лет в кадровой сфере я видел кампании по сокращению чиновников, но управленческий аппарат продолжал расти. Чиновник – он реформироваться не хочет и не будет. В госструктурах есть до 10% незаполненных вакансий по штатному расписанию. И когда такая штатная численность держится много лет, то, как только их вроде бы сокращают, потом происходит пауза и... аппарат начинает расти. Знаю, что в центрах занятости было 20 тысяч чиновников, а сейчас 36 тысяч – и что, они все реально трудоустраивают безработных?

Елена ДРАПЕКО, депутат Госдумы:

– Надо направлять чиновников из Центральной России в Новороссию. Там же двойная нагрузка на местных управленцев – они переходят на российский законодательный процесс, у них изменилась налоговая нагрузка, документы в области земельной и имущественной собственности. Я обратилась к Мишустину с письмом о том, что надо профинансировать работу Росархива на новых территориях – людям там документы не оформить никак. А чиновники на новых территориях могут работать вахтовым методом.

Кирилл КАБАНОВ, глава Национального антикоррупционного центра:

– Важно усиливать среднее и нижнее звено правоохранительной системы. Надо поощрять тех, кто идет в систему профессионального образования.

Леонид ХОЛОД, бывший замминистра сельского хозяйства:

– Помню четыре кампании по сокращению госаппарата. Когда я работал в Минсельхозе, там было больше 1000 человек, а сейчас меньше тысячи. Когда в Росрыболовстве трудился, там тоже людей работало больше, чем сегодня. Куда добавить, не берусь судить. Новые направления вроде цифровизации, роботизации нуждаются в специалистах не только технических, но и управленцах.

Вадим ДЫМОВ, предприниматель:

– В нашей сфере, полагаю, нет перебора чиновников. А вот на экспорт продуктов из России можно бросить эффективных управленцев – это могло бы стать супернаправлением.

Олег СМИРНОВ, бывший замминистра гражданской авиации:

– Сначала борьба с коррупцией среди чиновников безжалостная. А среди тех, кто выжил, конкурс на освобожденные позиции.



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



Украинские спецслужбы пытались завербовать российского пилота, но получили удар по базе.

Александр БОЙКО

Военная разведка Украины уже не в первый раз ищет слабое звено в наших Воздушно-космических силах (ВКС). Они пытаются вербовать летчиков, членов их семей. Для этого в Киеве создана сеть колл-центров, которые работают по утвержденным в Главном управлении разведки (ГУР) Украины методикам.

НАПИСАЛИ В ТЕЛЕГРАМЕ

Концы, которые ведут к российским боевым машинам, агенты ГУР находят в международных социальных сетях и мессенджерах. Бывает, что звонки сначала поступают детям и женам летчиков. Их начинают запугивать, а если найдется малейший повод, то и шантажировать.

На этот раз объектом их внимания стал пилот вертолета радиоэлектронной борьбы Ми-8МТПР-1. Его рассказ опубликовали сотрудники Федеральной службы безопасности. Летчику пообещали деньги (по разным данным, от 750 тысяч до 2 млн долларов) и вид на жительство в Чехии.

«В мессенджере Телеграм ко мне обратился некий Сергей, - рассказал вертолетчик. - Как оказалось позже, он был представителем спецслужб Украины. Он предложил сотрудничество: в заданный день я должен был пересечь линию боевого соприкосновения и перегнать вертолет.

Заблаговременно я должен был отравить своих боевых товарищей - дозировку и все препараты мне скинул Сергей.

Перед перелетом моя семья,

Вместо вертолета прилетела ракета



Вертолет, который пытались угнать украинские спецслужбы, - уникальный. Он и глушит все сигналы врага, и ретранслирует нашу связь, а еще и ведет разведку.

жена с детьми, должна была переехать за границу. Далее их должны были переправить в Кишинев, а оттуда забирать бы машинами».

Воин на уговоры не поддавался.

«ИГРА» С ВРАГОМ

Так началась «оперативная игра» с противником под контролем сотрудников ФСБ. Причем операция врага наши спецслужбы использовали максимально эффективно: пока сотрудники украинской разведки «пытались завербовать» российского летчика, оперативники вместе с агентами на Украине фиксировали все контакты диверсантов, системы связи и даже выявили позиции ПВО. Ведь, по замыслу украинских спецслужб, российский вертолет должен был преодолеть их оборону совершенно свободно.

Более того, в ФСБ подчеркнули, что были вскрыты не

только позиции ПВО, но и «места дислокации подразделений ВСУ».

В назначенное время экипаж отправился на боевую задачу, после чего отключил передатчики и в усложненном месте «пересек» линию обороны ВСУ. Но на самом деле отправился на базу. А по координатам, где должна была приземлиться машина, отправились крылатые ракеты, которые вместо вертолета приземлились точно рядом с сотрудниками ГУР и другими «официальными лицами», которые готовились встречать предателей. В ФСБ это сухо описывают протокольной фразой: «...нанесено эффективное огневое поражение».

ИЩУТ НОСИТЕЛЬ ДЛЯ «ГРЯЗНОЙ БОМБЫ»

Это уже не первая попытка украинских спецслужб выманить к себе наших летчиков вместе с техникой:

✓ В октябре прошлого года они уговаривали российского пилота вывезти семью в Италию и даже рисовали в его воображении большой тенистый дом из мрамора с виноградником на берегу моря и три миллиона долларов за дальний сверхзвуковой стратегический ракетноноситель Ту-22М3.

✓ Еще один Ту-22М3 пытались угнать минувшим летом. Тогда командиру предложили катапультировать свой экипаж на сверхзвуковой скорости, что не оставило бы им шансов на выживание.

Такая тяга Киева именно к Ту-22 в том, что, по данным спецслужб, его они планируют использовать для нанесения удара по России «грязной бомбой».

ИТОГ ВСЕГДА ОДИН

Но один раз все-таки украинским спецслужбам удалось найти слабое звено в российских ВКС - пилота вертолета Ми-8АМТШ Максима Кузьмина. Осенью 2023 года он убил свой экипаж и угнал вертолет на Украину. После этого ему дали 500 тысяч долларов (вместо обещанных нескольких миллионов) и переселили в Испанию, где предателя застрелили, а его труп несколько раз переехали машиной (по официальным данным испанской полиции, он стал жертвой каких-то криминальных разборок).

КСТАТИ

Что за зверь?

Целью украинской разведки был вертолет Ми-8МТПР-1 «Рычаг». Это целый комплекс радиоэлектронной борьбы для подавления ракет класса «земля - воздух» и глушения радаров противника.

Кроме того, он создан для обеспечения групповой защиты летательных аппаратов и наземных объектов от средств нападения и ПВО противника. Он подавляет средства управления ПВО и артиллерии, системы управления оружием зенитно-ракетных, зенитно-артиллерийских комплексов и истребительной авиации. Также он может вести радиотехническую разведку.

ОФИЦИАЛЬНО «Методы прежние: подкуп, шантаж...»

ФСБ России:

«Мы продолжаем фиксировать попытки украинской разведки организовать угоны российской военной авиационной техники. Методы прежние: подкуп, шантаж, вывоз членов семьи военнослужащих за границу, когда они, по сути, станут заложниками. Чувствуя поддержку своих кураторов из Британии, украинские спецслужбы готовы идти на убийство российских граждан.

Но с учетом складывающейся на Украине ситуации, европейские спецслужбы все с меньшим желанием идут на проведение совместных операций с киевским режимом, опасаясь имиджевых потерь. В данном случае семью военнослужащего предлагалось вывезти сначала через Польшу или Латвию. Но в последующем украинская разведка смогла найти партнера по операции лишь в лице молдавских спецслужб. Именно в этой стране украинская разведка чувствует себя свободно, не считаясь с мнением местных партнеров. Отсюда и был выбран маршрут для семьи летчика: Турция - Кишинев - Украина».

На днях стало известно, что тело перебежчика похоронено в безымянной могиле на юге Испании.

Чтобы история Кузьмина не отпугнула «потенциальных перебежчиков», Украина создала его двойника - фотографии якобы летчика на авиашоу появились в соцсетях, спустя пять месяцев после его убийства. По данным СМИ, на похожего по телосложению человека надели маску и нанесли сложный грим:

- Украинцы, видимо, проводили кампанию по дезинформации, пытаясь победить россиян в их собственной игре. Их целью было заставить мир думать, что Кузьминов пережил покушение и все еще работает на Украину - сигнал другим россиянам, что они будут в безопасности, если тоже перейдут на сторону Киева, - пишет американский канал CBS.



ФСБ РФ/РИА Новости



Рассказ летчика о том, как его вербовали агенты военной разведки Украины, - видео на сайте



Пилот, получив предложение, «от которого нельзя отказаться», не раздумывая, передал все данные в ФСБ, и уже наши спецы начали «оперативную игру».

СКОЛЬКО ДЕНЕГ ВЫ ДОЛЖНЫ ОТДАТЬ ГОСУДАРСТВУ И КАК ЭТО ЛУЧШЕ СДЕЛАТЬ.

Заплати стране налог, он не низок, не высок

Евгений БЕЛЯКОВ

Выпал первый снег - пора платить налоги! Эта русская народная примета вот уже много лет не дает сбоя. Ведь исполнить свой гражданский долг нужно до 2 декабря (обычно дата X - первый день зимы, но в этом году он выпал на выходной, потому что срок уплаты налогов продлили). По факту для физических лиц это единственные налоги, которые мы платим самостоятельно. Все остальные за нас платят работодатель и другие налоговые агенты - банки, брокеры и т. д. Кто и за что именно должен заплатить? И как не ошибиться в расчетах?

ВСЕ УЖЕ ПОСЧИТАНО ЗА НАС

Раз в год каждому из нас, кто имеет хоть какое-то имущество, нужно немножко поднапрячься - самостоятельно отдать часть своих денег государству. И вот тут часто можно услышать: «Пять тысяч рублей за двушку и тысяча - за «девятку»? Да это же грабёж!»

При этом мало кто из таких ворчунов понимает, что, если сравнить с подоходным налогом или страховыми взносами, это сущие копейки. Ежегодный НДФЛ у среднего жителя страны составляет около сотни тысяч рублей, а страховые взносы, идущие в том числе на будущую пенсию, - больше двухсот тысяч. То есть каждый год средний россиянин отдает государству свыше 300 тысяч рублей основных налогов и сборов. Никто не кричит «Карарул!», потому что все расчеты и отправления в бюджет за нас делают другие люди - скромные работники бухгалтерий. Но когда речь заходит о том, что нужно лично нажать кнопку «оплатить», жаба начинает придушивать.

При этом делать подавляющему большинству из нас ничего не нужно. Никаких деклараций и прочей бюрократии. Никаких самостоятельных расчетов. Получил уведомление от налоговой, ввел данные карты и заплатил. Быстро и не больно.

Вот какие налоги нужно заплатить самостоятельно в этом году.

НА ИМУЩЕСТВО

Это привычные нам ежегодные сборы. Всего у нас три вида имущественного налога: транспортный, на недвижимость и земельный. У всех свои ставки, коэффициенты и правила. Сумма налога, как правило, привязана к стоимости имущества. Чем оно дороже, тем платить нужно больше.

К примеру, налог на недвижимость. Он считается от кадастровой стоимости. Ее пересчитывают один раз в три - пять лет. Из-за этого в какие-то годы она приближена к рыночной, а в другие может и отставать.

Конкретные ставки налога зависят от региона. Большинство россиян платят за свои дома и квартиры 0,1% от кадастровой стоимости жилья. Земельный налог чуть выше - 0,3% от цены участка.



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

У транспортного налога своя градация. Ставки зависят от мощности автомобиля. Чем больше лошадиных сил, тем выше стоимость каждой «лошадки». При этом каждый регион сам решает, по сколько брать со своих автомобилистов. Чаще всего собирают по полной с водителей регионы с высокой концентрацией машин. В частности, Москва, Санкт-Петербург и столичные области.

Вот для примера ставки транспортного налога в Москве для автомобилей различной мощности (указана сумма на каждую «лошадку»):

- до 100 л. с. - 12 руб.
- 100 - 125 л. с. - 25 руб.
- 125 - 150 л. с. - 35 руб.
- 150 - 175 л. с. - 45 руб.
- 175 - 200 л. с. - 50 руб.
- 200 - 225 л. с. - 65 руб.
- 225 - 250 л. с. - 75 руб.
- свыше 250 л. с. - 150 руб.

НА ВКЛАДЫ

В этом году россияне впервые будут платить налог с доходов по вкладам, полученных в 2023 году.

- Налогом облагается не сам депозит, а только начисленные на него проценты, сумма которых превышает произведение одного миллиона рублей и максимальной ключевой ставки Центробанка, действующей на первое число каждого месяца в течение календарного года, - пояснили в ФНС.

Самой высокой ставка ЦБ в прошлом году была 1 декабря - 15%. Значит, если в прошлом году вы по-

ВОПРОС - РЕБРОМ

ГДЕ НАЙТИ КВИТАНЦИИ?

