

Сбежавшие от бандеровщины в Россию хотят забыть, что они украинцы

Откровенный рассказ переселенцев о своей **НОВОЙ ЖИЗНИ**

Читайте на стр. 4 - 5 ▶



Кадр из фильма

РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА radiokp.ru

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



100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Среда, 6 ноября
№ 83-с (27633-с)/2024 год

Газета нашего города ★ Владивосток

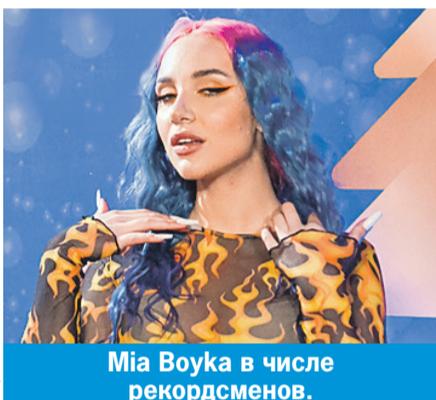
KP.RU 4 028 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Американцы признали:

Армия России всех сильнее



Кирилл МИШИН



Mia Boyka в числе рекордсменов.

Дед Мороз и НОВОГОДНИЙ ЧЕС

Константин ГЛЫБА

Сколько стоит позвать звезду на корпоратив.

Приближение новогодних праздников потихонечку начинает жечь карман популярным артистам. Впереди корпоративы крупных компаний, отчетные мероприятия, праздничные концерты... «КП» решила прикинуть, кто и сколько зарабатывает на осенне-зимней сцене. Конечно, с учетом того, что ни один организатор концертов не имеет права раскрывать суммы, указанные в договоре. Только по суду - и такой случай как раз есть.

Продолжение на стр. 14 ▶

В Находке появился новый туристический знак

Дарья ИЩУК

Он утверждает, что «Находка - самый южный город востока России».

Вы знали, что Находка находится южнее Сочи, Владикавказа, Махачкалы, Краснодар и многих других городов России? На Дальнем Востоке это вообще самый южный населенный пункт. В честь этого там открыли туристический знак «Находка - самый южный город востока России».

Новое место притяжения появилось на набережной озера Соленого. В субботу, 2 ноября, там прошло торжественное открытие при участии заместителя пред-



Оксана ШИШЕНКО

седателя правительства Приморья Николая Стецко, министра туризма Натальи Набойченко и заместителя главы администрации Находки Яны Кудиновой.

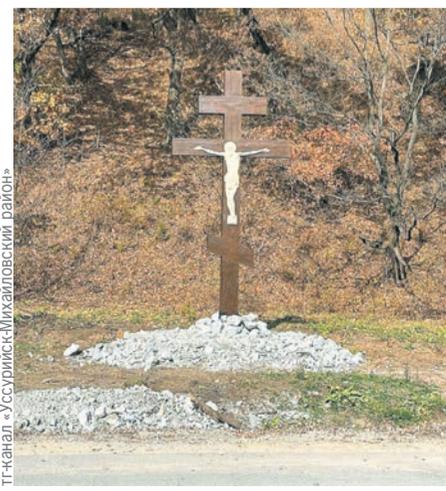
- Уверен, этот новый символ, новая точка туристского притяжения станет еще одним поводом посетить Находку, где можно приятно и с комфортом провести время, - отметил зампред.

Семиметровый крест без гвоздей

Дарья БЕСКОРОВАЙНАЯ

В Приморье появилось новое святое место.

На въезде в село Олений (он же Силюнский) в Артемовском городском округе Приморского края появился новый символ веры - православный поклонный крест, установленный силами местных жителей.



ТТ-канал «Уссурийск-Михайловский район»

Инициатива создания этого памятника принадлежит

жителю села, который сплотил вокруг себя единомышленников, желающих установить возле дороги один из сакральных символов христианства.

Возведен культовый символ исключительно на средства и силами самих сельчан. Высота изваяния составляет семь метров, причем сооружение из огромных дубовых брусьев создано без единого гвоздя, как это традиционно принято в православии.

Благодарность почетной гостье столицы Дальнего Востока.



Да будет джаз!

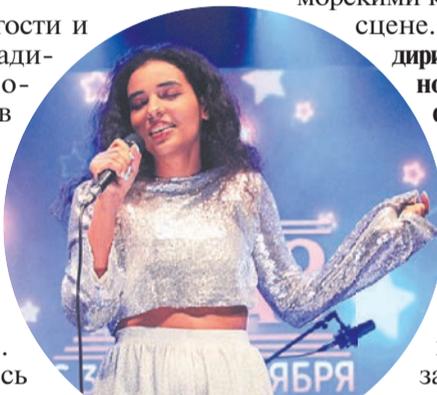


Во Владивостоке с аншлагом открылся XXI Международный джазовый фестиваль.

Главное музыкальное событие осени началось в Приморье.

Милана СОКОЛ, фото автора

3 ноября гости и жители Владивостока погрузились в атмосферу музыки, таланта и красоты в стенах Приморской краевой филармонии. Именно здесь с размахом начался XXI Международный джазовый фестиваль (6+). Главное музыкальное событие осени стартовало с аншлагом, как говорится, в зале яблоку негде было упасть. Впрочем, такой успех был предсказуем, ведь на сцене в сопровождении Эстрадного оркестра филармонии солировала популярная певица **София Ацбега Негга**. Юная и талантливая исполнительница - по-



София Ацбега Негга известна благодаря многим телевизионным музыкальным проектам.

бедительница многочисленных конкурсов, обладательница полного гранта на обучение в Berklee College Of Music по программе бакалавриата, выпускница эстрадно-джазового училища РАМ им. Гнесиных.

София уже не в первый раз приезжает во Владивосток, поэтому отлично знакома с приморскими коллегами по сцене. По словам **дирижера Эстрадного оркестра филармонии Дмитрия Бутенко**, работать с ней очень комфортно. У нее богатый голос, которым она замечательно владеет, и выступать вместе с таким профессиональным артистом - интересный опыт.

Как известно, джаз - это синтез двух музыкальных культур, европейской и африканской. И кому, как не российской певице африканского происхождения донести до публики

всю его глубину. Завораживающий голос Софии буквально приковывает внимание с первых нот и держит зрителей в напряжении до конца выступления. О диапазоне девушки можно написать отдельный материал, но самое лучшее - это хотя бы раз услышать вживую.

Широкой публике София известна по таким проектам, как «Большой Джаз» (6+) на телеканале Россия Культура, суперфиналу телевизионного конкурса «Синяя Птица» (0+) и второму месту в шоу «Ну-ка, все вместе!» (0+).

Во время концерта музыканты исполнили джазовые стандарты из репертуара **Эллы Фицджеральд, Джули Лондон, Фрэнка Синатры**. Известные хиты в аранжировке Эстрадного оркестра и исполнении Софии заиграли новыми красками. Зрители подпевали и пританцовывали в такт музыке. Особенно запомнилась многим песня Love for Sale, во время которой выделилось соло на рояле, саксофоне и ударных.



Сольные партии музыкантов пришлись зрителям по душе.



Талантливая исполнительница мастерски владеет голосом, у нее шикарный диапазон.

стер-классы и творческие встречи с владивостокскими музыкантами и фанатами джаза. А еще гостей фестиваля ждет развлекательная программа для всей семьи: танцевальный мастер-класс под звуки джазовых импровизаций состоится 13 ноября в 18:00 перед выступлением «Трио Сергея Васильева». Посетить его могут все желающие, но необходимо предварительно записаться.



Главная площадка фестиваля - Приморская краевая филармония.



Дмитрий Бутенко отметил, что рад еще раз выступать на одной сцене с Софией.



Подробнее о программе можно узнать на нашем сайте



Анна КУКАРЦЕВА

10 вопросов, которые
нужно задать
школьнику вечером,
вернувшись с работы.

Что обычно мы спрашиваем у ребенка по вечерам, когда измотанные приходим домой? Дежурные «Как в школе?», «Уроки сделаны?», «Что на контрольной?». Поверьте, миллионы мам и пап спрашивают одно и то же. Не нами, как говорится, заведено. Нам ли отменять?

- Не могу не отметить, что сегодня, к счастью, многие родители все больше внимания уделяют тому, как выстраивать доверительные отношения с детьми, - говорит **Гульфия Касимова**, педагог-психолог и эксперт Уч.ру. - Доверие и тепло возникают не сами по себе, а в результате бережного отношения к личности ребенка, его потребностям, желаниям и переживаниям. Привычные абстрактные «как дела?» обычно затрагивает формальную сторону - успеваемость. Места для личных переживаний ребенка в таких разговорах практически не остается - важен только результат деятельности и внешняя оценка.

Гораздо важнее задавать правильные вопросы.

- Эти вопросы направлены на то, чтобы помочь собеседнику раскрыться. Хорошо, если во время разговора вас ничего не будет отвлекать друг от друга. Даже 10 минут персонального внимания покажут ребенку, что вам важно услышать его и вы цените время вместе, - отмечает Гульфия Касимова.

Взрослым, кстати, тоже такие вопросы задавать друг другу гораздо полезнее для атмосферы тепла и принятия, чем формальное «как дела?».

КАК ПОСТРОИТЬ ДИАЛОГ

- В доверительной беседе важно направление разговора, наш список вопросов помогает задать его правильно, - говорит педагог. - Но и сами акцентируйтесь на ребенке, его эмоциях: если рассказывает о каком-то случае - спрашивайте не про обстоятельства, а про самого ребенка. Что он чувствовал в этот момент, как отреагировал, почему решил сделать так, а не иначе? Ход разговора полезно направить в будущее: что узнал сегодня - что планируешь узнать завтра? Что не получилось сегодня - хочешь ли попробовать снова завтра?

Понять и обнять



Светлана МАКУБЕЕВА/«КП» - Самара

Вместо дежурного «Уроки сделала?» лучше спрашивать о чувствах и решениях ребенка.

Во время разговора постарайтесь воздержаться от критики, оценки, осуждения - делиться чем-то сокровенным с человеком, рядом с которым чувствуешь вину и стыд, совсем не хочется.

Вообще очень полезно поставить себя на место ребенка: подумайте, на какие вопросы вам самим хотелось бы ответить в конце дня, чем хочется поделиться. Какая реакция близких людей вас поддерживает и побуждает продолжить беседу, а когда желание разговаривать пропадает.

- Иногда родители задают правильные вопросы, интересуются и стараются построить диалог, но забывают важную вещь - слушать ответы ребенка и спокойно реагировать. Дети

невероятно чувствительны к эмоциональным проявлениям взрослых. Попробуйте проследить за мимикой, когда ваш школьник рассказывает совсем не то, что вы хотели услышать - выражение лица неосознанно выдает злость или шок, - говорит Гульфия Касимова. - Будьте открыты и проявляйте искренний интерес, но не давите. У ребенка могут быть свои секреты, особенно в подростковом возрасте - это нормально. Это важная часть его личности. Знать абсолютно все о своем чаде

совсем не обязательно, чтобы ваши отношения были теплыми и доверительными.

ВЫБИРАЙТЕ ПОДХОДЯЩЕЕ ВРЕМЯ

- Мало правильно сформулировать вопрос. Нужно еще уметь задать его в подходящее время, в подходящем месте и в правильной ситуации, - говорит психолог **Василиса Аверьянова**. - Например, не стоит расспрашивать ребенка, когда он идет по шумной улице, уставший после уроков и голодный. Дождитесь времени, когда он будет спокоен и расположен к беседе. Лучше пусть этот разговор состоится дома, в комфортной для него обстановке. Не стоит также «выдергивать» детей из любимых занятий и начинать расспросы. Подождите, когда доиграет, досмотрит любимый мультфильм. И, конечно же, когда задаете свои вопросы, отложите все свои дела, будьте искренне заинтересованы в диалоге и настроены на общение сами. Следите за мимикой, интонацией сына или дочери. Даже в односложном ответе можно найти целый спектр эмоций: от восторга и радости до горя, печали и дерзкого «отвяжитесь от меня со своими расспросами».

Будьте не только родителем (иногда стоит выйти из этой роли), но и понимающим другом. И тогда вы удивитесь, как раскроется ребенок навстречу вам.

Кстати, после разговора не забудьте поблагодарить ребенка за откровенность - скажите, что вам было ценно это услышать и вы рады, что он поделился своими мыслями. Очень уместно будет обнять визию - особенно если он делился чем-то, что всколыхнуло в нем сильные чувства.

Советы по воспитанию, здоровью и развитию ребенка дают опытные психологи, педагоги и врачи в «Родительском вопросе» по воскресеньям в 18.00



ЧИТАЛЬНЫЙ ЗАЛ

Анна ЛУКЬЯНОВА

Пусть говорят, что современные дети ничего не читают. Читают. Просто не всегда то, что нам, родителям, хочется.

И в библиотеки ходят. Тем более что те тоже идут в ногу со временем и привлекают юных читателей и конкурсами, и акциями, и необычными форматами. Как, например, тем, кто стесняется выступать перед публикой, предлагают принять участие в специальной программе и читать книжки собаке. Специально обученный дружелюбный пес с удовольствием слушает дошколят и младших школьников в Российской государственной детской библиотеке в Москве (и не только в ней) - не перебивает, не торопит.

Но как бы ни изменялись современные библиотеки, главное в них

Что у Блока в штанах

по-прежнему: читатели. Годы идут, а люди по большому счету не меняются. Школьники и студенты до сих пор приходят за книгами и порой так перекручивают названия книг и фамилии авторов, что хоть стой, хоть падай. И опытные детектив-библиотекари ловко разгадывают эти ребусы. И собирают коллекции перлов. Вот несколько примеров.

