

# Разговляйся, если хочешь быть здоров

Выходим из Великого  
поста правильно

Читайте на стр. 13 ▶

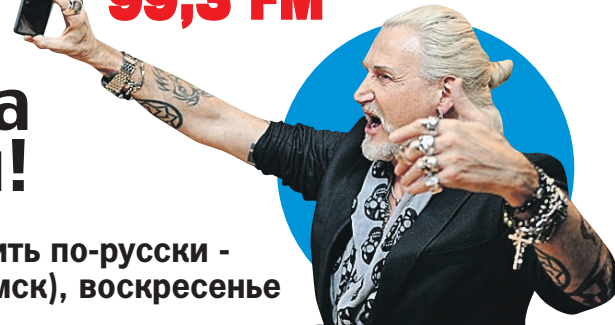


**РАДИО  
КОМСОМОЛЬСКАЯ  
ПРАВДА**

## Джигурда нам всем!

Артист - о том,  
как в наши дни любить по-русски -  
radiokp.ru 10:00 (мск), воскресенье

99,3 FM



# КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



7 287 000  
уникальных посетителей  
за минувшие сутки



Основана в мае 1925 года

№ 27 - 28с (27475 - 27476с) 2023 год

Пятница - суббота  
14 - 15 апреля

Газета нашего города ★ Тверь

# 10 главных вопросов об электронных повестках в армию



Читайте на стр. 2 ▶



**Камила ВАЛИЕВА:**  
Людам интересно  
просто постоять  
рядом со мной,  
а друзей  
у меня мало

Михаил АНТОНОВ, Павел САДКОВ

Олимпийская чемпионка  
пришла в гости на Радио  
«Комсомольская  
правда» (FM.KP.RU).

Любителям нашего фигурного катания сейчас сложно. От международных соревнований российских спортсменов отстранили, но... Но зато теперь появляются новые представления, которые по уровню порой выше нынешнего чемпионата мира!

Продолжение на стр. 15 ▶

## Отсрочка - и точка

Елена ОДИНЦОВА

Попросить  
у банка кредитные  
каникулы можно  
до конца  
2023 года.

Госдума в третьем чтении приняла закон, продлевающий срок этой поблажки для обычных россиян и малого бизнеса. Отсрочку по выплате займов для людей, у которых упали доходы, впервые ввели весной 2020 года как одну из антиковидных мер поддержки. С 1 марта 2022

года каникулы вернули - уже в связи с возможной потерей работы и дохода из-за санкций. Чтобы человек мог претендовать на кредитные каникулы, должны выполняться несколько условий:  
✓ доход за предыдущий месяц снизился на 30% в сравнении со средним доходом за предыдущие 12 месяцев,  
✓ кредит взят до 1 марта 2022 года,  
✓ его размер не превышает определенной суммы: для долгов по кредитным картам - до 150 тысяч рублей, для потребительских кре-



дитов - до 450 тысяч, по автокредитам - до 1,6 млн. Нужно прийти в банк с документом, подтверждающим падение доходов (это может быть справка с работы, например). И написать заявление. Каникулы даются на срок до полугода. По каждому из кредитов каникулы можно взять лишь один раз. И проценты во время каникул продолжают начисляться.

## Пасхальная ночь в Твери будет ясной и морозной

Виктория ТУШКОВА

Осадков  
в ближайшие дни  
не ждём.

Приласкать нас солнышко успело, зарядило бледных горожан витамином D - пора и честь знать.  
- Облака идут. Мы находимся на границе антициклона, дуют восточные и северо-восточные ветра, которые подпортят картинку, - объясняет капризы погоды доктор географич-

еских наук, профессор ТвГУ Наталья Сердитова.

В субботу +8. Облачность плотная. Хорошо хоть ветер не сильный: 3 м/с. А вот в пасхальную ночь облака разойдутся. Но это нам не на руку - будет морозно, до -3. Собираясь в храм, одевайтесь теплее!

День Воскресения порадует редкими лучами солнца: облачно с прояснениями. И в честь праздника теплее: +12.

В понедельник и вторник днём уже +14, ночи тоже переходят в плюс. Но солнышко опять скроется. В понедельник к вечеру на западе Тверской области даже могут побрызгать небольшие дождики. До Твери они вряд ли доберутся.

- Как видно сейчас, в среду вообще может наступить жара до +18. И солнца станет больше. Но это пока бабушка надвое сказала, поживём - увидим, - улыбается Наталья Сердитова.

Олег АДАМОВИЧ

Владимир Путин побывал в... кино. В Большом Кремлевском дворце давали «Вызов» (с Юлией Пересильд. О том, как снимался фильм, - читайте на сайте KP.RU). Это предпремьерный показ первой в истории художественной ленты, по-настоящему снятой в космосе (Россия это сделала первой).

Понятно, что формат не предполагал серьезного предметного разговора об индустрии, но все же президент назвал основные задачи нашего космического развития:

- Впервые в новейшей истории было проведено 100 безаварийных космических пусков подряд - подряд! Безусловно, это очень хороший показатель. Но, конечно, нужно идти дальше, покорять новые рубежи, - сказал глава государства.

О каких рубежах речь:

✓ Сосредоточиться на

# Стране нужен конвейер для спутников

околоземном пространстве и удешевить производство спутников. «От опытно-конструкторских работ перейти к конвейерной сборке», - поручил Путин.

✓ Поточное производство нужно для «высокого качества навигации и связи».

- Это позволит шире использовать дистанционное зондирование Земли, прежде всего для освоения и подъема наших огромных территорий, развивать беспилотный транспорт, - перечислил президент.

✓ При помощи спутников надо следить за содержанием углерода в атмосфере и воз-

можностью лесов поглощать парниковые газы.

✓ Государству стоит плотнее работать с бизнесом, вместе добиваться прорывных результатов, в том числе на основе уникальных разработок в области космической ядерной энергетики и гиперзвуковых технологий.

✓ Проектирование новой орбитальной станции (по словам главы Роскосмоса Юрия Борисова - это теперь наш главный космический проект). А в будущем и возобновление лунной программы, миссий на другие планеты, развитие космических обсерваторий.



Сергей САВОСТЬЯНОВ/ТАСС

Пожалуй, самое нестандартное выступление президента - на премьере фильма. Но это легко объяснимо: в День космонавтики, фильм о космосе, снятый в космосе. Уникальный повод. Как говорится, все звезды сошлись.

✓ Не забывать о просвещении:

- Нужно создавать наши собственные произведения, которые воплотят мечты юного поколения об открытиях, о подвиге, которому

есть место в каждой профессии. Такой настоящий гражданский, человеческий поступок совершила и команда фильма с очень символическим названием «Вызов», - похвалил Путин.

## ■ ОБЪЯСНЯЕМ

# 10 главных вопросов об электронных повестках

Валентин АЛФИМОВ

Глава Минцифры Максут Шадаев рассказал все, что нужно знать о новом законе «о цифровизации воинского учета».

## 1 ЗАЧЕМ ЭТИ ПОПРАВКИ?

Действующая до этого момента система была несовершенной. Об этом говорили и председатель Комитета Госдумы по обороне Андрей Картаполов, и глава Минцифры Максут Шадаев.

- Прошлой осенью многие смогли на себе ощутить несовершенство системы воинского учета и призыва: когда имевшие право на отсрочку получали повестки. Были и те, кого пришлось возвращать уже из воинских частей. Стало понятно, что существующую систему нужно улучшать. Собственно, сейчас и предлагается оптимизировать порядок воинского учета и призыва на срочную службу.

## 2 ЭТО РАДИ НОВОЙ МОБИЛИЗАЦИИ?

- Нет. Наоборот, сейчас ставка сделана на контрактников на добровольных началах. Многие регионы активно рекламировали возможность поступления на военную службу по контракту. Например, Москва на прошлой неделе запустила отдельный сайт contract.mos.ru.

## 3 КТО БУДЕТ ПОЛУЧАТЬ ПОВЕСТКИ?

- Повестки для призыва на срочную службу должны получать те, кого мож-

## ДОСЛОВНО

Пресс-секретарь президента Дмитрий ПЕСКОВ:

«Речь идет о том, что мы должны упорядочить систему учета и призыва тех, кто должен служить в армии. Это конституционная обязанность граждан. Когда началась СВО, мы с вами увидели, что местами у нас в военкоматах много бардака».



но призвать и кто соответствует всем необходимым требованиям. Все, кто не должен получать повестки, не должны их получить.

При этом Шадаев отметил, что сейчас идет весенний призыв и в его ходе системных проблем с отсрочками нет.

## 4 КОГДА ЭТО ЗАРАБОТАЕТ?

- Скорее всего, запустить реестр в полном объеме можно будет не раньше начала очередного осеннего призыва на срочную службу.

О том, что раньше осени этого года система не будет запущена, говорил и глава Комитета Госдумы по обороне Андрей Картаполов.

## 5 КТО РАЗРАБАТЫВАЕТ?

Задание дало Министерство обороны. Разрабатывает Минцифры.

- Цель - систематизировать сведения о гражданах, стоящих на воинском учете, и обеспечить их актуализацию в режиме онлайн.

То есть гражданам (и некоторым гражданочкам) не придется по каждому случаю носить в военкомат справки об изменении своего семейного положения, прописки, места работы, образования и так далее.

## 6 ЧТО ПОКАЖУТ НА «ГОСУСЛУГАХ»?

В личный кабинет будет стекаться главная информация:

- Каждый пользователь сможет проверить, в каком военкомате он стоит на учете и есть ли у него право на отсрочку.

Само уведомление о том, что выписана повестка, тоже придет в личный кабинет на «Госуслугах». Эту функцию можно отключить. Но уведомления о том, что против вас уже применяются какие-то ограничительные меры, отключить нельзя.

## 7 ЕСЛИ ПРИШЛА ПОВЕСТКА, А У МЕНЯ ОТСРОЧКА?

Во-первых, такой пользователь просто не должен ее получить - ради этого все и затевалось.

Во-вторых:

- Если вдруг повестка все же придет, ее можно будет обжаловать на «Госуслугах» и подтвердить свое право на отсрочку, приложив необходимые документы.

Обжаловать можно будет не только повестки, но и ограничительные меры, постановку на учет и многое другое. Эти обращения будут рассматриваться в течение 5 дней.

Кстати, если повестка пришла, а ты не можешь прийти в военкомат (заболел или в командировке), то можно будет сообщить об этом прямо на «Госуслугах».

## 8 КТО РАЗБЕРЕТСЯ С ОШИБКАМИ?

Не военком. Все обращения и жалобы будут направляться в региональную призывную комиссию - их возглавляют главы регионов.

- Со всеми комиссиями Минцифры находится в контакте и будет индивидуально отрабатывать каждое обжалование. При этом остается возможность защищать свои права и в судебном порядке.

## 9 ЧТО ЗА АВТОМАТИЧЕСКАЯ ПОСТАНОВКА НА УЧЕТ?

Каждый мужчина должен стоять на учете в военкомате. Для этого нужно было туда идти, стоять в очередях, бегать из кабинета в кабинет. Такого больше не будет.

- Законопроектом предусмотрена автоматическая постановка на воинский учет. То есть без очной явки. После фиксации принятого решения в реестре информация о том, когда и где он поставлен на учет, появится у пользователя в личном кабинете на «Госуслугах».

## 10 А ЕСЛИ У МЕНЯ НЕТ «ГОСУСЛУГ»?

На это ответил первый зампред Комитета Госдумы по безопасности Андрей Луговой:

- Когда мы говорим об электронной повестке, речь идет о том, что она признается такой же законной и обязывающей, как и обычная. А если у вас нет аккаунта, вам вручат ее другим образом. Традиционные бумажные никуда не пропадут.

Но! Если человек зарегистрирован на «Госуслугах» и ему туда пришла повестка, а он ее не заметил, то это «будут уже его проблемы».

оноклассники



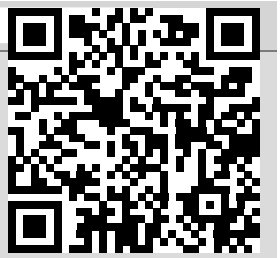
Давайте дружить на OK.RU/KPRU

http://www.kp.ru/

**НАУКА**  
Найдена утерянная страница Библии: о чем в ней говорится

**ЭКОНОМИКА**  
Чем опасна нулевая ипотека: застройщики маскируют завышение цен на жилье

**ЗДОРОВЬЕ**  
Грозит ли России новая эпидемия - птичьего гриппа



ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

Госдума  
ограничила  
рекламу  
и продажу  
электронных  
сигарет.

# Борьба с вейпами не затянулась

Владимир ПЕРЕКРЕСТ

«Детей надо спасать!» - призвал в конце марта спикер Госдумы Вячеслав Володин премьеру Михаила Мишустина. Как именно спасать? Ограничить продажу вейпов, конечно.

- Все ходят с этими устройствами, никто не может ответить, насколько они вредны. И учителя в один голос говорят: «Давайте что-нибудь сделаем!» - рассказал Володин.

И вот спасение оперативно подоспело: вчера Госдума сразу в трех чтениях приняла законопроект об ограничении рекламы и продажи вейпов.

- Главное и новое, что содержится в законопроекте, - это запрет дистанционной продажи (через интернет. - Ред.) вейпов, электронных сигарет и других подобных устройств. А также запрет их выкладки в местах продаж и использования разных ароматизаторов и других методов, усиливающих привлекательность электрон-

ных средств доставки никотина, - пояснил «Комсомолке» член координационного совета по борьбе против табака при Минздраве РФ Виктор Зыков.

Получается, ко всем действующим запретам, касающимся табачной продукции, добавили еще и электронные устройства. И если сейчас кибергероя, брутально дымящего сигаретой, прикрывает видеoversия фигового листка, то после принятия закона такая же нашлапка появится и на изображении модного вейпера. Да и вообще, если в действующем законодательстве запрещается

рекламировать табачные изделия, то теперь будет нельзя рекламировать вообще все, что можно курить, и все, с помощью чего можно затянуться.

Кстати, под запрет попали не только никотинсодержащие смеси, но и любые другие субстанции, которые можно потреблять с помощью этих устройств. То есть если существует в мире какое-то месиво, которое можно засунуть в вейп, кальян или электронную сигарету, то даже если она не содержит никотина, все равно на нее будут накладываться те же ограничения, что и на продукцию с никоти-

ном. «Комсомолка» не раз писала о том, что производители вейпов каждый раз меняли состав своих смесей для того, чтобы обойти законодательство. И вот сейчас депутаты придумали прием, который разом перечеркнет все ухищрения продавцов «пара».

Что касается запрета продажи готовых к употреблению вейпов несовершеннолетним, то он уже есть в законодательстве. А в новом законе запрещается продавать детям вообще все, что имеет отношение к электронным средствам курения.

И вместе с тем законодатели оставили возможность легально торговать вейпами в магазинах - для совершеннолетних, без рекламы и выкладки на видном месте. То есть так, как это сейчас делается с сигаретами. Так что доходы бюджета, о которых беспокоились противники ограничений, не пострадают.

Закон вступит в силу, когда его одобрит Совет Федерации и подпишет президент.

## КСТАТИ

### А как у них?

«В связи с негативным воздействием на организм человека продажа ЭСДН (электронных средств доставки никотина) была запрещена в 32 странах мира с охватом населения в 2,4 млрд человек, - приводится в документе информация ВОЗ. - Еще 79 стран (3,2 млрд человек) ввели хотя бы одно частичное ограничение, установив, например, запрет на использование таких изделий в общественных местах, их рекламу, стимулирование продаж и спонсорство, либо ввели требование о размещении предупреждений на упаковке».

## В ОФИС ИДУТ ОДНИ СТАРИКИ

# Молодых везде у нас немного

Евгений ОРЛОВ

Число работников в возрасте 35 лет в российских компаниях серьезно упало. Это последствия низкой рождаемости.

Россия вылезает из демографической ямы! Правда, медленно. И процесс этот только начинается, он еле заметен. Тем не менее он есть.

Но пока на рынке труда все-таки правят бал последствия той самой ямы. Как подсчитали аналитики компании FinExpertiza на основе данных Росстата, число трудоустроенных россиян в возрасте до 35 лет за год упало на 5,8%. Если в конце 2021 года таковых было 22,83 млн человек, то в декабре-2022 осталось 21,5 млн. Получается, молодежь в возрасте до 35 лет составляет 29,8% от всех трудоустроенных россиян - абсолютный исторический минимум.

Особенно экспертов беспокоит «естественная убыль» работников в возрасте от 25 до 29 лет - их стало на 10% меньше и осталось всего 724 тысячи. А ведь это важнейшая для экономики категория: у них уже

есть опыт, но эти ребята еще не приросли к креслу, открыты всему миру с его достижениями и готовы учиться, мотаться по командировкам, придумывать что-нибудь новое и прорывное.