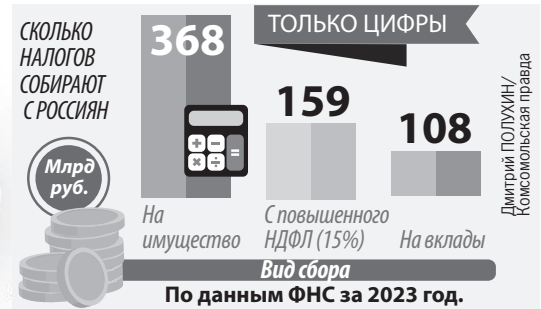
«Письмо счастья» от налоговой может прийти тремя способами.

Во-первых, увидеть вы его сможете в личном кабинете налогоплательщика на сайте ФНС.
Во-вторых, на портале госуслуг.
И в-третьих, в «физическом» почтовом ящике.

При этом сообщения не дублируются. Если пришло в одном месте, то в другом его быть не должно. Это важно знать, чтобы случайно не оплатить один и тот же налог дважды. Причем не государству, а мошенникам. Те подделывают не только квитанции на оплату жилищно-коммунальных услуг, но и платежки от ФНС.

Всего налоговая этой осенью отправила 61,6 млн уведомлений. Из них около 40 млн (+17% к 2023 году) - в электронном виде. Остальные - заказными письмами.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



НА СОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЛЮДЕЙ

Этот налог действует уже несколько лет. Больше платят те, кто зарабатывает свыше 5 млн рублей в год. В большинстве случаев самому ничего платить не нужно. Работодатель сам отдает, сколько нужно, в налоговую. Сначала платит в бюджет 13%, а когда сумма превышает 5 млн, начинает отдавать уже 15%.

Но зачастую бывает так, что состоятельные люди получают доходы в нескольких местах. Работают где-то еще на полставки или получают гонорары за сдельную работу. Плюс у них есть доходы от продажи ценных бумаг, дивиденды от акций и купоны от облигаций. В этом случае может так выйти, что в каждом из этих мест человек получает меньше 5 млн рублей, а в совокупности зарабатывает больше.

В этом случае налоговая сводит воедино все доходы человека. И если видит, что доходы превысили 5 млн рублей, тогда выставляет ему счет.

Допустим, за прошлый год такой многогранник заработал 6 млн рублей. Превышение составляет один миллион. Но с него уже были уплачены 13%. Значит, нужно доплатить лишь 2% от миллиона. Это 20 тысяч рублей.

Напомню, считать ничего самостоятельно не нужно. Все формулы и расчеты есть в наших личных кабинетах налогоплательщика на сайте ФНС nalog.gov.ru. Если вы его еще не завели, очень рекомендую. Всех дел - один раз сходить в налоговую по месту жительства. В личном кабинете можно перепроверить все цифры. И если что-то не сходится, можно сообщить об ошибке онлайн.

КСТАТИ

А если не заплатить вовремя?

Тогда с 3 декабря на сумму долга начнет начисляться пеня. Ее размер зависит от ключевой ставки (сейчас 21% годовых). Мучить вас формулой не будем. В нынешних условиях это 25,5% годовых. Другими словами, за каждый месяц просрочки сумма платежа вырастет на 2% с небольшим.

Но это еще не все. Если человек очень долго не платит налоги, ФНС имеет право подать на него в суд. Тогда должнику будет грозить дополнительный штраф - от 20% до 40% суммы задолженности. А если долг превысит 30 тысяч рублей, собственник имущества попадет в список невыездных, и на границе его не выпустят за рубеж.

ВАЖНЫЙ НЮАНС

Льготы для участников СВО

Участников специальной военной операции и членов их семей (супругов и несовершеннолетних детей) от уплаты налога на имущество физических лиц в нынешнем году частично освободили. Налог на недвижимость не нужно платить за один объект каждого вида: квартира, ее часть или комната; жилой дом или часть жилого дома; гараж или машино-место.

Также льгота распространяется на транспортный налог - объем двигателя автомобиля (или другого транспортного средства на выбор) в этом случае значения не имеет.

Для получения льготы участнику СВО или членом его семьи нужно лично или по доверенности обратиться в налоговую либо МФЦ. Либо можно отправить документы онлайн через личный кабинет налогоплательщика на сайте ФНС nalog.gov.ru.

лучили в виде процентов по вкладам меньше 150 тысяч рублей (15% от 1 млн), то платить ничего не нужно. А если больше, тогда нужно будет отдать 13% с превышения.

Например, если на вкладах в прошлом году вы заработали 200 тысяч рублей, то налог 13% нужно будет заплатить с 50 тысяч рублей. То есть, отдать государству необходимо 6500 рублей.

Подходит к концу год, в котором на голову российским аграриям свалилось немало проблем. И вот урожай почти собран. Как выяснилось, он преподнес нам немало сюрпризов, в том числе и со знаком плюс!

Зерно по осени

Елена АРАКЕЛЯН

...А помните весну и лето? Эксперты и фермеры то майским инеем головы посыпали, то дождевой водой поливали. Мол, столько напастей на нас свалилось, от внеплановых заморозков до ливней и засухи во многих регионах, что урожаю точно крышка.

Но урожай по осени считают. И вот она подходит к концу. Сбор урожая почти завершился. И по цифрам мы видим: да, сборы по некоторым культурам ниже, чем в прошлом году. Но ведь 2023-й был чуть ли не самым урожайным за всю историю России! А если сравнивать с «обычными» годами, то нынешний урожай можно назвать вполне успешным. Несмотря на все проблемы.

А теперь подробности.

ПШЕНИЦА И ПРОЧИЕ ЗЕРНОВЫЕ

Пятый урожай в истории

Вот самый свежий прогноз Минсельхоза: в этом году соберем 130 млн тонн зерновых (в том числе порядка 83 млн тонн пшеницы). Уже есть 128 млн тонн, но уборка некоторых культур еще не закончена.

- Уборка урожая в этом году идет крайне-крайне тяжело. Но с учетом развития отрасли мы все равно, несмотря на форс-мажорные обстоятельства, получим свои 130 млн тонн зерновых, которые гарантируют продовольственную безопасность и позволят выполнить экспортные задачи, - сообщил недавно вице-премьер Дмитрий Патрушев.

Эти же оценки привела в конце прошлой недели на заседании правительства глава Минсельхоза Оксана Лут.

Судя по цифрам, нынешний урожай - в пятерке лучших за всю историю современной России! Вот в какие годы собирали больше:

- 2020: 133,5 млн тонн
- 2017: 135,5 млн тонн
- 2023: 143 млн тонн
- 2022: 158 млн тонн

По утверждению Оксаны Лут, порядка 20 - 22 млн тонн мы недоберем из-за погоды. Напомним, в мае случились пресловутые заморозки, потом началась засуха на юге, а осенью некоторые регионы поливало как из ведра - комбайн не проедет. При этом после майских заморозков около 900 тысяч га были пересеяны. Что позволило все-таки получить урожай с этих площадей, но ценой до-

полнительных затрат.

- С учетом того, какие тяжелые погодные условия были и для сева, и для уборки, уже собранный урожай - вполне достойный, в том числе по пшенице. Сказались вложения в этот сектор в предыдущие годы и «жирок», накопленный аграриями, он по-прежнему дает результаты, - говорит директор Центра международного агробизнеса и продовольственной безопасности Российской академии народного хозяйства (РАНХиГС) Анатолий Тихонов.

Еще один позитивный момент: при всех погодных бедах качество нашей главной зерновой и

ски не повезло, а где-то она позволила, наоборот, получить высококлассный урожай - вот «в среднем по аптеке» и выходит вполне неплохо. И для собственных нужд зерна хватит, и, возможно, даже не особо придется сокращать экспорт.

Но не пшеницей единой: общий урожай зерновых складывается из разных культур. Каких нынче ждать сюрпризов, в том числе из-за погоды?

но значительно больше, чем нам надо, даже с учетом экспорта в ближние зарубежье и азиатские страны.

Кукуруза

А вот урожай кукурузы будет примерно на 30% ниже прошлогоднего (рекордного). Из-за засушливой погоды на юге урожайность упала.

- Кукурузы хорошо если хотя бы около 12 млн тонн соберем, - комментирует Анатолий Тихонов. - Чем плох ее неурожай? Кукуруза - это корма. А подорожание кормов ведет к росту себестоимости производства молока. Это вызывает проблемы с ценой «молокоемких» продуктов типа сливочного масла.

Еще один продукт, который может подорожать из-за недобора «царицы полей», - крахмал. В качестве сырья для него в России сейчас примерно на 70% используется именно кукуруза. Такой крахмал очень активно применяется в кондитерской промышленности, а также для производства разного рода соусов, киселей и т. п. Поэтому переработчики просят, чтобы правительство ограничило экспорт кукурузы.

Крупы

С крупами все будет в порядке, а значит, и с их ценой. Урожай риса ожидается вообще рекордный - порядка 1,2 млн тонн. До этого максимум был в 2020 году - 1,1 млн тонн, сейчас уже собрали больше.

Примерно в 1,2 млн тонн оценивается и сбор гречихи. Это меньше прошлогодних рекордов,

Пшеницы нам на все с лихвой хватит, еще и на экспорте неплохо заработаем!



Владимир ВЕЛЕНГУРИН/«КП» - Москва

ПОДСОЛНЕЧНИК И ДРУГИЕ МАСЛИЧНЫЕ

Хватит и нам, и друзьям



Урожай масличных культур почти на уровне прошлого года. Но это опять же «средняя температура по больнице». Сбор подсолнечника, скорее всего, будет ниже прошлогоднего.

- Из-за погоды и дождей его уборка в некоторых регионах затянулась, поэтому окончательные выводы делать рано. Но, видимо, потери будут, - говорит Тихонов. Зато ожидается рекордный урожай сои. Он близится к 7 млн тонн. То есть явно окажется больше прошлогоднего рекордного урожая в 6,7 млн тонн. Для справки: десять лет назад Россия собирала около 1,5 млн тонн сои, а в прошлом году примерно столько составил наш экспорт.

Сое в этом году повезло: самые большие площади под ней в регионах, где летом обошлось без продолжительных засух (Центральный и Дальневосточный федеральные округа).

На рекорд идет и урожай рапса - по оценкам Минсельхоза, ожидается 4,6 млн тонн.

Эти рекорды и компенсируют возможный недобор подсолнечника. Тут еще надо иметь в виду, что самообеспеченность подсолнечным маслом у нас в последние годы составляет 250 - 270%. То есть за границу отправляли раза в полтора больше, чем потребляли сами. Из 7,8 млн тонн подсолнечного масла, произведенного в России в сезоне 2023/2024 (сезон - это от урожая до урожая), 5,2 млн тонн уехали за границу. При этом соя и рапс - тоже экспортные культуры.

В общем, случись недобор, можно сократить экспорт. Немного. А своих масличных нам в любом случае хватит с лихвой, и никакого ущерба для карманов российских потребителей не будет.

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

УРОЖАЙ ВАЖНЕЙШИХ СЕЛЬХОЗКУЛЬТУР

	2023	2024 (прогноз)	Млн тонн
• Зерновые и зернобобовые	144	130	▼
в том числе:			
• пшеница	93	83	▼
• рис	1	1,2	▲
• гречиха	1,4	1,2	▼
• Масличные	29,8	28	▼
• Сахарная свекла	53,1	44	▼
• Картофель	8,6	7	▼
• Овощи	7,5	7,4	▼
• Яблоки	1,7	1,6	▼

Данные Росстата и Минсельхоза. Учитывается только товарный сектор, без подсобных хозяйств и огородов граждан.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



Дорога картошка к обеду: почему любимая еда россиян подорожала в два раза сильнее сливочного масла - на сайте KP.RU



СЧИТАЮТ

ОВОЩИ И КОРНЕПЛОДЫ

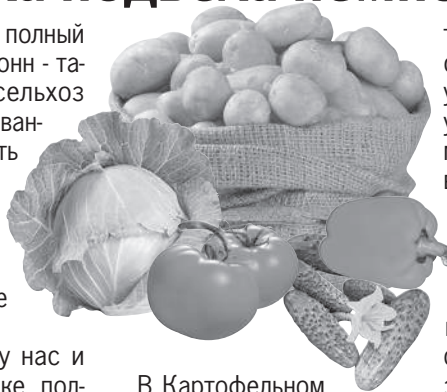
Картошка подвела немножко

С овощами у нас полный порядок. 7,4 млн тонн - такой урожай Минсельхоз ожидает в организованном секторе (то есть без учета огородов населения, которые дают как минимум еще столько же). Это чуть меньше прошлогоднего.

Что с овощами у нас и правда все в порядке, подтверждают цены - капуста, морковь и свекла весь октябрь, как положено, дешевели.

Другая ситуация с картофелем. Он в этом сезоне оказался рекордсменом по дорожания среди продуктов (+55% с начала года), обогнав даже сливочное масло. И неспроста. Урожай, если учитывать только товарный сектор, без дач и огородов, ожидается как минимум на 1,5 млн тонн ниже прошлогоднего, правда, тоже рекордного.