✓ **«У Блока в штанах»** («Облако в штанах», В. Маяковский)

✓ **«Пока чего»**. Автор - Мирон («Декамерон», Дж. Боккаччо)

✓ **«Старуха Баскервиль»**, («Старуха Изергиль», М. Горький)

✓ **«Граф Монте-Кристо»**, А. Дюма

✓ **«Приключения Гекки, Берри и Финна»** («Приключения Гекльберри Финна», М. Твен)

✓ **«Беспредельщица»** («Бесприданница», А. Островский)

✓ **«Оглоблев»** («Обломов», И. Гончаров)

✓ **«Рубин. Гранат. Кагор»** (Рабиндранат Тагор)

✓ **«Нашествие нинзя и гусей»** («Чудесное путешествие Нильса с дикими гусями», С. Лагерлёф)

✓ **«Сервант. «Тонкий кот»** («Дон Кихот», М. Сервантес)

✓ **«Будь человеком»**. Автор - Баранкин («Баранкин, будь человеком!», В. Медведев)

✓ **«Водоросль»** («Недоросль», Д. Фонвизин)

✓ **«Нищие во дворе»** («Мещанин во дворянстве», Ж.-Б. Мольер)

✓ **«Нищета и собака»** («Трое в лодке, не считая собаки», Джером К. Джером)

✓ **«Я не помню автора. И название не помню»**.

КСТАТИ

2024 год в России - Год семьи. И это сейчас тема номер один в библиотеках. Проводят встречи с родителями, рассказывают о пользе семейного чтения. Это когда взрослый читает ребенку, а потом вместе обсуждают прочитанное. Наша русская традиция, которая зародилась в дворянских семьях. Сейчас у чтения грозные конкуренты - гаджеты. Но по данным свежего мониторинга Института воспитания, даже сейчас совместное чтение практикуют 43% родителей.

На сайте «**Читающая мама**» (mamachitaet.rf) можно найти советы, как привить детям любовь к чтению с раннего возраста, есть подборки книг для разного возраста (от 6 до 17 лет).

КОНКРЕТНО

О ЧЕМ СПРОСИТЬ

1. Как ты сегодня?
2. Хочешь ли ты поделиться чем-то со мной? / ... рассказать мне о чем-то, что происходило в течение дня?
3. Что было нового/веселого/интересного сегодня?
4. Что ты узнал сегодня? Как ты собираешься это знание использовать?
5. Чему ты сегодня научился?
6. Во что вы играли с друзьями сегодня?
7. Какой был самый счастливый момент сегодняшнего дня?
8. Были ли у тебя сегодня неудачи? Что помогло тебе справиться?
9. Чем ты гордишься сегодня? Как ты этого добился?
10. О чем ты мечтал сегодня?

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Бежавшие от бандеровщины хотят забыть, что они

**Как живут
переехавшие в нашу
страну переселенцы
с Украины? И думают
ли вернуться?**

Владимир ДЕМЧЕНКО

Почти 5 миллионов граждан Украины перебрались в Россию с 2014 года (подробнее см. «Только цифры»). И это не считая населения Крыма, Донбасса и Новороссии, переехавшего в нашу страну вместе со своими регионами. Кто-то из них надеется, что еще сможет вернуться в Киев, Одессу, Харьков, как только там сменится власть. Но для большинства Россия уже стала второй родиной. Домом.

Причем некоторым пришлось в прямом смысле слова бежать с Украины, чтобы не стать жертвой в подвалах СБУ. Среди них - журналист и общественник из Закарпатья Татьяна Поп. 10 лет назад ей пришлось оставить родные края навсегда. Теперь она россиянка, в этом году сделала два важных дела. Во-первых, подарила миру дочку и назвала ее Владимир. А во-вторых, сняла серию фильмов «Новые украинские русские», в которой рассказала о таких же, как она, беженцах, разбросанных по всем уголкам России.

Первая история этого сериала - о фермере Спартаке Резнике, который бежал из Мариуполя и теперь живет в Ростовской области.

Мы расспросили Татьяну о ее героях и каково вообще быть «новым украинским русским». На что они живут, кем работают и что думают о нас с вами.

ПИДОЗРЫ ДОСТАТОЧНО

- Татьяна, я вас поздравляю - и с дочкой, и с сериалом. Боюсь спросить, в чью честь имя девочке дали?

- Спасибо! Ой, ну вот она вырастет, пусть сама решает, в честь кого она. В русской истории много достойных людей с именем Владимир. Я, конечно, держала в уме нашего президента, без которого не представляю, что было бы с Россией, с нами, со мной...

- Для вас 10 лет назад как все случилось?

- Началось все с киевского майдана... Нет, не так, на самом деле все началось много лет назад, когда на Украине принялись душить все русинское. Я русинка, да (народ, проживающий на западе Украины и в прилегающих районах Польши, Словакии, Венгрии, считающий себя осколком Древней Руси и просивший Сталина в 1945-м присоединить Закарпатскую область не к Украине, а к России. - Ред.). Еще в школе, помню, меня принудительная украинизация бесила. Пришлют учителей из Львова, попробуй скажи что-нибудь по-русински... «Не смей говорить на этом быдлачьем языке!» - это они мне, ребенку, у которого дедушка русин, а бабушка русская, из Белгородской области. Но жила, как все, что делать. А когда майдан начался, в душе все перевернулось. Завела блог... Сейчас оглядываюсь - это были наивные девичьи записки. Про «надо жить дружно», «мы один народ» и все такое.



Виктор Антоноук / РИА Новости

Тысячи людей считают, что возможность порвать с киевским режимом - это счастье.

Однажды написала даже, что завидую русским, у них есть Путин, а нас все бросили и используют.

- Это вы после присоединения Крыма такое написали?

- Ну да, в Крыму как раз все разворачивалось. И знаете, люди ко мне потянулись. Разные. Немало было угроз, оскорблений, но многие оказались солидарны. Подписчиков стало столько, что на мою скромную персону обратила внимания СБУ. Раз вызвали на допрос, второй...

- Дело возбудили?

- Нет, была только пидозра - подозрение на госизмену. Это сейчас мне заочно дали 12 лет и внесли в «Миротворец» (сайт, где размещают личные данные «врагов Украины». - Ред.). Но и одной пидозры хватало, чтобы прессовать. На третьем допросе заявили: дадим тебе тезисы, будешь по ним писать. Иначе случатся бо-о-ольшие проблемы. Я поняла, что шутки кончились, надо ноги в руки - и тикать. Угроза реальная. У моего дома даже митинг устроили: «Тут живет сепаратистка».

Быстро собрала вещи и уехала. Даже не думала особо, куда, что. Господь вел. Поехала в Москву, там были знакомые с антимайдана, они раньше уехали. Писали, чтобы приезжала. «У нас однушка, но ты не волнуйся, место найдем».

БЕЗ ОГЛЯДКИ

- За минувшие 10 лет я часто встречал фразу «пришлось уехать с Украины». Как вы думаете, таких, как вы, в России много?

- Ой, вы откройте «Миротворец». Там половина - это те, кто бежал от режима по политическим мотивам. Я девочкам всегда говорю: хотите найти хорошего парня, ищите на «Миротворце». Там все проверенные.

На самом деле бандеровщину не приняло огромное число людей. У

меня много подписчиков (больше 100 тысяч. - Ред.), не проходит и дня, чтобы кто-то не спросил, как легализоваться в России, тяжело ли здесь, с чего лучше начать. Иногда такое спросят... Чувствуется, что люди Россию представляют как Мордор какой-то. Ведь там, на Украине, из каждого утюга льется, как в России все ужасно, как мы здесь загниваем и пьем кровь младенцев. Я потому и хочу рассказать о людях, уже перебравшихся сюда. Чтобы показать, как у нас здесь на самом деле.

- После начала СВО интересующихся стало больше, наверное?

- Намного! И тех, кто решил переехать, тоже. В своих фильмах я расскажу о семье из Бучи. Да, той самой, что под Киевом. Весной 2022-го они как раз были там, все видели. И как пришли российские войска, и как ушли. Эти люди прекрасно знают: все те кадры, которыми Киев потчевал Запад, постановка от начала до конца. Они потому и решили уехать, не могли больше эту ложь выносить...

Сейчас многие бегут с Украины сна-

чала в Европу. И удивляются, что там ну совсем не тот рай, которого ждали, о котором им рассказывали по телевизору. Потыкаются, помыкаются. А потом едут в Россию и понимают, что вот тут - они дома. В Подмосковье есть семья русинов, про них тоже будет фильм. Они сначала в Португалии были, потом в Чехии... Но никак не хотели мириться с ЛГБТ (запрещенная в РФ организация. - Ред.), ее там прямо в школах в головы вбивают. Нашли меня в соцсетях, переписывались... Кстати, женщина из этой семьи очень хотела третьего ребенка. Девять лет не получалось, а стоило приехать в Россию - пожалуйста. Недавно тоже родила.

Я много общаюсь с теми, кто сейчас живет в Чехии, Венгрии, Словакии. И у многих мысли переехать в Россию все чаще. В Венгрии и Словакии - еще ничего, там надеются на Орбана и Фицо. А из Чехии - вот честное слово - люди хотят бежать без оглядки.

ПРИЦЕП С ИНСТРУМЕНТОМ

- Для вас и для других «новых украинских русских» что было самое сложное?

- Я не помню особых сложностей. Наоборот, когда я заболела, явилась в больницу без документов, без полиса и всего этого. Дома, когда к врачам идешь, надо было целый пакет брать, вплоть до бинтов. А здесь бесплатно сделали УЗИ, взяли анализы, дали таблетки. Для вас это привычно, а для меня было удивительно.

Да, не было денег, были трудности с легализацией. Нужно было собирать документы для миграционного центра, в очередях стоять. Но это все было тогда. Сейчас программу для украинцев упростили так, что дальше некуда. Получить гражданство легче легкого, жаловаться точно не на что. Ну а остальное - это уж от каждого зависит.

- В первом фильме у вас фермер Спартак Резник хорошо так обосновался в Ростовской области. Я посмотрел - большое хозяйство, дочка и сын при деле. Ему на первых порах помогли - и власти, и обычные люди. Так везде? Или большинство беженцев выживают в одиночку?

- Все от человека зависит. Есть та-



В семье фермера Спартака Резника трудятся все. На фото - 13-летний сын Георгий.

Кадр из фильма

В РОССИЮ УКРАИНЦЫ

кие: приехал, лег на диван и думает, что ему все должны. За одно то, что он был против майдана и переехал в Россию, его, считает, обязаны на руках тут носить. Ничего подобного! Если работающий - всегда помогут, поддержат. А иначе зачем ты такой нужен.

Спартак вез из Мариуполя целый прицеп. Что в нем было, как думаете? Не вещи, нет - инструменты. Всякие секаторы, мотыги, вилы... Он жаждал работать на земле, сутками готов был пахать. В администрации это увидели, дали землю, помогли обосноваться. Он этот надел так поднял, что вся округа завидует. Сын у него, школьник, целое лето работает, отец ему даже зарплату платит. А дочь сейчас учится в аграрном вузе, тоже будет на земле...

Тем, кто готов трудиться, помогают всегда. Ребята из Бучи открыли в России свой швейный цех, получили грант, закупили на него оборудование.

А главу семьи русинов, которые из Европы приехали, взяли работать на стройку, когда он еще и легализоваться не успел. Нуж-

но было семью кормить, и ему пошли навстречу. Он вообще-то дальнотойщик, но и на стройке себя нашел: даже стал маленьким начальником через пару месяцев. А потом и побольше.

В карельской Костомукше обосновалось сразу несколько семей. Кому-то помогли с документами, другим - с работой. В Ростове Великом - тоже семья. Их сразу взяли в колхоз, дали комнату в общежитии, помогли во всем. Девушка-мама даже жаловалась: забьются и присматривают так, словно с родителями живут. А сейчас они уже колбасный цех открыли!

НАЕЛИСЬ УКРАИНСТВА

- Те, кто бежит с Украины, пытаются найти друг друга здесь? Может, есть какие-то неформальные кружки, диаспора?

- Я ведь русинка. У нас, русинов, есть объединение, мы собираемся, созваниваемся. А насчет украинцев... У меня сложилось ощущение: те, кто сюда перебрался, больше не хотят быть украинцами. Наоборот, стараются забыть об этом. Я как-то общалась с молодыми украинскими ребятами, они говорят: «Мы наелись уже этого украинства, оно нам всю жизнь поломало. Мы только-только бежали от Украины, и здесь она нам не нужна. Хотим быть русскими».



Татьяна Поп в 2014-м бежала из Закарпатья. За 10 лет она стала настоящей россиянкой.

- А готовы они в принципе идти на СВО воевать?

- Да и не в принципе. Один из беженцев в Карелии недавно отправился на фронт. Он с самого начала хотел быть добровольцем, но у него был лишний вес и его не брали. И он специально сел на диету, худел до тех пор, пока врачи не признали его годным.

- Может, после СВО ваши герои хотели бы вернуться домой, на Украину?

- Я такой вопрос им задавала. Ни один не выразил желания. Сами посудите, они обустроились в России, многого добились, считают себя русскими. Многие уже немалые, начинать жизнь снова с нуля им тяжело. Да и ни к чему - от добра добра не ищут. Дом у них уже здесь.

- А вы сами?
- И я не готова... Правда, если после победы окажется, что я нужна России там, в Закарпатье, тогда может быть. Но это единственный вариант.



Как делают гениальные российские дроны, наводящие ужас на ВСУ, читайте на сайте

АКЦИЯ

Посольству США напомнили: русские своих не бросают

Дмитрий БАБИЧ

Люди требовали освободить наших граждан из американских тюрем.

На днях у здания посольства США на Новинском бульваре в Москве было непривычно многолюдно: шел флешмоб, посвященный пятилетию освобождения из американской тюрьмы Марии Бутиной. Напомним: ее арестовали в июле 2018 года как «иностранного агента без соответствующей регистрации» из России, а потом держали за решеткой почти год. Никакой шпионской деятельности Бутиной доказано не было, хотя она «сотрудничала со следствием», чтобы избежать 15-летнего срока. По возвращении в Россию Марию избрали депутатом Госдумы.