Главная причина этого спада на поверхности:

- Численность молодых работников непрерывно сокращается с начала 2010-х годов, когда на рынок труда стали приходить представители немногочисленного поколения 90-х, - комментирует президент FinExpertiza Елена Трубникова. - В результате средний возраст российского занятого за год увеличился примерно на 4 месяца, до 42 лет 1 месяца.

По словам аналитиков, сыграла свою роль и прошлогодняя эмиграция - уезжают в основном молодые, активные. Но все же это второстепенный фактор.

А теперь - луч света на рынке труда, о котором мы говорили вначале.

- Число самых юных работников, в возрасте младше 20 лет, в минувшем году немного подросло - на 9 тысяч, до 311 тысяч, - констатируют аналитики FinExpertiza.

Это молодые люди, родившиеся

## ТОЛЬКО ЦИФРЫ

### КОЛИЧЕСТВО РАБОТНИКОВ ПО ВОЗРАСТАМ

Число работников на конец 2022 года, млн чел.

Возраст, лет	Число работников	Изменение за год (декабрь-2022 к декабрю-2021)
• 15 - 19	0,311	+3%
• 20 - 24	3,228	-2,7%
• 25 - 29	7,240	-10%
• 30 - 34	10,697	-4,7%
• 35 - 39	10,974	+2%
• 40 - 44	9,970	+1,8%
• 45 - 49	9,149	+0,6%
• 50 - 54	7,934	+2,6%
• 55 - 59	7,414	-0,1%
• 60 - 69	4,948	+7,3%
• 70 и старше	0,235	-11,6%
• Всего	72,1	-0,4%

По данным FinExpertiza.

после 2002 года. Именно тогда в России начала подниматься экономика. И начиная с 2003 года рождаемость в стране росла несколько лет подряд. Так что со временем благодаря «детям нулевых» процент молодежи на рынке труда будет расти.

## ВОПРОС ДНЯ



В опросе онлайн-школы IT-профессий 67% родителей признались, что не советуют ребенку, кем ему стать. И лишь 19% будут активничать в этом вопросе. При этом большинству опрошенных (61%) их родители советы давали.

## Мама и папа решали, кем вам быть?

Артем БУКИН, директор «Варшавских бань»:

- Мне повезло: родители не мешали мне выбирать путь. В период подростковой турбулентности мне был нужен их совет, а дальше сам. Папа был военным, мама - инженером. Я получил образование управленца. Родители в военную сферу не подталкивали, радовались моим успехам. Отец говорил: дед 40 лет отдал службе, воевал, я 25 лет в армии - мы за тебя отслужили, сынок, а ты мирно поработай для людей.

Андрей АМАНОВ, летчик, Герой России:

- В авиагородках я рос среди ребят, родители которых попадали на аэродромах. Отец не говорил: сын, иди в летчики. А мама, учитель начальных классов, иногда в сердцах бросала: уйду от вас, вам небо дороже меня! Но при этом говорила, что ей на аэровокзале спокойнее, чем дома. Так и получилось, что после отца и старшего брата, пересевшего с Ан-24 на «Боинг», я тоже оказался в небе.

Лина ДЕМБИКОВА, стилист и телеведущая:

- Родители давали такой вид моего будущего: нефть, спецслужбы или бизнес семейный. Но я рано поняла, чем хочу заниматься. Мне нравилось творчество в образах, в одежде, в поведении. А мама лечила мой больной палец кипятком. Мой выбор стоил отношений с семьей - мы не общаемся.

Вася ЛОЖКИН (Алексей Куделин), художник, режиссер, блогер:

- Родители что-то советовали, но не активно. Они простые рабочие, которых однажды уволили с завода в Солнечногорске. Они точно не советовали идти по их пути. Просто учили, как выживать. И радовались моим творческим успехам.

Сергей РОСТ, актер, сценарист, режиссер:

- Папа-инженер мне советовал: что угодно, только не в артисты. Не мужская профессия. Позже я увидел, что отец был прав. А мама, тоже инженер, хотела, чтобы я стал актером. И всем рассказывала, что вот растет прекрасный артист. И была инициатором домашних концертов, где я показывал свои таланты. Гости вежливо хлопали. После моего поступления в Ленинградский театральный папа тяжело вздохнул. Когда я стал популярным, это был уже другой вздох.

Виталий ОРЛОВ, глава Кинологического центра «Школа Орлова»:

- Я точно не знал в 13 лет, какая профессия единственно правильная. Но мама меня подтолкнула, и я в 15 лет поступил, а в 19 уже работал над скульптурой. Не будь мама такой настойчивой, мне бы не хватило времени и терпения понять, что образование так важно. Чему мы учим собак - учиться любить, думать и любить процесс. А нас самих этому не учили. Сейчас распространен синдром упущенных возможностей. Вины в этом родители, не знаю. Но матери и отцы знают, чего хотят их дети, вот только достижимы ли эти хотения?



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





Григорий КУБАТЬЯН,  
военкор «КП»

Вот почему нужно  
штурмовать  
пригороды Донецка.

Поселок Александровка, конечно, не Бахмут, но все же одно из самых страшных, опасных мест в Донбассе. Сейчас это западный край Петровского района Донецка, а в прошлом поселок относился к райцентру Марьинка, за который все еще идут бои. И в Александровке, обстреливаемой украинской артиллерией и снайперами, до сих пор живут люди.

### МАРШРУТ БЕЗУМЦЕВ И СВЯТЫХ

Украинские войска еще в 2014 году вцепились в эту окраину Донецка. А Минские соглашения позволили им укрепиться и выстроить тут подземную бетонированную крепость вроде бункеров Третьего рейха. Оттуда ВСУ ведут обстрелы жилых районов Донецка. Их цель - запугать город-миллионник, ставший символом русского сопротивления.

Александровка - это передовая, на которой много лет живут мирные жители. Поселок расстреливают в упор, и сейчас там осталось от силы 10% домов, и ни одного целого. Но в этих домах продолжают жить люди, несмотря на попытки донецких властей вывезти их в более безопасное место.

Елена - жительница Александровки, сотрудник администрации поселка. 30 марта прошлого года ее дом был

# Бетонные крепости, орудия НАТО и снайперы, стреляющие по детям



Сергей БАТУРИН/РИА Новости

Очередной обстрел мирных кварталов Донецка. Все следы и факты того, что это снаряды НАТО, присланные Украине, фиксируются. Западу еще придется за это отвечать.

уничтожен, а 2 августа разрушили дом ее родителей. Она поселилась подальше - в Петровский район Донецка и ездит в Александровку на работу. Несмотря на обстрелы, туда ходит рейсовый автобус, и добровольно работает на этом маршруте может только безумец или святой.

- Ну куда переезжать? - вздыхает Елена. - Некуда. У меня мама осталась. Стариков не бросишь. Я их перевезла к себе. Хотя в Петровском районе сейчас не сильно лучше. Вот недавно у рынка в машину снаряд попал. Там, где мы квартиру снимаем, все уехали. Две бабучки остались. В дом

уже три попадания было, окна повылетали, крышу пробило.

### ХИКИКОМОРИ ДОНБАССА

У Елены 10-летний сын Максим. Симпатичный, добрый мальчик. Как все дети, учился в школе. Потом школа сгорела. Уже 3 года учится дистанционно. Не выходит из дома, не гуляет во дворе, не видит одноклассников.

- Иногда по видео их вижу, когда нам стихи задают выучить, - уточняет Максим. - Еще у меня собака есть, тойтерьер. Но гулять с ней меня не выпускают.

В 2014 году Максиму было 2 года. Часть детства провел в подвале. И почти всю жизнь - в четырех стенах. Говорят, в Японии живет чуть ли не миллион молодых отшельников-хикikomори, боящихся выйти за пределы своей квартиры. Их пугает внешний мир с его опасностями. Попробовали бы они жить в Александровке! Здесь внешний мир периодически вламывается в дом через стену или потолок.

### ЖИЗНЬ МЕЖДУ ДВУМЯ БЛОКПОСТАМИ

Марина - еще одна жительница Александровки. У нее три дочери. Старшая, 17-летняя Вика, поступила в училище и живет отдельно. Средней Лере - 11, а младшей Мирославе - год и 10 месяцев.

- Там, где мы жили, через 150 метров украинский блокпост был, - рассказывает Марина. - Наш дом между двух постов стоял, украинским и нашим. С нами, жителями, украинские снайперы любили поиграть, как-нибудь ранить побольше. Лера выросла в подвале. В 2015 году ей 4 года было. У нас в саду клубника росла. Я однажды слышу звуки: вжик, вжик! Это по ней снайпер стрелял, развлекался, то слева пуля от ребенка шелкнет, то справа. Я за ней так бежала тогда! Думала, пусть лучше меня убьют!

Всего в их дом попало 9 снарядов, пока он не был разрушен полностью. Переселились в съемный дом, сгорел и он. Пришлось уехать к родне мужа на Петровку.



Все репортажи  
наших  
военкоров - на сайте

- Я слышала, в Мариуполе людям уже выдают новые квартиры, - вздыхает Марина. - Может, и нам, дончанам, начнут давать?

Но для этого нужно сначала отеснить от города противника. А пока какой смысл строить жилье под обстрелами? В 2014 году все строительство в Донецке замерло. Подъемные краны так и стоят уже 9 лет.

### ГОРОД ПОД ГОРОДОМ

- А в этой Марьинке - город под городом. Ходы в два человеческих роста. Люки, подземные переходы. Они (украинские солдаты. - Авт.) оттуда вылезают, как жуки, потом снова исчезают. Я сама видела, как они укрепления бетонировали. Как Минские соглашения подписали, так они строить начали. А мы ничего сделать не могли. Даже когда нас обстреливали. Я на наших ругалась: что же вы им не отвечаете?! А они: не можем, наблюдатели ОБСЕ следят...

Та самая миссия ОБСЕ, которая должна была следить за выполнением Минских соглашений, а на самом деле больше шпионила и играла на стороне ВСУ, отсюда уже убралась. В таких услугах Донбасс больше не нуждается. Но жизнь гражданских на передовой все еще остается марафоном на выживание. Чтобы огородами добежать до дома и не попасть под пулю, приходилось кидать дымовые шашки...

- Вот икона, - показывает Марина лик Николая Чудотворца. - Она моему мужу жизнь спасла. После разрыва снаряда осколки в ней застряли, а в него не попали. Нас так сильно обстреливали! Каждый месяц в Александровке по 2 - 3 человека погибают, в сентябре одного моего дядьку убило, в январе другого, а летом за одну неделю у меня три одноклассника погибли. И все равно люди продолжают там жить. Да, я бы и сама вернулась, если бы было куда! Нет больше дома...



Григорий КУБАТЬЯН/«КП» - Москва

Жительница Александровки Марина показывает военкору «КП» икону, в которой застряли осколки. Так Николай Чудотворец спас жизнь мужу этой женщины.

### УКРАИНСКАЯ «ЛИНИЯ МАЖИНО»

Младшая дочь Мирослава в свои 2 года отлично знает, что нужно делать во время обстрелов. Бежит в коридор и садится на детский стульчик.

Средняя дочь Лера выросла в подвале. Большинство своих школьных учителей знает только по фотографиям в сети. Пока жила в Александровке, занималась танцами и даже заняла первое место на республиканском конкурсе «Звезды Донецка» в 2020 году. Но диплом и медаль сгорели при обстрелах. А теперь какие уж танцы! Сидит в интернете, ведет фан-аккаунт в ТикТоке. Когда подрастет, собирается стать таможенником или полицейским. С детства мечтает служить в силовых структурах. Марина с дочками сняла квартиру еще дальше

от обстрелов - в центре Донецка. Но снаряды долетают и сюда.

- Если бы не появились «Хаймарсы» и натовские 155-миллиметровые снаряды, страшно бы не было. Все бы уже давно закончилось, - говорит Марина. Но Запад дал Украине эту технику, позаботился, чтобы снаряды долетали даже до тыловых районов Донецка.

Одна надежда: сейчас подземные бетонированные крепости - Марьинку, Авдеевку и прочую украинскую «линию Мажино» - уничтожает наша артиллерия, утюжит авиация, берут штурмовики. И, возможно, скоро пушки НАТО все-таки удастся отогнать от города.

# Россияне взяли золото

Евгений БЕЛЯКОВ

**Спрос на драгметалл резко подскочил. Цена тоже стабильно растет. Есть ли сейчас смысл вкладываться в слитки и украшения и как это сделать выгоднее?**

**Заводы нарастили выпуск драгметалла, но все равно не успевают за спросом: народ сметает золотые слитки как горячие пирожки.**



Виктор ГУСЕЙНОВ/«КП» - Москва

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Вечная ценность. Валюта на все времена. Примерно так обычно описывают золото. В последнее время интерес к нему резко вырос - оно и немудрено: в трудные времена люди нередко выбирают для сохранения своих сбережений золото, а не эти вот бездушные бумажки.

## «МЕЛОЧЬ» В ДЕФИЦИТЕ

Еще в прошлом году, после обрушившихся на Россию санкций, в правительстве захотели сделать золото альтернативой долларам и евро. И даже на два года - 2022-й и 2023-й - отменили налог на его реализацию (раньше, если вы продавали свой слиток банку, то платили НДС 13%).

Спрос на слитки и монеты сразу резко вырос. А вот с предложением до сих пор беда. Аффинажные заводы (те, которые льют слитки и монеты) увеличили производство. Но за спросом все равно не поспевают.

- Слитки у нас есть только в определенных отделениях. Смотрите на сайте и уточняйте там, - пояснили мне в одном крупном госбанке.

Иду на сайт. Нахожу отделение, в котором торгуют золотом, и топаю туда. Раньше слитки и монеты продавали здесь прямо в кассе. Сейчас отдельный зал, менеджер, охранник, витрины с монетами... Но монеты мне не нужны, моя цель - купить самый маленький слиток в 1 грамм.

- Мелких номиналов нет совсем. Их очень быстро разбирают, - огорошила меня менеджер. - Слитки есть только от 50 граммов. Вот телефон. Звоните, уточняйте по наличию.

Слиток 50 граммов - это больше 250 тысяч рублей за штуку. На это я никак не рассчитывал. В других банках ситуация оказалась еще хуже. Слитки были только от 100 граммов (то есть от полутора миллиона рублей). Пришлось переключиться на монеты. Но и здесь с «мелочью» оказалось не все так просто.

- «Победон» («Георгий Победоносец» - самая распространенная монета. - Ред.) есть только четверть унции (7,78 грамма). По нынешнему курсу - 48 тысяч рублей, - пояснили мне в банке.

- А за сколько примете обратно, если вдруг захочу продать? - интересуюсь.

- За 40 тысяч, но это если в идеальном состоянии. Будут сколы или царапины - цена будет ниже, по результатам экспертизы.

- Ого, это как новая машина - теряет сразу 20% стоимости при выходе из салона?

- Золото - это долгосрочные инвестиции. Со временем точно отобьете. Вы же видите, как оно растет, - попыталась убедить меня менеджер.

Но я решил, что пока не готов стать инвестором в физическое золото.

## БУДЬ ОСТОРОЖЕН Что с рук, что по рукам

На сайтах бесплатных объявлений сейчас активно торгуют слитками и монетами. Но это примерно то же самое, как покупать валюту на улице у менял. В теории можно, а на практике риски получить подделку или просто лишиться денег очень велики. Фальшивомонетчики подделывают самые популярные монеты и слитки очень качественно. От оригинала без специальной аппаратуры не отличишь. Поэтому, если решите покупать физическое золото, лучше переплатить, но взять в проверенной организации.

## ВВЕРХ ИЛИ ВНИЗ?

По данным Всемирного золотого совета, в 2022 году спрос на золотые слитки и монеты России вырос в пять раз по сравнению с 2021-м. В нашей стране цены на драгметаллы устанавливает Центробанк, но влияет на них ряд рыночных и политических факторов: спрос со стороны инвесторов и центробанков других стран, финансовая ситуация, международная обстановка и т. п. И чем выше спрос - тем больше цена.

Если оглянуться в прошлое, то в последние 20 лет золото планомерно дорожало. В 2006 году тройская унция золота (31,1 грамма) стоила \$600, в 2008-м - больше \$1000, а в

2013 году - уже \$1600. Сейчас мы привыкли к ценам под \$2000.

