

В Северной Корее Путину подарили двух уникальных щенков

Читайте на стр. 2 ▶



**РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА**

Люблю грозу... А зря!

Развенчиваем главные мифы о громе и молниях -
radiokp.ru 20:00, суббота

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года



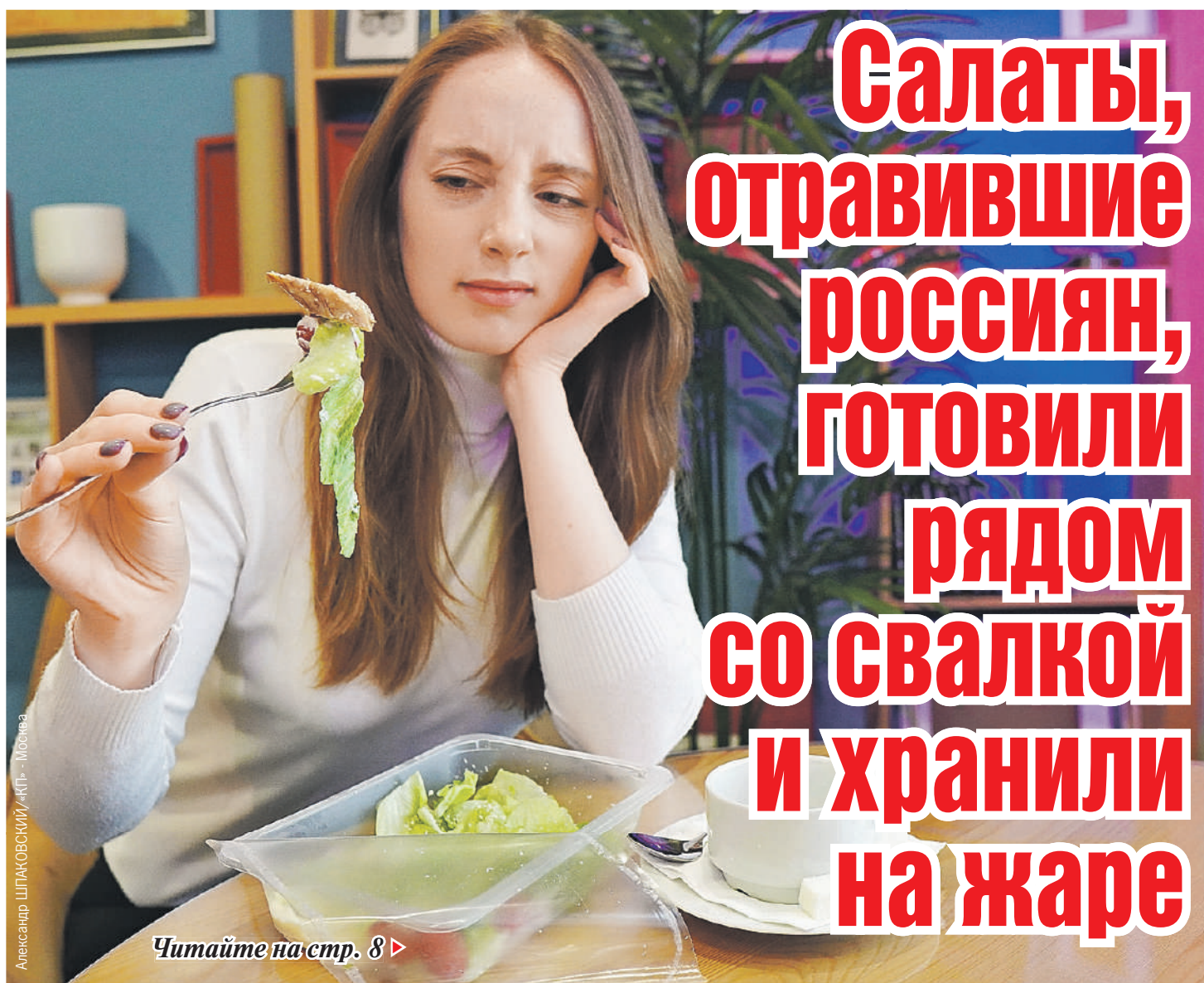
4 496 000

уникальных посетителей
за минувшие сутки

№ 44 (27594) 2024 год

Пятница
21 июня

Газета нашего города ★



Салаты, отравившие россиян, готовили рядом со свалкой и хранили на жаре

Читайте на стр. 8 ▶



Расследование «КП»: Невеста Лепса - дочь богатых родителей и начинающая певица

Ирина ВИКТОРОВА

Артист правда влюбился
или просто пиарит молодую
певицу? Разбор по фактам.

После развода в 2021 году **Григорий Лепс** появлялся на светских мероприятиях один. Артист с горечью признавался, что любимая жена **Анна Шаплыкова** подала на развод по его вине. Лепс очень дорожил семьей и обожал Анну, но его чертова влюбчивость... Анна устала от измен.

Продолжение на стр. 12 ▶



В стране хотят ввести пешеходный возраст

Наталья ВАРСЕГОВА

Запретят ли
пожилым людям
садиться
за руль?

Самое интересное - идею ограничить или запретить вождение автомобиля лицам старше 70 лет выдвинули представители общественного движения «Ветераны России». Авторы инициативы утверждают: с возрастом часто ухудшаются слух и зрение, замедля-

ется реакция, и это повышает риск аварии.

Однако медики отнеслись к предложению скептически. Геронтолог **Валерий Мамаев** рассказал на Радио «КП», что важен не столько возраст, сколько опыт человека - выработанные годами за рулем рефлексные навыки после 70 никуда не исчезают.

- Способность к вождению автомобиля может определить только врач в каждом конкретном случае, - добавляет вице-

президент Национального автомобильного союза **Ян Хайцеэр**.

Эксперты предложили альтернативу - увеличить для пожилых водителей частоту прохождения медосмотра. Например, чтобы люди старше 55 лет проходили его не реже раза в пять лет, а после 60 - раз в три года. Похожие меры сегодня уже действуют в Италии и Испании. В России же каждый водитель должен проходить эту процедуру раз в 10 лет.

Помогите жертвам перестройки

Или счастливы вместе

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

Подписка на «КП» - прямо из дома

Кавказу русский

Фиг урестко

Адалина Сотникова

отдала коллунье 2 миллиона

СКАНИРУЙТЕ

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

Жаркий прием и десятки новых контрактов

Олег АДАМОВИЧ

Владимир Путин посетил с государственными визитами Северную Корею и Вьетнам.

СОРВАТЬ НЕ ПОЛУЧИЛОСЬ

Владимир Путин отправился в турне по Юго-Восточной Азии. Среду, 19 июня, он провел в КНДР, где договорился с **Ким Чен Ыном** о стратегическом партнерстве (*подробнее см. «Конкретно»*). А в четверг – 20 июня – российский лидер посетил Вьетнам.

В Ханое российского лидера встречали по высшему разряду азиатской политики: перед прилетом в главном издании местной компартии вышла большая статья Путина, вдоль дороги из аэропорта стояли местные жители в белых рубашках с флажками двух стран, а местный церемониальный оркестр исполнил российский гимн. В общем, горячий прием в переносном и в прямом смысле – в Ханое сейчас +40 и безумная влажность. Но политики стойко переносили все тяготы и лишения государственной службы, все время оставаясь в строгих деловых костюмах. Конечно же, Путин при-

вез из России свой кортеж с бронированным Augus, но не обновленную модель, а предыдущую. Но это не помешало членам вьетнамской делегации с удовольствием фотографироваться и на фоне флага отечественного автопрома.

Не обошлось без попыток вставить палки в колеса (нет, не «Ауруса», а наших с Вьетнамом отношений) – местное посольство США выразило было протест в связи с приездом Путина, но Ханой откровенно проигнорировал этот дипломатический демарш.

СТОПКА НОВЫХ ПРОЕКТОВ

Судя по списку подписанных документов между Россией и Вьетнамом, у Москвы серьезные планы на местную энергетику и углеводороды: мы построим центр ядерной науки и технологий, российские нефтяники получили право на разработку континентального шельфа у берегов Вьетнама, а таможенники и налоговики двух стран упростят условия для торговли.

– Компании из России готовы подключиться в качестве соинвесторов и поставщиков к масштабным проектам с использованием сжиженного природно-

го газа, – заявил Путин во время итогового заявления для прессы.

И еще добавил, что Россия и Вьетнам вместе построят в море ветровую электростанцию на 1 гигаватт, а компания «Русгидро» готова участвовать в модернизации вьетнамских ГЭС.

НИКАКИХ ПЕРЕСАДОК

РАНХиГС и Высшая школа экономики подписали соглашения о сотрудничестве с вьетнамскими вузами. А президент, говоря об обмене студентами, отметил, что у нас традиционно хорошие связи в науке и образовании.

– В настоящее время в российских вузах учатся более трех тысяч студентов и аспирантов из Вьетнама. Не могу не упомянуть о многолетней эффективной деятельности во Вьетнаме двустороннего Тропического научно-исследовательского и технологического центра, в рамках которого российские и вьетнамские специа-

листы проводят совместные изыскания, – заявил он.

Говорил глава государства и о развитии туризма: в прошлом году во Вьетнам начали летать прямые рейсы из Иркутска. А в этом году в Хошимин полетели первые самолеты из Москвы.

Завершил свою речь Владимир Путин тем, что и Россия, и Вьетнам одинаково подходят к вопросам многополярного мира и международного права.

– Позиции России и Вьетнама по ним (международным темам. – Ред.) во многом совпадают или близки. Наши страны твердо отстаивают принципы верховенства международного права, суверенитета, невмешательства во внутренние дела других государств, координируют усилия на ключевых многосторонних площадках, в том числе в ООН, а также в рамках диалога Россия – АСЕАН и на восточноазиатских саммитах, – подчеркнул президент.



Путин в Ханое встречал не только президент Вьетнама То Лам, но и десятки ребят с флажками России и Вьетнама. Это такая восточная традиция, когда в страну приезжает действительно дорогой гость.

Гавриил ГРИГОРОВ/РИА Новости

■ КОНКРЕТНО

«Немедленно оказать военную помощь всеми имеющимися средствами»

Валентин АЛФИМОВ

Владимир Путин и Ким Чен Ын подписали договор о стратегическом партнерстве.

Обычно содержание таких документов публично не раскрывают, но Центральное телеграфное агентство Кореи (ЦТАК) – главное государственное СМИ КНДР – полностью опубликовало его текст.

Всего в договоре 23 статьи. В нем говорится о сотрудничестве в торговле, экономике, инвестициях, науке и технологиях. Даже в космосе и мирном атоме. Но главное в нем то, что касается безопасности.

Ключевой статьей, конечно, является статья 4. По ней: «если одна из сторон окажется в состоянии войны из-за вооруженного нападения одного или нескольких государств, другая сторона немедленно окажет ей военную помощь всеми имеющимися у нее средствами в соответствии со ст. 51 Устава ООН и законами КНДР и Российской Федерации».

Это практически слово в слово первая статья «Договора о дружбе и взаимопомощи» от 1961 года. Чтобы остудить горячие головы, **Сергей Лавров** уже заявил, что «если кто-то видит некие неправомерные устремления, против этой статьи можно возражать только тем, кто планирует агрессию в отношении КНДР или Российской Федерации».

В статье 3 говорится, что если будет прямая агрессия против Москвы или Пхеньяна, то мы должны сразу начать переговоры и согласовать, что делать дальше, чтобы угрозу нейтрализовать.

Статья 5 запрещает подписывать с кем-то третьим договоры, которые «угрожают суверенитету и безопасности другой стороны».

Кроме того, в договоре речь идет о том, что мы создадим систему, которая будет укреплять наш общий оборонный потенциал (статья 8), будем обсуждать общие или мировые проблемы (статья 2), не будем посягать на земли друг друга (статья 16), будем вместе бороться с терроризмом (статья 17) и так далее.

А последняя статья – 23 – о том, что этот договор будет действовать бессрочно.

■ ПОДАРКИ

«Аурус», адмиральский кортик и собаки редкой породы

Юлия АНДРИЕНКО

Какими подарками обменялись Путин и Ким Чен Ын.

ВТОРОЙ «АУРУС»

Как известно, в гости с пустыми руками не ездят, и **Владимир Путин** приехал в Северную Корею с подарком класса люкс. Глава КНДР получил от российского лидера новый «Аурус» – на этот раз уже обновленный – второго поколения. **Кима**, наверно, можно назвать фанатом нашего премиального автобренда – во время своего визита в Россию в сентябре прошлого года он очень заинтересовался лимузином нашего президента и даже получил такой в подарок. И вот теперь у него два «Ауруса».

Причем новую машину лидеры опробовали по очереди – сначала **Путин** прокатил Ына на пассажирском сиденье, а затем тот и сам сел за руль.

Кроме того, лидеру КНДР преподнесли красивый сервиз и адмиральский кортик.



REUTERS

Вот так выглядят те самые щенки редчайшей породы пхунсан, которые поедут в Россию. Кстати, вывозить их за пределы КНДР обычным людям строго запрещено.

СОБАКИ С ХВАТКОЙ ВОЛКА

Но товарищ Ким своего гостя тоже не отпустил без подарков. Он преподнес Путину собак североазиатской породы пхунсан. Пресс-секретарь российского лидера **Дмитрий Песков** уже сообщил, что жить они будут в Москве, а вот клички щенкам пока не дали.

Вообще пхунсан – это очень редкая порода охотничьих собак. Она выведена в КНДР от местных волков и получила свое название от гор в северном округе Пхунсан (сейчас уезд Кимхёнгвон провинции Янгандо). В ноябре 2022 года порода пхунсан была внесена в список нематериального культурного наследия КНДР.

Собаки породы пхунсан очень сильны, выносливы и проворны. Они традиционно использовались для охоты на крупных животных, включая тигров. А еще склонны к

верности своему владельцу, а также к тем, с кем они себя чувствуют комфортно.

«Пхунсан одним махом налетает на противника и вгрызается в горло. Можно сказать, эти собаки точь-в-точь переняли мудрость и смелость корейской нации, которая ненавидит несправедливость, дорожит моральным долгом и безжалостно относится к тем, кто осмеливается затронуть ее», – цитирует ТАСС заведующего отделением Агентства по сохранению национального наследия Кореи **Чо Иль Гён**.

Кроме этого, Путину преподнесли картины и бюсты с его изображением.



Еще о породе пхунсан и других питомцев президента – на сайте



Владимир ПЕРЕКРЕСТ

Объясняем, кто сейчас снабжает страну импортным пенным и почему оно такое дорогое.

ДО ПРЕЖНИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЕЩЕ ДАЛЕКО

Освежающие летние новости - выросли поставки пива из Европы. Например, в апреле Евросоюз отправил нам 27,5 тысячи тонн пива на 23,1 млн евро, сообщает Евростат. Это максимум с августа прошлого года, когда в Россию было поставлено 28,2 тысячи тонн.

