

30 лет скандальной реформе: Главные мифы об обмене денег 1991 года

Читайте на стр. 12 - 13 ▶



Алексей СТЕФАНОВ

89.8 FM **РАДИО КП**

Былое и Дума

Председатель Госдумы Вячеслав Володин - о выборах, протестах и пандемии - 20:00 (мск)



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года



7 712 000

уникальных посетителей
за минувшие сутки

Вторник - среда
26 - 27 января

Газета нашего города ★ Кемерово

№ 7 - 8 (27230 - 27231)
2021 год

Сколько антител должно быть после прививки от коронавируса?



Читайте на стр. 10 ▶



А ведь какая была идиллия
у Оли с Давидом...

Ольга Бузова снова открывает мир других мужчин

Ирина ВИКТОРОВА

Певица рассталась
с очередным бойфрендом.

Что и говорить, хлебнула Оля горя сполна. Сначала измена мужа-футболиста и развод, потом предательство бизнесмена-сыровара из шоу «Замуж за Бузову». Но все эти истории оказались... удачными в плане имиджа: женщины еще больше ей сочувствовали. «Сильным и искренним женщинам не везет в любви, нормальных мужиков не осталось, кругом предатели».

Продолжение на стр. 14 ▶



Борис МЕРКУШЕВ
(«КП» - Пермь)

Страшный пожар едва не унес пять детских жизней в пермском городе Березники. По счастливой случайности мимо пятиэтажки, на первом этаже которой занялась пламя, шел выкидывать мусор 30-летний сосед Павел Радаславский.

Пошел вынести мусор и спас пятерых детей

- Подбежал к окну, а там девочка вся в слезах стоит: «Дядя, спасите!», а из соседнего окна черный дым валит и пламя видно, - вспоминает Павел. - Попросил ее открыть окно и залез внутрь. Посреди горячей комнаты стоял мальчик, весь в ожогах. Не двигался, просто обреченно ревел.

Девочку и ее брата Павел вывел в коридор и пошел обходить другие комнаты - в одной из них нашлись еще трое ребятшек.

- Во входную дверь начали стучать другие прохожие. Мы вместе вывели детей. Как рассказали соседи, мама часто оставляла детей одних, уходя на работу. В тот момент ее не было дома. Сами дети сказали, что один из братьев (ему еще нет трех лет) играл со спичками и поджег диван. Мальчик получил сильные ожоги и сейчас находится в реанимации, остальные - в Центре помощи детям. В причинах ЧП разбирается следствие.

Личный архив героя публикации

Подписка на «КП» – прямо из дома

1 Наведите камеру телефона или планшета на QR-код

5 Газета будет приходить в ваш почтовый ящик!

2 Перейдите по ссылке на **SHOP.KP.RU**

3 Сделайте заказ в разделе «Подписка на издания «КП»»

4 Оплатите подписку удобным способом

СКАНИРУЙТЕ

Путин - о «дворце в Геленджике»: Ничего из этого мне не принадлежит и не принадлежало. Ни-ког-да!

Дмитрий СМЕРНОВ

Президент рассказал, чем хотел бы заниматься, после того как уйдет со своего поста.

Владимир Путин во время общения со студентами в Татьянин день не только поздравил всех учащихся российских вузов с их праздником, но и ответил на вопросы, среди которых был и про «расследование о дворце в Геленджике».

- Я не смотрел этого фильма за отсутствием свободного времени. Но листал видеоподборки, которые мне принесли помощники, - сказал Путин. - Ничего из того, что там указано в качестве моей собственности, ни мне, ни моим близким родственникам не принадлежит и никогда не принадлежало. Ни-ког-да!

Президент скептически отозвался и о версии про то, что его друзьям легко быть бизнесменами.

- Никому не хочется близко со мной вставать. Потому что на него сразу санкции накладывают, - сказал Путин.

Но кое-что в фильме заинтересовало и его.

- Из всего, что я там видел, мне интересно только одно - виноделие, - рассказал президент. - Этим не как бизнесом, а как родом деятельности я бы когда-нибудь, может быть, занимался бы. У меня советник есть Борис Титов (бизнес-омбудсмен. - Ред.), который является владельцем «Абрау-Дюрсо». Я, когда работу закончу, может быть, к нему в советники пойду. Не как бизнесмен, а как специалист, хотя бы в области права. Но бизнес меня никогда не интересовал. Не потому что это плохо, но это не мое совсем...



Михаил КЛИМЕНТЬЕВ/РИА Новости

Со студентами Путин поговорил по видеосвязи из резиденции в Завидове. И молодежь, конечно, не могла не спросить президента о «дворце». А Путин не мог не ответить.

■ ЕСТЬ ИДЕЯ

Магазинная картошка уменьшается немножко

Евгений ПРОСКУРЯКОВ

На прилавках появятся корнеплоды экономкласса - мелкие, зато дешевые.

Не зря «Незнайка на Луне» считается отличным учебником по экономике! Помните, как, угодив в лунную тюрьму, Незнайка продал свою шляпу, чтобы купить еды. Денег ему хватило лишь на самый дешевый продукт - мелкую картошку:

- Что это? - с удивлением спросил Незнайка.

- Как что? Сам видишь - картошка.

- Чего же она такая крошечная?

Похоже, скоро мы с вами сможем изучить эти особенности рыночной экономики на практике. Мелкая картошка может появиться на прилавках российских магазинов.

Как подсчитал Минсельхоз, за прошлый год картофель

подорожал на 40%. Причина не только в снижении курса рубля, но и в неурожае. По оценкам Картофельного союза, из-за дождей, засух и коронавирусных ограничений в 2020 году в России собрали на 10% меньше картофеля, чем в 2019-м.

Можно ли снизить цену картошки? В Картофельном союзе считают: да, если торговые сети будут менее требовательными к размеру клубней. Сейчас большинство из них принимает у производителей картошку диаметром не меньше 55 мм. Картофельный союз направил торговым сетям предложение принимать клубни разного размера, в том числе экономкласса диаметром 35 - 55 мм, фасованные в сетку от 2,5 до 5 кг.

- Во-первых, производители будут экономить на сортировке, - перечисляет Татьяна Губина, руководитель аппарата Картофельного союза. - Во-вторых, вместо того чтобы отправлять более мелкие

клубни на переработку (на сухое пюре и т. д. - Ред.), производители начнут поставлять их в магазины, и российский картофель на прилавках станет больше. В том числе и в конце зимы и весной, когда мы привыкли видеть на прилавках импортный, египетский картофель. По нашим оценкам, эта инициатива позволит снизить среднюю цену на 10 - 15%.

Специалисты считают, что на мелкую картошку найдется свой покупатель. И это не только люди с низким доходом.

- Существует отдельный тип картофеля, называемый «беби-картофель». Его специально выращивают маленьким, - говорит Варвара Сердюкова, специалист отдела рыночной информации Института конъюнктуры аграрного рынка. - Из-за размеров его удобно жарить без предварительной чистки и запекать, так что спрос на такой картофель должен быть.

■ В ПРАВИТЕЛЬСТВЕ

Сколько рубим, столько и сажаем

Елена КРИВЯКИНА

Кабмин подготовил новую редакцию лесной стратегии до 2030 года.

О необходимости наведения порядка в лесной отрасли России уже давно говорят на самом высоком уровне. Несмотря на это, так называемые черные лесорубы (лесные воры, рубящие лес без разрешительных документов) продолжают махать топорами, а ущерб от незаконной вырубке лесов ежегодно исчисляется миллиардами рублей.

Как стало известно на совещании у Михаила Мишустина, новая лесная стратегия впервые объединила две составляющие: экономическую, связанную с переработкой леса, и экологическую, связанную с воспроизводством лесных ресурсов.

Лесную отрасль собираются сделать прозрачной благодаря цифровым технологиям. С 1 января

был запущен пилотный проект по внедрению системы отслеживаемости древесины - от заготовки на делянке до вывоза за пределы России.

- При выявлении нестыковок в сведениях об объеме заготовки или других характеристиках сделки с древесиной будут невозможны, - сказала вице-премьер Виктория Абрамченко.

Еще одно направление стратегии - усиление надзора за лесами. Рослесхоз получит надзорные функции, и в регионах появятся главные федеральные государственные лесные инспекторы.

Как рассказала Виктория Абрамченко, уже накоплено 35 млн гектаров земли, на которых должны были провести лесовосстановление, но так этого и не сделали.

- Ежегодно опаздываем на 450 тысяч гектаров. Ситуацию нужно переломить, - заметила Абрамченко. По словам вице-преьера, к 2024 году

предстоит качественно

восстанавливать 100% вырубленных или погибших лесных насаждений, а лесистость территории страны должна вырасти на 3%.

При этом в стратегии говорится, что объемы производства пиломатериалов должны вырасти на 55%, древесно-стружечных плит - на 30%, фанеры - на 40%, бумаги и картона - на 30%, деревянных домокомплектов - на 60%.

- Необходимо стимулировать предпринимателей к созданию мощностей по глубокой переработке древесины. Правительство предусмотрело для малого и среднего бизнеса, который работает в сфере заготовки леса, возможность получения льготного кредита на модернизацию производства, - заявил премьер Михаил Мишустин.

Он также отметил, что на экспорт из России должно идти не лесное сырье, а продукция с высокой добавленной стоимостью - мебель, фанера, картон.

166 000 РУБЛЕЙ В МЕСЯЦ



столько в среднем достаточно россиянам для счастья.

ЦИФРА ДНЯ

При этом самые высокие запросы у москвичей (220 тысяч рублей в месяц), а самые скромные - у жителей Оренбурга (124 тысячи рублей в месяц).

По традиции зарплата мечты у мужчин (187 тысяч рублей) существенно больше, чем у женщин (146 тысяч рублей). И чем старше респондент, тем больше ему надо: если россиянам до 24 лет хватило бы 135 тысяч рублей, то тем, кто старше 45, нужно уже 190 тысяч.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

По данным исследования сервиса Superjob, опрошено 2500 человек.

В контакте



Вступайте в нашу группу ВКонтате vk.com/kpri

← → ↻ ⌂ http://www.kp.ru/ ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

ЗДОРОВЬЕ

Коньки или лыжи: врач рассказал, какой зимний вид спорта полезнее

ЭКОНОМИКА

Семь советов по дешевому, но здоровому питанию

ЗВЕЗДЫ

«Папина принцесса»: Игорь Николаев показал редкий снимок с 42-летней дочкой



По России прокатился «бунт сытых»

Дмитрий СТЕШИН

Что показали несанкционированные митинги?

В субботу в Москве и ряде российских городов прошли несанкционированные акции. Самые умные несистемные оппозиционеры, претендующие на управление Россией, организовав протест, уклонились. Как Чичваркин, нарисовавший на тропическом песке слова поддержки. А Соболь, затеявшая митинг на подходах к Пушкинской площади в центре столицы, после задержания уже из дома бросала в сеть фразы гнева.

Остальным не позавидуешь. Полиция не случайно вела себя корректно на первом этапе. Раздавала маски. Поила чаем. Создавала условия, чтобы «дурость каждого была видна». И дурость была явлена. Что в комплексе с мероприятием, имеющим статус незаконного, уже не позволит соскочить.

И завтра настанет. Отработает по соцсетям программа распознавания лиц и поиска аналогов в соцсетях. Прогонят через программу лица особо отличившихся из оперативной съемки. Сличат телефонные звонки. Протест купируют. Активистов изолируют. Возможно, на годы все опять утихнет, как после Болотной. Но за похмельем возникает осадочек - у тех, кто четку бил на салатах. У всех, кто был вовлечен в нынешние события, пусть даже через интернет-трансляции, возникнет вопрос: почему?

Отчего возникли «точки бифуркации»? На площадях и в головах? А это был сытый бунт сытых людей, не сильно боящихся за свое будущее. Проклятие любого дееспособного государства. И может, кто-то поймет, что наш «режим» - человеческий. И не нужно его доводить до крайности. Потому

*** Точка бифуркации - смена установившегося режима работы системы.**



- Молодой человек, вы ошиблись, Капитолий вон там... На субботние протесты в Москве кое-кто наряжался как на американские.

что единственный способ прекратить сытые бунты, известный со времен Рима, - война. Где молодежь либо излечивают от морщин навсегда, либо она получает другие жизненные ориентиры. Когда становишься счастлив лишь потому, что вырвался из этого ада живым. И можно жениться и завести сына. Вот это и есть счастье. Судя по невеликой численности протестующих, большинство сограждан это понимает. А значит, власть обойдется хирургическим лечением празднующих и похмеляющихся.

■ ВОПРОС ДНЯ

Накануне нелегальных митингов в молодежных соцсетях появились призывы - детей звали принять участие в протестах. Мы спросили:

Как оградить детей от втягивания в политические игры?

Герман КЛИМЕНКО, председатель совета Фонда развития цифровой экономики:

- Ничего удивительного, что взрослые политики решили «поиграть в детской песочнице». Можно ли этому противостоять? Можно, если взрослые заговорят с детьми на их языке. Я опросил знакомых, знают ли они кумиров своих детей. Назвал им 10 популярных у подростков фамилий. Взрослые слышали всего 2 - 3 из них.

Юлия ЧИЧЕРИНА, певица:

- Создать свои соцсети под своим контролем, остальные закрыть. И отнестись к этому так же серьезно, как в свое время отнеслись к созданию атомной бомбы. Важность меньшая!

Сергей ЛУКЬЯНЕНКО, писатель-фантаст:

- Созданием реально работающей молодежной политики и общим оздоровлением экономики. Обращение молодежи к протестам - во многом следствие неверия в свое будущее.

Алексей СТОЛЯРОВ, пранкер Лексус:

- Политика, как и другие взрослые игры, останется в сети, а запрет для подростка может лишь подогреть интерес. Нужно вести просветительскую работу в школе.

Егор ХОЛМОГОРОВ, философ, публицист:

- Родители должны духовно жить со своими детьми - быть с ними и в школе, и в политике, и в соцсетях. И уметь объяснить им простую истину: главное - создать себя, а не помогать чужим дядям ломать свою страну и свое будущее.

Евгений ФЕКЛИСТОВ, музыкант группы «Конец фильма»:

- Никак не получится оградить! Родители должны примером влиять. Не пожелали более ответственно отнестись к воспитанию своего ребенка - за вас это сделали другие.

Зина ЛОБАНОВА, мать двоих детей:

- Штрафами. Определить, до какого возраста ребенок не может участвовать в митингах. По образу и подобию возраста сексуального согласия, возраста продажи алкоголя.

Вы тоже можете дать свой ответ на «Вопрос дня» на нашем сайте - самый интересный мы опубликуем в «Комсомолке».

Главные темы дня и другие новости

ЧИТАЙТЕ НА САЙТЕ **KP.RU** СЛУШАЙТЕ НА РАДИО Телефон прямого эфира 8-800-200-97-02 (звонок бесплатный!)

За последние сутки наш сайт посетили 7 миллионов 712 тысяч человек



«Утренний Мардан». Программа с непримиримой позицией. Публицист Сергей Мардан делает ваше утро незабываемым. Каждый будний день в 8.00 (мск) на Радио «КП»

■ ДРУГОЙ ВЗГЛЯД

«А чего они снежками бросаются?»

Владимир ВОРСОБИН

Почему русский протест обошелся без «соседской» жестокости.

Я бы сравнил шум вокруг Навального с аллергией. Но современнее - с цитокиновым штормом. Когда при ковиде организм поднимается на войну с вирусом и рискует в раже борьбы уничтожить сам себя.