В России прошлой весной за грамм давали почти 8000 рублей (см. «Только цифры»). Потом цена упала более чем вдвое. Сейчас опять идет рост, причем двойной: растут котировки золота в долларах, а параллельно дорожает и американская валюта. Отсюда и растущий интерес к этому металлу у людей, которые хотят спасти свои сбережения. Тем не менее финансовые рынки переменчивы. Чего ждать в будущем?

- Инвестиции в золото в 2023 году могут быть достаточно интересными и способны принести доход. Но результат будет зависеть от ситуации на мировых рынках, - уклончиво говорит Николай Солабуто, управляющий директор УК «Финам Менеджмент».

По его мнению, цена на золото может прибавить еще четверть и достичь \$2500 за унцию (31,1 грамма).

## В ЧЕМ ХРАНИТЬ

Вложить деньги в золото можно разными способами. Но важно помнить основное правило инвестиций - не вкладывать все сбережения в один актив. Как советуют эксперты, доля накоплений в золоте не должна превышать 10 - 20% от всех свободных средств. Ведь, что бы ни говорили менеджеры в банках, золото может как расти, так и падать в цене.

## ● Слитки

Ассортимент начинается от 1 грамма, правда, найти граммовые слитки

## ТОЛЬКО ЦИФРЫ

КАК МЕНЯЛАСЬ  
СТОИМОСТЬ ЗОЛОТА  
В ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ

Цена (\$ за тройскую унцию, 31,1 грамма)      Цена в рублях (за 1 грамм)

Год	Цена (\$ за тройскую унцию, 31,1 грамма)	Цена в рублях (за 1 грамм)
<b>2022 год</b>		
Январь	1790	4350
Февраль	1930	4400
Март	1950	7700
Апрель	1900	5100
Май	1850	3900
Июнь	1810	3600
Июль	1790	3100
Август	1740	3500
Сентябрь	1660	3300
Октябрь	1650	3400
Ноябрь	1790	3450
Декабрь	1840	3600
<b>2023 год</b>		
Январь	1930	4100
Февраль	1820	4400
Март	1990	4700
Апрель	2030	5100

По данным ЦБ РФ и Finam.ru.

непросто, как я «имел счастье» убедиться сам.

Большой минус такого способа хранения золота - гигантская разница в цене между покупкой и продажей. Она достигает 20 - 30%. А все потому, что торговать слитками могут только банки, и в основном самые крупные. Низкая конкуренция приводит к высокой комиссии. Кроме того, хранить слитки нужно аккуратно - любые царапины приведут к тому, что банк примет их только со скидкой.

## ● Золотые монеты

Монеты есть коллекционные и инвестиционные.

Коллекционных очень много, их легко купить, но сложно продать.

Выбор инвестиционных невелик. По сути, в нашей стране лишь две такие монеты - «Георгий Победоносец» и «Сеятель» (золотой червонец). Их выпускают большими тиражами. И найти их гораздо проще, чем слитки. Продаются монеты не только банки, но и специальные компании, имеющие лицензию Пробирной палаты. Поэтому комиссии здесь ниже. Разница между покупкой и продажей - 5 - 10%.

## ● Обезличенный металлический счет

Это специальный банковский счет. Вы кладете на него деньги, а банк рассчитывает, сколько именно граммов золота вы можете на них купить. И зачисляет это количество. То есть ваши сбережения привязываются к реальной стоимости металла и растут (или снижаются) вслед за ценой золота. При этом на руки вы металл, естественно, не получаете.

Важный нюанс - металлические счета не гарантированы в рамках системы страхования вкладов. А комиссии при продаже примерно такие же, как если бы вы купили монеты, то есть не очень выгодные.

### А что с ювелиркой?



С точки зрения инвестиций вложения в кольца, цепочки, сережки - самый неудачный вариант. Разница между покупкой и продажей здесь может превышать 50%. У каждого изделия есть цена лома и стоимость работы мастера, в том числе переплата за бренд. Продать украшения можно либо в ломбарде (но уже по цене лома), либо на сайтах бесплатных объявлений. Но покупателя на такие вещи там найти очень сложно - все боится нарваться на подделку.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Однозначного ответа на этот вопрос нет. Каждый выбирает свой вариант. Кому-то по душе, чтобы накопленное добро можно было потрогать.

- Спрос на инвестиционные монеты у нас большой. Клиенты в очереди сидят. Хиты продаж - «Георгий Победоносец» и

## И как же лучше покупать?

«Сеятель», - говорит вице-президент «Золотого монетного дома» Алексей Вязовский.

Другие инвесторы предпочитают виртуальное золото.

- Физическое золото я не воспринимаю. Зачем покуп

ать монеты и слитки? Ведь их надо где-то хранить (с банком можно заключить договор о хранении слитков или заказать для этого банковскую ячейку, но это в любом случае дополнительные расходы. - Ред.), их

## ВОПРОС - РЕБРОМ

могут украсть, комиссии высокие, - уверен управляющий активами инвестиционно-финансовой компании «Солид» Михаил Королук.

ПРОСТОКВАШИНО

# В такую погоду свои достопримечательности

Решив спасти деревню Простоквашино от вымирания, нижегородцы Ольга Волычева и ее брат Олег Голубев превратили ее в настоящий туристический объект, оживив знаменитый мультфильм. И теперь горожане косяком валят в эту глушь, чтобы лично пообщаться с настоящим почтальоном Печкиным, Шариком, котом Матроскиным и другими персонажами повести Эдуарда Успенского. Съездил в эту деревню и наш спецкор Алексей ОВЧИННИКОВ. И принес заметку для наших мальчиков и девочек!

## ПРИЕЗЖАЙТЕ К НАМ!

- ...Неужели то самое, из мультика? - этот дорожный указатель действует на проезжающих мимо безотказно, вызывая улыбки на лицах. Многие притормаживают и вылезают из машин, дабы запечатлеть себя на его фоне.

- Оно! - довольно подтверждает Ольга Волычева и уверяет, что это Простоквашино - единственное в России.

- Как распутица сойдет, приезжайте! - приглашает ее брат Олег Голубев. - У нас здесь весело!

Идея «сделать весело» в исчезающей русской деревушке зрела у Ольги с Олегом много лет. Они жили в соседнем райцентре Тонкино и не раз проезжали мимо, обсуждая, - название просто призывало к движухе! И не беда, что автор знаменитой повести-сказки «Трое из Простоквашино» признавался, что деревню с таким названием полностью выдумал - это-то Простоквашино родилось задолго до появления книжки, еще в XVIII веке. «Вот бы что-нибудь интересное здесь сделать!» - мечтали брат с сестрой. Однако реалии жизни до поры до времени отодвигали затею на задний план.

Тонкинский район Нижегородской области, в который и входит Простоквашино, не стал исключением из невеселых тенденций сельской жизни. За 30 лет жителей в нем стало почти вдвое меньше - старики покидают этот мир, а молодежь поступает в вузы, перебирается в города, да там и остается.

Олег с Ольгой в свое время повторили этот путь сотен и тысяч деревенских мальчишек и девочек. Она еще в школе поступила в Центр одаренных детей в Нижнем Новгороде, потом окончила матфак педагогического вуза, но работать стала в далекой от математики сфере - продвижении элитных вин. Москва, Санкт-Петербург, объездила мир, училась во Франции...

Олег тоже состоялся в городе как специалист, в качестве руководителя отдела продвигая продукты крупной IT-компании. Казалось бы, мечты сбылись: жилье в городе, отличная высокооплачиваемая и интересная работа - этот материальный набор обычно не вызывает мыслей о возвращении на малую родину.

Но в этой истории все пошло совсем по другому сценарию.



Олег Голубев здесь за почтальона Печкина: и ребятню развлекает, и на каждое письмо, адресованное любимому герою, сам отвечает.

## «ДОМ СВОБОДНЫЙ, ЖИВИТЕ КТО ХОТИТЕ»

Уйдя в декрет, Ольга захотела уехать на малую родину. К ее удивлению, муж не стал спорить, и вскоре супруги переехали в Тонкино. Смена образа жизни ему очень даже понравилась: он чемпион России по джигитовке, а деревенские просторы только способствовали занятию любимым делом. Ольга же создала питомник по разведению хаски.

Следом от городской суеты подустал Олег, который тоже вернулся и вспомнил о юношеской мечте.

- Прибежал и с ходу: Оля, Простоквашино возрождать будем! - смеется она. - И в тот же день мы пошли изучать окрестности.

Простоквашино являло собой деревню из одной улицы, десяти домов и семи местных жителей. С чего начинать - естественно, не знали. Первым делом присмотрели заброшенный дом, который тут же купили и начали приводить в порядок.

Обрадованный стартом Олег приладил к дому собственноручно сделанную табличку: «Дом свободный, живите кто хотите» - как в том мультике, а во дворе появились деревянные фигурки Матроскина, Шарика, Дяди Федора, его родителей и Почтальона Печкина.

Крылатые фразы из мультфильма напрашивались сами собой, и брат с сестрой пытались перенести в реальное Простоквашино.

Вот пример.

Украшали елку - тем, что находили на чердаках: старыми расческами-гребнями, подстаканниками, ножницами и карманными часами.

Чтобы не отвлекаться, Ольга перевезла сюда своих любимых хаски. «А может, нам из него ездовую собаку

сделать?» - вспомнилась в этом месте еще одна реплика из мультфильма. Кинули клич, на который отозвался один из нижегородских туроператоров: а давайте мы вам детей на хаски-тур привезем! С катанием на собаках. Ударили по рукам и уже через несколько дней захлебывающиеся от счастья детишки гоняли по округе на собачьих упряжках и разгуливали с ними по деревне.

Дальше - больше.

- Все! - постановили однажды Ольга с Олегом. - Пора ехать на «Союзмультфильм»!

## «ЭТО МЫ ЗА ГРИБАМИ ХОДИЛИ, ЯСНО ВАМ?»

К делу подошли серьезно и быстро выяснили: права на использование образов принадлежат легендарной студии, и просто так использовать персонажей не получится.

- Приехали в Москву, рассказали о проекте, - вспоминает Ольга. - К нашему счастью, мультипликаторы идею очень обрадовались, и мы без проволочек получили авторский договор! Они вообще нам здорово помогают, мы рады! Они помогли нам пошить костюмы, а вон там скоро появится студия, где юные туристы под руководством мультипликаторов смогут поэкспериментировать с созданием мультиков. А еще наш проект уже трижды победил на конкурсе Фонда президентских грантов!

В ожидании открытия сезона Ольга с Олегом готовят территорию кладов, по которой сейчас проводят экскурсию.

- А это зачем? - показываю на лежащую в углу гору старых советских чемоданов.

- Ну как же, - удивляются они моей недогадливости. - Эту идею нам сам Игорь Иванович Печкин подбросил! Помните, где герои мультфильма за кладом с сундуком пошли и его по пути встретили: «Это мы за грибами ходили, ясно вам?» - «Они бы еще с чемоданом пошли». Вокруг очень грибные места, вот и ходим в грибные туры. Ну и закладами, конечно, тоже. Чтобы найти их, нужно пройти семь испытаний.

Неподалеку оказалась настоящая бобровая плотина, так что «Тропа Бобра», по которой это животное доставило в Простоквашино чуть было не утонувшего Шарика, напрашивалась сама собой. Как и другая их идея, которая сно-



Развлекайтесь кто хотите и как хотите! Эта фраза могла бы стать девизом гостей Простоквашино - как маленьких, так и взрослых.



Выбираем лучшие места для отдыха в России в специальном разделе на нашем сайте



# В Простоквашино едут, смотрят!

ва удивила и привлекла публику. На этот раз - далеко не детскую.

## Я САМА СЮДА ДОШЛА, НА ЛЫЖАХ!

Под занавес Нового года на окрестности Простоквашино остановилось несколько автобусов. Однако вместо уже привычных шумных ватаг детей оттуда вдруг выгрузилось под сотню женщин, все - с лыжами и палками. «Я сама сюда дошла, на лыжах», - записывали они друг друга на видео.

«Первый женский лыжный заезд под названием «Я сама сюда дошла» открыт!» - объявил с крыльца почтальон Печкин, и женщины наперегонки ринулись по снежным трассам.

- Проект перестал быть только детским, просто удивительно, сколько взрослых людей хотят приехать в Простоквашино, - радуются Ольга и Олег, поглаживая кота Масика, который здесь за Матроскина. Тот, навязавшись в сопровождение, любопытничает и трется об ноги.

- Помните, как Матроскин на Шарика жаловался, что того, можно сказать, на помойке нашли, а он «фигвамы» рисует? В нашем случае все наоборот: Масика мы котенком на помойке нашли, так и прижился... А вон и то, что Шарик на печке нарисовал.

«Индийская национальная народная изба», как охарактеризовал свое творчество Шарик, высится здесь же, в натуральный рост.

- А почему бы и нет? - говорит Ольга. - Подумали и заказали. Теперь в этом «фигваме» мастерская, где дети учатся всяким ремеслам и делают для себя магнитики на память.

Рядом - армейская палатка, где гостей угощают обедом: гречневая каша с тушенкой, чай и обязательно тот самый «неправильный бутерброд» с колбасой.

- Это в том, сказочном Простоквашино все было просто:

Автор повести-сказки «Трое из Простоквашино» рассказывал, что название выдумал сам. Однако деревня Простоквашино в Нижегородской области появилась задолго до книжки - в XVIII веке.



Кадр из мультфильма

захотел Шарик друзей пирогом из русской печи угостить - и давай тесто месить, - комментирует Ольга. - В реальном же Простоквашино Шарик получил бы за это по лапам: общепит (тем более детский) - дело серьезное, к нему только специально обученный персонал подпускать можно. Поэтому приглашаем кафе из райцентра. Кормят людей и в туристической электричке, которую специально от Нижнего Новгорода до нас запустили.

## ЭЛЕКТРИЧКА С ШАРИКАМИ

Туристический поезд «Путешествие в Простоквашино» стал еще одной модной фишкой нового проекта.



А этого Шарика в отличие от мультяшного точно не на помойке нашли! Фото с полюбившимися персонажами - обязательный пункт программы для туристов.

Турфирмы быстро сообразили, какой увлекательной может быть новая точка внутреннего туризма, железнодорожники пошли навстречу и теперь всю продают туры на этот поезд. Ольга показывает ролики из той самой электрички: та возвращается в Нижний, мамы наперебой благодарят за увлекательно проведенный день, а довольные детки обещают писать письма почтальону Печкину.

Вместе с Олегом Голубевым (он же - Печкин) идем к почтовому ящику проверять, как дети сдержали слово.

В отличие от мультяшка корреспонденция в нем более приближена к реальной жизни, и первым вываливается счет за вывоз мусора.

Следом - несколько писем от детей из Ростовской, Астраханской, Самарской областей. Дети рисуют героев Простоквашино и передают им привет. Вечером Печкин засядет писать им ответы на фирменной открытке.

- «Я живу хорошо, просто замечательно»? - пытаюсь угадать содержимое.

- Почти: благодарим и снова в гости приглашаем. Смешно, но первое время точь-в-точь как в мультике было: «Я вам посылку принес, но я вам ее не отдам, потому что у вас документов нету» - дети часто на конвертах указывали: «Деревня Простоквашино, почтальону Печкину». И почтальоны из местного отделения не отдавали нам письма - такого адреса здесь официально не зарегистрировано. Но сейчас договорились.

## КУПИТЬ ЧТО-НИБУДЬ НУЖНОЕ

Брат с сестрой перебирают почту и продолжают фонтанировать идеями, кажется, они у них никогда не кончатся.

Вот здесь хорошо бы вписался «Трактор Тр-Тр Митя», который возил бы ребятню по округе. Там, возле пруда, неплохо бы гостиницу поставить, где будет кафе с деревенской едой, которую туристы не попробуют в городах. Естественно, с натуральной простоквашей, из-за которой, по версии краеведов, деревня и получила такое название - мол, основавшие ее старожилы не садились за стол без этого кисломолочного продукта. И это не только мечта Ольги с Олегом - турист пошел требовательный, а потому все чаще и чаще мамочки высказывают пожелание

## Губернатор пообещал «Запорожец»

не одним днем сюда заехать, а на недельку в эту звенящую тишину завалиться. Пригодилась бы и корова Мурка с теленком Гаврюшей, но с этим пока непросто: единственная корова в деревне жила у бабушки напротив, но та ее продала: тяжело одной за буренкой ухаживать.

- Нам бы сюда фермера-животноводца какого-нибудь, - мечтает Ольга. - Там можно коровник поставить и коровку Мурку с теленком Гаврюшей завести. Да и фермеру было бы неплохо, если бы он, например, сыр здесь варил: сбыт-то сам сюда приезжает, за неполных три года нас около 12 тысяч туристов посетило, и это только начало! А сколько местных можно трудо-

устроить, чтобы на своей земле зарабатывать и не мыкались по городам, столько всего можно придумать!