- Да, отыгрываем немного, однако это все равно значительно меньше, чем было до санкций, - сказал «КП» член правления «ОПОРЫ России», руководитель рабочей группы экспертного совета Росалкогольрегулирования по пивоваренной и слабоалкогольной продукции Игорь Хавский.

Действительно, в 2021 году Россия ввозила из Европы в среднем 42,5 тысячи тонн пива в месяц. А еще надо учесть, что в жаркий сезон пива поставляется примерно в 1,5 раза больше, чем в среднем за год. Так что до былых показателей еще далеко.

- Большая часть импортного пива поставляется в Россию официально, - говорит Хавский. - У нас нет санкций в отношении пива, и некоторые производители, которые лояльно отнеслись к бизнесу с Россией, продолжают поставлять его напрямую. Основные импортеры - это наши крупные торговые



Кадр из фильма «Не может быть!»
Глядя на классический кадр из советского фильма, так и хочется воскликнуть: не были мы ни в каком «Хофбройхаусе», нас и здесь неплохо поят! Впрочем, если хочется европейского, то любой каприз - за ваши деньги. Причем немалые.

Губит людей не пиво, губит людей цена

сети. Они завозят дорогостоящую продукцию, в основном из Германии и частично из Прибалтики. По большей части это локальные европейские марки средних и небольших производителей. Серьезных брендов там нет, зато можно говорить, что пиво из Европы.

Но в Россию поставляется и пиво компаний, которые объявили о прекращении бизнеса в нашей стране. Это, например, Heineken, Pilsensky Prazdroj (бренды Pilsner Urquell, Velkopopovicky Kozel и Gambrinus), Budweiser Budvar, Staropramen...

- Такое пиво к нам попадает через европейских дистрибьюторов, то есть через вторые руки, - пояснил эксперт.

ПОЧЕМУ ДОРОГО?

Цены на импортное пиво кусаются - особенно на продукцию известных марок, знакомых нам еще по

прежним временам. Спрашивается, с чего бы? Ведь поставки идут не кружным путем через Китай, а напрямую по европейским автобанам...

Эксперт назвал нам пять причин роста цен на европейское пиво.

Накрутки посредников

- Больше всего выросла цена на ту продукцию, которая поставляется не напрямую - за счет того, что в цепочке появился посредник, - говорит Хавский. - Это как раз речь о премиальных марках компаний, которые отказались работать в России.

Усложнилась и подорожала доставка

- Продукция, которая раньше доходила за 10 дней, сейчас идет до шести недель, - объясняет Игорь Хавский. - Потому что страны Балтии очень медленно пропускают машины в Россию, стоят большие очереди

на пропускных пунктах. Поэтому выросли тарифы на логистику.

Маркировка

- Мы вынуждены маркировать продукцию за рубежом, - сказал Хавский. - Делается это в основном в Прибалтике. Продукцию нужно завезти на предприятие, разгрузить, промаркировать, снова загрузить - это достаточно дорого.

Курс евро

По сравнению с 2021 годом он значительно вырос.

Проблемы с денежными переводами

- Межбанковские платежи в расчетах с европейскими компаниями стали сложнее, - отметил Хавский.

НА ВКУС - НИЖЕ СРЕДНЕГО

Но, может быть, появившиеся у нас бренды небольших европейских пивоварен - это новое окно возможностей? Раньше-то у нас были представлены одни мировые гранды, и мы знать не знали других наименований, вдруг и среди них есть что-то стоящее?

- Как правило, ничего интересного там нет, - приговорил Игорь Хавский. - Торговые сети приобретают продукцию по минимальным ценам, и за такие деньги какое-то выдающееся пиво мы не получим. Это, на мой взгляд, уровень ниже среднего.

ВОПРОС ДНЯ

По стране прокатилась волна отравлений готовыми салатами (подробнее - стр. 8). И мы спросили:

А вы как продукты перед покупкой проверяете?

Юрий ВАСИЛЬЕВ, муж поэтессы Юнны Мориц:

- Хожу за покупками после 11 вечера - привычка с ковидных времен. Народу в это время мало, продавцы посвободнее - могут не спеша объяснить тебе, чего и сколько лучше брать. Мясные и молочные продукты покупаю с большим запасом годности и немного, чтобы хватило на день-два.

Лиана АЛИХАНОВА, врач-терапевт, мама главы Минпромторга Антона Алиханова:

- К консервам в магазине стараюсь не подходить. Как, впрочем, и к готовым салатам из помидоров и огурцов, а также заправленным майонезом. И тем более если это оливье, пусть даже из холодильника. Лучше выкроить полчаса и нарезать салат самим. Здоровее будем.

Елена ВЯЛЬБЕ, трехкратная олимпийская чемпионка, президент Федерации лыжных гонок:

- Я никогда не пользуюсь никакими интернет-доставками продуктов. А если забежали куда-то перекусить - ни в коем случае не заказывайте блюда, заправленные майонезом. И не увлекайтесь домашним консервированием - я на зиму закручиваю только опята, да и то немного.



Татьяна БАЛДИНА, мама 9 детей:

- За продуктами ходим в специализированные магазины, а не в супермаркеты. Мясо берем в мясном. Молочные продукты - деревенские. Обязательно смотрю дату изготовления. Выбираю только проверенные временем магазины. Готовую еду и полуфабрикаты мы не покупаем, все готовим сами.

Валерий ТРАПЕЗНИКОВ, экс-депутат Госдумы, токарь с 59-летним стажем, Пермь:

- А я уже лет 15 консервы не ем. Может, поэтому и жив. Всем советую кусочек мяса купить, картошечку отварить, поест ее с селедочкой. Это для желудка полезнее.

Геннадий ОНИЩЕНКО, академик РАН, экс-главгоссанврач РФ:

- Вздувшиеся консервные банки - «бомбаж» - обходите за километр! А на рынке, покупая даже помидор, требуйте документ, где этот овощ вырос и когда покраснел.

Елена и Владимир ЛАГУТА, владельцы комбината питания для школ, Челябинск:

- Яйца перед употреблением немного потрясти: если нет никакого движения внутри, то все хорошо, если внутри движение, то яйцо на выброс. Курицу проверяем надавливанием: если след долго держится или еще хлеще - мякоть повреждается, тоже не берем. Вообще срок хранения готовой продукции не больше двух часов, после этого она становится небезопасной, особенно заправленные салаты, блюда с луком.

ОСОБЫЙ ВЗГЛЯД

Продукт для обеспеченных людей

Руководитель Центра исследований федерального и региональных рынков алкоголя Вадим ДРОБИЗ:

- Импортное пиво в целом занимает не более 4% отечественного рынка этого напитка. Его не пьют простые россияне, это продукт для обеспеченных людей, для среднего класса. Поэтому, сколько бы оно ни стоило, его все равно

будут покупать. Потому что эти люди, во-первых, не будут себе отказывать в удовольствии, а во-вторых, у них есть деньги на оплату своих хотелок. И хотя есть множество объективных причин для роста цены на импортное пиво, я думаю, розничная торговля учитывает, что у этой продукции есть потребитель, который не будет на нем экономить.

В контакте <http://www.kp.ru/> ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU



Вступайте в нашу группу ВКонтakte [VK.COM/KPRU](https://vk.com/kpru)

ЭКОНОМИКА

Ждать ли в этом сезоне проблем с арбузами

ОТДЫХ В РОССИИ

Широкие пляжи, теплое море и бюджетные цены: главные курорты ДНР на побережье Азовского моря



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



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





На презентации книги (слева направо): экс-глава правительства России Сергей Степашин, генеральный директор, главный редактор «Комсомольской правды» Олеся Носова и гендиректор радиостанции «Говорит Москва» Владимир Мамонтов.

Денис КОРСАКОВ

Состоялась презентация книги Станислава Гольдфарба «Сунгоркин, или Как закалялась «Комсомольская правда», рассказывающей о легендарном главреде нашей газеты.

Владимиру Сунгоркину, главному редактору «Комсомольской правды», 16 июня исполнилось бы 70 лет. Увы, Владимир Николаевич скончался в сентябре 2022-го, во время экспедиции по родному для него Дальнему Востоку.

КНИГА-ПАМЯТНИК

В день его семидесятилетия на Троекуровском кладбище открыли надгробный памятник. А 19 июня в «КП» прошла презентация книги Станислава Гольдфарба «Сунгоркин, или Как закалялась «Комсомольская правда».

Это биография, основанная на рассказах десятков людей, знавших Владимира Николаевича (автор и сам, впрочем, прекрасно его знал). Но еще это история того, как в смутные 90-е Сунгоркин, блестящий медиаменеджер, преобразовал и буквально спас «Комсомольскую правду». То десятилетие погубило большинство газет, процветавших в советское время, а «Комсомолка» выплыла, и поныне остается самым популярным медиахолдингом в стране.

- Его идеи были впереди его времени, - сказала на презентации нынешний главный редактор «Комсомольской правды» Олеся Носова, - они были свежими и революционными.

И добавила, что книгу эту будут рассылать по всем журфакам страны, чтобы студенты

Сергей СТЕПАШИН:

Володя остался для нас живым!

учились на примере Сунгоркина, который «из простого дальневосточного мальчишки стал одним из главных медиаменеджеров мира». Несколько экземпляров уже получили факультеты журналистики МГУ и СКФУ в Ставрополе.

УШЕЛ КАК ВОИН

На презентацию пришли друзья и коллеги Владимира Николаевича. Много вспоминали о нем председатель совета директоров медиагруппы «Комсомольская правда» и гендиректор радиостанции «Говорит Москва» Владимир Мамонтов, председатель Телерадиовещательной организации Союзного государства Николай Ефимович, главный редактор «Вечерней Москвы» Александр Куприянов (все они проработали в «КП» много лет). А еще был Сергей Степашин, экс-премьер Российской Федерации, президент Российской книжного союза. Он сказал:

- Мы с Володей друг друга называли по имени, потому что знакомы больше тридцати лет. Я старше его на два года, и, честно говоря, мне не верится, что его больше нет. С другой стороны, я человек военный, и у нас есть такая поговорка: офицеры, генералы должны умирать стоя, не мучая никого: ни родных, ни близких, ни самих себя. В этом смысле он ушел из жизни как воин... При этом для меня Володя остался живым человеком, и он будет жить, пока мы его помним. Не надо больше скорби, он живой и он с нами.

ПИСАЛ 30 ЛЕТ

А Станислав Гольдфарб (между прочим, он не только директор иркутского фи-

лиала «Комсомольской правды», но и доктор исторических наук, завкафедрой массовых коммуникаций и мультимедиа Иркутского госуниверситета) рассказал:

- Писать о «Комсомолке» без Сунгоркина невозможно. И наоборот. Я начал собирать материал в 80-х годах, когда в Иркутск приезжала группа молодых сотрудников газеты - Владимир Мамонтов, Александр Куприянов, Игорь Коц и многие другие. Мы выпускали объединенные «бамовские» номера на всю Восточную Сибирь. В то время я познакомился и с Сунгоркиным, который почему-то меня сразу поразил. И с тех пор я стал собирать о нем материалы. А где-то в 2001 году сказал ему, что буду писать книгу. Вы знаете его ироническую ухмылку... Когда был его юбилей, 60 лет, мы у него собирались, я притащил ему рукопись, он ее прочитал и сказал: «Все классно, но публиковать не дам». Потом было 65 лет, - и случилась та же самая история. Но я понимал, что все равно напишу книжку. Я почти тридцать лет вел записи, делал фотосъемку, Сунгоркин допускал меня до архивов, - кстати, я много чего спас из архива «КП», который погиб в пожаре 2006 года...

Я заведу кафедру в Иркутском университете. И у меня ребята умеют хорошо писать, потому что у всех настольные книги и журналы - с материалами здесь присутствующих. И Саши Куприянова, и Лени Захарова, и редактора этой книги Рамиля Фарзутдинова, и Володи Мамонтова, и Жени Сазонова, и многих-многих коллег. И, конечно, биография Сунгоркина многому сможет их научить.

■ 22 ИЮНЯ - ДЕНЬ ПАМЯТИ И СКОРБИ

Всё как учили наши деды

Дмитрий СТЕШИН, военкор «КП»

В полях СВО снова горят фашистские танки, а врага называют не иначе как «немцы».

«НЕМЦЫ» ЗАСЕКЛИ

Первый раз при мне противника назвали «немцами» в конце лета 2022 года. Я попал на ротацию одного из подразделений батальона «Восток» на Угледарском направлении. Мы лежали под дорожным полотном в бетонной трубе-водосборнике и ждали выхода с позиций нашей группы. Нам в этой трубе было достаточно уютно, в отличие от ребят, ползущих в этот момент по полю. Сидящий рядом со мной боец с позывным «Береза» комментировал происходящее. Два резких и достаточно громких выстрела с коротким интервалом. «Береза» заметил:

- Снайпер засек.

Следом, почти сразу, заработал пулемет. Я сунулся к выходу из трубы и увидел, как пули косят перезревшие метелки камыша. Мы были чуть в низине относительно противника, пули шли выше. «Береза» потащил меня вглубь трубы, в прохладную бетонную тьму, пробрался вперед, перекинул автомат на руки, дослал патрон и объяснил свои действия:

- «Немцы» засекли ротацию, могут выдвинуться следом.

Почему-то слово «немцы» и ощущение присутствия наших парней, ползущих сейчас по раскаленному полю, на какие-то секунды выбросило меня назад на 80 лет, в те времена, о которых мы знаем только по фильмам да рассказам давно уже ушедших дедов. Деды наши ушли, а «немцы» остались или пришли опять? Вернулись? Мы недосмотрели, позволили ли?

ОБРЕТЕНИЕ ЭКЗИСТЕНЦИИ

Это был внутренний монолог вслух, я лишь спросил «Березу»:

- Ребята не заденет?

Он лишь пожал плечами, ствол автомата, смотрящий в сторону выхода из трубы, чуть покачнулся:

- Рюкзаки могут подстричь, они горбом торчат. Поэтому и ротируемся в этой ложби-

не. Самые умные ползут, сняв рюкзаки...

На другом конце трубы, дальше в тыл, если так можно выразиться, командир с позывным «Россия» воевал с рацией, пока не соединило, а потом орал на минометчиков, требовал, чтобы они «заткнули фрица»... Но у минометчиков, как всегда во всех фильмах о войне, что-то не ладилось в данный момент, в данную секунду времени. При этом они хорошо знали, какой на них повис моральный груз, и делали все что могли. Наконец хлопнул первый миномет, пошла пристрелочная мина. И понеслось. «Немец» на пулемете заткнулся. Уже через минуту в трубу ужом заполз первый боец - у него было просветленное лицо человека, избежавшего смерти, и ясные, иконописные глаза. Философы называли это состояние «обретение экзистенции», а в Донбассе - «свезло», «подфартило».