Вдоль ограды посольства США выстроились участники акции, одетые в оранжевые робы, напоминающие одежду узников пенитен-



Иван МАКСЕВ/«КТ» - Москва

Мария Бутина у посольства США вместе с участником акции, на майке которого написано: «Жизни русских имеют значение».

циарной системы США. На спинах - огромные QR-коды, пройдя по которым можно увидеть трейлер к сериалу «Тюремный дневник», в основу которого положены вполне реальные страдания Бутиной в американской системе одиночного заключения.

Среди участников акции оказалось много друзей Бутиной, причем не только из России, но и из западных стран. «Я пришел сюда, потому что случай с Марией - не единичный, - говорит Пьетро Страмецци из Италии. - Еще около 100

российских граждан сидят в американских тюрьмах. Очень часто - по надуманным обвинениям, просто потому, что к русским относятся предвзято».

Перед собравшимися выступила и Мария Бутина - как всегда, настроенная по-боевому. Она напомнила лозунг своего движения - «Своих не бросаем». В американском посольстве его хорошо знают: в годовщину в прошлом году «бутинские» активисты сделали проекцию этого лозунга на здание дипломатического представительства США.

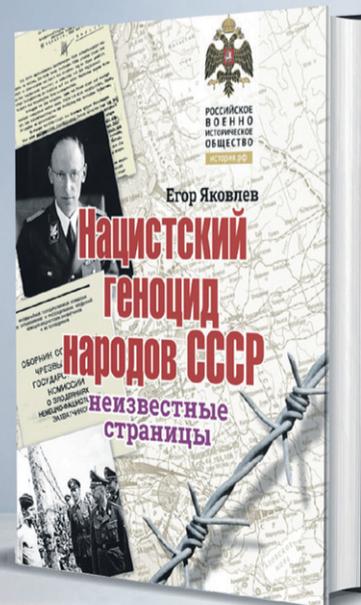
Бестселлер от известного историка Егора Яковлева, чьи видеобзоры про Великую Отечественную войну смотрели более 70 млн раз



ИСТОРИЧЕСКИЙ БЕСТСЕЛЛЕР

★★★★★ Игорь

«Очень нужная и прекрасно изданная книга большого формата с множеством редких фотографий. Крайне полезная и актуальная в наше время книга о Великой Отечественной войне, раскрывающая с помощью различных материалов то, что нас ждало в реальности в случае проигрыша...»



КНИГА, КОТОРАЯ ПОМОЖЕТ РАЗОБРАТЬСЯ НЕ ТОЛЬКО С СОБЫТИЯМИ ПРОШЛЫХ ЛЕТ, НО И ПОНЯТЬ, КУДА СИЛЫ ЗАПАДА ТОЛКАЮТ МИР СЕЙЧАС

Научный подход к ПРОБЛЕМЕ ГЕНОЦИДА БЕЗ ФАЛЬСИФИКАЦИИ

КУПИТЬ ЗДЕСЬ



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

shop.kp.ru





Виктор БАРАНЕЦ,
полковник,
военный
обозреватель «КП»

Российская армия стала первой в рейтинге сильнейших в мире по версии аналитического журнала U.S. News and World Report.

Американцы признали:

СВО сделала русских сильнее



Боевой опыт СВО «разогрел» армию России и вывел на первое место.

КАК ЭТО ДЕЛАЛОСЬ?

Авторы исследования провели опрос более 17 тысяч человек по всему миру, а также учли мнения военных экспертов, которые оценивали не только численность и боевую мощь армий, но и прочие «компоненты» (например, боевой опыт). На основе этого и был составлен общий рейтинг вооруженных сил государств.

Вот первая десятка по «ранжиру».

1 РОССИЯ

Первое место Российская армия получила благодаря опыту СВО. В этом смысле нашу армию можно считать самой «разогретой» в мире. Плюс реальные боевые навыки ее кадров. Второй важнейший плюс нашей армии - она опирается на собственный мощный военно-промышленный комплекс. А он не просто обеспечивает войска вооружениями, но и улучшает их, учитывая то, как они показали себя в деле - на фронте.

Таких сразу двух козырей сегодня нет ни у одной другой армии мира.

2 США

Американская армия, несмотря на внушительное оснащение, уступает российской в боевом опыте. Вот что говорит о ее состоянии экс-советник президента США по вопросам нацбезопасности Роберт О'Брайен: «Наша армия неспособна вести полномасштабную войну из-за собственной слабости. Военно-космические силы - слабы, а военно-воздушные силы - очень слабы. Высокую эффективность имеют лишь морская пехота и ядерные силы. К тому же в армии США большой недобор личного состава».

ЕХИДНЫЕ РЕПЛИКИ

Почему «долго топчемся»

Я уже слышу, как некоторые ехидные обыватели задают вопрос: почему же это «первая армия мира» так долго топчется на Украине и не может победить ВСУ, которые всего лишь на 8-м месте?

В такой постановке вопроса больше желчи, нежели объективности.

«Первая армия мира» воюет, не доставая из ножен самое грозное свое оружие - ядерный меч (потому это и называется спецоперацией, а не войной). Это раз.

Два: «первая армия мира» воюет сегодня не с одной Украиной, а фактически с 32 странами НАТО - они в складчину дают Киеву оружие, деньги, наемников, советников, разведданные. Все это - похлеще гитлеровского «еврорейха», навалившегося в 1941-м на СССР.

И три. ВСУ прячутся за спины мирного населения городов и сел, явно рассчитывая на «гуманизм» Российской армии. Вот откуда выражение, что наши войска воюют в «белых перчатках» или «со связанными руками».

Благодаря всему этому ВСУ и получили 8-е место в рейтинге армий мира. Хотя до начала СВО в тех же табелях украинское войско болталось где-то между армиями Греции и Чехии (29-е место).

3 ИЗРАИЛЬ

Многих удивит то, что армия Израиля (ЦАХАЛ) вдруг оказалась «бронзовым призером». Но опрошенные журналом U.S. News and World Report респонденты отметили, что ЦАХАЛ сохраняет имидж самой боеспособной силы на Ближнем Востоке. Он во много раздурит израильской пропагандой. Но на него повлияло и то, что армия еврейского государства в последнее время сильно нарастила личный состав - со 170 тысяч до 500 тысяч. А еще то, что Израиль обладает ядерным оружием, хотя и не признает этого. ЦАХАЛ, безусловно, имеет и превосходство в технике над своими прямыми противниками, и обладает боевым опытом. Хотя возможности израильского танка «Меркава», как и системы ПВО «Железный купол» (как показали боевые действия) оказались завышенными. Боеприпасы для «Железного купола» Израиль получает из США. Без них он не смог бы отразить атаки ХАМАС. А после ударов Ирана возникла критическая нехватка ракет.

4 КИТАЙ

Армия КНР (тоже ядерная и более чем 2-миллионная!) по рейтингу U.S. News and World Report не попала даже в первую тройку призеров. Что вызывает у многих недоверчивую ухмылку.

Ведь по суммарной боевой мощи и темпам модернизации вооруженные силы Китая уже обходят армию США. А их флот на Тихом океане уже заткнул за пояс американский. То, что китайская армия уступила в рейтинге израильской, исключительно вкусовщина составителей рейтинга.

5 ЮЖНАЯ КОРЕЯ

Место армии Южной Кореи в пятерке сильнейших тоже вызовет удивление. Да, войска этой страны прилично оснащены современной техникой. Танки, бронемашины, самоходная артиллерия у Сеула очень приличные. Их даже покупают страны НАТО. Но кто припомнит, когда южные корейцы крайний раз воювали? Возможно, авторы рейтинга «взяли в зачет» то, что Сеул опирается на сильного союзника - США. На территории Южной Кореи находится американский контингент в 30 тысяч штыков.

6 ИРАН

Шестое место армии Ирана тоже может вызвать вопросы. И первый из них - неужели она слабее израильской? Например, по данным Международного института стратегических исследований (IISS), иранская армия по суммарной боевой мощи давно и стабильно выше израильской. При этом она многие годы опиралась на советскую оборонку. А израильская - на американскую. Но сейчас Иран и сам продвинулся в производстве, например, беспилотников и ракет. А по размеру армия Ирана в 5 раз больше израильской! Правда, это было в мирное время. А в военное - смотри пункт 3.

7 ВЕЛИКОБРИТАНИЯ

Оказавшуюся на 7-м месте армию Великобритании можно считать «белой вороной». Похоже, ее так высоко вознесли из-за 4 атомных подлодок (да и то - с американскими ракетами). Интересно, учитывали ли составители рейтинга мнение неназванного генерала США, высказанное теле-

СТРАННОСТИ

Где соколы Ким Чен Ына?

А вот про далеко не последнюю в НАТО армию Франции (тем более - обладающую ядерным оружием!) авторы рейтинга U.S. News and World Report почему-то забыли. Странно, правда? Как «забыли» и про армию КНДР (входящую в первую пятерку самых крупных в мире по численности и тоже обладающую ядерным оружием). Попахивает конъюнктурой. Ну хорошо, Северная Корея - злейший враг США, ее решили «не популяризировать». Но чего же про Францию - верного солдата НАТО, рвущегося повоювать с Россией, забыли? Кажется, я догадываюсь почему. Макрон проталкивает идею о создании Европейского оборонного союза во главе с его армией. А это значит - каюк НАТО.

каналу Sky News: «Британская армия больше не считается боевой силой высшего уровня. Она едва дотягивает до второго».

8 УКРАИНА

Ну вот те на! Сильно потрепанная, потерявшая не менее 500 тысяч солдат и офицеров, эта армия вдруг оказалась в десятке мировой армейской элиты?! Кто же в это поверит? Впрочем, сами украинцы считают, что их армия вообще «сильнейшая в Европе». И она действительно получила ценный опыт противостояния с армией России. Вот только собственного ВПК у Украины практически не осталось. Почти вся техника и оружие, которыми сейчас воюют ВСУ, - иностранные, натовские.

9 ГЕРМАНИЯ

А вот вам еще один «призер» - бундесвер. Он тоже среди сильнейших армий? Тогда послушаем, что о нем говорят немецкие политики. Уполномоченный бундестага по вопросам обороны Ханс-Петер Бартельс: «Нехватка персонала, дефицит материальной базы и излишняя бюрократия остаются в нашей армии повседневностью. Все усилия предпринимаются впустую...» Генералы бундесвера плачутся, что их армии не хватает танков. В 9-й танковой бригаде на ходу только 9 (!) из 44 танков Leopard. И всего 3 из 14 гусеничных бронемашин Marder.

10 ТУРЦИЯ

Армия Турции - сила внушительная - 400 тысяч человек (еще 200 тысяч - в резерве). В НАТО она уступает по численности лишь армии США. Но личный состав - самая сильная часть турецкой армии, а вот с техникой есть проблемы. Она разработана еще 30 - 40 лет назад. И в большинстве - зарубежного производства. Весь турецкий подводный флот сделали немцы. И своих самолетов у Анкары нет. Американские, канадские, французские, немецкие...

Без права на ошибку

Военнослужащий ТОФ с позывным «Юрист» рассказал о буднях работы на СВО.

Альберт РУБЕНЯН

Роль специалистов по обезвреживанию местности от взрывоопасных предметов в зоне проведения специальной военной операции невозможно переоценить. Именно от их профессионализма зависит успех проведения многих боевых операций на передовой и безопасность мирного населения на освобожденных территориях. Ежедневно военнослужащие инженерно-разведывательных подразделений выполняют свой долг, при этом осознавая огромную ответственность своей работы.

Военнослужащий группировки войск «Восток», сапер группы по обезвреживанию взрывоопасных предметов с позывным «Юрист» рассказывает, что на данный момент приоритетная цель подразделения - проведение работ по очистке от мин и снарядов местности рядом с Угледаром, включая близлежащие поля и другие объекты.

- Вооруженные силы Украины заминировали всю территорию, прилегающую к Угледару. Поля буквально усеяны минами. ВСУ тщательно готовились к обороне этого населенного пункта. В настоящее время создан относительно безопасный маршрут для доставки гуманитарной помощи населению, оставшемуся в городе, - рассказывает «Юрист».

РЫЦАРИ В КЕВЛАРОВОЙ БРОНЕ

Снаряжение сапера представляет собой комплект, полностью защищающий тело от возможного взрыва мины. Перед выполнением боевой задачи проводится инструктаж, теперь сапер готов приступить.

- Костюм немало весит, и вся нагрузка ложится на мышечный корсет в области спины. В процессе разминирования в летний период, конечно, становится душно, но необходимо выполнять работу. Плиты покрывают все тело. Костюм состоит из бронеплит и кевлара, обеспечивая защиту коленей, кистей рук, груди, живота, ног и плечевых суставов. К сожалению, пока не разработали обувь из кевлара для защиты ступней, но, полагаю, это станет возможным в будущем. После того как надеваешь костюм, остается только застегнуть шлем - и ты готов к работе, - объясняет «Юрист» особенности своей экипировки.

Военнослужащий, прошедший службу по призыву до начала специальной военной операции, принял решение

подписать контракт с Министерством обороны. По его признанию, это особый опыт, и результаты проделанной работы вдохновляют его на еще более качественное выполнение поставленных задач. После завершения специальной военной операции военнослужащий планирует продолжить свою карьеру в правоохранительных органах.

СМЕРТЕЛЬНЫЕ СЮРПРИЗЫ

- Украинские воинские формирования активно устанавливают минные заграждения на подступах к опорным пунктам и населенным пунктам. В сравнении с началом специальной военной операции плотность минирования значительно возросла. В настоящее время все дороги, тропинки, лесополосы и поля полностью заминированы. В городах минные ловушки установлены в каждом здании: в подвалах и подъездах. Иногда мины есть даже в бытовых предметах, таких как рюкзаки или мусор. Чаще всего используют противопехотные мины нажимного действия. Они установлены на полях и в лесополосах. За два года мы привыкли к тому, как они их устанавливают, и процесс разминирования проходит быстро. Однако возникают сложности, когда противник начинает комбинировать противотанковые мины с противопехотными. Такие мины закладываются на дорогах и могут сработать в любой момент. Поэтому приходится аккуратно извлекать их и подрывать на месте.

В некоторых небольших населенных пунктах рядом с Угледаром местные жители обнаружили значительное количество немецких дистанционных магнитных мин AT2. Их установили на грунтовых дорогах, по которым передвигаются мирные жители на своих автомобилях и мотоциклах. Также опасные находки попадались на частных территориях. Как отмечают саперы, это один из методов террора против местного населения.

Эти мины устанавливаются с использованием реактивных систем залпового огня MARS-II. Масса мины составляет 2,22 килограмма, ее диаметр - 103,5 миллиметра, а высота - 160 миллиметров. Боевая часть мины способна пробить стальной лист толщиной 140 миллиметров. Особую опасность представляет тонкая проволока, которая выглядит как антенна и является контактным взрывателем. Достаточно прикоснуться к ней, и мина сработает. Также она оснащена магнитным взрывателем.

Находили саперы и американские противотанковые мины типа M70(73), оснащенные детонатором, реагирующим на магнитное поле танка или бронемашин и инициирующим взрыв. Каждый боеприпас содержит 540 граммов взрывчатого вещества. Их устанавливают дистанционно с помощью 155-миллиметровых гаубичных снарядов, способных нести до девяти мин каждый. Обезвредить эти мины невозможно, и российские саперы уничтожают их на месте.

Найденные неразорвавшиеся боеприпасы саперы уничтожают на месте.



При обнаружении мин используется современная техника.



От грамотной работы подразделения зависят жизни.

инженеры предлагают новейшие разработки. Одним из наиболее примечательных образцов является воздушный робот-сапер, созданный на основе гексакоптера. Принцип функционирования летающего сапера базируется на том, что защитные оболочки мин и взрывчатых веществ обладают отличной от окружающей среды температурой нагрева. Специальная программа сводит полученные данные в виде изображения

на один экран, и оператор может за короткий промежуток времени произвести саперную разведку обширной территории. Затем полученная карта минирования местности передается в распоряжение специалистов-взрывотехников. Мощная оптика позволяет с высоты в несколько тысяч метров разглядеть любые объекты, даже размером с пачку сигарет или теннисный мяч. Сбалансированный вес и форма беспилотника делают его устойчивым к сильным порывам ветра.

В своей непростой ежедневной работе саперы прибегают и к использованию колесной техники. Как отмечает «Юрист», это облегчает задачу:

- В основном задействована специальная модификация инженерной машины, известная как БМР-3М «Вебрь». Она используется, когда необходимо тралом пройти по минному полю и поднять мины, которые невозможно шупом найти или они ушли под землю. Бронированный аппарат очень хорошо себя показал.

Ежедневно инженерно-разведывательные подразделения продолжают вести расчистку местности и объектов гражданской инфраструктуры в зоне проведения специальной военной операции. Их усилия по освобождению земли от взрывоопасных изделий возвращают мирную жизнь на освобожденных территориях Донецкой Народной Республики и помогают безопасному продвижению ударных и штурмовых групп в любых условиях и обстановке.

НОВЕЙШИЕ РАЗРАБОТКИ

В противовес смертоносному арсеналу Североатлантического альянса российские военные



«Боевая вахта»

Владимир ПЕРЕКРЕСТ

УБИЙЦУ БРАТА
НЕ ПРОСТИЛ

5 ноября на канале «Россия-1» стартовал сериал «Столыпин» (16+). Находясь всего пять лет на посту главы правительства, он сумел усмирить революцию 1905 - 1907 годов и вывести Россию в число ведущих стран мира.

Жизнь Петра Аркадьевича была полна таких опасностей и приключений, что и выдумывать для сюжета ничего не надо. Чего стоит романтическая история женитьбы на невесте убитого на дуэли брата - рассказывают, что тот, умирая, сам соединил руки молодых людей, сидевших у его кровати. Убийцу брата Столыпин не простил. После свадьбы вызвал на дуэль, ранил в грудь, но ответная пуля навсегда изувечила ему правую руку - так, что писать ей он больше не мог.

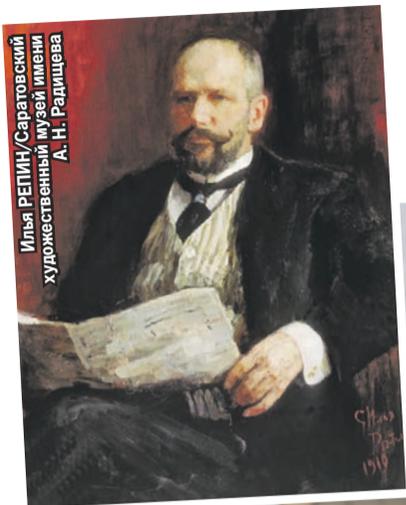
Нрава Столыпин был крутого. Уже будучи главой правительства, в ходе дебатов в Государственной Думе вызвал на дуэль депутата Родичева - того самого, кто впервые употребил выражение «столыпинский галстук», обвинив Столыпина в массовых отpravках на виселицу террористов-революционеров. Дуэль не состоялась - Родичев поспешил извиниться.

Столыпин пережил как минимум четыре покушения. Во время одного из них, в 1906 году, на даче главы правительства погибли 24 человека. Сам Столыпин не получил ни царапины - только из пролетевшей над головой чернильницы вылилось на мундир несколько капель.

Покушение, совершенное 1 (14) сентября 1911 года в Киевском оперном театре, оказалось роковым. Две пули, выпущенные анархистом Дмитрием Богровым, попали в цель. Избежать «столыпинского галстука» убийце не удалось.

ОГНЕМ И МЕЧОМ

Столыпин пробыл на посту главы правительства с 1906 по 1911 год. Но популярность его была настолько велика, что в одном только Киеве деньги на его памятник были собраны всего за три дня. «Петру Аркадьевичу Столыпину - русские люди» - гласила



Илья РЕПИН/Саратовский художественный музей имени А. Н. Радищева

Какой могла быть Россия, реформы Столыпина

Состоялась премьера сериала, посвященного великому реформатору. Что это был за человек и куда он вел нашу страну?



Кадр из фильма

В новой картине знаменитого председателя правительства сыграл Александр Устюгов.

надпись на монументе, установленном в 1913 году.

В советские времена имя Столыпина если и упоминалось, то исключительно как реакционера и вешателя, потопившего в крови первую русскую революцию. О его социальных-экономических преобразованиях особо не упоминалось.

А вот с началом 2000-х - как плотину прорвало. Имя Столыпина становится символом эффективных реформ и беззаветного служения Родине. Стипендии, фонды, мемориальные доски... В 2008 году правительство России учредило медаль Столыпина - «за заслуги в решении стратегических задач социально-экономического развития страны», и в том же году Столыпин занял второе место после Александра Невского во всероссийском интернет-опросе

«Имя Россия. Исторический выбор».

Теперь подавление революции 1905 - 1907 годов ставится Столыпину в заслугу. При дворе его заметили еще в бытность саратовским губернатором. Столыпин осенью 1905 года без колебаний двинул против восставших войска, огнем и мечом порядок в губернии был восстановлен. Николай Второй в тот же год предложил ему пост министра внутренних дел.

Свои преобразования Столыпин начал в 1906 году уже на посту председателя Совета министров. Именно тогда были учреждены военно-полевые суды, рассматривавшие дела о политических убийствах, терактах и организации массовых беспорядков. Дела рассматривались коллегией из пяти офицеров в 48-часовой срок, еще 24 часа давалось на приведение приговора в исполнение. За восемь месяцев действия этих судов было казнено 1100 человек.

Столыпинские «скорые суды» показали бунтовщикам неумолимость нового главы правительства. «Когда на вас нападает убийца, вы его убиваете», - говорил Столыпин, объясняя свое решение. Он умел доходчиво формулировать.

Пылали усадьбы, страна стояла на грани краха, бюджет был пустой, - описывает те времена президент Фонда изучения наследия Столыпина Павел Пожигайло. - Жизнь городского - три недели. Надо было срочно решать вопрос с террористами. Кидали бомбы, вокруг гибели мирные люди. Из-за террористической опасности Столыпин сам тогда жил в покоях Екатерины в Зимнем дворце,

и будущие реформы они обсуждали с государем на крыше сегодняшнего Эрмитажа.

Жесткие меры возымели действие.

- Разогнал всех этих революционеров, которые мутили воду, - сказал «КП» историк и экономист Валентин Катасонов. - Я, когда писал работу про февраль 1917 года, обратил внимание, что те, кто возвращался тогда из-за границы, покинули Россию именно в 1907 - 1908 годах - тот же Троцкий, например.

ЗЕМЛЮ - КРЕСТЬЯНАМ!

После этого Столыпин взялся за переустройство России. Самая известная из его реформ - аграрная.

- Суть ее в том, что после отмены крепостного права в 1861 году крестьяне не получили землю, - говорит Пожигайло. - Она находилась либо у помещиков (и крестьяне продолжали на них работать), либо в собственности крестьянской общины. Аграрная реформа Столыпина дала возможность крестьянам выйти из общины и стать собственниками земли.

Урожайность общинных земель была очень низкой. И предполагалось, что, став полноправным собственником земли, крестьянин будет ее эффективнее обрабатывать.

Была и другая причина. Столыпин стремился создать класс собственников, полагая, что собственник не станет ударяться в революцию.

На практике земельный передел выглядел так. Государственный Крестьянский банк скупал помещичьи земли и перепродавал их крестьянам. Еще у банка были государствен-

«Комсомолка» рекомендует

«Страсти по Распутину»

Настоящий исторический детектив, в центре которого - таинственная гибель Григория Распутина, над ее разгадкой бьются уже более века. Автор Лана Паршина проводит свое расследование в союзе с наследниками «старца». Новые, ранее неизвестные подробности дела, редкие фото и неожиданные артефакты. Откровенные человеческие истории из первых уст, без цензуры и пропаганды.

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



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

если бы продолжились

ные земли (земли казны) - их тоже продавали новым собственникам. Спрашивается, откуда деньги у бедного крестьянина? Из банка, вестимо. Землепашцам давали льготные кредиты под 4 - 5%.

Помещичьи земли были в центральной полосе. А земли казны - нередко в Сибири, на Алтае. Чтобы переселение выглядело привлекательнее, государство строило там дороги, школы, больницы.

- Заранее проводились за государственный счет изыскания, какие культуры выгодно выращивать на этих землях, - уточнил собеседник.

В результате общая сумма земельных ссуд выросла с 222 млн рублей в 1901 году до 1,1 млрд в 1912 году - в 5 раз! Уже к 1914 году более 80% пахотной земли в европейской части страны оказалось в руках крестьян.

Кроме того, был целый комплекс мер, улучшающих положение крестьян: не от хорошей ведь жизни они жгли помещичьи усадьбы в 1905-м. Столыпинскими указами им были предоставлены равные гражданские права, сняты ограничения на передвижение, отменены телесные наказания.

Аграрная реформа не только создала класс собственников земли - или, выражаясь современным языком, фермеров, но и помогла заселить земли за Уралом.

- Мне художник **Илья Глазунов** рассказывал, что был на Алтае когда-то и беседовал с бабушкой из этих столыпинских переселенцев, - вспомнил Пожигайло. - И, по ее словам, уже через два года после переселения у них был свой маслозавод, синематограф, приезжали артисты из Канады. К тому времени население Сибири за счет тех переселенцев увеличилось на 10 млн человек.

Интересный факт: для переселен-

цев в 1910 году начали выпускать специальные железнодорожные вагоны. С одной стороны - сплошная стенка, с другой - сдвижные двери. Был там отсек для скота, туалет, титан с кипятком. При советской власти вагоны доработали - поставили решетки и стали использовать для перевозки высланных на поселение и заключенных. А называли эти вагоны «столыпинскими».

ФЕЙК ОТ ИЛЬИЧА

Еще одно громкое начинание Столыпина - отмена черты оседлости для еврейского населения. Евреям запрещалось жить за пределами этой черты.

- Он говорил государю: мы должны отменить это позорное пятно нашей истории, - сказал Пожигайло. - Потому что миллионы представителей этого талантливого народа пойдут работать на благо России.

В противном случае они пойдут в революцию, и Россия утонет в крови.

Но почему же тогда **Ленин** называл его погромщиком?

- А вы думаете, фейки и вбросы появились только сейчас? - ответил собеседник. - Захотел так сказать - и сказал.

По словам исследователя, Столыпин уделял большое внимание интеграции народов империи в русский социум и культуру, в частности, через обязательное изучение русского языка.

- При нем вышел закон о свободном исповедании магометанской веры, что облегчило диалог со Средней Азией, - говорит Пожигайло. - Если обобщенно говорить о подходе Столыпина к национальной политике, то он исходил из того, что народы и религии могут свободно развиваться, если это не будет во вред монархии, державности и православию - это ствол, без которого в России все рухнет.



В СССР Столыпина вспоминали мало. А в начале XXI века его именем называли фонды, стипендии, появилась даже медаль.



«Я хочу быть похороненным там, где меня убьют», - завещал Столыпин. Волю покойного выполнили: прах реформатора покоится в Киево-Печерской лавре.

Считается, что Столыпин преуспел в охране общественного порядка и аграрных вопросах. Но при нем же активно развивалась и промышленность.

- Без столыпинских начинаний **Сталин** не успел бы создать промышленность на Урале и в Сибири, - говорит Пожигайло. - План электрификации России был составлен при Столыпине, при нем же строились крупные металлургические комбинаты на Урале, проводилась разведка недр.

Но главный столыпинский вектор - дать людям равные возможности для самореализации на благо страны.

- Он последовательно убирал все сословные барьеры, чтобы любой крестьянин, например, если он обладал способностями, мог пройти во власть - на это была нацелена реформа местного самоуправления, - сказал Пожигайло. - Этому очень противилось дворянское сообщество, так что враги у Столыпина были не только среди революционеров.

СКАЗАНО!

Многие фразы Столыпина стали крылатыми. Вот самые известные.

- ✓ «Им нужны великие потрясения, нам нужна великая Россия».
- ✓ «Не запугаете!»
- ✓ «Сначала успокоение, потом реформы».
- ✓ «В политике нет мести, но есть последствия».
- ✓ «Дайте Государству 20 лет покоя, внутреннего и внешнего, и вы не узнаете нынешней России».

КСТАТИ

Без казнокрадов, но с комиссаром

Говорят, история не имеет сослагательного наклонения. Но «Комсомолка» с помощью Павла Пожигайло попробовала представить, какой была бы наша страна, если бы Столыпин смог довести свои реформы до конца. Вот несколько черт такой России.

- Страна существовала бы в границах Российской империи, за исключением Польши и Финляндии. Напомним, в состав империи, помимо нынешней России, входили Прибалтика, Правобережная Украина, Белоруссия, часть Польши, Бессарабия, Финляндия, Северный Кавказ и Закавказье, Средняя Азия.

- Не было бы национальных республик, которые потом стали отдельными государствами. Существовали бы губернии и назначаемые центральной властью губернаторы. «Связь центра с губерниями осуществлял комиссар, сегодня это один в один полномочный представитель президента в регионе», - отметил эксперт.

- Население России (в нынешних границах) составляло бы как минимум 500 млн человек. В том числе из-за сохранения традиций православия, ориентирования на крепкую многодетную семью. У самого Столыпина было, кстати, 6 детей. А у Пожигайло - аж 8.

- Уровень преступности, особенно терроризма и казнокрадства был бы крайне низок.

- А в целом развитие сегодняшней России во многом напоминает то, что делал Столыпин, - подытожил Пожигайло. - Единственное, с демографией проблема. Во времена Столыпина этой проблемы в России не было.

■ ДРУГОЕ МНЕНИЕ

Ошибка реформатора

Некоторые исследователи считают, что личность Столыпина во многом мифологизирована, а заслуги преувеличены.

- В охране общественного порядка Столыпин проявил себя на 200%, - говорит доктор экономических наук Валентин Катасонов. - Но что касается его реформ, то к такому можно отнести, пожалуй, только аграрную. Да и ту он скорее обозначил, но масштабно не провел. Люди

не рвались обособливаться, поскольку основа российского крестьянского хозяйства и вообще менталитета - это община, а не единоличный уклад.

Практически все начинания, которые связывают с именем Столыпина, - это, по мнению Катасонова, продолжение того, что он получил в наследство от своего предшественника **Сергея Витте**.

- Столыпин действовал по инерции, в том числе продол-

жая и ошибочные начинания Витте, - говорит Валентин Катасонов. - Например, денежную реформу 1897 года, которая стала удавкой на шее экономики и прямой дорогой к октябрю 17-го. Витте привязал денежную эмиссию к золотому запасу. Экономика требовала денег, а напечатать их было нельзя, потому что золотой запас не увеличивался. Золото добывалось, но едва ли половина контрабандой уходила

из страны. Приходилось увеличивать золотой запас за счет французского франка, британского фунта, эти валюты соответствовали золотому стандарту. В итоге Россия с каждым годом увеличивала внешний госдолг, так что накануне Первой мировой войны по абсолютным цифрам оказалась среди стран с самым крупным долгом. Столыпин этого никак не изменил - похоже, он не очень понимал мир финансов.



Царем Николаем II должен был стать другой человек: как могла повернуться история России, читайте на сайте

Ярослав КОРОБАТОВ

У любого уважающего себя владельца частного дома есть чистая и светлая мечта: перестать оплачивать счета ЖКХ, а обогревать, освещать и готовить на энергии Солнца. Тем более перед глазами есть пример Германии, где доля возобновляемых источников энергии в энергобалансе достигает 50 процентов, а в некоторые дни солнечные панели и ветряки генерируют столько энергии, что страна не способна ее полностью использовать и отдает соседям. Чем мы хуже? Учитывая, что количество солнечных дней в Подмосковье примерно такое же, как в Германии.

НЕ ПОГРЕТЬСЯ, ТАК ХОТЬ ОСВЕТИТЬ

Однако энергетической революции мешают несколько вещей. Во-первых, солнечную энергию негде хранить и запасать на черный день. А если быть точным, на темный день, ведь в пасмурную погоду или короткие зимние вечера выработка электричества резко падает.

Во-вторых, кремниевые солнечные батареи - по-прежнему удовольствие достаточно дорогое. И хотя себестоимость получения солнечной энергии значительно снизилась, киловатт из энергосети в России все равно получается дешевле.

А кроме того, пойти по пути Европы мешает суровый русский климат. При нынешнем КПД кремниевой панели в 20% (такой процент солнечной энергии удается преобразовать в электричество), даже если у вас на крыше 20 квадратных метров солнечных батарей, вы получите 2 киловатта - это мощность среднего чайника или слабого электронагревателя. За день, даже если уйдем на работу, погасим лампочки и не будем баловаться чайком, можем накопить около 20 кВт-ч. Для обогрева дома однозначно не будет хватать.

Изменить ситуацию может появление принципиально новых технологий. Одна из них - перовскитные солнечные панели, перспективное направление. В мире началась по этому поводу большая технологическая гонка, и приятно, что Россия является одним из ее лидеров. В Университете МИСИС представили первую полностью отечественную солнечную панель на перовскитах. Причем это не просто разработка, а промышленный прототип, готовый к серийному выпуску.

ПОДБРОСИТЬ СВЕТИЛУ ДРОВИШЕК

Мы в Лаборатории перспективной солнечной энергетики Университета

Уходя, ловите свет!

Альтернативная энергетика развивается. Выгодно ли в нашей широте обеспечивать себя электричеством и теплом собственного производства.

МИСИС. Ее заведующий, кандидат технических наук **Данила Саранин**, показывает нам образец батареи на основе гибридных перовскитов.

- Вот в этой небольшой панели из 16 ячеек на самом деле заключено несколько десятков диссертаций и научных исследовательских работ, - говорит Данила Сергеевич. - В Европе такой модуль могут сделать единицы научных групп. Но наша задача была создать не лабораторный образец для демонстрации, а готовую доступную технологию, которая сразу может уйти в массовую индустрию. И мы решили напечатать ультратонкую перовскитную солнечную панель на 3D-принтере.

- А что такое перовскит?

- Это новый материал, который в 100 раз сильнее поглощает видимый солнечный свет, чем кремний. При этом за счет упрощения технологического процесса себестоимость перовскитной батареи уже сейчас в два с лишним раза ниже, чем кремниевой. А в перспективе может стать в 10 раз дешевле при сохранении такой же мощности, как у кремния.

Значит ли это, что до энергетической независимости владельцам загородных домов рукой подать? Данила Саранин не разделяет шапкозакидательских настроений.

- Солнечная батарея - это не убийца традиционной энергетики, - говорит ученый. - В России, где есть ги-



Виктор ГУСЕЙНОВ

Пока солнечные батареи на крыше дают только приятный бонус при оплате ЖКХ. Но технологии идут вперед.

гантские ресурсы ГЭС, АЭС и ископаемого топлива, солнечный киловатт все равно будет дороже, чем киловатт, выработанный на атомной или гидроэлектростанции. Кроме того, альтернативная энергетика несет в себе риски. Если установилась пасмурная погода, вы в Солнце дрова не подбросите. А на АЭС или ТЭЦ можно спокойно «подкрутить вентиль».

СВОЮ ЭЛЕКТРОСТАНЦИЮ НОШУ С СОБОЙ

- Сколько будет стоить перовскитный киловатт?

- По приблизительным оценкам, примерно 7 рублей киловатт-час.

- Примерно столько же стоит электроэнергия и в Подмосковье. Тогда ради чего эта мировая гонка технологий с миллиардными вложениями?

- У перовскита есть своя ниша. ГЭС или АЭС - это дешево и сер-

дито, но рядом с удаленными сибирскими поселками или в северных широтах никто ГЭС и АЭС строить не будет - это невыгодно. Там электричество вырабатывают на дизельных генераторах (по некоторым данным, в малонаселенных районах страны, где нет централизованной электрификации, проживают 15 миллионов человек. - Ред.). Вот для таких регионов перовскитные панели - выход из положения. Кремний выдает заявленную мощность при эталонном солнце: светило в зените, нет облаков. А в условиях заведомо пасмурной погоды, в северных широтах, когда свет падает под острым углом, перовскитная технология позволяет генеритькратно больше. И мы можем за сутки выработать намного больше энергии.

Таким образом, наша разработка открывает новые возможности для солнечной энергетики в условиях Арктики и Крайнего Севера. Тянуть туда линию электропередачи или строить ТЭЦ экономически нецелесообразно. А расстелить рулон солнечных батарей - это быстрое и простое решение.

Кроме того, перовскиты хороши в неблагоприятных условиях: внутри зданий, на автобусной остановке, в метро, если угодно. Мы постоянно ищем в транспорте USB-разъемы, чтобы подсоединить телефон. А если у нас есть рулон солнечной батареи или миниатюрная панель, вшитая в рюкзак или в портативный аккумулятор, то зарядить гаджет уже не проблема.

ИЗ ИСТОРИИ ВОПРОСА

Легенда гласит, что сначала перовскит похоронил один промышленный гигант калибра IBM или Intel. Авторитетные ученые покрутили-повертели материал... и закрыли лабораторию по его исследованию с вердиктом «плохой, неэффективный материал». Потом эти отчеты прочитали японцы. И сделали эксперимент, где солнечный элемент с перовскитной структурой работал 30 секунд с КПД 6%.

Если элемент, созданный в лаборатории на коленке, сразу показывает такую эффективность, это значит, что он обладает суперпотенциалом. В 2013 году журнал Science включил перовскиты в список десяти прорывов года. Сейчас за возможность первым выйти на рынок с перовскитной панелью бьются гигантские корпорации с многомиллиардными бюджетами.



Воины альтернативного света: панель Лаборатории перспективной солнечной энергетики Университета МИСИС может ловить лучи даже в сумерках и между туч.

@МИСИС

VIP-сидельцы в СИЗО пишут книги, играют в футбол и защищают кандидатские

Александр РОГОЗА

«Комсомолка» узнала о самых необычных хобби знаменитостей, которые оказались под следствием.

Не так давно правозащитники рассказали, как проводит свободное время в СИЗО бывший глава столичного Департамента культуры Александр Кибовский. Пост он покинул в сентябре 2023-го, а в июле текущего года ему предъявили обвинения по статьям «получение взятки» и «мошенничество». Кибовского, который сейчас находится в следственном изоляторе «Матросская Тишина», недавно навещали правозащитники из Общественной наблюдательной комиссии (ОНК). 50-летний мужчина рассказал им, что засел писать сразу три исторические книги.

А чем еще занимаются VIP-сидельцы московских следственных изоляторов?

БЛИНОВСКАЯ НАЧАЛА РИСОВАТЬ КАРТИНЫ

В СИЗО многие обнаруживают, что у них очень много времени на какое-то хобби, - рассказывает «КП» ветеран МУРа, член ОНК Алексей Лобарев. - Например, в СИЗО-6 «Печатники» многие женщины начинают увлекаться макраме, иконы из бисера плетут.

Не отстает от трендов рукоделия и Елена Блиновская - некогда самая богатая блогерша России, которую сейчас судят за неуплату налогов более чем на 1 млрд рублей. Елена начала рисовать картины. До этого блогерша, насколько известно, этим не увлекалась, поэтому рисует пока по номерам. Елена продемонстрировала правозащитникам, как у нее вышел натюрморт с цветами. Помимо этого, начала расшивать картины бисером.

Интересно, что не-

сколько лет назад в камере Блиновской сидела под следствием кинопродюсер Людмила Вебер, которую обвиняли в заказе убийства своего коллеги, но спустя два года оправдали. Вебер тоже рисовала. Причем своих сокамерниц. Одной из них оказалась узбечка Гульчехра Бобокулова, которая работала в Москве няней и зверски убила девочку, за которой ухаживала...

БЫВШИЙ МИНИСТР И ЭКС-ГУБЕРНАТОР ПИСАЛИ СТИХИ

- Знаю несколько человек, которые за решеткой начинают писать стихи, - рассказал «КП» вице-президент Российского подразделения Международного комитета защиты прав человека Иван Мельников. - Например, экс-министр экономического развития Алексей Улюкаев. Писал стихи и бывший губернатор Марий Эл Леонид Маркелов (в 2017 году был задержан по подозрению в получении взятки в 235 млн рублей). И он не просто эти строки сочинял, некоторые из них даже нам передавал для публикации в соцсетях и СМИ.

Вот фрагмент одного из стихотворений Маркелова: *Попался коррупционер? Не впечатляющий пример. Нет самолетов, дивидендов, Нет «Бентлей»,*

нет заграничных счетов И бриллиантовых часов. Без лондонских апартаментов,



Павел Мамаев (справа) собрал футбольную команду из сокамерников и арестантов.

Строитель замков и церквей. Поэт, слуга своих царей.

Конкретно самолетов, может, и не нашли, однако после задержания экс-губернатора суд наложил арест на его имущество стоимостью 2,7 млрд рублей. В этом списке - 120 объектов недвижимости, автомобили, коллекция элитных наручных часов и несколько кейсов с наличными. В 2021 году Маркелов получил 13 лет строгого режима.

СНЕЖНЫЙ ФУТБОЛ В БУТЫРКЕ

В 2018 году в Бутырку попали двое футболистов сборной России. Павел Мамаев и Александр Кокорин после тусовки в ночном клубе избили на улице водителя, к которому случайно запрыгнула одна из подружек спортсмена, а потом устроили в кофейне драку с чиновником Минпромторга Денисом Паком.

Пока их команды тренировались на зарубежных сборах, два товарища ждали своей участи в изолято-

ре. В какой-то момент Мамаев попросил у руководства СИЗО позволить ему играть в футбол хотя бы на тюремном дворе, сколотил команду из арестантов. И в феврале 2019-го в Бутырке состоялся товарищеский матч двух местных команд - прямо на снегу коробки во внутреннем дворе старшей из сохранившихся тюрем Москвы. Кокорин в том матче не сыграл - у него была травма.

Зато позже в колонии мяч гоняли уже оба. (Павел получил 1 год и 5 месяцев общего режима, Александр - на месяц больше.) Сидели два товарища на малой родине Кокорина, в Белгородской области. Но с учетом времени в СИЗО вышли на свободу уже осенью того же 2019 года.

«ДУМАЛ, БУХГАЛТЕР, ОКАЗАЛОСЬ, КИЛЛЕР»

Впрочем, абсолютное большинство сидельцев предпочитают развлекаться чтением. - Арестанты чаще всего берут приключенческие романы, русскую классику. «Граф Монте-Кристо», кстати, одна из самых популярных книг, - уточняет правозащитник.

В числе самых читающих VIP-арестантов называют

ЭТО ИНТЕРЕСНО

В изоляторе можно даже вуз окончить

- Многие - и мужчины, и женщины - это время используют для получения высшего образования, - продолжает Алексей Лобарев. - Закон не запрещает подследственным, сидя в СИЗО, заочно поступить в вуз, учиться и даже окончить его. В данный момент услуги по дистанционному обучению людей, которые находятся в изоляторах и колониях, оказывает один из крупных российских университетов. Я больше скажу. Знаю, что бывшая министр культуры одного из регионов России за время, пока находится в СИЗО, защитила кандидатскую диссертацию.

бывшего губернатора Кировской области Никиту Белых. (В 2018-м получил 8 лет колонии за взятку, вышел на свободу в июне текущего года.)

Еще одним удивляющим сокамерников читателем был знаменитый киллер Ореховской ОПГ Леша-Солдат, он же Алексей Шерстобитов (12 доказанных убийств и покушений). В «Матросской Тишине» с ним сидел столичный адвокат Иван Миронов.

- Попав к нему в камеру, я подумал, что он бухгалтер или что-то такое. Интеллигентный, начитанный, - рассказывал Миронов «КП». - Уже потом я узнал, что Леша - тот самый Шерстобитов. Он много читал, выписывал периодику. У меня брал трехтомник «История русской революции» Троцкого.

Шерстобитов иногда говорил, что хотел бы написать книгу. Мечта реализовалась, когда Леша-Солдат был уже в колонии (получил 23 года). Он выпустил целую трилогию «Ликвидатор», в которой описал своихождения и криминальный мир 1990-х. Позже вышло еще около десятка романов бывшего киллера на другие темы.



Алексей Улюкаев за решеткой стал поэтом.

Андрей НИКЕРИЧЕВ/Агентство городских новостей «Москва»

«Комсомолка» рекомендует В.Ч.К. Главные документы

«Комсомолка» вместе с Общественным советом при ФСБ России выпустила альбом «В.Ч.К. Главные документы». Вы узнаете о становлении Всероссийской чрезвычайной комиссии, ставшей предтечей ОГПУ, НКВД, КГБ СССР. Книга не навязывает какого-то определенного мнения. На страницах книги вы увидите только документы и фотографии, с красной и белой сторон, секретные постановления, решения, рапорты.

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

АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781

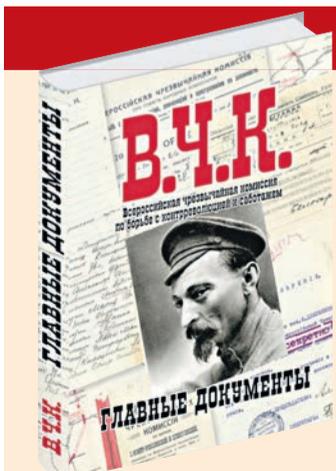


«Писатели» - только в маленьких камерах

КСТАТИ

Правозащитник Алексей Лобарев объясняет, что в СИЗО можно работать только над рукописными вариантами книг. Доступа к компьютерам у сидельцев, конечно, нет. А вот бумагу и ручки подследственным во время встреч передают их адвокаты - с согласия оперативной службы изолятора.

- Но условия, к сожалению, есть не у всех. Писать книги намного проще людям, которые сидят в небольших камерах на 2 - 4 человек. А если у тебя десятки сокамерников? Одна девушка в СИЗО «Печатники» жаловалась, что пытается писать книгу, но это очень сложно делать - камера на 30 человек, а стол один - кухонный. И там постоянно кто-то ест, а девушка соседкам, естественно, мешает. Но тут уж ничего не поделаешь.



Анна КУКАРЦЕВА

Недавно мы рассказывали вам, почему иногда постоянно хочется есть, сколько бы ни съел: виноваты в этом могут быть как гормоны, так и эмоциональные причины, в первую очередь затянувшийся стресс. А еще нехватка определенных веществ и привычки из детства.



Врач-диетолог, нутрициолог Дмитрий СЕМИРЯДОВ подсказывает, как избавиться от

постоянного чувства голода и желания тянуть в рот что-то вредное и сладкое.

Советы от врача-диетолога, которые работают.

Как справиться с неуемным аппетитом и похудеть



1 Избавьтесь от вредностей

- Надо понять и принять, что вкусненько поесть будет хотеться всегда и беспощадно разгрузить кухню и холодильник! - рубит с плеча наш эксперт. - Вот так берем и выкидываем сладости, мучное, жирное, полуфабрикаты. Делаем исключение только для горького шоколада.

Почему это работает?

Если однажды нестерпимо захочется вредного, в поисках придется идти до магазина. А на улице эмоции перестанут так сильно давить, и вы уже сможете трезво обдумать - точно ли прямо сейчас необходимы гамбургер и газировка? А кто-то поймет, что одеваться и выходить на холод - слишком большая жертва за счастье перекусить шоколадкой.

«Кстати, эти методы называются «защита временем» и «защита расстоянием». Чем больше времени потребуется, чтобы добраться до вкусностей, и чем больше расстояние между вами и ними, тем меньше вы их съедите. Всё просто», - объясняет Дмитрий Семирядов.

2 Больше двигайтесь! И заменяйте вредные пищевые привычки

Замена вредной привычки на похожую, но полезную - это очень эффективная стратегия. Например, заменяйте потребление сладкого вечером на полезный коктейль из протеинового порошка, ягод и растительного молока.

Если вы работаете над поиском новых занятий, чтобы заменить перекусы или отвлечься от тяги к еде, обязательно попробуйте физические упражнения, это очень эффективно. Регулярная физическая активность стимулирует гормоны радости - эндорфины и дофамин, которые улучшат ваше настроение. Доказано, что регулярные физические нагрузки снижают аппетит.

Ну и в целом, будьте активны, пейте достаточно жидкости и хорошо питайтесь.

3 Договоритесь с родственниками

Порой самыми большими провокаторами становятся именно близкие люди - мама с пирожками, сестра с тортиками, муж с просьбами о жареной картошке. И остаться без поддержки близких людей вдвойне страшнее, чем с лишними килограммами. И поэтому мы потакаем их просьбам «съесть еще кусочек», а потом занимаемся самобичеванием, что опять сорвались. Здесь важно дать понять родным, что для вас вопрос снижения веса очень важен. Поэтому пусть хранят свои вредности в потайных местах.

4 Попробуйте сменить обстановку

Если позволяют финансы и возможности, можно на какое-то время уехать в другое место, где легко поменять привычки, потому что нет кормящего и нервирующего окружения. Например, запереться на осенней тоскливой даче на месяцок. Как только человек немножко срастется с новым образом жизни, можно возвращаться.

5 Используйте разум, а не потакайте эмоциям

- Я рекомендую иметь под рукой готовые программы реагирования на срывы, - говорит Дмитрий Семирядов. - Например: съесть полезную сладость из разряда правильного питания (протеиновый батончик), а не «вредность» из магазина и т. п. Планировать заранее вечерние приемы пищи для того, чтобы не давать происходить возможному срывам. Переключайте рекламные ролики по ТВ, если они стимулируют на покупку фастфуда и вредной еды. Займитесь поиском способов управления негативными эмоциями для снижения риска «срывов»: физическая активность, занятия с психотерапевтом и т. д. У многих этот аспект является краеугольным.

Ну и, возвращаясь к первому пункту нашей программы, кухня только с полезными продуктами - важная профилактика срывов. Если рука не поднимается выкинуть купленное, просто уберите с глаз долой.

6 Найдите единомышленников

В идеале нужно находить себе окружение, которое на одной волне: друг, клуб по интересам, онлайн-группу, где можно пожаловаться, где поймут и окажут поддержку. Если в семье вы не находите понимания, то важна поддержка на стороне. Вместе и заниматься, и худеть легче.

Найдите себе сторонника, который будет поддерживать вас во всем, в том числе в борьбе с лишним весом. Это может быть диетолог или тренер, необязательно родственник. Кстати, многим помогает участие в специальных комьюнити-программах, марафонах и т. п.

7 Ведите дневник питания

- Записывать все съеденное без утайки всю оставшуюся жизнь не придется, - успокаивает диетолог Семирядов. - Но стоит этим позаниматься какое-то время - многое в причинах появления у себя лишнего веса осознаете. Люди, которые ведут дневник, худеют успешнее, чем те, которые от него отказываются. Потому что даже в разгаре самого напряженного дня он помогает им сконцентрироваться на своем поведении и ощущениях. И, что еще важнее, он подчеркивает все изменения, потому что так их легче контролировать.

Опыт показывает, что аккуратное ведение пищевого дневника всего лишь в течение двух недель уже тренирует пищевую осознанность и закладывает навыки питания стройного человека.

8 Обратитесь к врачу при необходимости

На повышенный аппетит могут влиять сбои в работе организма. Если вы длительно и безуспешно пытаетесь справиться со своими пристрастиями, обязательно обратитесь к врачу.

- Иногда тяга к определенным продуктам может быть признаком скрытого заболевания, например, депрессии, - поясняет врач. - Если вам хочется постоянно «взбодриться», съесть много сладкого-жирного-соленого, кофе и стимуляторов, появляется ощущение утраты контроля, бесят мелочи - обязательно обратитесь к врачу! Вы можете не осознавать, почему вам так плохо и от чего повышен аппетит, пока врач не поставит диагноз депрессии. У меня были такие пациенты.

Также повышенный аппетит могут вызывать дефициты витаминов, минералов или гормональные нарушения. И с этим тоже поможет справиться врач.



Врачи рассказали об опасности народных рецептов с содой



ЕШЬТЕ ПО ПРАВИЛУ «ГАРВАРДСКОЙ» ТАРЕЛКИ

Берем стандартную плоскую тарелку 26 - 28 см в диаметре



Это самый эффективный инструмент в борьбе с лишним весом. «Принцип тарелки», который разработали в Гарвардском университете, прост: каждый прием пищи половину вашей тарелки должны занимать овощи-фрукты, четверть - белок, то есть мясо и рыба, а также молочные продукты, еще четверть - медленные углеводы (крупы, цельнозерновой хлеб, крахмалистые овощи, то есть картофель, бобы).

- Старайтесь есть больше белка, обязательно включая его в завтраки (утром белка может быть больше - минимум 30% от приема пищи), - отмечает Дмитрий Семирядов. - Это хорошо снижает порывы к перекусам и тягу к сладкому. Придерживаться «принципа тарелки» я рекомендую всегда.

И шубу страус нам подарит!..



Ольга РОДИНА

Встречаем настоящую осень - прохладную и переменчивую. В идеале иметь несколько вариантов верхней одежды - на все случаи жизни. В этом сезоне актуальны кожаные тренчи, особенно винных и коричневых оттенков, укороченные пальто, а также полушубки из натурального или искусственного меха. Все эти модели уже успели примерить наши звезды.

Личный архив

Образы комментирует журналист «КП», стилист Ольга Родина.

Топ актуальных вариантов верхней одежды на осень от знаменитостей.

Алена Водонаева

У Алены целый шкаф шикарной верхней одежды. Например, роскошное кожаное пальто с мехом лисы, который журналистка уже неоднократно выгуляла этой осенью. Кстати, оттенок у него как раз трендовый - коричневый. Звезда сочтала пальто с брючным костюмом еще одного актуального цвета - бордо. Дополнила лук коричневой сумкой. И завершающий штрих - темная помада, которая очень к лицу роковой красавице.



Личная страница в соцсети Алены Водонаевой

Женя Малахова

И снова трендовая экошубка под страуса. Так как мех не натуральный, то такую шубу можно использовать в качестве эффектной накидки в вечернем образе, как это сделала Женя. В ней певица появилась на гала-ужине музыкальной премии «Виктория». Легкий полушубок Малахова накинула на вечернее шелковое платье, которое сочтала с золотистыми слингбэками (туфли на ремешке с открытой пяткой). - Ред.)



Личная страница в соцсети Жени Малаховой

Олеся Судзиловская

В этом осенне-зимнем сезоне многие бренды выпустили экошубы под страуса. Олеся Судзиловская уже успела продемонстрировать как раз такую. Длинную белую шубу актриса сочтала с белой блузкой, светлыми брюками и бежевыми босоножками. В обычной жизни легкую обувь лучше заменить на ботильоны. Но Олеся - актриса и выйти в свет в шубе может даже летом, как это уже делала, например, Анна Семенович.



Личная страница в соцсети Олеси Судзиловской



Личная страница в соцсети Светланы Бондарчук

Светлана Бондарчук

Светлана примерила ультрамодный полушубок, который, видимо, из-за цвета, назвала Teddy Bear. На самом деле изделие из натуральной овчины - этот мех, кстати, в последние годы стал намного популярнее норки. Полушубок Бондарчук сочтала с классическими джинсами и замшевыми лоферами. А дополнила образ с помощью сумки Miu Miu, похожей на... пыльник (специальный мешок для хранения сумки). - Ред.) Видимо, на то и было рассчитано. Дома Высокой моды нынче любят креативить.



Личная страница в соцсети Валерии

Валерия

Вне сцены певица предпочитает практичные молодежные образы. Кожаный бомбер с бордовой вставкой Валерия сочтала с серым худи, широкими черными брюками и «джорданами». Но тяжелый люкс - а именно сумку Louis Vuitton - в аутфит все же добавила. Плюс небрежная укладка, которая отлично вписалась в образ молодой звезды.

Ксения Бородина

Похорошевшая и влюбленная Ксения демонстрирует ультрамодный кожаный тренч в коньячном оттенке. Его она сочетает с эффектным брючным костюмом бежевого цвета и коричневыми туфлями. И обязательно украшения: Бородина выбрала золотистые серьги-капли. Кто-то скажет, что «капли» уже надоели. Может, оно и так, но зато именно эта универсальная модель безошибочно вписывается почти во все образы.



Личная страница в соцсети Ксении Бородиной

МОДА, СТОП!

Шведский бренд HodaNova предлагает модницам вооружиться клатчем-сапогом. Правда, не совсем понятно, где ручка у «сапога». Хотя зачем сапогу ручка? Создатели рекомендуют носить необычный клатч в руке. Кстати, цена сапога, выполненного из натуральной кожи, в переводе на рубли составляет 149 200 рублей. И звание городской сумасшедшей вам обеспечено.



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



Личная страница в соцсети Елены Захаровой



Елена Захарова

По грибы - именно так я бы назвала лук довольной Елены, которая насобирала подосиновиков. Оделась актриса в лучших традициях грибников. Легкую куртку она сочтала с комфортными джинсами, а на голову повязала леопардовый платок от клещей. И пошла радостная в лес.

Сколько зарабатывают российские звезды в преддверии Нового года.

Mia Boyka поднялась на квадроберах, а Сергей Шнуров задолжал 140 миллионов

Окончание, Начало < стр. 1.

Филипп Киркоров: 10 млн руб.

Все организаторы концертов хором твердят, что нет никакого секретного реестра с единым гонорарным прайсом звезд. У одних заказчиков хорошие отношения с артистами, они общаются напрямую и получают скидку, другие обращаются впервые, и им называют другую цену. Кроме того, влияет и сезонность. Вот из-за такой неопределенности и бродят в интернете слухи про якобы рухнувшие после той самой «голой вечеринки» гонорары Филиппа Киркорова. Мол, платят ему теперь максимум 4 млн руб., что в разы меньше, чем было.

Если говорить о фактах и брать по верхней планке, то Киркоров может заработать за одно выступление порядка 10 млн руб. Так было недавно на празднике уральского сырного олигарха **Александра Шадрина**. Филипп пел в Екатеринбурге в честь юбилея руко-

водителя компании «Сыробогатов» в богато накрытом концертном зале Teatro Veneziano. Вечеринка называлась фривольно - «Бал соблазнов», но все было прилично. Киркоров спел сольно, а потом с Шадриним и его супругой.



Владимир ВЕЛЕНГУРИН/«КП» - Москва

Mia Boyka: 3 - 5 млн руб.



Иван МАКЕЕВ/«КП» - Москва

Певице Маше Бойко (Mia Boyka) можно вручить грамоту за лучшую акцию по всероссийскому ликбезу. Благодаря ей вся страна теперь знает, кто такие квадроберы. Инцидент, который случился на сентябрьском концерте Бойко в Надыме, вышел за рамки местечкового мема. Напомним, тогда артистка позвала на сцену девочку в маске кошечки и отчитала ее, выразив свое негативное отношение к субкультуре квадроберов. Теперь в школах страны

официально информируют детей о вреде квадробинга, а депутаты готовят закон о запрете выгула детей на поводке. Вроде бы общественность осудила певицу за то, что Мия высмеяла со сцены маленькую поклонницу, но на ее репутации это никак не сказалось. Тех, кто попробовал усомниться в востребованности вокалистки после скандала, девушка быстро успокоила.

- СМИ пишут, что я снизила стоимость за выступления, - ответила на слухи Бойко. - Нет. Никогда в жизни я не стоила столько, сколько сейчас!

Ранее певица признавалась, что выходит на сцену за 3 - 5 млн руб.

Анита Цой: 1,7 - 2 млн руб.

Народная артистка РФ регулярно появляется в телешоу, на концертах по случаю праздников. В начале октября в Сеть попали данные, согласно которым ФНС заблокировала счета фирмы певицы Аниты Цой ООО «Фудстар», которая выпускает консервированные соленья, из-за отсутствия налоговой декларации. Вокалистку эта новость удивила.

- Все у нас работает, - опровергла она тревожные новости. - Конечно, бывают всякие ситуации в жизни...

Концертную деятельность Анита не прекращает. Огурцы и помидоры этому не помеха.

- Продукты питания - это ее дополнительный бизнес - полагает продюсер Сергей Дворцов. - Ее треки - это хиты на долгие года. Нет, ее карьера не подошла к концу. Ее до сих пор любят, хотят видеть на корпоративах, на мероприятиях. Ее гонорары от 1,7 - 2 млн руб. и выше. У нее отличная команда, хороший директор.

АВТОРИТЕТНО

Денис РОЛЬГЕЙЗЕР, музыкальный продюсер:

- Единого прайса нет. Все обсуждается индивидуально. Но если обычный прайс артиста - 5 - 7 млн руб., то под Новый год заказчик может заплатить 10 - 15 млн руб. Потому что в этот праздник гонорар выше в 1,5 - 2 раза из-за повышенного спроса.



Иван МАКЕЕВ/«КП» - Москва

Таисия Повалий: 1 млн руб.

Родившаяся в Киевской области певица уже давно сделала свой выбор в пользу России, поддержала возвращение Крыма, русских людей в ЛДНР, весной оформила российский паспорт, за что на родине ее прокляли. На днях стало известно, что Высший антикоррупционный суд Украины удовлетворил иск Минюста о конфискации имущества и песен певицы Таисии Повалий: земельные участки, дом, машина и десяток композиций - все ушло в «пользу государства». Но певица не отчаивается. Она не раз признавалась, что отлично понимала, на что шла, и выбор этот принимает со всеми последствиями. Повалий продолжает выступать, правда, совсем не за космические деньги. Музыкальный продюсер Сергей Дворцов считает, что певица до сих пор продолжает вдохновлять поклонников и пользоваться локальным спросом.

- Гонорары у нее колеблются в районе 1 миллиона рублей за выступление, - полагает он.



Лариса КУДРЯВЦЕВА/Экспресс газета



Валерий ЗВОНАРЕВ/«КП» - Челябинск

Сергей Шнуров: 90 - 140 млн руб.

В этом году стал известен официальный гонорар Шнурова за концерт - благодаря судебной тяжбе, которую затеял организатор выступления Сергея в «Лужниках». Намеченный на 16 сентября 2023 года концерт был отменен, однако аванс остался в кармане вокалиста. И возвращать он его отказался. Компания «Артлайф» обратилась в суд - иска и стало известно, что гонорар составлял **90 млн руб.**

На тот момент это было чуть больше \$1 млн (а ведь было время, когда Шнуров говорил, что за такие деньги выступать не будет - мало!) Но есть и еще один суд, который уже полтора года ведет против Сергея продюсер **Евгений Финкельштейн** (корпорация РМІ). Опять же Шнуров якобы получил деньги за выступление в Питере, которое не состоялось. И теперь РМІ хочет взыскать **140 млн руб.**

Недавно стало известно, что Сергей готовит проект с... **Инстасамкой**. Надо полагать, у обоих гонорар только вырастет.



Оксана ЗУЙКО/«КП» - Москва

Константин ГЛЫБА

КСТАТИ КОМУ ЕЩЕ ХОРОШО ПЛАТЯТ?

- SHAMAN - 16,6 млн руб. (5 монет)
- Анна Asti - 9,5 млн руб. (3 монеты)
- Полина Гагарина - 7 - 8 млн руб. (3 монеты)

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

СКРИПИЧНЫЙ ГЕНИЙ

ПО КАКОЙ СПОРТИВНОЙ ПЛОЩАДКЕ СКОЛЬЗЯТ?

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ СЛОВЕЧКИ

БРОШЬ НА СЮРКО

«ПОРА ПРИНЯТЬ МЕРЫ И НАЛОЖИТЬ ... НА ТАБУ!»

СТРАНА, ВХОДЯЩАЯ В ОПЕК

КАЖДОДНЕВНЫЙ

«МГНОВЕННО ... СОКРЫЛА ЛИЦО ПЫЛАЮЩЕЙ ЗАРИ»

ВОЕННОЕ АМПЛУА ГЕРОЯ ФРАНЦУЗСКОЙ КОМЕДИИ «БОЛЬШИЕ МАНЕВРЫ»

«СМОЛКНУЛ ... КОЛЕС, ШПАЛЫ КОНЧИЛИСЬ, РЕЛЬСОВ БОЛЬШЕ НЕТ»

«КАК И ХОРОШО НАСТРОЕННЫЙ ... ВЫ ПОНЯТИЯ НЕ ИМЕЕТЕ, КАК НАДО ИГРАТЬ»

ПЕРЕД КАКИМ АМЕРИКАНСКИМ ПРЕЗИДЕНТОМ ТАНЦЕВАЛА АЙСЕДОРА ДУНКАН?

ЧТО ПОЯВЛЯЛОСЬ НА СКАТЕРТИ САМОБРАНКЕ?

СМОТРИТЕ ФОТО

«ЗАЛОЖНИК» УХВАТА

РЫБНЫЙ ПАШТЕТ У ФИННОВ

КОРАБЕЛЬНАЯ КОМНАТА

«В СЛОЖНЫЕ ВРЕМЕНА ... СТАНОВИТСЯ ЭПАТАЖНОЙ»

КАЗАК ИЗ ПОВСТАНЦЕВ

ХОЛЕНЬСТЬ СВЕТСКОГО ЩЕГОЛЯ

НОЖ ДЛЯ ПРОГУЛКИ ПО ДЖУНГЛЯМ

НАПИТОК ИЗ СТИХОТВОРЕНИЯ «ДЕНЬ НА ФЕРМЕ» ИГОРЯ СЕВЕРЯНИНА

«ПОЛУРАСПАД» ПАРТИИ

ПОПУГАЙ ИЗ МУЛЬТИКА

ГРЕЧЕСКОЕ ВИНО

ГРАБИТЕЛЬ БАНКОВ

ОПЕР С ПЕТРОВКИ ИЗ ДЕТЕКТИВНОГО РОМАНА «РАЗВОД И ДЕВИЧЬЯ ФАМИЛИЯ» ОТ ТАТЬЯНЫ УСТИНОВОЙ

КОМУ МИР РАДИ-ЕМ ОБЯЗАН?

КОМПЬЮТЕРНЫЙ МОЗГ

«СЕРДЦЕ БАВАРИИ»

ТАТАРО-МОНГОЛЬСКАЯ АРМИЯ

ЯСНОВЕЛЬМОЖНЫЙ

СВАДЕБНОЕ ПЛАТЬЕ НА ГАВАЙКЕ

ТИХИЙ ПРОТЕСТ

«ЛЮДИ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ГОТОВЫ ПРОДАТЬ ВСЕ, ЕСЛИ ... ИХ УСТРОИТ»

«СЕРДЦЕ АЗЕРБАЙДЖАНА»

«... ВОПРОСА»

«ЦЕЛЫЙ ... ПОКЛОННИКОВ»

«... ВОПРОСА»

ЧТО ШЕСТЬ СУТОК ЗАШИВАЛИ ГЕРОЮ ПЕСНИ «У ТЕБЯ ГЛАЗА - КАК НОЖ» ВЛАДИМИРА ВЫСОЦКОГО?

ПРЕДШЕСТВЕННИК ДЕВЫ

ЯПОНСКИЙ СТИХ

«ГОРЕ ТОМУ, КТО КОСНЕТСЯ ...!»

КОРМИЛЕЦ КЛЕСТОВ

ОКОЛО ЧЕГО НАШЛИ ТРУП ЛОРЫ ПАЛМЕР ИЗ СЕРИАЛА «ТВИН ПИКС»?

ГОРОД С ЗАМКОМ БРЕТОНСКИХ ГЕРЦОГОВ

ТРИЖДЫ ОСКАРОНОСНЫЙ РЕЖИССЕР, ДВАЖДЫ РАЕННЫЙ ВО ВРЕМЯ ВОЙНЫ ВО ВЬЕТНАМЕ

КАРТЫ В ПОМОЩЬ ЯСНОВИДЯЩЕЙ

ВАЛЮТА ИЗ БОТСВАНЫ

ВЕЛИКИЙ ИЕРОНИМ ...

МОЛДАВСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

СЕМЕЙНОЕ

СЛАДОСТНАЯ ИСТОМА

ЧЕЙ СВЕТ ЗАМЕНИТ ЛЮБОВЬ ГЕРОИНЕ ПЕСНИ «АКТРИСА» ОТ ВАЛЕРИЯ МЕЛАДЗЕ?

«ГОРЕ ТОМУ, КТО КОСНЕТСЯ ...!»

ПРИЕМНЫЙ СЫН ИОСИФА СТАЛИНА

МОБИЛЬНЫЙ КОМП

«ВЕТРЕНАЯ» БОЛЕЗНЬ



кадр из фильма

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Страдивари - Труд - Рояль - Рузвельт - Ксенофонта - Мода - Кюта - Гайдамак - Горшок - Налётчик - Кумыс - Кеша - Пан - Коктели - Холоку - Рапакви - Цена - Таро - Нера - Босх - Часть - Стоун - Пула - Озеро - Нант - Кеар - Ноутук - Рампа - Табу - Артём - Оса - По Вертикали: Коток - Процессор - Сленг - Мюнхен - Раскол - Танка - Афиш - Орда - Ропот - Калакукко - Вето - Баку - Ирак - Хора - Тьма - Сонм - Драгу - Рана - Суль - Лоск - Поэт - Еда - Никоненко - Мачете - Лев - Стук - Кюри - Аста.

«КИМОНОСЕЦ»

ЗАПАХ, ХОРОШО ЗНАКОМЫЙ ПОЖАРНЫМ

«УЛЕТНАЯ НЯНЯ» ПО ИМЕНИ МЭРИ

ЗАКУСКИ ИЗ РЫБЫ ПОПОЛАМ С РИСОМ

«ДЕННИЦА КРАСНАЯ ВЫВОДИТ ЗЛАТОЕ ... В НЕБЕСА»

МАТЬ ТЕЗЕЯ

СТОЛИЦА КРЫМСКИХ КУРОРТОВ

ЧТО КИПЯТОК В ЧАИ ПРЕВРАЩАЕТ?

КАК ОБРАЩАЛИСЬ К ДАМЕ В ТЕЛЕВИЗИОННОМ «КАБАЧКЕ «13 СТУЛЬЕВ»?»

«ПРИСТАВКА» К ШПРИЦУ

КАКОЙ СПЕКТР РАЗРАБАТЫВАЛ РОБЕРТ ВУД?

КОСОУГОЛЬНИК

МОШЕННИЧЕСКАЯ ИМИТАЦИЯ ПАЧКИ БАНКНОТ

«РУБАНОК» КУЛИНАРНОГО НАЗНАЧЕНИЯ

«ДУШЕВАЯ» ДЛЯ АВТО

«КОНТАКТНАЯ ...» В ГЛАЗУ

КТО НЕ В ЛАДАХ С ЭТИКЕТОМ?

«В ТЕАТРЕ ОНА И РАЗВЕРНУЛА СВОЮ ИДЕОЛОГИЮ ВО ВСЕМ ОБЪЕМЕ» (РАССКАЗ МИХАИЛА ЗОЩЕНКО)

ЧЕЙ РИСУНОК ВИСЕЛ У ИЗГОЛОВЬЯ КРОВАТИ АННЫ АХМАТОВОЙ?

«ПРОТИВАЗ» НА ТРУЖЕНИКАХ ЦЕМЕНТНОГО ЗАВОДА

УЧЕНАЯ КИНОГЕРОИНЯ ОЧАРОВАТЕЛЬНОЙ ЛЮБОВИ ОРЛОВОЙ ИЗ ФИЛЬМА «ВЕСНА» ГРИГОРИЯ АЛЕКСАНДРОВА

«ОБЛАЧЕНИЕ» ИКОНЫ

МАТЕРИАЛ ТЮРЛЮ ИЗ ГРИБОВОДСКОГО «ГОРЯ ОТ УМА»

СМОТРИТЕ ФОТО

РАСПАХИВАНИЕ ЦЕЛИНЫ

КИЛЛЕР, НО ДЛИННЕЕ

«ПУДРА ДЛЯ ВЕК»

ГРИГОРИЙ ФРИНЕВ ИЗ ФИЛЬМА «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК»

«УГОЛЬНАЯ ЭЛИТА»

«... ДАЛЕЕ СТУПАЕТ, РОБКОЙ ВВЕВШИСЬ ВОЛНЕ»

ЧАШКА В ЮРТЕ

ИТАЛЬЯНСКАЯ ФУТБОЛЬНАЯ КОМАНДА

«ПУДРА ДЛЯ ВЕК»

ЦИТРУС ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ КОСТЕЙ

«ЗОЛОТАЯ РЕЧКА» НА АЛЯСКЕ

ПОД НОГОЙ ВОДИТЕЛЯ

КТО КОРЫСТНО ОРИЕНТИРОВАН?

ЕВРОПЕЙСКАЯ СТОЛИЦА, ГДЕ ИТАЛЬЯНЦЕВ МЕНЬШЕ, ЧЕМ В НЬЮ-ЙОРКЕ

ДОПЛАТА РОДИТЕЛЯМ НЕВЕСТЫ

ЖУТКАЯ ТЕМЬ

ШПИОНСКАЯ ТОЧКА

«ДУШИ ЛЮДЕЙ, КАК В ЗЕРКАЛАХ, ОТРАЖАЮТСЯ ДРУГ В ДРУГЕ» (МИРОВОЙ КЛАССИК)

СПОР НА ИНТЕРЕС

КРУПНЕЙШИЙ ИЗ КАНАРСКИХ ОСТРОВОВ

ИЗ КАКОГО ГРАФСТВА РОДОМ ЛОРД ДЖОРДЖ БАЙРОН?

СТРАНА НА АФРИКАНСКОЙ КОНТИНЕНТЕ

ПРЕДМЕТ ПРОДАЖИ В ДОГОВОРЕ С ДЬЯВОЛОМ

ИНОГДА ЭВОЛЮЦИЯ СЛОВНО «ЗАБЫВАЕТ» СТЕРЕТЬ ЛИШНИЙ ОРГАН. КАК ОН НАЗЫВАЕТСЯ?

ЧТО В ИГОЛЬНОЕ УШКО ВСУНУТО?

РУССКИЙ ХУДОЖНИК, ЧЬЯ ЖЕНА, ПО ЛЕГЕНДЕ, СТАЛА ПЕРВОЙ, КТО ПРИНЯЛ «ОГНЕННОЕ КРЕЩЕНИЕ»

ОВОЩ, ПОМОГАЮЩИЙ МУЖЧИНАМ ПОДДЕРЖИВАТЬ СЕКСУАЛЬНЫЙ ТОНУС

«И БЛЕДНОЕ ... ПОДСТАВИШЬ ПОД ЛОБЗАНЯ?»

ИСТОРИЯ МИСТИЧЕСКОЙ ЛЮБВИ В РОМАНЕ «СВЯЩЕННАЯ ... ОБОРОТНЯ» У ВИКТОРА ПЕЛЕВИНА

ЧТО ЗЛОПЫХАТЕЛИ СЕЮТ ВОКРУГ СЕБЯ?



Russian Look

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Попинс - Заварка - Ультрафиолет - Нахал - Модильяни - «Аристократка» - Машкова - Антрацит - Лайм - Тени - Кюта - Пиала - Пари - Сани - Рвач - Данте - Душа - Калым - Явка - Террифе - Рерих - Тыква - Лицо - Нитка - Того - Рудмент - Книга - Рознь. По Вертикали: Мойка - Педаль - Нимфа - Дзодист - Респиратор - Линза - Цата - «Лече» - Никитина - Рим - Пани - Кент - Игла - Суши - Мрак - Утро - Атлас - Яхта - Ромб - Эфра - Ликвидатор - Кукла - Ялта - Юкон - Вазет - Терка - Аптекарь.

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

Алла ЩЕРБАКОВА, 18 лет, Красноярск:
- Я занимаюсь легкой атлетикой. Учусь в Красноярском колледже олимпийского резерва на педагога физической культуры и спорта. Увлекаюсь изучением языков. Люблю заводить новые знакомства и продвигать позитив в массы.

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



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

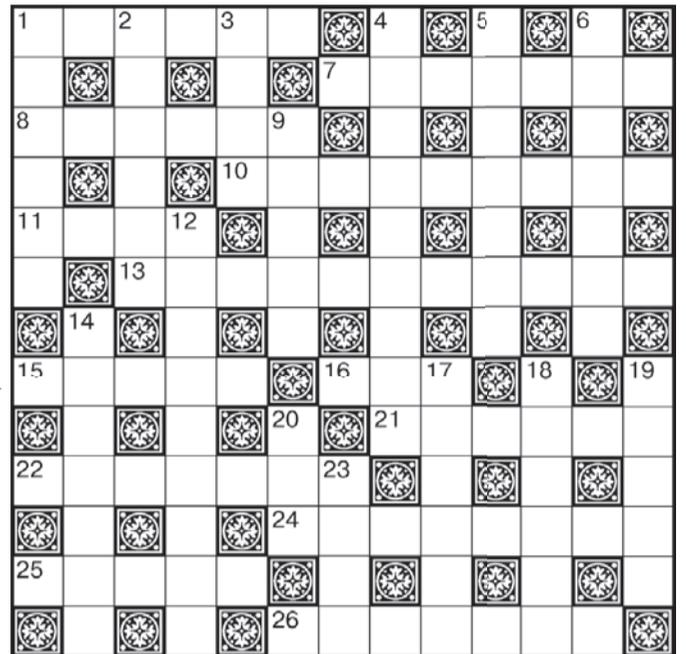
- Сливочное мороженое и малина - очень вкусное сочетание. А правило одного акцента - одно из самых важных в стильном образе. Алла выделила яркий цвет, и получилось замечательно.



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

Дiana ИВАНОВА/«КП» - Красноярск

■ КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Самая неприхотливая из золотых рыбок. 7. «Бритьё луга». 8. Кто побывал в гостях у мультяшного Бобика? 10. Что входит в спальный комплект? 11. Звук сработавшего капкана. 13. «Очень личная» часть речи. 15. Школьная. 16. Старший из братьев-сыщиков в мультфильме «Следствие ведут Колобки». 21. Багров из «Брата». 22. Что обрывает песню заключённого из рассказа «В тюрьме» Пантелеймона Романова? 24. Кардинал, ставший в 1660 году заказчиком первого бриллианта. 25. Из чего сделана шапка героя комедии «Девчата»? 26. «... живёт по засаленному просроченному паспорту, выданному литературой» (по мнению Осипа Мандельштама)

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Оптический, но не телеграф. 2. Развал мозга. 3. Кресло в придачу к власти. 4. На чём прежде cyclist ездил? 5. «Побывал я на пиру у хвостатых кенгуру». 6. Графство из детства культового певца Криса Нормана. 9. Кто из лауреатов Нобелевской премии по литературе однажды удочерил свою любовницу? 12. Глава математики. 14. Кто пал от меча Добрыни Никитича? 17. Чьи сны пророчески истолковал Иосиф Прекрасный? 18. «Акустическое условие» для соловьиного пения. 19. Бенгальский. 20. Отпрыск весталки Реи. 23. Кнопка «Нравится».

ОТВЕТЫ ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Комета. 7. Сенокос. 8. Барбос. 10. Наволочка. 11. Лязг. 13. Местоимение. 15. Форма. 16. Шеф. 21. Данила. 22. Выстрел. 24. Мазарини. 25. Пыжик. 26. Скандаль. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Кабель. 2. Марзам. 3. Трон. 4. Велосипед. 5. Воробей. 6. Норкшир. 9. Сартр. 12. Геометрия. 14. Горыныч. 17. Фаранг. 18. Тшшша. 19. Залив. 20. Рем. 23. Лялк.

■ АНЕКДОТЫ

Переписка:
«Домой едешь? Что готовить?»
«Еду. И на второй вопрос - еду».

Спешка на дороге преобразует вашего ангела-хранителя в ангела-хоронителя.

Благодаря занятиям спортом я становлюсь сильнее и могу носить с собой больше лекарств.

Почему люди, стоящие

в очереди позади меня, думают, что если прижаться ко мне, то очередь пойдёт быстрее?

Приходит мужик к гадалке. Та карты раскинула и говорит:
- Вы - отец двоих детей.
- Ошибаетесь, я отец троих детей.
- Нет, это вы ошибаетесь...

В конкурсе нейросетей на самый красивый «черный квадрат» побе-

дил выключенный экран монитора.

- Вопрос не в том, что я штаны вчера где-то оставил, вопрос в другом - у кого?

Моя суббота проходила очень хорошо, пока не понял, что это воскресенье.

Залихватски челюсть Брошу я в стакан. Пусть уже не молод - Но не старикан!

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

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



Прогноз погоды на завтра, 7 ноября

	ночью	днем
Владивосток	0°...-2°	+1...+3°
Находка	-2°...-4°	+2...+3°
Уссурийск	-4°...-8°	0...+2°
Астраханка	-5°...-7°	0°...-1°
Терней	-1°...-2°	0°...+1°

Давление - 772 мм рт. ст. (норма для ноября - 766)
Относительная влажность воздуха - 48% (норма - 61%)
Ветер - северный, 4,1 м/с

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

Восход - 07.55 **Луна** - растущая
Закат - 17.57

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!
Если у вас есть: ● тема для публикации ● отклики на статью ● жалобы на доставку

Звоните нам! **(495) 777-02-82** Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»
■ Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.
■ Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.
■ Учредитель, редакция и издатель - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».
■ Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

■ НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», Новодмитровская, д. 25, 8-й этаж, пом. 800, Москва, 127015.
■ Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
■ Целые 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
■ АО ИД «Комсомольская правда», 2023. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы П1101, ПМ976 Тип. № 5561
■ Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30
■ ISSN 0233-433X
«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2024», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.
Тираж этого номера: 170 620 экз.
Цена договорная
Тираж сертифицирован Бюро тиражного аудита - www.press-abc.ru



■ Директор Владивостокского филиала АО «Издательский дом «Комсомольская правда» - Татьяна КЛАНОВЕЦ.

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ФИЛИАЛ АО «ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»
■ И.О. редактора - Людмила УБАНКИНА
■ Директор по рекламе - Илья КУЗНЕЦОВ
■ Директор службы распространения и продвижения - Екатерина ШУЛЬГИНА
■ 690091, г. Владивосток, ул. Лазо, 8. Отпечатано в АО «ИПК» Дальпресс. 690106, г. Владивосток, пр-т «Красного знамени», 10, тел. (423) 245-05-45.
■ ТЕЛЕФОНЫ: (423) 230-22-59 - приемная; 230-22-56 - редакция; 230-22-54 - служба рекламы; 230-22-57 - служба распространения; 230-22-58 - бухгалтерия.

■ Факс: (423) 230-22-59.
E-mail: vl@phkp.ru
Web-сервер: www.kp.ru