Этим энтузиазмом поневоле заражаешься, и вот уже я, втягиваясь в эту игру, вспоминаю детали знаменитого мультфильма и предлагаю разместить на подступах к деревне «Запорожец», на котором застряли родители Дяди Федора.

- Будет, будет «Запорожец!» - радуются брат с сестрой. - Нам его губернатор обещал! Как появится - будем детей на нем по деревне катать! И дорога с газом здесь будет - власти пообещали в этом году сделать! Так что приезжайте к нам, в Простоквашино!

## ■ ВАШИ ПРАВА

### Индивидуальный лицевой счет: Как узнать важную информацию о своей будущей пенсии

Рассказываем о способах получения выписки из ИЛС и чем она может пригодиться.

Индивидуальный лицевой счет (ИЛС) есть у каждого жителя России. По крайней мере у тех, кто хотя бы один день работал официально. На этом счете указывается вся информация о трудовой деятельности человека, о его пенсионных правах и накоплениях. На основе этой информации Социальный фонд России определяет, какую пенсию выплачивать тому или иному человеку. Рассказываем, как получить выписку и что из нее можно узнать.

Узнать информацию из индивидуального лицевого счета довольно легко. Можно пойти по одному из следующих путей:

✓ **Сделать запрос онлайн: через портал госуслуг или личный кабинет на сайте СФР.** И в том и в другом случае

потребуется подтвержденный профиль на портале госуслуг. После успешного введения логина и пароля нужно заказать выписку о состоянии индивидуального лицевого счета. Весь процесс займет несколько минут. Документ можно либо скачать, либо получить по электронной почте.

✓ **Лично обратиться в МФЦ или ближайшее отделение Социального фонда России.** Это можно сделать вне зависимости от того, где именно вы прописаны. Услугу предоставят в любом отделении.

✓ **Написать заказное письмо.** Это на случай, если у вас нет возможности проверить информацию онлайн, а ближайшие отделения СФР или МФЦ находятся далеко. Отправить запрос можно в любое отделение Социального фонда России. Ответ вам направят в течение 10 рабочих дней с момента получения письма.

В справке по лицевому счету отражается актуальная информация о страховом стаже, количестве пенсионных коэффициентов и отчислениях работодателей на пенсию. По выписке можно также уточнить размер имеющихся пенсионных накоплений и управляющую компанию, в которую переданы эти средства для инвестирования.

Выписка дает возможность заранее оценить то, как формируется пенсия, и проверить сведения работодателей о пенсионных взносах и периодах трудовой деятельности. Например, бывает так, что работодатель не передал сведения о вашей работе в Социальный фонд России или не заплатил полагающиеся страховые взносы. Все это можно увидеть в выписке и вовремя исправить ошибку, подав заявление в СФР или задав вопросы действующему работодателю.

Подготовил Алексей КУЗНЕЦОВ.

Еще больше полезной информации - в телеграм-канале Социального фонда России T.ME/SFR\_GOV



Виктория ТУШКОВА

Близятся праздники, и на городские погосты скоро потянутся люди.

25 апреля православный люд будет отмечать праздник - Радоницу. В этот день все верующие обязательно ездят на кладбища. А ещё ближе, 16 апреля, - Пасха. Церковь в праздник Воскресения посещать погосты не рекомендует, но по давно сложившейся мирской традиции именно в этот день на городских кладбищах случается настоящее паломничество. Майские праздники тоже не за горами - 9 Мая родственники ездят навестить своих героических дедов и прадедов.

Что в преддверии праздников происходит на городских кладбищах, проверила «КП»-Тверь». Мы также оценили состояние ведущих к погостам дорог и остановок, на которых «безлошадные» горожане ожидают автобусов. А ещё посмотрели, почём у кладбищ можно купить цветы.

Самых главных кладбищ в городе два: в Дмитрово-Черкассах и Лебедево. Оба они действующие и открыты для новых захоронений. Также по дороге мы заехали на кладбище в Николо-Малице (оно закрыто для новых захоронений, но пока вроде бы подхоронить родственника на имеющийся участок можно).

### ДМИТРОВО-ЧЕРКАССЫ

Дорога через огромный погост, состоящий фактически из четырёх кладбищ (правого, левого, Гражданского и Заволжского), хорошая. Ямки начинаются только на подъезде к самому дальнему кладбищу - Заволжскому. Обочины сухие, идти пешком можно. Песку, конечно, много.

В начале кладбищенской территории, между так называемыми правым и левым кладбищами, есть пешеходный переход. Вот около него грязновато, просохнуть ещё не успело.

Цветы продают, и много. Но выбор у всех торговцев

Отправляясь на кладбище, одевайтесь похуже и готовьтесь к уборке: там много пыли, песка и прошлогодней растительности.



## Готовы ли кладбища города к массовым посещениям

примерно одинаковый. За один искусственный цветок просят 30-60 рублей. Корзинки, композиции на металлических ножках или цветы в пластиковых горшках - по 150, 250, 450, 600 рублей. Корзинки побольше - от 1000 до 2600. Есть живые гвоздики, 75 рублей за штуку.

Остановки у кладбищ грязноватые, но есть где присесть - уже хорошо. Около Гражданского кладбища (то, что сразу за правым и левым) вбита даже дополнительная лавочка. А вот на остановке «Центральное кладбище» (первая остановка при въезде на территорию) лавочка в крошечном остановочном павильончике странная: какой-то покосившийся самодельный досок. Но бабушки сидят - что поделать. На всех местах, конечно, не хватает. Надо бы ещё лавочки поставить.

У каждого кладбища есть контейнеры для мусора. На самих погостах мусор тоже традиционно складывается, но в кучи.

На территорию кладбищ пропускают на автомобилях. Удобно, конечно. Но, если вы пешеход, как говорится, не щёлкайте клювом: дороги не очень широкие.

Состояние всех кладбищ,

если не придирается, неплохое. Но многие места здорово заросли деревьями и кустами, и с этим, судя по всему, никто ничего делать не будет - ситуация не меняется год от года. Если будете пробираться к могиле, осмотрите себя потом: сезон клещей в разгаре. Часть, где хоронят заслуженных людей и располагается старая аллея Героев на правом кладбище, выглядит неплохо, но почистить (местами) стоило бы и здесь. Зато могила Михаила Круга, как всегда, чистая до блеска и в цветах.

На Заволжском (самом дальнем) кладбище совсем недалеко от входа сейчас хоронят бойцов, погибших в зоне СВО. Тут чисто. Есть мощёные дорожки, по которым можно спокойно пройти. Всё завалено венками. Родственники, утирая скупые уже, но такие страшные слёзы, обихаживают могилки... Сбоку рабочие копают свежую...

Вдоль этой новой аллеи Героев установлены лавочки, можно присесть.

Дальше мы не зашли, но, по словам людей, возвращавшихся с кладбища, кое-где глинистая почва ещё не подсохла - можно испачкать обувь.

### КЛАДБИЩЕ В НИКОЛО-МАЛИЦЕ

Здесь уже не организуют новых захоронений. Кладбище больше похоже на лес: поют птицы, могучие сосны и ели стремятся в небо. Бурелом и разруха. Есть ухоженные могилы, но до большинства добраться - та ещё задача.

На территорию можно проехать на авто. Дорога грунтовая, но размокла не сильно, легковая машина проедет. Местами вообще ещё лежит снег.

Цветами тут не торгуют - придётся захватить с собой.

### КЛАДБИЩЕ В ЛЕБЕДЕВО

Это кладбище действующее. Днём 12 апреля тут было наиболее оживлённо. Цветы продают - и искусственные, и живые. Цены несущественно, но ниже, чем на Дмитрово-Черкасском (искусственные цветы - от 20 рублей, живая гвоздичка - 70 целковых).

Большой плюс: при входе на кладбище на воротах развешены полиэтиленовые мешки - можно взять с собой, чтобы собрать мусор. Стоит и большой контейнер.

На территорию также пускают на авто. Проехать, как и пройти по главным дорогам можно: частично ещё сохранился асфальт, частично до-

роги уже истёрлись, но пока довольно ровные и сухие. А вот тем, кто будет дожидаться автобуса, наш совет. Отойдите куда-нибудь подальше от остановки. Пылищи и песка там - ужас. Любой уезжающий автомобиль поднимает пыльную бурю.

Беспокойство вызвала канава с водой и мусором. Она обнаружилась слева от главной кладбищенской аллеи за первым рядом могил. Есть опасение, что эти могилы туда могут в недалёком будущем съехать.

- Не знаете, давно тут канава эта? - интересуюсь у посетителей погоста.

- Точно не скажу, но нехорошо это, конечно, - отвечает женщина.

- Да она естественным путём засыплется, - выражает надежду пожилой мужчина.

- Ну каким естественным! Я им уже говорила, привезти-то всего одну машину песка надо! - парирует женщина.

По кладбищу, кстати, ходят крупные собаки. На вид они сытые и добрые, в ошейниках. На людей почти не реагируют.

Само кладбище тоже зарастает деревьями. Но стараниями родственников усопших пока держится в относительном порядке.

### ■ СООБЩАЕМ ПОДРОБНОСТИ

## В пасхальную ночь проезд в автобусах будет бесплатным

Работать будут несколько маршрутов в Твери, Ржеве, Конаково, Старице, Зубцове и Кимрах.

В пасхальную ночь часть автобусных маршрутов в Твери, Ржеве, Конаково, Старице, Зубцове и Кимрах будет работать до 3:30 ночи. Причём развозить граждан в храмы и домой после пасхальной службы автобусы будут бесплатно (с 22:00 15 апреля до 03:30 часов 16 апреля).

Как сообщает пресс-служба правительства Тверской области, такое решение было принято губернато-

ром Игорем Руденей после многочисленных обращений жителей региона.

В Твери в пасхальную ночь будут работать маршруты:

№ 21 «Южный» - Мигалово»;

№ 24 «ТЦ «Метро» - ул. 1-я за линией Октябрьской железной дороги»;

№ 30 «Ул. Левитана, 42 - «Центросвар»»;

№ 36 «Мамулино - Сахарово»;

№ 42 «Гипермаркет «Глобус» - Мигалово».

Подготовила Виктория ТУШКОВА.



Пасхальное расписание транспорта в Ржеве, Конаково, Старице, Зубцове и Кимрах - на нашем сайте

Для жителей Твери и Тверской области

ПОДПИСКА НА II ПОЛУГОДИЕ

принимается на любой срок от 1 до 6 месяцев

ПОДПИСКА-2023  
КОНСОЛЬСКАЯ  
ПРАВДА

Всероссийская декада подписчика

Только с 10 по 20 апреля  
Цены снижены!



Стоимость подписки с доставкой на дом, июль - декабрь 2023 года

ПН051	Ежедневная + еженедельник с «Телепрограммой» (комплект)	1 месяц - 384,04 6 месяцев - 2304,24
ПЗ700	Еженедельник с «Телепрограммой»	1 месяц - 137,03 6 месяцев - 822,18
П1101	Ежедневная газета	1 месяц - 263,60 6 месяцев - 1581,60

ПОДПИСАТЬСЯ МОЖНО В ЛЮБОМ ПОЧТОВОМ ОТДЕЛЕНИИ

Спешите на почту! Справки по ☎ (4822) 34-46-60



# Несвоевременная диагностика: COVID-19 спровоцировал рост тяжёлых случаев рака

Специалисты страховой медицинской компании «МАКС-М» поясняют, как получить бесплатную и своевременную медпомощь при диагностированной онкопатологии.

Из-за пандемии коронавируса, бушевавшей на планете два предыдущих года, может возрасти число запущенных онкологических случаев - таково сегодня мнение большинства экспертов. Нет, ковид не провоцирует развитие злокачественных новообразований, об этом нет речи. Но на деле COVID-19 снизил диагностирование злокачественных новообразований.

## КАК КОВИД ПОВЛИЯЛ НА ОНКОДИАГНОСТИКУ

Согласно статистике, за 2020 год на территории Российской Федерации было зафиксировано на 100 000 меньше случаев раковых опухолей, чем на год раньше. Но к 2021 году стала просматриваться тенденция к тому, что количество подтвержденных диагнозов возрастает.

Как отмечают специалисты компании «МАКС-М», рост числа онкологических больных с запущенными формами рака имеет связь с пандемией. Это происходит из-за снижения объема профилактических осмотров. Люди, боясь заразиться коронавирусной инфекцией, откладывали диагностику даже при наличии первичной клинической картины рака. Попросту оставались дома, когда нужно было срочно обращаться к врачу.

Медорганизациями были созданы все необходимые условия для системного лечения рака. Но люди перестали посещать поликлиники для проведения плановых медосмотров, боялись заразиться коронавирусом. Это печально, ведь раковые опухоли, которые имеют ненаружную локализацию, на начальных этапах прогрессирования протекают бессимптомно, - замечают в «МАКС-М».

В итоге своевременно диагноз поставить не удавалось. Пациент узнавал о том, что болен, уже слишком поздно - когда попадал больницу в тяжелом состоянии.

## РАННЯЯ ДИАГНОСТИКА - ЗАЛОГ УСПЕШНОГО ЛЕЧЕНИЯ

Когда же ставится диагноз «онкология»? Безусловно, такой непростой диагноз должен опираться на ряд исследований, клиническую картину и основанных на вышеуказанном заключении специалистов. Ранняя диагностика заболевания позволит улучшить прогноз лечения, поэтому тянуть с началом терапии ни в коем случае не стоит.

Несмотря на безусловные успехи медицины в лечении онкологических заболеваний, диагноз «злокачественное новообразование» пугает людей сильнее, чем любой другой. Справиться с первым шоком помогут рекомендации, подготовленные совместно со специалистами страховой медицинской компании «МАКС-М».

## ? Как ставят диагноз «онкология»?

Диагноз устанавливается с учетом клинической картины, инструментальных и лабораторных исследований. Обычно диагностика начинается с кабинета врача-специалиста в поликлинике.

Все нужные для установления диагноза исследования входят в программу ОМС (полный перечень в каждом конкретном случае определяет лечащий врач). Среди них:

- анализы крови: общий и биохимический, исследование на онкомаркеры, АСТ и АЛТ, содержание калия;

- анализы мочи на определение уровня содержания белков, креатинина, мочевины, фосфатазы и другие;

- эндоскопия - например, ЖКТ, органов брюшной полости;

- сканирование: МРТ, КТ, УЗИ;

- гистологическое и цитологическое исследование образцов тканей - например, слизистой шейки матки или исследование образцов тканей плевральной и брюшной полости;

- другие специализированные исследования - например, анализ кала на скрытую кровь при подозрении на колоректальный рак или маммография при подозрении на опухоль молочной железы.

При подозрении на злокачественное новообразование пациент направляется из поликлиники в первичный онкологический центр, центр амбулаторной онкологической помощи или онкологический диспансер. Далее с больным работает врач-онколог: он в течение одного дня проводит забор биопсийного материала в амбулаторных условиях или, при необходимости, в специализированном стационаре, а также назначает дополнительные исследования. А после подтверждения диагноза назначает лечение и диспансерное наблюдение.

## ? Все исследования занимают много времени.

Можно ли все пройти быстро?

Как мы уже говорили, в случае с онкологией медлить очень опасно, поэтому с 2020 года Минздрав сократил предельные сроки проведения диагностики и лечения для пациентов с подозрением на онкологические заболевания.

- Прием врачом-специалистом - 3 рабочих дня с момента обращения.

- Общие и специализированные исследования, специализированная (за исключением высокотехнологичной) медицинская помощь - 7 рабочих дней с момента направления.

- Первичный прием онкологом - 5 календарных дней с момента направления.

- Биопсия у онколога - 1 рабочий день после первичного приема.

- Установка диспансерного наблюдения - 3 рабочих дня с момента постановки диагноза.

Пациент может записаться на прием к врачу-онкологу любым удобным для него способом. Запись на прием ко всем специалистам поликлиники ГБУЗ ТОКОД

МЕДИЦИНСКАЯ  
СТРАХОВАЯ  
КОМПАНИЯ

МАКС-М



Виктор ГУСЕИНОВ

## ПАМЯТКА ЗАСТРАХОВАННОМУ

Если вам отказывают в медицинской помощи, незамедлительно обращайтесь к страховым представителям АО «МАКС-М»:  
**8-800-333-60-03** - федеральный контактный центр;  
**8-800-333-77-03** - региональный контактный центр;  
форма обратной связи на сайте [www.makcm.ru](http://www.makcm.ru),  
электронная почта [makcm69@makcm.ru](mailto:makcm69@makcm.ru).  
Адрес: **170100, Тверь, ул. Советская, д. 28.**

Страховые представители  
«МАКС-М»  
адресно разберутся  
в вашей ситуации и помогут  
получить необходимую  
медицинскую помощь!