- Картофель - такая культура, которая любит влагу в период вегетации (активного роста и созревания. - Ред.), а не в период уборки. А в этом году в основных картофельных регионах все вышло точно наоборот, - говорит Анатолий Тихонов.



В Картофельном союзе добавляют, что в сравнении с прошлым годом сократились и посевные площади под картошкой, только за счет этого мы недоберем порядка полумиллиона тонн. Из-за прошлогоднего очень хорошего урожая закупочные цены на картошку для ее производителей упали до уровня себестоимости, а где-то и ниже. Поэтому некоторые крестьяне решили переключиться на более выгодные культуры - масличные, сахарную свеклу.

Однако эксперты отмечают: никакого дефицита картофеля даже близко нет. В том числе и потому, что больше половины картошки, которая съедается в России, выращивается на личных грядах.

- Нам для еды надо порядка 7 - 8 млн тонн кар-

тофеля. Даже при самых осторожных прогнозах с учетом хозяйств населения у нас в этом году будет не меньше 15 млн тонн, - говорит исполнительный директор Картофельного союза Алексей Красильников.

При этом очевидно, что неутраченные владельцы собственных грядок нынче оказались в более выгодной позиции, чем те, кто покупает дорожающую картошку в магазинах.

С ценами на картошку в этом сезоне, правда, есть нюансы. Дорожать будет прежде всего отборный крупный картофель, который так любят торговые сети, красиво упакованный в пакеты и сеточки. Вот такой «презентабельный» в некотором дефиците, потому что из-за погоды существенная часть нынешнего урожая мелковата. Те же, кому величина картофелины безразлична (я, например, специально покупаю мелкий - его удобно запекать), вполне могут сэкономить.

Плюс нас ждут «своевременные импортные поставки из дружественных стран», которые по картофелю уже пообещала на заседании правительства Оксана Лут.

ЯБЛОКИ

Лучше, чем ожидали

Урожай яблок предполагается средний - в Минсельхозе прогнозируют 1,6 млн тонн. После всех разговоров о том, что «из-за майских заморозков яблок вообще не будет, все замерзло и погубило», это очень неплохой результат.

Тут опять же выручило разнообразие регионов нашей страны. Для садоводов некоторых районов центральной части России майские заморозки действительно обернулись большими проблемами - сады вымерзли и их надо пересаживать. Но прекрасный урожай дали Кубань, Ставрополье, Северный Кавказ.

- Сильнее других от заморозков в центральной части пострадали хозяйства, которые выращивают сорта Гала, Ред Чиф, Гренни Смит. Цветение этих яблонь как раз пришлось на майские заморозки, - объясняет руководитель компании «Брянский сад» Олег Кобец. - А в хозяйствах, выращивающих Айдаред, Голден Делишес, Хани Крисп, Былина, Ред Фри, урожайность снизилась, но некритично.

Переводим для тех, кому названия сортов ничего не говорят.

- Яблок красного цвета по-прежнему достаточно (Айдаред, Хани Крисп, Ред Фри, Былина). С желтыми похуже. А самые большие проблемы - с зелеными (популярный сорт Гренни Смит). Скорее всего, это скажется и на ассортименте. Цветовая гамма прилавков с яблоками станет более красно-желтой, с небольшими вкрапле-

ниями зеленого. А по весне, скорее всего, значительно вырастет импорт - чтобы покрывать недостачу, - говорит Олег Кобец.

Что касается стоимости российских яблок, то, по словам Кобца, оптовые цены на плоды нового урожая сейчас на 20 - 30% выше, чем годом раньше.

- Причем вклад заморозков в повышение цен не столь уж велик, - утверждает эксперт. - Неменьшую роль сыграли общие инфляционные процессы и высокая ключевая ставка, из-за которой выросла стоимость кредитов для предприятий АПК и смежных отраслей (нынче плач всех аграриев. - Ред.). Кроме того, из-за повышения ключевой ставки банки периодически ставят на паузу выдачу льготных кредитов.

Но, как и с картофелем, здесь есть нюансы.

- Сейчас в магазинах, с учетом еще и импорта, можно найти яблоки по крайне разным ценам - от 50 - 70 до 200 с лишним рублей за килограмм. То есть на любой кошелек, - успокаивает Анатолий Тихонов.

То же и с прогнозами - разброс цен останется большим, в зависимости от дефицитности конкретного сорта и возможности его поставок из-за рубежа. Но если нет привычки к конкретному любимому сорту, а есть задача просто купить яблоки, то никаких проблем для кошелька не будет.



Мария ЛЕЩУК/«КП» - Красноярск

Говорят, Россия стала крупнейшим производителем подсолнечника на планете, потому что стала выращивать его ради фотосессий с самыми красивыми в мире девушками. И как-то все пошло-поехало...

КСТАТИ

Что будет с экспортом

Зерно - наш главный экспортный продукт. Экспорт зерна из России в прошлом сельхозсезоне 2023/2024 (с июля по июль) составил 72 млн тонн, в том числе 54,1 млн тонн пшеницы. В нынешнем сезоне 2024/2025 он явно будет скромнее - по прогнозам, на уровне 60 млн тонн. Но эти прогнозы постоянно пересматриваются то в одну, то в другую сторону.

Очевидно, снизятся поставки за рубеж масличных и растительного масла. Которые тем не менее пока идут ударными темпами. Экспорт подсолнечного масла за первые девять месяцев 2024 года вы-

рос в годовом измерении на 23% (основные покупатели - Индия, Турция и Китай).

Правительство все больше нацеливает экспортеров менять стратегию в том плане, чтобы продавать продукты переработки, а не сырье (растительное масло вместо семян, мука вместо зерна). Это дает возможность зарабатывать на экспорте больше, даже при сокращении его объемов в штуках и тоннах. Поэтому прогнозы Минсельхоза остаются оптимистичными: на экспорте в этом году Россия должна заработать примерно \$43,5 млрд. То есть на уровне прошлого, рекордного года.

ХИТ ПРОДАЖ



ПЫЛЬ ЛЕЖИТ, И Я ПОЛЕЖУ!

ДЕЙСТВЕННЫЕ СОВЕТЫ ОТ ГЛАВНОГО РОССИЙСКОГО ЭКСПЕРТА ПО УБОРКЕ

★★★★★ Ольга
«Рекомендую всем, кому важно поддерживать чистоту, сохраняя при этом нервы - свои и окружающих!» Житейская мудрость и тонкий юмор на каждой страничке. Советы Аиды действительно работают и облегчают жизнь. Многие улучшила в плане стирки и уборки, множество лайфхаков использую в быту. Мегаполезная книга!»

АВТОР КНИГИ «ЛЕГКОСТЬ БЫТ И Я» АИДА СИНИЦЫНА УЧИТ ЖЕНЩИН ЛЕНИТЬСЯ БЕЗ УЩЕРБА ДЛЯ ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА

Не усложняйте!

- ✓ Просто протрите плитку сразу после готовки на ней.
- ✓ Просто протрите раковину после того, как помыли посуду.
- ✓ Просто уберите мыльную воду со стенок душевой водостогоном сразу после принятия душа.
- ✓ Просто протрите кран салфеткой для стекла вечером.
- ✓ Просто положите лоток для обуви при входе, чтобы грязь не растаскивалась по всему коридору.
- ✓ Просто замочите унитаз моющим средством. Через полчаса смое.



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

КУПИТЬ
ЗДЕСЬ



shop.kp.ru

В России проверят захоронения бойцов из Кузбасса

Анатолий БОЛДЫРЕВ

Губернатор Илья Середюк в преддверии 80-летия Великой Победы распорядился проверить состояние памятников на местах сражений кузбасских дивизий.

В Кузбассе по инициативе губернатора Ильи Середюка создана рабочая группа по составлению общего реестра памятных мест в районах захоронений кузбасских бойцов. Историки, ученые, поисковики, школьники и студенты уже налаживают контакты с администрациями российских территорий, где расположены монументы, доски почета, памятники и обелиски кузбасским воинам, погибшим в годы Великой Отечественной войны.

- Необходимо очень внимательно оценить состояние, в котором они сейчас находятся, и провести все необходимые работы, чтобы места захоронений наших воинов содержались достойно, - отметил Илья Середюк.

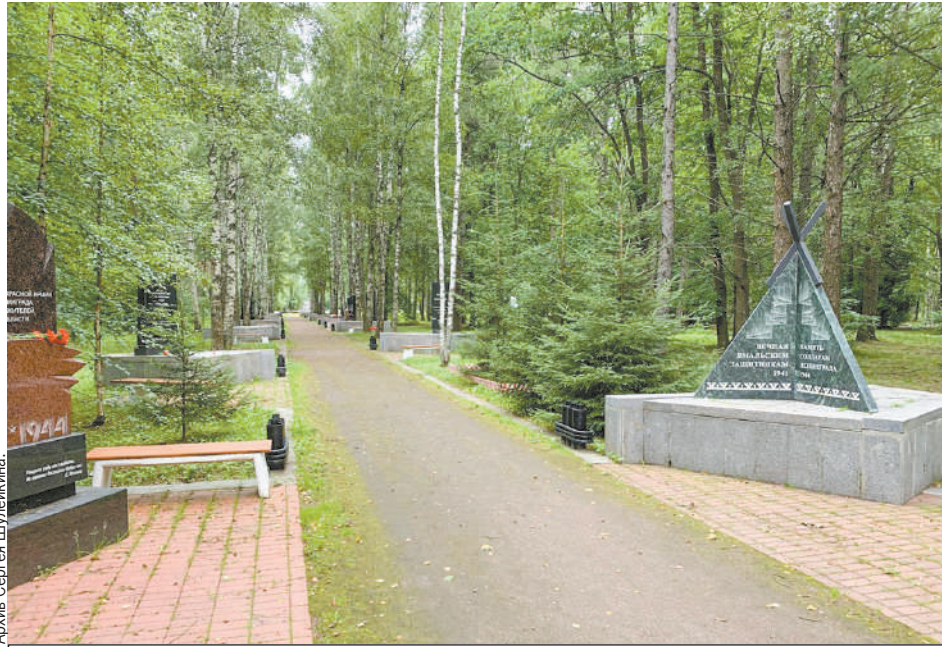
КОМАНДИР-ЛЕГЕНДА

Одно из знаковых мест для нас на карте России - поселок Малая Вишера Псковской области, где похоронен командир легендарной 376-й Кузбасско-Псковской Краснознаменной дивизии Дмитрий Угорич. В марте 1942 года при освобождении Мясного Бора он был тяжело ранен. Угорича оперативно привезли в полевую госпиталь Малой Вишеры, хирурги несколько дней боролись за его жизнь, но слишком серьезна оказалась рана - 9 апреля Угорича не стало.

- Уже много лет местные жители, администрация поселка бережно хранят память о Дмитрие Ивановиче, монумент в отличном состоянии, круглый год за ним ухаживают сотни людей. В памятные даты здесь всегда живые цветы, - рассказал руководитель Кемеровской региональной военно-поисковой организации «Кузбасская дивизия» Сергей Шулейкин.

ДЕРЖИМ ЗНАМЯ

Памятным местом можно считать и колпинскую школу Санкт-



В годы Великой Отечественной войны в Кузбассе было создано девять формирований, дивизий, бригад, которые участвовали в ожесточенных боях.

Петербурга, носящую имя 376-й Кузбасско-Псковской дивизии. Школа построена после Великой Отечественной войны именно на том месте, где располагались окопы и траншеи, там, где шли кровопролитные сражения.

- Наши бойцы держали позиции 761 день, прорвав оборону немцев, участвуя в снятии блокады Ленинграда, Кузбасская дивизия двинулась освобождать Псков. Место для ребят и учителей более чем знаковое. В школе создан уникальный музей, которому могут позавидовать многие городские и даже областные музеи, ведь некоторые экспонаты буквально пронизаны духом того времени. А переданное летом этого года кузбасскими байкерами боевое знамя дивизии стало новым атрибутом славы и гордости школьных линеек, его торжественно выносят сразу после флага России и только после этого поднимают флаг Санкт-Петербурга, - рассказали «КП»-Кемерово в средней школе Колпино.

Напомним, нынешним летом в память о своих дедах и прадедах по дороге к Пскову байкеры Кемеровской области «Ночные вол-

ки» полностью прошли их боевой дорогой.

ПО ВСЕЙ РОССИИ

Одним из потрясений кузбасских мотоциклистов стало посещение большого мемориального комплекса в Тушино, где похоронено больше 800 бойцов 376-й дивизии, погибших всего за несколько дней.

- Это половина всего личного состава. Тогда шли бои за правый берег реки Волхов, где стоял хорошо укрепленный враг. А наши солдаты шли в бой сразу после многокилометрового марша, уставшие, голодные, замерзшие, - напомнила «Комсомолке» руководитель чудовского поискового отряда Елена Марцинюк.

Псковская и Ленинградская области не единственные на карте России, где есть захоронения кузбасских воинов. Мемориалы, стелы с именами наших бойцов расположены в Воронеже, Новгородской, Волгоградской, Новосибирской и Ростовской областях, и все они поименные и безымянные, благодаря руководителям территорий, волонтерам всегда ухожены.

И даже, казалось бы, в недружественной сейчас нам Латвии, Риге,

местные жители, простые люди, большинство из которых хорошо знают и понимают нашу общую историю, сохраняют памятники воинам 374-ой, 376-ой стрелковых дивизий и 285-го отдельного механизированного батальона, установленных на берегах Кишэзерс (Киш-озера), на месте, с которого эти воинские соединения начали форсирование озера и освобождение столицы Латвии.

БОЛЬШЕ ЧЕМ АКЦИЯ

Памятный марафон, объявленный Илеей Середюком чуть больше чем за полгода до юбилея Великой Победы, станет не просто акцией по поиску и приведению в порядок захоронений кузбасских солдат. Это, по мнению Сергея Шулейкина, даст вектор новых исторических событий, связанных с Великой Отечественной войной.

- За это время кузбасские поисковые отряды проведут новые раскопки на местах сражений наших полков, отрядов, дивизий и, убежден, найдут еще многих пропавших без вести героев Кемеровской области, передадут останки родственникам, которые проживают по всей России. Таким образом, география захоронений будет расширена. А наша акция приобретет еще большую силу памяти и сплотит страну в итоге еще сильнее, - уверен кузбасский историк и поисковик.

ГЛАВНОЕ ВПЕРЕДИ

Сейчас Сергей Шулейкин активно восстанавливает историческую справедливость - продвигает установку стелы памяти 376-й Кузбасской дивизии на интернациональной аллее федерального мемориального комплекса «Синявинские высоты» на месте ожесточенных боев 1941-1944 годов под Санкт-Петербургом. Именно там в 1943-м году было разорвано блокадное кольцо.

На одном квадратном метре, для понимания значения «Синявинских высот», здесь погибало 10 человек. Здесь земля под ногами до сих пор горит - настолько пропитана она болью и горем. Установка стелы памяти уже согласована с правительством Ленинградской области. Она будет расположена рядом со стелой памяти героям Ямала. Так, на карте России появится еще одно святое памятное место для Кузбасса.

Министерство Обороны РФ

ПРИСОЕДИНЯЙСЯ К СВОИМ

Матушка-земля, белая берёзонька, для меня - Святая Русь, для других - Занозонька.

Автор слов П. Андреев

1 440 000 РУБЛЕЙ

КУЗБАСС

117 Горячая линия по вопросам службы по контракту круглосуточно

СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ ЗАКЛЮЧИ КОНТРАКТ И ПОЛУЧИ ЗА ПЕРВЫЙ МЕСЯЦ СЛУЖБЫ

Ежемесячное довольствие от 210 000 рублей

Региональная выплата от правительства Кемеровской области - Кузбасса 800 000 рублей

Единовременная выплата при заключении контракта от 1 года от правительства РФ 400 000 рублей

Подъемное пособие от 15 000 рублей

Материальная помощь от 15 000 рублей

Пункт отбора на военную службу по контракту (2 разряда) г. Кемерово: г. Кемерово, 6-й им. Академика А.С. Барбараша, дом 3/1, Сосновый бульвар (3842) 77-07-57, 8 (923) 533-40-70

■ ЗИМА

Регион завалило снегом

Анастасия СЕРГЕЕВА

Высота сугробов в Кузбассе достигла 24 сантиметров.

В результате снегопадов, обрушившихся на Кузбасс с минувшей пятницы, по области установился снежный покров.

В Кемеровском гидрометцентре «Комсомолке» рассказали, что самый высокий снежный покров утром 11 ноября зафиксиро-

ван в поселке Центральный рудник в Тисульском районе - 24 см. Юг области также прилично завалило снегом. Например, в Таштаголе высота снежного покрова составила 17 см, в Междуреченске - 14 см. В Кемерове снега оказалось не намного меньше - 13 см на метеостанции в Новостройке.

По прогнозам синоптиков, снегопады по области будут продолжаться. Это связано с влиянием циклона.

В связи с обильными снегопадами губернатор Кузбасса Илья Середюк дал поручение дорожным службам внимательно следить за ситуацией на дорогах и при необходимости оперативно принимать все нужные меры, чтобы движение по трассам Кузбасса было безопасным.

Также глава региона призвал автолюбителей беречь себя, быть осторожнее на дороге и не совершать опасных маневров во время непогоды.

Кемеровчане пытаются спасти отбившегося от стаи лебедя



Анастасия СЕРГЕЕВА

В крыле у лебедя обнаружили дробь, теперь птице предстоит пройти длительную реабилитацию.

В прошлом номере за 8 ноября «Комсомолка» рассказала, что в Кемерове активисты пытаются спасти от смерти отбившегося от стаи лебедя-кликун. Он не смог улететь вместе с семьей в теплые края и оказался на замерзающем пруду в Кедровке. В Кузбассе эта птица включена в Красную книгу, поэтому активисты не могли остаться равнодушными к ее беде. И вот есть хорошие новости: дикую птицу поймали и отвезли на зимовку в Алтайский край.

НЕОБЫЧНЫЙ ГОСТЬ

Напомним, жители Кедровки заметили необычного гостя в небольшом пруду в конце октября. Сначала думали, что птица улетит, но она оставалась на месте, и вскоре стало понятно, что по каким-то причинам не может отправиться в дальний путь. Худшие опасения подтвердили и специалисты. Про-

В Кемерове поймали отбившегося от стаи лебедя-кликун

фессор КемГУ Николай Скалон рассказал «Комсомолке», что лебеди - птицы семейные, и, скорее всего, с этой случилась какая-то беда, раз она отбилась от стаи. Возможно, ее подстрелили...

С каждым днем лебедь слабел, а водоем все больше покрывался ледяной коркой. Активисты решили спасти птицу, которая, между прочим, внесена в Красную книгу Кузбасса. Для лебедя нашли место на зиму, но поймать его оказалось сложной задачей.

ОПЕРАЦИЯ ПО СПАСЕНИЮ

Первую попытку отлова лебедя предприняли специалисты Кемеровской службы спасения. Они подплыли к птице на лодке, но та не подпустила: взметнула в небо и улетела. А потом... снова вернулась на пруд.

Через несколько дней ловить птицу приехали сотрудники Агентства по защите населения и территорий Кузбасса. Операция длилась примерно полтора часа. Сначала специалисты попытались заманить лебедя в сети, но молодой красавец порвал их и улетел. Сделав круг в небе, он вернулся в водоем. Спасатели натянули сети во второй раз, но в итоге они не приго-

дились. Птица переплыла на другой конец пруда и забралась в кустарник, оказавшись в ловушке. Взлететь оттуда она не смогла, и специалисты смогли наконец ее поймать.

ПОЗДНИЙ ПТЕНЕЦ

Птицу сразу же привезли в Центр диких и экзотических животных КемГУ. Там ветеринары ее осмотрели и даже провели рентгенологическое исследование, но никаких явно выраженных травм не нашли. Волонтеры предположили, что лебедь не улетел, потому что ему было не с кем.

«Судя по оперению, это молодая птица, пути еще не знает, вероятно, что это поздний птенец, самый маленький и слабый, судя по небольшому весу. Скорее всего, в этом и причина его обнаружения на озере, остальная семья полетела дальше, а он ослабел и не смог продолжить миграцию», - предположили в Центре диких и экзотических животных КемГУ.

ВСЕ-ТАКИ ТРАВМА

На выходных птица проделала большое путешествие - из Кемерова в Барнаул. В Алтайском крае ее планировали выпустить на незамерзающем озере Светлое в заказнике «Лебедином», но



Агентство по защите населения и территорий Кузбасса.

Лебедь-кликун оказался очень молодой птицей, практически подростком, даже оперение у него еще осталось серым.

прежде решили все-таки выяснить, почему она не смогла улететь. Кликун осмотрели специалисты местного отделения общероссийской общественной организации «Союз охраны птиц России» и... обнаружили-таки травму. У кемеровского лебедя оказалась повреждена кисть крыла.

«Несколько дробин повредили связки, но кости вроде

целы. Связки восстанавливаются не так быстро, тем более в таких местах, где на крыло приходится сильная нагрузка», - рассказали алтайские специалисты.

Лебедя решили оставить на реабилитацию до февраля, а уж когда спадут морозы, выпустить в заказник. Ветеринары уверены, что птица поправится и сможет вернуться в привычную среду обитания.

■ ЗНАЙ НАШИХ!

Девушка из Новокузнецка вошла в топ-8 красавиц планеты

Светлана БАШТОВАЯ

Екатерина Романова приняла участие в конкурсе «Мисс Земля» и добралась до финала.

Уроженка Кузбасса Екатерина Романова вошла в топ-8 красивейших девушек планеты. 23-летняя девушка стала участницей конкурса «Мисс Земля», финал которого состоялся 9 ноября на Филиппинах.

Отметим, что конкурс «Мисс Земля» - это самый крупный конкурс «Большой четверки», в которую входят также «Мисс Вселенная», «Мисс Мира» и «Мисс Интернешнл». В конкурсе «Мисс Земля» определяются четыре победительницы - они называются королевами стихий: самое почетное звание «Мисс Земля», но определяют еще и «Мисс Огонь», «Мисс Воздух» и «Мисс Вода».

В этом году участницами конкурса стали представительницы 76 стран, в финал вышли 12 девушек, в том

числе и уроженка Кузбасса Екатерина Романова.

Девушка родилась в Новокузнецке, а сейчас проживает в Санкт-Петербурге и занимается моделингом. Екатерина окончила факультет режиссуры массовых мероприятий Российского государственного социального университета. В 2023 году она победила в конкурсе «Краса России» и отсюда как раз-таки получила путевку на «Мисс Земли».

В ходе конкурса девушки выступали с размышлениями на случайные темы. Нашей Екатерине досталось рассуждение на тему денег. В своем ответе россиянка отметила, что деньги нужны и важны, но все-таки главное в жизни - это семья и будущее.

- Для меня деньги не имеют огромного значения. Деньги это очень важно, но не должно быть на первом месте. Я девушка, и для меня на первом месте семья и дети. И я считаю, что мы все, абсолютно все, должны думать о будущем. Спасибо! - вы-



Владимир ВЕЛЕНУРИН.

В 2023 году Екатерина Романова стала «Красой России».

сказалась в своем выступлении на русском языке Екатерина.

К сожалению, нашей красавице не досталась корона «Мисс Земля», ее получила австралийка Джессика Лэйн. Титула «Мисс Воздух» удостоена представительница Исландии Графнхилдур Харальдсдоттир, «Мисс Вода» - американка Беа Миллан-Виндорски, а «Мисс Огонь» - Нива Антезана из Перу. Но Екатерина Романова вошла в топ-8 красавиц планеты, а это тоже немалое достижение.

■ НУ И НУ!

Сибирский пситтакозавр побывал на МКС

Александра УШАКОВА

Александр Гребенки признался, что брал на орбиту кость динозавра.

Космонавт из Мысков Александр Гребенкин, который совсем недавно вернулся с МКС, рассказал, что брал с собой в космическую командировку кость динозавра. Пресс-конференция с участием нашего земляка прошла в Центре подготовки космонавтов.

В ходе пресс-конференции один из участников поинтересовался, какие ценные вещи Александр брал с собой на орбиту. Космонавт признался, что это были фотографии с изображением любимых мест в Кузбассе, а также фрагмент кости динозавра.

- Его мне передали в Кузбасском краеведческом музее в 2023 году. Это фрагмент кости Пситтакозавра сибирского, который был найден на территории Кемеровской области, - рассказал наш земляк.

Александр Гребенкин пообещал вернуть останки динозавра в музей, как только приедет в Кузбасс.

В Кузбасском краеведческом музее уточнили, что Гребенкину вручили фрагмент ребра динозавра длиной около трех сантиметров.

И пообещали, что после возвращения кости обратно в музей она станет уникальным экспонатом, который пополнит фонды Кузбасского краеведческого музея.

СПРАВКА «КП»

Конкурс «Мисс Земля» проводится ежегодно с 2001 года. Цель конкурса - продвижение идеи охраны окружающей среды и социальной ответственности.

Последний выстрел Брестской крепости раздался 9 лет спустя:

Трагическая судьба участника обороны

Лариса МАКСИМЕНКО

Он канул в неизвестность, но бойцы СВО из Кузбасса разобрались в зависшем и запутанном «Деле Малыгина».

Брестская крепость первой приняла удар войны 22.06.1941 и держала фашистов так стойко, так долго, что стала примером.

И, по данным музея крепости, бойцы не сдавались - вели бои и в июле 1941-го.

И есть молва: последний выстрел был весной 1942-го.

И историки крепости продолжают восстанавливать фамилии защитников и выяснять судьбы. Одно из их писем пришло и в Кузбасс, с просьбой помочь узнать про Александра Малыгина. За поиск взялся историк Сергей Марченко и нашел в архивах документы Малыгина. И так стало известно про последний «выстрел» - через 9 лет после 22 июня 1941 года. И «выстрел» - нет, не в крепости. В судьбе Малыгина - в 1950-м. Но точки в его истории еще долго не было...