Перед субботними неразрешенными митингами тысячи комментаторов были вне себя от мысли, что на митинги явятся дети. Слово ОМОН - безжалостный бог Сатурн, обязанный пожрать детей. Но за то следует винить не его, а нерадивых родителей. Что не лишено здравого смысла. Но гипертрофированный ужас с массовым субботним призывом школьников в классы, а студентов в вузы имел обратный эффект. Даже к тем, кого не зацепили протестные призывы

в ТикТок, к тем, кто и знать не знал, кто такой Навальный, пришли все - учитель, мэр, омбудсмен и перепуганные родители - с одним только: не ходи к Навальному! Навсегда кодируя его сознание вопросом «А что это?»

Но детей на митинге оказалось ровно столько, чтоб их заметить, но при этом удивиться: ух ты, ребенок?! «На Навального» ходят 20 - 25-летние студенты. Это радикальный возраст, когда хочется спасти мир. Ну и 30-летняя «престарелая» молодежь.

Возвращение Навального превратило русскую несистемную оппозицию в театр одного актера. Когда завертелось вокруг «неизвестного блогера», вдруг наэлектризовывая, доводя до цитокинового шторма страну. Что политтехнологически странно - не зря Марк Твен говорил: «Любое упоминание в прессе, кроме некролога, - реклама».

Понятно, что сам митинг не мог пройти спокойно. Собрались? Вот вам магнитные рамки, сотня полицейских, автозаки. Митингуйте. Полезете в драку - автозак. А за нарушение правил главарям штраф выпишем... Так без насилия задушили хабаровский протест. Ходите? Так ходите - выпускайте пар! Но, к счастью, и без белорусской жестокости митинг обошелся.

По моим наблюдениям, на этом митинге власти и Навальный в субботу сыгнали вничью.

Силовики тонко обошли оппозицию. Они аккуратно паковали самых заметных демонстрантов. Технично. Не трогали журналистов. Не бросали в толпу световые гранаты. Было видно - не хватало у ОМОНа злобы (а где-то ОМОН вообще выходил один - как в Севастополе).

- А чего они снежками бросаются?! - пожаловался костерящим полицию

старушкам в парке необъятный командир.

А вот протестующие подставились. За избивание ногами омоновца (всего пострадали 40 стражей порядка) и погром автосиловоиков (выбили стекла и глаз водителю) бунтарям светят тюремные сроки. Но главное - власти покажут «звериное лицо протеста» по всем госканалам. И война с «берлинским митингом» перейдет на следующий уровень.

Но и Навальный собрал утешительное количество демонстрантов. В сумме достаточно для возможности подогреть ситуацию еще некоторое время.

Жаль только, разрядить ситуацию почти невозможно. И стороны ведут войну до полного уничтожения противника. На войне как на войне.

О том, как ОМОН помогал людям во время митингов > стр. 4.

ОБМЕННЫЙ КУРС
 Доллар США \$ **74,85** + 49 коп.
 Евро € **91,14** + 73 коп.
НЕФТЬ \$ за баррель **55,80** + 1,1%



Росгвардия



Это кадры с видео: слева - испуганный отец вглядывается в людей, среди которых исчезла его дочка. Справа - момент встречи, когда девочку нашли и привели к папе.



Видео встречи отца с дочкой - на сайте

ОМОН нашел в толпе потерявшуюся девочку

Александр БОЙКО

Под защитной формой сотрудников спецназа на митинге оказалось немало... девушек

Маленький эпизод 23 января на Пушкинской площади в Москве показал «женское лицо» российского ОМОНа. К автобусу, где был штаб по обеспечению порядка на несанкционированном митинге, подошел мужчина, крепко схватившийся за руку сына, который не удержал в толпе младшую сестру.

- Вел в художественную школу, в переходе толпа оттеснила, дочка руку отпустила. Дочку Асей зовут, 9 лет, длинная коса, белый бант, - отвечал растерянный отец на вопросы сотрудника Росгвардии. Офицер передал



Иван МАКЕЕВ/«КП» - Москва

Ожидали, что на митинге будет много девушек, поэтому для бесед с ними на площадь вызвали служащих в Росгвардии женщин.

приметы девочки по рации все сотрудникам. И через несколько минут девочку нашли и привели к отцу.

- Доча! - вскрикнул мужчина и бросился обнимать испуганного ребенка.

- Где ты была, где твой рюкзак, - спрашивал он ощупывая Асю, будто не веря, что ребенок в этой толпе остался цел и невредим.

Мужчина с благодарностью стал пожимать руки людям в форме, которые нашли его дочку.

Кстати, пересматривая кадры митинга, фотографии «Комсомолки» обратили внимание, что среди бойцов Росгвардии на митинге были и женщины.

- Готовились к тому, что среди участников незаконного митинга будет много детей, девушек. А потому для обеспечения безопасности были привлечены и наши сотрудницы, - сообщили «КП» в пресс-службе Росгвардии. - Им бывает сподручнее разговаривать с таким контингентом.

■ В ТЕМУ

Полицейские пришли на помощь митингующим во время приступов эпилепсии

Ольга КОСТИНА («КП» - Красноярск),
Татьяна СОЛОВОВА («КП» - Новосибирск)

Один из спасенных намерен жаловаться на силовиков.

Два похожих случая произошли на несанкционированных акциях 23 января в разных городах Сибири. В Красноярске у одного из митингующих случился эпилептический приступ. Когда молодой человек упал на землю с судорогами, двое полицейских - Денис Башилов и Дмитрий Бричиков - подскочили к парню, вызвали скорую по рации и держали молодого человека, чтобы он не поранил голову и не задохнулся до приезда медиков. Видео разлетелось по соцсетям, где в комментариях люди благодарили силовиков за отзывчивость.

Похотный случай произошел в тот же день в Новосибирске. И тоже попал на камеру чьего-то телефона. В кадре видно, что молодой человек упал на площадке возле оперного театра. Вокруг

него галдят протестующие, а один из омонцев пытается помочь парню под дикие крики толпы: переворачивает на бок, крепко держит во время судорог. Старший лейтенант вместе с коллегами оказал первую помощь и отвел парня в машину скорой помощи к медикам МСЧ ГУ МВД России по Новосибирской области. После осмотра молодой человек покинул машину, - прокомментировали произошедшее в пресс-службе новосибирского МВД.

Но спасибо в адрес омонцев не последовало. Напротив, парень обвинил силовиков в случившемся, заявив, что упал, потому что получил дубинкой по голове во время разгона толпы. Этот фрагмент, к слову, на кадр не попал, историю рассказывал журналистам сам парень, покинув машину скорой. За «нападение» он грозит привлечь силовиков в ответственности.

- Пока информации о том, что поступила какая-то жалоба на действия наших сотрудников, нет, - пояснили корреспондентам «КП» в ГУ МВД по Новосибирской области.

А В ЭТО ВРЕМЯ

«Для меня это личная трагедия»

Роман ЛЯЛИН («КП» - Санкт-Петербург)

Питерский полицейский, пнувший ногой в живот 54-летней Маргариту Юдину, пришел навестить ее в больницу. Напомним, что инцидент случился во время несанкционированного митинга. Силовик ударил женщину, она упала и ударилась головой. Это произошло, когда полицейские вели одного из задержанных, а Маргарита вышла к ним навстречу и крикнула: «За что вы его задерживаете?».

- Я бы хотел принести глубочайшие и искренние извинения, - сказал обидчик Маргарите и подарил букет. - Поймите, было очень сложно: за пять минут до этого меня газом залили, у меня запотело забрало, я не видел, что происходит. Клянусь, для меня это шоковая ситуация, личная трагедия. Не держите зла.

Пострадавшая извинения приняла: «Ладно ничего страшного, с богом». Женщину уже выписали из больницы.

■ ВАШИ ПРАВА

Для получателей соцпособий продлен срок оформления карты «МИР»



Благодаря переходу всех регионов нашей страны на прямые выплаты от государства обладатели таких карт получают ощутимые преимущества.

С 1 января 2021 г. вся Россия перешла на систему прямых выплат соцпособий (по материнству, больничных и др.). Деньги теперь перечисляются получателям из средств Фонда социального страхования (ФСС РФ), минуя работодателя. Обладатели карт «МИР» имеют бонусы: не нужно заполнять банковские реквизиты, достаточно указать номер самой карты. И деньги появятся на счету в течение 30 минут после их перечисления фондом.

На карту «МИР» могут быть перечислены: пособия по временной нетрудоспособности, по беременности и родам, единовременное пособие при постановке на учет в ранние сроки беременности, при рождении ребенка, ежемесячное пособие по уходу за ребенком до 1,5 лет, оплата дополнительного отпуска пострадавшему на производстве.

Обязательному зачислению на карту «МИР» подлежат пособия по временной нетрудоспособности для граждан, подвергшихся воздействию радиации в ходе технологических аварий (на Чернобыльской АЭС, ПО «Маяк», Семипалатинском полигоне) и пособия по беременности и родам - когда страховой случай происходит чаще, чем раз в 2 года. А также выплаты по уходу за ребенком до 1,5 лет.

Переход на «обязательность» использования карты «МИР» продлен до 1 июля 2021 года. После этого также сохраняются альтернативные способы получения пособий: почтовым переводом, наличными в кассе работодателя или перевод на банковский счет, к которому не привязана ни одна карта.

НА ЗАМЕТКУ

После 1.07.2021 сохранится возможность получения пособий на карты других международных платежных систем в таких случаях:

- ✓ если декрет или заболевание (временная нетрудоспособность у граждан, подвергшихся воздействию радиации) наступает один раз в два года или реже;
- ✓ для получения пособий при рождении ребенка и при постановке женщины на учет в женской консультации на ранних сроках беременности;
- ✓ для получения пособий, начисленным иностранным гражданам, временно пребывающим или проживающим в РФ, а также россиянам, работающим в диппредставительствах, консульствах и постоянных представительствах РФ при международных организациях.

Подготовила Анна НИКОЛАЕВА.

Преступления без расследований и наказаний

Павел ЧЕРНЫШОВ

Почему преступники, ворующие нефть у государства, не боятся закона, а правосудие безвольно пасует перед теневыми «решалами»?

Попавшийся на мошенничестве с горюче-смазочными материалами Василий Алибабаевич из «Джентльменов удачи» в колонии искупал свою вину перед государством. Сегодня этот гражданин, скорее всего, отделался бы легким испугом, как и большинство преступников, промышляющих воровством нефти и нефтепродуктов из стратегических трубопроводов на сотни миллионов рублей. Каждый год из полутора-двух сотен уголовных дел по криминальным врезкам только единицы доходят до суда. А вероятность лишиться свободы для топливных воров составляет и того меньше - около 5%. Почему государство стало более толерантным к нефтеврезчикам? Между тем нежелание положить конец топливным преступлениям влечет серьезные последствия для общества.

ЧАСТНЫЙ СЛУЧАЙ ИЗ ОБЩЕЙ ПРАКТИКИ

В начале минувшего декабря в километре от д. Тимофеево Новгородской области на земле обнаружили лужи дизельного топлива. Лопнул криминальный отвод, который нефтеврезчики проложили к хозяйственным строениям на окраине деревни. Как обычно, дизельный разлив ликвидировал собственник трубопровода, полиция завела уголовное дело.

Жители деревни, у которых под заборами копали траншею, на голубом глазу утверждали, что знать не знают о подпольном топливозаправочном пункте. Судя по всему, и у местного участкового запах дизельного топлива и рычание бензовозов профессионального долга не возбудили. Знали и молчали. Почему? Воровство у государства не считается предосудительным?

Или боялись открыть рот, запуганные местными преступниками, став фактически заложниками воровских понятий? Закон уничтожила коррупция? Не поэтому ли в уголовном деле о врезке до сих пор фигурируют «неустановленные лица»?

Природе нанесен ущерб в размере 17 миллионов рублей. Повреждена стратегическая магистраль. Кто ответит? Перспективы туманные: правоохранители объявляют подобные дела «глухими», хотя для их раскрытия в большинстве случаев не надо быть Шерлоком Холмсом.

МАФИЯ БЕССМЕРТНА?

Проверить криминальную врезку в одиночку невозможно. Для этого нужны деньги, оборудование и техника. Совершают такие преступления организованные группы. Почему же на скамье подсудимых крайне редко оказываются «сиятельные донны»? Правовая система «бьет по хвостам», наказываются лишь рядовые исполнители, а заказчики остаются в тени.

За каждой криминальной врезкой всегда стоит коррупция. Заказчиками и участниками топливных преступлений все чаще становятся люди при погоне или высокой должности. По подозрению в сговоре с врезчиками - похитителями топлива в нескольких регионах внимание следователей привлекли действующие высокопоставленные сотрудники полиции и даже депутат, по сообщению «НН.ру» и «Фонтанка.ру».

Парадоксально, но это выгодно не только преступникам. Какой смысл раскручивать всю криминальную цепочку, если есть возможность свалить на одного участника и победно завершить дело: плано-палочная система все еще жива. Развалить дело



Среди бела дня силовики проводят задержание «подпольного нефтяника» прямо возле нелегального хранилища.

в суде резона тоже нет, прокурор уже подписался. А отправлять на следствие - это значит «подставить» следователя под выговор, не закрыть дело вовремя.

Согласно статистике Генеральной прокуратуры России, до суда доводится порядка девяти из десяти дел об убийствах, изнасилованиях, разбое и злоумышленники получают по заслугам за преступления против личности. Чего не скажешь про коррупционные преступления. Из почти 200 тысяч коррупционных преступлений только 5% дошли до суда. Такие же пропорции у топливных преступлений. Неудивительно, что нефтеврезчики не боятся ни суда, ни закона и открыто смеются над правосудием, зная, что оно безвольно пасует перед теневыми «решалами».

ЗА ЧЕЙ СЧЕТ БАНКЕТ?

А между тем нефтепроводчики - собственники трубы платят налоги. И являются равноправными участниками общественного договора между государством и обществом. На налоги государство нас должно лечить, учить и охранять. Исправно платящие налоги и дивиденды госкомпании вправе рассчитывать на адекватные услуги со стороны государства. Так почему же МВД и суды оставляют их один на один с армией преступников, наносящей гигантский ущерб государству?

Похожий вопрос можно адресовать и Росприроднадзору. Очевидно, что врезки по вине преступников чаще всего приводят к разливам. По данным «Интерфакса», только в прошлом году криминальные врезки стали причиной почти двух третей случаев, связанных с разливами нефти и нефтепродуктов. При этом парадоксально,

что ведомство заставляет возмещать ущерб потерпевших собственников трубопроводов, а настоящие преступники не платят. Это называется, найди крайнего. Недавний пример. По требованию ведомства нефтяная компания заплатила 60 миллионов рублей за вред природе, нанесенный бандой преступников в Оренбургской области. А виновников врезки так и не нашли. То есть гопники увели у тебя машину, разнесли на ней полгорода, а отвечать тебе. Росприроднадзор

размахивает своим карающим мечом по принципу «бей своих, чтобы чужие боялись?»

ПОСТРАДАТЬ МОЖЕТ КАЖДЫЙ

Нефтеворы не благородные преступники. Сдавая налево украденное топливо, они его еще и бодяжат, чтобы извлечь дополнительную прибыль, - разбавляют, смешивают с ядовитыми присадками. В итоге покупатели дешевого топлива расплачиваются огромными суммами на капитальный ремонт двигателей.