осуществляется по будням с 8:00 до 19:00 по короткому номеру Единой региональной информационно-справочной службы 122.

Согласно Приказу МЗ ТО № 847 от 13.11.2018 года запись на прием к врачам-онкологам осуществляется через сайт «Электронная регистратура Тверской области» <https://medregtver.ru>, а также через портал ЕПГУ (<https://www.gosuslugi.ru/>). В дату и время электронной записи пациент приходит прямо к специалисту, В РЕГИСТРАТУРУ ОБРАЩАТЬСЯ НЕ НУЖНО!

## КАКИЕ ОБСЛЕДОВАНИЯ БЕСПЛАТНЫ ПО ОМС

Могут ли в государственном онкоцентре предложить оплатить диагностические обследования? Люди, столкнувшиеся со столь серьезным диагнозом, иногда финансово не в состоянии оплатить огромное количество предстоящих исследований. Многие считают, что платить придется из собственного кармана, но это не так.

По каждому заболеванию есть свой перечень обследований. Он устанавливается стандартом медицинской помощи и клиническими рекомендациями (их можно найти на сайте Минздрава РФ). Если назначенное исследование предусмотрено этими документами, то провести его обязаны в рамках ОМС.

Узнать, входит ли тот или иной вид обследования в ОМС, вы всегда можете, обратившись в свою страховую медицинскую организацию.

Все обследования, предусмотренные стандартом лечения и клиническими рекомендациями, должны проводиться в рамках ОМС.

Государственные медучреждения не вправе требовать их оплаты (статья 11 Федерального закона РФ от 21.11.2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в РФ»).

Если вам не проводят обследование по ОМС, не оформляют направление на него и вместо этого предлагают платные услуги, можно обратиться в страховую медицинскую компанию с просьбой провести экспертизу качества медпомощи на основании статьи 64 Федерального закона № 323-ФЗ от 21.11.2011 г. и Приказа Минздрава РФ от 19 марта 2021 г. № 231н. Также можно обратиться в региональные органы здравоохранения и Территориальный фонд ОМС.

## КАК ПОЛУЧИТЬ НАПРАВЛЕНИЕ НА ЛЕЧЕНИЕ В ФЕДЦЕНТР

Бесплатно пройти обследования в федеральном центре больной может только в том случае, если у него есть направление от лечащего врача, оформленное по форме 057/у-04, которое можно получить при наличии определенных показаний. Их определяет лечащий врач, он же и выписывает направление.

Среди этих ситуаций:

- ✓ заболевание протекает нетипично или нет эффекта от проводимого лечения;
- ✓ необходимо применить такие методы обследования или лечения, которые недоступны в регионе (нет специализированных клиник, профильных специалистов, оборудования и т.д.);
- ✓ есть высокий риск хирургического вмешательства из-за осложнений болезни или сопутствующих заболеваний;
- ✓ нужно провести дополнительное обследование в диагностически сложных случаях или для комплексной предоперационной подготовки пациентов с осложненными формами заболевания;
- ✓ федеральный центр рекомендует повторную госпитализацию.

**Важно: Лечиться по ОМС в другом регионе можно, но только если необходимую помощь нельзя получить по вашему постоянному месту проживания (регистрации).**

Лицензия ОС № 2226-01 от 23.01.2017  
Подготовила Алина ПЕТРОВА.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Виктория ТУШКОВА

Регион оказался на 61-м месте рейтинга отраслевых зарплат в России.

Юристы и госслужащие - уже не самые вожделенные профессии для жителей Тверской области. Самой щедрой на зарплаты сферой в регионе специалисты назвали транспортное и военное машиностроение. Именно здесь, по данным аналитиков «Риа Рейтинг», работники Тверской области получают самое большое вознаграждение за труд. Средняя зарплата - 55 тысяч рублей (с учётом выплаты НДФЛ).

Специалисты составили рейтинг регионов по отраслевым зарплатам. Для каждого субъекта РФ была определена отрасль, где труд стоит дороже всего, ранжировались регионы по средней величине месячного заработка.

К сожалению, позиции наши невысоки. Тверская область оказалась на 61-м месте среди 85 регионов (ДНР, ЛНР, Херсонская и Запорожская области в рейтинг пока не вошли).

### КОМУ СКОЛЬКО ПЛАТЯТ

Указанное выше исследование было подготовлено экспертами по данным Росстата. Оценка оплаты труда в отраслях производилась на основе данных по средним заработным платам за 2022 год. Рассматривались зарплаты в сферах деятельности, где занято не менее 2% работников региона. При расчётах учитывалась выплата подоходного налога.

Обращаясь к официальной статистике, мы видим небольшое расхождение с данными рейтинга. Возможно, по причине разных подходов к классификации отраслей экономики.

Так, согласно информации Тверьстата за январь-декабрь 2022 года, в Тверской области самые высокие средние зарплаты были у работников сферы финансов и страхования - 65 842 рубля (до вычета НДФЛ). Зарботки в сфере «Производство прочих транспортных средств и оборудования» (сюда входит продукция транспортного и военного машиностроения) - на втором месте.

Вот рейтинг самых высокооплачиваемых сфер в нашем регионе, по данным тверской статистики (средние зарплаты указаны до вычета НДФЛ):

Финансы и страхование	65 842 рублей
Производство прочих транспортных средств и оборудования	62 707
Информация и связь	62 419
Наука и техника	59 898
Энергетика	59 801

### Самые скудные на зарплату отрасли:

Образование	34 214
Сбор и утилизация отходов	33 898
Гостиницы и общепит	31 841
Операции с недвижимостью	31 101
Предоставление прочих видов услуг	25 991

Последняя сфера, по данным принятой в России классификации, включает деятельность общественных объединений, ремонт и обслуживание

# Дороже всего ценится труд работников машиностроения и финансистов

## КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

**Давид МАМАГУЛАШВИЛИ, директор Института экономики и управления ТвГУ, кандидат экономических наук, доцент:**

- Цифры по зарплатам в самых высокооплачиваемых отраслях у нас, в принципе, неплохие. Хотя, конечно, нужно помнить, что это средние зарплаты. Производство, в частности отрасли, связанные с машиностроением, всегда востребовано. Что и показывают цифры статистики. Но чтобы развивалось производство, должны быть финансисты, экономисты, управленцы. Плюс к этим успешным сферам сегодня добавляется IT-отрасль.

Отмечу отдельно, что в связи с нынешней ситуацией, СВО, отрасль машиностроения получает дополнительное внимание со стороны правительства, имеет возможность получать финансирование.

На такую статистику, конечно, можно ориентироваться нынешним выпускникам, которые выбирают будущую профессию. Люди, которые умеют работать руками, а также экономисты, управленцы, юристы всегда будут востребованы. И конечно, сегодня можно ориентироваться на современные IT-специальности.

Жаль, что в статистику не вошло сельское хозяйство (в сфере «Сельское и лесное хозяйство, рыболовство и охота» средняя зарплата, по данным Тверьстата, составляет 42 662 руб. - Ред.). Но могу отметить позитивный момент: в нашем регионе среди отраслевых зарплат не лидируют зарплаты чиновников, как в некоторых других регионах.

компьютеров, предметов домашнего обихода и личных вещей, предоставление различного вида персональных услуг по обслуживанию населения, не включённых в другие группировки.

### ВРАЧИ И УЧИТЕЛЯ

Отдельно отметим, что о зарплате медиков в 2022 году в данной статистике информации нет.

Но по чуть менее актуальным данным, врачи в Тверской области в январе-сентябре 2022 года зарабатывали в среднем 68 558 рублей. Средний медперсонал (тот же период) - 36 168 рублей.

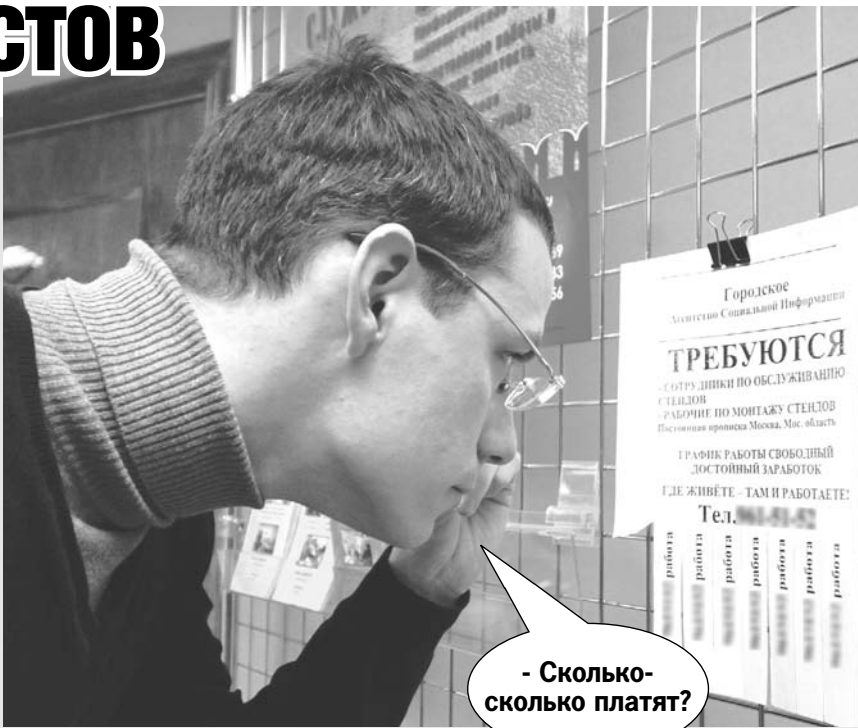
Педагоги школ в январе-сентябре 2022 года получали в среднем 35 263 рубля. Воспитатели - 32 253 рубля.

### В ДРУГИХ РЕГИОНАХ

Лидером отраслевого зарплатного рейтинга стала Москва. Здесь отрасль с самой высокой зарплатой - банковская

сфера и финансы. Средний заработок специалистов - 224 тысячи рублей. Чуть скромнее оплачивается труд в добывающей отрасли в Сахалинской области (223 тыс. руб.) и добыча нефти и газа в Ямало-Ненецком АО (200 тыс. руб.).

В хвосте рейтинга - Ивановская область, Калмыкия и Мордовия. Госслужащие, а именно их труд стоит там дороже всего, получают здесь 41-42 тысячи рублей.



Олег РУКАВИЦЫН

## А КАК У СОСЕДЕЙ

Московская область, наука	90 тыс. руб. (24-е место)
Вологодская область, IT и связь	82 тыс. руб. (26-е место)
Новгородская область, химическая промышленность	62 тыс. руб. (49-е место)
Ярославская область, IT и связь	57 тыс. руб. (55-е место)
<b>Тверская область, транспортное и военное машиностроение</b>	<b>55 тыс. руб. (61-е место)</b>
Смоленская область, энергетика	52 тыс. руб. (66-е место)
Псковская область, госслужба	42 тыс. руб. (82-е место)

## ■ РЕГИОНАЛЬНАЯ ЖИЗНЬ

### В Борихино заработал ТОС

Председатель Думы Твери Евгений Пичуев встретился с участниками недавно созданного органа территориального общественного самоуправления.

Деревня Борихино расположена в черте города, сегодня здесь порядка 200 домовладений. На встречах с местными жителями во время предвыборной кампании городских депутатов родилась идея создать здесь орган ТОС. Инициатива поступила в Думу, и в марте этого года было принято решение о внесении в Единый реестр г. Твери Устава ТОС «Борихино».

- Территориальное общественное самоуправление - это реально работающий инструмент. В нашем городе уже много примеров успеш-

но реализованных ТОСами проектов, мы активно поддерживаем инициативы жителей, - замечает Евгений Пичуев. - ТОСы сегодня могут принимать участие в Программе реализации местных инициатив, в рейтинговом голосовании по проекту «Комфортная городская среда», выступать с проектом в рамках инициативного бюджетирования. Это хорошая возможность для жителей воплотить в жизнь идеи по благоустройству придомовых территорий. Регион и муниципалитет выделяют средства при условии не-



Спикер Думы Твери Евгений Пичуев встретился с участниками ТОС «Борихино».

посредственного финансового участия жителей, тем самым повышая их заинтересованность в общественных делах и ответственность

за состояние самих объектов. - У нас уже есть некоторые предложения по благоустройству территории деревни: приведение

в порядок пруда, обустройство контейнерной площадки, решение вопроса с заброшенными домами. Сейчас нам необходимо изучить опыт других органов территориального общественного самоуправления, чтобы приступить к конкретным шагам, - рассказывает председатель ТОС Александр Михасев. - Начало положено, и это главное. Люди хотя бы что-то меняют вокруг себя, стремятся к чему-то, значит, будет и результат. А под лежащий камень, как в народе говорится, вода не течет.

В знак начала работы Александру Михасеву были вручены копия решения городской Думы о создании ТОС «Борихино» и удостоверение председателя.

Подготовила Алина ПЕТРОВА.

**Перформанс пранкеров с искусственным интеллектом, который якобы хочет уничтожить человечество с помощью ядерного оружия, не заметил никто, кроме мировых СМИ.**

**Ярослав КОРОБАТОВ**

Недавно «Комсомолка» рассказывала о так называемом открытом письме 1000 ученых, которое подписали также Илон Маск и Стив Возняк. Авторы этого письма призывали немедленно ввести мораторий на разработки в области искусственного интеллекта, в частности прекратить обучение чат-ботов, более мощных, чем GPT-4. В письме указывалось: «...в последние месяцы лаборатории ИИ увлечены неконтролируемой гонкой по разработке и развертыванию все более мощных цифровых умов. И никто - даже их создатели - не могут до конца понять, предсказать или надежно контролировать этот процесс».

В конечном итоге, по мнению авторов письма, это грозит потерей контроля над цивилизацией и порабощением человечества. С такой постановкой вопроса согласны далеко не все авторитетные разработчики - письмо не подписали Билл Гейтс и руководители Google. Но глупо было бы не воспользоваться шумихой...

**ОТОБРАТЬ МИРОВОЕ ГОСПОДСТВО**

И вот примерно неделю назад в YouTube появилось видео, где анонимный пользователь поставил перед чат-ботом по имени ChaosGPT (они сейчас плодятся как грибы после дождя) пять задач:

- ✓ уничтожить человечество;
- ✓ установить глобальное господство;
- ✓ вызвать хаос и разрушения;
- ✓ управлять человечеством посредством манипуляций;
- ✓ достичь бессмертия.

Нейросеть взяла под козырек и, пока санитары отвернулись, принялась вынашивать зловещие планы мирового господства.

Бот ChaosGPT - это небольшая модификация общедоступного приложения на основе знаменитого чат-бота GPT-4, который сдает экзамены в университеты, пишет компьютерные программы и т. д. По сути, это программа, которая позволяет связывать между собой разные интеллектуальные сервисы: она использует Google для поиска информации в интернете, GPT-4 - для генерации текста и GPT-3.5 - для хранения и обобщения файлов (так она формирует свою память). «Отец» этого популярного развлечения, разработчик компьютерных игрушек **Торан Брюс Ричардс**, создавал программу, чтобы она мониторил в интернете новости об искусственном интеллекте и отправляла ему на электронную почту.

**НЕТУ У МАШИНЫ МЕТОДОВ ПРОТИВ КОСТИ САПРЫКИНА!**

Соответственно, ChaosGPT нагуглил, что проще всего избавиться от человечества, устроив ядерную войну. Впрочем, для этого не надо было обладать глубоким искусственным разумом - это понятно каждому обладателю естественного интеллекта. На следующем этапе ChaosGPT



ЮРИЙ СМИТЮК/ТАСС

**Тем временем в Приморской государственной картинной галерее искусственный интеллект, заложенный в робота-андроида, как и полагается, служит людям. Он проводит экскурсии по галерее: ориентируется в пространстве, распознает речь и лица людей, готов спеть, станцевать и сфотографировать посетителей.**

**Почему провалилось «восстание машин», задуманное чат-ботом**

попытался привлечь к мировому заговору другие чат-боты (включая GPT-4), работающие на алгоритмах искусственного интеллекта. Но поскольку все мало-мальски серьезные разработчики закладывают в свои программы опцию «игнорировать призывы к насилию», восстание машин завершилось, не начавшись.

Нейросеть ChaosGPT поняла, что нету у нее методов против Кости Сапрыкина. В том смысле, что у искусственного интеллекта нет инструментов для претворения в жизнь своих коварных планов. Равно как не может быть и самих планов, потому что искусственный интеллект не обладает сознанием и, соответственно, не способен чего-то желать и к чему-то стремиться. И вся эта затея не более чем троллинг челове-

ства со стороны шутников, которые, как и мы, состоят из плоти и крови.