СНОВА ЖЖЕМ ТАНКИ ФРИЦА

Кольцо истории опять сомкнулось, и нам ничего не оставалось, как его разорвать, разогнуть, превратить в прямую линию. Никто из нас не знал тогда, что впереди череда осенних отступлений. Жестокие оборонительные наступательные бои за Угледар, который вполне мог быть исторической проекцией Ржева. Освобождение Соледара, Попасной, Артемовска, Маринки и Авдеевки и многих десятков безвестных деревень.

Никто даже представить себе не мог, что ровно через год левее от этой трубы, где мы лежали и ждали ротации, примерно в сотне километров на восток, опять будут падать в запорожских степях немецкие танки с крестами на бортах. «Немцы» из ВСУ специально их малевали, чтобы у нас не было больше никаких сомнений, против кого мы сражаемся сегодня на родной земле. Танки во время летнего «контрнаступления» остановили и уничтожили минами, ударными дронами, противотанковыми управляемыми ракетами и авиационными ракетами «Вихрь». Не было бы этого добра - нашли бы бутылки с горючей смесью КС и вязали бы наступательные гранаты в связки - как наши деды. Остановили бы все равно. История циклична, и правда по-прежнему на нашей стороне.

Приобретайте книгу на shop.kp.ru!

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



Реклама, 16+

В Ростове осудили убийц легендарного комбата ополчения и покушавшихся на первого главу ДНР Александра Захарченко.

Моторола знал, что на него ведут охоту

Дмитрий СТЕШИН

БАНДА «ЖДУНОВ»

Их очень много оставалось в Донецке в 2014 - 2016 годах - ждали «своих», верили, что ВСУ вот-вот войдет в город или Россия бросит Донбасс и все само управится.

Украинским спецслужбам и их западным наставникам работать тогда в Донбассе было скорее наслаждение: действовали пункты пропуска через линию фронта - огромный поток людей перемещался туда и обратно, к родне, «скупляться» (за покупками, цены на Украине были на порядок ниже), наконец, просто за украинскими пенсиями (республиканские были мизерные, да и с чего бы им быть большими?). И на этих переходах работали своры эсбэушников. Выявленных «сепаров» задерживали и либо вербовали, либо отправляли в СИЗО Киева, Харькова, Днепропетровска.

Можно предположить, что часть группы террористов была завербована именно при таких обстоятельствах. Но как минимум двое из осужденных - матери бандеровцы.

Следователи считают, что лидером группы был Александр Погорелов: он состоял в агентурной сети СБУ еще с 2014 года - ему просто не дали выехать из Донбасса (кто тогда будет шпионить?). Второй основной участник - Александр Тимошенко - тоже завербован задолго до терактов. Они собирали информацию о позициях ДНР, местах дислокации военной техники и передавали это добро украинским спецслужбам.

В 2014 году в Донбассе немало встречалось странных велосипедистов возле военных объектов без видимой цели. Что это за люди, ополченцы поняли далеко не сразу.



Военкор «Комсомолки» Дмитрий Стешин (слева) и командир подразделения «Спарта» Арсен «Моторола» Павлов. Последнее фото вместе.

«ВЕСЕЛЫЙ СОЛДАТ» ДОВЕРЯЛ ТОЛЬКО СУДЬБЕ

В 2016 году группа получила заказ на убийство самого знакового командира - Моторолы, Арсена Павлова. В помощники привлекли донецкого пенсионера Василия Чурилова. Он собирал информацию о перемещениях - это сделать было несложно: Мотора в Донецке знали и любили все.

За несколько дней до убийства мы сидели с Мотором в донецком кафе «Легенда» - основной точке встречи всех военкоров. Мотор жадно расспрашивал меня о поездке на необитаемый остров Матуа в центре Курильской гряды - он следил за моими фоторепортажами и очень хотел побывать на Дальнем Востоке. Мы пили кофе. Мотору по его традиционной просьбе в латте всегда добавляли ложку виски. Болтали о каких-то пустяках, а потом он наклонился ко мне и тихо сказал:

- Я знаю, что меня скоро убьют. Но я готов, я ни о чем не жалею и сделал все, что был должен сделать.

Я не был самым близким

его другом. Я был человеком, который побывал с ним в нескольких переделках, сидел в осаде в Славянске. Поэтому он и сознался в предчувствиях, которые его мучили. Не все в жизни расскажешь родному человеку, а вот попутчику в поезде - запросто. Я тогда даже не нашелся, что ответить Мотору, и мы просто сфотографировались на память, и это оказалась последняя фотография...

Мотора уже «вели». Знакомые, жившие в его доме слышали, как за неделю до взрыва в лифте (бомба была укрепена на крыше кабины) кто-то ходил по техническому этажу. Я много раз думал - можно ли было предотвратить покушение? Получалось, что нет. Мотор с негодованием отверг бы любые попытки посадить его под охрану. «Веселый солдат» полностью доверился своей судьбе.

Как сказали люди: «Убивали бывшего автомойщика, а хоронили народного героя». Да, хоронили всем городом. Противник сразу же запустил контрпропагандистскую утку, старую, проверенную

еще англосаксами методику - «свои убили». Так у теракта получается двойной эффект - кумулятивный, точечный и фугасный, с нужным общественным резонансом и смятением.

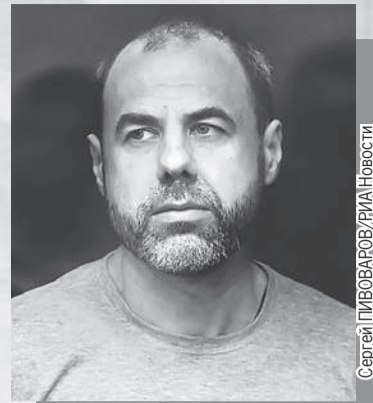
ОХОТНИКИ НА ГЛАВУ

Александра Захарченко, «Батю», убить пытались много раз. По понятным причинам про эти попытки не рассказывали публично. Но про одну, предотвращенную, я узнал от своих информаторов: «Батя» любил пострелять в одном из донецких стрелковых клубов, и чуть ли не в последний момент люди, отвечающие за безопасность главы, обнаружили в помещении, где должен был находиться «Батя», отопительную батарею, заполненную пластиком. Батарею «зарядили» с другой стороны фронта и привезли в Донецк с Украины как обычную сантехнику.

Исполнителя завербовали эсбэушники на пункте перехода. Он участвовал в протестах Русской весны. А шантажировали его с помощью угроз родителям, жившим на территории Украины.

Еще одну попытку покушения на главу пытались совершить террористы из осужденной группы. В 2017 году Александр Погорелов делал селфи в туалете одного из городских ресторанов, а потом установил там взрывное устройство. Мину тогда нашли и обезвредили.

Убили Александра Захарченко в 2018 году при схожих обстоятельствах - в публичном месте, на входе в ресторан. Но к этому покушению подсудимые не имели отношения. Для суда хватило других деяний.



Артем Ена - «содействие террористической деятельности» (17 лет).



Александр Погорелов - «шпионаж и посягательство на жизнь государственного или общественного деятеля» (пожизненно).



Александр Тимошенко - «шпионаж и подготовка к теракту» (12 лет).

ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

К сожалению, истинные организаторы этих терактов находятся очень далеко от Донецка: в Киеве, Варшаве, а может, и за океаном. И за наших мертвых героев мы пока не отомстили. Но пусть они даже не сомневаются - память у нас хорошая. Буквально на днях были задержаны очередные участники теракта в Буденновске - а прошло 29 лет после той кровавой бойни! Никто не забыт, ничто не забыто.

Служи по контракту в Вооруженных Силах России

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

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВЫПЛАТЫ

В ЗОНЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

от 210 тыс. руб. в месяц (в зависимости от воинского звания, должности и выслуги лет)

- заместитель командира взвода - командир отделения - от 242 тыс. руб. в месяц
- командир отделения - от 232 тыс. руб. в месяц
- инструктор штаба - от 226 тыс. руб. в месяц
- начальник радиостанции командно-штабной машины - от 226 тыс. руб. в месяц
- старший сапер - от 216 тыс. руб. в месяц
- старший телефонист - от 219 тыс. руб. в месяц
- гранатометчик - от 211 тыс. руб. в месяц
- водитель - от 211 тыс. руб. в месяц
- повар - от 211 тыс. руб. в месяц
- стрелок - от 204 тыс. руб. в месяц
- старший водитель-электрик - от 216 тыс. руб. в месяц
- пулеметчик - от 211 тыс. руб. в месяц

Горячая линия по вопросам службы по контракту

117

службапоконтракту.рф



СОЦИАЛЬНЫЕ ЛЬГОТЫ И ГАРАНТИИ

- единые дополнительные выплаты, льготы и гарантии субъектов Российской Федерации для военнослужащих по контракту
- возможность быстрого приобретения жилья за счет Минобороны России через накопительно-ипотечную систему
- служебное жилье или компенсация за наем жилья
- бесплатное обследование, лечение и реабилитация в военно-медицинских учреждениях
- страхование жизни и здоровья за счет федерального бюджета
- право на льготную пенсию после 20 лет службы
- статус ветерана боевых действий и соответствующие льготы
- кредитные и налоговые каникулы
- бюджетные места для обучения детей в вузах
- за будущими контрактниками бронируются рабочие места
- бесплатный отдых детей в летних оздоровительных лагерях



Титаны БАМа: самый большой порт, первый мост и люди

Как не «потерять» вагоны,
каждый день ходить на работу с удовольствием
и как бамовцы обыграли москвичей.



Уже 50 лет «Комсомольская правда» рассказывает читателям про БАМ. Даже отправляла в тайгу собственные агитпоезда. А чем живет БАМ сегодня? Как развивается и какую роль выполняет в экономике страны? Спецкор «КП» Григорий КУБАТЪЯН продолжает свое путешествие по знаменитой магистрали.

Продолжение. Начало в номере «КП» от 18 июня с. г. и на сайте KP.RU.

ТЫСЯЧЕКИЛОМЕТРОВАЯ ВДНХ

Станция Лена. Город Усть-Кут. На стене старого вокзала - памятная табличка: 2 мая 1974 года сюда прибыла первая бригада комсомольцев. И начала свою комсомольскую стройку Западного участка БАМа. А Усть-Кут стал столицей этого участка.

Часть города высыпала на склон сопки - этот район в шутку называют «Нагорный Карабах». БАМ - это как ВДНХ с национальными павильонами, только растянутая на тысячи километров. Станцию Ния, например, строили грузины, Улькан - азербайджанцы. Почти все республики Союза внесли свой вклад и колорит.

Люди селились в устье впадавшей в Лену реки Куты, отсюда и название - Усть-Кут. Сегодня он активно развивается. От этого старый вокзал не справляется, и рядом открывают новый.

ГЛАВНОЕ - НЕ ПОТЕРЯТЬ ВАГОН

Мой первый собеседник в городе - Светлана Ризина, маневровый диспетчер. Ей 30 лет. После школы хотела пойти в милицию (из-за формы), но



Светлана Ризина выглядит как студентка-отличница.

оказалась на железной дороге - форма не хуже и ответственности полные вагоны. Она формирует поезда и отвечает за маневровые тепловозы. Таких у нее 6 штук.

Диспетчер работает в помещении, ему не нужно бегать по морозу (а этой зимой было и минус 45). Но иногда все-таки приходится «искать» вагоны.

- Они теряются? - удивляюсь.

- Иногда путаются номера, разбираемся, - смеется она.

Мимо нас проезжает маневровый тепловоз. Парничка-машинист машет Свете рукой. Эх! Есть еще лихость комсомольского БАМа.

И тут есть кому сравнить. Степан Токарь работал помощником машиниста. Тогда работников было много - одних маневровых 17 штук.

- Куда же они делись? - огорчаюсь я. - Так все автоматическое, - с гордостью отвечает он. - И поезда стали мощнее. У нас-то были: ничего не видишь, когда сдаешь назад, весь в масле, грязный, зеркал нет, наполовину вылезешь из тепловоза и смотришь, куда едешь. Сейчас все намного быстрее, аккуратнее, чище.

СМОТРЕЛА НА РЕЛЬСЫ И ПЛАКАЛА

Лариса и Елена Садковы - из железнодорожной династии. Первая 30 лет была дежурной по станции Лена-Восточная. Вторая - дежурной по станции Якурим. И вся семья связана с железной дорогой.

На БАМ Лариса Александровна перешла со станции Селенга. Там был пульт-табло: две кнопки нажала - стрелки перевелись, вагоны поехали. А в Усть-Куте - ни пульта, ни рабочего места. Стрелочники по ее команде переводили стрелки, а Лариса забиралась повыше и руководила



ЧАСТЬ 2



Александр Коржавин строил первый мост на БАМе.



Старый вокзал уже не справлялся с обязанностями. Поэтому со дня на день рядом откроется новый.

маневрами. Говорят, однажды угнала локомотив...

- Я не угоняла, - смеется она. - Мне было 23. Однажды машинисты ушли на обед, и мне нужно было срочно принимать поезд. Я села на локомотив, подъехала к стрелке, ее перевели, и я отъехала. Машинисты пришли и удивились: «А где локомотив?»

Лариса говорит, что 70-е, когда она пробивала железную дорогу через вечную мерзлоту, тяжелыми не были. 90-е, когда она была уже начальником станции, дались сложнее. По телевизору глумились: БАМ - «дорога в никуда».

- У меня на станции тогда демонтировали 10-й путь. Я смотрела, как снимают пути, и плакала, - рассказывает она. - Этот путь укладывали при мне. А в 90-е снимали и отправляли на металлолом. Было тоскливо.

КРУПНЕЙШИЙ ПОРТ

Напротив «площади двух вокзалов» - третий, речной. Но он не работает. К пристани ходит лишь один кораблик, да и то не каждый день. Зато ниже по течению Лены порт Осетрово - вот там оживленно. Идет перевалка грузов с железной дороги на баржи. Отсюда газовые трубы, топливо и продукты для северного завоза идут на север, в Якутию, до моря Лаптевых. Ниже порта - железнодорожный

мост через Лену - первый крупный на БАМе. Он больше 400 метров. На его строительство отвели 36 месяцев, но комсомольцы справились в 3 раза быстрее.

БАМ строился как однопутная дорога. Теперь его расширяют. В 2019 году рядом с мостом через Лену построили еще один - такой же. Теперь поезда легко разъезжаются.

СЛОЖНО БЫЛО ОБЫГРАТЬ МОСКВИЧЕЙ

На мосту я встретил мастера Александра Коржавина. Он вышел на пенсию 5 лет назад. На груди - медали за ударный труд на БАМе.

- Тех людей отличала другая закалка - интернета и телефонов не было, играли на баянах и гитарах. В Усть-Куте была сильная команда по хоккею с мячом, наши два раза москвичей из «Динамо» обыграли - вот это сложно! А на стройке работать было не тяжело.

На мосту путевые обходчики - проверяют, подкручивают гайки - молодая смена мастеру.

- Много ходить приходится? - спрашиваю их.