Из авиационного керосина преступники производят суррогат - «печное топливо» для обогрева домов. Это наносит непоправимый вред здоровью, страдает прежде всего дыхательная система. А в условиях коронавируса и вовсе представляет для людей смертельную угрозу.

С ШИРОКО ЗАКРЫТЫМИ ГЛАЗАМИ

По данным ИРТТЭК, объем контрафактного топлива в России оценивается свыше \$6 млрд ежегодно, соперничая с оборотами от торговли оружием, наркотиками и проституции. Только за наркотики и нелегальные «стволы» дают реальные сроки, а здесь отпускают на свободу.

Вот только один из примеров - за последние три года суды Ленинградской области вынесли 21 вердикт по топливным преступлениям, а к реальным срокам приговорены всего шестеро, но многие тут же вышли на свободу, поскольку в зачет наказания шли и относительно «комфортные» условия содержания под стражей на время следствия. Всего по стране за последние три года было совершено 566 криминальных врезок. А рассмотрено всего 116 дел, и лишь 168 человек осуждены к реальным срокам. Большая часть преступников получает условные сроки и, как правило, возвращается к преступному бизнесу.

За последний год произошло снижение числа криминальных врезок в трубопроводы, однако ущерб от незаконных врезок растет. Как свидетельствует агентство «Интерфакс», в минувшем году потери собственника трубопроводов от криминальных врезок превысили 600 млн рублей, а за три года сумма приблизилась к двум миллиардам.

Топливные преступления надежно скрыты от посторонних глаз, общественный резонанс по ним возникает редко. Это не убийство, разбой, грабеж или воровство. Однако необходимо задуматься о социальных последствиях этих преступлений - врезчики остаются безнаказанными, в обществе теряется доверие к правоохранительной и судебной системе, которые разлагает коррупция. Любое попустительство криминалу закономерно рождает новые преступления.



Таким способом шли систематические хищения. Вот врезка...

Пресс-служба ПАО «Транснефть»



...а здесь накопительная емкость.



Полную версию читайте на сайте kp.ru

Как суровые жители Тамбова отсидевшего за «похищение»



Владимир ВОРСОВИН

«Не может быть!» - скажете вы. - Тамбовский волк содомитам не товарищ!» Но оказалось, русская провинция живет по своим законам. И часто из принципа показывает козу властям и Москве.

А все губернатор Тамбовской области **Бетин** с его эмоциями... Вот не вырвались бы у него те ядерные слова, не пришлось бы мне снова, через 11 лет, ехать в этот шальной - прости, господи - Тамбов.

Помню, как сейчас. 2009 год. Кабинет губернатора.

- Я против извращений! - надсадно кричал Бетин, недобро шагая мне навстречу. - Принципы православия должны быть незыблемы! Надо чистить это поганое голубое гнездо!

«Куда я приехал?!» - с ужасом думал я...

А началось все с криминальной истории, которую в те самые окаянные дни крутили по всем федеральным каналам. Мэр Тамбова **Максим Косенков** похитил человека. И удивительное дело: обвинение так старательно расписывало подробности... ну, скажем, интимного характера, что даже как-то неловко...

ПОБЕГ ОТ «ХОЗЯИНА»

По версии следствия, украинский мигрант по имени **Виталий Бабий** устраивается к мэру Косенкову то ли в работники, то ли, как значится в деле, «для дальнейшего совместного проживания». Виталий, подчеркивало обвинение, подчинился мэру то ли как хозяину, то ли как, э-э-э, другу. Но однажды, влюбившись в подвернувшуюся деву, мигрант сбежал в Москву. Мэр послал погоню. Бабия изловили, вернули «хозяину», отобрали паспорт. И запретили покидать дом без разрешения.

Из плена украинца будто бы вызволила возлюбленная. Обратилась в милицию. Так чувственный мэр brutального Тамбова был арестован за похищение человека.

И хотя на следствии и в суде

Косенков упорно утверждал, что никто никого не похищал и «отношений» с Бабием не было, наоборот - была банальная кража (украинец и правда получит срок за кражу денег у мэра), и его, мэра, просто уничтожают как политика, история закончилась жестоко.

Косенкова исключают из «Единой России». Приговор - 9,5 года тюрьмы!

В РОССИИ ЖИВЕМ...

Итак, губернатор свирепо ходил по кабинету и громко торжествовал:

- Толерантность? К черту! Гомиков надо рвать. И по ветру бросать их куски! А Косенков бросил тень на власть. На всю российскую власть в целом!

И на прощание - видимо, в знак нашей с ним суровой гетеросексуальности - подарил мне крестик с Афона. Слово оберога...

В общем, моя командировка обернулась фантасмагорией, о которой я потом вспоминал с содроганием. Оскорбленное моей публикацией в «КП» всероссийское гей-сообщество жаловалось на нас с губернатором силовикам, меня долго таскали в прокуратуру.

И я с радостью забыл о Тамбове в уверенности, что политика Косенкова более не существует. Следователи (или кто еще организовал всю эту мелодраму) не оставили экс-мэру ни единого шанса на карьеру.

Не в Европе все-таки - в России живем...

ВОЗВРАЩЕНИЕ НАПОЛЕОНА

Пролетело 11 лет...

Максим Косенков и возглавляемое им тамбовское представительство партии «Родина» на выборах в горсовет громят всех. Из 36 мест «косенковцы» получают 26, и только 6 - «Едро».

И уже новый тамбовский губернатор **Никитин** безропотно утвеждает Косенкова исполняющим обязанности мэра Тамбова. То есть, в отличие от Бетина, вручает пост бывшему заключенному, хотя с его гремучей судимостью по российским законам возглавлять ничего нельзя...

Словно Наполеон, бежавший с Эльбы, Косенков не-

принужденно захватил город, подчинив себе народ и губернатора? Чудеса!

Снова еду в шальной Тамбов, припоминая по пути: а ведь в 2009-м городу почему-то было абсолютно плевать на обвинения, о которых трубили следствие, губернатор и федеральные телеканалы. Город Косенкова уважал и даже... любил. В центре Тамбова тогда появилась гигантская надпись: «Верните мэра!» И ее не закрашивали долго, словно всерьез рассчитывая на возвращение...

ДЕНЕГ СТАЛО ХВАТАТЬ

Слухи, что тамбовский «самородок» Косенков чуть ли не самый талантливый мэр страны, ходили по высочайшим столичным кабинетам



Сергей ПИТАКОВ/РИА Новости

11 лет назад молодой мэр Тамбова Максим Косенков оказался за решеткой (на фото внизу) за похищение человека. Теперь он - снова мэр (на верхнем фото).

давно. А в Тамбове говорили: наш бойкий паренек далеко пойдет.

Косенков был обескураживающе молод и целеустремлен. Экстерном окончив школу, с 19 лет он по протекции предыдущего мэра Тамбова **Ковалея** терпеливо учился госуправлению. В 22 года возглавил аппарат мэрии. В 25 лет он - вице-мэр Тамбова, в 29 - уже вице-губернатор (да-да, у того же Бетина) и потом мэр.

И при Косенкове город расцвел. В прямом смысле. Суровый, по-среднерусски серый Тамбов вдруг запылал цветами. Повеселели фасады, выросли детские площадки. Тротуары, парки вдруг похорошели, словно с них стряхнули вековую пыль. А главное, Тамбову неожиданно стало хватать денег на все - даже на ремонт дорог, что считалось здесь невоз-

можным. В мэрии, где находилось кладбище заявлений и людских просьб, волшебным образом решались проблемы горожан - выпускников детдомов, очередников и пенсионеров.

Тамбовчане обнаружили, что в городе, оказывается, есть фонтаны. Их ржавые трубы уже похоронили в асфальте, но при Косенкове они вдруг забили! И город, словно по щелчку пальцев, преобразился. И в самый разгар прихорашивания (Косенков был мэром всего два года)... безумное уголовное дело и арест.

Конечно, Тамбов и не думал выходить на улицы за своего любимца, как это сделал потом Хабаровск.



Владимир ВОРСОВИН

Через два года набожного градоначальника пришлось сменить на бравого ветерана-афганца **Александра Боброва**. Тот был просто создан для управления исконно русским городом: морально устойчив, брутален, милитаризован. Этот мэр установил парк Победы с военной техникой по периметру. И пошел под суд за злоупотребление и мошенничество (чтобы не сажать очередного мэра, дело тянули 6 лет - до истечения срока давности).

Следующий градоначальник **Юрий Рогачев** был

еще идеальнее - как выпускник Высшей школы КГБ СССР им. Дзержинского. Чекист сразу определил перспективу: пока не восстановят все церкви, заявил он, Тамбов хорошо жить не будет. В народе широко разошлась его идея: править надо, как бог даст! Рогачев тоже пошел под суд за махинацию с землей и госприемку несуществующих дорог. Получил 3 года. Условно, конечно.

«ПРОКЛЯТЫЙ» КАБИНЕТ

Власти начали подзревать, что с «косенковским» креслом что-то не так. Что проклято оно. И отправили в мэрию человека образованного, культурного -

бывшего учителя истории, вице-губернатора **Сергея Чеботарева**, Чеботарев на его мудрость. И Чеботарев оказался мудр. Он... исчез. Через полтора года тихо, без уголовного дела, ушел в отставку, так и не дав ни единой пресс-конференции.

Тогда власти применили последний из оставшихся вариантов - женщину. Но чиновница **Наталья Макаревич** засыпалась через полгода. По дьявольскому наваждению в самый разгар пандемии она улетела отдыхать во Вьетнам, где, конечно, застряла из-за карантина. Вернувшись, выписала себе премию 400 тысяч рублей и под общегородской смех подала в отставку.

Дело в Тамбове дошло до той прекрасной, объединяющей всех русских точки, когда чиновники готовы броситься в народные объятия и пла-



«Гражданская оборона» - программа с сильной гражданской позицией. Слушайте по средам в 16.00 (мск) на Радио «КП»

Выбрали мэром зека, любовника»

кать в бессилии: ну где, где найти человека, который бы не крал?

А в это время «похитивший человека» Максим Косенков мотал себе срок по соседству - на мордовской зоне.

При том, что «похищенный» Бабий мучился чем-то вроде совести и даже признался в клевете.

- Следователи диктовали показания, - рассказывал Бабий журналистам. - Заставляли говорить, что Косенков меня насиловал. Не подпишешь, мол, твой труп через неделю всплывет в Цне (местная река. - Авт.). Косенкову ни за что дали 9,5 лет, я думал, ему максимум годик условно дадут. Решил прийти с повинной...

Получалось, Косенков отсидел ни за что 6 лет. Вышел условно-досрочно.

И хотя в лагерях неугомонный экс-мэр не затерялся (даже выбился в директоры свинарника), возвращался он в свой город с опаской.

Я встретился с Косенковым в том самом «проклятом» кабинете, о котором всерьез говорили: «Пока ОН туда не вернется, так все и будет». Кабинет как кабинет. Секретарша. Аквариум. Президент с фотографии смотрит ласково.

А я все жду. Что ответит Косенков губернатору Бетину?

И Косенков ждет. Смотрит настороженно: статью мою о «хорошеньком мэре и наихристианнейшем из губернаторов» он, конечно, читал.

- Я больше всего боялся - вернуться уже в чужой город, не узнаю его, - говорит Косенков. - Признаюсь, была ревность. Вдруг после мэров, что работали в эти годы, и заняться будет нечем (улыбается). Но когда увидел, что созданное при мне ветшало и требует ремонта, удивился: шесть лет же прошло!

Косенков говорил, что он не сумасшедший - не думал, что снова станет мэром.

- Я даже во сне предположить не мог! - восклицал он, нервно уничтожая сигареты.

Просто, выйдя из тюрьмы, Косенков по обыкновению занялся политикой. И обнаружил невероятное: за ним, за бывшим зеком, вдруг массово пошел народ.

- Поддержка Косенкова после отсидки выросла, - рассказывал мне местный блогер Сергей Степанов. - Люди не поверили следствию и решили: система просто сожрала честного мужика. Я спрашивал знакомого в прокуратуре: правда ли на Максима был



- Характер патриархальный! - воскликнет гость Тамбова, глядя на его людей и кафедральный собор (на фото). Но на деле все куда сложнее...

компромат? Тот ответил: «Макс - нормальный мужик. А те, кто его посадил, - настоящие п...сы».

- Хотя... - Степанов задумался. - Если бы Косенков учредил партию «Адский сатана», народ все равно бы его поддержал. Любят здесь Максима... А я-то думал, что у нас суровый «скрепный» город!

«СДЕЛАЮТ НА КОПЕЙКУ, ПИАРА - НА МИЛЛИОН!»

История, как Косенков из тюрьмы шел в мэры, - диковинная. Волчий билет из-за судимости. Запрет занимать любую госдолжность. Исключение из «Едра» (в провинции это что-то вроде гражданской казни).

Но Косенков невозмутимо идет на Тамбов и для начала берет его пригород - двухтысячный поселок Строитель.

Серый, обыкновенный рабочий квартал. Там прежние власти на свою беду решились на благоустройство - проложили узенькую асфальтовую дорожку и... торжественно ее открыли. Сама глава района сиятельная госпожа Тен приехала резать ленточку.

«Чиновники - идиоты! Сделают на копейку, а пиара на миллион!» - взорвался местный интернет.

Разозленные избиратели прокатывают прежнюю власть в пользу «косенковских» депутатов. И хотя во главе поселка, чтобы не нарушать закон, завели номинального главу, все понимали: правит здесь Косенков.

Первым делом бывший зек сносит уже развалившуюся злосчастную дорожку и ставит вместо нее сквер, детскую площадку и дворовый стади-

он. В поселке, где привыкли к хроническому безденежью властей, поразились: «Как?!»

- Все просто, - пожал плечами Косенков. - Если тратить деньги по назначению, их хватает. Если честно проводить торги, без отката, можно сэкономить. На строительстве парка, к примеру, поселок сэкономил 1,5 млн рублей - хватило на спортплощадку. На пешеходной зоне мы сэкономили 2,5 млн, и на эти деньги соорудили еще один сквер...

«НАШИХ БЬЮТ!»

Известие, что Косенков вернулся, взбудоражило Тамбов. И сильно изумило областную власть - к условно освобожденному, официально обвиненному чуть ли не в содомии пошли ходяки из Госдумы, предлагая вступить в любую из оппозиционных партий.

Косенков выбрал самую брутальную - «Родину», чей лидер Алексей Журавлев обвинил Данию в создании «борделя», где извращенцы насиуют черепах. Живописный десант «Родины» - из громадных, коротко стриженных «патриотов» высиделся в городе и всем своим пугающим видом поддержал «настоящего мужика» Косенкова.

Для знающей правила элиты это означало: Москва дала добро.

Один из знакомых будущего мэра подтвердил:

- Максим как-то обмолвился: «Если бы мне в Москве сказали - сиди ровно, не рыпайся, я бы так и сделал. Но сказали: давай, пробуй».

Власти, конечно, пытались дать бой «воскресшему мэру» на выборах в горсовет,

■ ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

Мы сидели с Максимом в его мистическом кабинете и долго говорили - сначала о городе, о политике, а потом уже так. За жизнь. Изредка мэр - точнее и. о. (власти сейчас ломают голову, как обойти юридический запрет) вспоминал мордовскую зону.