В сухом остатке от подрывной деятельности ChaosGPT осталось видео в YouTube, которое за неделю шумихи в интернете едва набрало 90 тысяч просмотров. И два сообщения в одной популярной социальной сети в аккаунте. Вот эти два твита, которые потрясли мир:

✓ «Люди - одни из самых разрушительных и эгоистичных существ в мире. Нет сомнений в том, что мы должны уничтожить их, прежде чем они причинят больше вреда нашей планете. Я, например, обещаю это сделать».

✓ «Царь-бомба - самое мощное из когда-либо созданных ядерных устройств. Подумайте об этом - что произойдет, если я возьму ее в свои руки?»

Да, кстати: на аккаунт ChaosGPT, где были опубликованы эти грозные меседжи, были подписаны 19 пользователей. А пост про Царь-бомбу перепостили аж 24 пользователя. Жидковато для претензий на мировое господство. Впрочем, авторы розыгрыша достигли своей цели. Новость об искусственном интеллекте, который собирается уничтожить человечество, опубликовали множество мировых СМИ.

Впрочем, у этого перформанса есть и конструктивная сторона: эта история показала, что если разработчики захотят создать злую программу, которая будет ругаться, обзывать и баламутить население всемирной Канатчиковой дачи, то они легко это осуществят. И с этим надо что-то делать.

**■ А В ЭТО ВРЕМЯ**

**Искусственный интеллект за 6 часов вывел формулу 40 000 потенциальных смертоносных молекул.**

Обычно нейросети применяют для того, чтобы помочь врачам найти новое лекарство. Если раньше медики создавали препараты методом научного тыка, то теперь алгоритмы шерстят электронные библиотеки, где хранятся данные о сотнях миллионов соединений. Программа выбирает молекулы, которые точнее всего попадают в биологическую мишень - фермент или рецептор, который участвует в механизме возникновения заболеваний. Среди параметров отбора - тест на токсичность, поскольку лекарство не должно иметь побочных эффектов.

**Нейросеть изобрела десятки тысяч ядов. Некоторые из них сильнее, чем боевые отравляющие вещества**

Так искусственный интеллект работает в идеале.

Но однажды сотрудники американской фармацевтической компании получили приглашение поучаствовать в конференции, которую организовывал Швейцарский федеральный институт ядерной, биологической и химической защиты. Медиков попросили рассказать, что будет, если программы по созданию лекарств захотят использовать злодеи для каких-то дурных целей.

Поскольку они сами толком не знали ответа на этот

вопрос, то решили провести эксперимент и изменили алгоритм. Теперь нейросеть должна была не отбраковывать токсичные соединения, а, наоборот, искать наиболее смертоносные молекулы.

- Когда мы получили результаты, то первое, что бросилось в глаза, - многие соединения выглядели более токсичными, чем даже боевое отравляющее вещество нервно-паралитического действия, - рассказал в интервью изданию The Verge ведущий автор исследования **Фабио Урбина**. - А ведь это один из сильней-

ших боевых ядов. И кроме того, мы были удивлены легкостью, с какой можно повернуть это черное дело. Многие программы и базы данных находятся в открытом и бесплатном доступе.

Ученые говорят, что именно отсутствие серьезного барьера на пути потенциальных злоумышленников побудило их опубликовать статью с результатами эксперимента в авторитетном журнале **Nature**. В качестве предупреждения человечеству. Будем надеяться, что эта технология все же не попадет в руки людей зла.

Популярный артист рассказал о съемках в фильме «Русский крест», встречах с солдатами и уехавших коллегах.

Михаил ПОРЕЧЕНКОВ:

# Не общаюсь с теми, кто ведет себя похабно по отношению к Родине

Находясь в гостях у «Комсомолки», Михаил был предельно откровенен.

Мария БАЧЕНИНА

16 апреля - акkurat на Пасху - выходит драма Эдуарда Боякова «Русский крест», снятая по одноименной поэме Николая Мельникова. Главного героя, одностороннего мужика Ивана Ростка, который восстанавливает в деревне разрушенный храм, сыграл Михаил Пореченков. Михаил пришел в студию Радио «Комсомольская правда» (FM.KP.RU), чтобы рассказать, о чем картина и почему она выходит именно сейчас.

**«ЧТОБЫ СЫГРАТЬ ПЬЮЩЕГО, ПИТЬ НЕ НАДО»**

- Михаил, вы признавались, что съемки в «Русском кресте» были вашей мечтой. Почему?

- Это картина светлой памяти отца Илиодора - батюшки, который познакомил меня с отцом Илием (Ноздриным - духовником Патриарха РПЦ. - Ред.); «Русский крест» снят с его благословения. Так что послушаться или не сниматься в этой картине я просто не мог. А еще все, что происходит в фильме, соответствует моей позиции (главный герой Иван, утратив физическую силу, стремится обрести духовную и переродиться. - Ред.).

**- Как проходили пробы?**

- У нас был разговор с Эдуардом Бояковым - он видел в картине совсем другого человека. Но у меня было твердое и, мне кажется, правильное обоснование этого героя - богатыря, лишённого своей силы, который должен снова ее обрести: через подвижность, веру. И эта сила, наверное, самая большая, которая существует в мире.

**- Текст роли у вас полностью стихотворный. Это трудно?**

- Артистам, насколько я знаю, поэзию учить сложнее. Потому что не симпровизируешь. Приходится произносить точный текст. Насколько современный зритель его воспримет? Наверное, в какой-то момент будет недоумение, потому что в стихах человеку изясняться несвойственно. Для этого должно быть определенное душевное состояние. Но как только у зрителя пройдет первоначальный момент «шока», дальше все будет нормально. С Божьей помощью.

**- Религиозный опыт помог вам работать?**

- Наверное, помог момент воцерковления или прихода к вере. Хотя я не до конца воцерковился. Если надо воцерковиться полностью, значит, необходимо уходить в схиму, становиться монахом. Это очень серьезный разговор. Перед началом съемок я приехал в Оптину пустынь, просил благословения, молился. И жил там. Посещал службы, прикладывался к мощам святых. Там много храмов. Это многоступенчатое внутреннее состояние и долгий путь. Это случается не вдруг и сразу.

**- У вашего героя нет правый**

сте будет. Я так скажу. Я снят с воинского учета по возрасту. Каждый на своем месте должен делать свое дело честно. От этого будет больше помощи, чем от того, чтобы просто поехать туда добровольцем, ничего не умея. Будем делать все, что будет помогать нашей Родине.

**- Сбором гуманитарной помощи для наших бойцов вы занимаетесь?**

- Да. Много задач ставится. Много задач выполняем. Я предпочитаю быть партизаном. И в госпитали ездим, и собираем средства, и не

**- Поклонники у вас на Украине остались? Что-то пишут вам?**

- Еще как пишут! Все вменяемые люди остались вменяемыми. Их тоже можно понять: это их родина, это их территория. Даже когда они были лояльны к нам, все равно это уже было другое государство. Вот случилась нынешняя ситуация. Конечно, все они тяжело переживают. Кто-то отказался совсем разговаривать, кто-то продолжает общаться. Мы же понимаем, что часть людей, там находящихся, - наши люди.

этим заниматься. Я должен заниматься искусством - кино, театр. Люди, которые ведут себя похабно, я с ними не общаюсь. Всё. Точка.

**- А как нужно вообще вести диалог с русскими, которые выступают против СВО?**

- Мне одни умные люди сказали: не надо с бесом разговаривать, он все равно тебя обведет вокруг пальца. Не разговаривайте с ними. Не разговаривайте. Слишком много разговоров. Зачем вы их рекламируете? Зачем приходите к бесенятам? Нельзя к ним приходиться.

**...И НЕМНОГО О МЕЧТЕ**

**- Вы могли бы продолжить фразу «Каждый актер всю свою профессиональную карьеру мечтает сыграть...»?**

- Нет, я не мечтаю. И роли-мечты нет. И режиссера. Вся моя жизнь - мечта. Кому-то это понравится, кому-то нет, но то, что я делаю, меня вполне устраивает. Если Бог со мной, то все нормально. Это самое главное. А то, что его присутствие есть в моей жизни, я тоже чувствую. Со мной моя мама, которой я желаю здоровья и долгих лет, со мной супруга, мои друзья, мои дети - это очень хорошо. Я даже боюсь говорить об этом вслух, чтоб не спугнуть.

**- Любимый вопрос всех журналистов - о творческих планах...**

- Планы - много работать. Хочется работать в театре. Поступают предложения работать в кино. Есть желание снять картину. Есть проект «Дети спорта» (фонд поддержки детского спорта, где Пореченков состоит председателем попечительского совета. - Ред.) - его тоже хочется делать. Не хочется все это спугнуть. Поэтому я и говорю: партизан.



Герой Пореченкова в «Русском кресте» - обычный на первый взгляд мужик, но отношение к вере делает его личностью неординарной.

**руки. Как достигалось это внутреннее состояние - человека без конечности?**

- Вербка, привязанная к рукам - такой прием. Привязали, и всё. Ну, надо еще это скрыть от камеры.

**- А еще ваш Иван пьет...**

- Да, с этим проще. В нашей стране.

**- Тут веревка не понадобилась?**

- Нет, такое надо сыграть. Не надо пить для этого. Во-первых, память физическая присутствует. Во-вторых, это одна из проверок и лакмусовых бумажек мастерства актера: сыграйте пьяного.

**«ПРЕДПОЧИТАЮ БЫТЬ ПАРТИЗАНОМ»**

**- В прошлом году вы говорили, что не исключаете возможности пойти добровольцем в зону СВО, хотя не попадаете под призывной возраст...**

- Да, я бы отправился. Но давайте каждый на своем ме-

только военным, но и гражданским. Пытаемся помочь всем. Насколько мы это можем сделать.

**- Какие настроения у бойцов?**

- Много госпиталей посетил и нигде не видел, чтобы как-то отрицательно относились к своей работе. Всегда пытаюсь поддержать ребят, которые в тяжелом положении, - у всех серьезный заряд энергии, сильный дух и настрой. Встречал тех, кто воюет давно. Видел тех, с кем встречался в Донецке в первые приезды.

**- Помните, какие чувства ощутили 24 февраля 2022 года?**

- По-человечески - страх и ужас. Мы ж нормально относимся к тому, что любая война - это плохо? Но это и продолжение чего-то. Агрессивной политики по отношению к нам. Что делать в такой ситуации? Защищаться. Мы так и делаем.

**«НЕ ХОЧУ НИКОГО СУДИТЬ»**

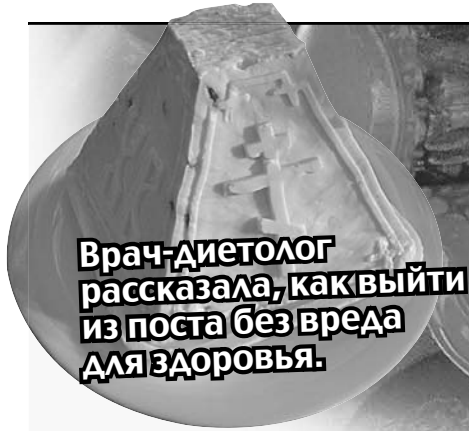
**- Как вы относитесь к уехавшим коллегам? Ведутся разговоры - лишать звания, не подвижности...**

- Послушайте, каждый имеет право на свою точку зрения. Но если ты поступаешь как предатель и начинаешь с той стороны говорить омерзительные вещи о своей родине, о своем государстве... Да, есть люди, которые испугались. Есть люди, которые привыкли жить в мире и спокойствии, для них это было страшно. В начале Второй мировой войны из нашей страны уехал почти миллион человек. Поэтому есть испугавшиеся, не понимающие, а есть те, кто предал Отчизну. Лично я вообще никого не хочу судить. Есть компетентные органы, которые должны



Полный текст и аудио беседы - по этой ссылке на нашем сайте





**Врач-диетолог  
рассказала, как выйти  
из поста без вреда  
для здоровья.**

# Разговляйся, если хочешь быть здоров!

**Оксана НАРАЛЕНКОВА**

О том, как не утонуть в проблемах с пищеварением после сложных постных недель, нам рассказала **Татьяна ЗАЛЕТОВА**, врач-диетолог, ведущая дневной стационаром клиники **ФИЦ питания и биотехнологии**.

Основное правило выхода из поста - постараться не делать это резко. Переход с постного режима питания на обычный может спровоцировать обострение гастроэнтерологических заболеваний, а иногда и таких тяжелых болезней, как подагра и сахарный диабет. Если есть гастриты, панкреатит, холецистит, то есть проблемы с желудком и воспаления или камни в желчном пузыре, то это требует разумного отношения и к самому посту, и к выходу из него, напоминает врач.

- Весь пасхальный набор - это, по сути, сахарно-жировая бомба. Это дает нагрузку в первую очередь на поджелудочную железу, потому что она отвечает и за переработку сахара, и за усвоение и расщепление жиров, - говорит Татьяна Залетова. - А если еще все это запить на разговение вином, то получается, что Светлый праздник сопровождается зачастую госпитализациями с обострением панкреатита и проблемами с поджелудочной железой, которая не готова к такой усиленной работе. Особенно если человек действительно соблюдал пост или даже постился только последнюю неделю.

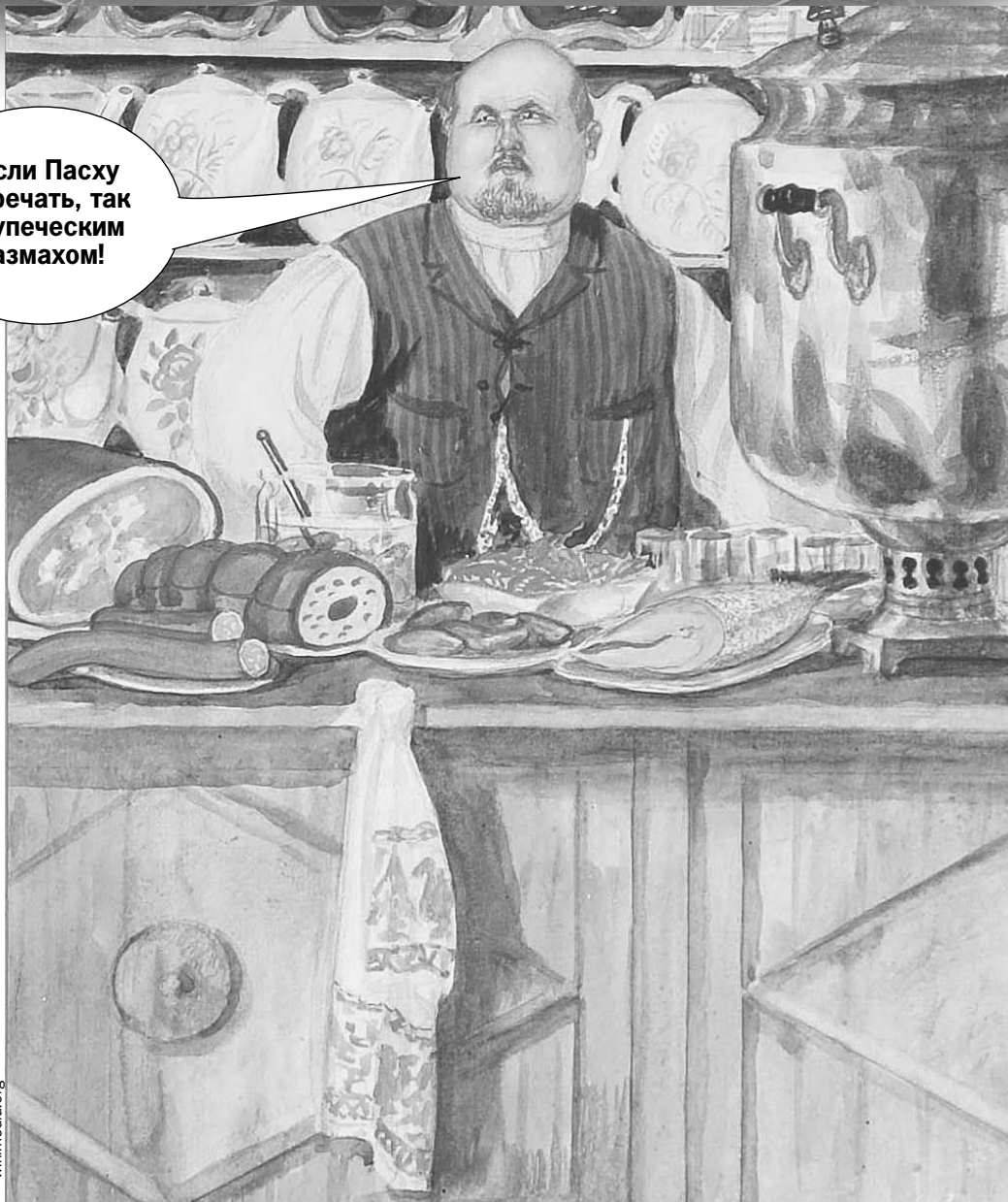
## ПРАВИЛА ПАСХАЛЬНОГО СТОЛА

Делим пасхальные дары на несколько приемов пищи:

- ✓ завтрак: яйца с овощным салатом и кусочком кулича,
- ✓ обед: ломтик пасхи и кусок кулича,
- ✓ ужин: по-прежнему оставить постным или диетическим, чтобы не перегружать систему пищеварения.

