

Дьявол роется в деталях

Что в стране с автозапчастями

Читайте на стр. 8 ▶



Иван МАКЕЕВ/«КП» - Москва

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА FM.KP.RU

Шумел, выпил - на улицу!

Депутаты хотят выселять буйных соседей - radiokp.ru 15:00 (мск)



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



7 681 000 уникальных посетителей за минувшие сутки

№ 51 (27499) 2023 год

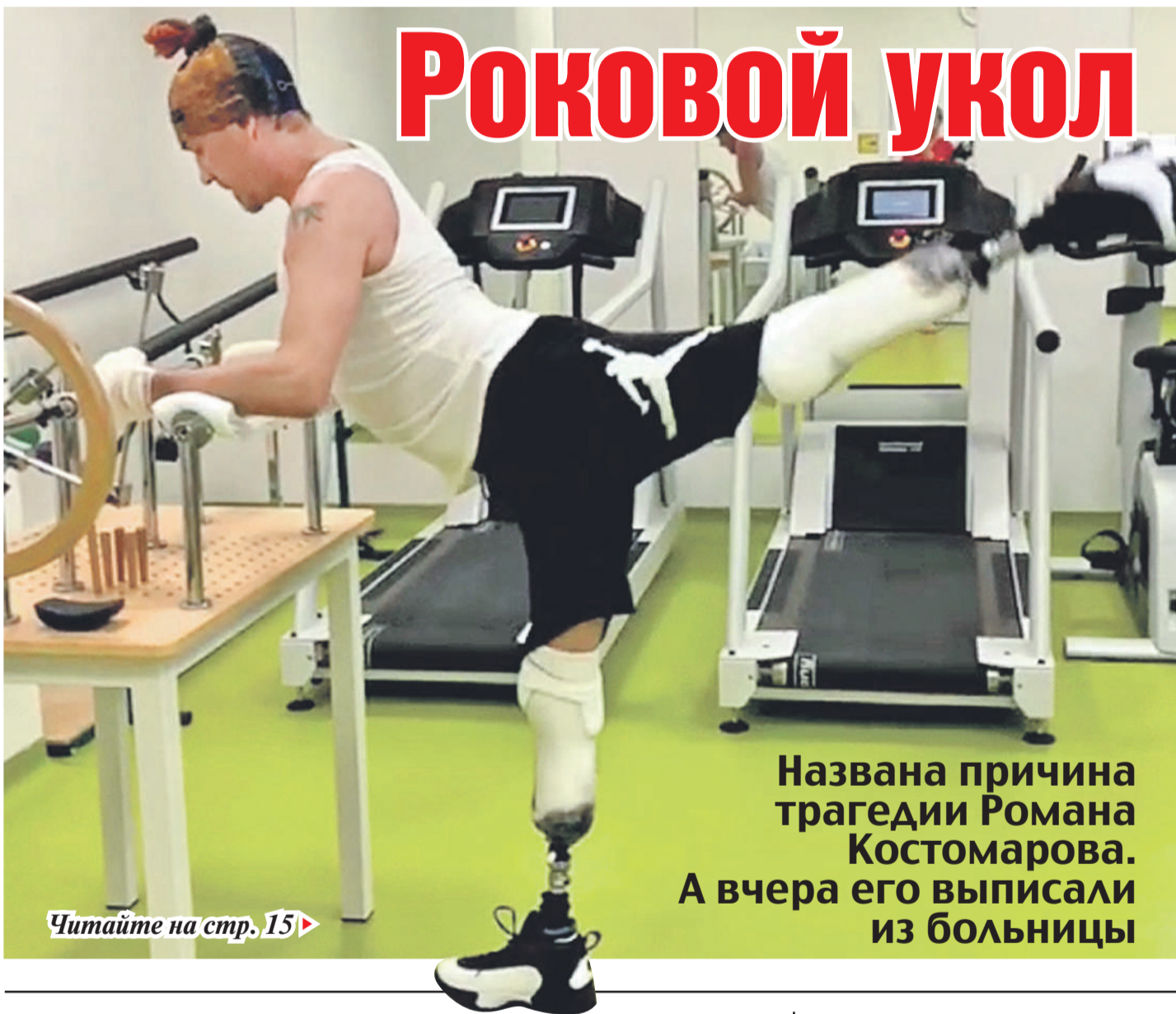


Основана в мае 1925 года

Пятница 7 июля

Газета нашего города ★ Брянск

Роковой укол



Советы



С миллионом Лепс приходил вчера

Александр ГАМОВ, политобозреватель «КП»

Знаменитый певец приехал в Донбасс и вручил обещанные деньги бойцу, подбившему немецкий танк.

В интернете появился ролик, в котором депутат ЛНР **Виталий Кишкинов** передает бойцу с позывным «Веном» «кирпич» купюр от певца **Григория Лепса** за уничтоженный танк ВСУ «Леопард» немецкого производства. Я тут же позвонил депутату.

- Подскажите, а боец с позывным «Веном», который подбил «Леопард», он молодой? Сколько парню лет? А то в ролике он в маске.

- 30.
- Сколько воюет?
- Давно.

Продолжение на стр. 2 ▶

Названа причина трагедии Романа Костомарова. А вчера его выписали из больницы

t.me/roman.kostomarov

Читайте на стр. 15 ▶

Отчего так в России зарплаты растут

Доходы в стране растут не по дням, а по часам! За год реальные зарплаты россиян увеличились на 10,4% - такую информацию озвучил премьер **Михаил Мишустин** на встрече с **Владимиром Путиным**. Реальные зарплаты - это доходы за вычетом инфляции, кредитов, «коммуналки» и прочих обязательных платежей.

Почему же при нынешних, скажем так, не совсем стандартных экономических условиях цифры так уверенно идут вверх?

- Рост реальных зарплат произошел благодаря решению правительства повысить минимальный размер оплаты труда более высокими темпами по сравнению с инфляцией, - объясняет профессор Финансового университета при правительстве РФ **Александр Сафонов**.

Соответственно, следом за МРОТ растут и официальные зарплаты. Ведь работодатель не имеет права платить сотрудникам меньше минималки. Напомним,

сейчас МРОТ составляет 16 242 рубля в месяц в среднем по стране.

Но есть и другие причины. - Также были приняты решения об индексации зарплат для работников бюджетной сферы. И наконец, очень серьезную роль на рынке труда играет нынешний дефицит кадров, который заставляет руководителей бороться за работников. А единственный способ привлечь необходимых специалистов - это повышение зарплат, - объясняет Сафонов.

Подписка на «КП» – прямо из дома

СКАНИРУЙТЕ

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

Россия развивается вопреки внешним санкциям и давлению

Валентин АЛФИМОВ

О чем говорил президент на заседании Совета глав государств - членов Шанхайской организации сотрудничества (ШОС).

Формально встреча проходит в Индии - она в этом году председательствует в организации, но лидеры стран все-таки собрались в видеоформате.

Заседание начал премьер Индии **Нарендра Моди**. Затем он передал слово каждому из президентов-участников.

Мы выбрали для вас главное, о чем говорил **Владимир Путин**:

✓ Долгое время у наших границ реализовывался проект по созданию из соседней с нами Украины фактически враждебного государства - «анти-России». Ее накачивали оружием восемь лет, закрывали глаза на агрессию против мирного населения Донбасса и потакали в насаждении неонацистской идеологии. Все это, чтобы поставить под удар безопасность России, сдержать развитие нашей страны.

✓ Против нас ведется гибридная война, используются беспрецедентные по масштабу нелегитимные антироссийские санкции.

✓ Но Россия уверенно противостоит и будет противостоять внешнему давлению, санкциям и провокациям. Даже в нынешней обстановке наша страна продолжает устойчиво развиваться.

✓ Российский народ как никогда консолидирован. Сплоченность и высокую ответственность за судьбу Отечества все общество продемонстрировало, выступив единым фронтом против попытки вооруженного мятежа.

✓ Благодарю коллег из стран ШОС, поддержавших действия нашего руководства по защите строя, жизни и безопасности граждан. Мы это высоко ценим.

✓ Торговля России с членами ШОС выросла на 37% и достигла рекордных 263 млрд долларов. А за январь - апрель нынешнего года прибавила еще 35%.

✓ Более 80% сделок между Россией и КНР проходят в рублях и юанях. Доля рубля в операциях со странами ШОС больше 40%.

«Папа, это правда или сон?»

Залина ТАТАРОВА («КП» - Северный Кавказ)

Восьмилетняя девочка из Дагестана, рыдавшая из-за того, что не увидела Путина, попала в Кремль.