- Смотришь в небо и думаешь: «За что?!» - хмурился тамбовский мэр. - Что я такое сделал?! Если бы даже это было правдой (хотя детектор лжи показал: все обвинения - ложь!), что сделал я такого плохого, чтоб оказаться в тюрьме? Ответ, по-моему,

«Перемены придут, когда захотите»

простой: я ничей. Ни бизнеса, ни покровителей. Меня легко сдать при малейшей угрозе. Кто-то испугался за себя - и вот... Такой уж у людей власти инстинкт защиты.

А я слушал Косенкова и все думал: задать ли этот уже никому ненужный вопрос?

- А как же экс-губернатор Бетин с его проклятиями? - все-таки спросил я.

- Да виделся я с Бетиным. Извинился он за свои слова, улыбнулся мэру. - Уверен, тут дело в

психологии. Кто эту тему раскручивает, у них самих обычно личные проблемы. Пробы негде ставить. Мне это скучно. Неинтересно. Даже странно - зачем?! Надо говорить о действительно тяжелой проблеме - оторванности власти от народа. Знаете, почему мне было легко в 29 лет стать мэром? Я по этим улицам детскими ножками ходил. И мне хочется, чтобы родной Тамбов был уютным. Чтобы люди видели перемены.

- А что такое перемены?

- Народная идея новой власти. Современной. Здесь это значит «вернуть Косенкова». Но я всегда говорил: перемены придут, когда вы захотите этого. Хотя бы сходите на выборы. Потратьте полчасика, проголосуйте за того, кому верите. И ему придется многое делать для вас же. Упереться и выполнять обещания.

- И что вы обещали? - Ничего. Говорил одно: буду работать честно. Но чтобы это выполнить, надо быть очень упрямым.



Как с помощью куска трубы обанкротить целый город? Еще одно расследование Владимира Ворсобина - на сайте

но обнаружилась новая неожиданность: у «сидельца» теперь много денег. «Родинцы» больше всех платили наблюдателям (Косенков уверяет, что вообще не платил - активисты работали бесплатно. - Авт.), а потому на участках, к ужасу избиркома, их стояла толпа.

- Власти не питали иллюзий - по социологии было понятно, кто побеждает, - рассказывает депутат от КПРФ Артем Александров. - А обычный для провинции выход - подделка голосов - при таком количестве наблюдателей был не то что затруднителен. Он был просто сорван!

- Но почему власти не воспользовались всероссийской гомофобией и не придавили Косенкова старыми обвинениями?

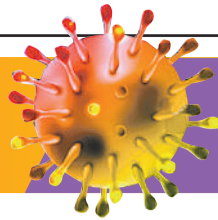
- Сразу видно: вы из Москвы, - улыбнулся тамбовский коммунист. - То, что пропагандируется с федеральных телеканалов, и то, что думают люди, сильно расходится. Это пропасть! Губернаторские понимали: чем больше грязи они выльют на Максима, тем им же будет хуже. Народ снова решит: «Наших бьют!»

Говорят, после разгромной победы Косенкова один из больших местных чиновников сказал в сердцах:

- Да чтоб я бывшего зека (в реальности звучало жестче) поздравил?! Никогда!

Но губернатор решил иначе. Позвонил. Поздравил с победой. И сделал то, о чем столько лет мечтал Тамбов, - вернул Косенкову его законный пост.

ХРОНИКА КОРОНАВИРУСА В КУЗБАССЕ



ВСЕГО ЗАБОЛЕЛО **28 830**
ВЫЗДОРОВЕЛО **26 421**

УМЕРЛО **511**
НА САМОИЗОЛЯЦИИ **3654**

Мария КОЛОСОВА,
Екатерина РОМАНОВА,
Фаяз АЛЕКБЕРОВ

Рассказываем последние новости о ситуации с коронавирусом в регионе.

ЖЕЛАЮЩИХ ПРИВИТЬСЯ СТАЛО БОЛЬШЕ

В Кузбассе продолжается массовая вакцинация от коронавируса. Как сообщил заместитель губернатора Кузбасса Алексей Цигельник, в скором времени в область придут новые партии вакцины.

На первом этапе Кузбасс получил примерно 15 тысяч доз вакцины. Предполагалось, что ежедневно прививки будут получать по 1 тысяче человек. Однако желающих оказалось намного больше.

- Очень хорошая тенденция, что сегодня во многом преодолены те предубеждения, которые были у части наших жителей относительно вакцины. Они посмотрели на тех, кто привился раньше, - никаких существенных осложнений и побочных эффектов у привившихся нет.

Поэтому сегодня количество желающих привиться выросло в разы, действительно, кратно, - отметил замгубернатора Кузбасса Алексей Цигельник. - На сегодняшний день мы привили всех желающих и, ну скажем так, перевыполнили все планы, которые у нас были.

К концу следующей недели в Кузбассе придут примерно 42,5 тысячи доз вакцины, а в течение февраля - еще 75 тысяч. Все, кто хочет пройти вакцинацию, уже могут записываться на февраль. Те же, кто записался на следующую неделю, скорее всего, получат вакцину на несколько дней позже запланированного.

- В начале недели завершим вакцинацию коллекти-

Массовая вакцинация продолжается, а учителей без прививки могут отстранить от работы



К концу следующей недели в Кузбасс придут примерно 42,5 тысячи доз вакцины, а в течение февраля - еще 75 тысяч.

вов учреждений соцзащиты, ветеранских организаций. И начиная с первой недели февраля вернемся к вакцинации всех желающих, - отметил Цигельник.

Поставить вакцину можно в поликлиниках и дополнительно открытых в торговых центрах Новокузнецка и Кемерова прививочных кабинетах.

Записаться на прививку можно по телефону 112, на портале «Врач 42» и в поликлиниках.

БЕЗ ПРИВИВКИ НЕ УВОЛЯТ

В понедельник, 25 января, в соцсетях появилась копия документа, предписывающего руководителям

образовательных организаций Новокузнецка обеспечить прохождение сотрудниками вакцинации против коронавирусной инфекции. Она тут же наделала немало шума.

В документе председатель комитета образования и науки администрации города Новокузнецка обращается к руководителям учебных заведений с просьбой «активизировать работу с работниками возглавляемых организаций и обеспечить прохождение ими обязательной вакцинации против коронавирусной инфекции, вызываемой вирусом SARS-CoV-2». Многие пользователи сети стали высказывать возмущение и негодование. Ведь любая медицинская помощь, в том

числе и вакцинация, может быть оказана только на добровольной основе. А тут, получается, не поставишь прививку - уволят?

- Нет, если педагог или любой другой работник образовательного учреждения не пройдет вакцинацию, его не уволят, - прокомментировала ситуацию Наталья Бурова, начальник организационно-правового отдела комитета образования и науки Новокузнецка. - Это письмо - разъясняющее. Работа в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, относится к перечню работ, связанных с высоким риском заболевания, и подлежит обязательному проведению профилактических прививок. При этом,

согласно федеральному законодательству, граждане вправе отказаться от прививок.

Наталья Бурова также отметила, что педагоги, отказавшиеся от вакцинации, в период пандемии могут быть отстранены от работы при возникновении сложной эпидемиологической ситуации. Кроме того, прием на работу новых сотрудников в школы, детские сады и другие образовательные учреждения во время пандемии возможен только в том случае, если у соискателей имеется прививка от коронавируса.

КОРОНАВИРУС УНЕС ЖИЗНИ 511 ЧЕЛОВЕК

Как сообщает оперативный штаб региона, с 22 января статистику пополнили еще шесть случаев летальных исходов при заболевании коронавирусом. Речь идет о трех женщинах и трех мужчинах в возрасте от 52 лет и старше.

По два случая зафиксированы в Кемерове и Новокузнецке, еще по одному - в Киселевске и Междуреченске.

У пациентов развилась двусторонняя полисегментарная пневмония, которая в ряде случаев протекала на фоне сердечно-сосудистой патологии, заболевания почек и сахарного диабета.

Таким образом, сейчас общее число скончавшихся от коронавируса достигло 511 человек.



Последние новости о ситуации с коронавирусом читайте на kp.ru

Уникальная коллекция

ВЕЛИКИЕ ПОЛКОВОДЦЫ

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

- 1 Легендарные полководцы древности
- 2 Полководцы Древней Руси
- 3 Святые заступники Руси
- 4 Цари-полководцы
- 5 Полководцы Ивана Грозного и Смутного времени
- 6 Полководцы Петра I
- 7 Фельдмаршалы XVIII века
- 8 Флотоводцы
- 9 Полководцы Екатерины II

- 10 Полководцы 1812 года, книга 1
- 11 Полководцы 1812 года, книга 2
- 12 Полководцы Империи
- 13 Полководцы Первой мировой
- 14 Белые. Полководцы
- 15 Красные. Полководцы
- 16 Троцкий и Махно
- 17 Полководцы Великой Отечественной, книга 1
- 18 Полководцы Великой Отечественной, книга 2
- 19 Полководцы Великой Отечественной, книга 3
- 20 Георгий Жуков.

120 РУБЛЕЙ

Просто позвоните нам, и мы доставим книги к вам домой! БЕСПЛАТНО!*
По всем вопросам звоните по телефонам: (384-2) 35-38-09, 8-923-505-1146
Наш адрес: г. Кемерово, пр. Октябрьский, 28, каб. 406.

12+

* по городу Кемерово и Кемеровской области (при наличии пункта выдачи) при заказе от 400 рублей.

В Кузбассе зафиксировали рекордные за 100 лет морозы

Мария КОЛОСОВА,
Фаяз АЛЕКБЕРОВ

Температура в регионе опускалась ниже -40 градусов.

В Кузбассе в понедельник, 25 января, были зафиксированы аномальные морозы, ставшие рекордными за последние 100 лет. Об этом сообщили в Западно-Сибирском управлении по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды.

По словам специалистов, в ночь на понедельник на севере области, а конкретно в Юрге, было зафиксировано -43,3 градуса. Это стало самой низкой экстремальной температурой за весь период наблюдений, где в расчет берется ряд температур за последние 100 лет. Температурный режим, зафиксированный в прошлые годы, составлял -42 градуса.

Еще накануне в Кузбассе из-за неблагоприятного прогноза были отменены автобусные рейсы из соседних регионов. В Кемерове и Новокузнецке из-за морозов не смогли вовремя вылететь самолеты. Так, в областном центре пассажирам больше часа пришлось ждать отправки в Москву

- вместо запланированных 7.35 самолет вылетел в 8.47. Перенесли и вылет следующего рейса: с 7.55 на 8.24. В Новокузнецке рейс до московского Домодедова отправился с опозданием в 25 минут, а до Екатеринбурга - в 31 минуту.

- Это произошло из-за морозов, - рассказали в справочной аэропорта имени Воынова. - В Москве -3 градуса, у нас - ниже -30. Из-за высокой влажности в столице и низких температур в Новокузнецке застыли багажники, потребовалось время, чтобы их отогреть.

Сложности возникли и с общественным транспортом. Так, в Кемерове трамваю № 5, вышедшему из строя, потребовалась буксировка. Из-за образовавшегося на рельсах куржака это заняло 20 минут. Не вышли на линию и автобусы у трех перевозчиков.

- По нашей информации, не вышли 12 единиц транспорта. Три у перевозчика «Гепард» - это маршруты 54, 32 и 14. Семь - у кемеровской автоколонны № 1237 - 23, 32, 49, 126, 127. Два у КТК - это 179 и 182э, - рассказал директор Управления единого заказчика транспортных услуг Константин Лопатенко.



Олег УГЛАДОВ

В понедельник в Юрге зафиксировали максимально низкую температуру в регионе -43,3 градуса.

Из-за аномальных морозов в понедельник в школах для учащихся были отменены занятия в очном формате. Школьники получили задания на дом или присоединились к классу в дистанционном режиме. Во вторник, 26 января, морозы еще будут держаться в регионе, поэтому еще один день детям придется провести дома, а уже со среды в Кузбассе ощутимо потеплеет.

КАК ПОГОДКА?

Синоптики пообещали потепление

Мария КОЛОСОВА

Аномальные морозы должны отступить уже в среду.

Синоптики Кемеровского гидрометцентра дали прогноз погоды на неделю в Кузбассе. К радости кузбассовцев, ожидается, что аномальные морозы вскоре отступят.

Днем во вторник, 26 января, воздух «прогреется» до -27... -32 градусов, в отдельных районах ожидается -17... -22. Переменный ветер будет дуть со скоростью 2-7 метров в секунду. День пройдет преимущественно без осадков. Местами будут наблюдаться дым, дымка, морозные туманы и изморозь.

А вот в среду ситуация начнет стремительно меняться. В ночь на 27 января столбики термометров покажут -27... -32, местами -22... -27. А днем ожидается уже всего -5... -10 градусов, местами до -15. Юго-восточный ветер будет дуть с переходом на юго-западный. Его скорость ночью составит 2-7 метров в секунду, возможны порывы до 12 метров. Днем ветер усилится до 5-10 метров в секунду, возможны порывы до 18 метров. Ночью и днем пройдет небольшой снег, однако в горах ожидаются сильные снегопады и метели.

В четверг ночью будет -7... -12 градусов, в отдельных территориях -18. Днем воздух прогреется до -4... -9, однако кое-где будет до -15 градусов. Юго-западный ветер сменит направление на западное, но не стихнет. Его скорость составит 6-11 метров в секунду с порывами до 18 метров. Как и накануне, пройдет небольшой снег, а в горной местности сильный.

В пятницу, 29 января, днем синоптики прогнозируют -12... -17 градусов, местами до -22. Днем будет -6... -11, местами до -18. Скорость юго-западного ветра достигнет 4-9 метров в секунду, возможны порывы до 15 метров. Днем по всей территории области пройдет небольшой снег, кое-где возможны метели.

АФЕРА

Жительница Новокузнецка ответила на звонок с неизвестного номера и потеряла полмиллиона

Полина ПРИЛУЦКАЯ

Зволившая представилась женой сына, и 75-летняя женщина ей поверила.

75-летней жительнице Новокузнецка позвонили с незнакомого номера. Зволившая представилась женой сына и для усыпления бдительности собеседницы в разговоре стала называть ее мамой. А чтобы та не сомневалась из-за непривычно звучащего голоса, с ходу объяснила, что говорит ей тяжело, потому что сломаны ребра. Якобы она попала в

аварию, и чтобы ее не привлекли к ответственности, нужно заплатить один миллион рублей.

Пенсионерка стала сокрушаться, что у нее нет столько денег, а на счете хранится только половина требующегося. Мошенница согласилась и на эту сумму. Вскоре пришел курьер и забрал деньги. И только после этого пожилая женщина решила позвонить своей невестке. И тут выяснилось, что никакого ДТП не было, а вся эта история - ловушка мошенников.

Как позднее выяснили следователи, звонили новокузнецчанке из Москвы.



Анастасия ОСИПОВА

Когда слышишь по телефону, что близкий человек попал в беду, трудно сохранить самообладание и не попасться на удочку мошенников.

Однако в Новокузнецке это не единственный случай мошенничества. За одни только сутки с заявлениями в полицию обратились 11 человек. Доверчивость обошлась им в общей сложности в 3 миллиона рублей.

55-летний новокузнецчанин доверился позвонившему ему брокеру. Сблужило предложение об инвестициях с высокой доходностью.

Дело было еще в декабре. На имя новокузнецчанина был открыт счет, на который он и перечислял деньги целый месяц - больше двух миллионов рублей. А потом обнаружил, что доступа к счету нет и телефоны брокеров отключены. Стало понятно, что орудовали мошенники. Сейчас делом занимаются сотрудники уголовного розыска.