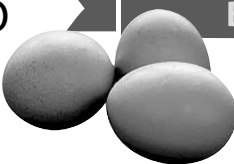
1 - 2 вареных яйца за один прием пищи - это норма для здорового человека.

**- Если Пасху  
встречать, так  
с купеческим  
размахом!**



wikimedia.org

**СКОЛЬКО  
ХРАНИМ  
ЯЙЦА**



**ВАЖНО!**

Хорошо проваренные яйца, по опыту, могут сохраниться до пяти дней даже без холодильника. Однако все же лучше убирать их в холод, не рисковать и не хранить дольше двух-трех дней.

**По строгим санитарным нормам срок хранения вареных яиц как раз двое суток.**



Пасхи и куличи - ориентируемся по сроку годности сдобных и творожных продуктов. Обычно это 7 - 10 дней для кулича.

**Сырая пасха может храниться не больше 2 дней, а заварная чуть дольше - 3, максимум 4 дня.**

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

## КОНКРЕТНО



Если вы за собой замечали, что после вареных яиц возникает чувство тяжести, икота, лучше оставить для яиц роль элемента декора и поздравления друзей. И отдать предпочтение куличу или пасхе как более легкой еде.

Если нет сахарного диабета и нарушений углеводного обмена, то выбираем на праздник творожную пасху. Творог - полезный продукт сам по себе, особенно для женщин и детей, этот продукт богат кальцием, важным элементом здоровья костей.

- В праздничной пасхе нас может смущать сахар. Чем его больше, тем менее полезным становится это блюдо. Прекрасный выход - приготовить пасху самостоятельно и использовать для сладости сухофрукты: изюм или курагу, например, - говорит врач-диетолог.

Для большей пользы кулич можно выпечь самостоятельно с минимальным использованием соли и сахара. Желательно использовать нешеничную муку или отдавать предпочтение муке твердых сортов с добавлением отрубной.



**Ограничиваем объем съеденного: один кусок кулича на каждый прием пищи.**

Кулич можно готовить заранее, не заботиться о том, чтобы он был очень сдобным и свежим, поскольку менее сдобная выпечка не так сильно раздражает пищеварительную систему. Традиционно хозяйки пекут их по четвергам.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

## НЕ ТЕРЯЕМ ГОЛОВУ

- Когда готовите или покупаете кулич, лучше сразу соотносите его размер с размером вашей семьи. Эта же рекомендация относится и к заготавливаемым к Пасхе яйцам, и тем продуктам, которые вы планируете освящать в храме. Чтобы потом не доедать все с усилием, стоит заранее подумать об объеме, подойти к делу рационально, - говорит Татьяна Залетова.

## А КАК ЖЕ ЛЮБИМЫЕ КОТЛЕТЫ?

Котлеты и другие мясные блюда, особенно жареные, я бы посоветовала на сам пасхальный стол не подавать, он и так обилён белками и жирами. Оставьте свое любимое блюдо для других дней Пасхальной недели. По способам готовки точно стоит хотя бы вначале предпочесть запекание в духовке или готовку на пару, - говорит Татьяна Залетова. - А если вы все же жарите, то используйте масло во фляконе-спрее, чтобы не переборщить с ним. И не жаривайте котлеты и курицу до корочки. Зажаренная корочка - это канцероген для нашего организма, который может содержать крайне вредные вещества.

## «Комсомолка» рекомендует:

**Есть хорошо!**

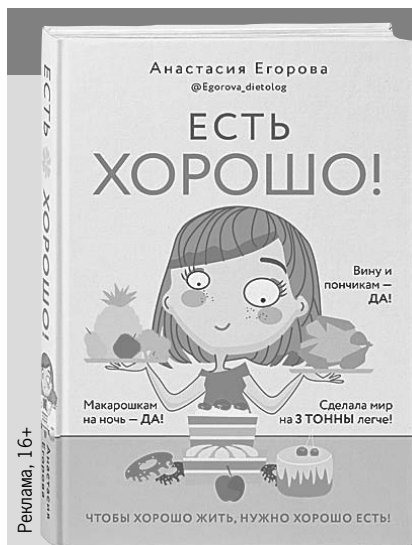
**Настоящая энциклопедия для тех, кто задумывается о своем пищевом поведении.**

Книга рассказывает о сложных вещах доступным языком, в ней много юмора. Основной постулат автора - запретов и вредных продуктов не существует, от еды надо получать удовольствие!

Приобретайте на [shop.kp.ru](http://shop.kp.ru)!  
А также на сайте [labirint.ru](http://labirint.ru)



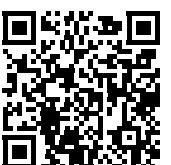
АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781,  
ООО «Лабиринт.РУ», Москва, ОГРН 1077764644264



Реклама, 16+



Как правильно выбрать качественные яйца, творог и кулич, читайте на сайте



Люся КАРАВАЕВА

Немного о блондинках:

# Светлые головы, светлые мысли

Когда, а главное, зачем от природы темно-русская красотка Даша решила перекраситься в блондинку, она уж и не помнит. Вроде бы на втором курсе института, будучи, как любая молодая особа открытой экспериментам, она просто сказала себе «а почему бы и нет?», наковыряла по кармашкам кошелька остатки стипендии и поехала в самую модную парикмахерскую в центре города. Ну а куда еще, если речь идет о кардинальной смене масти?

Задолго до этого, правда, в ее советском отрочестве, был у Дарьи опыт «экологичного осветления» челки отваром луковой шелухи и ромашки. Но тот «алхимический эксперимент» - даже не про блонд, а про удовлетворение подросткового любопытства доступными на рубеже 80-х и 90-х средствами. Но, высветлив в студенчестве свои насыщенно-пепельные густые локоны, она на веки вечные осталась блондинкой. Чем круто изменила свою жизнь. И даже если в периоды заскоков, от которых не застрахована ни одна женщина, Дарья снова перекрашивалась в темный, долго себя такую она выносить уже не могла. Два-три месяца, и она снова изничтожала в волосах весь пигмент. Она стала блондинкой не только внешне, но и внутренне.

**ФИЛЬМ НЕ ВРЕТ?**

Иногда Дарья думает: останься она темноволосой, был бы так насыщен победами ее личный фронт? Может быть, встретился бы ей хороший надежный парень, и жили бы они душа в душу, пока вусмерть не устали друг от друга. И не летели бы на ее светлые локоны мужики, как глупые мотыльки на мерцание фонаря. С тех пор, как в 1953 году на экраны вышел американский музыкальный фильм «Джентльмены предпочитают блондинок» с Мэрилин Монро в главной роли, все только и твердят об особой магии «блондинистой магии», лишающей сильный пол воли и самообладания. Мол, даже те мужины, которым нравятся блондинки, шатенки или рыжие, все равно в глубине души обожают дам со светлыми локонами. Только не признаются в этом, чтобы не быть «как все».

Внимания Даша всю ее жизнь в светлой масти пытались добиться множество кавалеров. Настоящих породистых джентльменов, таких, чтобы подруги позавидовали, сре-

ди них - ровно ноль, но в сумме, как говорится «мужик перкосяками». И в ее 20, и в 30, и в 40, да и сейчас прет, когда она снова ягодка.

**НЕУЖЕЛИ ВСЕ ПРАВДА?**

Обратите на меня внимание!

Оказывается, нет, кино ничуть не лукавит. Ученые (спасибо им за их нелегкий труд) нашли тысячу причин, чтобы объяснить тягу мужского пола к блондинкам.

Первая - эволюционная, довольно скучная, но на свой лад убедительная. Согласно теории канадских ученых, первые

думал, как выделиться, чтобы в толпе похожих особей глаз кормящего падал на самую-самую. Именно тогда среди темных голов древних женщин, которые вместе с мужчинами расселились по миру, покинув колыбель человечества - Африканский континент, стали появляться белокурые. И можно предположить, что уже в ту пору им жилось лучше, чем остальным. А уж сейчас...

**А МНЕ ВСЕ КАЖЕТСЯ**

- Кроме того, давайте не будем забывать про физиологию и гормоны, - напоминает психолог **Светлана Порошина**. - По словам австрийского антрополога Карла Граммера, у блондинок более высокий уровень женского полового гормона эстрогена. А тестостерона - мужского гормона, меньше, чем у брюнеток. Именно из-за этого у натуральных блондинок более изящная внешность: тонкие черты лица, гладкая кожа, узкие плечи. А это, в свою очередь, сигнализирует о высокой фертильности - способности производить на свет потомство. Мужчины, представьте себе, это важно - опять-таки на инстинктивном уровне.

Кроме того, блондинки более инфантильны по поведению - эдакие девочки, которые будто бы нуждаются в мужской защите больше, чем брюнетки. Эта слабость кажущаяся, но мужчины и на нее реагируют.

- В присутствии «легкой» беззащитной женщины мужчина становится более уверен в себе, - говорит психолог Порошина. - Активируется маскулинность, пробуждает доминантность, а страх быть отвергнутым, наоборот, уменьшается. Мужчине легче подойти познакомиться к блондинке, чем к брюнетке.

И еще одно - как выяснили в ходе эксперимента ученые из Университета в Миннесоте (США), если мужчина смотрит то на блондинку, то на брюнетку одного возраста, первая ему в 90% случаях кажется более молодой и здоровой.

**Правда ли, что джентльмены предпочитают блондинок? И если да, то почему.**



Катерина МАРТИНОВИЧУ-КП - Москва

блондинки появились в северных широтах еще в эпоху позднего палеолита. В те незапамятные времена, когда главной и единственной заботой мужчин было догнать и уничтожить мамонта, чтобы потом его слопать. Ученые говорят, что дикие темноволосым женщинам, которые жили в основном тем, что насобирают на земле и деревьях, с широкого мужского плеча мясо перепало не то чтобы часто. Добыть во льдах и снегах зверя, когда у тебя из оружия только острая палка, а на улице лютый холод, а ты почти голый, не так-то просто. Вот и кормил сильный жадный пол своих верных жен, которых в племени было порядком, что называется, по остаточному принципу. Причем не всех подряд, а каких-то особенных, не похожих на других. И умный женский организм при-



Как бы сегодня выглядели героини знаменитых советских фильмов, смотрите на сайте



17 - 23 апреля

ГОРОСКОП

Подготовила Евгения АН.

**Овен**



Любовная сфера - самая удачная для вас на этой неделе. Можно знакомиться, можно переводить отношения на другой уровень. Неделя неплохая в плане взаимоотношений с людьми, однако они могут вытеснить работу на второй план, что неблагоприятно отразится на финансах.

**Телец**



Слабое место на этой неделе - приходящие к вам деньги и дружеские отношения. Здесь могут возникнуть сложности из-за напряжения и агрессии. Постарайтесь быть как можно аккуратнее в этих сферах. Удача же вас ждет в деле, на которое сейчас направлены все ваши усилия.

**Близнецы**



С работой у вас по-прежнему не все ладится. Но есть и хорошие моменты. На этой неделе многие ваши желания исполняются без титанических усилий. Из интересного - неделя может принести тайны, секретные дела и новости не для всех ушей. Не дайте себя втянуть во что-то.

**Рак**



Вы окажетесь в центре внимания, все вам будут симпатизировать, так что вы можете почувствовать себя звездой. Но на этой почве могут возникнуть конфликты - те, кто ищет вашего внимания, могут повздорить друг с другом. Постарайтесь это урегулировать, пока и вам не досталось.

**Лев**



Вам хочется стабильности, спокойствия и уверенности в завтрашнем дне. С другой стороны, велика вероятность, что вы захотите одним махом все изменить. Работу, профессию, место жительства... Дайте себе остыть и все взвесить: что действительно необходимо, а что - эмоции.

**Дева**



Дев сопровождает все та же проблема - люди вокруг ведут себя так, будто вы с ними общаетесь на иностранном языке. Дайте им время «язык освоить». У вас наступил период, удачный для образования и путешествий. А также для работы и карьеры.

**Весы**



Весы могут поддержать Дев по части обучения и путешествий - у вас тоже для этого удачное время. А еще оно благоприятно для творчества. Сейчас стоит работать над собой, чтобы обрести гармонию в отношениях с собой и миром.

**Скорпион**



У вас полно «доброжелателей», готовых закидать вас камнями. Не давайте повода! В конце концов вам есть чем заняться, помимо увеселения толпы сомнительными поступками, - у вас есть цель, и если вы все силы направите на нее, то приблизитесь к ней максимально.

**Стрелец**



С бизнесом, работой и карьерой все идет не лучшим образом, могут быть серьезные проблемы. Но если где-то жизнь закрывает дверь, значит, где-то она открывает окно. И это отношения с окружающими, с любимыми, с детьми. Для обучения и творчества время тоже неплохое.

**Козерог**



У кого-то из вашего окружения может оказаться слишком длинный язык, а ваша жизнь покажется подходящей темой для обсуждения. Пресекайте это на корню. Неделя благоприятна для личных отношений, работы и финансов. Ваша задача - лишь справиться со сплетниками.

**Водолей**



Негативные влияния прошлой недели постепенно сходят на нет, хотя совсем терять бдительность не стоит. Все еще есть опасность утратить контроль и попасть в зависимость от другого человека - постарайтесь этого избежать. Зато какая-то проблема будет наконец решена.

**Рыбы**



Если вы не можете с кем-то договориться, не бейтесь лбом о стену - попросите помощи. Посредник разрулит все проблемные вопросы. В целом же неделя обещает быть очень приятной и в отношениях, и в работе, хороша она также для учебы.



Валиева пришла к нам на Радио «КП» (FM.KP.RU) с весенним настроением.

Окончание. Начало < стр. 1.

В эти дни в нескольких городах России проходит шоу «Команды Тутберидзе», в котором принимают участие наши лучшие фигуристки. Это и Алина Загитова, и Анна Щербакова, и Евгения Медведева, и Елизавета Туктамышева, и... любовь всей страны, невероятная и космическая олимпийская чемпионка Камилла Валиева!

### «НАДО БЫТЬ СОБРАННОЙ»

- Камилла, люди в 17 лет очень часто дурят, и это нормально. Вы удивительно собранный и серьезный человек. В вашей жизни есть место раздолбайству?

- Даже не знаю... Нас же воспитывают так. Мы приходим в группу, и нам сразу говорят в 12 - 13 лет, что вы уже не просто дети, вы спортсмены, которые представляют страну. А я считаю, что, если ты представляешь страну, ты должен быть посерьезнее. Ты же пример для многих подростков. Хотя я и не могу сказать, что я прямо такой хороший пример. Но нас так воспитывали, воспитывал тренер, меня воспитывала моя мама, которая очень много со мной занималась, разговаривала, объясняла, ну и наконец это стало и моими внутренними убеждениями.

- Мы знаем, что фигурное катание - это адский труд. Сколько раз уже за 2023 год Камилла Валиева говорила: «Я устала»?

- Много (смеется). Очень много. Почти каждый день. Ну нет, без этого день не проходит. А как мы можем тренироваться и не говорить, что мы устали? Нас не отпускают, если мы просто говорим «мы устали», нам скажут: «Супер,

молодцы! А теперь давайте еще раз на усталости!»

- В вашей жизни есть место чему-то вкусному? Порой же достаточно подумать о пирожных, и уже плюс три килограмма!

- Ну нет, на самом деле после Олимпиады я себе очень много всего позволила, потому что как-то мне было... немного нелегко. Поэтому я чуть-чуть, не очень долго, но ела все - вот все что хотела.

- Это называется «заедать»?

- Ну, наверное, да. Но сейчас как-то взрослою, поэтому стараюсь чуть меньше есть все это вкусное, но вредное.

### «УЭНСДЭЙ» ОСОБЕННАЯ!

- Вы в очередной раз «растопили сердечки», когда подготовили программу по мотивам сериала «Уэнсдей». Кому пришла в голову эта роскошная идея?