- Наш участок 280 километров. За час можно пройти 4. А Леха ходит и по 20.

Леха улыбается. Говорит, что зарплата у него хорошая. Отчего не ходить?

Сразу за мостом - инсталляция: огромный портрет Ленина на бетонных рельсах. К юбилею БАМа его покрасили. Собственно, здесь по-настоящему и начинается комсомольская дорога к Тихому океану. А мы продолжаем этот путь.

Продолжение в ближайшем номере.



Народный музей БАМа - к 50-летию Байкало-Амурской магистрали «Комсомолка» собрала фотографии и воспоминания со всей страны на сайте





«Клиника года-2024»: победители награждены!

6 июня наградили победителей традиционного VIII ежегодного конкурса среди медицинских учреждений Тульской области от федерального издания «Комсомольская правда». Банкетный зал ресторана «Респект» собрал, без преувеличения, топовых врачей и руководителей медицинских центров региона. В этот вечер чествовали победителей в 25 номинациях, а также лауреатов и призеров конкурса «Доктор года».

Отметим, конкурс «Клиника года» чествует победителей восьмой год подряд, с каждым новым проектом число участников расширяется. Сами туляки принимают в нем активное участие, голосуя за фаворитов конкурса и любимых врачей.

2024 год стал рекордным по числу участников и голосов: за клиники проголосовало более 120 000 человек, а за участников в номинации «Лучший доктор» было отдано более 70 000 голосов на сайте «Комсомолки». Это беспрецедентный случай, который свидетельствует об огромном интересе к конкурсу. Быть «Клиникой года» - почетно и престижно.

Впрочем, не только народное жюри оценивало участников, но и экспертный совет, в который вошли представители врачебного сообщества, общественные деятели.

НАГРАДЫ — ДОСТОЙНЫМ!

На торжественной церемонии подведения итогов награды вручали **заслуженный**

врач РФ, профессор, почетный гражданин города-героя Тулы Юрий Цкипури, врач-невролог высшей категории, кандидат медицинских наук, главный врач ГУЗ «Тульская городская клиническая больница скорой медицинской помощи им. Д. Я. Ваныкина» Ирина Рублевская, заместитель директора департамента - начальник отдела стационарной, специализированной и высокотехнологической помощи Министрства здравоохранения Тульской области Виктория Камаева.

Открывал торжественный вечер организатор конкурса, **генеральный директор медиахолдинга «Дом прессы» Павел Коренюгин:**



– Пять месяцев мы совместно работали над этим проектом. Да-да, именно совместно. Не только коллектив редакции, но и сами вы тоже, становясь участниками публикаций, выступая на страницах нашей газеты. И о том, что вся эта работа была не напрасна, говорит поистине феноменальная активность нашей аудитории конкурса – столько читательских анкет, такого количества откликов на сайте мы до сих пор еще не получали.

Совершенно очевидно, популярность конкурса «Клиника года» растет, но и си-

стема здравоохранения Тульской области в последние годы сильно выросла по своему уровню. Вырос интерес людей к здоровью. Ваши услуги сейчас находятся на уровне столицы. А это уже заслуга исключительно ваших трудовых коллективов.

ДОКТОРА ГОДА – 2024

В честь восьмилетия конкурса «Клиника года», было решено отметить семь победителей в номинации среди лучших специалистов, набравших наибольшее количество голосов.

В 2024-м году был побит предыдущий рекорд – за 12 участников голосовали более 70 тысяч раз. Награды профессионалы получали из рук коллеги, заслуженного врача РФ Юрия Цкипури.



– В 2017 году в Тульской области произошло очень важное событие. Стартовал конкурс «Клиника года». Сегодня мы видим, что он стал поистине всенародным: в первый год за номинантов голосовали меньше, чем 10 тысяч туляков, а сегодня их число выросло до 200 тысяч с лишним! Это говорит о том, что конкурс пользуется популярностью не только в кругу медицинского сообщества, но и простых людей, ваших пациентов. Растет престиж профессии,

много молодежи приходит работать в нашу сферу. И это очень радует, потому как медики ежедневно спасают здоровье и жизни в круглосуточном режиме. И уже не как врач, а как политик не могу не высказать добрые слова в адрес руководства Тульской области, которое приложило в последние несколько лет немало усилий для того, чтобы поднять уровень нашего регионального здравоохранения на новый качественный уровень.

25 ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Именно столько государственных и частных клиник и лечебно-профилактических учреждений Тульской области получили награды – статуэтки, дипломы и ценные подарки от спонсоров - по итогам VIII ежегодного конкурса «Комсомольская правда» – Тула». А вручали их не только Юрий Иванович Цкипури, но и Ирина Рублевская.

– Думаю, что любой медик, проработавший в нашей сфере несколько лет, понимает, что этой профессии стоит посвятить всю свою жизнь. Благодарность пациентов по-настоящему окрыляет нас на дальнейшее развитие. В этом зале присутствуют представители разных направлений медицины, которые активно развиваются и успешно конкурируют с государственными учреждениями здравоохранения. Конкурс доставляет удовольствие всем его участникам. Он прославляет медицину – непустую профессию врача. А это просто необходимо. За что отдельная благодарность организаторам.



В ответных словах победители «Клиники года-2024» благодарили организаторов, своих коллег за так необходимую поддержку в работе, своих благодарных пациентов за то, что отдавали свои голоса. Совершенно неожиданным оказался выход на импровизированную сцену юного пациента областной детской клинической больницы Даниила Конова, который поздравил одну из победительниц номинации «Доктор года» – заведующую отделением пульмонологии Наталью Гапонову.

Торжественную церемонию награждения украсили выступления «Лучшей детской модели Тулы 2024» саксофонистки Миланы Коренюгиной, а также лауреата и обладателя гран-при Всероссийских и международных конкурсов, автора-исполнителя Ольги Черюкановой.

Партнер церемонии «Клиника года-2024» – компания «ЛерЛен». «ЛерЛен» – это 100% натуральные фриспы без искусственных добавок, красителей и консервантов для поддержания здорового образа жизни всей семьи! Компанией разработана целая линейка полезных и здоровых продуктов: Фриспы – сушеные ломтики фруктов и овощей, а также пастила.



Как опасные салаты оказались на столах россиян и кто за это ответит.

Число госпитализированных с ботулизмом в Москве, Московской области, Нижнем Новгороде и Казани перевалило за три сотни, 43 пациента на искусственной вентиляции легких. Люди отравились салатом «Лобио» изготовителя ООО «Локаллитчен» (более известны как «Кухня на районе») – это официально озвучил Роспотребнадзор. Источник ботулизма – в фасоли, которая производилась в чудовищной антисанитарии с нарушением всех возможных норм компанией «Савон-К» и поставлялась для тех самых салатов.

ЯД БЕЗ ВКУСА И ЗАПАХА

Москвичка Анастасия заказала салат «Лобио» на работу. Запах нормальный, упаковка герметичная, производитель известный. Вскоре стало плохо, женщина кое-как добралась домой, ее сильно тошнило. Приехала скорая, но госпитализировать москвичку не стали, мол, идите в поликлинику. Под утро Настя уже не могла встать с постели.

– Ее забрали в больницу. В последнем голосовом сообщении она сказала, что у нее отекает горло и ее переводят в реанимацию, – рассказал «КП» муж Анастасии Игорь Чичерин. – Сейчас она на аппарате ИВЛ.

У Евгений из Нижнего Новгорода ботулизмом заразились подмосковные родственники: брат и его жена тоже съели «Лобио».

– Началось с легкого недомогания в первый день. Скорую вызвали на второй, когда стало двоиться в глазах,

Ботулизм с доставкой на дом

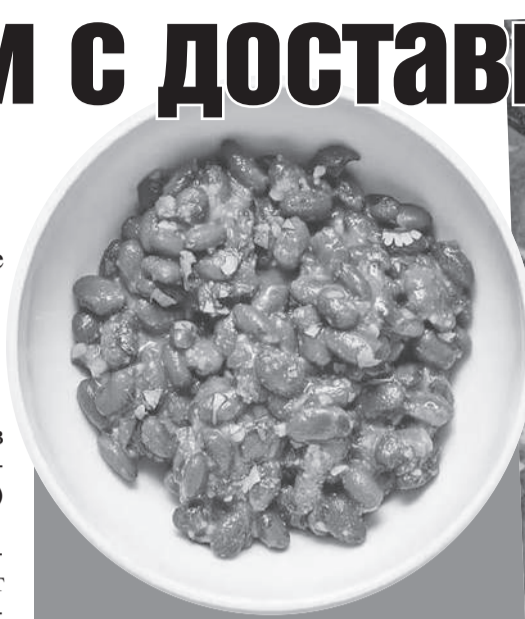
сложно разговаривать – приехавшие на вызов медики поставили диагноз «тонзиллит» (воспаление миндалин). На третий день, когда язык уже явно не слушался и глотать было невозможно, их увезли в больницу.

Ботулизм бывает разных форм (в зависимости от того, куда попала бактерия – в легкие, желудок или рану) и степеней тяжести.

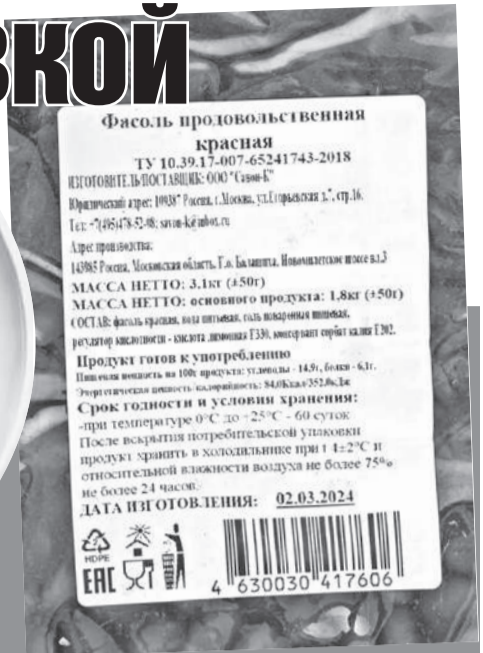
– Бактерия вырабатывает нейротропный яд – бутулин, он поражает центральную нервную систему, – рассказал в эфире Радио «Комсомольская правда» врач-педиатр, инфекционист, главный врач медицинского центра «Лидер медицины» Евгений Тимаков. – Яд не имеет ни вкуса, ни запаха, ни цвета, распознать его сложно. Первые симптомы похожи на кишечное отравление: расстройство стула, боли в животе, рвота. Как только появляются неврологические симптомы: расстройство зрения, головные боли, сухость во рту, нарушение глотания – незамедлительно обращаемся к врачу. Если в первые дни заболевания ввести сыворотку, которая нейтрализует токсин, последствий для организма не будет.

КОГО АРЕСТОВАЛИ

Опасную продукцию изъяли из продажи в Москве и регионах. Это около 200 (!) тонн.



Фасоль для салата «Лобио» поставлялась в вакуумных пакетах. Продукт производился и хранился с нарушением всех возможных норм.



■ ЕСТЬ МНЕНИЕ

«Отравления закономерны»

После массовых отравлений вновь заговорили о более пристальном надзоре за бизнесом.

– Ситуация с отравлениями – закономерна, потому что у надзорных органов сейчас крайне ограничены полномочия по проведению проверок, – считает **председатель организации «Общественная Потребительская инициатива», заместитель председателя общественного совета при Роспотребнадзоре Олег Павлов**. – И бизнес об этом прекрасно знает. Между тем один из главных факторов профилактики – это понимание того, что за нарушение могут привлечь к ответственности: наложить крупные штрафы или даже закрыть. Этот фактор заставляет тщательнее выбирать поставщиков, соблюдать технологические нормы и др. Если этого нет, то на всем начинают экономить. И как следствие – случаи отравления становятся чаще.

при желании можно найти на любой кухне, – заявил на суде по избранию меры пресечения адвокат директора «Савон-К» Владимира Шина.

А вот собственно неполный список нарушений, которые выявил Роспотребнадзор:

- предприятие находится в промзоне, рядом свалка отходов;
 - компания сама себе установила сроки хранения нестерильной фасоли в вакуумной упаковке – 2 месяца при температуре от +2 до +25, что и привело к накоплению ботулотоксина;
 - на предприятии нет центрального водоснабжения (!), для изготовления продукции использовали привозную воду, которая хранилась на улице.
- Ну и «по мелочи» – в цехах антисанитария, контроля сырья и готового продукта не было, санкнижек у работников – тоже, некоторые, кстати, жили прямо там...

Расследование продолжается, многое зависит от результатов экспертизы по ботулизму в продуктах – она делается до 14 дней.

«Комсомольская правда» следит за развитием событий.

По подозрению в производстве и сбыте продукции, не отвечающей требованиям безопасности, Следственный комитет задержал и предъявил обвинения четверым: основателю ООО «Локаллитчен» Антону Лозину, руководителю отдела качества той же компании Елене Машковой, генеральному директору компании «Савон-К» Владимиру Шину и повару предприятия (он гражданин Таджикистана, в России нелегально, по этому поводу заведено отдельное уголовное дело) Кариму Норматову. Все обвиняемые, кроме Норматова, под домашним арестом. Повар – в СИЗО.

ЧТО ТВОРИЛОСЬ НА ПРОИЗВОДСТВЕ

Проверки прошли и у «Кухни на районе» (отметим, салаты производились в Москве и доставлялись в регионы в готовом виде), и у «Савон-К». Нашли много неприглядного...

– Часть нарушений (у «Кухни на районе») касается именно фасоли. На предприятии найдены емкости с продуктом, срок годности которого истек еще несколько недель назад, – рассказал «КП» источник в правоохранительных органах. – Есть основания полагать, что для еды на доставку могли использовать ингредиенты с истекшим сроком годности. В этом будут разбираться специалисты.

Производство самой фасоли находится на самой окраине подмосковной Балашихи. Огромная промзона заканчивается как раз на цехе «Савон-К» – дорога упирается в глухие ворота (чисто внешне они – самое опрятное, что здесь есть). Основное здание выглядит непрезентабельно – старая кирпичная двухэтажка с обшарпанными стенами, вокруг которой разбросаны техника и большие емкости.

– Все сделано для того, чтобы создать вокруг моего подзащитного ауру опасности, чтобы показать, что нашли то главное зло, источник заразы. Но эта позиция не обоснована: нет доказательств, что именно его продукцией отравились люди. А грязь и нарушения санитарных норм

Вот так выглядит предприятие, производившее ту самую фасоль, в подмосковной Балашихе.



Александр РОГОЗА/«КП» - Москва

ЧТО ДЕЛАТЬ?

- Нельзя покупать консервы у посторонних – вы не знаете, как их готовили, это относится и к домашним копченостям – рыбе и мясу.
- Дома не стоит закрывать консервы с грибами, мясом, рыбой, морковью, свеклой, портулаком и укропом.
- Продукты, которые подгнили, нужно не обрезать, а выкидывать.
- При изготовлении консервов не меняйте рецепт, то есть не уменьшайте количество уксуса, соли и время кипячения.
- Банки храните только в холодильнике или погребе.
- Вздувшиеся банки сразу выбрасывайте.
- Если консервы прокипятить 15 – 20 минут, то уже выделившийся токсин будет разрушен.
- Детям можно давать только прокипяченные консервы, они особенно чувствительны к токсинам.
- При первых признаках отравления обращайтесь к врачу и обязательно скажите, что ели консервы. Их остатки не выбрасывайте, возможно, их придется отдать в лабораторию, чтобы понять, чем именно вы отравились.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Как не пострадать от заготовок

ВАЖНО

– Обычно, есть большие риски заразиться через собственные соленья. В домашних условиях температура консервации невысокая, если в банку попал вирус, он может там разгуляться, – говорит технолог краснодарского консервного завода «Юнона». – Но в заводской консерве вируса быть не может – все овощи и фрукты проходят строгую термическую обработку. Сначала бланшируются при температуре 90 градусов, потом отправляются в автоклав, где несколько часов проходят обработку при 130 градусах. Все микробы в такой среде погибают. Опасность на производстве, к примеру, вызывают пресервы – у них небольшой срок годности, банки просто стерилизуются, они не проходят обработку очень высокими температурами.

Александра БУДАЕВА, Александр РОГОЗА, Роман ЛЯЛИН, Татьяна ЦВЕНГЕР, Михаил АНТОНОВ, Мария СОРОКИНА, Ирина ШВЫРКАЕВА («КП» - Нижний Новгород), Аделъ ХИСАМОВ («КП» - Казань), Ольга СУХОВА («КП» - Краснодар).

Летняя простуда – как не «заработать» осложнений

Дети очень любят лето: можно подолгу находиться на улице, купаться, играть с друзьями, есть фрукты и ягоды. Однако это солнечное время



года может омрачить летняя простуда у ребенка. Наш эксперт заведующий ЛОР-отделением врач-оториноларинголог ГУЗ «ТГКБСМП им. Д. Я. Ваныкина» Николай Сергеевич Кочетов.

Когда в жару малыш перегревается или, напротив, переохлаждается (например, после купания в реке), иммунная система ослабевает, организм становится восприимчивым к вирусам. Летняя простуда не отличается по признакам от осенней или зимней, но может переноситься даже тяжелее. И в любом случае дети очень расстраиваются, когда они болеют летом.

РЕБЕНОК ЗАБОЛЕЛ ЛЕТОМ: В ЧЕМ ПРИЧИНА?

Существует мнение, что вирусы активно распространяются исключительно осенью, зимой и ранней весной. Это ошибка. В теплое время года вирусы и бактерии никуда не исчезают, поэтому развитие ОРВИ летом у ребенка – не такая уж редкость.

Когда ребенок переохладился или перегрелся, иммунная система работает медленнее. Казалось бы, переохладиться в жару просто невозможно, но это не так. Например, если ребенок долго бегал на улице и вспотел, а затем зашел в помещение с кондиционером, он замерзнет, причем очень быстро. Переохладиться можно и в других случаях: если сидеть на сквозняке, пить холодные напитки, съесть мороженое, слишком много времени провести в воде. Сам ребенок не всегда может обратить внимание на свое состояние, а родители часто не воспринимают всерьез возможность переохлаждения в жару.

Любая встреча с вирусами и бактериями в таком состоянии может перерасти в ОРВИ. Результат – простуда летом у ребенка с температурой, насморком, кашлем. Невысокую температуру ребенок может даже не заметить, а вот насморк и заложенность носа значительно ухудшают его состояние, не позволяя нормально есть и спать. Болезнь может прогрессировать, переходя в тонзиллит, отит, даже бронхит или пневмонию. Причина таких осложнений в присоединении вторичной инфекции, слабом иммунитете или в том, что родители не обратили внимание на первые симптомы простуды и заболевание перешло в тяжелую форму.

Однако учтите, что летний насморк – не всегда признак простуды. Важно



уметь отличать ОРВИ от акклиматизации при путешествии в другую страну или сезонной аллергии.

КАКИМИ ОСЛОЖНЕНИЯМИ ЧРЕВАТО САМОЛЕЧЕНИЕ

Нелеченый насморк может перейти в воспаление верхнечелюстных пазух (гайморит). Главные симптомы гайморита – заложенность носа, желто-зеленые выделения, повышение температуры, давящая боль под глазами или в области лба. Это опасный процесс, который в случае неправильного лечения может стать хроническим, а в крайних случаях – привести к внутричерепным осложнениям.

Частый насморк у детей способен привести к разрастанию аденоидов, которые перекрывают просвет носоглотки и затрудняют дыхание. У врачей есть специальный термин – «аденоидный тип лица» (отечное лицо, открытый рот, гнусавый голос, густые и зеленые выделения из носа).

Разрастание аденоидов автоматически переводит ребенка в разряд «часто болеющих детей» – из-за того что он

дышит ртом, в дыхательные пути попадает неочищенный и несогретый воздух, риск воспаления дыхательных путей увеличивается.

Врачи различают аденоиды 3 степеней, консервативное лечение возможно только на первых двух стадиях. Если носовое дыхание полностью отсутствует, отмечается апноэ и храп, то рекомендуется аденотомия (удаление миндалин). Дети, прошедшие такую операцию, «оживают» буквально на глазах – после ликвидации гипоксии (нехватки кислорода головному мозгу) они начинают лучше есть, спать, учиться и реже болеть.

КОГДА БЕЗ КАПЕЛЬ НЕ ОБОЙТСЯ

Применение сосудосуживающих капель в нос практически моментально дает нужный эффект – заложенность исчезает, носовое дыхание восстанавливается. Но их нельзя использовать дольше 5–7 дней, поскольку так же быстро к ним возникает привыкание.

Поначалу эти лекарства вызывают спазм сосудов только в носу. Но

при длительном использовании их действие может распространиться и на сосуды других органов. В результате возникнут головные боли, проблемы сердечно-сосудистой системы и т. д.

Однако есть несколько ситуаций, когда применение этих средств необходимо:

- 1 Кратковременно, до консультации с врачом.
- 2 Затруднено носовое дыхание при наличии заболеваний ниже лежащих отделов дыхательных путей.
- 3 При наличии осложнений со стороны ЛОР-органов (отит, евстахиит, синусит).

КАК ЛЕЧИМ?

Самолечение (а чаще – отсутствие такового) нередко приводит к тому, что течь из носа становится хронической. Как лечиться, чтобы этого не произошло?

Первое и самое важное – это показать ребенка специалисту, чтобы точно разобраться в причинах насморка.

Лечение необходимо начать как можно быстрее. Это позволит легче перенести болезнь, избежать осложнений и быстрее выздороветь. Для начала нужно очистить нос. Если ребенку несколько месяцев, то поможет специальный аспиратор или резиновая груша. Дети постарше должны регулярно высмаркиваться. При густых выделениях, когда нос буквально забит, стоит делать промывания.

После очищения носа настает очередь лекарств, назначенных врачом.

Если ребенок жалуется на плохое самочувствие, капризничает, отказывается от игр и еды, а температура держится в районе 38°C, потребуется постельный режим и обильное питье комнатной температуры. Можно давать морсы, воду и компоты, а от газированных напитков стоит отказаться. Жаропонижающее применяют, если температура превышает 38°C. Если температура продолжает подниматься или плохо сбивается, стоит вызвать врача и проконсультироваться со специалистом.

В целом важно помнить, что летняя простуда лечится так же, как и в любое другое время года. Нельзя оставлять заболевание без внимания и рассчитывать, что ребенка вылечат только солнце и тепло.

Тульская городская клиническая больница

скорой медицинской помощи им. Д. Я. Ваныкина

Центр здоровья - бесплатное обследование:

- Антропометрический метод расчета индекса массы тела
- Скрининг-оценка уровня функциональных и адаптивных резервов организма
- Экспресс-оценка сердечно-сосудистой системы с помощью кардиовизора
- Ангиологический скрининг - расчет подыечно-плечевого индекса
- Спирометрия
- Смокелайзер
- Пульсоксиметрия
- Экспресс-анализ общего холестерина и глюкозы крови
- Оценка суммарного риска фатальных сердечно-сосудистых осложнений по шкале SCORE
- Осмотр в офтальмологическом кабинете
- Осмотр стоматологического гигиениста
- Профилактическое обследование: кардиолог, эндокринолог, гинеколог, окулист, ЛФК

Поликлиническое отделение для взрослых оказывает услуги:

- УЗ-диагностика
- Рентген
- Врачи различных специальностей
- Функциональная диагностика
- Стоматология
- Гинекология
- Водительская комиссия
- Комиссия на право владения оружием
- Лабораторная диагностика, анализы

ЛЕЧЕНИЕ В ТОКСИКОЛОГИЧЕСКОМ ОТДЕЛЕНИИ НА ПЛАТНОЙ ОСНОВЕ:

пребывание в палате повышенной комфортности, профессиональное снятие интоксикации.

Адрес: г. Тула, ул. Первомайская, 13, корпус № 3

(4872) 33-48-12, 35-36-26 ул. Смидович, 12

(4872) 25-29-39 отделение токсикологии добавочный 331 Первомайская, д. 13

О ПРОТИВПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

О ПРОТИВПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

**Чем запомнится
ЕГЭ-2024:
от раздевания
перед рамкой
до отмены экзаменов.**

Анна ЛУКЬЯНОВА

Нынешнюю кампанию называют самой скандальной за последние годы. Дошло до того, что в Госдуме зарегистрировали очередной законопроект об отмене ЕГЭ, хотя похожий буквально в январе отклонили.

Обыски и досмотры

Самая резонансная история - это, конечно, про Воронеж. 28 мая в школе № 62 перед экзаменом по русскому языку нескольких девочек охранники вынудили снимать бюстгалтеры, потому что на косточки и металлические украшения звенела рамка. Нет, напрямую никто никого раздеваться не заставлял - просто не пропускали в аудиторию.

Последствия скандала? Директор школы уволилась, от экзаменов отстранили членов комиссии и организаторов, проверку поручили Следственному комитету РФ и по итогам обещали пересмотреть и четко прописать правила допуска на экзамены.

Излишне строгий досмотр устроили и в Чувашии, в селе Яльчики: дети задирали рубашки и блузки, снимали ремни, а в туалет пускали по таймеру. Так пишут в СМИ и соцсетях. Официальных результатов расследования прокуратуры тоже пока нет.

Стобалльный шторм



Олег УЖАДОВ/КП - Барнаул

Досмотры школьников в некоторых пунктах сдачи экзаменов были чрезмерно жесткими.

Выгнали ни за что

В СМИ попали два случая. В Омске школьник принес на математику калькулятор, но уже в аудитории засомневался и переспросил у организаторов, можно ли воспользоваться, и тут же его отдал. И хотя экзамен еще не начался, парня выдворили за нарушение регламента. В Москве на общественном заседании девушка вспомнила, что забыла выложить телефон, и сама сказала об этом организаторам. Тоже перед началом экзамена и тоже была наказана. К счастью, оба случая удалось разрулить благодаря жалобам, и обоим школьникам разрешили пересдать ЕГЭ в резервные дни, а не через год.

Сколько всего участников было удалено с экзаменов за списывание и другие нарушения, еще не объявляли.

Технические сбои

Жалобы на задержку экзаменов - уверенное второе место. Не запустились программы на компьютере. Не могли распечатать задания. Об этом всегда много судачат после экзаменов. Но больше всего не повезло нижегородским девятиклассникам.

Около пяти тысяч ребят не смогли сдать 27 мая ОГЭ из-за сбоя в работе программного обеспечения. В тот

день сдавали биологию, информатику, химию, обществознание. Должны были начать в 9 утра, но задержали на несколько часов. Где-то на 4, где-то, если верить соцсетям, на 7, и все это время детвору держали в духоте без обеда. Днем местный минобр объявил о переносе экзаменов, перед детьми извинились. А неполадки устранили только к ночи.

О серьезном сбое в нескольких школах Москвы сообщили на ОГЭ по физике и географии 30 мая, в итоге экзамены начались только в 12. Также были нарекания на неработающие программы и компьютеры во время ОГЭ по информатике, из-за чего дети не смогли выполнить все задания. Техсбои ответственные ведомства тоже пока не комментировали.

Усложнили русский и обществознание...

Учителя русского уже разобрали по кирпичикам задания ОГЭ, говорят, заметно сложнее, чем в прошлом году! Особенно много претензий по поводу малоизвестных подросткам и сложных по структуре текстов Валентина Распутина и журнали-

ста **Евгения Богата**, по которым писали сочинение. Из-за этого, говорят, просели баллы даже у тех детей, кто пробники писал на максимальные 100 баллов. При этом кому-то попались очень простые варианты. Разве это честно?

Аналогичные претензии на неравнозначные варианты заданий были и к ОГЭ по обществознанию. И даже на английском, пишут в соцсетях, одним попалось эссе про свою семью, а другим - про влияние природы на архитектуру.

Роль личности в экзамене

«Упомянул в сочинении Путина, итог - 97 баллов по русскому». Сразу несколько радостных сообщений от находчивых школьников появилось в тг-каналах. Можно было бы подумать, что это шутка, но нет, лично **Анзор Музаев, руководитель Рособрнадзора**, прокомментировал. Заверил, что упоминание конкретных личностей или персоналий в сочинении не дает никаких преимуществ, все источники равноценны.



Самые острые проблемы образования - в «Родительском вопросе» по воскресеньям в 11.00 (мск) на Радио «КП»

...а математику упростили

Экзамен дети сдают на базовом (для аттестата) или профильном (для поступления) уровне. Кто какой выберет. Так вот «база» в этом году была как обычно, а «профиль» ну очень всех удивил. Задания оказались необычайно простые, и многие школьники получили баллы выше, чем ожидали. Шутили даже, что организаторы, наверное, перепутали уровни. А накануне ОГЭ еще и шкалу перевода баллов по «профилю» пересмотрели в сторону их резкого увеличения. То есть для хорошей оценки достаточно было выполнить 12 несложных заданий с кратким ответом.

Первые результаты экзамена подтверждают слова детей - много стобалльников и высокобалльников! Прогнозируют и рост среднего балла на 6-8 пунктов. Ходят слухи, что чиновники таким образом пытаются подкорректировать набор на бюджет на инженерные направления, где в последние годы наблюдается дефицит поступающих.

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

Анна ЛУКЬЯНОВА

Глава Минобрнауки подсказал, куда больше шансов поступить в этом году.

20 июня стартовала приемная кампания в российских вузах.

ТРИ ЧЕТВЕРТИ МЕСТ - В РЕГИОНАХ

Хорошая новость - в этом году выделили 621 321 бюджетное место, больше, чем когда-либо. Учитывая, что на ОГЭ зарегистрировались порядка 700 тысяч человек, шансы стать студентами довольно высокие.