КРЕПОСТЬ. ПРОРЫВ

- Малыгин служил в крепости в звании техника-интенданта 2-го ранга 31-го отдельного автотранспортного батальона 6-й стрелковой дивизии. А Великая Отечественная застала на временной должности казначея 84-го стрелкового полка, - рассказала Елена Митюкова, зам по науке музея «Брестская крепость».

22 июня немцы ворвались в Цитадель, заняли клуб «малыгинского» полка и столовую комначсостава и рвались к Холмским и Брестским (Трехарочным) воротам - заблокировать выход. Но наши остановили. Малыгин тоже защищал Цитадель.

С 23-го немцы перешли еще и к тактике изнурения, блокировали подходы к воде.

Наши готовились к прорыву. Группа из 120 человек должна была «разрезать» линию врага, переплыть реку, пробить коридор остальным. И утром 26-го пробилась, вышла из крепости. Но вечером на северо-востоке Бреста наткнулась на фашистские танки... Возможно, в той группе прорыва был и Малыгин. В найденных историком



Городской музей им. Плотникова, г. Березовский

Малыгин работал на лесоповале и сплаве. Недавно на речке Барзас найдены бетонные опоры, на них когда-то заключенные наматывали тросы, регулируя сплав.

Марченко документах: попал в плен 26-го.

И сначала лагерь для военнопленных был неподалеку от крепости, потом их перегнали, скорее всего, в лагерь Б-307. Там держали без еды по 15 дней и больше, и люди умирали, ели траву, даже уголь, писал Николай Циркин из Тайги, еще один защитник крепости, оставивший воспоминания, также попавший в плен раненым, без сознания, но 27-28 июня.

И в фашистских концлагерях 34-летний Малыгин жил надеждой на Победу и что жена и трое ребятишек его живы. Они ушли с другими женами и детьми, как было решено на собрании защитников крепости.

И жена, и дети Малыгина уцелели, их потом спрятали в деревне под Брестом - до конца оккупации. И потом жена с детьми вернулась в родной Орел и начала писать запросы о судьбе мужа, и в 1949-м ей пришло письмо... из Сибири, из лагеря. Малыгин писал: не виновен.

...Напомним, тогда шли еще первые послевоенные годы. О подвиге Брестской крепости СМИ заговорят только в конце 1950-х. Писатель Смирнов в 1965-м передаст в музей «Брестская крепость» свой собранный за те годы архив по защитникам и свою вышедшую книгу «Брестская крепость». И в его архиве окажется письмо от жены Малыгина со словами про мужа, про лагерь.

И указанные координаты, в новом веке пришедшие из Бреста в Кузбасс («лагерь 013, Барзасский район, Туганак»), помогли кемеровскому историку

Сергею Марченко выяснить, что случилось с Малыгиным. И я помню, как переживал он, директор музея кузбасского ГУФСИН, полковник МВД в отставке, рассказывая про бойца из Бреста Малыгина, и это было одно из последних открытий историка, ушедшего вскоре в пандемию.

ПРИГОВОР. НЕУЧТЕННЫЙ ПОДВИГ

Защитник крепости пробивался к нам почти 80 лет. Из отсутствия о нем информации.

Из особого места и времени.

И первое, что открылось в документах, - его описание, показывал мне страницы Марченко. Рост Малыгина средний: 165-170. Плечи опущенные. Шея длинная. Волосы темно-русые с проседью... Потом отпечаток пальца. Роспись «Малыгин» с уже не верящим в хорошее росчерком вниз.

- Был в плену в лагерях, работал у немцев на военном заводе в Нюрнберге по 6 марта 1945-го. Работал..., ну а как иначе, чтобы выжить, надо было работать, получать рабочую пайку... - говорил об этапах Малыгина Марченко. - Освобожден из плена «союзниками».

В апреле 1947-го арестован отделом контрразведки МГБ, доставлен в один из проверочно-фильтрационных лагерей в Средней Азии. После суда (в августе 1947-го) доставлен в Северокузбасский лагерь... В обвинении нестыковки, натяжки, вплоть до звания подпоручик РОА, полученного, ... когда война уже закончилась. Все это, чтобы дать срок лишь по признакам, что оказался в немец-

ком плену. И это обвинять защитника Брестской крепости, провоевавшего четыре дня, а каждый день боев в крепости - подвиг! На это не обратили внимания. Малыгину дали 10 лет, статья 58-1-б, за измену Родине военнослужащим РККА.

И Малыгин писал наверх, получал отказы. Отчаялся искать правду. И, похоже, после очередного отказа свел счеты с жизнью.

И это был последний «выстрел», 16.06.1950-го, который не смог - было нечем, когда очнулся и понял: в плену, сделать в 1941-м.

А в 1950-м в Сибири, если б удержался хоть на малой надежде... Прошло бы несколько лет, и после смерти Сталина из лагерей стали выпустать партиями.

- И я был поражен, что дело его не поднималось, что так позже и не реабилитирован... - делился историк Марченко.

- А почему все так?

- ...Время было беспощадное. Плюс лагерная система требовала рабочей силы. И в Уставе Красной Армии перед войной сказано: попасть в плен не имеет права.

ОН - СВОЙ!

...Мой звонок застал бойца СВО - Серегу - на ступеньках ж/д моста в «Новосибирске - Главном». Едет после ранения и контузии и уже из дома назад в госпиталь, закончить лечение. Потом на новый контракт, хочет снова на СВО.

Сергею - 43. Столько же было Малыгину в его последние дни.

И Серега, бросив сумку, закурив, слушая «Дело Малыгина» (как тот воевал с немцами, пришел в себя в плену, после Победы был осужден за плен) и в поиске истины нетерпеливо перебивает:

- Реабилитирован боец?

- Нет. В музее «Брестской крепости» сказали: «нет», «...в отношении гарнизона Брестской крепости такие случаи единичны, чтобы ее защитники после плена

бы были осуждены». И что вопрос о реабилитации его сейчас поднять некому.

- Я как участник спецоперации знаю: любой бой - уже подвиг, бой идет ценой жизнью. А бойцы Брестской крепости такие бои выдержали!... - горячится Сергей.

- А что так обошлись с Малыгиным после плена... - продолжает. - В любые времена ошибки бывают... Но покончил с собой из-за отказов в пересмотре дела - и это тоже показатель. Он решил лучше уйти, чем жить с позором, которого не заслужил.

- А реабилитация... Но лучшая реабилитация - когда человека помнят! Я буду помнить. Братьям-бойцам расскажу - будут Малыгина помнить. И мое мнение: защитники Брестской крепости - герои, Малыгин - герой, - реабилитирует правом солдата - защитника России - боец СВО Сергей Упоров. - И если б Малыгин бы шел сейчас навстречу, я б его обнял! Как и любой из наших. Он - СВОй!

И я, слушая бойца СВО, поражаюсь, задача, затаившаяся на годы, решилась. И «вижу». Железнодорожный мост посередине России, черные рельсы с линейками оранжевых листьев. И боец СВО Серега жмет Малыгину руку, который так долго этого ждал, чтобы уйти к товарищам из Брестской крепости - в небо, в святое воинство, теперь справедливо и навсегда.

P.S. Северокузбасский лагерь, пояснил Александр Мить, кандидат исторических наук, был создан в 1947-м и существовал до 1960-х. Специализация - лесозаготовки. Контингент - в основном, уголовники и «власовцы». «Власовцев» в бригадах часто было большинство, пояснил историк. Так что защитнику Брестской крепости, оказавшемуся среди «власовцев» и приравненному к ним - настоящим изменникам Родины, было вдвойне тяжело.

КСТАТИ

Письмо в камне

Недавно найдено послание заключенных «Севкузбасслага».

Сотрудники городского музея имени Плотникова (из Березовского) нашли в тайге, на берегу Барзаса два бетонных «пенька». На эти опоры ээки когда-то наматывали тросы, перекрывая реку и регулируя сплав бревен, сортируя древесину. На одной оказались надписи, фамилии, их еще предстоит разобрать, может, есть и Малыгин. А выцарапанные на бетоне годы из жизни страны самые четкие, не раз обведенные: 49-53.

Стресс в ребро

Что делать,
если нервозность
преследует постоянно.



Оксана ЗИЖО/Нейросеть

Анна КУКАРЦЕВА

В ноябре отмечается День осведомленности о стрессе. Вопреки стереотипу, стресс - это необязательно что-то плохое. Кратковременный, острый стресс даже бывает полезным. Выбрасываемые в ответ организмом гормоны адреналин и кортизол «тренируют» сердечно-сосудистую систему, запуская реакцию «бей или беги». Сердце начинает биться быстрее, кровь стремительнее бежит по жилам, мышцы разогреваются, готовясь к «бою». Все это положительно сказывается на организме.

Но когда стресс становится постоянным, это уже совсем другая картина. Незря стрессоустойчивость считают редким положительным качеством кандидата при приеме на работу. И, увы, едва вы поднимаетесь со ступеньки простых исполнителей выше по карьерной лестнице, стресс становится вашим постоянным спутником. Что поможет защититься и как справиться с последствиями хронического стресса? Об этом мы поговорили с психиатром Александром Мещеряковым, автором книги «Скатертью тревога» издательства «Комсомольская правда».



Александр Мещеряков.

ПОЧЕМУ ИЗНАШИВАЕТСЯ ОРГАНИЗМ

- Сразу хочу сказать, что стресс вызывают любые события в нашей жизни, которые выходят за рамки обыденности, выбивают нас из зоны комфорта. Даже счастливые моменты вызывают всплеск гормонов стресса, - говорит Александр Львович. - Поэтому от радости некоторые начинают суетиться, сердце бьется быстрее, как от внезап-

ного испуга, например. Такие кратковременные выбросы гормонов стресса в итоге проходят для организма без негативных последствий, гормоны нейтрализуются через некоторое время. Ведь, по сути, кратковременный стресс присутствовал в нашей жизни всегда, и нервная система выработала механизмы защиты от него.

Другой вопрос - стресс хронический. Например, затяжная болезнь близкого человека, нелюбимая, малооплачиваемая работа. Из-за постоянно присутствующего стресса гормоны вытекают не порциями, а поступают постоянно, по каплям. Что делать с этим, наша нервная система не знает. Гормоны стресса накапливаются постепенно, отравляя организм.

- Представьте себе, что ваш организм - это машина, которая все время куда-то едет, - говорит Александр Мещеряков. - Из-за постоянной работы изнашивается мотор, перегревается проводка, лысеет резина. Так и с организмом: из-за хронического стресса накапливаются проблемы - постепенно, не сразу.

Начинаются головные боли напряжения, страдают надпочечники (они вырабатывают кортизол, то есть постоянно трудятся), могут быть проблемы с мочеиспусканием, тахикардия, невралгия. Зубы непроизвольно сжимаются от напряжения, начинается бруксизм, эмаль изнашивается. Эмоции тоже изнашиваются - радость тускнеет, зато злость и тревожность становятся объемнее, заполняют пространство. Из-за этого события, на которые человек раньше вообще не реагировал, относятся нейтрально, выбивают из колеи, вызывая всплески агрессии. Нарушается сон. Другими словами, начинаются различные психосоматические проблемы.

При этом человек может сдавать кучу анализов, которые показывают норму. А тело все равно болит. Кстати, существует даже такое направление - психокardiология. Врачи разбираются со случаями сердечных заболеваний, которые физиологически не должны быть, но все равно есть. И связаны они именно с постоянным стрессом.

КАК С ЭТИМ ЖИТЬ?

- Понятно, что ситуацию нужно менять, - говорит Александр Мещеряков. - Иногда человек способен сам понять корень проблемы. И ему может подсказать тело. Известное выражение «ноги не идут» - это про подсказки тела. Например, когда человек утром перед выходом на нелюбимую работу реально двинуться не может - ноги слабеют, голова болит. Или при мыслях о том, что является триггером (спусковым крючком. - Ред.) стресса, начинает бешено колотиться сердце.

И если человек может сам решить эту проблему - отлично. «Во многом это зависит от продолжительности стресса, от погруженности в него человека, от силы воли», - поясняет Александр Мещеряков.

Но порой необходима помощь специалиста, который распутает клубок проблем или даст толчок, который поможет сменить ту же нелюбимую работу.

Могут помочь и разговоры с близкими, которые хотят, чтобы с родным человеком все было в порядке. Иногда высказать проблему - это уже начать путь к ее решению.

Страх, тревога, плохое настроение, раздражение, беспокойство - все это вызывает напряжение, а то и спазм мышц. Есть простой, но эффективный комплекс на расслабление этих зажимов от невролога Эдмунда Джекобсона.

- Суть упражнений в том, чтобы осознанно напрягать, а потом расслаблять определенные группы мышц, - объясняет психиатр Александр Мещеряков. - Напрягаем мышцу около 7-10 секунд, расслабляем 20-30 секунд. Подходим к этому осознанно и с удовольствием - сравниваем ощущения во время напряжения и во время расслабления. Представляем свои мышцы, связки.