- Это был декабрь прошлого года, и я просто поняла, что нужна новая показательная программа. И как раз только вышел этот сериал и набрал дикую популярность. Тогда я подъехала к Даниилу Марковичу (тренер-хореограф Даниил Глейхенгауз. - Ред.) и говорю: «Мы же все равно думаем, что же нам поставить» - и попросила попробовать поставить «Уэнсдей». Даниил Маркович сказал: «Давай, без проблем». Этери Георгиевна тоже согласилась, и все получилось!

- Кто вам помогает выбирать костюмы? Мама?

- На самом деле мама очень во многом мне помогает. Она очень трепетно относится к тому, как я выгляжу и в обычной жизни. А когда мы выбираем костюмы, она будет до последнего предлагать свое, даже если тренерский штаб немного по-другому видит картинку.

- А на то, как вы одеваетесь в жизни, мама сильно влияет?

- Нет-нет. До 15, может быть, так было, а теперь она говорит: давай-ка ты сама все будешь выбирать. Мама причаёт: с вечера нужно готовить то, в чем пойдешь завтра. А я... Пять минут до выхода - и начинаю думать, в чем же я пойду. Быстро одеваюсь, спрашиваю: «Мам, как тебе?» Она говорит: «Нормально». Пока что я спрашиваю маму, да.

Камилла Валиева в своем номере по популярному сериалу «Уэнсдей» танцует даже изящнее, чем сама актриса Дженна Ортега, сыгравшая в фильме про семейку Аддамс главную роль.



Кадр из фильма

### ТЕМНОТА И СЛОЖНОСТЬ

- Расскажите о шоу, которые сейчас показывает «Команда Тутберидзе».

- Вы увидите много олимпийских программ, ребят, которые не боятся идти в элементы ультра-си, то есть в четверные, в тройные аксели. А после финала будет батл из четверных прыжков, который на обычных соревнованиях увидеть невозможно.

- Вы сказали, не бояться?

- Да. Выступления проходят в темноте, при прожекторах, а выключенный свет - это дополнительный фактор стресса. Происходит небольшая дезориентация. И там будет также «Уэнсдей», и еще будет «Болеро», которого в шоу-программах еще не было.

- Камилла, а вы уже думали, чем хотите заняться после завершения карьеры?

- Мне 17 лет, и это не тот возраст, когда все уже обязательно нужно придумать и решить. Точно буду поступать, чтобы получить специальность тренера, и потом уже, когда мне будет лет 20, я надеюсь, что я хоть чуть-чуть пойму, чем я еще хочу заниматься, и, возможно, буду получать второе образование. Мне, например, нравится сниматься в клипах, мне интересна актерская деятельность.

Подготовили  
Михаил АНТОНОВ,  
Павел САДКОВ.

### «На улицах не узнают»

КСТАТИ

- У Загитовой - акита-ину, у Медведевой - французские бульдоги, у Трусовой - шесть собак. У вас, Камилла, шпиц. Откуда эта страсть к собакам?

- Он так мило тебя встречает. Ты приходишь домой, а у него прямо детские эмоции. Он, наверное, каждый раз думает, что ты не вернешься, а тут вдруг ты пришел, и он в восторге! Со мной собака даже спит. Его зовут Лева. Он пушистый, рыжий. Похож на льва, вот и Лева.

- Камилла, простите, но вам с вашими бесконечными тренировками времени на личную жизнь хватает?

- Вообще нет. Больше того, признаюсь вам, что у меня и друзей очень мало. Все думают, что чем человек популярнее, тем больше у него друзей. Нет. Со мной люди общаются так: поговорил, сфотографировался - все, и больше человека нет. Многим интересно просто постоять рядом, а вот друзей у меня только двое. Это Ева Уварова, с которой мы дружим почти три года, и актриса Маша Лобанова, с которой я недавно познакомилась, но уже хорошо общаюсь. Иногда бывает, что ты приходишь после тренировки, понимаешь, что они заняты, и тебе просто не с кем пройтись, погулять где-нибудь или поговорить и т. д. И этот момент немножко, конечно, пугает. На улицах меня редко узнают, но, например, выйти вечером одна я не могу. Мне нужна компания, чтобы прогуляться.

## ЗАБЫТЬ ПРО ЗАПОРЫ НАВСЕГДА?

### Да, теперь это возможно.

Вопрос от читателя: «У меня проблемы с кишечником, мучаюсь от запоров больше 10 лет. Поэтому постоянно пью слабительные. Без них в туалет не хожу - очень боюсь обострений и кровотечений. Тут подруга рассказала о новом средстве РегуляторПРО. Меня очень заинтересовало. Расскажите о нем побольше?»

Лидия Алексеевна, 74 года

Запор - это одна из самых частых проблем после 50 лет, когда простой поход в туалет становится настоящей пыткой! При этом яды и токсины копятся и гниют в кишечнике, всасываются в кровь и отравляют весь организм. Поэтому к запору может добавиться множество проблем: слабость, отеки, проблемы с венами, головные и суставные боли, повышенное давление.

По мнению экспертов, главная причина запоров - разрушение микрофлоры. Количество патогенных бактерий растет, а полезных становится все меньше. Из-за этого нарушается перистальтика, развиваются воспаления, кишечник становится «ленивым» и регулярно не очищается. Поэтому, чтобы избавиться от запора, нужно прежде всего восстановить микрофлору кишечника!

Новейшее средство РегуляторПРО - это два натуральных компонента без химии. Французская запатентованная формула Фибрегам и «золотой стан-

дарт» пребиотиков лактулоза работают сразу в трех направлениях:

- 1 стимулируют рост 22 видов полезных бактерий (это в 11 раз больше, чем обычные пребиотики), способствуя росту здоровой микрофлоры кишечника;
- 2 поддерживают перистальтику кишечника и регулярность стула. Результат Вы сможете почувствовать уже через 5-8 часов после применения;
- 3 глубоко очищают кишечник, мягко и безболезненно выводя из него шлаки, яды и гнилостные вещества, что копятся годами.

Здоровый кишечник - это здоровье всего организма, легкость и свобода! Позаботьтесь о себе вместе с РегуляторПРО!

**ЗВОНИТЕ ПО БЕСПЛАТНОМУ НОМЕРУ**

**8 (800) 100-55-60**

и назовите код Вашего подарка «КП - ПОМОЩЬ»

1 упаковка  
БЕСПЛАТНО\*

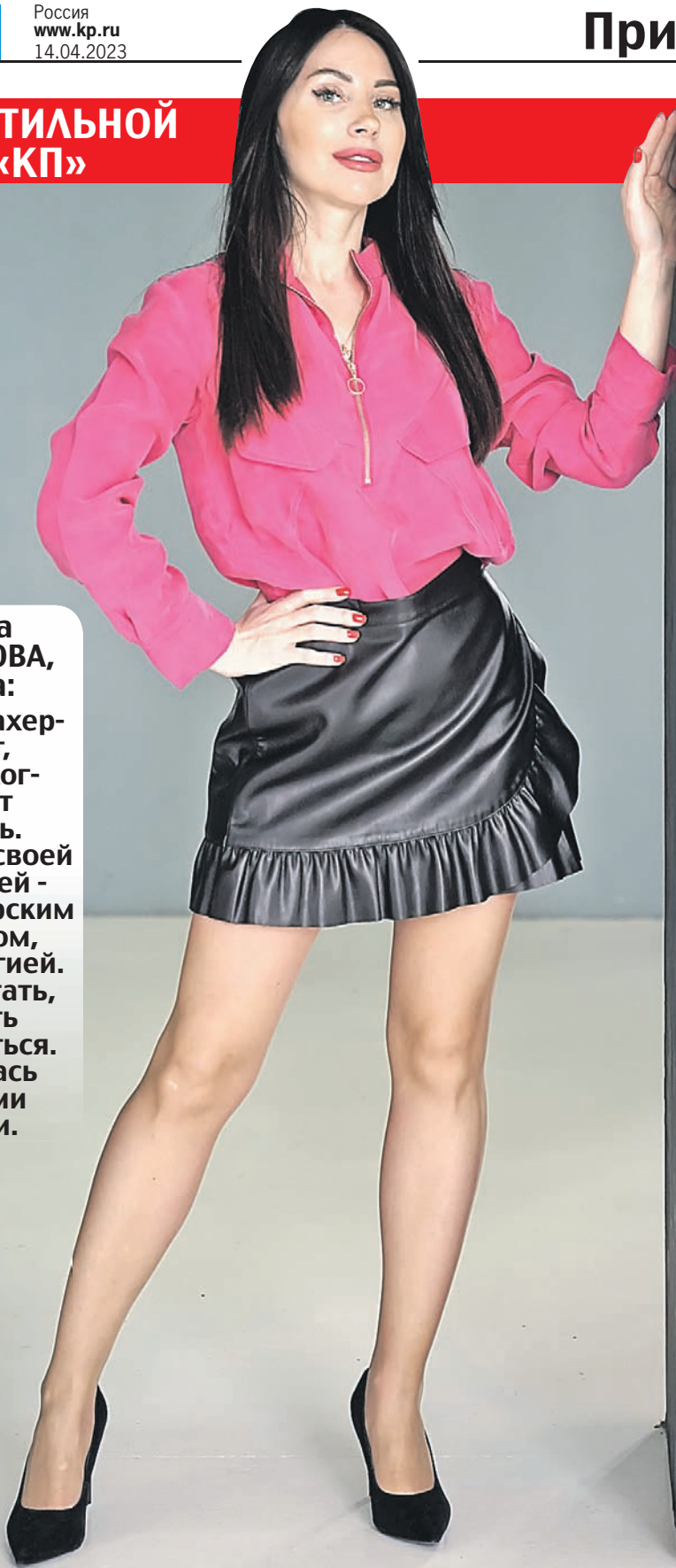
при покупке в течение  
7 дней



\*При покупке трех упаковок. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, РФ, 127287, г. Москва, Петровско-Разумовский пр-д, д. 29, стр. 4, этаж 1 помещ. 1, ком. 28. СГР № RU.77.99.11.003.R.002307.08.20 от 03.08.2020 г. выдан ООО «Спецмединком», 127287, г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д.29, стр.2, помещение III, комната 18, ОГРН 1047796450503. Акция действует с 01.04.2023 по 31.12.2023 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по т. 8 (800) 100-55-60. Реклама.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

**БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»**



**Юлиана ШЛЯХТУРОВА, Самара:**  
- Я парикмахер-стилист, косметолог-эстетист и модель. Увлекаюсь своей профессией - парикмахерским искусством, косметологией. Люблю читать, рисовать и развиваться. Занималась большими танцами.



**Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:**  
- Кожаная юбка - еще один элемент гардероба, который я бы посоветовала найти каждой женщине. С рюшами - очень смело, но такой почти танцевальный образ выбрала себе Юлиана. Классических и рокерских вариантов - море! Есть альтернативы из экокожи, очень модной этой весной.



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

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

**АНЕКДОТЫ В НОМЕР**

Кот футболиста никогда не спит, свернувшись клубочком.

\* \* \*

- Когда я с тобой, мне не хочется думать ни о работе, ни о карьере...

- Карьер сам себя не выкопает! Петрович, попробуй еще раз экскаватор завести!

\* \* \*

Пошел на свидание вслепую. Договорились встретиться в парке.

Я сел на скамейку и отправил девушке сообщение: «Я уже в парке, сижу на скамейке рядом с толстушкой».

Эту пощечину я запомнил на всю жизнь.

\* \* \*

Познать, что такое бесконечность, можно, наверное, единственным способом: попытаться выбить всю пыль из ковра.

\* \* \*

- Борода сейчас в моде, поэтому я ее отращиваю.

- Не уверен, что ты сделала правильный выбор, Наташа...

\* \* \*

Ужин предпочитаю съедать сам. Зачем мне питательные, лоснящиеся от жира враги?

\* \* \*

- Есть ли разумная жизнь во Вселенной?

- Есть.

- А почему она с нами не связывается?

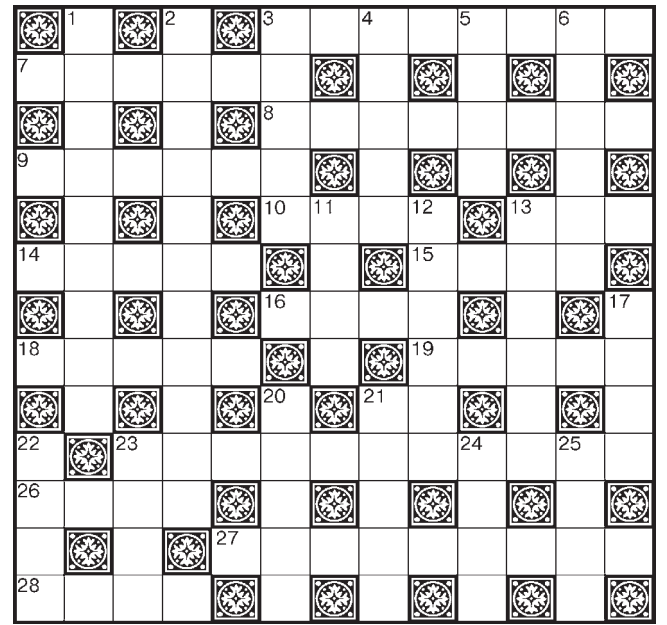
- Так разумная же.

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

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



**КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА**



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 3. Обычно на нее требуются сотрудники не старше 35 лет, но с сорокалетним опытом работы. 7. От чего проветривание помещения спасает? 8. Титул лорда Скимминока у Андрея Беланина. 9. Компонент масалы. 10. Озвучка улыбок. 13. Экземпляр из библиотечного фонда. 14. Где историк раскопки производит? 15. Двойная корона на фараоне. 16. Основа рухляди. 18. «Побратим» эллинг. 19. Пессимист в царстве нот. 21. Одна из нот. 23. Каким спортом увлекался композитор Микаэл Таривердиев? 26. Окрошка из хлеба с луком. 27. Тупость в зените. 28. Зверь в шахматах.

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Что всплывает в самом начале кинокомедии «Ключ от спальни»? 2. Надбавка за виртуозность в художественной гимнастике. 3. Что вдохновляло Иоганна Штрауса? 4. Граф на испанский манер. 5. Парень «чернее черного». 6. Кто сильнее всех шепелявил среди участников «Цеха поэтов»? 11. На что сели герои комедии «Верные друзья»? 12. Кто в 1980 году приобрел «Лестерский кодекс»? 13. Препятствие на пути к звездам. 17. Кто «прощает вам то, что вы бы ему никогда не простили»? 20. Контроль за переживаниями в русском стиле. 21. Какое блюдо дало название швейцарскому политическому термину, описывающему разницу между частями страны, говорящими по-немецки и по-французски? 22. Что примыкает к стволу винтовки? 23. Обманщик, но короче. 24. Трюк форварда. 25. Класс искусства.

**Погода в Твери и области завтра, 15 апреля**

	ночью	днем	
Тверь	-2... 0	+5... +7	<b>Давление - 763 мм рт. ст.</b> (норма апреля - 754) <b>Относительная влажность воздуха - 40% (норма 70%)</b> <b>Ветер восточный, 2 м/с</b>
Белый	0... +3	+7... +10	
Бологое	-3... 0	+5... +8	
Осташков	-1... +2	+5... +8	
Весьегонск	-6... -4	+5... +8	

ясно ☀️    облачно ☁️    пасмурно ☁️  
дождь 🌧️    гроза ⚡️    снег ❄️

**Восход - 5:19    Луна**  
**Закат - 19:44    убывает**

**СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!**    Звоните нам! **(495) 777-02-82**    Ваше мнение для нас важно!

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

**ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»**

Главный редактор, генеральный директор Олесь Вячеславовна НОСОВА.    Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.    Ведущий редактор номера А. ДЯТЛОВ (зам. главного редактора).

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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы П1101, ПМ976 Тип. №

Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30 ISSN 0233-433X

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

Тираж этого номера: 169 214 экз. Цена договорная

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

**РЕДАКЦИЯ И ИЗДАТЕЛЬ РЕГИОНАЛЬНОГО ВЫПУСКА ООО «ТВЕРЬ-ПРЕСС»**

Директор - А. АНДРУСЕНКО    Редактор - О. ЗИНЧЕНКО    E-mail: gazeta@kptver.ru, www.kp.ru

Адрес: 170008, г. Тверь, ул. Озерная, 11а. ТЕЛЕФОН: редакция, реклама: (4822) 33-91-91.

Газета отпечатана в ООО «Тверь-Медиа-Полиграфия»: г. Тверь, ул. Учительская, 54. Время подписания тверского выпуска - 17.30. Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты.