

Руководитель Россельхознадзора
Сергей ДАНКВЕРТ -
о вспышке пастереллеза в Сибири:

Почему принимались жесткие меры и что будет дальше

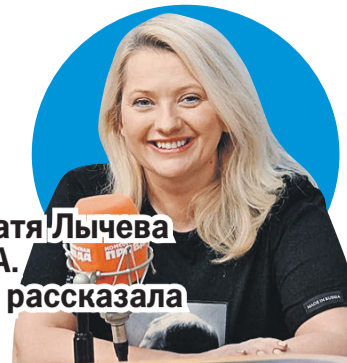
Читайте на стр. 6 ▶



РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА

Жизнь и судьба русской «Саманты Смит»

40 лет назад советская школьница Катя Лычева отправилась с «миссией мира» в США. Что с ней случилось после этого, она рассказала Александру Коцу - 17:00



100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года
Свободная цена

Вторник, 24 марта
№ 21 (27767)/2026 год

Газета нашего города
★ Киров - Сыктывкар ★

KP.RU 1 570 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Неизвестные подробности подвига рядового «Маэстро»



Читайте на стр. 4 ▶



Чак Норрис записывал плохие мысли на бумагу и сжигал ее

Денис КОРСАКОВ

На 87-м году жизни скончался легендарный актер из боевиков 80-х и сериала «Крутой Уокер».

Нет, Чака Норриса не считали великим актером. Ему никогда не грозил «Оскар», даже почетный (Джеки Чану Киноакадемия его выписала в период помешательства на мультикультурализме, а давать местным, американским экшен-звездам считала и считает ниже своего достоинства).

Продолжение на стр. 14 ▶

Вычитать и умножать, беспилотник собирать

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Школы перейдут на новый стандарт образования.

Жизнь старшеклассников и их родителей может серьезно измениться с 1 сентября 2027 года. Об этом говорит проект приказа Минпросвещения, который был одобрен на заседании совета ведомства.

Самое заметное новшество касается старшей школы. Сейчас ученик 10-11-го

класса должен выбрать минимум два предмета для углубленного изучения. С 2027 года появится право выбрать базовый уровень по всем предметам.

Планируется еще одно важное нововведение. Впервые в стандарте обозначен обязательный базовый перечень оборудования для всех предметных кабинетов. Как пояснил министр просвещения Сергей Кравцов, это делается для того, чтобы обеспечить равные условия обучения в

любой школе - от Москвы до самого отдаленного села.

В кабинеты физики планируется поставить лабораторные комплекты по оптике, механике и термодинамике, а также телескопы и модели ракет-носителей. На уроках «Основы безопасности и защиты Родины» (ОБЗР) появятся макеты автомата Калашникова, противогазы, санитарные носилки, а также комплекты для изучения беспилотных летательных аппаратов (БПЛА).



Елена ОДИНЦОВА

В Госдуме задумались над «кодированием от шопоголизма».

«Не могу остановиться - все покупаю, покупаю... Спасите, родные избранные!» Видимо, примерно так

В России могут ввести самозапрет покупок на маркетплейсах

воззвали россияне к депутатам. И те задумались: а не предоставить ли гражданам возможность еще одного добровольного самозапрета? На этот раз - на покупки на маркетплейсах. Об этом сообщил глава Комитета Госдумы по финансовому рынку Анатолий Аксаков. Инициатива пока на стадии обсуждения. Скорее всего, механизм будет работать по уже обкатанной схеме - через «Госуслуги».

Напомним, с 1 марта 2025 года россияне уже могут устанавливать себе самозапрет на оформление кредитов, а с 1 сентября 2026-го можно будет самозапретить себе азартные игры в букмекерских конторах и игорных заведениях.

Для маркетплейсов предлагаются две возможные опции: полностью заблокировать себе возможность покупок или ввести на них определенный лимит.

Тише едешь - меньше платишь

Андрей ЗОБОВ

О том, как перенастраивали экономику и сдерживали рост цен, Владимир Путин рассказал на совещании в понедельник. Президент встретился с министрами и руководителями экономического блока: от премьера Михаила Мишустина до главы ЦБ Эльвиры Набиуллиной.

- Начну с первых статистических данных этого года. Отмечу, что безработица в январе оставалась на низком уровне - 2,2%. А инфляция закрепилась ниже 6% в годовом выражении. Это, безусловно, плюс, - президент подчеркнул главное достижение. Ради этого и «замедляли» экономику - чтобы цены

не били по карману простых граждан.

Есть и минусы - и с ними государство будет работать.

- На что хотел бы обратить внимание? Прежде всего низкая, отрицательная динамика основных макропоказателей, - сказал Путин.

Так, январский ВВП оказался на 2,1% ниже, чем в 2025 году. На 0,8% снизилось промышленное производство. Небольшой рост был лишь в сфере добычи полезных ископаемых - плюс 0,5%.

- Хочу подчеркнуть: необходимо вернуться на траекторию устойчивого экономического роста с замедлением инфляции и сохранением стабильности на рынке труда, - заявил глава государства.



На заседании Владимир Путин констатировал - показатели ВВП за январь на 2,1% ниже прошлогодних, упало промышленное производство. Но правительство работает над тем, чтобы вернуть экономику к устойчивому росту.

ДОСЛОВНО

К нам Чен Ын

Александр ГАМОВ

Пресс-секретарь президента ответил на вопрос политобозревателя «КП».

В воскресенье на сессии северокорейского Верховного народного собрания Ким Чен Ын был переизбран на пост председателя государственных дел КНДР. Владимир Путин поздравил Кима с этим событием.

- В прошлом году Владимир Путин приглашал Ким Чен Ына посетить Россию, а сейчас, 23 марта, поздравил его с переизбранием. Приглашение в силе? - спросил политический обозреватель «КП» Александр Гамов пресс-секретаря Президента России.

- Да, у товарища Ким Чен Ына есть действующее приглашение посетить Россию с визитом, - ответил Дмитрий Песков. - И по мере того, как сроки будут согласованы, такой визит сможет состояться. Разумеется, в России будут рады видеть руководителя КНДР.



Дмитрий Песков.

ЗАДАЧИ ОТ ПРЕЗИДЕНТА

После этого Владимир Путин объяснил, как государство собирается работать в экономической сфере.

1. Сделать экономику устойчивой

- Важное условие уверенного роста - это сбалансированность всей макроэкономической конструкции, постоянный мониторинг и управление такими важнейшими параметрами, как рост денежной массы, динамика кредитования и, конечно, состояние бюджетной системы, где важно обеспечить именно долгосрочную устойчивость.

2. Создавать рабочие места с большой зарплатой

- Также необходимо улучшать структуру занятости, добиваться притока кадров в высокотехнологичные отрасли, где формируется большая добавленная стоимость.

3. Не давать мировым изменениям ударить по карману людей

- Для эффективной макроэкономической политики важно учитывать все значимые факторы, заранее реагировать на внешние риски, а такие риски сейчас остро проявляются на глобальных рынках, в системе международных экономических отношений.

Имею в виду общую напряженность в мире и связанные с этим колебания рынков энергоресурсов, да и по многим другим товарам происходит то же самое.

4. Отдать долги государству

- Уже говорил, российским нефтегазовым компаниям стоит подумать о том, чтобы направить дополнительные доходы от роста мировых котировок углеводородов на снижение долговой нагрузки, на погашение задолженности перед отечественными банками. Это было бы зрелым решением. После вступительного слова президента камеры выключились - экономика сегодня любит тишину...

■ ДЕРЖИ КАРМАН ШИРЕ

Елена МАТВЕЕВА

Через неделю в России вырастут социальные пенсии.

В апреле традиционно повышают социальные пенсии. На этот раз выплаты увеличатся в среднем на 1000 рублей в зависимости от категории получателя. В результате средний размер соцпенсии превысит 16 500 рублей. Как сообщили в правительстве, индексация затронет 3,6 млн человек.

Напомним, социальную пенсию получают россияне, у которых не хватило стажа или баллов для обычной, страховой (она же трудовая) пенсии. К тому же соцпенсия таким людям начинают выплачи-

1 апреля - пенсию проверю



вать на пять лет позже: женщинам в 64 года, мужчинам в 69 лет. Но для отдельных коренных народов Севера этот возраст снижен до 50 и 55 лет соответственно. Также социальную пенсию получают инвалиды и дети до 18 лет (и до

23 лет при очном обучении), потерявшие одного или обоих кормильцев.

Базовая величина социальной пенсии - 8824 рубля. Но для каждой категории получателей применяются повышающие коэффициенты,

которые зависят от группы инвалидности, места проживания, количества иждивенцев и т. д. Например, социальная пенсия, выплачиваемая детям-инвалидам, после нынешней индексации превысит 22 тысячи рублей.

Важный нюанс: если после индексации общий доход человека все равно окажется ниже регионального прожиточного минимума пенсионера, ему назначат доплату. То есть на руки он в любом случае получит сумму не меньше прожиточного минимума, установленного в регионе. В среднем по стране это 16 288 рублей.

В контакте



Вступайте в нашу группу ВКонтате
VK.COM/KPRU



ПОЛИТИКА

США уже испытывают на Украине боевых роботов: какой ответ готовит Россия

ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

НАУКА

Яблони не зацветут: превратить Марс во вторую Землю не получится



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



Зачем в России принимают так много стандартов и что с ними делать.

**Вера ЦЫГАНКОВА,
Евгений ОРЛОВ**

НА ПИВО, НА ЧИПСЫ И НА ПИВО С ЧИПСАМИ

А вы заметили, что на Россию посыпались ГОСТы как из рога изобилия? Высочайше утвержденного в Росстандарте. Прошедшего публичное обсуждение и строгую экспертизу на соответствие законодательству.

Вот далеко не полный список госстандартов, которые были приняты или о которых стало известно в феврале - марте:

- на белый хлеб
- на бананы
- на хурму
- на пиво
- на картофельные чипсы
- на растворимый кофе
- на отели
- на нефть
- на асфальт
- на собак-поводырей
- на комнаты для квестов
- на маникюр
- на фунчозу
- на чак-чак.

Да как так?

- «Массовое производство» ГОСТов в разных областях - это совпадение, стечение обстоятельств, - оценил тенденцию **председатель Союза потребителей России Алексей Койтов** в эфире Радио «Комсомольская правда» (97,2 FM).

По словам эксперта, всего в России около 40 тысяч ГОСТов. Поэтому и правда нет ничего удивительного, что их принимают в таком большом количестве.

Но хорошо это или плохо, что у нас всё хотят стандартизировать и упорядочить?

- Если в советский период

Незванный ГОСТ

ГОСТы были обязательными, то сейчас они носят добровольный характер, - то ли успокаивает, то ли пугает Алексей Койтов. - И обязательными они становятся только в случае, если компания принимает на себя обязательства выполнять требования ГОСТа.

Проще говоря, если производитель пишет на упаковке, что товар сделан по ГОСТу, то он обязан выполнять каждый пункт стандарта. Но никто не заставляет его это делать. Зачем же тогда эти бесчисленные ГОСТы нужны?

- Возьмем для примера ГОСТ на маникюр. Специалисты из этой области говорят: он отражает стандарты и процедуры, которые нормальные мастера и так знают и применяют. Но ведь появляются новые исполнители, они могут что-то не знать. А ГОСТ - это инструкция, руководство по оказанию услуги. И если человек станет туда чаще заглядывать, то результат у него будет лучше, надежнее, безопаснее. Это подход, на который направлены ГОСТы. Поэтому подробную регламентацию всех отраслей потребительского рынка мы поддерживаем, - говорит Алексей Койтов.

А еще ГОСТ - это своеобразный знак качества. Заветные четыре буквы на упаковке дают производителю конкурентное преимущество.

- У людей, особенно старшего поколения, на подкорке осталась ассоциация: если я вижу, что, допустим, на банке тушенки написано «Сделано по ГОСТу», то я уверен, что она качественная. Что там нормировано содержание примесей, жира и т. д., - объясняет Койтов.

РАЗМЕР ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЕ. ИЛИ НЕТ?

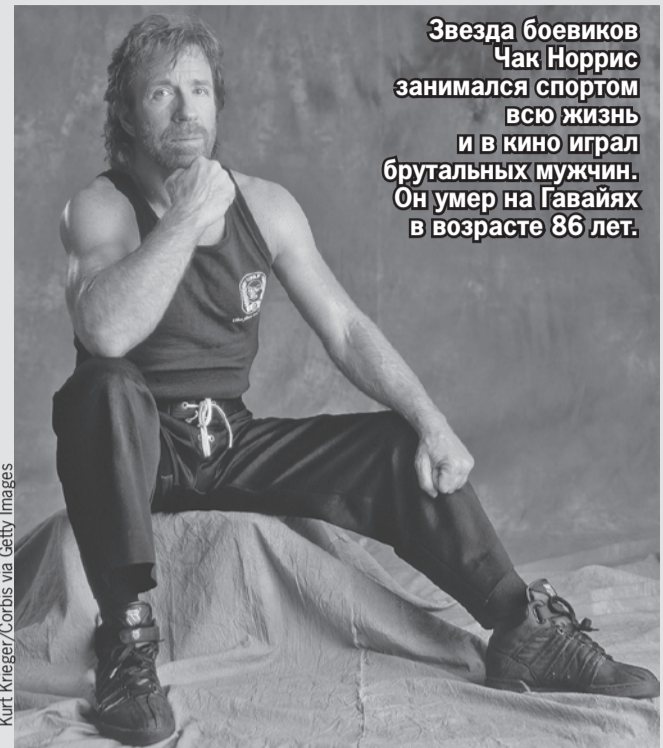
Но иногда требования ГОСТов вызывают недоумение. Вот свежесотряпанный пример: недавно в стране приняли стандарт на фунчозу, который вступит в силу с 1 сентября. Если кто не в курсе: это «стеклянная лапша», очень популярная в китайской, корейской, японской и других азиатских кухнях. Так вот, согласно ГОСТу, длина макаронины не должна превышать 70 см. Абсурд?

- Давайте пофантазируем. Если длина этой макаронины действительно на что-то влияет и эксперты это подтвердили, то, конечно, ее надо регламентировать. Но если просто кому-то захотелось так написать, то это абсурд, из-за которого этим ГОСТом не будут пользоваться, - рассуждает Алексей Койтов.

И здесь, по словам эксперта, кроется тонкая грань.

- ГОСТ должен не просто что-то нормировать, - объясняет Алексей Койтов. - Он должен сделать это так ювелирно, чтобы и безопасность продукции обеспечить, и качественные характеристики определить, и при этом не содержать избыточных или абсурдных требований. Тогда он становится идеальным инструментом. И, несмотря на свою добровольность, он становится нужен и полезен участникам рынка. И производители начинают соревноваться, кто быстрее возьмет его на вооружение и будет иметь маркетинговое преимущество на рынке. Это идеальная картина мира, к которой нам надо стремиться в области стандартизации. Пока, увы, не до конца получается. Но надеюсь, мы к этому придем.