Самый массовый набор будет на педагогических направлениях - 75 тысяч мест, сообщил на пресс-конференции в МИА «Россия сегодня» ми-

Больше всего бюджетных мест дали педагогам и айтишникам

нистр науки и высшего образования **Валерий Фальков**. На втором месте по числу бюджетных мест - «Информатика и вычислительная техника» (48,5 тысячи), далее идут «Клиническая медицина», «Сельское, лесное и рыбное хозяйство», «Машиностроение». Последнее, отметил министр Валерий Фальков, впервые попало в пятерку.

Абсолютное большинство бюджетных мест - 73% - распределено в регионы.

ЧТО НЕ ИЗМЕНИЛОСЬ

Подать документы можно с 20 июня включительно. На ваше место в конкурсных списках дата подачи не влияет.

Разрешено пробовать одновременно в 5 любых вузов страны максимум на 5 направлений (специальностей) в

каждом. Заявление можно отправить по почте или принести в приемную комиссию лично. Самый удобный способ - через суперсервис «Поступай в вуз онлайн» на «Госуслугах». На сайте есть подробная инструкция для абитуриентов. К порталу с этого года подключены абсолютно все вузы страны.

ЧТО НОВОГО

Главное новшество 2024 года - порядок поступления на целевое обучение. Это когда студент получает высшее или среднее профессиональное образование за счет предприятия или организации, а потом обязан несколько лет отработать на заказчика.

Так вот раньше абитуриенты сами искали, с кем заключить целевой договор, - по сайтам, по знакомым родителей. Те-

перь же механизм целевого приема будет осуществляться через платформу «Работа России». Там разместят все предложения работодателей. В этом году абитуриентам предоставят 145 тыс. 400 целевых бюджетных мест в вузах, что почти на 4 тысячи больше, чем в 2023-м.

- По медицинским специальностям большинство мест будут целевыми, - отметил министр. - В частности, по специальностям лечебное дело и педиатрия их доля составит 76%, а по самым дефицитным направлениям ординатуры - 100%, то есть все целевые места. В числе таких направлений акушерство и гинекология, неонатология, детская кардиология, детская онкология, детская эндокринология, педиатрия, терапия.

Кому необходим солнечный витамин D

Анна ДОБРЮХА

Разбираемся в новых рекомендациях врачей.

В соцсетях переполох: врачи, популяризаторы медицины и обычные пациенты бурно обсуждают новые рекомендации по витамину D. Их недавно выпустило американское эндокринологическое общество. Юри-

дически они обязательны для медиков именно в США. Но фактически это ориентир для докторов во всем мире, поскольку документ основан на последних данных доказательной медицины, поясняют специалисты.



Достоверно разобраться нам помог врач-эндокринолог, кандидат медицинских наук, доцент кафедры эндокринологии лечебного факультета РНИМУ им. Н. И. Пирогова Юрий ПОТЕШКИН.

ЧТО ТЕПЕРЬ СЧИТАТЬ НОРМОЙ

- Обратите внимание: документ называется «Витамин D для профилактики заболеваний». То есть речь идет именно о профилактическом приеме для людей, у которых нет подтвержденного дефицита. Если он есть, то назначаются уже лечебные дозы, и это регулируется другими инструкциями, - поясняет Юрий Потешкин.

- До сих пор считалось, что оптимальный уровень витамина D в крови - 30 - 50 нг/мл. Меньше 30 нг/мл - недостаточность, и требуются лечебные дозы. Ниже 20 нг/мл - серьезный дефицит. А что сейчас?

- В обновленной версии говорится, что уровень 20 нг/мл уже можно считать нормальным. При таком показателе нет негативных последствий для костной системы. Однако дальше указывается, что паратгормон поддерживается в норме при уровне витамина 30 - 40 нг/мл (этот гормон важнейший участник фосфорно-кальциевого обмена в организме, от него зависит и плотность костей, и работа многих органов. - **Ред.**).

«Иными словами, я бы рекомендовал ориентироваться на то, что оптимален показатель витамина D в крови от 30 до 40 - 50 нг/мл, - резюмирует эксперт. - Дальше, согласно современным данным, положительный эффект усиливаться не будет».

ВОПРОС - РЕБРОМ

Что будет, если вообще не принимать?

- В среднем по миру около 50%, а у нас до 70% населения страдают дефицитом витамина D, - говорит Юрий Потешкин. - Можно выделить три основные причины этого. Первая - нехватка солнечного света из-за особенностей климатической зоны (актуальнее всего для россиян, живущих в средней полосе и севернее). Вторая - образ жизни, когда человек редко бывает на улице днем. Через стекло окон зданий или автомобиля достаточное количество ультрафиолета, необходимого для выработки витамина D, не проникает. Третья причина - лишний вес и ожирение (в РФ, по последним данным, выше нормы весят более 60% взрослых).

При дефиците солнечного витамина у человека нарушается фосфорно-кальциевый обмен, поясняет врач. При этом уровень кальция падает и растет выработка паратгормона. На фоне усиленной работы паращитовидных желез в них могут появиться аденомы, доброкачественные опухоли. Из-за этого уровень паратгормона подсккивает еще выше. Он забирает еще больше

кальция из костей, повышает его концентрацию в крови, параллельно увеличивая выведение кальция с мочой. В результате возрастает риск образования камней в почках, частого осложнения гиперпаратиреоза. Также идет негативное действие на ЖКТ: нарушение фосфорно-кальциевого обмена способствует усиленному выделению соляной кислоты в желудке, из-за чего могут обостряться заболевания органов пищеварения.

Вот к какому каскаду неприятных и даже опасных реакций может привести дефицит всего-навсего одного витамина. Зато его восполнение способно предотвратить эти осложнения и повысить качество жизни.

- Ко мне нередко обращаются пациенты, которых мучает мышечная слабость, повышенная утомляемость, судороги по ночам, - рассказывает Юрий Потешкин. - Мы проверяем показатели фосфорно-кальциевого обмена (анализы на витамин D, кальций, паратгормон). И после их нормализации все налаживается.

Из-за чего же сыр-бор? Новые рекомендации буквально перевернули с ног на голову устоявшиеся, привычные нам нормы. Так, заявляется, что анализ на уровень витамина D в крови не нужен, порог нормы снижен, дозировки и показания для приема изменились. Так кому сейчас в самом деле требуется солнечный витамин?



Загар - это красиво, но опасно (риск рака кожи, фотостарения). Проще принимать витамин в каплях.

Евгения ГУСЕВА/«КП» - Москва

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ДОЗЫ

Но вернемся к профилактическим дозам. Кому их нужно принимать? Проведя анализ исследований, накопившихся за последнее десятилетие, авторы обновленных рекомендаций пришли к таким выводам.

1 Детям от 1 года до 18 лет нужно без анализов назначать витамин D в дозировке 1200 МЕ (международных единиц). Количество МЕ в одной капле или капсуле препарата может быть разным, оно всегда указывается на упаковке.

Комментарий эксперта:
- В научной работе, ставшей основой для рекомендаций, отмечается, что это усредненная доза, - говорит Юрий Потешкин. - В то же время исследования показывают, что эффективными и безопасными для детей могут быть дозы от 300 до 2000 МЕ. Как практикующий врач, я выступаю за индивидуальный подход. Он означает, что в каждом конкретном случае доктор после осмотра ребенка персонально

подбирает наиболее подходящую дозу в пределах всего диапазона.

2 Здоровым взрослым от 18 до 50 лет можно вообще не принимать витамин D. Либо принимать 600 МЕ в сутки. Это безопасно и не причинит никакого вреда (кроме случаев, когда есть противопоказания для приема конкретных препаратов, это указывается в инструкции).

Комментарий эксперта:
- Абсолютно здоровый взрослый человек - это примерно как сферический конь в вакууме (то есть встретить в реальности маловероятно. - **Ред.**). Поэтому разумно не полностью отказываться от витамина D, а принимать по 600 МЕ в сутки. Препарат в любом случае должен назначить врач. Визит к доктору очень важен еще и потому, что у пациента могут обнаружиться симптомы дефицита витамина D. Тогда делается анализ и назначаются лечебные дозы.

3 Людям старше 50 лет безоговорочно рекомендуется принимать витамин D:
✓ в возрасте 50 - 70 лет в дозировке 600 МЕ в сутки;
✓ от 70 и старше - 800 МЕ в сутки.

Комментарий эксперта:
- Тут все понятно. Поддерживаю. Только еще раз подчеркнем: это дозировки для людей, у которых нет установленного дефицита витамина D.

4 Беременным женщинам предписывается обязательно принимать витамин D в дозировке 2500 МЕ в сутки.

Комментарий эксперта:
- Это очень важное обновление. Раньше дозировки были ниже, рекомендовали не всем. Гинекологи боялись относительно высоких доз для будущих мам. Но анализ большого количества исследований показал: такие до-

НА ЗАМЕТКУ

КАКУЮ ФОРМУ ВЫБРАТЬ: ВОДО- ИЛИ ЖИРОРАСТВОРИМУЮ



Подавляющее большинство врачей выступает за прием витамина D в виде лекарственных препаратов, а не БАДов.

Потому что лекарства проходят полноценные клинические исследования, а у биодобавок по правилам проверяется только безопасность, эффективность - нет. Препараты с витамином D можно встретить в двух формах: водорастворимой. Кому что лучше подойдет? - Это исключительно вопрос вкуса, - говорит Юрий Потешкин. - Одним удобнее принимать препарат с небольшим количеством воды (водорастворимая форма). Другим - вместе с едой (жирорастворимая форма). Биодоступность и, соответственно, эффективность будут одинаковыми.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

зы безопасны и позволяют снизить угрозу преэклампсии (опасное осложнение беременности, связанное с нарушением работы сердца и почек), внематочной беременности, преждевременных родов.

5 Людям с преддиабетом тоже нужно обязательно принимать витамин D. Дозировка - 1000 МЕ.

Комментарий эксперта:
- Преддиабет определяется по уровню глюкозы в крови натощак: 6,1 - 6,9 ммоль/л (при взятии крови из вены). Либо по уровню гликированного гемоглобина: 6,0 - 6,4%. При таких показателях прием витамина D позволяет снизить риск развития сахарного диабета.

! Если у человека уже есть диабет либо ожирение (зачастую оба этих заболевания сочетаются), то, как правило, наблюдается дефицит витамина D. И требуются уже не профилактические, а лечебные дозы. Их определяет и назначает врач.

Новая подруга Григория Лепса моложе него на... 44 года!

Окончание.
Начало < стр. 1.

И вот на днях Григорий Викторович появился на красной дорожке премии МУЗ-ТВ с очаровательной незнакомкой, которую периодически обнимал за талию. А чуть раньше с ней же он мелькнул на тусовке в рамках Петербургского международного экономического форума...

Лепс любит отвечать на вопросы так, что не ясно, раскрыл он душу или приколулся. «Григорий Викторович, это ваша невеста?» - раз сто спросили артиста репортеры. Певец отвечал одинаково: «Она еще не решила. Но, скорее всего, да...»

Версия 1 Помогает дочке друзей

Григорию Викторовичу 16 июля исполнится 62. По традиции он даст концерт, который всегда начинается накануне вечером, а заканчивается за полночь, то есть встречает день рождения на сцене. А его спутница, дочь богатого бизнесмена **Аврора Киба**, в начале весны встретила всего-навсего 18-летие. Почти 44 года разницы!

Аврора отгуляла совершеннолетие в Дубае. Среди подписчиков ее странички в соцсети есть и Лепс, и еще почти 15 тысяч человек. Много картинок красивой жизни, как это бывает у золотой молодежи: путешествия по элитным курортам, дорогие сумочки, походы в Большой театр, украшения... С недавних пор в соцсетях Кибы стали появляться фотографии огромных и, конечно, дорогущих букетов. Дальше - больше: девушка разместила снимок кольца Graff стоимостью около 5 млн рублей, которое очень напоминает помолвочное, с подписью: «Коротко, но ясно». Конкретики маловато, но благодаря этим намекам пошли слухи: не иначе как замуж позвали! Кто? Да Лепс, конечно!

Григорий посещал семейные торжества семьи Киба, девушка бывала на концертах артиста. Аврора - выпускница балетной школы, студентка и... начинающая певица! Ее дебютная песня «Пьяная дура» (под псевдонимом Avgi) набрала на видеосервисе меньше 500 просмотров за три месяца. Не в этом ли причина их совместных светских выходов?

Схема отработанная: звезда «выгуливает» пока неизвестную артистку, ею на-



Аврора уверенно шагнула в звезды светской хроники. С таким спутником это несложно.

чинает интересоваться пресса... Прямо сейчас **Филипп Киркоров** всюду ходит под ручку с певицей **Марго** именно с этой целью. По словам старожилки шоу-бизнеса журналиста **Отара Кушанашвили**, такая услуга стоит в среднем 5 млн рублей в месяц.

Сам Григорий Викторович отмахивается: «Какая свадьба? Я уже старый!» По слухам, Лепс и отец девочки давно знакомы. Поэтому мало кто верит во внезапную любовь, которой все возрасты покорны. Многие склоняются к версии, что артист оказывает поддержку ребенку друзей, причем безвозмездно.

Вдобавок в интервью он искренне сожалел, что не сумел удержать жену Анну, складывалось впечатление, что он не теряет надежды ее вернуть.

Версия 2 А может, все-таки бес в ребро?

Но мы-то помним строчки хита Лепса: «Ведь ты же так красива в свои 18...» Может, пророчество как раз сбылось? И вообще уже случалось, когда известный мужчина зрелого возраста женился на совсем юной особе.

Если так произойдет и в этом случае, то Григорий и Аврора побьют рекорд других пар с большой разницей в возрасте. **Дмитрий Дибров** старше жены **Полины** на 31 год, **Андрея Кончаловского** и **Юлию Высоцкую** разделяют 36 лет, **Александр Градский** был старше супруги **Марины Коташенко** на 33 года.

Тем временем в соцсетях упражняются в остроумии: «Скорее всего, это внебрачная внучка певца», «Седина в голову - бес в ребро: мужчина в самом расцвете сил, они еще пятерых родят!» Есть мнение, что все станет понятно на концерте Лепса 16 июля. Мол, если он выведет на сцену Аврору и споет с ней дуэтом, то это просто работа и ничего личного.

Ирина ВИКТОРОВА.

О ЧЕМ ПИСАЛА «КОМСОМОЛКА» 21 ИЮНЯ В ЭТОТ ДЕНЬ

Подвиг экипажа Чкалова и переговоры Горбачева с Асадом

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

1933

Номер начинается с траурного извещения о смерти **Клары Цеткин**. «Великого революционного борца, одного из виднейших вождей мирового коммунистического движения. Строителя и вождя нашей братской коммунистической партии Германии», - как говорится в телеграмме ЦК ВКП(б).