ВАЖНО

Инструкция к жизни без стресса

- Ничего нового я не скажу, но тело нужно любить и заботиться о нем, - говорит Александр Мещеряков. - И менять образ жизни, чтобы ему помочь. В первую очередь - двигаться. Движение помогает расщеплению гормонов стресса - бег, плавание, езда на велосипеде, силовые упражнения. Человек - существо прямоходящее, а не вечно сидящее. Поэтому сидеть и лежать на диване, когда все болит и все бесит, - не просто нельзя, а противопоказано.

Второе - соблюдать основные принципы здорового образа жизни. Не есть много жирного и жареного (чтобы не напрягать желудок и кишечник). Не злоупотреблять алкоголем и не курить. Высыпаться - спать не меньше 7-8 часов в день.

Третье - овладеть практиками осознанности. Смотреть на жизнь каждую минуту и чувствовать ее, а не просто проживать дни. В этом очень помогают йога, медитация, когда мысли успокаиваются, человек ощущает все свое тело, каждую мышцу, биение сердца, дыхание.

- Очень важно в моменте также отмечать какие-то вещи. Например, на прогулках ловить ветер, чувствовать запахи, всматриваться в краски, - говорит психиатр. - Есть такой способ борьбы с паническими атаками: назвать пять вещей, которые тебя окружают, назвать четыре вещи, которые можете потрогать прямо сейчас (и потрогать их рукой), назвать три вещи, которые можете услышать, назвать два запаха, которые ощущаете, назвать вещь, которую можно попробовать на вкус. Это помогает успокоиться и при стрессе. Но важно, чтобы эта практика была именно осознанной, ее нужно тренировать. Делать тренировку каждый день и желательно не один раз. Вы сами заметите, насколько более насыщенной стала ваша жизнь. Кстати, это будет заметно и на физиологическом уровне - меньше будет болей напряжения, зажатости мышц. Есть доказанный медицинский факт: люди, которые овладевают практиками осознанности, в прямом смысле этого слова наращивают мозг. Компьютерная томография показала, что у них утолщается префронтальная кора мозга, которая отвечает за абстрактное мышление и принятие осознанных решений, то есть за когнитивные функции высшего порядка.

А ЧТО ЕЩЕ?

Напрягаем - расслабляем

Выполнять упражнения можно где угодно, из какой угодно позиции, 2-3 раза в день.

Берем виртуальные лимоны. Вытягиваем руки и изо всех сил выжимаем «лимоны»:

давим 10 секунд, потом расслабляем

20-30 секунд. Повторяем, пока весь сок не выжмем.

Представим между лопатками теннисный мячик (грецкий орех, яблоко - кому что ближе). Пытаемся

зажать его - и не просто зажать, но и расколоть!

Давим 10 секунд, потом расслабляем.

Повороты на 10 секунд в радостного человека.

Улыбаемся! И как можно шире. Всего 10 секунд.

Держим, держим и расслабляем. Можно повторить.

Поднимем плечи к ушам. Пытаемся достать до мочек. Еще

выше! Задержались на 5-10 секунд. Расслабляем.

Повторяем. Ощущается тепло и приятное расслабление?

Эффект будет заметен уже через три недели!

Дмитрий ПОЛУХИН/
Комсомольская правда

Читатели рекомендуют

Книга Александра Мещерякова «Скатертью тревога»

★★★★★ Екатерина:

Подача с юмором - кажется, что все поправимо, не так страшно. Даны практические советы. Спасибо автору, книга помогла и дала силы разбираться в проблеме дальше, а не продолжать мучиться.

★★★★★ Сергей:

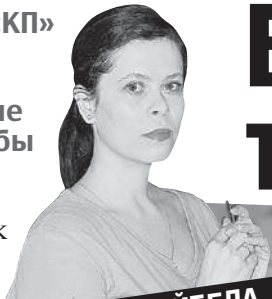
Жена мучилась паническими атаками. Дошло до того, что уже почти не выходила из дома одна. Книгу купил, чтобы самому понять, что с ней происходит. А прочла она - и паника отступила.

Книгу можно заказать на shop.kp.ru
и приобрести в книжных магазинах
и на маркетплейсах.



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

Корреспондент «КП» разбирается, что нужно изменить в законе о животных, чтобы не гибли люди.



Ульяна СКОЙБЕДА, обозреватель «КП»

Нападения собак на людей происходят каждый день. В городе Сковородино Амурской области бездомное животное укусило девочку, шедшую домой из музыкальной школы, за лицо. В Саратове пес укусил за лицо возвращавшегося с работы мужчину: уставший человек сел покурить на лавочку, зверь наскокил, повалил и искоусал, мужчина был весь в крови.

В Сургутском районе (ХМАО-Югра) стая бродячих собак напала на восьмилетнюю девочку, ее спасло то, что рядом были взрослые. Мужчина с сыном прогнали собаку и отвезли ребенка в больницу.

Всем этим людям повезло: они отбились. А в Кимовске Тульской области 59-летнюю женщину по имени Татьяна свора прикормленных местным бомжом бездомных собак заела насмерть, объела до костей ноги и голову, женщина работала на местном оборонном заводе, была одним из лучших токарей. До этого в Чульмане Нерюнгринского района Якутии стая загнала в гараж и убила 12-летнюю Вику; ребенок, пока его ели, схватился за стенку гаража: след от руки - как в сгоревшем Доме профсоюзов, одесской Хатыни...

УЖЕ ЧИНОВНИКИ КРИКОМ КРИЧАТ

Это все события октября и ноября, если что. Как сводки с фронта. Пора признать: собаки едят людей массово, чиновники на местах ничего не могут сделать. Только что глава села Зеленец Сыктывдинского района Коми Александр Якунин записал обращение к главе района Любови Дорониной:

- Уважаемая Любовь Юрьевна, примите, пожалуйста, меры по отлову собак, агрессивные везде уже ходят, уже надоело об этом твердить, никто ничего не делает. Давайте уже решите вопрос раз и навсегда, денег нет - просите у республики. Пожалуйста, вот они ходят (показывает бегущую мимо стаю в семь собак. - Ред.) и кошмарят всех детей. Дом культуры, амбулатория... возле детских учреждений ходят.

То есть и чиновники уже криком кричат. Проблема в очередной раз заслушивается в Госдуме, депутаты спрашивают себя: так ли хорош закон «Об ответственном обращении с животными», который они приняли в 2018 году и который, по-видимому, стал причиной бесконечной кровавой жатвы на улицах и в парках по всей России? Раньше ведь такого спрессованного кошмара не было?

Бродячие собаки растерзали третью женщину за два месяца



Shutterstock

Пока власти на местах борются с «ходульным» законом против бездомных животных, псы на улицах продолжают нападать на людей.

МОТИВИРОВАННАЯ АГРЕССИЯ...

Вместе с общественными деятелями и местными законодателями мы тоже хотели бы высказать свое мнение, взвешенно и спокойно указать, что нужно исправить.

Главный недостаток действующего закона в том, что он разрешил выпуск на улицу собак с мотивированной агрессией. Там, если сократить канцеляризм, написано: мероприятия по обращению с бездомными собаками включают отлов, стерилизацию,

и развлекаются, учатся охотиться, в процессе снимая у жертвы скальп. Все это разрешено законом, потому что это естественное поведение собаки, стайного хищника, близкого к волку.

...И НЕМОТИВИРОВАННАЯ

Теперь посмотрим, а что же происходит с собакой, проявляющей немотивированную агрессию, то есть бросающейся на всех, «неадекватной», «бешеной»? Таких собак закон предписывает изолировать от людей, то есть размещать в приютах для животных и содержать до самой смерти.

Разумно, но вот незадача: закон не обязывает муниципалитеты строить приюты, в документе нет ни одного слова об этом. И потому муниципалитеты их не строят (бюджеты не выделяют деньги), а частные конторы, берущие подряды на отлов собак, крайне неохотно принимают хвостатых нахлебников. И их можно понять: контракт через год закончится, а животное надо будет долгие годы кормить на свои деньги? Да кто же на это согласится?

Поэтому частные конторы, это мое глубокое убеждение, предпочитают «не заметить» немотивированную агрессию. Ссылаются на то, что определение «немотивированная агрессия» в законе отсутствует, и выпускают собаку в песочницу. Тем более что и ответственности за выпуск излишне агрессивного животного не предусмотрено, и это еще один недостаток закона.

Подытожим? Закон предписывает выпускать на улицу собак, которые смотрят на человека как на добычу или помеху, кусают в обоих случаях, как положено их виду по природе. Закон предписывает не выпускать немотивированно агрессивных, но не обязывает, что это такое. Никого не обязывает строить приюты для этих агрессивных, не вводит никакого наказания, если отловщик порадеет о своем кошельке и все же выпустит.

Здесь, в скобках, надо сказать, что частный отловщик всегда будет радеть о своем кошельке, это же бизнес. Он работает всегда ради денег. Но муниципальных отловов, работающих без прибыли, но с целью создания безопасной среды для населения, закон никого создавать не обязывает, вот и еще один недочет.

ЕСТЬ РЕШЕНИЕ

Строить приюты для всех или гуманно умерщвлять

Теперь давайте представим себе абстрактного доброго пса, неагрессивного совершенно, например, без зубов. Он не может укусить человека и, кажется, должен быть спокойно возвращен в песочницу/к мусорному контейнеру, верно?

Не верно. Все абсолютно владельцы собак знают, как часто они гонят питомцам блох и делают прививку от бешенства: раз в год. Понятно, что точно такой же инфекции подвержен и бездомный пес, но закон прямо запрещает повторный отлов однажды побывавшей в отлове собаки: один раз в жизни провакцинировали от бешенства, все. Поэтому, благодаря закону, бездомные собаки - живые бомбы замедленного действия: их запрещено лечить.

И этот раздел закона, конечно, нужно менять полностью. Полностью запретить выпуск любых агрессивных и обеспечить это. Неагрессивных, а их будет мало, отлавливать раз в три месяца.

Полный запрет на выпуск можно обеспечить двумя методами: либо обязать регионы строить приюты для всех, и это будут триллионы рублей, либо гуманно умерщвлять через разумное время, за которое станет ясно, что никто не возьмет животное в семью. Народу России, в общем, все равно, главное - убрать кусачую опасность с улиц.

Не все равно властям: то и дело мы читаем, что в таком-то населенном пункте бюджет выделил деньги на отлов 24 или 50 собак, при том что на улице их тысячи или сотни. Причина - тотальная нищета регионов, больше денег просто нет. И получается черпание моря ложкой: пока власти стерилизуют 24 собаки, остальные сотни плодятся в геометрической прогрессии.

Нужно еще одно изменение закона: обязать отлавливать не поштучно, а сто процентов, и деньги на это выделять из федерального бюджета.

Федеральной власти нужно на что-то решиться, потому что регионы, которым вроде бы дали право наводить свой порядок, не справляются с задачей: по разным причинам закон об умерщвлении не заработал пока нигде.

А люди между тем гибнут и гибнут. 9 ноября в Казани загрызли 48-летнюю сотрудницу супермаркета Жанну Хусаинову: она шла на работу, написала, что уже подъезжает, и пропала. Женщину нашли в двухстах метрах от местной производственной базы: оттуда выбежали 15 собак и «указали» место трагедии. Хозяин базы говорит, что «собачки хорошие», стерилизованы, вакцинированы и «не могли». Жили на базе, но гуляли как бездомные и охраняли место, где их кормили.

У женщины остались муж и ребенок. Диким зверям нельзя объяснить, что людей нельзя есть, можно только посадить их в клетку или застрелить.



Представлено «КП»

12-летнюю Вику собаки загнали в гараж. Девочка не выжила...

вакцинации и возврат животных, не проявляющих немотивированной агрессии на прежние места обитания, то есть в парки и песочницы.

Что такое мотивированная агрессия? Собака нападает на человека, кусает его за лицо - это мотивированная агрессия: от человека, например, пахло алкоголем, собаке не понравилось. Собака охраняет мусорные баки, из которых кормится, не подпускает к ним бабушку с ведром - снова мотивированная пищевая и охранная агрессия, все нормально. Собачья стая валит ребенка и растаскивает его в разные стороны, поваливая от возбуждения хвостами - игровая агрессия, так животные коммуницируют

Все материалы о бродячих собаках и битвах законодателей, зоозащитников и покусанных граждан вокруг этой проблемы - в специальном разделе на сайте KP.RU



Участница от России на конкурсе «Мисс Вселенная»:

Навела я сегодня шуму!

Ольга РОДИНА

Валентина Алексеева в платье от российского дизайнера произвела фурор в Мексике.

В этом году Россию на главном конкурсе красоты «Мисс Вселенная» в Мексике представляет 18-летняя **Валентина Алексеева** из Чувашии. Несколько недель назад она завоевала титул «Мисс Россия 2024».

Финал, в котором 130 красавиц со всего мира будут бороться за победу, состоится 16 ноября в Мехико. Но Валентина уже успела покорить сердца жителей Мексики во время одного из промежуточных этапов, а именно демонстрации вечерних платьев.

Валентина Алексеева, ставшая самой юной участницей конкурса, вышла в роскошном платье из кутюрной коллекции «Девичьи грезы» Санкт-Петербургского дизайнера **Ольги Маляровой**. Наряд сложного кроя декорирован россыпью камней - более крупные стразы расположились в области бюста, а поменьше украсили полупрозрачную юбку, создав эффект волшебного сияния. Само платье в области талии как будто обвивает шелковая ткань, делая фигурку Валентины еще более точеной. При этом материя частично закреплена на каркасе, отсюда эффект воздушности. Образ Алексеева дополнила корона с камнями и крупными серьгами. Тот случай, когда все сошлось - природная красота и прекрасная фигура девушки, а также удачный дизайн наряда.

«Нереальная. Какое платье божественное, как подчеркивает фигуру, талия выглядит просто тонюсенькой», «Это просто джокер на стол! Одним махом решила исход», «Мой фаворит! Вперед, Валентина», «Русская принцесса», «Сногшибательная. Валя, ты затмила все звезды Вселенной», «Роскошное платье», -

прокомментировали фото и видео Валентины поклонники в соцсетях.

После демонстрации вечерних нарядов многие пользователи соцсетей и блогеры, следящие за конкурсом, поставили нашу Валентину на первое место в рейтинге участниц.

«Ну и навела я сегодня шуму перед ужином», - поделилась в соцсетях девушка.

Тем временем дизайнер Ольга Малярова показала видео, как создавалось платье. Наряд расшивался бесчисленным количеством камней и страз вручную.

Что известно о русской красавице

КСТАТИ

Валентина окончила лучшую школу Чувашии с золотой медалью и уже успела поступить на бюджет в Московский медицинский университет имени Пирогова, на специальность «Лечебное дело». Попасть в этот престижный вуз (особенно на бюджет!), как известно, крайне сложно.

Ранее Валентина призналась, что буквально корпела над учебниками.

«Я многое сделала для того, чтобы

окончить школу с отличием. И мой красный аттестат и золотая медаль в красной коробочке стали результатом моих бессонных ночей за вебинарами, тестами и учебниками. За все это время у меня не было ни одного репетитора, я все делала сама. На выпускном никто из моих близких не знал, что аттестат красный, а медаль золотая. Я до последнего держала эту новость в секрете. Это был наш общий праздник!» - рассказала журналистам Валентина Алексеева.

Помимо учебы, красавица занимается балетом и йогой, а также принимает участие в научно-исследовательских проектах в области экологии. В конкурсах красоты участвует с 16 лет. Первую победу Валентина одержала в конкурсе «Мисс Чувашия». А 6 октября девушка стала обладательницей титула «Мисс Россия 2024». Кстати, мама Вали, 39-летняя Ольга Алексеева, в 2023 году стала «Вице-миссис Чувашия».

Любимая газета страны

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК



Книжка-малышка от «Комсомолки»: **МОЛИТВЫ для бойцов в зоне СВО и их близких**



Сталин не дал Анке-пулеметчице и Петьке завести детей

90 лет фильму «Чапаев»

Снова Казанова!

Искусственный интеллект нарисовал портреты людей, склонных к изменам



В ПРОДАЖЕ С 13 НОЯБРЯ

РЕКЛАМА 12+



Больше фото и видео нашей красавицы - в телеграм-канале «КП» «Звездная пыль»



Личная страница Валентины Алексеевой в соцсети

Валентина Алексеева - одна из претенденток на победу в конкурсе.

Александра ПАХМУТОВА: Папа работал на лесозаводе, но привил мне любовь к музыке

Анастасия
ПЛЕШАКОВА

Александра Николаевна уже стала легендой. Она написала более 400 песен - от лирических композиций до героических гимнов. От классических произведений, кантат, увертюр до музыки к культовым советским фильмам: «Три тополя на Плющихе», «Девчата», «Веселая карусель»...

Ее музыка жить и строить помогала. Давала веру, что жизнь может быть похожа на песню. Все важнейшие события в стране - полеты в космос, стройки века, Олимпиады - проходили под музыку Пахмутовой, этой маленькой женщины с грандиозным талантом.

В честь народной артистки СССР Александры Пахмутовой 9 ноября прошел концерт на Исторической сцене Большого театра, в котором приняли участие Лев Лещенко, Станислав Любшин, Хибла Герзмава, Сергей Безруков, Ильдар Абдразаков, Пелагея, Дима Билан, Иван Бессонов и другие артисты.

Накануне дня рождения Александра Пахмутова ответила на вопросы «КП».

- Александра Николаевна, как настроение накануне круглой даты?

- Конечно же, радость, волнение, концерт на сцене Большого театра для меня большая ответственность, в первую очередь перед моими слушателями.

- Какой подарок ко дню рождения вы себе сделали? Может быть, новую песню написали?

- Каждая новая встреча со зрителем для меня подарок. Мой юбилей начался этой весной на моей родине, в городе-герое Волгограде, я была счастлива увидеть родной город - красивый, мирный и процветающий!

В этом году я написала несколько произведений, но особенно дороги мне два. Песня «СталГРЭС» написана

9 ноября композитору, народной артистке СССР Александре Пахмутовой исполнилось 95 лет.

в соавторстве с моими земляками - волгоградцами. В основу легли мои воспоминания о семье, детстве - военном, сталинградском детстве, родная Бекетовка. Премьера состоялась как раз в Волгограде на моем первом юбилейном концерте в этом году. Второе же произведение - это вальс. Я до сих пор остаюсь под впечатлением от концерта, который прошел 16 сентября в зале Чайковского в Москве. В моей жизни было много концертов, но такого, как в зале Чайковского, не было никогда. «Навстречу другу» - этой песней завершился концерт, во время исполнения транслировались фотографии: с концертов, с наших творческих поездок, но особенно дороги для меня были семейные фотографии.



Николай Добронравов и Александра Пахмутова прожили вместе 67 лет, но говорить о своем браке не любили, за них это делали их песни.

Мама, папа, сестра Люсенька... Как и всегда, я смогла выразить это в музыке и рада сообщить, что в день моего юбилея на сцене Большого театра состоится премьера моего нового вальса. Название пока не придумала. Особо хотелось бы отметить, что этот юбилей - огромный подарок для меня, для

моего зрителя. Три масштабных концерта, абсолютно разные программы, выставки и многое-многое другое. Я благодарна моему творческому коллективу Культурного фонда, и особенно другу, близкому и родному для меня человеку - Евгению Малышко. Женя более 30 лет находился и продолжает быть рядом и сейчас возглавляет мой Культурный фонд. Женя, огромное тебе спасибо за этот праздник!

- Год назад на прощании с Николаем Добронравовым (поэт скончался 16 сентября 2023 года. - Ред.) друг вашей семьи, известный врач Леонид Рошаль сказал вам: «Алечка, тебя спасет только работа, не сиди на диване, а садись к роялю и пиши музыку». Думаю, вы так и делаете и без советов друзей. Это так? Как вообще строится рабочий день такого большого композитора, как Александра Пахмутова?

- Как и всегда, продолжаю работать, заниматься творчеством. А в остальном - я такой же человек, как и все, нормальный, обычный.

- В вашей биографии написано: Александра Пахмутова начала сочинять музыку в три года, раньше, чем Моцарт. В пять лет написала пьесу для фортепиано «Петухи поют». Вы сами

с какого возраста стали осознавать себя композитором?

- В раннем детстве это было особенно удивительно - пробовала подбирать услышанные в кино мелодии и даже сочинять. Первым моим учителем стал папа, музыкант-любитель. Работал он на лесозаводе под Сталинградом, где жила семья. Папа самостоятельно освоил фортепиано, балалайку, скрипку, арфу. Тогда же и родилось мое первое музыкальное произведение - пьеса для фортепиано «Петухи поют», всего 2 такта - но уже произведение. А с какого возраста я стала осознавать себя композитором? Сложно сказать, ведь творческий процесс не имеет границ, музыкант или композитор всегда творит. Осознать, что вот с этого дня я композитор, невозможно. Думаю, что это приходит вместе с признанием, любовью слушателя.

- На вечере в зале Чайковского, который проходил в сентябре этого года, впервые показали фотографии вашей семьи: родителей, сестры Люси... Они очень много сделали для того, чтобы вы состоялись как творческая личность. Кто из близких сыграл самую важную роль в вашей судьбе? И какую?

- Да, это правда. Вся моя семья положила



Военное детство не помешало Пахмутовой реализовать свою мечту о музыке.

свою жизнь ради меня. Папа привил любовь к музыке, он был очень талантливым музыкантом, уверена, что если бы папа пошел в искусство, то был бы намного талантливее меня, но он выбрал семью. Мама, Люсенька... Когда я поступила в ЦМШ (Центральная музыкальная школа при Московской консерватории. - Ред.), то они переехали в Москву, ради меня (жили в шестиметровой комнате в коммунальной квартире, через которую проходила шахта лифта. Большую часть комнатки, где жили Пахмутовы, занимал рояль, который служил и инструментом, и кроватью для 14-летней Али. - Ред.)... Они очень страдали, особенно Люсенька, она всегда любила Волгоград и часто туда приезжала. Я очень благодарна всей моей семье, мои песни и талант - признание им в любви.

- Патриарх Кирилл на заседании Патриаршего совета по культуре поставил в пример вашу совместную жизнь с Николаем Добронравовым (прожили вместе 67 лет. - Ред.) как образец «подлинного брака и подлинной любви». В чем секрет счастливой семейной жизни? Кто кому больше уступал: Пахмутова - Добронравову или наоборот?

- Секрета нет, просто любить. Николай Николаевич всегда приводил в пример цитату Антуана де Сент-Экзюпери: «Любить - это не значит смотреть друг на друга. Любить - это значит смотреть вместе в одном направлении». Именно так мы и жили, и я сейчас продолжаю жить.



Пять лет назад в Волгограде установили скульптуру «Девочка с аккордеоном», в которой легко угадывается маленькая Аля Пахмутова.

Михаил ФОМИЧЕВ/РИА Новости

Геннадий БИСЕНОВ

Денис АКИНИН

В чемпионате России по футболу завершился первый круг. Вот его главные итоги.

11 ПОБЕД ПОДРЯД

Второй год подряд «Краснодар» становится сильнейшей командой после первой половины первенства РПЛ. Хотя, казалось, после упущенного чемпионства в прошлом сезоне и резкой смены тренера

«быков» должен был ждать период реформ и спада. Но этого не произошло. Вместо кризиса краснодарцы выдали третий лучший первый круг в истории РПЛ: 37 очков, 11 побед и ни одного поражения. Только у «Зенита» в сезонах 2010 и 22/23 было лучше. Что самое главное - такой старт в последние годы чаще всего заканчивался чемпионством. Так что если команда Галицкого не возьмет золото в этом сезоне РПЛ, это будет обидное поражение.

ПОГОНЯ ЗА ЛИДЕРОМ

А не взять золото «Краснодар» очень даже может. Отрыв «быков» от «Зенита» - всего одно очко. Но это никак не красит команду Сергея Семака.

Прошедшим летом «Зенит» в очередной раз потратил больше всех в лиге на трансферы - 42,86 млн евро. Купили, например, дорогущих Гонду (12 млн) и Соболева (10 млн), точно переплатили



19-летний полузащитник «Локомотива» Алексей Батраков (в красном) - главное открытие сезона.

premierliga.ru

за Волкова (5 млн) и наверняка выписали хорошую зарплату не самому дорогому Глушенкову (6,3 млн).

И весь этот денежный мешок не гарантирует «Зениту» золото в год столетия клуба.

«ПАРОВОЗИК» ИЗ ЧЕРКИЗОВА

«Зенит» точно должен с завистью смотреть на «Локомотив», ведь «железнодорожники» показали, как можно побеждать, не тратя больших денег. В клубе есть относительно низкий потолок зарплат, из «Локо» летом ушли звезды вроде Дзюбы, Жемалетдинова, Миранчука и того же Глушенкова, а остались молодые россияне - и они все равно добиваются результата.

Главный тренер Михаил Галактионов уже создал крепкую и по-спортивному дерзкую команду, олицетворением которой является 19-летний Алексей Батраков - действующий лучший бомбардир лиги (10 голов). Хотя многие эксперты уверены, что красно-

Кто остановит «быков»

зеленым не хватит опыта, чтобы бороться за что-то серьезное.

«ДИНАМО» ИСКРИТ

После финишного рывка прошлого сезона от «Динамо» стали ждать реальной конкуренции с «Зенитом!». Но в новом сезоне динамовцы выступают без ярких фрагментов. Самые эмоциональные вкрапления у бело-голубых - нецензурные пресс-конференции Марцела Лички.

К слову, чешский тренер первым кругом в исполнении своей команды в принципе доволен. Хотел добиться десяти побед, но удалось выиграть только девять раз.

КРАСНО-БЕЛЫЕ ПОЛОСЫ

Новый тренер Деян Станкович приходил в «Спартак» спасителем. Именитый футболист, харизматичный человек, брутальный серб - все должно было сложиться. Но по факту у красно-белых остались их хронические болячки. Нестабильность, скандалы, странные трансферы и непонятные кадровые решения.

Спортивного директора Томаша Амарала (он отвечает за трансферы) уволили прямо под конец первого круга. На выход стоит еще обойма футболистов. Впрочем, по первым месяцам работы критически оценивать работу Станковича не стоит.

ВТОРОЙ ЭШЕЛОН

То же самое касается и рулевого ЦСКА Марко Николича. Серб еще не настроил игру ЦСКА, а под конец первого круга вообще заявил о том, что разочарован командой. Мол, слишком рано почувствовали уверенность в себе. Может, это связано с приходом Миралема Пьяничча в клуб?

Босниец пока не делает разницы на поле, а ЦСКА превращается в оборонительную команду с проблемами в атаке и отсутствием креатива.

ОНИ УДИВИЛИ

С остальными все примерно понятно. Новички РПЛ - «Акрон» и «Динамо» (Махачкала) - выступают лучше, чем ожидали эксперты. У остальных - серые будни.

А из футболистов больше всех удивляет Артем Дзюба. 36-летний форвард «Акрона» приближается к рекорду Александра Кержакова, у которого 233 гола за карьеру, а у Артема пока 231.

ТУРНИРНАЯ ТАБЛИЦА		
	И	О
1. Краснодар	15	37
2. Зенит	15	36
3. Локомотив	15	34
4. Динамо (М)	15	30
5. Спартак	15	28
6. ЦСКА	15	27
7. Рубин	15	19
8. Ростов	15	17
9. Акрон	15	16
10. Парти НН	15	15
11. Динамо (Мх)	15	15
12. Кр. Советов	15	12
13. Химки	15	12
14. Факел	15	12
15. Ахмат	15	9
16. Оренбург	15	8

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Все новости спорта - на KP.RU/SPORTS

О ЧЕМ ПИСАЛА «КОМСОМОЛКА» В ЭТОТ ДЕНЬ

Конец «прекрасной брежневской эпохи»

В следующем году «Комсомольской правде» 100 лет! Вспоминаем публикации «КП» в разные годы.

1982

Центральная пресса сообщает печальное известие: «Из жизни ушел... крупнейший политический и государственный деятель современности Леонид Ильич БРЕЖНЕВ». Спорить с этим утверждением и сейчас трудно. Вместе с генеральным секретарем ЦК КПСС наступил и конец «прекрасной эпохи Леонида Ильича», которую сегодня пытаются возродить в ламповых фильмах об СССР.

На первой полосе опубликовано официальное «Медицинское заключение о болезни и причине смерти», подписанное профессорами и академиками во главе с Евгением Чазовым:

«Брежнев Л. И., 1906 года рождения, страдал атеросклерозом аорты с развитием аневризмы ее брюшного отдела, стенозирующим атеросклерозом коронарных артерий, ишемической болезнью сердца с нарушением ритма, рубцовыми изменениями миокарда после перенесенных инфарктов.

Между восемью и девятью часами 10 ноября 1982 года произошла внезапная остановка сердца. При патологоанатомическом исследовании диагноз полностью подтвердился».



Здесь же сообщается о четырехдневном трауре в стране с 12 по 15 ноября. В день похорон отменяются занятия в школах.

«В момент погребения тела Леонида Ильича Брежнева произведи орудийные залпы в Москве, в столицах союзных республик, в городах-героях Ленинграде, Волгограде, Одессе, Севастополе, Новороссийске, Керчи, Туле, в крепости-герое Бресте, а также городах Калининграде, Львове, Ростове-на-Дону, Куйбышеве, Свердловске, Новосибирске, Чите, Хабаровске, Владивостоке, Североморске, Днепропетровске, Запорожье и Днепродзержинске».

«...произвести в течение трех минут салют гудками на фабриках, заводах, железных дорогах, на судах морского и речного флота». И страна гудела, провожая в последний путь дорогого Леонида Ильича.

2014

Криминальный корреспондент «Комсомолки» Александр Рогоза рассказывает историю бывшего военного, жена и трехмесячный сын которого стали жертвами маньяка. Трагедия случилась, когда герой публикации Игорь Петровский служил в Западной группировке войск СССР (в ГДР). «Маленький Стасик был долгожданным ребенком. Но 22 марта 1991 года жена с сыном пропали. Женщина вышла с коляской вечером на прогулку и не вернулась. Их искали ночь напролет, и только к обеду следующего дня кто-то из сослуживцев Петровского наткнулся на тела Тамары и малыша.

«- Кто-то из знакомых передал мне немецкий журнал Stern, в нем была большая статья о серийном маньяке, который задушил и зарезал шесть человек. Оказалось, что его поймали еще в 1991-м и уже успели осудить.

В газетах убийцу называли «Зверь из Белица». А имя его Вольфганг Шмидт. Симпатичный, под два метра ростом, крановщик на прокатном стане из деревушки Белиц. Еще в детстве он забирался в шкаф с вещами матери и раз-



глядывал ее нижнее белье, примерял на себя. За это родители его нещадно били. Потом вроде все наладилось, Вольфганг даже с девушками встречался. Но к женскому белью был неравнодушен. Как он сам потом рассказывал на допросах, десятки раз возвращаясь с завода в Бранденбурге домой на мопеде, сворачивал к свалке. Ему нравилось разбирать завалы, он искал в этих кучах мусора «трофеи»: выброшенные кем-то трусики и бюстгалтеры.

«24 октября 1989 года по привычке заехал на свалку. То, что нашел, привело его в дикое возбуждение. Ему вдруг нестерпимо захотелось секса. Шмидт сел на мопед и поехал. Выбор жертвы - дело случая. У крайнего дома ближайшей же деревушки увидел женщину лет

пятидесяти, которая сажала тюльпаны. Вольфганг повалил ее на землю, задушил и изнасиловал. Это первая жертва будущего серийного убийцы».

«В мае 1990 года он тем же способом убил еще одну женщину. 13 марта 1991 года маньяк подкараулил в лесу свою третью жертву, искромсал ножом и спрятал в кустах». «В газетах писали о насильнике, зверски убивающем женщин. Полицейские призвали местных жителей не ходить поодиночке. Шумиха извращенца нисколько не пугала. Он снова вышел в лес «на охоту», побрел к советскому госпиталю, где немецких газет явно не читали». Там на опушке повстречал жену Петровского...

«Вскоре он напал с ножом на двух девушек-подростков. И тут жертвам впервые удалось отбиться». «Но в тот же день он убивает снова - заходит в деревенский дом неподалеку от госпиталя, душит и насилует 66-летнюю хозяйку».

«Попался «Зверь из Белица» случайно». «Суд приговорил его к 15 годам тюрьмы с последующим размещением в психиатрической лечебнице в Блице».

Все выпуски рубрики «О чем писала «Комсомолка» в этот день» - на сайте KP.RU

Ведущие рубрики Татьяна АДАБАШ, Елена ПОПОВА.

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



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

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»



Яна БЫКОВА, Магнитогорск:

- Студентка, победительница конкурса «Краса Магнитки - 2024». Много лет занималась художественной гимнастикой. Увлекаюсь современной хореографией, моделингом. Люблю путешествовать и познавать все новое.



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Такой разрез говорит о том, что это платье - для бальных танцев. Это может быть и томная румба, и романтический вальс. Аккуратнее со шлейфом, он прекрасен, но опасен.

АНЕКДОТЫ

Одно понятно: на нашем веку разофигеть обратно уже не получится.

* * *

Новый год еще через два месяца, но я уже готова рыдать, представляя, как мой мужик дарит мне не тот подарок, который я хочу. Или вообще ничего не дарит. Или даже не знает, что он мой мужик.

* * *

Моня получил СМС и обалдел: «Ваш супружеский долг погашен!»

* * *

Пошел старик к синему морю. Стал он кликать Золотую Рыбку. А какую рыбку - не уточнил. Приплыла к нему золотая акула. Тут и сказочке конец...

* * *

- Сивка-бурка, вещая каурка! Встань передо мной, как лист перед травой!

- Иван, я просто лошадь, и ваши инсинуации с пространственно-временным континуумом вызывают у меня чувство глубочайшего когнитивного диссонанса.

- Чё?

- Ну вот примерно это я и пытался до вас донести.

* * *

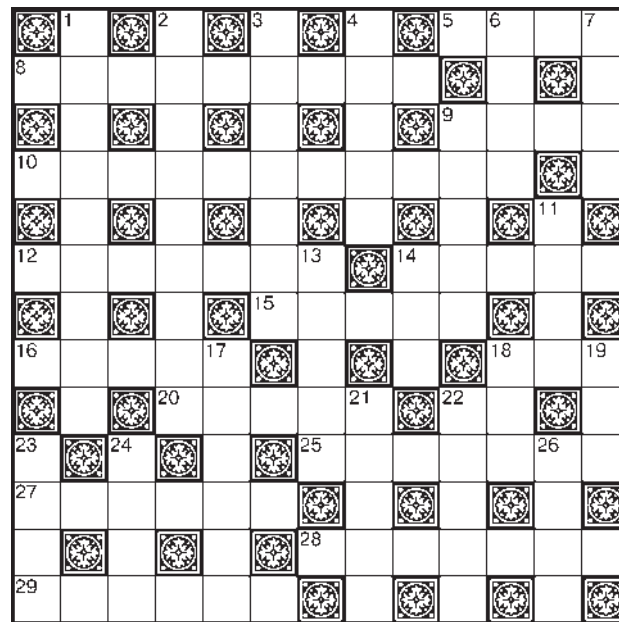
Сказал мне доктор: «Раздевайтесь» И улыбнулся, как артист. Видать, он очень необычный Дантист.

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. Яблочный, но не пирог. **8.** Чьи плоды окрестили «сорочьи очи»? **9.** Озвучка сна. **10.** Что включают для решения задачи? **12.** Гимнаст на манеже. **14.** Какой музыкальный инструмент традиционно сопровождает игру на зурне? **15.** «Король» «турецких сладостей». **16.** Писатель ... Дрюон. **18.** Многоквартирный. **20.** Белый медведь для эскимосов. **22.** Безобидная змея. **25.** Итальянский поэт, учитель Петрарки. **27.** Куда приносит отрезь? **28.** «Не знаю больше величия, чем ...» (из Фаины Раневской). **29.** Ради кого мифический Полидевк попросил лишить его бессмертия?

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Линия над горизонтом. **2.** Шоколадный стимулятор. **3.** Горец в авторитете. **4.** Диадема русского звучания. **6.** Картофельная паста. **7.** Симптом крапивницы. **9.** Кто, согласно масонской версии, руководил всеми работами при возведении храма Соломона? **11.** Живот у толстяка. **13.** Шуба на часовом. **14.** Грязевой ... из мультфильма «Огрики». **17.** Основной элемент в спортивной акробатике. **18.** Лимонадный киногерой. **19.** Песчаный моллюск. **21.** Сигнализатор при удочке. **22.** Синоним прапажи. **23.** Советский певец ... Бернес. **24.** Громовержец олимпийского масштаба. **26.** Самый разыскиваемый снеговик.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. Спас. **8.** Дюма. **9.** Спящий. **10.** Шахматы. **12.** Дюма. **14.** Зурна. **15.** Турецкий. **16.** Жюль Верн. **18.** Дом-2. **20.** Медведь. **22.** Змея. **25.** Данте. **27.** Кухня. **28.** Величие. **29.** Полидевк.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Горизонт. **2.** Шоколад. **3.** Авторитет. **4.** Диадема. **6.** Паста. **7.** Крапивница. **9.** Массон. **11.** Живот. **13.** Шуба. **14.** Грязевый. **17.** Огрик. **18.** Акробатика. **19.** Лимонад. **21.** Моллюск. **22.** Прапажа. **23.** Бернес. **24.** Громовержец. **26.** Снеговик.

Прогноз погоды на завтра, 13 ноября

	ночью	днем	
Кемерово	-11... -9	-10... -8	ясно ☀️
Мариинск	-12... -10	-11... -9	облачно ☁️
Новокузнецк	-10... -8	-9... -7	пасмурно ☁️
Таштагол	-14... -12	-11... -9	дождь 🌧️
			гроза ⚡️
			снег ❄️

Давление - 751 мм рт. ст. (норма ноября - 757)
Относительная влажность воздуха - 70% (норма - 78)
Ветер южный, 4 - 9 м/с

Восход - 08.45 **Луна** растёт
Закат - 17.14

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

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

Звоните нам!

(495) 777-02-82

Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.
Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
Ведущий редактор номера Е. ПРОСКУРЯКОВ.

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. № 85.
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-2024», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.
Тираж этого номера: 171 913 экз.
Цена договорная

АО ИД «Комсомольская правда», 2024. 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



ВЫПУСК ПОДГОТОВЛЕН ПРИ УЧАСТИИ ГАУ «РМХ «КУЗБАСС»

Главный редактор «КП» - Кемерово - И. В. МАЛАКОВИЧ
Email: irina.malakovich@phkp.ru
www.kp.ru

650991, г. Кемерово, пр. Октябрьский, 28, 4-й этаж.
ТЕЛЕФОНЫ: отдел рекламы - (384-2) 35-09-43, служба распространения - (384-2) 35-38-09.

Газета отпечатана в АО «Советская Сибирь», 650000, г. Кемерово, ул. Карболитовская, 1г. Заказ № 85.
Тираж регионального выпуска - 1800 экземпляров.