ВОПРОС ДНЯ



Звезда боевиков Чак Норрис занимался спортом всю жизнь и в кино играл brutальных мужчин. Он умер на Гавайях в возрасте 86 лет.

Kurt Krieger/Corbis via Getty Images

Не стало Чака Норриса (о нем на стр. 14), Крутого Уокера, героя голливудских боевиков, который защищал униженных и оскорбленных. Его любили и у нас в стране. И мы спросили:

А кто из наших актеров для вас - воплощение мужественности и справедливости?

Анатолий ВАССЕРМАН, депутат Госдумы:

- Более прочих - Михаил Ульянов, Вячеслав Тихонов, Георгий Юматов, Владимир Высоцкий. Не все их роли - образцово-благородные, как, впрочем, и у Норриса, но лучше всего им удавались роли настоящих мужчин. Неоднозначных - вспомните роли Высоцкого в «Месте встречи» и «Служили два товарища».

Франц КЛИНЦЕВИЧ, экс-сенатор:

- Николай Еременко-младший - это и мужественность, и справедливость. Прежде я назвал бы и Алексея Серебрякова за его роли в «9 роте» и «Охотниках за караванами». Уважаю за силу характера Александра Панкратова-Черного и Федора Бондарчука. К стати, сын Федора, Сергей, отлично сыграл Сан Саныча Карелина - великого человека.

Дмитрий КОЗАЧЕНКО, винодел:

- Для меня это Федор Добронравов, кстати, он, насколько я знаю, служил в десанте. Он несет только добро - а я не люблю фильмы, где все взрывается и умирает.

Ольга БЕКЛЕМИЩЕВА, бывший член Центросовета партии «Яблоко»:

- В фильме «Два бойца» 1943 года главные герои - Борис Андреев и Марк Бернес. Смотришь на них и понимаешь: такие - защитят.

Лев КОРОЛЬКОВ, ветеран СВР:

- Я смотрел фильмы с Норрисом и за пределами страны. Я самбист, и Чак мне близок по духу. Из актеров защитниками справедливости выглядели Юматов и Лановой. Они играли хороших, сильных людей, но с легкой наивностью. А в жизни за образец я брал многократного чемпиона СССР по самбо Бориса Васюкова и основателя самбо Анатолия Харлампиева.

Эвелина БЛЁДАНС, актриса:

- Назову одного - Диму Певцова. Мы вместе работали, знаю, насколько он хороший человек, как он поддерживает важные проекты. Он действительно патриотичен, он так относится тепло к своей семье...

ФИНАНСЫ В НЮАНСАХ

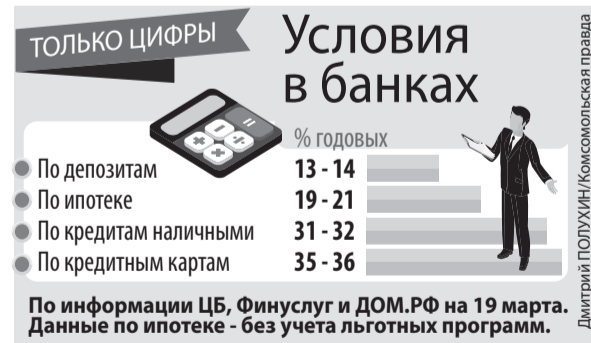
Евгений БЕЛЯКОВ

Центробанк опустил «ключ» на 0,5%. Как это отразится на кошельках?

ЦБ сказал - ЦБ сделал. Еще летом прошлого года глава Центробанка Эльвира Набиуллина объявила, что ключевую ставку будут опускать, поскольку инфляция в России пошла вниз. С тех пор ее понемногу снижают почти каждый месяц. И в минувшую пятницу на заседании совета директоров ЦБ ее снова снизили - с 15,5% до 15%. Напомним, в начале 2025 года ключевая ставка равнялась 21%.

А сейчас немного теории. Ключевая ставка - это главное оружие ЦБ для борьбы с инфляцией. Ведь это процент, под который ЦБ дает деньги

Полставки сделаны



в долг обычным банкам. Им эти деньги нужно будет вернуть. Поэтому, когда ключевая ставка высокая, проценты по кредитам и вкладам тоже на высоте. В результате люди берут меньше денег в долг, больше хранят на вкладах, спрос на товары и услуги снижается и рост цен замедляется.

Однако у высокой ключевой ставки есть и побочный эффект: компании

берут меньше кредитов на развитие бизнеса, и экономика растет медленнее. Поэтому ЦБ при первом удобном случае снижает ставку.

Отсюда вывод: поскольку «ключ» снизился, следовательно российские банки опустят проценты по кредитам и вкладам (какими они были до снижения «ключа» - см. графику). В среднем на те же полпроцента. Но это случится

не прямо сейчас - обычно процесс растягивается где-то на неделю.

Кстати, курс ЦБ на снижение ставки не изменила даже ситуация на валютном рынке. С февраля рубль просел на 10%. А ведь инфляция во многом зависит от курса рубля: чем он слабее, тем дороже импорт.

Однако на инфляцию снижение рубля пока не повлияло, считают в Центробанке.

- Нет смысла рассматривать поведение курса за несколько дней, нужно смотреть на более длительные сроки. Например, если мы возьмем средний курс доллара в 2025 году, то он составил 83,4 рубля. Это примерно то же самое, что сейчас, - говорит **зампред ЦБ Алексей Заботкин**.



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



Российский боец Сергей Ярашев с позывным «Маэстро» 68 дней воевал в полном окружении. Когда о подвиге рассказали Владимиру Путину, он позвонил командующему, убедился, что все правда, и тут же присвоил бойцу звание Героя.



Дмитрий СТЕШИН,
военкор «КП»

Корреспондент «Комсомолки» встретился с теми, кто прикрывал «Маэстро», снабжал, морально поддерживал, а потом помог выйти к своим.

ВКУС ФРОНТОВОГО БРАТСТВА

Как точно заметил знакомый штурмовик: «Ситуация - не приведи Господи, но на СВО случается». Весной 2024-го я работал с авиаштурмовиками в пригородах Донецка - на окраине Марьинки, начинался штурм Красногоровки. Но впереди были только поля и лесопосадки. И «война дронов». Вечером к нам на позицию, в обваливающуюся пятиэтажку, пришел паренек из соседнего БПЛА-расчета. Он знал, что мы не откажем в помощи. Его «мавик» уронил вражеский РЭБ, а вечером, «по-серому», надо снабжать раненого бойца, который получил осколок в ногу и на 14 дней застрял в каком-то блиндаже, всего в двух километрах от наших передовых постов. Эвакуация невозможна. Почему? Мне подробно объяснили. Выносить его быстро, чтобы успеть выйти из зоны поражения, нужно 10 человек минимум. Это только в фильмах по двое влегкую бегают с носилками и раненым. И главное - если при эвакуации что-то пойдет не так, там можно «оставить» всех. Противник специально ждет эвакуационные группы. Отправить за ним броню - еще хуже. Вот и сидел там вторую неделю бедолага, но твердо знал - его не забыли.

Пока командир расчета возвращал свой дрон с патрулирования и менял батарею, мы стали быстро упаковывать воду в бутылках по 0,5. Я резал коврик-пенку, боец крутил свертки красным скотчем и приоткрывал крышечки, чтобы бутылка не лопнула при сбросе. Ушел первый груз с водой. Сообщил по рации - получил. Попросил «что-то вкусненькое, есть пащети-

Батальон воевал за своего «Маэстро» всеми дронами, минами, вареньем и борщом

ки из пайка?». У меня с собой была палка копченой колбасы «Киевская» производства Донецкого мясокомбината. Минут через 20 рация захохотала, боец оценил нашу шутку, во всех смыслах. И мы тоже порадовались за бойца - держится, не раскис! К исходу месяца сидения наши прошли за Марьинскую звероферму и фронтového отшельника вытащили. А я навсегда запомнил, как выглядит фронтовое братство, в те минуты его можно было осязать.

Вот и в истории с «Маэстро» именно братство сыграло главную роль и обеспечило и счастливый конец, и красивый отход.

«ГЛАЗА» В ТЫЛУ И НА ЗЕМЛЕ

Я пытался представить себе месяц жизни в блиндаже, в лесопосадке, весной - и не смог. Никто не сможет такое вообразить, даже примерно. Но 68 дней в разгар зимы?! Как так

«Маэстро», оказался в окружении...

Но у Сергея была рация, он сразу же связался с командованием, и фатальную ситуацию удалось вывернуть в свою пользу. Укрытие у Сергея было надежное - целый комплекс деревянных домов с крытыми дворами, несколько погребов. Он остался на позиции и начал вести наблюдение за противником, благо все привыкли, что самые зоркие «глаза» висят в небе. Но здесь «глаза» были на земле. Мою мысль подтвердил Сергей Джуха, старший оператор БПЛА, снабжавший «Маэстро» и вообще его опекавший.

- У нас с ним был радиоконтакт постоянный. Он нам передавал информацию: откуда работает стрелковка, откуда работает ствольная артиллерия, с какого направления летят дроны противника. Соответственно, мы это все брали во внимание, выявля-

несколько дронов-камикадзе в постоянной готовности, чтобы Сергею помочь.

Про «Маэстро» знали и в батальоне, и в бригаде. Комбат каждое утро начинал с того, что узнавал: «Как там «Маэстро»?»

Противнику не удалось взять позицию: отчаявшись, они даже пытались вступать в переговоры. А потом навели на «Маэстро» артиллерию. И не один раз. Потом тяжелый агродрон сбросил на убежище бойца противотанковую мину. Она развалила деревянный дом в труху. Но «Маэстро» все время перемещался по своей позиции. Ему там не было скучно.

ПРОЩАЛЬНЫЙ КОНЦЕРТ «МАЭСТРО»

Я расспрашиваю оператора БПЛА с позывным «Колибри» о самом важном для любых окруженцев - снабжении. Как это сделали? «Колибри» из Донбасса, пришел еще в Народную милицию ДНР за два года до начала СВО. Корректировщиком в артиллерию. Посмеиваясь, вспоминает недавнее прошлое, бумажные карты, буссоли на треногах, штатный компас Адрианова. Говорит, что не заметил, как стал летчиком «малого неба» - это было логично. А еще «Колибри» буквально вырос на войне, в 2014-м ему было всего 12 лет, и он уже тогда собирался идти воевать за свою землю. У него воевала сестра и брат сейчас воюет...

- Понимаешь, «Маэстро» там все время был в напряжении, каждую секунду ожидал очередного наката пехоты. Но радиосвязь решает очень много, наше постоянное общение. Мы батареи ему сбрасывали...

Оказывается, снабжали «Маэстро» не слабосильными «мавиками», поднимающими от силы 3 килограмма, а тяжелым агродроном. Он может утащить на себе до десятка кило груза. Все знали, что «Маэстро» любит «сладенькое». Все знали, что «сладенькое» ему необходимо, чтобы как-то восполнить нервное выгорание. Ему персонально отправляли малиновое варенье! Запайвали в пакеты борщи - чтобы побаловать. Посылали газовые баллоны и горелку, «окопные свечи» - ими можно и протопить погреб, и просушить одежду. Термобелье тоже пересылали. Отправляли и химические грелки - зима в этом году была лютой.

Забросить груз тоже было не просто. По словам «Колибри», доставляли его ночью



Старший оператор БПЛА Сергей Джуха сделал максимум возможного, чтобы его друг получал по воздуху все необходимое.

или под утро и строго контролировали момент, когда «Маэстро» его забирал, - чтобы в воздухе было «чисто».

В конце концов, противник оставил «Маэстро» в покое, а потом ему вообще стало не до «фронтového отшельника» по оперативным обстоятельствам. И тогда было принято решение - выходить. По земле бойца выводили парни из смежного подразделения - штурмового отряда «Тайфун» 506-го полка. «Маэстро» смог встретить всего в 100 метрах от его убежища. И дальше эвакуационная группа передвигалась от укрытия к укрытию, по частично заминированной дороге. В воздухе над парнями висел наш FPV-дрон, готовый показать укрытие, предупредить об опасности и нанести ответный удар.

Мой вопрос удивил Сергея Джуху:

- Конечно же, я его встретил! Не мог не встретить! И он худой был, грязный, заросший, но держался!

«Маэстро» не ушел просто так со своей позиции. Дрон привез ему и взрывчатку, и детонаторы, а обращаться с этим добром Сергей Ярашев умел. Он во время своего «сидения» заминировал все подходы со стороны противника. Думаю, это одна из причин, почему бандеровцы бросили штурмовать одинокого бойца. А перед уходом «Маэстро» заминировал и свое укрытие. Концерт получился что надо, наша разведка зафиксировала подрывы. Противник понял, что «Маэстро» ушел, но не ожидал, что с ним попрощаются так громко.



Мама Сергея Ярашева, Татьяна, считает, что у нее очень сильный сын, который смог преодолеть немыслимые трудности.

получилось, мне объяснил майор Вадим Поздняков, замкомандира 110-й гвардейской бригады 51-й армии группировки «Центр». Штурмовая группа занимала позиции в районе поселка Гришино на Красноармейском направлении. Майор рассказывает:

- В ходе боя, к сожалению, наш боец был отрезан от основной группы, потому что противник массово применил FPV-дроны, артиллерия ударила, начала чужая пехота подходить. Нам удалось их откинуть. Но противник был впереди, справа, слева, а сзади - поле, которое просто невозможно пересечь, чтобы не погибнуть. По нему активно работали дроны противника. Наш боец Сергей Ярашев,

ли огневые точки, «гнезда» операторов БПЛА. Сергей нам передавал координаты мест, где он видел выносные антенны. Били по ним. Судя по реакции противника, по его возросшим потерям, в какой-то момент бандеровцы догадались, что в тылу у них наша разведка. И они были уверены, это слышалось в радиоперехватах, что там целая группа наших разведчиков или штурмовиков! Сергей Джуха объясняет, что прикрытие «Маэстро» было не частной инициативой, а приказом командования:

- Мы вели наблюдение за «Маэстро» 24/7, несколько раз FPV-дронами отбивали попытки штурма его позиции. У нас была задача - держать



Самые актуальные новости об СВО - в телеграм-канале военкора «КП» Дмитрия Стешина



Евгений УМЕРЕНКОВ

Вчера Дональд Трамп заявил, что США прекращают удары по Исламской Республике на 5 дней после неких «удачных переговоров» с Тегераном. Но говорить о прекращении агрессии пока не приходится.

Глядя на то, как утюжат сейчас Иран, мир заговорил о том, что лучшая гарантия безопасности любой страны - обладание ядерным оружием (ЯО). Ускорят ли события на Ближнем Востоке появление новых ядерных держав?



Евгений Бужинский.

Об этом «Комсомолка» расспросила главу Центра политико-военных исследований факультета мировой политики МГУ им. Ломоносова, генерал-лейтенанта в отставке Евгения Бужинского.

«Иран рано или поздно получит ядерное оружие»



Еще недавно иранские ракеты были лишь экспонатами музея в Тегеране. Теперь они летят в сторону Израиля и объектов США на Ближнем Востоке. Пока летят без ядерных зарядов.

Что произойдет при попытке США разблокировать Ормузский пролив, читайте на сайте



ИЗ ДОСЬЕ «КП»



Официально в мире пять ядерных держав - Россия, США, Китай, Франция и Великобритания. Все они входят в Совет Безопасности ООН как постоянные члены с правом вето. Такой статус им дает Договор о нераспространении ядерного оружия, где указано, что государством, обладающим ЯО, считается страна, которая произвела и испытала его до 1 января 1967 года.



Однако фактически в «ядерный клуб» входят девять государств, добавились Индия, Израиль, Пакистан и КНДР.

Дмитрий ПОЛУХИН / Комсомольская правда

ГДЕ СПРЯТАН УРАН?

- Иран может получить свое ЯО? - Убитый в первый день агрессии верховный лидер страны Али Хаменеи уже давно издал фетву (религиозно-правовое заключение. - Ред.) о том, что Иран не будет иметь ядерного оружия. Но после его смерти, насколько я понимаю, эта фетва больше не действует, нужна новая, от нового лидера. А от Моджтабы Хаменеи, скорее всего, ее не будет.

Иран вполне способен обрести такое оружие. Конечно, не сразу. Но в любом случае уже понятно, что уничтожить полностью иранский ядерный потенциал, оцениваемый в 410 кг обогащенного до 60% урана, не удалось.

Соединенные Штаты утверждают, что им известно, где спрятан этот уран - вроде как завален в Исфахане, но никто точно не скажет, правда это или нет. И как его достать, что потом делать - вывозить или обезвредить, - тоже никто толком не знает. Думаю, что рано или поздно Тегеран свое ЯО получит.

«ДОГОВОР ДЫШИТ НА ЛАДАН»

- А как же Договор о нераспространении ядерного оружия от 1968 года? В него не вошли Индия, Пакистан, Израиль, Южный Судан, а КНДР из него вышла. Но все остальные страны его подписали...

- Договор, с моей точки зрения, уже дышит на ладан. Там есть статья 6, которая фиксирует желание и готовность в будущем в первую очередь СССР - а сейчас России - и США избавиться от ядерного оружия. После того как американцы отказались от Договора о сокращении стратегических наступательных вооружений, для всех стало понятно, что никакого избавления от ЯО в нынешних условиях не будет.

- У Саудовской Аравии есть договоренности с Пакистаном о том, что в случае чего саудиты будут

опираться на его ядерный потенциал. Сейчас такая ситуация может возникнуть?

- Я в это не верю. Американцы очень трепетно относятся к вопросам распространения, они не позволят саудитам заполучить ЯО Пакистана. Тут важен и израильский фактор: Саудовская Аравия - арабское государство, оно ближе, чем Иран, находится к Израилю и не очень ему дружественное.

КТО ОТКРОЕТ ЯЩИК ПАНДОРЫ?

- Делаются предположения, что Израиль может применить свое ядерное оружие против Ирана и, мол, выяснится, что последствия не будут фатальными. Тогда отношение к ЯО изменится, к нему начнут относиться как к одному из допустимых средств поражения.

- Теоретически возможно все, но мне хотелось бы посмотреть на страну, которая применит ядерное оружие первой. Думаю, на дыбы встанет весь мир. Поскольку все понимают, что это ящик Пандоры, который только стоит открыть - и дальше уже примененные нестратегического ЯО может стать чем-то обыденным.

А если в это действие удастся вовлечь Соединенные Штаты и Российскую Федерацию, то, по моему глубокому убеждению, остановить эскалацию до полного апокалипсиса и взаимного уничтожения будет невозможно.

ОСОБЫЙ СЛУЧАЙ

Почему Белый дом оставил в покое Северную Корею.

Сейчас в пример приводят Северную Корею: уж как не нравятся Западу Ким Чен Ын, а тронуть его не смеют. Как КНДР создала ядерное оружие, рассказал ведущий научный сотрудник Центра корейских исследований Института Китая и современной Азии РАН Евгений Ким:

- Еще в 1994 году, когда в Северной Корее не было явных признаков создания ядерного оружия, хотя



Евгений Ким.

работы по обогащению урана шли, президент США Билл Клинтон собирался было нанести удар по этой стране. Но воспротивился тогдашний президент Южной Кореи Ким Ён Сам, потому что южане, тщательно изучив вопрос, пришли к выводу, что при наличии соседних России и Китая атаковать КНДР бесполезно.

- Как северокорейцы получили ядерное оружие?

- Они примерно на рубеже нулевых и десятых годов приобрели у Пакистана газовые центрифуги нидерландского производства. И

за счет этого шло обогащение урана.

- Как оценивается ядерный потенциал Северной Кореи?

- Считается, что 20 - 30 боеголовок у них есть. К тому же они сумели сделать носители - баллистические ракеты. А сама по себе технология создания ядерной бомбы - не секретная.

- В учебниках все написано.

- Да, при надлежащем материальном и кадровом обеспечении ее можно сделать. КНДР очень серьезное внимание уделяла как раз техническим кадрам. Даже когда у них много десятилетий была карточная система, инженеры и техники получали более полный паек. Почти на 300 предприятиях страны были технические вузы, где рабочие становились инженерами.

- Можно сказать, что именно наличие у Пхеньяна ядерного оружия - главный сдерживающий фактор для любых попыток напасть на страну?

- Конечно. Северная Корея может ответить обидчикам самым решительным образом. Плюс к этому напомню, что три четверти ее территории - горы. Власти заявляют, что в них созданы убежища, где могут укрыться 30 миллионов человек, больше, чем все население страны, где живут 26 миллионов.

Но главное - ядерное оружие, которое постоянно совершенствуется. На днях в КНДР провели очередные учения с применением крылатой стратегической ракеты, которая летела по заданной траектории три с лишним часа и точно поразила цель.



Лидер КНДР Ким Чен Ын (слева) и его дочь Ким Чжу Э (в центре) смотрят, как стартует ракета «Хвасон-18», которая может нести ядерную боеголовку.

КТО СПРЫГНУЛ НА ПОЛДОРОГЕ

✓ ЮАР начала программу по созданию ядерного оружия в 1970-х годах и позже признала, что изготовила шесть боеголовок. Однако из-за серьезного международного давления в эпоху апартеида в 1989-м страна добровольно отказалась от этой программы. К 1991 году все боеголовки демонтировали.

Большую роль в раскрытии ядерных планов ЮАР сыграл советский разведчик-нелегал, Герой России Алексей Козлов. Он работал в Южной Африке под видом немца Отто Шмидта. Козлова предал перебежчик, разведчика арестовали и на два года

заключили в тюрьму в Претории, где подвергали жестоким пыткам. Козлова удалось обменять на 10 шпионов ФРГ и одного южноафриканского военного, захваченного в Анголе.

✓ В разное время программы по разработке ядерного оружия имели, но потом отказались от них Бразилия, Аргентина, Тайвань, Южная Корея, Япония, Швеция.

✓ Ливия при Муаммаре Каддафи закрыла свою ядерную программу, чтобы выйти из-под западных санкций. Однако через несколько лет Запад спровоцировал военный переворот и убийство Каддафи.

Елена ПЕТРОВА

Вспышка инфекционного заболевания среди скота в Новосибирской области вызвала тревогу у фермеров и жителей сел. Почему потребовался заботой животных, как принимаются такие решения и на какую поддержку могут рассчитывать хозяйства? Об этом в интервью «Комсомольской правде» рассказал руководитель Россельхознадзора Сергей Данкверт.



Сергей Данкверт.

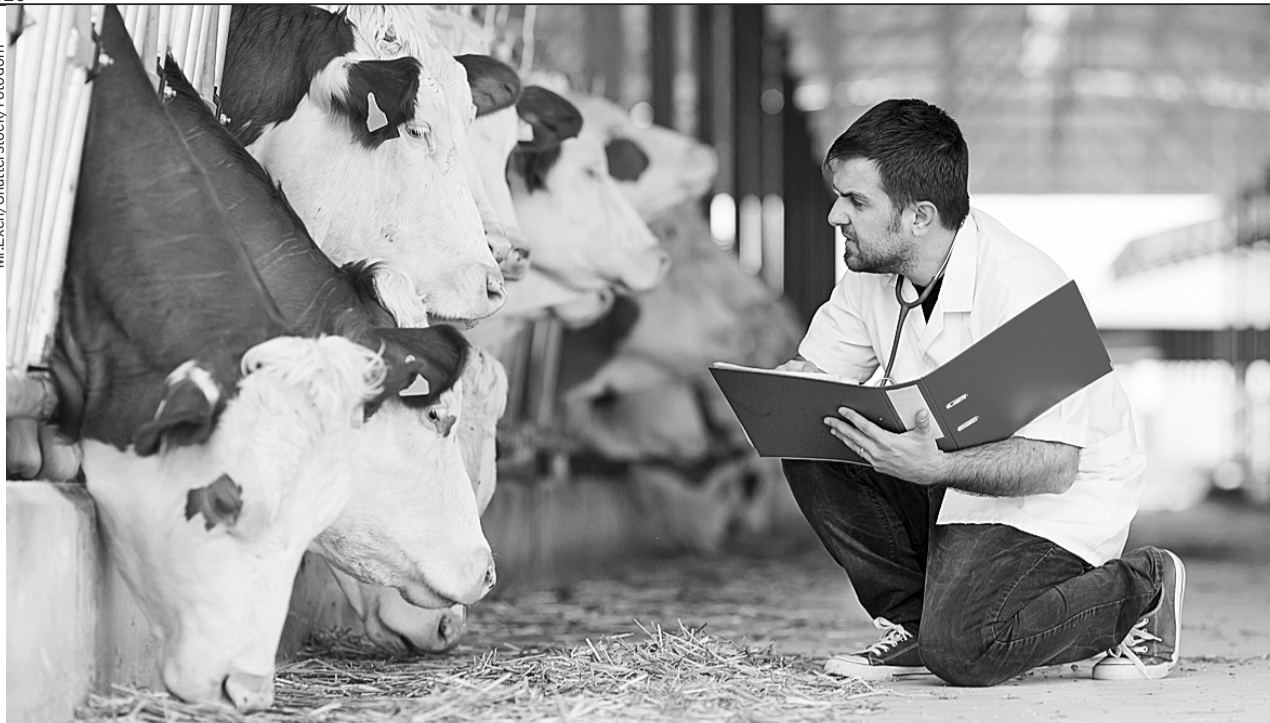
«ПОЙТИ НА ЭТО БЫЛО НЕПРОСТО»

- Сергей Алексеевич, жители новосибирских сел говорят: «У нас убили коров, а объяснить толком ничего не объяснили». Зачем вообще понадобилось идти на такие жесткие меры?

- Конечно, люди, для которых коровы - настоящие кормилицы, очень тяжело переживают эту ситуацию. Да и ветеринарам было непросто идти на такие непопулярные меры. Но речь идет о вспышке опасного инфекционного заболевания - пастереллеза, осложненного другими болезнями, и неизлечимого бешенства.

В Новосибирской области мы увидели нетипичную ситуацию. Болезнь повела себя агрессивнее, чем обычно, фактически с элементами мутации. Это показали лабораторные исследования собранного биоматериала. В такой ситуации единственный способ остановить распространение - быстрое изъятие и уничтожение больных и подозрительных животных, как это делается во всем мире. Это тяжелое решение, но оно принято для того, чтобы не погубило в разы больше скота и чтобы инфекция не вышла за пределы региона.

- Многих волнуют вопросы: а точно ли это именно эта болезнь и не повод ли это, чтобы «защитить» частников в интересах агрохолдингов?



Пастереллез - инфекционное заболевание, которое нередко встречается у скота. Оно излечимо. Но проблема в том, что в Новосибирской области он оказался в очень заразной форме.

Руководитель Россельхознадзора Сергей ДАНКВЕРТ - о вспышке пастереллеза в Сибири:

Почему принимались жесткие меры и что будет дальше

- Мы опираемся не на слухи и не на чьи-то интересы, а на результаты лабораторных исследований. Пробы отбирались в разных хозяйствах, их проверяли в нескольких лабораториях, в том числе в научном центре федерального уровня. Результаты подтверждают наличие опасной болезни и высокий риск ее распространения.

В то же время Россельхознадзор, следственные органы и региональные структуры проверяют все версии возникновения вспышек: происхождение кормов, законность перевозок, соблюдение правил содержания животных, а также возможный умысел или интерес крупного бизнеса.

МОЖНО ЛИ БЫЛО ВЫЛЕЧИТЬ КОРОВ

- Вы ранее говорили о случаях нарушений, например, нелегальных перевозках, неучтенном поголовье. Получается, частники сами виноваты?

- Перекалывать всю вину на людей неправильно и несправедливо. Да, нелегальный оборот животных без документов, отсутствие учета поголовья - серьезные факторы риска. Но это не только

про ответственность владельцев, это еще и про то, как работали профильные службы, как велась профилактика. Очевидно, меры, которые принимались, были недостаточными. Сейчас мы усиливаем контроль, помогаем легализовать поголовье путем идентификации животных.

Это особенно важно, учитывая торговлю с другими регионами Сибири, а также близость Казахстана и постоянные попытки перевозки скота без ветеринарных сопроводительных документов.

- Почему нельзя было изолировать и лечить, прививать? Почему сразу убой? Люди воспринимают это как карательную акцию.

- Если болезнь можно было бы надежно вылечить и оставить жи-

вотное в стаде, решение было бы другим. Но пастереллез в той форме, которую мы увидели здесь, в сочетании с другими инфекциями очень заразен. Лечение отдельных животных не решает проблемы очага инфекции и только создает иллюзию благополучия. Как международные, так и российские ветеринарные правила в таких случаях предусматривают именно изъятие и уничтожение животных в очаге и зоне риска - это стандартный санитарный протокол, чтобы инфекция не расходилась дальше. Это необходимые меры предосторожности.

- Сильная обида у людей на то, как все дела-

лось. ЧС ввели «тихо», людей поставили перед фактом.

- Да, вижу, слышу и считаю это частью недоработок. Режим чрезвычайной ситуации - это не секретный приказ. Это как раз та ситуация, когда людям надо объяснять больше, а не меньше. Моя позиция проста: люди должны узнавать о таких решениях не по сарафанному радио, а напрямую от региональных властей и специалистов. Согласен, что коммуникация была недостаточно открытой и своевременной, и это уже признано. Мы предложили проводить

ежедневные открытые брифинги штаба, горячие линии, где можно получить нормальный ответ, а не отписку, публиковать понятные инструкции для жителей.

ВЫПЛАТЫ УЖЕ НАЧАЛИСЬ

- Пожалуй, важная тема компенсаций. Не всех устраивают их размеры.

- Первые выплаты компенсаций уже начались. Есть базовая формула, которая привязана к живому весу. Понимаю тех, кто говорит, что это не учитывает племенную ценность и годы труда. Поэтому сегодня субъектом проработаны дополнительные меры поддержки.

Во-первых, помимо компенсаций, будет оказана социальная помощь в размере 18,5 тыс. рублей на каждого члена семьи, то есть для семьи из трех человек выплаты составят 55,5 тыс. рублей в месяц. Средства будут выплачиваться

на протяжении девяти месяцев.

Во-вторых, принято решение, что регион компенсирует владельцам личных подсобных хозяйств до 50% затрат на покупку крупного рогатого скота. Минсельхоз со своей стороны поможет с поставками животных.

В-третьих, будут поддержаны и пострадавшие сельхозорганизации, фермерские хозяйства. Проведена встреча с банками, они подтвердили готовность идти навстречу животноводам, прежде всего по линии льготного кредитования.

Подытожу, что наша задача - разобраться причины того, что произошло, наладить систему компенсаций, и вместе с участниками отрасли выстроить более безопасную модель животноводства в регионе. И еще хочу подчеркнуть, что вице-премьер Дмитрий Патрушев внимательно следит за ситуацией, и на особом контроле находится развитие малых форм хозяйств.



Елена АРАКЕЛЯН / «КП» - Москва

ВАЖНО!

«Рисков для потребителей нет»

- Что делать нам, всем потребителям молока и мяса?

- Никаких рисков для потребителей нет. Вся продукция, которая поступает в магазины, проходит строгий ветеринарный контроль. И так как очаги купировали, ситуация носит локальный характер и на развитие животноводства в целом по стране не повлияет. У нас сохраняются стабильные объемы производства.



В России возрождают популярный в СССР вид животноводства: репортаж спецкора «Комсомолки» с буйволиной фермы - на сайте KP.RU



Мошенники все чаще притворяются сотрудниками коммунальных служб - разбираем главные уловки.

Во все тяжкие

Юлия ХОЖАТЕЛЕВА

Эпоха звонков из «службы безопасности банка» на исходе. Теперь мошенники заходят с других «козырей»: липовых квитанций за «коммуналку», замены счетчиков и ключей от домофона. Чтобы выманить у граждан пароль от «Госуслуг», обещают скидку на капремонт или грозят отключением газовой плиты. «КП» вместе с экспертами собрала новые уловки комбинаторов.

Топ-6 популярных видов обмана

1 Меняем код домофона

Схема. Вам звонят от лица компании по обслуживанию домофонов и сообщают о замене ключей (могут также рассылать сообщения в мессенджерах или общедомовом чате). На телефон жертвы приходит СМС с кодом, который нужно продиктовать. На самом деле это код для смены пароля на «Госуслугах». Если вы его назовете - мошенник завладеет вашим аккаунтом.

Как распознать. Домофонные компании никогда не просят коды из СМС, не требуют сканировать QR-коды для активации ключей. Если домофон действительно меняют - новые ключи приносит техник в заранее оговоренное время или их нужно забирать лично в офисе УК с паспортом.

2 Срочная поверка счетчиков

Схема. В почтовый ящик падает извещение: «Срок эксплуатации вашего водомера истек. Если не провести поверку до 10-го числа, плата будет начисляться по нормативу». По указанному телефону собственник заказывает выезд «специалиста». Он непременно выявит неисправность, будет настаивать на срочной замене счетчика и возьмет за услугу втридорога.

Еще один вариант - в домофоне приходит сообщение: «Необходимо провести поверку приборов учета воды. Для подтверждения пройдите регистрацию через официальный чат-бот». Если это сделать, мошенники, как и в примере с домофоном, получают доступ к вашим «Госуслугам» или банковскому приложению.

Как распознать. Никаких кодов и паролей настоящие компании-поверители не требуют. Для выполнения работ достаточно оставить заявку по телефону или на сайте.

Счетчики воды поверяются раз в 4 - 6 лет (зависит от модели прибора), точный срок можно посмотреть в вашей ежемесячной платежке. Если до указанной там даты еще далеко, при этом счетчик работает исправно (пломбы целы, механизм вращается, стекло не треснуло и не запотело), то просто игнорируйте сообщения - ни поверка, ни замена прибора вам не нужна.

3 Переплата за тепло

Схема. Вам звонят или пишут в мессенджер липовые сотрудники УК или МФЦ. Радостная новость! Вам положена компенсация за переплату по отоплению за прошлый год. Нужно только сообщить данные карты и код из СМС, чтобы перевести средства. В результате исчезают все деньги с банковского счета жертвы.

Как распознать. УК, МФЦ и госорганы не запрашивают коды из СМС. Переплату по «коммуналке» никогда не переводят на банковскую карту. Если излишек действительно образовался, коммунальщики сами сделают перерасчет и учтут его в квитанции за следующий месяц.

4 Визит газовика или пожарного

Схема. Люди в синих комбинезонах ходят по квартирам и заявляют: «У вас утечка газа!» или «Ваш шланг (труба, вентиль, вытяжка и т. п.) не соответствует ГОСТу». Тут же предлагают «льготную» замену за 10 - 15 - 20 тысяч рублей (раз в 10 больше реальной стоимости услуги, даже если бы она вам действительно была нужна). Похожая схема работает с электропроводкой: «Розетки вот-вот вспыхнут, давайте их заменим, установим предохранитель!»

В обоих случаях итог один - ненужная вам работа сомнительного качества по баснословным ценам.

Как распознать. Информация о проверках заранее размещается на доске объявлений, в официальных чатах УК, квитанциях на оплату. Неожиданный визит должен насторожить вас. Проверьте удостоверение мастера, сами найдите телефон службы газа (управляющей компании) и уточните, проводятся ли в вашем доме какие-либо работы.

5 «Льготная» замена электросчетчика

Схема. Звонят якобы из «Энергосбыта»: счетчик нужно срочно менять, только сегодня это можно сделать со скидкой 50%. Если откажетесь, грозят огромными штрафами. В итоге лжеэнергетик меняет исправный прибор на самый дешевый, при этом срывает пломбы, что грозит штрафом от реальных энергетиков.



Катерина МАРТИНОВИЧ/КП - Москва

Как распознать. Требования оплатить замену или поверку электросчетчика - 100%-ный обман, сразу кладите трубку. С 2020 года обязанность по установке, эксплуатации, поверке и замене приборов учета электроэнергии возложена на ее поставщиков. За эти услуги, как и за сам счетчик, с вас не должны брать ни копейки!

6 Фальшивый долг и скидка по оплате

Схема. В почтовом ящике оказывается квитанция, один в один как настоящая, но с другими реквизитами. Задолженность, как правило, небольшая, 300 - 500 рублей, человек оплачивает ее не глядя. А деньги уходят на счета фирмоднодневок: с миру по нитке - мошенникам миллионы.

Еще один вариант обмана: «Акция! Оплатите услуги ЖКХ до конца недели по этому QR-коду и получите кэшбэк 30%». Такие сообщения приходят в мессенджер якобы от УК. На деле QR-код ведет на фишинговый сайт-двойник или напрямую в кошелек мошенника.

Как распознать. Коммунальная служба, как правило, присылает только один счет в месяц. «Лишние» бумаги в почтовом ящике и суммы, заметно отличающиеся от ежемесячных платежей, - повод насторожиться. Помните, что компании ЖКХ не предоставляют скидок и кэшбэков. А льготы и субсидии, если они вам полагаются, вы сами должны оформить в МФЦ или на портале «Госуслуги».

При оплате проверяйте реквизиты. У мошенников от вашей реальной УК будет отличаться даже название, не говоря уже о цифрах в номере счета.



Как не стать жертвой лже-коммунальщика

- ИГНОРИРУЙТЕ НЕЗНАКОМЦЕВ**
- Первое правило: не делайте ничего из того, что вам предлагают незнакомые люди, - советует **Алексей Раевский**, генеральный директор компании Zecurion, эксперт по кибербезопасности. - Не сообщайте информацию из СМС, не переходите по ссылкам, не сканируйте подозрительные QR-коды, не устанавливайте никакие программы по чужой просьбе.
- ВКЛЮЧИТЕ «ЗДОРОВУЮ ПАРАНОЮ»**
- Если вам сообщили о долге или проверке, повесьте трубку, сами зайдите в «личный кабинет» или позвоните в управляющую компанию по номеру, который указан в вашей реальной бумажной квитанции, - продолжает **Алексей Раевский**. - Рекомендую воспринимать как потенциального мошенника любого, кто пишет вам в мессенджере. Если «муж» или «сын» просит срочно перевести деньги, перезвоните ему и поговорите, не доверяйте написанному.
- ВОЗЬМИТЕ ПАУЗУ**
Мошенники часто используют фактор спешки: «Срочно введите реквизиты, иначе сгорит скидка или вырастет долг». Если вас торопят - это 100% обман.
- ЧАЩЕ РАЗГОВАРИВАЙТЕ О МОШЕННИКАХ С ПОЖИЛЫМИ БЛИЗКИМИ**
- Звонок по телефону или сообщение в мессенджере - это не истина в последней инстанции. Объясните это родителям, бабушкам и дедушкам, они должны запомнить фразу: «Я ничего не буду подписывать и нажимать, пока не посоветуюсь с внуками или детьми», - заключил эксперт по кибербезопасности.
- ИСПОЛЬЗУЙТЕ ОФИЦИАЛЬНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ**
- Я настоятельно рекомендую регистрироваться в ГИС ЖКХ (dom.gosuslugi.ru). Это официальный портал, где вы видите свои реальные квитанции и уведомления, всю информацию о работах в доме, - говорит **Александр Козлов**, координатор федерального проекта «Школа ЖКХ». - Эту информацию можно получить и в управляющей компании.
- ПРОВЕРКА ДОКУМЕНТОВ И «ФОТО НА ПАМЯТЬ»**
- Если к вам постучали в дверь, не спешите открывать. Проверьте документы через глазок или дверную цепочку, - продолжает **Александр Козлов**. - Фотографируйте пришедших «мастеров». Одно упоминание о фотосъемке часто обращает мошенников в бегство.



Как не попасть в кабалу к банку с кредитной картой, читайте на нашем сайте KP.RU



Если есть какие-то подозрения, смело вызывайте полицию (телефоны)

Работодатель обязан предоставить и оплатить день для прохождения диспансеризации

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

Рассказываем, как работающим россиянам пройти диспансеризацию с пользой для здоровья и без проблем с работодателем.

С 2013 года диспансеризация является частью системы обязательного медицинского страхования в Российской Федерации. Это бесплатное профилактическое обследование могут пройти все совершеннолетние граждане страны. Порядок его проведения не раз меняли, стремясь сделать профилактическую помощь более доступной и удобной. Сегодня для работающих граждан действуют трудовые гарантии, согласно которым нахождение диспансеризации можно получить оплачиваемый выходной.

Повышение доступности, а также улучшение качества диспансеризации и профилактических осмотров - одна из ключевых задач национального проекта «Продолжительная и активная жизнь».

КАК ЧАСТО ПРОХОДИТЬ

Если вам от 18 до 39 лет, то пройти диспансеризацию можно один раз в три года, а после 40 лет - ежегодно. Таким образом формируется график прохождения диспансеризации. Например, в 2026-м ее могут пройти люди, которым исполнилось 18, 21, 24 года и так далее до 39 с шагом в три года. А также все, кто родился в 1986 году и ранее.

Руководство должно дать сотруднику выходной для медосмотра.

Процедура начинается с визита к терапевту. Врач проводит анкетирование, уточняет особенности образа жизни и имеющиеся факторы риска, после чего направляет пациента на обследование. При этом базовая часть диспансеризации одинакова для всех. **Подробнее о ней - в блоке «На заметку».**

Есть также обследования, которые назначают в зависимости от пола и возраста пациента. Например, у людей старше 40 лет врач осматривает кожу и слизистую полости рта, а также оценивает

состояние щитовидной железы и лимфатических узлов. Тем, кому больше 45 лет, назначают ЭГДС - эндоскопическое исследование пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки. Женщинам старше 40 лет делают маммографию в двух проекциях (рентгенологическое исследование молочных желез).

ЧТОБЫ ВЗЯТЬ ОТГУЛ, ПИШИТЕ ЗАЯВЛЕНИЕ

Работодатель обязан предоставить сотруднику возможность пройти диспансеризацию, это право закреплено в статье 185.1

Трудового кодекса Российской Федерации. Продолжительность освобождения от работы зависит от возраста работника. Так, людям старше 40 лет полагается один оплачиваемый день ежегодно. Пенсионеры и люди предпенсионного возраста могут рассчитывать на два таких дня один раз в год. Остальные работники имеют право пройти обследование в оплачиваемый день один раз в три года. Во всех этих случаях за работником сохраняются должность и средний заработок.

Для подтверждения факта прохождения вами обследования работодатель может попросить соответствующий документ. Такую справку выдают в регистратуре или у терапевта. Она составляется в свободной форме и заверяется печатью медицинской организации. Без этого документа подтвердить причину отсутствия не получится, и работодатель сможет расценить невыход на работу как прогул. Это грозит дисциплинарным взысканием, которое может дойти до увольнения.

Перед посещением поликлиники необходимо заранее уведомить руководство о своем намерении. Для этого следует написать заявление в свободной форме, в котором указать дату и причину отсутствия на рабочем

НА ЗАМЕТКУ ЧТО ВХОДИТ В ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ

- Анкетирование (опрос пациента о вредных привычках, особенностях здоровья и образе жизни);
 - измерение роста, взвешивание, определение индекса массы тела;
 - измерение артериального давления;
 - определение уровня холестерина и глюкозы в крови;
 - определение риска сосудисто-сердечных заболеваний;
 - флюорография или рентгенография легких (проводится раз в два года);
 - ЭКГ в покое (проводится при первом осмотре и ежегодно с 35 лет);
 - измерение внутриглазного давления (проводится при первом осмотре и ежегодно с 40 лет);
 - для женщин - ежегодный гинекологический осмотр и раз в три года - взятие мазка с шейки матки для цитологического исследования;
 - онкоскрининг;
 - специфические обследования в зависимости от возраста и пола.
- После прохождения всех процедур вас примет терапевт. Он изучит результаты анализов и обследований, а затем даст рекомендации или, при необходимости, направит на дополнительные консультации к врачам-специалистам.

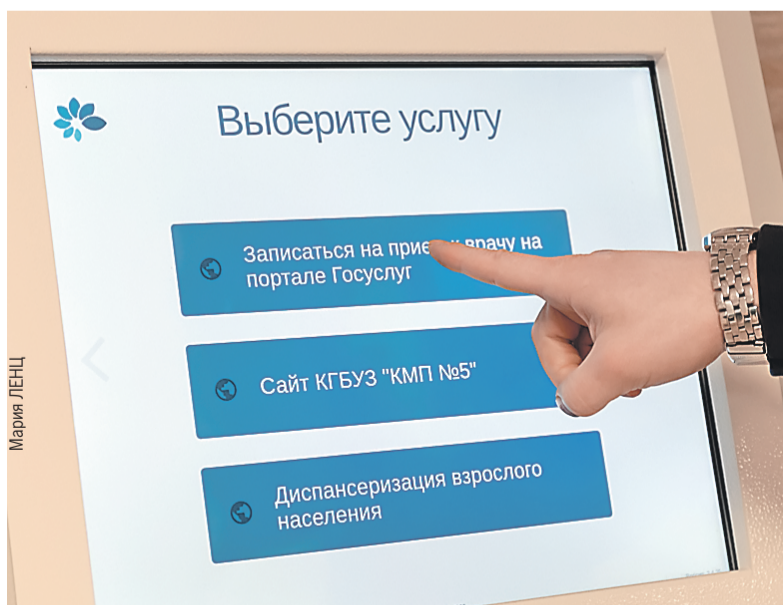
Николай ОБЕРЕМЧЕНКО/«КП» - Пермь



■ КОНКРЕТНО

Как записаться

На портале «Госуслуги» (или на аналогичных региональных ресурсах в сфере медицины, например, столичном ЕМИАС или «Здоровье петербуржца») записаться на плановый диспансерный прием или профилактический осмотр. Также можно с паспортом и медицинским полисом прийти в свою поликлинику и сказать, что хотите пройти диспансеризацию. Остальное сделают специалисты.



На прием в кабинет диспансеризации лучше записаться заранее, но найти свободное окно в поликлинике часто можно и в день визита.

Мария ЛЕНЦ



Николай МЫСИН,
автоэксперт «КП»

«Волга» повернула вспять

Официально представлена первая модель возрожденного советского бренда.

В феврале прошла презентация возрожденного советского бренда Volga. Да-да, именно латинскими буквами, хотя можно по старинке называть машину и «Волгой» (ее производством занимается компания «Нижегородские легковые автомобили»). А в конце прошлой недели была официально представлена первая модель «нового старого» бренда - полно-размерный кроссовер Volga K50. Показали внешность машины, раскрыли некоторые технические подробности и уровень комплектации. Старт продаж намечен на лето. Правда, цены пока неизвестны - их объявят ближе к делу, когда автомобили начнут появляться в салонах у дилеров.

Флагман возрожденной марки получил название K50 и представляет собой автомобиль сегмента D-SUV (то есть кроссовер длиной от 4700 мм). Длина машины - те самые 4770 мм, ширина - 1895 мм, колесная база - 2845 мм. «Volga K50 - один из самых просторных и вместительных представителей своего класса», - говорится в официальном релизе. Оснащать внедорожник планируют 2-литровым турбомотором, мощность - 238 л. с., привод - полный. Коробка передач - 8-ступенчатый автомат. Также заявлена адаптивная подвеска, повышающая управляемость и плавность хода и «наученная» подстраиваться под изменяющиеся дорожные условия.



Volga

Успех новой машины на рынке будет зависеть от ее цены, уверены эксперты.

Список опций - внушительный. Уже в базовой комплектации новая Volga получит полный зимний пакет (с электрообогревом передних и задних сидений, рулевого колеса, форсунок стеклоомывателя и боковых

зеркал). А также комплекс электронных ассистентов, массажер и вентиляцию кресел водителя и переднего пассажира, электропривод регулировки угла наклона спинки второго ряда, продвинутую аудиосистему с 12

динамиками. Набор дополнительных опций, как и полный список комплектаций, объявят вместе с ценами. Предположительно - в конце мая или в начале лета.

- Успех продаж новой «Волги» зависит от единственного фактора - ее стоимости, - считает вице-президент Национального автомобильного союза Антон Шапарин. - Машина метит в сегмент, где цены начинаются с отметки 4 - 4,5 млн рублей. Если окажется как минимум не дороже прямых конкурентов, то все может сложиться удачно. Если за счет локализации производства получится сделать кроссовер дешевле - тем более.

Всего в стартовой линейке Volga заявлено три модели. Помимо уже представленной K50, это семейный кроссовер класса C-SUV и седан D-класса. Их покажут позднее. Производство налажено в Нижнем Новгороде.

ТЕНДЕНЦИЯ

Проверь электротягу!

Николай МЫСИН

В России спрос на авто с электродвигателем вырос на 23%.

Как ни пугали эксперты в конце прошлого года, а авторынок у нас не рухнул. Более того, идет даже с опережением графика 2025 года. Причем это касается как новых машин, так и поддержанных. Впрочем, сами цифры все равно невеликие, но в начале прошлого года они были совсем уж невысокими. Есть и явная точка роста - реализация новых электромобилей в январе - феврале выросла аж на 23% к тем же месяцам прошлого года!

Абсолютные цифры пока скромные - за 2 месяца в России покупателей нашли всего 1566 таких машин. Причем прежний лидер - китайский бренд Zeekr (до сих пор представленный у нас неофициально) - утратил свои позиции и откатился на 4-е место. На первом - российский Evolute, собирающий электромобили (а также гибриды) на заводе «Моторинвест» в Липецкой области. Его же представитель - компактный кроссовер i-Joy - возглавил рейтинг самых популярных моделей. По совместительству он является самым доступным «Эволютом» - стоимость начинается с отметки 1,9 млн



Самые популярные в стране «электрички» собирают в Липецкой области.

рублей. (Это с учетом субсидии от государства, положенной при покупке электромобилей в кредит. Ее максимальный размер - 975 тысяч. В противном случае цена на i-Joy приближается к 3 млн.)

- Пока речь идет о большом росте при малых величинах, - говорит вице-президент Национального автомобильного союза Ян Хайцеэр. - Для настоящей экспансии электрокаров у нас по-прежнему недостаточно развита инфраструктура, не хватает зарядных станций (особенно вдали от крупных городов) и сказываются негуманные ценники. Конкретно «Эволюты», думаю, покупают сейчас корпоративные автопарки. А в остальном всплеск продаж связан с тем, что обеспеченные автовладельцы приобретают «игрушки», готовясь к летнему сезону. Электромобили стильно и по-спортивному выглядят, заметны в потоке. Как раз то, что нужно, чтобы покрасоваться. Обычный россиянин от покупки такой машины пока далек.

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

ПРОДАЖИ ЭЛЕКТРОМОБИЛЕЙ В ЯНВАРЕ - ФЕВРАЛЕ - 2026

Топ-5 самых популярных марок

1. Evolute	543
2. Geely	200
3. Xiaomi	157
4. Zeekr	144
5. BYD	119

Продано за 2 месяца

Топ-5 самых популярных моделей

1. Evolute i-Joy	455
2. Geely EX5	183
3. Xiaomi YU7	88
4. Evolute i-Sky	76
5. Zeekr 001	72

Продано за 2 месяца

По данным агентства «Автостат».

РАДИО КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА

radiokp.ru

Машина - это не только средство передвижения. Новые автозаконы, технологии, тест-драйвы, лайфхаки, дорожные истории и многое-многое другое - в программе «Мой автомобиль» с понедельника по четверг в 10.00 (мск) на Радио «КП»

ВЕСНЕ - ДОРОГУ

Переобувной сезон

Николай МЫСИН

Комплект услуг по весенней подготовке машины обойдется в 31 тысячу рублей.

Весна вступает в свои права, и автомобилисты все активнее готовят машины к лету. Как подсчитали в сервисе «Чек Индекс», базовый комплект товаров и услуг для такой подготовки вырос с прошлого марта на 4%. До отметки 31 450 рублей. В такую сумму обойдется покупка четырех покрышек, шиномонтаж, комплексная мойка, установка новых дворников и жидкость для омывания стекла.

Главный вопрос - можно ли сэкономить? Тут многое зависит от того, на чем именно. Скажем, цены на автомойках привязаны к стоимости «химии» - шампуней, средств для полировки и чистки салона и т. д. Она дорожает быстрее обычного, потому что вво-

зится из-за рубежа. И полноценные «спа-процедуры» для авто могут обойтись в несколько тысяч рублей.

- А вот на шинах можно хорошо сэкономить, если купить комплект поддержанных покрышек, - делится советами автоэксперт Андрей Ломанов. - Этим часто пользуются и крупные компании, которые скупают «резину» в корпоративных парках. Особенность парков в том, что какие-то автомобили там гоняются «в хвост и в гриву», а какие-то - постоянно стоят. Шины же списывают согласно регламенту - по возрасту, а не по пробегу. И теоретически можно найти комплект б/у с износом в условные 10%, но в два раза дешевле новых. Если есть такая возможность - пользуйтесь.

Кроме того, те же сетевые компании могут заманить акциями. Скажем, при покупке комплекта покрышек - шиномонтаж или хранение в подарок. Также неплохой вариант сэкономить.

Товар/услуга	Средний чек (руб.)	Рост цены к марту-2025	Рост спроса к марту-2025
• Шиномонтаж	2610	+7%	+13%
• Автомойка	1303	+7%	+21%
• Шины (1 шт.)	6470	+3%	+18%
• Омывайка	449	+9%	+20%
• Щетки стеклоочистителя	1208	+3%	+9%

Общая стоимость: 31 450 рублей.
Данные: сервис «Чек Индекс».

Александра БУДАЕВА

Как нацпроект «Семья» объединяет искусство и молодежь.

В эпоху, когда вокруг так много цифрового контента, живое творчество не только не теряет актуальности, но и становится нитью, которая связывает нас с подлинными чувствами. Люди по-прежнему любят проводить время в театрах, музеях и на концертах, ведь ни один экран не заменит магии живого творчества.

25 марта в России отмечают День работника культуры, а 27-го - Всемирный день театра. Это повод сказать «спасибо» всем, кто дарит нам возможность пережить чужие истории и открыть неизведанные миры.

По национальному проекту «Семья» искусство в России становится доступнее. В частности, при господдержке реализуется программа «Пушкинская карта». По ней уже миллионы молодых людей в возрасте от 14 до 22 лет открыли для себя культурное богатство страны и получили незабываемые эмоции. Оформить Пушкинскую карту легко в приложении «Госуслуги.Культура». Ее номинал - 5000 рублей - можно потратить на билеты в театр или на выставку современного искусства, лекцию или квест в музее. На кино - только 2000 рублей в год. Программа охватывает более 12 тысяч учреждений по всей стране - от уютных региональных Домов культуры до крупнейших федеральных площадок. Выбрать подходящее мероприятие и спланировать досуг помогает афиша на портале Культура.РФ.

МУЗЫКУ В КАЖДЫЙ ДОМ

Возможностями Пушкинской карты активно пользуется молодежь Ханты-Мансийского автономного округа. Сюда регулярно приезжают звезды первой величины.

- В 2025 году ярким событием стало открытие нового творческого сезона с участием звезд русского балета. На нашей сцене выступили артисты Большого и Мариинского театров, - рассказала директор Концертно-театрального центра «Югра-Классик» Евгения Романова. - Грандиозную программу гала-концерта составили самые яркие и известные сцены из таких признанных шедевров балетного жанра, как «Спартак», «Спящая красавица», «Ромео и Джульетта», «Дон Кихот», «Шехерезада», «Корсар».

«Югра-Классик» называют особенным местом. Этот концертно-театральный центр работает с 2002 года. В нем четыре зала, самый большой из них вмещает тысячу зрителей. Но главная местная достопримечательность - самый северный орган России. Вес этого музыкального инструмента - десять тонн, а высота - восемь метров. Клавиатура отделана кожей мамонта.

В числе флагманских проектов центра - «Органный мир». Чтобы выступить на нем, Ханты-

В преддверии 8 Марта в Ханты-Мансийске выступил золотой тенор России Евгений Южин.



t.me/ugra_classic

Искусство, доступное каждому



t.me/ugra_classic

Этой зимой в Органном зале центра «Югра-Классик» слушали камерные ансамбли Концертного духового оркестра Югры.

Мансийск посетили более 60 исполнителей из 17 стран.

Чтобы удивлять посетителей снова и снова, работники центра внимательно изучают интересы и вкусы современного зрителя. Так, в последние годы все большей популярностью пользуются мюзиклы. Яркие шоу с выразительной игрой артистов, красивой музыкой, масштабными декорациями и сложной хореографией собирают полные залы.

Однако существует и другой способ взаимодействия со зрителем, когда не публика идет в концертный зал, а искусство отправляется к ней. Такой формат предлагает фестиваль-путешественник «Музыкальная экспедиция», его автор - всемирно известный виолончелист **Борис Андрианов**.

- Идея проекта в том, чтобы музыка приходила в те места, где она обычно не звучит, - объяснил концепцию Борис Андрианов. - Чтобы показать, что она не только заключена в концертные залы, но является частью окружающего

мира. Часто люди живут далеко от филармонического зала, или просто им не случалось быть на концерте. В экспедиции появляется такая возможность: концерт «приходит» к ним.

Участники экспедиции уже исполняли музыку в горах и долинах, в лесах и заводских цехах, в дворянских усадьбах и древних городах. В 2025 году музыканты за шесть дней преодолели на теплоходе почти 600 км по Иртышу, Оби и Северной Сосьве, посетили с бесплатными концертами девять поселков и деревень в отдаленных районах округа. Об этом событии местные жители будут вспоминать не один год.

ПРОГУЛКИ СО СМЫСЛОМ

В отличие от музыкантов театр на природу не вывезешь - артистам нужны сцена, свет и акустика. Здание для них действительно второй дом. Чтобы и творческим коллективам, и зрителям было комфортно в любое время года, в России по нацпроекту «Семья» продолжают модернизировать

театры: меняют инженерные сети, обновляют фасады, закупают современное оборудование, делают залы трансформируемыми. Один из ярких примеров - Иркутский театр кукол «Аистенок». В прошлом году он отметил 90-летие и впервые за свою историю был капитально отремонтирован.

- Самые видимые обновления коснулись фасада. Добавилась архитектурная подсветка здания и был обновлен его цвет. Удалось сохранить исторический облик театра и придать ему утонченность и красоту. Все изменения были согласованы с городской архитектурой. Кроме того, был обустроен обогрев кровли, установлена молниезащита, отремонтированы парадные лестницы, - рассказала министр культуры Иркутской области **Олеся Полунина**. - Внутри обновилось зрительское фойе, в нем установили световые панели и новые гардеробы, которые оснастили вешалками с ажурными коваными элементами.

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

Все работы завершили к началу сезона, и театр представил сразу несколько новинок: для дошколят и младших школьников - «Приключения самого длинного червяка» (о поиске друзей и своего места в жизни); для подростков - «Подарок для мамы» (о буллинге в подростковой среде); для взрослых - «Пушкин» и еще несколько постановок.

В «Аистенке» любят придумывать и пробовать новое. Так, еще в пандемию, когда залы не могли вмещать много людей, здесь придумали необычные форматы, которые сохранились и сегодня.

- Во время пандемии мы впервые поставили спектакль-прогулку «В движении стихий». И наш театр первым получил право возобновить работу со зрителями с августа 2020 года, остальные театры открывались только с февраля 2021 года, - вспомнил директор ГАУК Иркутского областного театра кукол «Аистенок» **Андрей Стрельцов**. - Формат так понравился зрителям, что по их просьбам в 2021 году мы придумали интерактивный аудиоквест «Метаморфозы города И» для детей от 6 до 12 лет. Сейчас мы работаем над новым проектом: благодаря победе в грантовом конкурсе «Города со знаком плюс» наши иммерсивные прогулки станут доступны зрителям в любое удобное время с помощью мобильного приложения.

В Иркутске с большим нетерпением ожидают запуска проекта «Окна.Ирк». Проект обещает превратить центр города в сцену под открытым небом. Для зрителей подготовлены четыре иммерсивных спектакля-прогулки. Они проведут участников по старым улочкам, где почти каждый дом хранит память о том, кто и как строил этот город десятки и сотни лет назад. Чтобы прикоснуться к истории, не нужно будет листать справочники или нанимать гида. Для этого достаточно будет активировать камеру смартфона и с помощью специального приложения заглянуть в «окно» нужного здания. Такое путешествие придется по душе не только коренным иркутянам, но и гостям города, которые хотят увидеть его живым и настоящим.

Это лишь один из множества примеров того, как по национальному проекту «Семья» меняется культурная реальность страны. Искусство сегодня действительно приходит в каждый город и каждый дом. Теперь у всех нас есть возможность выбора культурного досуга: хочешь - иди в театр, хочешь - слушай орган на Крайнем Севере, хочешь - гуляй по старинным улицам, слушай их историю в наушниках. Культура стала ближе, понятнее и доступнее.

Анна ЛУКЬЯНОВА

«Фу, противное, есть не буду!» Кто же не сталкивался с детскими капризами за столом. Отворачивается от тарелки, требует сладкое вместо супа, наотрез отказывается есть рыбу, овощи, согласен открывать рот только под мультики. Как не вестись на манипуляции нехочухи? Как сформировать у ребенка здоровые пищевые привычки? Возможно ли это, если в семье есть антизоожники?



Александра Аныкина.

Детский психолог для родителей Александра Аныкина разобрала популярные стратегии «кормильцев» с точки зрения психологии и физиологии и подсказала, от каких приемчиков стоит отказаться, а что можно просто подкорректировать.

! «ЗАСТАВЛЯТЬ НЕ НАДО»

- С одной стороны, заставлять есть действительно нельзя - это насилье, к тому же так можно отвратить от продукта навсегда. Здоровый ребенок сам способен понять, голоден ли. Задача родителя - предоставить разнообразную еду, а ребенка - выбрать, что и сколько съесть, - говорит эксперт.

Но это правило работает не всегда. У малыша могут быть сенсорные особенности: например, ему неприятна текстура пюре, а картошку дольками поел бы. Кто-то не может усидеть на месте дольше пяти минут. А есть дети, которые плохо осознают голод, особенно если устали, переутомились или находятся в новом месте.

Совет: заставлять не надо, однако важно удостовериться, нет ли препятствий, описанных выше.

! «ДО ПОСЛЕДНЕЙ КРОШКИ: ЛОЖКУ ЗА ПАПУ...»

Эта фраза родом из голодных времен. Но сегодня, заставляя ребенка доедать, мы учим его ориентироваться не на свое насыщение, а на размер порции, - объяснила Александра Аныкина. - Между тем привычка игнорировать сигналы организма («сыт ли мой животик») может в будущем вылиться в переедание.

Совет: проанализируйте, почему ребенок не доедает сам, если он здоров, активен и голоден. Возможно, порция слишком велика? Вот ориентир: порция ребенка должна быть размером примерно с два его кулачка.

! «ПОД МУЛЬТИКИ И ТЕЛЕФОН РАСКРОЕТ РОТ»

- Это одна из самых популярных, но и самых вредных стратегий, - отметила психолог. - Когда ребенок ест фоном, его внимание приковано к экрану, а

Моя еда - мое богатство

Учим ребенка питаться правильно.



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

не к тарелке. Он не чувствует вкуса, не учится ощущать сытость и не осваивает навыки самостоятельной еды. По сути, это просто загрузка пищи в контейнер: быстро и чисто, но бесполезно для развития.

Совет: лучший фон для приема пищи - спокойная, позитивная обстановка за столом. Да, первое время будет сложно и грязно, но, вложив усилия в младенчестве, через пару лет вы получите ребенка, который аккуратно ест и поддерживает разговор за столом.

! «ФАСТФУД - ЗЛО, НЕ СМЕЙ ПРИКАСАТЬСЯ»

- Современный подход к питанию детей говорит: делить еду на «хорошую» и «плохую» не лучшая идея. Запретный плод сладок, а, делая фастфуд поощрением («съешь сначала полезный суп - получишь нагетсы»), мы формируем нездоровое отношение, - предупреждает наша собеседница.

Совет: главное, что влияет на ребенка, - пример родителей, и если папа с мамой наворачивают колбасу и пьют колу, странно ждать от детей любви к брокколи. Но если в семье стараются питаться разнообразно, то фастфуд как подстраховка на случай, когда некогда готовить или просто захотелось, не преступление.

! «УТРОМ - КАША, В ОБЕД - СУП»

- У каждой семьи свои традиции, и это нормально. Важно не конкретное блюдо, а чтобы в рационе были разные группы продуктов: белки, жиры, углеводы, клетчатка, - говорит Александра.

Совет: исследования показывают, что суп для здорового развития необязателен. Мясо/рыба с гарниром и салат вполне адекватная альтернатива «жиденькому». Еще один популярный стереотип о здоровом питании - «после шести не есть» детям часто вообще не подходит. Если ребенок устал и не уследил, насытился или нет во время ужина, к моменту сна он может

гое, это прямой путь к капризам и избирательности.

Совет: здорово, когда все едят вместе, за одним столом. Если родители с аппетитом едят курицу и нахваливают ее, ребенку тут же захочется то же самое, желательно из маминой тарелки. Из любого общего блюда можно отложить малышу кусочек, соблюдая правила безопасности и недосаливая его порцию.

! «ОВОЩИ ЗАМАСКИРУЕМ»

- Маскировка овощей в котлетах не вариант: дети быстро учатся распознавать обман и могут начать отказываться от любых новых блюд, - предупреждает психолог.

Совет: единственный способ научить есть полезное - есть это самим. Ребенок сидит рядом и выпитывает привычки как губка. Если в семье пищевая культура далека от идеала, появление малыша - отличный повод начать меняться.

! «КОНФЕТЫ - ТОЛЬКО НА ДЕСЕРТ»

- Логика понятна: если дать сладкое до супа, суп не съедят. Но часто ребенок проглатывает две ложки, чтобы побыстрее получить заветное, и на этом все. Запрет делает сладкое сверхжеланным, - отмечает эксперт.

Совет: чем проще мы относимся к сладкому, тем спокойнее относится и ребенок. Можно не держать дома конфеты и шоколадки, но не надо их демонизировать. А можно давать и между приемами пищи, и даже вместе с супом - если нет ажиотажа вокруг запрета, шансы, что суп будет съеден, возрастают.

быть реально голоден. Легкий перекус поможет ему крепче спать.

! «РЕБЕНКУ ГОТОВИМ ОТДЕЛЬНО, ПОЛЕЗНОЕ»

- Если родители питаются колбасой и дошираком, а ребенку варят брокколи на пару, идея готовить отдельно понятна, - комментирует эксперт. - Но пищевые привычки формируются, как мы уже говорили, на примере взрослых. Когда малыша кормят за отдельным столом «правильной» едой, а мама с папой едят что-то дру-

Реклама

От глэмпинга в горах до вилл на побережье: **БОЛЕЕ 170 ОТЕЛЕЙ ПРИНЯЛИ УЧАСТИЕ В ПРЕМИИ**

МАРШРУТ ПОСТРОЕН 2026

В конкурсе «Комсомольской правды» мы рассказываем о самых крутых местах для вашего будущего отпуска и выбираем лучшие отели, хостелы и глэмпинги по всей стране.

Сегодня отель - это не только место для ночлега. Современные путешественники ищут здесь атмосферу, уют и истории, которые потом рассказывают друзьям. И наши участники создают для своих гостей незабываемый опыт!

НАШИ НОМИНАЦИИ:

- Отель года 2-3*
- Отель года 4-5*, бизнес-отели
- Глэмпинг года
- Хостел года

>170 участников в номинациях для отелей

География от Калининграда до Камчатки и от Карелии до Дагестана

Яндекс Путешествия

Партнер отдельных номинаций - сервис бронирования Яндекс Путешествия. Один из лидеров российского рынка онлайн-бронирования жилья, он объединяет варианты размещения в России и за рубежом. Яндекс Путешествия - это удобный поиск, реальные отзывы путешественников, выгодные предложения на любой вкус. С ним вы точно найдете, где остановиться в отпуске или деловой поездке.

<https://travel.spec.kp.ru/>

НА ЗАМЕТКУ

Смешарики расскажут, Ум и Хрум научат

Объяснять пользу разных продуктов можно легко и ненавязчиво - через игры и мультфильмы, советует Александра Аныкина. Дети обожают подражать героям, и если любимый персонаж с аппетитом уплетает морковку или выбирает полезный обед, это работает лучше любых родительских уговоров. В «Смешариках» (0+), «Фиксиках» (0+) есть серии про правильный подход к питанию и полезные продукты, а мультсериал «Ум и Хрум» (0+) учит детей осознанному пищевому поведению и тому, что есть нужно в меру.

Правда ли, что женщины могут выполнять много дел одновременно, а мужчины - только одно.

Евгений АРСЮХИН

Может ли человек делать сразу несколько дел? Легко, скажут многие, в особенности молодые мамы, которые одной рукой помешивают кашу, другой меняют подгузник, одновременно рассказывая сказку. Однако медики давно подозревают, что наш мозг не приспособлен к многозадачности. Новое исследование немецких ученых ставит точку: если мы пытаемся сделать все и сразу, у нас толком не получается ничего. Чем же объясняется феномен «идеальных хозяек», у которых «все горит в руках», и какую цену им приходится за это платить, «КП» рассказала **Марина Муравьева, практикующий психолог, автор книги «Я есть, и этого достаточно»**, вышедшей в издательстве «Комсомольская правда».



Марина Муравьева.



ДИКТОВАЛ СЕМЬ ПИСЕМ СРАЗУ

Предшественником современной домохозяйки, у которой «все горит в руках», был древнеримский полководец Юлий Цезарь. Этот мужчина определенно умел работать с огоньком. Очевидцы свидетельствуют: Цезарь читал, диктовал семь писем семи писарям и слушал собеседника. Одновременно.

Но давайте представим эту картину. Допустим, Цезарь читает и одновременно слушает. Ну ок. Многие студенты сидят в телефонах и умудряются внимать лектору. Но далее нас уверяют, будто Цезарь диктует сразу семь писем. И здесь позвольте усомниться. У него не семь голов. И диктует он их все-таки по очереди, кусок из одного письма, кусок из другого.

Еще в XX веке, изучив человеческий мозг, наука пришла к выводу: мы не приспособлены к решению двух-трех задач одновременно. И феномен Цезаря трактовали так: хотя потрясенным царедворцам чудилось, будто Цезарь управляется со всем разом, на самом деле он действовал



Эффект Цезаря

последовательно, но умел быстро переключаться между задачами.

Впрочем, с этим выводом соглашались не все. Многие нейробиологи настаивали: мозг - очень гибкая штука, и его можно адресировать как угодно. В том числе приучить к параллельному мышлению. И «доказательством» служили как раз «все успевающие» женщины.

Кто-то должен был поставить точку и вынести неоспоримый вердикт. Этими «кем-то» стали немецкие медики из трех научных центров (Университет Мартина Лютера в Галле-Виттенберге, Университет Ферн в Хагене и Медицинская школа Гамбурга).

КОГДА С ТОБОЙ ГОВОРIT КРУГ

Сам по себе опыт кажется невероятно простым. Людям мельком показывали на экране круг. Одновременно звучал некий звук. Испытуемый должен был пальцами показать размер круга (примерно), а также сообщить, какого тона звук он слышал. Экспериментаторы оценивали точность показаний.

Важно, что в опыте задействованы разные органы чувств - за слух и зрение отвечают разные области мозга. Если эти области могут работать одновременно, то многозадачность налицо. Если нет, получается, что человеку требуется некая фокусировка: или на зрении, или на звуке.

ПЛОХАЯ НОВОСТЬ ДЛЯ ВОДИТЕЛЕЙ

Эксперимент длился 12 дней, и вот каковы результаты. Хотя в целом люди справлялись с задачей на 12-й день лучше, чем на первый, «наученность» оказалась

очень относительной и нестойкой. Достаточно было чуть-чуть поменять условия, как от «навыка» не оставалось и следа.

Прежде полагали, что мозг в состоянии обрабатывать информацию «параллельными путями», а значит, теоретически мы способны к неограниченной многозадачности. Результаты нашего исследования явно противоречат этому предположению, - цитируем ключевого автора статьи, профессора Торстена Шуберта. - Наш мозг очень хорошо умеет упорядочивать процессы, чтобы они не мешали друг другу. Однако у оптимизации есть пределы. В сложных ситуациях наш когнитивный аппарат быстро устает и становится склонным к ошибкам.

Таким образом, многозадачность рискованна, если ситуация меняется быстро, а цена ошибки велика, добавляет другой член научного коллектива, профессор Тило Штрабах. Классический пример - разговор по телефону за рулем. Теперь есть научное понимание, почему так делать нельзя, даже если ты уверен в себе.

...И НА ДУДЕ ИГРЕЦ

Вернемся к молодым мамам и вообще к женщинам. Мы своими глазами видим: они-то многозадачны! Откройте ролики популярных блогеров - они вам все объяснят. Дескать, в древности, в палеолите, мужчина ходил на охоту. А охота это что? Сосредоточенность. Вы видели охотящуюся кошку? Она не многозадачна. Она сфокусирована на потенциальной жертве.

Женщина же оставалась в пещере, где очаг да дети.

Будь ты хоть Ален Делон (а на фото именно он в роли Юлиа Цезаря), к многозадачности твой мозг не приспособлен.

покормить. Я не улавливаю тональность его плача. Теперь я делаю плохо все. Со стороны посмотришь - какая женщина молодец: и борщ варит, и ребенок у нее вроде в порядке, а присмотришься - борщ пересолен, а ребенок заплакан, - продолжает Марина Муравьева.

Результат мы наблюдаем в кабинете психолога, где женщина жалуется: я устала быть самостоятельной, я выгорела...

У МУЖЧИН ВСЕ ПО ПОЛОЧКАМ

У мужчин голова устроена иначе, считает Марина Муравьева. Можно только гадать, в чем причина: может, в самом деле от палеолита все пошло.

- Если для женщины сам процесс уже есть результат, то мозг мужчины заточен на реальный итог. Мужчина понимает: если он одновременно будет забивать гвоздь и говорить по телефону, он отобьет себе палец, а гвоздя не забудет. Поэтому он с чувством, с толком и расстановкой забивает гвоздь, и, пока он орудует молотком, пусть весь мир подождет, - говорит психолог.

А ведь так и есть. Например, я общаюсь с человеком, который пытается вывалить мне всю возможную информацию и постоянно меняет тему. Что я делаю? Мысленно создаю в голове некие «коробочки», в каждую из которых положена одна тема, единица информации. Пока собеседника несет, я постепенно заполняю «коробочки», затем выстраиваю их по значимости или по логической связи. Наконец, произношу сакраментальное:

- Значит так...

И отвечаю, распаковывая «коробочки» одну за одной. Ни о какой многозадачности нет и речи. Не так ли действовал и Цезарь? Вот, возможно, мы и раскрыли величайшую загадку древности. Спасибо Марине Муравьевой и немецким ученым.

Пока ребенка утетишь, костер прогорит - знай крутись!

Мы же существуем в реальном мире, а многие - в мегаполисах, где, если хочешь выжить, ты просто обязан делать все и сразу. И женщин это касается в первую очередь. Вот только какова цена?

- Скажем, я иду гулять с ребенком, одновременно веду совещание по видеосвязи, а в голове продумываю решение задачи, которую мне поставило руководство, - приводит пример Марина Муравьева. - В первый день такого «режима» я справилась с прогулкой на пять, зум провела на четыре (пару раз что-то сказала невпопад), а вот результаты моих раздумий над инициативой шефа выше тройки не оценить.

То есть задач-то решено много, но с разным успехом.

И это только первый день.

- Поживи так постоянно, и накопится усталость.

И вот я уже не считываю сигналы ребенка. Он устал и хочет домой, а я думаю, что его надо срочно

АНЕКАДОТ В ТЕМУ

Сделала четыре дела одновременно: открыла минералку, умылась, помыла пол, довела котика до инфаркта.

Как не выгореть?

КСТАТИ

- Я вижу тенденцию: женщины отучились просить о помощи и даже не допускают мысли, что им кто-то может помочь. Слыша раз за разом отказы мужа, они убеждаются в том, что «если я не сделаю, никто не сделает», - констатирует Марина Муравьева.

А выход-то всегда есть. Попросить подругу, маму, свекровь, наконец, пригласить няню хотя бы на пару часов. Тем более что часто многозадачность - не объективная потребность, а подспудный запрос социума. Видишь в соцсетях красивую картинку: ребенок ухожен, дом чист, сама на курорте, выглядит на все сто - значит так и «надо», это «норма», а я просто «плохо стараюсь».

- Скажите сама себе: если я уложу ребенка и пойду в душ, вместо того чтобы приготовить на ужин «нечто этское», мир не рухнет. А вот если я уйду в минус, рухнет - для меня, - резюмирует Марина Муравьева.



Сплетницы против молчунов: женская «феноменальная болтливость» оказалась мифом - подробности на сайте



Любовные сны этой весны

Свежие романы российских знаменитостей с хорошими брачными перспективами.

Гуменник сошелся с Туктамышевой

23-летний фигурист Петр Гуменник старательно скрывает имя своей возлюбленной. Но у нашего знаменитого фигуриста одиночка огромная армия фанатов, которые вычислили его избранницу:

Личная страница Петра Гуменника в социальной сети



спортсмен встречается с коллегой, 29-летней фигуристкой Елизаветой Туктамышевой. На недавней Олимпиаде Петя соревновался, а Лиза работала как спортивный журналист (Туктамышева завершила спортивную карьеру). Эту парочку в Милане видели вдвоем - на экскурсии ездили вместе, ужинали в ресторанах.

Говорят, что Гуменник и Туктамышева в родном Питере встречаются почти год. Перед Олимпиадой у Пети было мало свободного времени из-за тренировок, но и теперь стало ненамного больше. Помимо спортивной карьеры, он заканчивает престижный питерский вуз: учится в ИТМО (Национальный исследовательский университет информационных технологий, механики и оптики) по направлению «Информатика и вы-



Личная страница Елизаветы Туктамышевой в социальной сети

числительная техника». Парень мечтает заниматься биоинформатикой, чтобы участвовать в создании лекарств для борьбы с генетическими заболеваниями. ЕГЭ по информатике Гуменник сдал на 100 баллов, подготовился сам за четыре месяца.

Чемпион России в одиночном фигурном катании планирует участвовать во всех стартах в этом году. А еще у Гуменника полно увлечений. Например, он признался, что любит играть на фортепиано. А Лиза вовсю участвует в ледовых шоу. Парочку периодически видят вместе - и за границей, и в Москве, и в Питере.

У Анастасии Уколовой роман с коллегой

31-летняя актриса Анастасия Уколова (сериал «Комбинация») свой первый отпуск в этом году в марте провела в Таиланде с 41-летним актером Антоном Филиппенко. Антон женат не был, детей нет. Настя два раза была замужем, сейчас в разводе, воспитывает сына.



Личная страница Антона Филиппенко в социальной сети

Роман с коллегой Настя не комментирует, но все дни рождения и вечеринки коллег они посещают вместе. Сомнений не осталось после того, как Антон опубликовал фото из совместного отпуска с возлюбленной - Настя на них очень красивая, и ее очень много. Уколова понимает, что любые отношения требуют вложения сил с двух сторон: «Мои родители вместе больше 25 лет, и я вижу, что брак - это большой труд. Надо друг друга понимать, слышать, в какой-то момент промолчать, в какой-то - поддерживать. Если есть какие-то сложности, перетерпеть и пойти дальше. Не все к этому готовы».

Личная страница Надежды Сысоевой в социальной сети



Надя Сысоева без ума от молоденького

41-летняя актриса и комикесса (Comedy Woman) строит отношения с мужчиной, который младше ее на 16 лет. Избранник Нади - 25-летний блогер Коля Безопасность (он же Николай Гололобов). Когда-то он пытался незаконно проникнуть в США через Мексику, из-за чего провел два года в тюрьме. Вернулся, играет за баскетбольную медиакоманду «Пена», которую поддерживает Сысоева - так и познакомились. Вместе уже три месяца, в феврале их заметили в обнимку на концерте Киркорова, поэтому они вынужденно раскритиковали отношения. Сысоева уже публично оправдала своего Коленьку: «Он оказался в американской тюрьме за незаконное пересечение границы штата, а не за то, что совершил что-то по-настоящему плохое. При этом за те два года он много читал и теперь свободно говорит на испанском».

Надю привлекла инициативность парня, который долго ее добивался. Актриса не стесняется разницы в возрасте и собирается замуж. Ранее ни она, ни ее жених не состояли в браке.

Галустян готов идти в загс

46-летний артист, телеведущий и продюсер Галустян год назад сообщил о разводе с женой. После 18 лет брака Михаил и Виктория разошлись без скандалов. У него уже есть новые серьезные отношения. Избранница Галустяна - 35-летняя Лилия Киосе, художник-гример. Она работает на съемках сериалов и телешоу, где судьба и свела ее с Михаилом. Лилия тоже в разводе. Она родом из Архангельской области, в Москву переехала много лет назад, здесь же живет ее родной брат - он священник.



Личная страница Михаила Галустяна в социальной сети

Личная страница Лилии Киосе в социальной сети

Ирина ВИКТОРОВА.



Личная страница певицы Ньюши в социальной сети

Нюшу с избранником свела музыка

35-летняя певица развелась два года назад. Этой весной она наконец показала нового избранника. Жених Ньюши - 33-летний музыкант Влад Ханецкий. Он родом из Саратова, живет в Москве много лет, окончил консерваторию. Работал ударником в группе «Артик & Асти», у Джигана. А теперь он модный диджей Khaney.

Влад сопровождает Ньюшу на ее выступлениях. Окружающие говорят, что они очень подходят друг другу - у них общие друзья, увлечения.

Познакомились они на вечеринке в Дубае, где диджей выступал, а Ньюша периодически жила. После развода ее сын и дочь остались жить с отцом в ОАЭ, а Ньюша летала в Дубай, чтобы провести с ними время. Сама певица два года назад вернулась в Москву, чтобы продолжить карьеру на эстраде. Сейчас в Дубае не так безопасно,

так что 7-летняя Серафима-Симба и 4-летний Сафрон живут у мамы в Москве.

Чак НОРРИС: Чтобы справиться с плохими мыслями, я их записывал и сжигал бумажку!

Окончание.
Начало < стр. 1.

В КИНО ПОПАЛ БЛАГОДАРЯ БРЮСУ ЛИ

Но Норриса, конечно же, обожают зрители. Особенно подростки, которые просто млеют в кинотеатрах (в США) и видеосалонах (в СССР), глядя на приключения бородатого мужчины, виртуозно владеющего карате. «Око за око», «Немая ярость», «Одинокий волк Маккуэйд», «Без вести пропавшие», «Кодекс молчания» - для кого-то все это были дешевые боевики, а для кого-то предметы культа.

Он многого добился в спорте, а кинокарьера началась благодаря встрече с Брюсом Ли. Он был на чемпионате по карате в Нью-Йорке (Норрис там всех победил), потом подошел к нему, чтобы познакомиться, после чего подружились. «Я научился у него множеству приемов, преподав ему взамен высокие удары ногой, то есть удары выше уровня пояса».

А в 1972-м Ли позвонил Норрису из Гонконга и предложил роль в фильме «Путь дракона», который должен был сниматься в Риме. «Брюс заявил, что он хочет сделать со мной такую сцену схватки, которая запомнится каждому. Я шутливо сказал: «Отлично! А кто победит?» Он ответил: «Я. Я главная звезда»... Однажды я спросил его, как ему удастся удерживаться от проявления раздражения. «Я представляю себе, что записываю все такие мысли на



Знаменитый поединок Норриса (справа) и Брюса Ли в римском Колизее.

листке бумаги, а потом комкаю эту бумажку, поджигаю, и она сгорает дотла, - ответил он. - Это может показаться глупым, но система срабатывает - во всяком случае, для меня». Я добавил к системе Брюса еще один шаг. Я записывал свои плохие мысли на бумаге, а потом сжигал ее, но не в воображении, а наяву. Когда я избавлялся от пепла, эти мысли исчезали и из моего разума».

РЕЙНДЖЕР ПО ЖИЗНИ

В детстве он обожал смотреть на благородных ковбоев в вестернах. И именно этот образ Норрис и развивал в своих фильмах. Поначалу он играл злодеев и антигероев, но быстро определился с тем,

чего хочет: показывать именно ковбойские ценности.

Его самым большим успехом считается сериал «Крутой Уокер, техасский рейнджер» - как раз чуть ли не вестерн. Его премьера состоялась в апреле 1993

года. Норрис рассказывал, что поначалу боялся сниматься в «Уокере». «Когда я впервые прочел сценарий, сказал: «Если я когда-нибудь и буду сниматься в сериале, то именно в таком», но во всем этом присутствовал элемент риска. Если сериал проваливается, вам очень сложно вернуться обратно в киноиндустрию. Но, к счастью, все сработало».

В старости он стал героем шуток в интернете («Слезам Чака Норриса можно лечить рак. Но он так крут, что никогда не плакал». «Чак Норрис досчитал до бесконечности. Два раза». «Чак Норрис не стирает свою одежду, он потрошит ее»). Актер признавался, что не очень понимает этот юмор. Но чувствовал, что в нем есть уважение.

Денис КОРСАКОВ.

■ НАСЛЕДСТВО

На чем он сделал состояние в \$70 млн

Ирина ВИКТОРОВА

Актер зарабатывал в кино, на рекламе и бизнесе.

У Чака Норриса осталась большая семья - 5 детей (от трех женщин) и 13 внуков. Дети и вдова станут наследниками знаменитости.

По данным американских СМИ, состояние Норриса оценивается в более чем \$70 млн.

Большую часть он заработал благодаря съемкам в кино. Плюс солидные рекламные контракты на протяжении всей жизни. Норрис рекламировал не только банки, автомобили и другие бренды, но получал постоянный доход, оставаясь рекламным лицом БАДов, платформы для домашних тренировок и сети фастфуда.

Доходами распоряжался разумно - инвестировал в долгосрочные проекты, включая недвижимость. При этом актер всегда часть доходов отдавал на благотворительность.

Семья Норрисов проживает на ранчо в Навасоте, штат Техас, где на территории есть озеро. Оно оказалось настолько чистым, что 11 лет назад актер через дорогу от дома открыл предприятие по розливу воды. Актер получал гонорары за свои книги, но они несравнимы с рекламными доходами и дивидендами от инвестиций. Норрис коллекционировал автомобили и собрал автопарк из раритетных моделей.

Любимая газета страны

КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВ
ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

ДА!

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!



Дибров съехался с 43-летней подругой назло бывшей жене



Астропрогноз на апрель для всех знаков зодиака



Кардиологи узнали тайны женского сердца

Шестой брак Электроника и трагедия хулигана Гуся



Судьба актеров, сыгравших в знаменитом фильме

В ПРОДАЖЕ С 25 МАРТА

РЕКЛАМА 12+



Актер со второй женой Джинной О'Келли и младшими детьми - близнецами Дакотой и Дэниелом на премьере «Неудержимых-2» в 2012 году.

**Российский
форвард забил
1000-й гол в НХЛ.**

Кирилл СЕРОВ

Год назад Ови побил рекорд Уэйна Гретцки по числу голов в регулярных чемпионатах НХЛ, забив 895-ю шайбу. А в минувшее воскресенье забросил свою юбилейную, тысячную шайбу в НХЛ (с учетом и регулярки, и плей-офф). К чему Овечкину стремиться дальше - об этом мы поговорили с легендарным защитником и депутатом Вячеславом Фетисовым.

«ВЫДАЮЩЕЕСЯ ДОСТИЖЕНИЕ»

- Вячеслав Александрович, вы были одним из тех, кто вдохновлял Александра Овечкина на его рекорды...

- И продолжаю вдохновлять. Выдающееся достижение, конечно. Прошлогодний рекорд (по количеству голов в регулярном чемпионате) - это одна история в хоккее, а магическая цифра в тысячу - это другая тема. Да, молодец Александр Михайлович. Абсолютная цель тоже не так далеко, по-моему, 16 шайб осталось всего. (Уэйн Гретцки с учетом игр плей-офф забросил 1016 шайб. - Авт.) Но ему надо захотеть переписать и это достижение на свое имя.

Ну а в целом гордимся Сашей, понимаем, что на протяжении 20 с лишним лет быть в форме и забивать постоянно - это, конечно, выдающееся достижение. Тем более за это время и вратарь подрос, я имею в виду в размерах и экипировках - в рамке стоят настоящие гиганты. И все эти годы - я понимаю это как тренер, как защитник - соперники выходят на игру с мыслью не дать забить главному бомбардиру. И даже при таком внимании он забивает постоянно. Так что выдающийся хоккеист. Гордимся, желаем, чтобы он получал удовольствие от игры.

- Вы его уже поздравили с тысячным голом?

- Да. Сказал, что горжусь, желаю ему достойно завершить сезон и нацелился на то, что, казалось бы, вообще недоступно - этот совокупный рекорд. Опять же, казалось бы, 16 шайб - не так много, но...

- «Вашингтону» осталось сыграть в регулярке всего 12 матчей, а в плей-офф он, судя по всему, не попадает...

- Да. Долго ждали тысячный гол. Оказывается, не так все просто.

- А может, все же успеет? А то ведь у него летом заканчивается контракт с «Вашингтоном», и непонятно, будет ли он его продлевать.

- Ну посмотрим. Для человека, который привык забивать, это чувство гола, наверное, самое главное. Может, почувствовав вкус «добычи», он сможет и в нынешнем году добиться этого достижения.

- Александру уже 40, а это была 26-я шайба в сезоне, то есть забивает он заметно меньше, чем в прошлом.

- Все сезоны у него 30+ голов. Это тоже выдающийся результат. Это го-

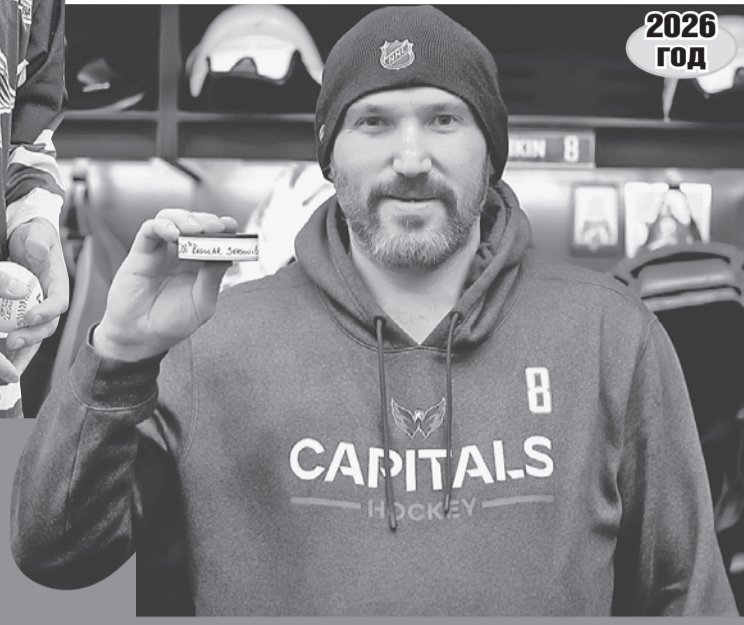


2004
ГОД

Александр Овечкин за 21 сезон в НХЛ все 1000 голов забил за один клуб - «Вашингтон» и юбилейную шайбу забрал себе.

Вячеслав ФЕТИСОВ - об Александре Овечкине:

Уйти на пике - большое искусство



2026
ГОД

ЗАХОЧЕТ ЛИ ОН БЫТЬ ТРЕНЕРОМ?

- Не исключено, что Александр тоже получит похожее предложение, как и вы.

- Надеюсь. Опять же, надо захотеть быть тренером. Это не просто место, где твое имя будет работать за тебя. Это место, где ты должен подтверждать свое имя конкретной работой, а она очень непростая. Она энерго- и времязатратная, это 20-часовой рабочий день. Нужно быть все время в курсе того, что происходит.

- По-моему, у Овечкина как раз все эти качества есть.

- Опять же, захочет ли он встать на лавку? Я могу сказать, что в 40 лет я точно не хотел. Уговорили.

- А потом вы возглавили сборную России на Олимпиаде-2002?

- Да, с опытом игрока и тренера.

- Может быть, Овечкин тоже пойдет по вашим стопам?

- Я думаю, учитывая его популярность, будет куча разных предложений, в том числе и связанных с его, скажем так, политическим будущим. Уверен, Саша найдет себя. Он правильно воспитан, понимает, кто он такой в современном мире. Если придет за советом, то можем с ним порассуждать. Опыта, который есть у меня, ни у кого нет.

ворит про стабильность игрока: никаких спадов у него не случилось, были пики, но уровень держит.

- Недавно подсчитали, что на таком уровне 20 сезонов подряд играл только один Горди Хоу.

- Да. Даже Гретцки не смог этот темп выдержать.

УЙТИ НЕЛЬЗЯ ОСТАТЬСЯ

- Тут недавно его мама заявила, что, как Саша закончит карьеру, в Москву вернемся, никаких мыслей нет оставаться в Америке.

- Это не секрет, он об этом все время говорит.

- Как вы думаете, он останется еще на год в НХЛ?

- Прежде всего это его желание и все, что связано с клубом.

- А что бы вы ему посоветовали в этом плане? Оставаться?

- Он сам должен принять решение, хочет ли он на таком уровне дальше продолжать играть. Я сам играл до 40 лет и понимаю, что без желания, без физических кондиций сложно выдержать, бороться с молодыми ребятами.

- А почему вы в 40 лет решили уйти из НХЛ?

- Из хоккея. Выиграл два Кубка Стэнли подряд и решил уйти на пике. Два года подряд наш «Детройт» в финале под ноль вынес «Филадельфию» и «Вашингтон». Хотя и был соблазн еще поиграть, но я считаю, что вовремя остановился. Это тоже большое мастерство на самом деле - уйти на пике. И потом уже, по прошествии времени, понимаешь, что это решение было правильным.

- И вы сразу стали тренером в «Нью-Джерси»?

- Меня уговорили. Я не собирался быть тренером, но руководство «Нью-Джерси Девилз» уговорило меня, по сути дела. Я сумел влюбиться в тренерскую работу и благодарен, что у

меня не было промежутка между карьерой игрока и тренера. То есть буквально в течение двух месяцев я перешел в другое качество, увидел игру с другой стороны. Это колоссальная работа, постоянная подготовка, анализ, психология - важнейший аспект. Я уже 24 года в политике и думаю, что 4 года тренерской работы мне сильно помогли.

КНИЖНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО
КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

ИСТОРИЯ О СИЛЕ ХАРАКТЕРА, ЦЕНЕ ПОБЕД И МЕЧТЕ, СПОСОБНОЙ ИЗМЕНИТЬ МИР

КАК ОБЫЧНЫЙ МАЛЬЧИШКА С ФЛОТСКОЙ УЛИЦЫ В МОСКВЕ СТАЛ СИМВОЛОМ ЦЕЛОГО ПОКОЛЕНИЯ

КАКОЙ ОН ЗНАМЕНИТЫЙ ОВИ, БЕЗ ШЛЕМА И КОНЬКОВ?

ЗВЕЗДА ПО ИМЕНИ ОВИ

Павел Садков

ЗВЕЗДА ПО ИМЕНИ ОВИ

Детство, семья, трагедии, враги и триумфы

автор
ПАВЕЛ САДКОВ

Вице-президент
Федерации спортивных журналистов
России, спортивный обозреватель
«Комсомольской правды»

ЗАКАЗАТЬ
ЗДЕСЬ

ОГРН: 107739295781-АО «ИД «Комсомольская правда», г. Москва. Реклама 16+



Все новости
спорта - на KP.RU/
SPORTS



БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

Виктория АДАМОВА, Москва:
- Свободное время предпочитаю проводить за чтением хороших книг с кружкой любимого чая или на природе. Ценю комфорт и легкость во всем.



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:
- Очень живой городской образ.

Я не люблю порезанные джинсы, но нужно признать, что в этом контексте они хороши. У Виктории такая красивая улыбка, что невозможно отвести взгляд, а остальное - неважные детали.

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

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

АНЕКДОТЫ

Алкоголь - мессенджер, который у нас не отнять!

* * *

Пенсионерка из Саратова отдала все накопления мошенникам, связавшимся с ней посредством азбуки Морзе по трубам отопления.

Уловки аферистов в сфере ЖКХ < стр. 7.

* * *

Мужчина в своей жизни должен посадить дерево, построить дом и родить ребенка, но обычно почему-то все начинают с конца списка...

* * *

Крепче всего спит не тот, у кого чистая совесть, а тот, у кого ее отродясь не было...

* * *

Хотелось бы стать богатым наследником, но в нашей семье по наследству передаются только тревожность и алкоголизм.

* * *

Если не знаешь, как сделать человеку приятно - скажи ей, что ты не прав.

* * *

То, что лучшая подруга увела у вас мужа, еще как-то можно пережить.

А вот как пережить, что бывший начал прилично зарабатывать?

* * *

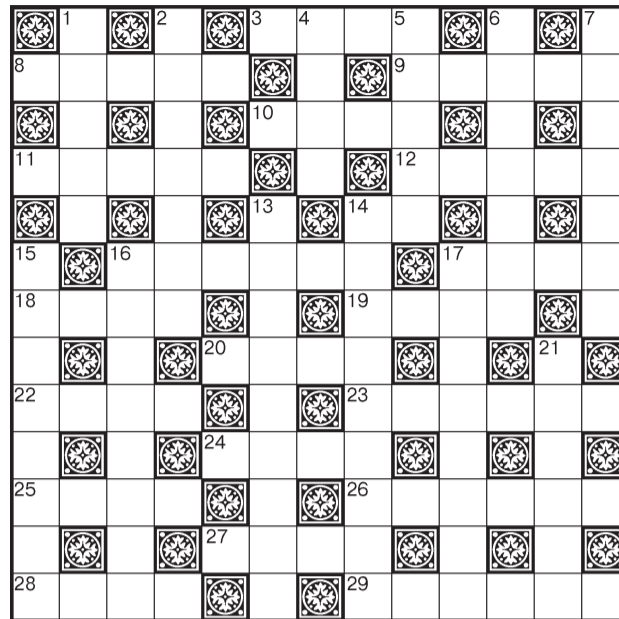
В первом классе чудо - Первая любовь! Нет детей, кредитов, Не нудит свекровь.

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. Что связывает «тамбовских товарищей»? 8. Все растения региона. 9. Французский философ, который провел восемь месяцев в немецком плену. 10. Пещера в парке. 11. Печать на справке. 12. Чем мусор подгоняют? 14. Игра настоящих самураев. 16. Покупка из шоколадного бутика. 17. Дубинка, чтобы играть в городки. 18. Штурвал «жигуленка». 19. Что вбивают в основание дома? 20. Заменитель фразы. 22. Всевышний эллинов. 23. Кто в мультиках про черепашки-ниндзя внешне напоминает Чака Норриса? 24. Столица страны фьордов. 25. Ротор при вертолете. 26. «Болезненное спасение» от болтов.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Кто комично сыграл жениха с того света у Леонида Гайдая? 2. Какой советский атлет в 60-е годы три раза подряд признавался лучшим спортсменом мира? 4. «Клумба» от кондитера. 5. Что самое вкусное? 6. Где правили Бурбоны? 7. «Пафосное сочинение» былых времен. 13. Что делают перфоратором в бетонной стене? 14. Где гурманы шопятся? 15. Что нанимают для переезда? 16. Процесс в основе дайвинга. 17. К чему подходят ради денег? 21. Самая крупная камбала.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД: 1. Гроздь. 2. Печать. 3. Тамбов. 4. Кондитер. 5. Вкусное. 6. Бурбоны. 7. Пафосное сочинение. 8. Растения. 9. Философ. 10. Пещера. 11. Печать. 12. Мусор. 13. Перфоратор. 14. Гурманы. 15. Переезд. 16. Дайвинг. 17. Ради денег. 18. Штурвал. 19. Вбивают. 20. Заменитель фразы. 21. Камбала. 22. Всевышний. 23. Чака Норриса. 24. Столица. 25. Ротор. 26. Спасение. 27. Адрес глаз. 28. Чем с морщинами борются? 29. «Заклятый соперник» Пабло Пикассо.

Прогноз погоды на завтра, 25 марта

	ночью	днем
Киров	-1...+1	+9...+11
Вятские Поляны	-1...+1	+9...+11
Луза	-3...-1	+9...+11
Воркута	-4...-2	-1...+1
Сыктывкар	-1...+1	+7...+9

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

Давление - 745 мм рт. ст.
Относительная влажность воздуха - 40%
В - 3 м/с
Восход - 05:29
Закат - 18:06
Луна - растущая

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

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

Звоните нам!
(495) 777-02-82

Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

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

НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», Новодмитровская, д. 25, 8-й этаж, пом. 800, Москва, 127015.
Центральные 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. № 479/484
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-2026», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.
Тираж этого номера: 167 215 экз.
Цена договорная



РЕГИОНАЛЬНАЯ РЕДАКЦИЯ И ИЗДАТЕЛЬ ООО «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА КИРОВ»

Директор «КП» - Киров» - В.В. НИКОЛАЕНКО
И.О. редактора «КП» - Киров» - А.В. НИКОЛАЕНКО
E-mail: kp@kp-kirov.ru
WWW.KIROV.KP.RU

Адрес: 610035, г. Киров, ул. Воровского, 107, оф. 419
Тел.: Редакция, отдел распространения, отдел рекламы: +7-922-901-66-35.
E-mail: kp@kp-kirov.ru, kpreklama@kp-kirov.ru

Отпечатано с готового оригинал-макета в ООО «Феникс», 109428, г. Москва, ул. Коновалова, д. 18, помещение 3, комн. 1, офис №24.
Тел. +7-922-995-39-85, Сайт fenixnews.ru. Заказ № 479/484
Тираж, распространяемый на территории Кировской области: 1900.
Тираж для Республики Коми - 2000 экз.
Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые сертификаты. Индексы: ПНО51, ПЗ700, П1101.