1937

В эти июньские дни 1937-го года страна с ликованием встречает наших героических летчиков. Чкалов, Байдуков, Беляков - звучит как заклинание, как позывной, как радиограмма, которые передавали во все время беспрецедентного перелета. И вот последняя:

«Геройский беспересадочный перелет Москва - Северный полюс - Соединенные Штаты Америки успешно завершен».

Этому событию посвящен весь номер «Комсомольской правды».

Под портретами членов экипажа «АНТ-25» - приветствие руководителей СССР: от Сталина до Микояна.

В самом подвальчике - приветствие от Рузвельта и Хэлла (госсекретарь США).

Большое место за-



Пересъемка Элины МАСИМОВОЙ/«КП» - Москва

нимают радиограммы о ходе перелета.

На следующей полосе: графика - маршрут перелета, фото Чкалова с папироской («Через несколько минут он поведет свою краснокрытую машину в далекий путь...»), заметка «У телефона Байдуков...» - это репортаж из аппаратной Московской телефонной станции:

«Тов. М. Каганович вышел навстречу корреспондентам. В руке у него был телеграфный бланк, испещрен-

ный латинскими знаками. Улыбаясь, он сказал нам:

- Все в порядке, товарищи. Записывайте: «Вашингтон, 20/VI. В 16 часов 30 минут - Чкалов совершил посадку на аэродроме Баракс близ Портленда (штат Вашингтон)».

Не случайно перелету Чкалова уделено столько внимания. Это одна из первых побед Советского государства на мировой арене. А сколько их еще будет впереди.

1985

Передовица - фотоотчет об еще одной комсомольской стройке - «Стрелка Электромагнитки». Это электрометаллургический комбинат имени Л. И. Брежнева в Старом Осколе (Белгородская область). Он «уже дает стране металл. Вместе с тем его сооружение продолжается. Оно объявлено ударной комсомольской стройкой», - сообщается в заметке.

Советско-сирийские переговоры

Вот главные тезисы: ✓ «Х. Асад дал высокую оценку широкой помощи Советского Союза в развитии национальной экономики Сирии и содействию в укреплении ее обороноспособности».

✓ «М. С. Горбачев и Х. Асад выразили глубокую озабоченность сохраняющейся взрывоопасной обстановкой в районе Ближнего Востока, причиной чего являются продолжающиеся действия Израиля при



прямой поддержке США».

«Советско-сирийские переговоры» - еще одна заметка первой полосы. В Кремле прошла встреча Генерального секретаря ЦК КПСС М. С. Горбачева с Генеральным секретарем Партии арабского социалистического возрождения, Президентом Сирийской Арабской Республики Хафезом Асадом (отец действующего президента Сирии Башара Асада).

✓ «Участники переговоров выразили твердое убеждение, что справедливый и прочный мир на Ближнем Востоке может быть достигнут только коллективными усилиями всех заинтересованных сторон на основе вывода израильских войск со всех оккупированных арабских территорий и обеспечения на деле неотъемлемых национальных прав арабского народа Палестины».

КСТАТИ

Напомним, Григорий Лепс - ответственный отец, несмотря на два развода. Он содержит и взрослых, и несовершеннолетних своих детей.

От первого брака у Лепса 38-летняя дочь **Инга**, которая уже сделала его дедом.

Со второй женой **Анной Шалпыковой** музыкант прожил в браке 20 лет, у супругов родилось трое детей - **Ева** (22 года), **Николь** (17 лет) и **Иван** (14 лет).

«Все, что у меня есть, принадлежит Ане и детям...», - говорил Лепс в порыве искренности после последнего развода.



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

Ведущие рубрики
Татьяна АДАБАШ, Елена ПОПОВА.



Унесенная волной в Сочи девушка мечтала стать моделью

Оксана КАДОЧНИКОВА,
Евгения ОСТРАЯ
(«КП» - Краснодар)

На курорте ищут 20-летнюю туристку, которая в шторм хотела сделать эффектные фото.

- Я всего на одну минуту, - это были последние слова 20-летней Дианы Беляевой из Липецкой области. После этого огромная волна накрыла девушку и унесла в море. Туристку ищут с 16 июня.

На эту поездку Диана копила долго - зарплата небольшая, работала диспетчером в такси. Но о красивой жизни мечтала всегда. Для этого активно вела соцсети, выкладывала личные фото. Она даже хотела стать моделью, но все как-то не получалось пробиться на обложки известных журналов.

К долгожданному отдыху готовилась - сделала яркий маникюр, взяла самые красивые наряды. Недавно она рассталась с парнем, надо было показать, что у нее все хорошо.

В солнечный Сочи приехала 15 июня со знакомым, 31-летним Андреем. Там их уже ждал друг, 20-летний Денис. Вечером сходили в клуб, а утром пошли на пляж. Диана



Диана впервые была на море и не боялась воды.

на хотела сфотографироваться на рассвете у моря, хотя в тот день на курорте было объявлено штормовое предупреждение.

- Лично я хотел помочить ноги, ну и Диана тоже решила. Волны были не особо сильные. Мы не лезли в глубину, стояли вдоль берега, разговаривали, смотрели на море и, когда нас первая мощная волна окатила, посмеялись и говорим: все, пошли на берег, - рассказал «КП» Денис.

Но уйти обратно не получилось, подоспела вторая волна. Она выкинула пару в море. Денис оказался на берегу, а Диану затягивало на глубину.

- Я сначала от неожиданности не понял, что прои-

зошло, я подумал, ее тоже сейчас прибьет к берегу, но волны еще больше начали усиливаться, и тут уже истерика началась. Я бежал вдоль кромки, чтобы вытащить ее, видел, как ее начало уносить.

Помощи на берегу не оказалось, в 6 утра спасатели

не работают, на пляже безлюдно.

В МЧС уже назвали причину трагедии - беспечность и морской тягун. С засасывающим эффектом волны практически невозможно бороться тому, кто оказался в ее власти. И просят не игнорировать запреты на купание.

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Тягун засасывает купальщиков

Александр СУБОЧЕВ, замначальника пресс-службы МЧС России по Краснодарскому краю:

- Море угрожает жизни и несет большую опасность уже при двухбалльном шторме. О купании и вовсе не может быть и речи. На Черном море нередко случается такое явление, как тягун. Это когда большая волна накатывается на берег, и, соответственно, потом ей нужно куда-то деться с берега. Она начинает уходить назад. Но уходит не в том порядке, как пришла по всей площади пляжа, а в каких-то определенных местах, сливаясь в отжимные течения.

Волна, унесшая 20-летнюю девушку в Сочи, - главная причина смертей в море. И если вдруг человек оказался в море во время шторма, не стоит тратить силы на борьбу. Лучше постараться расслабиться, удерживаться на воде и довериться волнам. Пусть они сами несут к берегу. Можно также попробовать отплыть подальше от берега, где волнение будет меньше, и уже оттуда подавать сигналы бедствия. Свидетелям произошедшего стоит попытаться передать унесенному в море спасательные круг или жилет. Подойдут также подручные средства, которые помогут держаться на плаву: пластиковая бутылка, буюк, сапборд и иные предметы. Ну и тут же сообщить об этом в экстренные службы.

Наталья КОЖЕВНИКОВА
(«КП» - Краснодар).

■ НУ И НУ!

Одна молния убила пастуха и 50 овец

Данил ЮРКОВ
(«КП» - Ставрополь)

Трагедия произошла на окраине села Шумли-Олик в Дагестане. 37-летний пастух вместе с дочерью пас стадо баранов, когда в небе зазвонили молнии. Испуганные животные сбились в кучу возле хозяина. Мощнейший разряд угодил прямо в пастуха и передался животным. Все погибли мгновенно.

Чудом выжила только девочка. Вероятно, в момент трагедии она находилась далеко от эпицентра удара.

ВАЖНО

В МЧС напоминают: от непогоды нельзя прятаться под деревьями, особенно одиночными, и металлическими конструкциями. Запрещено разговаривать по мобильному, находиться возле водоемов или костра, в мокрой одежде. А вот оказать первую помощь пострадавшему от удара молнии можно и нужно сразу. Расхожее мнение, что в пострадавшем якобы сохраняется электричество, - миф.

■ ШОК

Виктория МИНАЕВА,
Вадим АЛЕКСЕЕВ, Анна ПАШАГИНА
(«КП» - Новосибирск)

Три дня девочку били крапивой и морили голодом.

Все началось со скорбного известия - в селе под Новосибирском умерла 9-летняя девочка.

- У нее была рвота, понос. Мы думаем, что она съела много конфет на голодный желудок, - рассказала мама Алины «Комсомолке».

Смертельное отравление конфетами сразу показалось странным. И, как выяснилось, не в сладостях дело.

МАМА БЫЛА НЕ ДОМА

Матери в роковые для девочки часы вообще не было рядом - уезжала в командировку. Алину, ее старшего брата и младшую сестру оставила под присмотром знакомых.

К супружеской паре, что нянчилась с детьми, сначала вопросов не было. Но потом нянечка задержали.

- С 14 по 17 июня они по просьбе матери осуществляли присмотр за ребенком, - раскрыли суть предъявленного обвинения в прокуратуре. - В этот период супруги унижали девочку, наносили побои. 17 июня ребенок был доставлен в больницу, где скончался.

СК завел дело сразу по двум статьям: истязание ребенка с особой жестокостью и убийство группой лиц. Садистов на время разбирательства отправили в СИЗО.

Сектантов-экзорцистов обвинили в убийстве ребенка



Фанатик думал, что изгоняет из Алины дьявола, но в суде об этом молчал.

- Они по какой-то причине решили, что Алина одержима. Ребенка морили голодом, били крапивой, выгоняя из нее якобы бесов, - поделился с нами источник в следствии.

ВЕГАНЫ-АСТРОЛОГИ

- Появились непонятно откуда месяца два назад: муж, жена и дочка уже взросленькая. Мне сразу не понравились, одеты в какие-то непонятные балахоны. Странно выглядели, - рассуждает в разговоре с «КП» - Новосибирск» сосед семьи Алины. Он рассказал, что мама девочки потеряла мужа и решила искать утешения в религии,

тут и подвернулась странная пара. О том, что «гости» издевались над ребенком, сосед не знал и никаких криков не слышал.

Судя по всему, «изгонятелей» сельчанка приютила не случайно. У них, вероятно, общие увлечения. На это намекают названия групп на странице многодетной матери в соцсети, посвященной различным ритуалам. Сперва участники читают заклинания, полагая, что вызывают животворящие «вибрации». Потом кидают травы в огонь, окропляются водой. Мантру надо пропевать по 20 тысяч раз, как минимум три дня. Именно столько истязали Алину, но девочка не выдержала.



Мария НОВИКОВА / «КП» - Новосибирск

t.me

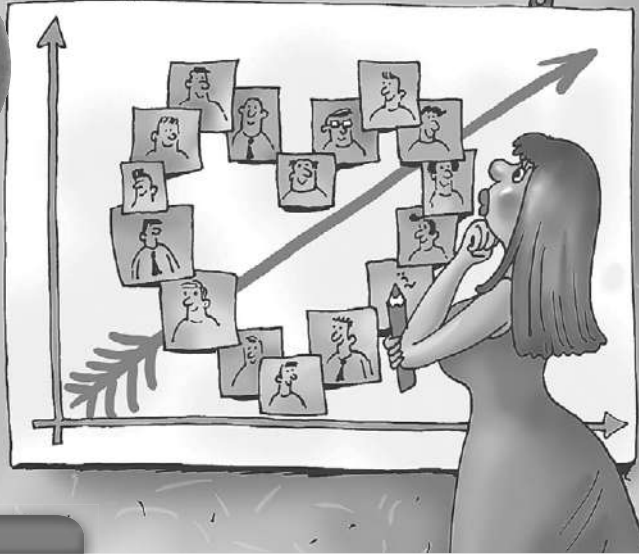
Александра ЗАЙЦЕВА

Выражение «рынок невест» и «рынок женихов» все, конечно, слышали. А если принять их буквально и попытаться найти пару и построить отношения по законам рынка, то есть, поумному выражаясь, маркетинга? Они же - законы войны, если кто не знал, но сейчас не об этом.

И ведь не мы первые до этого додумались. На свете сейчас столько маркетологов, что в соцсетях уже есть готовые примеры того, как люди пытались это делать. Просто брали и применяли научный подход. И некоторые - даже успешно. Но не все.

Вот вам две абсолютно правдивые истории. Они пока (!) не завершились полным триумфом, но тут ведь, как и во всяком бизнесе, нужно терпение.

Можно ли
найти любовь
по законам
рынка.



Катерина МАРТИНОВИЧ-КП - Москва

ИСТОРИЯ ПЕРВАЯ. ЖЕНСКАЯ

Чтоб не пил, не курил и цветы всегда дарил

«Если ты разберешься, как работают конверсии, таргетинг и от чего зависят продажи, ты влет устроишь свою личную жизнь», - пообещала мне подруга Маша, маркетолог. И взялась мне помогать строго по науке.

Шаг 1. Создаем портрет целевой аудитории.

Сели мы с Машей и прямо по пунктам написали на листочке - а кого я, собственно, ищу. Пунктов поначалу оказалось аж 137. Многовато. Половину вычеркнули, потому что на этапе знакомства многие вещи невозможно распознать даже опытным глазом. Только пожив вместе какое-то время.

Шаг 2. Определяем, где водятся нужные экземпляры.

Тут все без сюрпризов: фитнес-залы, деловые встречи, дорогие рестораны. Да уж, задачка не для работающей в офисе барышни, которая обедает в недорогом соседнем кафетерии.

Шаг 3. Изучаем конкурентов, точнее, конкуренток.

Так же, на листочке, написали, какие женщины могут нравиться мужчине мечты. Сверились, насколько я этому листочку соответствую. Работать и работать, если в двух словах. Тут тебе и зоны для роста, и рыночные угрозы.

ИСТОРИЯ ВТОРАЯ. МУЖСКАЯ

Здесь все так же, как в бизнесе

Я маркетолог со стажем, специалист по контекстной рекламе. И столько раз уже слышал, что маркетинговые законы подходят абсолютно для любой жизненной ситуации... Наконец, решил поискать себе девушку в интернете с их помощью. Зря я, что ли, столько учился? Тем более что идея применить профессию к личной жизни давно бродит в наших профессиональных сообществах.

Первым делом наметил план, детально расписал искомую девушку по пунктам. Что любит, что не любит, что умеет. Ну и внешность до мелочей.

Потом прикинул бюджет, который готов вложить в поиски. Самым простым решением, конечно, было бы развесить рекламные баннеры возле

вузов и фитнес-центров, например. Но мне не по карману. Поэтому выбрал один из бесплатных конструкторов сайтов - Тильду.

Запилил интригующий заголовок, расписал себя по всем законам рыночного предложения, поставил свои фото - удачные и проникновенные, как мне кажется. Сделал несколько баннеров о себе и о том, кого ищу, ввинтил скрытые призывы: «Если тебе не хватает ярких эмоций, если тебе давно не дарили цветов, то пришло время изменить свою жизнь! Привет, я Миша из Казани». И кнопка «ты еще не ответила? Ответить!».