100 тысяч рублей отдала мошенникам 83-летняя новокузнецчанка - ей тоже позвонили лжеродственники с просьбой о помощи. Около 50 тысяч рублей потеряли двое мужчин, заказавшие деревообрабатывающие станки через интернет: товар оплатили, но его не получили. Такую же сумму потеряли новокузнецчанки, которые поверили, что их банковские карты взломали. И чтобы получить доступ к банковским счетам - все мошенникам и рассказали: и реквизиты карт, и коды, который пришли для проверки.

ВАЖНО!

Полицейские просят проявлять бдительность:

✓ Проверяйте всю поступающую от неизвестных лиц информацию, не передавайте незнакомцам деньги, ценные вещи, реквизиты банковских карт и коды доступа, поступающие в СМС.

✓ Совершайте онлайн-покупки только на проверенных сайтах, изучите предварительно репутацию сервиса в интернете и отдайте предпочтение тому магазину, где есть возможность рассчитаться за покупку наложенным платежом.

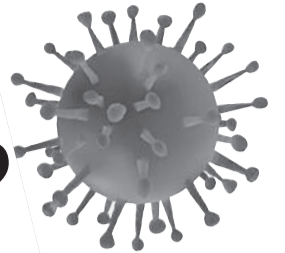
✓ Помните, что игра на бирже требует специальных познаний в этой сфере. Полностью доверяясь незнакомцам и отдавая им свои деньги, можно легко стать их жертвой.

✓ Мошенничества, совершаемые по схеме «род-

ственник в беду» - это еще одна стандартная уловка аферистов. Первое, что необходимо сделать при поступлении подобных звонков, - это немедленно перезвонить родным, чтобы убедиться, что с ними все в порядке. Если собеседник представляется работником правоохранительных органов, попросите его назвать фамилию, имя, отчество, а также должность и место службы. Вы можете позвонить в соответствующее ведомство и узнать, действительно ли в нем работает такой сотрудник. Помните, что передача денежных средств должностным лицам за незаконные действия или бездействие является уголовно наказуемым деянием.

Будьте бдительны и не дайте себя обмануть!

Сколько антител должно быть после вакцины от коронавируса?



Александр РОГОЗА

Наш корреспондент, сделавший прививку, на своем опыте выяснял, что влияет на иммунитет.

В декабре я получил две порции вакцины от коронавируса «Спутник V» и на днях, отсчитав три недели от второй прививки, сделал анализ на антитела в крови. Через сутки от сети лабораторий «Гемотест» пришло письмо с результатами: «Нейтрализующие антитела IgG к S-белку после вакцинации (кол.). Значение: 398.0+++».

Антитела IgG - это те, что отвечают за иммунитет. А S-белок - гликопротеин плазмы, который синтезируется в печени.

В комментариях к заметке читатели сайта kp.ru стали делиться своими результатами, сколько у кого антител после вакцинации. У кого-то - 36, у кого-то - 60, у кого-то - 150. Почему такая разница? От чего это зависит? Разбираемся с руководителем научного центра молекулярно-генетических исследований ДНКМ, опытным экспертом по лабораторной диагностике Андреем ИСАЕВЫМ.

ЕСЛИ ЕСТЬ ЗАБОЛЕВАНИЯ - «ТЕА» БУДЕТ МЕНЬШЕ

Предварительно я отправил специалисту бланки с моими результатами (398.0) и результатами другого человека, сделавшего прививку (63.9 - тоже «Гемотест»).

- Меня не удивляет такая разница, - говорит Андрей Исаев. - Да, вам анализ делали в одной лаборатории и по одной же методике. Но здесь может быть как минимум три фактора, которые влияют на такой разброс. В первых, не вполне корректно в каком-то отдельном случае может работать тест-система. Положительный или отрицательный результат на антитела она покажет точно. Но, так скажем, яркость положительного результата она может оценивать не вполне верно, потому что работает нелинейно. Второй важный момент: разный промежуток времени у людей между вакцинацией и сдачей анализов. Плюс пациенты имеют разные особенности - возраст, отличия организма по формированию иммунитета, заболевания.

- Мы доказали на большой выборке около 2000 человек: если у пациента есть дополнительные заболевания (диабет, иммунодефицит или патоло-



Артисты индонезийского театра решили привиться, так сказать, не уходя далеко от сцены - прямо между спектаклями и не снимая костюмов.

гии), у него формируются более низкие титры, и они быстрее падают, чем у полностью здоровых людей.

- То есть, если у меня показатель антител почти 400, а у другого привившегося 60, это не значит, что у меня иммунитет в 6 раз сильнее?

- Между количеством, концентрацией антител и силой иммунной защиты нет прямой зависимости.

- При этом есть люди, сделавшие прививку, которые апеллируют вообще цифрами другого порядка. Например, показатель антител - 2 при норме 1.8.

- Это потому, что существует большое количество разных тест-систем. Например, «Гемотест» пользуется тест-системой Diasorin - в нижней части выданного вам заключения это указывается мелким шрифтом. А у нашей лаборатории (ДНКМ. - Авт.) три разные тест-системы, по желанию заказчика. Есть российские тест-системы «Вектор Бест» и «ХЕМА», которые тоже считают антитела к S-белку. Это одна история. А есть, например, немецкая тест-система Euroimmun. Там вообще



Сколько стоит сделать прививку от COVID и тест на антитела в платных клиниках Москвы - см. на сайте



другие значения, другая чувствительность. Есть еще третья система - Abbott, тоже европейская. (Анализ по зарубежным методикам стоят почти в два раза дороже. - Авт.) В целом же сейчас российские лаборатории для анализов на коронавирус используют десятки разных тест-систем, и их значения вообще некорректно сравнивать между собой, потому что это разные методики. Можно сравнивать только, если анализы сделаны на одних и тех же системах.

НОВЫЙ АНАЛИЗ - ТОЛЬКО ЧЕРЕЗ ПОЛГОДА

- Тогда для чего нам вообще знать эти цифры, если количество антител на бумаге не говорит о качестве моего иммунитета?

- Для вас это важно, потому что вы можете наблюдать в динамике, что происходит с вашими антителами. Если вы в первый раз сдавали кровь для тест-системы Diasorin, я бы вам рекомендовал в будущем продолжать тестировать их на той же системе. Вы увидите верную картину.

- Через какое время стоит сделать повторный анализ?

- Не раньше, чем через четыре месяца или даже полгода. У нас есть научная работа, которая доказывает, что иммунитет сохраняется в течение 6 месяцев. Я имею в виду титры антител, которые плавают в крови. И даже если уровень антител за это время упадет до 0, это не будет означать, что иммунитет у вас пропал. Клетки памяти помнят, что вы сталкивались с коронавирусом. В случае нового контакта с ковидом клетки памяти активируются и выбросят новую порцию антител.

У КЛЕТОК РАЗНАЯ ПАМЯТЬ НА ГРИПП И ОСПУ

- Если число антител в организме падает до нуля, сколько времени еще способны защищать организм те самые клетки памяти?

- Это пока неизвестно. Еще не было исследований о динамике антител на «длинной дистанции» у людей с естественным иммунитетом и искусственным, который появляется после вакцинации: слишком мало времени прошло. При этом мы не можем сравнивать действие коронавируса с исследованиями по другим, ранее изученным вирусам. Он сильно отличается от того, с чем мы сталкивались раньше. Разброс по длительности работы клеток памяти по разным вирусам может быть очень большой. Например, иммунитета от гриппа не хватает даже на год. А от кори клетки памяти защищают нас всю жизнь.

- Вы сказали, что все индивидуально. Но тем не менее есть ли некие средние цифры - какое количество антител переболевший ковидом или привившийся от него может терять в месяц?

- Увы, но среднюю температуру по больнице в этом случае вывести невозможно. У каждого человека своя динамика, насколько быстро антитела распадаются. Не зря же в правилах вакцинации указывают, что нельзя употреблять алкоголь между двумя прививками. Доказано, что при употреблении алкоголя любые антитела разрушаются быстрее.

■ ВОПРОС - РЕБРОМ

Как понять по анализам, защищен ли ты от заразы

1 Если вы еще не делали прививку, сдайте анализ крови на антитела типа IgG. В зависимости от итога:

- при отрицательном результате теста - отправляемся на прививку;

- при слабоположительном (так называемая серая зона, это указывается в распечатке из лаборатории) - переделываем тест еще раз в другой лаборатории;

- при явном положительном результате независимо от цифр (!) делать прививку не надо. Как пояснила глава Оперативного штаба по борь-

бе с коронавирусом Татьяна Голикова, если человек переболел (об этом сигнализирует положительный тест на антитела IgG), то даже при самых скромных показателях антител сохраняется Т-клеточный иммунитет, который будет защищать от «короны». Как долго - пока неизвестно.

2 Если вы вакцинировались, проверка уровня антител не имеет практического значения. Пока не существует официально утвержденных стандартов, где было бы указано, какие цифры гарантируют иммунную защиту той или

иной степени эффективности и на какой срок. Есть лишь различные предположения, еще не подтвержденные практикой. В целом стоит исходить из общих данных о доказанной эффективности той или иной вакцины, поясняют эксперты. Так, если вы привились «Спутником V», то, как утверждают разработчики, эффективность защиты составит свыше 95%. Какой точно она будет у вас, заранее установить невозможно ни по каким анализам.

Подготовила Анна НИКОЛАЕВА.

ХРОНИКА КОРОНАВИРУСА

Данные на 25 января

Источник
<https://www.worldometers.info>
и стопкоронавирус.рф

Заражены	Чел.	за сутки
В мире	99 784 064	+ 420 662
В России	3 738 690	+ 19 290
Умерли		
В мире	2 139 285	+ 8024
В России	69 918	+ 456
Выздоровели		
В мире	71 778 336	+ 348 713
В России	3 150 763	+ 19 003



Полный архив на сайте
kp.ru/daily/health/

№ 1 (551)

Александр СЛАВУЦКИЙ

Чем заменить семена чиа, ягоды годжи и другую модную сегодня еду.

Порой мы совершенно зря преклоняемся перед чем-то привозным, заграничным. Например, сейчас очень популярны экзотические так называемые суперфуды - продукты, якобы уникальные по пользе, которую могут принести организму. Семена чиа, ягоды годжи, крупа киноа стоят весьма недешево, но спрос на них не пропадает. Зато в тени оказываются наши традиционные продукты, многие из которых имеют не меньшее право на приставку «супер». Чтобы восстановить справедливость, мы обратились к исполнителю национального исследовательского центра «Здоровое питание» Зинаиде Медведевой. Вот список недорогих русских «суперфудов», которыми мы можем гордиться.

Семена льна

Лен - наш традиционный продукт, который выращивается с незапамятных времен. Его семена очень богаты ненасыщенными жирными кислотами омега-3. Доказано, что употребление этих кислот снижает риск сердечно-сосудистых заболеваний.

Кроме того, семена льна содержат лигнаны - растительные вещества-полифенолы, которые помогают предотвращать некоторые виды онкологических заболеваний, в том числе рак молочной железы. Причем в семенах льна значительно больше лигнанов, чем в других растительных продуктах. Важно: когда из семян делается масло, лигнаны разрушаются.

Также в семенах льна



- Укроп всему голова!

Укроп

Обыкновенный укроп, продающийся во всех магазинах круглый год, заслуживает звания настоящего суперпродукта. Эта трава необыкновенно богата витаминами и микроэлементами.

В 100 г укропа содержатся:

- 141% дневной нормы витамина С,
- 150% дневной нормы витамина А,
- 20% дневной нормы кальция,
- 30% дневной нормы железа.

А еще укроп содержит витамин В6 и магний. Это один из самых богатых витаминами и минералами вид традиционной зелени. Зинаида Медведева предлагает использовать укроп не как украшение в виде веточки сверху блюд, а как зеленую основу для салата.



Квашеная капуста



есть витамины группы В, магний и железо. Благодаря этому они способны помочь заменить продукты животного происхождения, которые традиционно богаты железом и магнием. Так что для вегетарианцев, живущих в наших северных широтах, семена льна просто бесценны.

Врачи рекомендуют съедать порядка 30 г льняных семян в день - это три столовые ложки. Их можно смешивать с орехами и другими семечками, либо посыпать салаты.

В ней много витамина С, клетчатки. Учеными было доказано, что ферментированные продукты оказывают благотворное влияние на микробиом - бактерии, живущие в кишечнике и помогающие переваривать пищу и поддерживать иммунитет. В квашеной капусте зачастую довольно много соли. Поэтому людям с гипертонией стоит употреблять этот продукт в ограниченном количестве - пару раз в неделю по щепотке.

Русские суперфуды: Пять отечественных продуктов, которые фору дадут импортным

Среди ягод и фруктов черника - лидер по содержанию антиоксидантов. Эти вещества противодействуют старению и различным системным заболеваниям, включая онкологические.

Черника

«плохого» холестерина почти на 30%. А также помогает нормализовать давление. Плюс ко всему - витамины С, К, марганец, пищевые волокна.

Кроме того, в одном из исследований в Финляндии было доказано, что черника позволяет снизить концентрацию липопротеидов низкой плотности, то есть

Ученые рекомендуют съедать горсть черники каждый день (подойдет и замороженная). Варенье бессмысленно, поскольку



при варке витамины разрушаются, а добавление сахара минимизирует возможную пользу ягод.

Гречка

В ней просто невероятное количество полезных веществ! В их числе железо, цинк, селен и многие другие. Благодаря этому гречка поддерживает работу желудочно-кишечного тракта и улучшает пищеварение.



В гречке много белка (13%), что обеспечивает рост и развитие всего организма. Это продукт с низким гликемическим индексом, не вызывает скачков инсулина в организме. Исследования показывают, что гречка даже способна снижать уровень сахара в крови при сахарном диабете II типа. Гречка помогает регулировать обмен веществ, а также оказывает положительное воздействие на состояние сердца и сосудов.

МЕДОСМОТР

Перед вакцинацией от COVID-19: что стоит проверить

Владимир ПАНЧУРИН

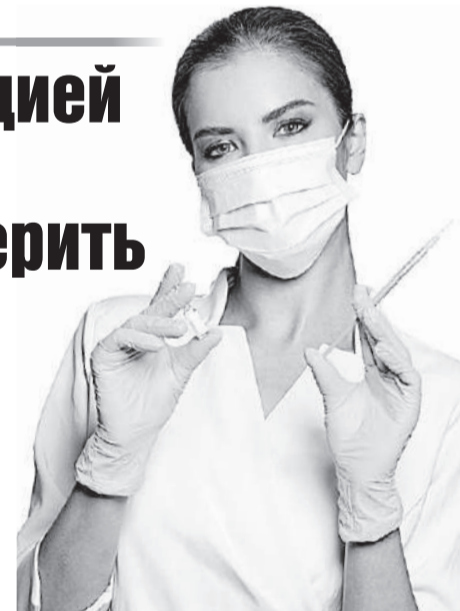
С началом массовой вакцинации от COVID-19 на повестке дня появился вопрос: «Как правильно к ней подготовиться?».

Как и у любой другой вакцины, у Гам-КОВИД-Вак, более известной как «Спутник V», есть противопоказания, но не все из них можно обнаружить у себя самостоятельно.

Сейчас в числе противопоказаний: беременность, период грудного вскармливания и возраст до 18 лет, гиперчувствительность к компоненту вакцины или вакцины с аналогичными компонентами, тяжелые аллергические реакции в анамнезе, острые инфекционные и неинфекционные заболевания, обострение хронических заболеваний.

Ваш помощник - лабораторная диагностика. Изменение некоторых показателей может происходить задолго до появления первых признаков заболевания, поэтому хорошее самочувствие - не повод отказываться от подготовки к вакцинации.

Нужные сведения дадут следующие исследования: клинический анализ крови с лейкоцитарной формулой и СОЭ, креатинин, аланинаминотрансфераза (АЛТ) и



Изменение определяемых показателей нередко может происходить задолго до появления первых признаков заболеваний.

аспартатаминотрансфераза (АСТ), иммуноглобулины Е. Пригодится и анализ на антитела IgM и IgG к SARS-CoV-2 - он расскажет о стадии COVID-19 в случае его наличия.

Для вашего удобства Лаборатория «Гемотест» объединила эти анализы в комплекс «Перед вакцинацией». Его стоимость с **21 января по 21 февраля** включительно снижена до **2390 рублей**. Срок выполнения - **1 день**. Взятие биоматериала оплачивается отдельно.

Узнать подробности можно на официальном сайте Лаборатории «Гемотест» **gemotest.ru** или по бесплатному номеру **8 (800) 550-13-13**.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

«Комсомольская правда»
ЗДОРОВЬЕ

Рекламное издание. ИЗДАТЕЛЬ:
ООО «ИД «Комсомольская правда» - Группа «Сегодня»
Распространяется бесплатно совместно с газетой «Комсомольская правда»
Свидетельство о регистрации - ПИ №ФС77-44391 от 23.03.2011 г.

Адрес редакции: «Комсомольская правда», Старый Петровско-Разумовский проезд, д. 1/23, стр. 1, 6-й этаж, Москва, 127 287.
Тираж номера 175 255 экз. Для детей старше 12 лет.
Редакция регионального выпуска: ООО «Медиа плюс».
Адрес редакции: 650000, г. Кемерово, пр. Октябрьский, 28, 4-й этаж.
Печать: АО «Советская Сибирь».
Адрес типографии: 650000, г. Кемерово, ул. Карболитовская, 1г.
Время подписания 16.00. Заказ № 07.

Выпускающий редактор - Оксана КАЛЬНИНА.
E-mail: ksenia@kp.ru
Редактор регионального выпуска - Ирина АВТУШКО.
Телефон: (384-2) 35-38-11.
E-mail: irina.avtushko@phkp.ru

По вопросам размещения рекламы обращайтесь к Анне ПОЗОЛОТИНОЙ по телефону: (384-2) 35-11-30, 8-923-505-11-42, e-mail: anna.pozolotina@phkp.ru

30 лет скандальной реформе:

Вот тебе, бабка, и Павлов день

Владимир ПЕРЕКРЕСТ

Главные мифы об обмене денег 1991 года - что правда, а что нет, разбираемся с экономистами и участниками тех событий.

МИФ 1

ОБРУШИЛАСЬ
КАК СНЕГ НА ГОЛОВУ

30 лет назад, 22 января 1991 года, в вечерней программе «Время» прозвучало шокирующее сообщение: 50- и 100-рублевым купюрам жить осталось недолго. Указ президента Горбачева.

Давалось три дня на то, чтобы обменять их на новые банкноты того же достоинства. Работающим разрешалось спасти до 1000 рублей, пенсионерам - 200. Если больше, то только по решению рай- и горисполкомов. Делалось это для того, чтобы отсечь лишние рубли, скопившиеся у населения, - их количество втрое превышало стоимость имеющихся в стране товаров (зарплату повышали стабильно, а вот внутреннее производство отставало).

Считается, что известие обрушилось на головы россиян как снег на голову. Но это не совсем так.

- Чиновники сливали информацию знакомым кооператорам, спекулянтам и прочим, - рассказал научный руководитель Института проблем глобализации, экономический обозреватель Радио «КП» (fm.kp.ru) Михаил Делягин, в 1991-м он входил в группу экономистов при Ельцине.

Слухи о реформе циркулировали и в прессе. Журналисты постоянно спрашивали про обмен денег и получали заверения от советского премьера Валентина Павлова: «Никакой реформы не будет» (а что еще он мог сказать?).

Но даже если кто-то не внял этим сигналам, все стало известно за несколько часов до московского выпуска новостей. Страна-то у нас большая: на Дальнем Востоке люди уже знали о реформе и кинулись звонить родственникам в Центральной России.

Так что еще днем многие стали опустошать прилавки. А некоторые отправились в авиакассы. Брали билеты подороже, чтобы через несколько дней сдать и получить возврат новыми деньгами.

Еще один путь спасения - почта. Отсылаешь родственникам денежный перевод - купюры старые, а они через три дня получают новые. Да, оба варианта предполагали потери - комиссии за возврат билета и за перевод, зато на душе спокойно.

МИФ 2

РАЗОРИЛА РОССИЯН

- Павловскую реформу помнишь? - спрашиваю знакомого.

- Конечно, наглый грабеж, всю страну разорили! - отвечает тот.

- А лично ты сколько потерял?

- Ну я-то ничего не потерял - обменял на работе несколько сотенных, вот другие...



Последний советский премьер Валентин Павлов стал одним из антигероев 1991 года: сначала непопулярная денежная реформа, а потом провалившийся путч ГКЧП, активным участником которого он был.

Юрий АБРАМОВИЧ/РИА Новости

ДОСЛОВНО

«Если у вас зарплата 150 рублей, а вы пришли поменять 150 тысяч, тогда, естественно, сразу возникнут вопросы»

Как премьер Павлов объяснил необходимость реформ.

«Мы не преследуем каких-либо целей конфискации у основной массы наших граждан их денежных накоплений. Все купюры достоинством 50 и 100 рублей в рамках месячной зарплаты немедленно обмениваются по месту работы или там, где люди получают свою пенсию или другие доходы законного

характера. Кроме того, они тут же сдают то, что у них есть (сверх месячной зарплаты). - Авт.), в эти же свои коллективы, чтобы объяснить происхождение этих денег. Ну а если у вас зарплата 150 руб., а вы пришли поменять 150 тысяч, тогда, естественно, сразу возникнут вопросы...

Более трети наличных денег, которые есть на руках у населения, составляют 50- и 100-рублевые купюры. По данным банков, они очень медленно обо-

рачиваются, государству они тут же возвращаются в 2 раза медленнее, чем 10- и 25-рублевые купюры. Они где-то ходят, не попадая к государству. Это свидетельствует о том, что они являются платежным средством вовсе не в государственной сфере экономики. Кроме того, эти купюры стали очень широко использоваться для контрабанды. По разным оценкам, за рубежом этих денежных знаков сегодня порядка 7 млрд рублей».

И таких диалогов у меня было не меньше двадцати - с людьми, кто не потерял ни копейки, но осуждает. Более того, ни одного не нашлось, кто реально чего-то лишился, кроме нервов и времени: очереди в сберкассы и правда были огромными.

- Все эти многочисленные статьи об «ужасах» января 1991-го - выдумки либералов, - решительно заявил «КП» экономист Михаил Хазин, в начале 90-х работавший в Институте статистики Госкомстата. - Они все валят на Павлова, чтобы отвести справедливые обвинения в свой адрес. Потому что именно их правление в последующие годы и привело к обнищанию страны.

На самом деле подавляющая часть населения от павловской реформы не пострадала, а многие ее и вовсе не заметили. При средней зарплате на январь 1991-го 230 рублей в месяц 50-рублевые и 100-рублевые купюры для многих были в диковинку. В основном деньги хранили пачками по сто червонцев. Удобно считать: пачка - тысяча рублей.

Реформа, по замыслу, была направлена против крупных залежей наличности у спекулянтов, взяточников, контрабандистов и работающих с чер-

ным налом кооператоров. Но богачи не тот народ, чтобы угодить в ловушку.

- Знакомая работала тогда в руководстве райпищеторга, - рассказал «КП» менеджер по логистике Борис Львов, в советское время - горный инженер. - Она рассказывала, что поменяла 50- и 100-рублевые купюры на червонцы и четвертаки в одном из своих магазинов, который еще не сдал выручку в банк.

Впрочем, большие деньги меняли и вполне официально. К людям, не вызывающим подозрений, власти относились лояльно.

- У меня незадолго до обмена умер отец, у него была крупная сумма, - рассказал «КП» финансовый омбудсмен Павел Медведев, во времена реформы депутат Верховного Совета РСФСР, председатель подкомиссии по банковскому законодательству. - Но в отведенные три дня мне было не до личных финансов: мы сидели на телефонах на случай, если вдруг в российском Центробанке не хватит денег для обмена и надо будет запрашивать помощи в союзном. Словом, время я упустил. Однако потом нашел знакомого, который лежал в больнице. В таких ситуациях людям продлевали срок об-

мена. И он от своего имени обменял отцовские деньги, там было гораздо больше тысячи.

А руководитель «Ласкового мая» Андрей Разин благодаря связям узнал об обмене заранее и скупил в Сочи земельных участков на 2 млн рублей.

МИФ 3

ПРИВЕЛА К РАСПАДУ СОЮЗА

Еще одно расхожее обвинение, которое предъявляют Павлову, - то, что из-за его реформы распался Союз. Логика такая: вероломная конфискация так разозлила население, что оно не поддержало ГКЧП, поскольку в него вошел непопулярный Павлов.

Экономисты категорически не согласны.

- Политическое влияние реформы приблизилось к нулю, - сказал «КП» авторитетнейший экономист академик Абел Аганбегян, стоявший у истоков перестройки. - Столько было событий более существенных, шел распад страны...

- К распаду СССР привел не Павлов, а Горбачев, - уверен Михаил Делягин. - Росту сепаратистских настроений во многом способствовал тотальный дефицит. Своими преобразованиями Горбачев дал людям возможность зарабатывать, но в гораздо большей степени - возможность спекулировать, сколачивать состояния на государственных ресурсах.

Мелкие дельцы скупали в окрестных магазинах, например, вокруг шахтерских поселков, все запасы пива и продавали его в своих ларьках в 10 раз дороже госцен. А куда деваться горняку, когда другого места освежиться нет на километры вокруг?

Но больше всего богатели на экспортно-импортных операциях. Покупали, например, компьютеры за границей и втридорога продавали их госпредприятиям.

МИФ 4

ВСЕ ДЕНЬГИ
ДОСТАЛИСЬ МАФИИ

Вопрос, куда делись деньги, которые сдало население, до сих пор будоражит умы. По правилам Центробанка, в таких случаях купюры должны быть утилизированы - измельчены, спрессованы в брикеты и вывезены на свалки.

- Из-за огромных объемов этой бумажной массы Центробанк не стал их утилизировать по правилам, а просто зарыл, - рассказал Делягин.

Деньги - в землю?! Оказывается, да.

«Утилизация ветхих банкнот осуществлялась на полигонах твердых бытовых и промышленных отходов, на Красногородской экспериментальной бумажной фабрике (Ленинградская обл.) при производстве оберточной бумаги, на Государственном унитарном предприятии «МПБО-П» (г. Санкт-Петербург) при производстве компоста, на Ульяновском заводе кровельных материалов (г. Ульяновск) при производстве ру-



ТАСС

Как вспоминают очевидцы тех событий, деньги в итоге смогли поменять почти все, кто хотел. Но очереди в сберкассы были огромные. Впрочем, в начале девяностых этим никого было не удивить...

бероида и на ряде других предприятий. Также была разрешена и утилизация банкнот через захоронение», - официально сообщили «КП» в Центробанке.

Однако по стране активно ходили слухи, что на обмене нажилась мафия. Мол, сданные деньги тайно раздавались нужным людям и снова пускались в обмен.

Невероятно? Но тогда почему, начиная реформу, союзные власти рассчитывали уменьшить денежную массу на 50 - 80 млрд рублей, а получилось только на 14 млрд? Как говорится, нет дыма без огня.

- Отлично помню те события - деньги меняли грузовиками и, похоже, в обход всех правил! - рассказал «КП» известный борец с мафией генерал-лейтенант милиции в отставке Александр Гуров. - Я тогда руководил Главным управлением по борьбе с оргпреступностью, коррупцией и наркобизнесом МВД Союза. Примерно в 9 - 10 часов вечера в один из дней, когда шел обмен, поступило от агентыры сообщение, что в Центробанк заехал «КамАЗ» с деньгами, не инкассаторская машина. «Полкузова



Банкноты 1961 года выпуска и 1991 года были почти идентичны по дизайну.



Разве что новые сторублевки лучше хрустели и обладали более насыщенной цветовой гаммой.



старых купюр», - передал агент. Наши оперативники хотели проверить законность обмена, но их в Центробанк не пустили. Бегали ребята, прорывались, я подключился, но ничего у нас не вышло.

По мнению генерала, это могли быть деньги новых русских капиталистов. И не кого-то одного, а «консолидированный бюджет» нескольких предпринимателей - слишком большой объем.

■ ЛИЧНЫЙ ВЗГЛЯД

Сергей ПОНОМАРЕВ

Реформа ограбила миллионы людей.

Новость о павловской реформе я узнал не из телевизора или газет: о ней сообщил мне мой друг-рыбак, который вкалывал на плавбазе рыбообработчиком и был в рейсе где-то в районе Берингова моря. Он разбудил меня ночью звонком через береговую радиостанцию и возбужденно кричал: «Сергея, прием! Мы тут не знаем, что делать... У меня и других на руках по десять тысяч. Как их обменять? Мужики в панике. Подскажи, что делать? Прием...»

Что я мог ему подсказать и чем помочь? Ситуация была безвыходная: до ближайшей сберкассы тысяча миль, за три дня, отведенных на обмен старых купюр, из района ло-

Не купил себе дом Василий Петрович...

ва не выберешься. Деньги в итоге пропали.

Другой мой знакомый, 40-летний чукотский бульдозерист, двадцать лет отпахал на зимнике, по двенадцать часов в любой мороз таская на тресе за своей «дэтэшкой» огромную круглую бабу для укатывания наста. Жена делила полставки в кочегарке, а дети жили в интернате в 250 км от их дорожного пункта. Накопили 30 тысяч - хотели выйти на пенсию и купить дом в Краснодарском крае. Погода, как это часто бывает на Чукотке в январе, стояла снежная и пуржистая, так что в райцентр, где была комиссия при райисполкоме, со всеми своими деньгами в рюкзаке он добрался только в

последний день реформы. А там ему сказали: «Ничего не знаем, докажи, откуда у тебя деньги!» В общем, прощай двадцать лет беспросветной жизни! Не будет тебе дома, Василий Петрович...

Таких историй в моем блокноте множество. И ведь ограбили не подпольных цеховиков, не новоявленных кооператоров и не торгашей, которые подъедались на продовольственных и промтоварных базах. Жучки-то как раз крутанулись и вывернулись. Без своих накоплений, которые хранились в чулках и

под подушкой, оказались сотни тысяч, если не миллионы людей. Например, северян и дальневосточников, которые зарабатывали своим горбом и копили в очень сложных условиях, - нефтяников и буровиков, оказавшихся в эти дни на вахте, моряков и рыбаков, строителей БАМа, колымских старателей и водителей-дальнобойщиков.

Чуть больше повезло тем, у кого деньги хранились на счете в сберкассе. Но радовались они недолго: уже через два года эти сбережения обнулили гайдаровская денежная реформа и отказ платить по банковским вкладам. Начатый Павловым грабеж продолжился.

Вместе с Михаилом Антоновым вспоминаем, как жилось раньше, когда деревья были большие и трава зеленее. «Дежавю» с пятницы по воскресенье в 23.00 (мск) на Радио «КП»



КОНКРЕТНО

Подлежит опубликованию

ГЛАВНЫЕ ПУНКТЫ УКАЗА

23 января 1991 г. прекращается прием всех видов платежей купюрами 50 и 100 руб. образца 1961 г. Они обмениваются на дензнаки нового образца.

- Обмен будет производиться на предприятиях в пределах среднемесячного заработка за последний год, размер обмена - не более 1000 руб. на 1 работающего.
- Обмен для пенсионеров - в пределах 200 руб. либо в размере месячной пенсии (если она больше 200 рублей).
- Суммы свыше указанного предела будут приниматься после принятия решений комиссиями при райгорисполкомах.
- Обмен будет производиться в течение 3 дней - с 23 по 25 января.
- В 1-м полугодии 1991 г. начиная с 23 января выдача наличных денег с банковских вкладов граждан ограничивается суммой 500 руб. в месяц.
- Владельцы вкладов могут использовать деньги на своих счетах для оплаты товаров и услуг в безналичном порядке без ограничения сумм.

■ ВОПРОС - РЕБРОМ

Другого пути у нас не было?

До сих пор нет единого мнения, так ли необходима была реформа и принесла ли она хоть какую-то пользу.

- Реформа не провалилась, - считает **чемпион мира по шахматам Анатолий Карпов**, в начале 90-х он был депутатом Верховного Совета СССР. - Даже те 14 млрд, которые смогли изъять из обращения, - это крупная масса.

Но так ли опасен был тот денежный навал (превышение наличности над товарной массой), чтобы ради него затевать реформу, которая до сих пор аукается в народной памяти недобрым словом? Неужели других путей не было?

- Были, - отвечает Делягин. - Работавшие у Ельцина экономисты **Игорь Нит** и Павел Медведев (нынешний финансовый омбудсмен. - **Авт.**) предлагали ввести временную твердую валюту, которая была бы обеспечена потребительскими товарами - по аналогии с золотым червонцем во времена НЭПа. И между этим твердым червонцем и дешевеющим рублем должен быть установлен свободный курс, пока экономика не стабилизируется. Подобное применялось и в Китае, где какое-то время параллельно ходили золотой юань и обычный.

Был и еще один путь. Если денег значительно больше, чем товаров, которые на них можно купить, то можно не отбирать деньги, а увеличить производство товаров и услуг.

- Нам нужно было снять ограничения на индивидуальное жилищное строительство, вводить собственность на землю, расширить возможности приобретения земельных участков - не 6 соток, а кому сколько надо, - перечисляет **заслуженный экономист России, автор популярной книги «Правила бессмысленного финансового поведения» Яков Миркин**. - Надо было уже тогда развернуть жилищное строительство за свои, дать людям возможность приватизировать жилье - недвижимость могла бы связать значительные финансы населения. Плюс к этому максимально стимулировать мелкого товарного производителя, чтобы насытить рынок товарами народного потребления, - именно производителя, а не перекупщика. Все это можно было делать уже в конце 1980-х, опережая нарастание товарного дефицита.

По мнению Миркина, причина такой недоброй памяти о реформе Павлова не только в том, что люди чего-то лишились, а в кризисе доверия к власти. Сталинская реформа 1947-го, деноминация 1961-го, когда люди тоже потеряли в доходах, бесконечные потери по облигациям советских государственных займов... И вот снова обманули. Причем в такое время: с одной стороны, экономически трудное, но с другой - полное надежд на справедливость и открытость.

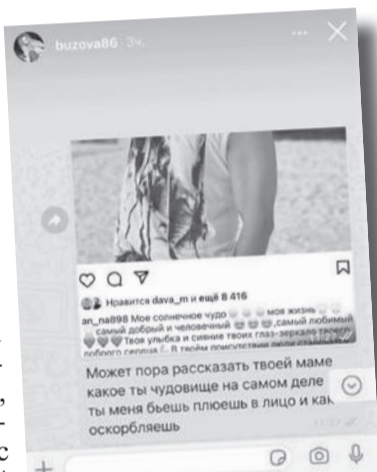
Ольга БУЗОВА - своему бывшему: Может, рассказать твоей маме, как ты меня бьешь и плюешь в лицо?!

Окончание.
Начало < стр. 1.

Она снова привыкает просыпаться одна: ведущая и певица переживает очередную личную трагедию.

И Оля страдает, как и мы», - примерно так рассуждает непрерывно растущая аудитория Бузовой.

Недолго она была счастлива и в новых отношениях. В минувшую пятницу Бузова заявила о расставании с 27-летним музыкантом и блогером **Давидом Манукяном** по прозвищу DAVA. Безвестного парня из Новосибирска Оля ввела в мир шоу-бизнеса, помогла с раскруткой его Инстаграма и реализацией его музыкальных амбиций, познакомила со звездами, в том числе и с **Киркоровым**, который записал с выпускником Сибирского университета управления дуэт (а поп-король,

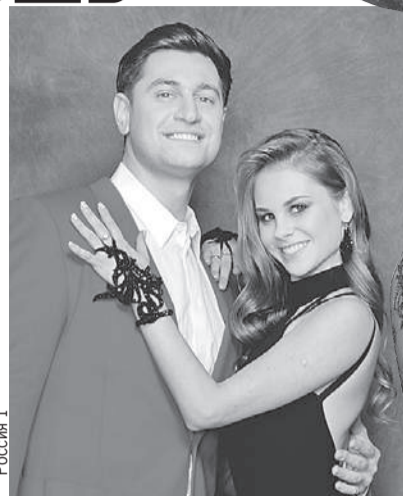


А вот как отреагировала Оля на слова матери Давида, назвавшей сына солнечным чудом.

сами понимаете, абы с кем петь не станет)... И такой вот финал.

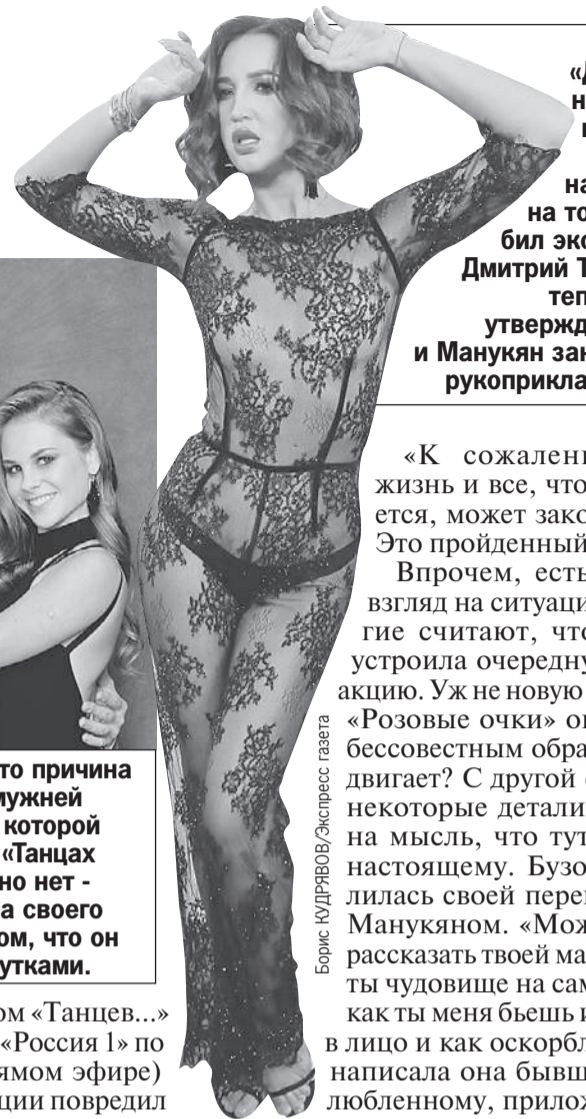
22 января утром Бузова опубликовала в Инстаграме пост отчаяния: «Нас больше нет. Я свободная девушка. Я вынуждена это написать, чтобы не было лишних вопросов, потому что человек творит страшные и непонятные для меня вещи. Я умоляю не задавать больше никаких вопросов. Помогите мне сейчас выжить. Сестра с инсультом, мама с бабушкой в Литве, которая борется с раком (стилистика сохранена. - Ред.). И это не все, что я переживаю сейчас».

Поклонники предположили, что Оля приревновала Давида к симпатичной партнерше по телепроекту «Танцы со звездами», в котором Давид, в юности серьезно занимавшийся балетом, сейчас участвует. Но партнера Манукяна по танцам **Даша Палей** счастлива замужем. Ее супруг часто бывает на репетициях, они с женой не разлей вода. Кстати, вчера перед



Многие решили, что причина разрыва в замужней **Дарье Палей**, с которой **Дава** пляшет в «Танцах со звездами», но нет - **Бузова** обвинила своего ненаглядного в том, что он спит с проститутками.

очередным выпуском «Танцев...» (шоу идет на канале «Россия 1» по воскресеньям в прямом эфире) Манукян на репетиции повредил руку - у парня «вылетело» плечо, его пришлось везти в травмпункт. Фанаты Бузовой, разумеется, возликовали - мол, Бог все видит, «награда» нашла героя. Давид, кстати, все же выступил с травмированным плечом и даже прокомментировал ситуацию с Ольгой в беседе с ведущим шоу **Андреем Малаховым**:



Звезде «Дома-2» не везет: когда-то она намекала на то, что ее бил экс-супруг **Дмитрий Тарасов**, теперь она утверждает, что и **Манукян** занимался рукоприкладством.

«К сожалению, это жизнь и все, что начинается, может закончиться. Это пройденный этап».

Впрочем, есть и иной взгляд на ситуацию - многие считают, что Бузова устроила очередную пиар-акцию. Уж не новую ли песню «Розовые очки» она таким бессовестным образом продвигает? С другой стороны, некоторые детали наводят на мысль, что тут все по-настоящему. Бузова поделилась своей перепиской с Манукяном. «Может, пора рассказать твоей маме, какое ты чудовище на самом деле, как ты меня бьешь и плюешь в лицо и как оскорбляешь?» - написала она бывшему возлюбленному, приложив к сообщению факсимиле поста из

Инстаграма своей несостоявшейся свекрови - там мама Давида называет сына самым добрым и человечным. Анна Манукян за словом в карман не полезла и назвала Бузову «конченной шлюхой и алкоголичкой».

Подготовила
Ирина ВИКТОРОВА.

■ ОЧЕНЬ ЛИЧНОЕ

Алена МАРТЫНОВА

Наследник осужденного за смертельное ДТП артиста откровенно поговорил с **Ксенией Собчак**.

«ЛЮБИТЬ, НЕСМОТЯ НИ НА ЧТО»

В круговороте событий вокруг страшного ДТП, разделившего жизнь **Михаила Ефремова** на «до» и «после», мелькали десятки лиц, звучали сотни голосов. Но старший из шести детей заслуженного артиста РФ **Никита Ефремов** при этом всегда оставался в стороне. Молодой актер не давал интервью, не ходил на суды и даже не был на месте аварии, где собрались самые близкие артисту люди. Почему так произошло и поддерживал ли он отца, Никита впервые рассказал **Ксении Собчак** в новом выпуске ее YouTube-шоу «Осторожно, Собчак!».

- Я в тот момент ехал от друзей. Мне позвонили, сказали: «А ты видел?» - вспомнил Никита тот страшный июньский вечер, когда джип отца на Садовом кольце протаранил фургон доставки. -

Сын Михаила Ефремова Никита:

Для отца тюрьма - шанс обрести смирение



По словам Никиты, когда он увидел видеозаписи рокового ДТП с участием папы, ему было очень больно.

На меня градом посыпались звонки, я ничего не мог ответить. Начал искать в интернете и нашел те самые видео. Когда я увидел это, мне было очень больно. Я

сразу позвонил своему психотерапевту, друзьям, и мне очень помогли пережить эту трагедию. Отцу я пытался дозвониться, но у него был выключен телефон.

- Почему ты не приехал на место ДТП? - спросила у гостя Собчак.

- Я не собирался приезжать. В тот момент у меня колошматило сердце, я был словно не в реальности и мог сделать еще хуже. Для меня в этой истории главным было другое: любить отца, несмотря ни на что. Я просто приезжал и был рядом.

«МОЖНО ПРИВЕСТИ ЛОШАДЬ К ВОДОПОЮ, НО НЕЛЬЗЯ ЗАСТАВИТЬ ЕЕ ПИТЬ»

На многие вопросы ведущей гость не стал отвечать: например, простил бы он виновника на месте родных погибшего **Сергея Захарова**. А другие моменты, в частности, связанные с участием в деле скандального экс-адвоката **Эльмана Пашаева**, обсуждал так, будто это его не касается. Так, Собчак несколько минут пыталась добиться от гостя ответа, как он позволил защищать отца такому «некомпетентному аферисту» - почему не

вмешался, не предложил другого адвоката.

- Они взрослые люди, сами в состоянии решать, - ответил Никита про отца и его жену **Софию Кругликову**, которые согласились работать с Пашаевым. - Если бы спросили моего мнения, я бы его дал. Но меня не спрашивали. Мы не обсуждали эту ситуацию, чаще просто сидели рядом и смотрели футбол. У папы сильный характер, и он редко делится эмоциями. Кроме того, я не думаю, что я для Миши (так Никита называет отца. - Ред.) настолько авторитетная личность, чтобы он меня услышал. Конечно, я все понимал, но каким-то чудом сдержался и ничего не сказал. И я считаю, что это правильно. Можно привести лошадь к водопою, но нельзя заставить ее пить.

По словам Ефремова-младшего, он вмешался бы только в одном случае: если бы понимал, что речь идет о жизни и смерти. Но тюремный срок, который может всерьез подкосить здоровье отца, он такой ситуации не

считает: «Зачем мне ставить себя на место Бога? Для него это шанс обрести смирение. Это цепочка его выборов, которая привела к таким последствиям. Это история про боль, с которой он остался один на один».

Сейчас Никита продолжает поддерживать связь с отцом по переписке.

- Есть такая удобная вещь «ФСИН письмо» (онлайн-сервис отправки электронных писем заключенным. - Ред.), - объяснил Ефремов-младший. - В последний раз он просил меня узнать, как дела у Анны-Марии (дочь актера, родившаяся в браке с его четвертой женой **Ксенией Качалиной**. - Ред.)... Из тюрьмы он написал, что все в порядке. Конечно, у меня есть надежда, что он полностью изменится после этой истории. Я очень надеюсь, что он выдержит.

Напомним, за смертельное ДТП Михаила Ефремова осудили на 7,5 года, срок артист отбывает в колонии в Белгородской области.

«Надеемся, что в истории с РУСАДА поставлена точка»

Андрей ВДОВИН

В Российском антидопинговом агентстве «КП» прокомментировали отказ подавать апелляцию на решение CAS лишить сборную России флага и гимна на два года.

Российское антидопинговое агентство объявило, что не собирается оспаривать решение Спортивного арбитражного суда (CAS) о лишении сборной России флага и гимна на Олимпиадах и чемпионатах мира. Напомним, что в середине декабря CAS отстранил российских спортсменов от участия в крупных международных соревнованиях под государственным флагом до 16 декабря 2022 года. В РУСАДА, которое спорило с ВАДА в этом деле, подчеркнули, что не согласны с решением суда. Но дали понять, что дальше оспаривать его не будут, чтобы не затягивать процесс и не навредить самим спортсменам.

— Такое решение было принято потому, что на первом месте должны стоять интересы чистых спортсменов, — прокомментировала «КП» решение РУСАДА директор по коммуникациям Мария Маркова. — Поскольку любая антидопинговая организация на самом деле не является карательным органом, как им принято почему-то считать в последнее время,

а имеет предупредительно-обеспечительную функцию. То есть прежде всего она должна дать возможности чистым спортсменам выступать на соревнованиях. На первое место мы ставим интересы чистых спортсменов. И, коль скоро решение CAS позволяет им выступать, мы решили, что мы его оспаривать не будем.

В РУСАДА рассказали «КП», что работа по дальнейшему восстановлению полномочий агентства продолжается. Сейчас идет составление «Дорожной карты». Здесь выразили надежду, что в истории противостояния российского спорта и ВАДА поставлена точка, и все начинается с чистого листа.

— Я могу отвечать только со стороны РУСАДА. Со стороны нашего агентства мы верим, что это действительно так. И это была, естественно, одна из причин, по которой мы и решили не подавать апелляцию. Мы очень хотим в дальнейшем работать конструктивно и плодотворно, и мы считаем, что, собственно, наша прямая задача заключается в организации нашей работы, в организации тестирования, в анализе результатов, в образовательной деятельности, а не в судебных тяжбах. Мы считаем, что наша главная деятельность, она значительно важнее, — заявила представитель РУСАДА.

■ ГОРЯЧИЙ СНЕГ

Сергей КИРИЛЛОВ

Этап Кубка мира по лыжам в Лахти завершился скандалом.

То, что случилось в воскресенье на финише эстафетной гонки, повергло в шок всех любителей лыжных гонок. Лидера нашей сборной Александра Большунова на финишной прямой подрезал финский лыжник, с которым они сражались за «серебро». Большунов вспыл и махнул палкой в сторону финна еще на дистанции. А потом явно сознательно врезался в горячего финского парня уже после финишной черты, и тот рухнул на снег.

До драки дело не дошло, но через несколько минут судейская коллегия дисквалифицировала Большунова, а вместе с ним и всю сборную России. А вот хозяина лыжни, который откровенно нарушил правила, трогать не стали, и результат сборной Финляндии оставили в силе.

Мы, конечно, не оправдываем поведение нашего лыжника. Но то, что на Большунова идет целенаправленная охота, это очевидно. Александр в прошлом году впервые в российской истории выиграл Кубок мира. Вот и в этом розыгрыше, после победы на «Тур де Ски», засветил огромный отрыв в общем зачете. Законными методами остановить

Большая охота на Большунова



Финн Йони Мяки (справа) на финише эстафетной гонки внаглую подрезал Александра Большунова, и наш лыжник не сдержался.

Большунова скандинавам уже не представляется возможным, и вот они пошли на различные хитрости и подлости.

К примеру, накануне норвежцы буквально завалили Большунова в скиатлоне. Причем сделали это очень технично, в «слепой» зоне, где нет видеокамер.

«Норвежская тактика сработала. На последнем спуске Холунд упал на меня, а остальные убежали — без шансов. Это не специально, но они могут все это продумать

заранее», — прокомментировал эпизод Большунов. И вот новая атака на лидера мирового сезона. Жаль только, что Саша не сдержался...

Кстати, директор Международной федерации лыжного спорта Пьер Миньери заявил, что Большунова дисквалифицировали только на одну эту гонку.

«У нас нет практики наказания на длительный

срок. Для этого нужно, чтобы инциденты повторялись несколько раз. Но для этого надо совершить что-то действительно ужасное», — сказал Миньери.

При этом местные СМИ сообщают, что на Большунова поступило заявление в полицию, в котором двое граждан информируют о нападении на лыжном стадионе...



Продолжение скандала с Большуновым — на сайте

■ «ЖИТЬ ЗДОРОВО!»



Каждое утро на Первом канале известная телеведущая и врач Елена Малышева рассказывает, как обустроить свой быт так, чтобы жить было не только здорово, но и здорово. А для тех, кто не успел к эфиру, мы напоминаем о самых интересных темах программы.

Сон — это очень сложное состояние человека. Его отдельно изучают, и современные врачи немало знают о том, что происходит, когда человек спит. Фаза быстрого сна (неглубокого, активного) сменяется фазой глубокого медленного сна. Цикл из разных фаз длится около полутора часов. Чтобы выспаться, человеку нужно 4-6 циклов сна. Если проснуться посередине цикла, будешь чувствовать себя разбитым.

Согласно статистике, треть людей на земле страдает бессонницей. Это сказывается на их физической форме, ум-

ственном состоянии, приводит к депрессиям. Страдают семейные отношения, работа. Дело нешуточное, поэтому с бессонницей нужно бороться.

Биохимически процесс сна связан с гормоном мелатонином. Когда на улице темнеет, наступает ночь, в глаза человеку попадает меньше света. Это становится для организма сигналом к выработке мелатонина. Мозг переходит в режим сна и переводит в него все тело. Поэтому продукты, которые стимулируют выработку мелатонина, способствуют хорошему сну.



Вишня и сон поможет наладить, и просто удовольствие получить!

Смотрите «Жить здорово!» с понедельника по пятницу в 9.50 (мск).

Есть, чтобы спать

Мешает выспаться:

✓ **Алкоголь.** Это антагонист мелатонина, он уменьшает фазу активного сна. Выпивающие люди, как правило, быстро засыпают, но сон их короткий, прерывист. Они просыпаются неотдохнувшими, разбитыми.

✓ **Кофе.** Кофеин оказывает тонизирующее воздействие на центральную нервную систему. Проще говоря,

бодрит. К тому же этот напиток имеет мочегонный эффект, что тоже мешает заснуть. Так что при проблемах со сном пить кофе во второй половине дня не рекомендуется.

✓ **Жирная, тяжелая и острая пища.** Она вызывает изжогу, которая мешает спокойно отключиться от дневных забот.

Что выбирать на обед и ужин тем, кто страдает бессонницей:

✓ **Кефир.** Он положительно влияет на бактерии, живущие в кишечнике. А ведь именно там вырабатывается 80 процентов гормона радости серотонина, который затем переходит в гормон сна мелатонин. Выпивать стакан кефира перед сном — полезная привычка.

✓ **Фасоль, фисташки, вишня** — в этих продуктах содержится природный мелатонин. В фисташках его так много, что достаточно 7 орехов для получения суточной дозы.

✓ **Палтус, индейка, шпинат, кунжутное семя** содержат вещество

триптофан, который в организме превращается в серотонин, а уже тот — в мелатонин.

Обратите внимание!

Непосредственно перед сном есть эти продукты бессмысленно — это не снотворное, действующее вещество из блюда организм сначала должен извлечь и усвоить. Поэтому последний прием пищи необходим как минимум за 3 часа до времени отхода ко сну.

Подготовила Алина МАКЕЕВА.

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»



Александр ШИГАКОВСКИЙ

Оксана КУКИНА, Москва:

- Работаю в индустрии красоты, имею два высших образования. В свободное время увлекаюсь творчеством: пишу картины, делаю анимационные ролики. Активно занимаюсь спортом: участвую в гонках. А еще я очень люблю путешествовать и стараюсь открывать для себя новые страны.

Письма с фото присылайте по адресу: «Комсомольская правда», Старый Петровско-Разумовский проезд, д. 1/23, стр. 1, Москва, 127287.

На конверте напишите: «Будь стильной с «КП». Или на e-mail: miss@kp.ru



Голосуйте за понравившуюся вам участницу на нашем сайте kp.ru в разделе «Будь стильной с «КП»!»

Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Красивый образ в идеальных декорациях! Морской бирюзовый отражается в темных локонах, огромные цветы создают сказочную атмосферу. Мне нравится настроение кадра, этот взгляд рождает желание перечитать «Бегущую с волками». Туфли на платформе созданы специально для таких юбок, чей подол скрывает истинный рост и удлинняет силуэт.



ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

■ Главный редактор, генеральный директор Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
■ Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.
■ РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ: О. НОСОВА (первый зам. главного редактора), А. ГАНЕЛИН (зам. главного редактора), А. ДЯТЛОВ (зам. главного редактора), Л. ЗАХАРОВ (зам. главного редактора), П. САДКОВ (зам. главного редактора), А. СЕМЕНЦОВ (зам. главного редактора), А. СЕДОВ (редактор отдела политики)

■ НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», Старый Петровско-Разумовский проезд, д. 1/23, стр. 1, 6-й этаж, Москва, 127287. Ценные почтовые отправления не доставляются. ТЕЛЕФОНЫ: отдел связи с читателями - (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22; e-mail: kp@kp.ru; Web-сервер: www.kp.ru; отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82; e-mail: advert@kp.ru; служба распространения - (495) 777-02-82

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы 50057, 31470, 32353 Тип. № 07.
■ 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-2021», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 175 255 экз.

Цена договорная

■ Учредитель, редакция и издатель газеты - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».

■ Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

© АО ИД «Комсомольская правда», 2021. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: (495) 970-19-51.

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

В передаче «Самый умный» на вопрос: «Морковка, лук, картошка, «Лексус», что лишнее?» - пятиклассник Изя ответил: «Морковка, лук, картошка».

До сих пор никто не может объяснить, почему враги России - это всегда те, у кого есть помидоры, фрукты, пармезан и хамон, а друзья России - это всегда те, у которых самим жрать нечего?

Если вы не можете разгадать кроссворд, то вы - роман Достоевского, пять букв.

Магазин ковров:

- Мне в детскую что-нибудь не очень маркое...
- Сколько детей?
- Семеро.
- Лучше сразу заасфальтируйте!

Если мама считает, что вы слишком много кушаете и мало зарабатываете, то это не ваша мама! Это мама вашей жены!

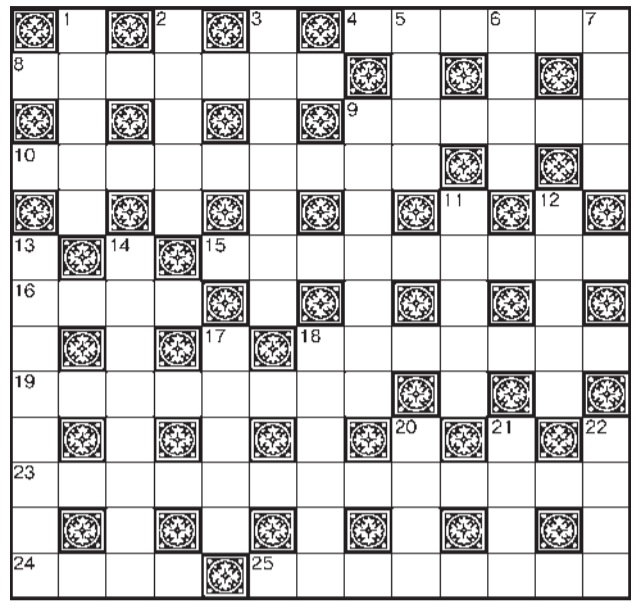
Петрович, который неправильно установил кондиционер, теперь может регулировать погоду на улице.

Оставьте свой анекдот на сайте kp.ru в рубрике «Анекдоты»!

Весь архив анекдотов от «КП» - на kp.ru



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. «Коли вы считаете себя знатоком застольного этикета, попробуйте с помощью ножа и вилки съесть ... семечек». 8. Что певец дает, а жена закатывает? 9. «Камень науки», что студенты грызут. 10. Что помогает «далеко не ходить»? 15. «Оскаронная роль» Хелен Миррен. 16. Какая хлебная культура полезнее всего для больных сахарным диабетом? 18. Какими орехами зоологи категорически не советуют кормить белок? 19. Кто творит красочными нюансами? 23. Что царит в делах из-за головоулетства? 24. Кто режиссер фильма «Третья Мещанская», в котором критики усмотрели историю любовного треугольника Владимира Маяковского и семьи Бриков? 25. Наташа Ростова у Льва Толстого.
ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. На чью могилу бейсболист Джо Ди Маджо до самой своей смерти присылал три раза в неделю шесть красных роз? 2. Что надо покидать, пока тебе все еще аплодирует публика? 3. В какой из африканских столиц сохранились финикийские, карфагенские и римские постройки? 5. Успокоительное для сладкоежки. 6. «Это было непонятно: зачем вообще ходить в ..., если не обниматься?». 7. Дипломатический опус. 9. Ходячий подъемный кран. 11. Жители европейской страны, где до двадцати лет можно лечить зубы бесплатно. 12. Отходы на переработку. 13. Суть Плюшкина. 14. Испанский язык с примесью еврейского. 17. Единственная звезда, кому удалось выиграть подряд три премии «Золотой глобус» в разных категориях. 18. Откуда имам обращается к правоверным в пятницу? 20. Какую популярную приправу часто подкрашивают свекольным соком? 21. «Желтый ... осенний кружит с высоты, вот опять разбиты все мои мечты». 22. Грим трубочиста.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД: 1. Транспорти. 2. Концерт. 3. Гранит. 4. Стакан. 5. Миндаль. 6. Безалкогольный. 7. Бразилия. 8. Картофель. 9. Торт. 10. Коньяк. 11. Шведы. 12. Утиль. 13. Крокодил. 14. Дюжесмо. 15. Гречиха. 16. Миндаль. 17. Джони. 18. Минабар. 19. Гречиха. 20. Хрен. 21. Лист. 22. Сажа.

Прогноз погоды на завтра, 27 января

	ночью	днем	
Кемерово	-31... -29	-10... -8	ясно ☀️
Маринск	-32... -30	-12... -10	облачно ☁️
Новокузнецк	-28... -26	-9... -7	пасмурно ☁️
Таштагол	-19... -17	-9... -7	дождь 🌧️

Давление - 754 мм рт. ст. (норма января - 759)
Относительная влажность воздуха - 82% (норма - 80)
Ветер юго-западный, 1 - 5 м/с
Восход - 09.19 Луна
Закат - 17.36 растет

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

Если у вас есть:

- ТЕМА** для публикации
- ОТКЛИКИ** на статьи
- ЖАЛОБЫ** на доставку
- на качество печати

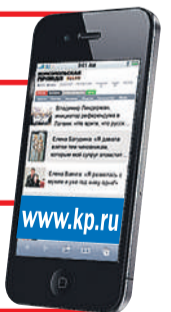
Звоните нам!

(495) 777-02-82

Ваше мнение для нас важно!



Для быстрого доступа на сайт просканируйте QR-код с помощью смартфона



Главный редактор «КП» - Кемерово - Л.Н. МАНУЦАК
Email: larisa.marutsak@phkpr.ru
www.kp.ru

ВЫПУСК ПОДГОТОВЛЕН ПРИ УЧАСТИИ ООО «МЕДИА ПЛЮС»

650991, г. Кемерово, пр. Октябрьский, 28, 4-й этаж.
ТЕЛЕФОНЫ: редакция - (384-2) 35-38-11,
отдел рекламы - (384-2) 35-09-43,
служба распространения - (384-2) 35-38-09.

Газета отпечатана в АО «Советская Сибирь».
650000, г. Кемерово, ул. Карболитовская, 1г.
Заказ № 07.
Тираж регионального выпуска - 3 490 экземпляров.