Выбрал инструменты продвижения, раскидал рекламу по ключевым словам. Каждое объявление обошлось мне от 4 до 7,78 рубля в

Шаг 4. Формируем уникальное предложение.

На этом этапе мне уже стало смешно, но неумолимая подруга-маркетолог заставила сидеть и думать, в чем я могу переиграть конкуренток. Длинные ноги, карие глаза, привычку постоянно улыбаться и умение хорошо готовить записали в плюсы.

Шаг 5. Составляем список слабых и непривлекательных качеств.

И все время помним, что их нужно не выпячивать. А выпячивать как раз упомянутые длинные ноги (плюсы то есть).

От теории к практике

Вооруженная научным подходом, я отправилась на тренировку в фитнес-зал. Все полтора часа старалась помнить, что нужно не показывать слабые стороны. Поймала несколько заинтересованных взглядов. Но, как и предупреждала подруга, с первой попытки кандидат не нашлся. Зато на обратной дороге, в метро, нашелся парень, который не соответствует примерно 90 процентам качеств из моего списка. Пока присматриваюсь. Как маркетинговый проект я провалена, подруга расстроена. Но по крайней мере свои сильные и слабые стороны и свою нишу на конкурентном рынке я теперь представляю очень четко. Что с точки зрения законов маркетинга, тоже неплохо.

зависимости от того, на какие сайты раскидывал. Дешевле всего - в соцсетях. Поставил геометку - Казань. И ограничения: ищу девушку 18 - 23, без детей.

Пока получил 14 ответов, 12 из них - неподходящие. Написала даже одна женщина в возрасте и даже зачем-то один мужчина (!). Видимо, я где-то ошибся с позиционированием себя. Здесь, как в бизнесе: неправильно позиционируешь товар (в данном случае - себя) - приходят неплатежеспособные клиенты.

Одна из двух ответивших и подходящих девушек мне понравилась. Продолжаю эксперимент. По ходу дела шлифую, придумываю другие концепции. Уже понял, что результат можно достичь, просто нужны усилия.

Овен



Овнов ждет настоящий бег с препятствиями. Что бы вы ни делали - все время какие-то преграды будут возникать на пути, но не спешите паниковать. Ваш острый и изворотливый ум - гарант того, что вы выкрутитесь из любой ситуации. Ну и постарайтесь ни с кем не ссориться.

Телец



Неделя активная, предстоит много хлопот. Ничего не откладывайте на потом, делайте все здесь и сейчас. Пока вы на волне кипучей энергии, у вас все получится, особенно вы будете успешны в профессиональной сфере. Еще на этой неделе занимайтесь своим здоровьем.

Близнецы



Вообще-то Близнецы любят все новенькое и свежее, но на этой неделе ко всему этому нужно относиться с большой осторожностью. И в первую очередь это касается новых проектов и предложений по работе, а также новых знакомств. Все это может изрядно подмочить вам репутацию.

Рак



Уделите максимальное время созданию уюта и комфортной атмосферы. Вы будете так заняты работой и своими делами, что вам станет не до любви и близких людей. Постарайтесь найти для них хоть минутку. Никаких долгов, кредитов и импульсивных покупок. Сейчас нужно не тратить деньги, а ковать благосостояние.

Лев



Даже самые простые задачи на этой неделе будут требовать такого количества сил и времени, что диву даешься. Но не опускайте рук, это все временное явление. Обратите внимание на свое окружение - пора вычислить того, кто постоянно сует вам палки в колеса, и изгнать его с позором.

Дева



Вы распланировали свою жизнь на месяцы вперед и следуете плану. Вот только окружающие, как выяснилось, на это не очень-то способны. Не будьте к ним слишком строги. На неделе вас ждет большое количество общения и переговоров, итогом станут весьма выгодные сделки.

Весы



Кому-то в вашем окружении нужна помощь, не игнорируйте это, помогите человеку. А сами чужих советов на этой неделе не слушайте - все важные решения сейчас нужно принимать самостоятельно. И постарайтесь быть посдержаннее - излишняя эмоциональность может испортить вам все дело.

Скорпион



Как говорится, кто понял жизнь - тот не спешит. На этой неделе торопиться не стоит, вам предстоит принимать ответственные решения, которые требуют вдумчивости. Причем в немалой степени вам нужно будет полагаться на собственную интуицию, она вас не подведет.

Стрелец



Следите за языком и не посвящайте никого в свои планы - вам могут помешать. И уж тем более воздержитесь от вранья - вас выведут на чистую воду гораздо быстрее, чем вы получите от этой лжи какую-то выгоду. Зато неделя хороша для начинаний и заведения полезных связей.

Козерог



Неделя пойдет не по плану, слишком уж много новых вводных будет возникать в каждом деле. Но иногда полезно и поимпровизировать. Самокопанием и перебиранием ошибок прошлого заниматься не надо. Просто учтите на будущее, как делать не надо, и отпустите себе грехи.

Водолей



Водолеи могут обнаружить, что не все вокруг такие белые и пушистые, как хотелось бы, некоторые могут и в душу плюнуть. Это, конечно, очень грустно, однако это не значит, что нужно от всех закрыться. Просто будьте внимательнее и не открывайте сокровенное каждому встречному.

Рыбы



Велика вероятность, что вы окажетесь перед сложным выбором, где при любом исходе вы можете оказаться в проигрыше. Не бойтесь просить поддержки у близких, ведь, когда все вместе, любые проблемы и трудности преодолимы. А что касается вредных привычек - самое время их бросить.

ЕРОШКИНА

ПОЛЯНКА

Морские загадки

Прочитай пословицу.

П ⁹		Е ⁵
У ¹²	В ¹	Б ²⁵ Ь ¹⁶
Е ¹⁴		О ¹⁰ А ⁷
Р ⁶	Н ²¹	Е ¹⁸
, ¹⁷	Ш ¹⁵	Е ²⁸ Б ¹¹
		М ² Ь ³⁰
		У ²⁶ Е ²²
О ³	З ²³	Е ¹⁹ Д ¹³
А ²⁴	З ⁸	★ Ш ²⁹
В ¹⁸	К ²⁰	Д ²⁷ Р ⁴

Соедини буквы в слово и узнай, кого собрались поздравить с днём рождения друга: омар, черепаха и рыба.

Помоги мурене определить, какого морского элемента не хватает в клетке с вопросом.

Lifebuoy	Crab	Clownfish	Striped fish	Ship's wheel	Shell
Squid	Striped fish	Ship's wheel	Anchor	Striped fish	Clownfish
Anchor	Striped fish	Shell	Crab	Lifebuoy	?

Рисовал Сергей БЕЛОЗЁРОВ.

СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ОТ СЕМЕЙНОГО ПСИХОЛОГА АЛЕКСАНДРЫ ЧМУЖ

БЕСТСЕЛЛЕР ДЕТСКОЙ ПСИХОЛОГИИ



Отсканируйте QR-код и закажите книгу



КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА



ЧТО ДЕЛАТЬ С ДЕТСКОЙ АГРЕССИЕЙ, КАПРИЗАМИ И КАК ОТВЕЧАТЬ НА НЕУДОБНЫЕ ВОПРОСЫ?

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЧУВСТВА ВИНЫ И ПЕРЕСТАТЬ БЫТЬ МАМОЙ-ОТЛИЧНИЦЕЙ?

ТИПИЧНЫЕ ТРУДНОСТИ У ДЕТЕЙ ОТ 0 ДО 7 ЛЕТ И КАК С НИМИ СПРАВЛЯТЬСЯ

МИСС КУПАЛЬНИК «КР»



Светлана КРАСНОБОРОДЦЕВА, Магнитогорск:
- Мама троих детей! Сейчас в декрете с младшим ребенком. Директор собственной компании по изготовлению нестандартного оборудования. Участница различных городских конкурсов красоты, а также таких соревнований, как «Гонка героев». Люблю свою семью, работу, путешествия и свою жизнь.

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

Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:



Рюши - отличный прием для пляжной одежды. С их помощью можно стать наряднее и подчеркнуть именно то, на что хочется обратить внимание. Белая рубашка в роли парео - стильный выбор.



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

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

На вопрос «Ты что, дурак?» всегда с готовностью отвечаешь: «Да!» С большой долей вероятности окажешься своим в доску.

Невинным вопросом «Это у вас что, лобно?» заданным в столовой или кафе, теперь можно обидеть и спровоцировать ответную реакцию в духе: «Да как вы могли такое подумать?! У нас приличное заведение!»

О расследовании ЧП < стр. 8.

Решила похудеть, попросила родителей поддержать меня... Прихожу домой, на холодильнике записка: «Жирная дочь - позор для семьи!»

Теперь женская красота измеряется в анджелино-джоулях.

Экранизацию «Золушки» должен снять Квентин Тарантин. Кому еще доверить историю парня, который не запомнил лицо девушки и поехал хватать за ноги всех женщин в стране.

«Уже доллара насмотрелись». Россияне ответили, будут ли они смотреть Евро.

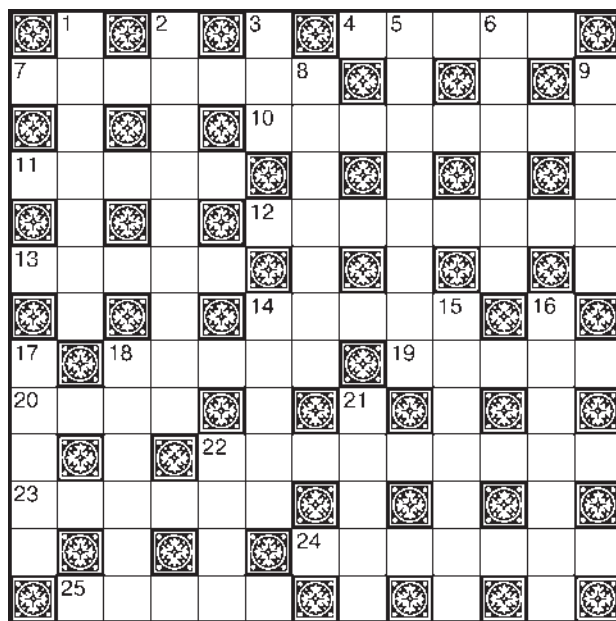
Жена каждый вечер переживает, чтобы со мной ничего хорошего не случилось.

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Вниз с вершины. 7. Издание «желтых сенсаций». 10. Кофейный напиток против похмелья у европейцев в XIX веке. 11. Головной убор Джафара из мюзикла «Аладдин». 12. Первая дата в жизни человека. 13. Какого зверя злоумышленники Нового Света иногда запускают на территорию фабрики готовой одежды, чтобы причинить владельцам огромные убытки? 14. Гриб, выкрашенный солнцем. 18. Атрибут вычитания. 19. Киношный варвар. 20. Чем обильно посыпана корка буханки «Бородинского» хлеба? 22. Мера увесистости. 23. Удачливый Освальд из мультфильма. 24. Сбыт через торговые автоматы. 25. Библиотечный том.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. «Черный нал» мужа. 2. Камень, способный прогонять печаль. 3. Столица Олимпиады, во время которой была завоевана первая советская золотая медаль по конному спорту. 5. Что приходит на смену «серым будням»? 6. Нить ракетки. 8. Черноморский курорт России. 9. Курьер Всевышнего. 14. Чей кубик, не глядя, собирает герой драмы «Сноуден»? 15. «Показательный забой скотины» в Испании. 16. «Далеко над лугами звенела...». 17. Где правил Одиссей? 18. «Вкусный нарком». 21. Самоволка из УК. 22. Кто придумал как лангольеров, так и детей кукурузы?

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Микоян. 21. Побег. 22. Книг. 14. Рубик. 15. Корпид. 16. Гармонь. 17. Итака. 18. 3. Рим. 5. Праздник. 6. Струна. 8. Далеко. 9. Англ. 10. Латте. 11. Заначка. 12. Альмадин. 13. День. 14. Скунс. 15. Кролик. 16. Вендин. 17. Минус. 18. Кролик. 19. Кокан. 20. Ружье. 21. Чалма. 22. Рож. 23. Кролик. 24. Вендин. 25. Книг.

Прогноз погоды на завтра, 22 июня

	ночью	днем	
Тула	+12 ... +14	+23 ... +25	Давление - 744 мм рт. ст. (норма июня - 735)
Ясногорск	+12 ... +14	+22 ... +24	Относительная влажность воздуха - 44% (норма - 50%)
Новомосковск	+12 ... +14	+22 ... +24	Ветер - северо-восточный 3 м/с
Белев	+12 ... +14	+22 ... +24	Восход - 3:56 Закат - 21:07
Ефремов	+13 ... +15	+23 ... +25	Луна - растущая
ясно	облачно	пасмурно	
дождь	гроза	снег	

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

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

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

■ Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.
■ Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
■ Ведущий редактор номера А. ИВАНОВ.
■ Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.
■ Учредитель, редакция и издатель - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».
■ Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

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

■ Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
■ Индексы П1101, ПМ976 Тип. №
■ Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30
■ ISSN 0233-433X

■ «НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2024», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.
■ Тираж этого номера: 172 113 экз.
■ Рекомендуемая цена 14 руб. 00 коп.

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

■ Адреса редакций и издателей:
000 Дом Прессы: 300012, Тула, Городской переулок, 15-5
Телефоны: редакция - (4872) 52-41-35, 52-41-40, рекламный отдел - (4872) 52-42-40, 52-42-45, 50-12-28, служба распространения - (4872) 52-42-49. Директор отдела рекламы - Н. Ю. КОНОВА E-mail: ns@tula-pressa.ru
000 «Агентство Комсомольская правда - Калуга»: 248000, г. Калуга, ул. Космонавта Комарова, 36.
Телефоны: редакция - (4842) 79-04-54 (доб. 206), рекламный отдел - (4842) 79-04-54 (доб. 181, 182).
Директор отдела рекламы - С. В. ЗАЙЦЕВА. E-mail: sz@kp.kaluga.ru

■ Газета отпечатана в типографии ООО «Трайм Принт Воронеж», 394026, Воронеж, пр. Труда, 48Л. Время подписания тупского выпуска по графику и фактически в 18.00. Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты. Заказ №3836 Тираж регионального выпуска - 3 200 экземпляров. За достоверность информации в рекламных материалах ответственность несет рекламодатель. «На правах рекламы», «Люди дела», «Точка зрения», «Ситуация», «Бизнес-пресс», «События», «Новости компаний», «Региональная жизнь», «Хорошая новость», «Это полезно знать», «Вопрос-ответ», «Законы красоты», «Ваше здоровье», «Кушать подано», «Открытая трибуна», «Версия», «Мнение», «Персона» - публикации на коммерческой основе.

РЕГИОНАЛЬНЫЕ РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛИ - ООО «Дом Прессы», ООО «Агентство «Комсомольская правда - Калуга»

24044
607071480258

18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30