Вечером 28 июня **Владимир Путин** прогулялся по Дербенту после деловых встреч с политиками Северного Кавказа. Без преувеличения весь город вышел на улицы, чтобы увидеть президента. В огромной толпе стояла и второклассница Раисат Акипова. «Я не увидела Путина! Все толкались!» - горько рыдалась она после ухода **Владимира Владимировича** и умоляла маму не снимать ее слезы на камеру. Но как раз это трогательное видео с плачущей Раисат приведет ее прямо в Кремль.

- Мы не могли ее успокоить до глубокой ночи! - рассказал «Комсомолке» папа



После разговора с премьером **Мишустин** **Раисат** и **Владимир Путин** позвонили главе Минфина **Антону Силуанову**. Тот сначала подумал, что это розыгрыш, но потом рассказал, что Дагестану выделено дополнительно 5 миллиардов рублей. Плодотворная поездка вышла у **Раисат**.

школьницы **Ахмет**. - Питая крохотную надежду, что сам президент увидит это видео, я выложил его в социальные сети. Так и случилось!

Уже через пару дней с семьей **Акиповых** связались власти республики: «Собирайтесь. Вы едете в Москву». **Владимир Путин** встретил **Раисат** и ее маму **Култум** с букетами цветов.

- Раисат у меня

скромная, держит эмоции внутри себя, выплескивает только наедине с нами. Но когда она увидела президента в Кремле - растерялась, сразу подбежала к нему и обняла. Сказала ему, что она сильно его любит и он самый лучший президент, - поделился ее отец.

А еще девочка села в президентское кресло и поговорила с премьер-министром

Михаилом Мишустин.

После поездки президента в Дагестан было принято решение о выделении на развитие региона 5 млрд рублей. Путин объявил об этом и сказал девочке: «Ты получила сейчас для Дагестана пять миллиардов рублей».

«Папа, это правда произошло или это сон?» - восхищалась **Раисат** после удивительной поездки.

■ ПРЕМИЯ

Миллион от Лепса на столе

Окончание. Начало < стр. 1.

- В составе народной милиции ЛНР? - Нет. Он - от Минобороны России. - «Веном» рассказывал, как удалось «Леопарда» завалить?

- Рассказывал, конечно. Благодаря слаженному взаимодействию подразделений всех родов наших войск. Вышли на охоту, подкараулили... Провели сначала артподготовку. Ввели этим (танкистов ВСУ. - Авт.) в заблуждение. А потом сработали по «Леопарду». У нас не было времени много спрашивать. Человек на службе.

- А как Лепс миллион для бойца передал?

- Сам и передал. Лично. Из рук в руки.

- Он что, сейчас у вас, в Донбассе? - Ну да. Здесь. **Григорий Викторович** мне позвонил, говорит: давай героя, кто уже подбил «Леопард». Я и нашел этого парня. Мы получили все официальные подтверждения.

Он сказал бойцу: «Поздравляю!» Но из-за личной скромности сам в кадре появляться не захотел.



Пачка рублей и боец с позывным «Веном». Лепс из скромности в кадр вставать не стал.

■ ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

Процесс хорошо пошел

Кстати, две недели назад еще за один подбитый танк «Леопард» миллион рублей бойцу **Андрею Кравцову** вручил чемпион по борьбе, сенатор **Александр Карелин**. Причем, как заметил знаменитый борец, эти «призовые за танк» идут сверх тех премий, которые положены от Минобороны (100 тысяч рублей за уничтожение вражеского танка, а, например, за самолет - уже 300 тысяч). Так что процесс пошел.

«В танк с крестами попал сразу, больше суток горел»

Александр ГАМОВ

Боец «Веном», подбивший немецкий «Леопард» ВСУ, перезвонил обозревателю «КП».

- Это «Веном». Мне сказали, вы ждете от меня звонка.

- Да. А вас можно называть как-то иначе, не по позывному?

- Только по позывному.

- Как вы подбили танк?

- Ничего такого... Наблюдатели наши засекли «Леопард», наводчик просто филигранно сработал. Я выстрелил. Сразу попал. Не я один так сработал. Это весь наш расчет противотанкового ракетного комплекса.

- Куда целились?

- В башню. Она сразу и загорелась. И весь танк

моментально вспыхнул. От детонации.

- С какого расстояния били?

- Пять километров. Хотя мы можем и подальше поработать.

- Кресты на танке были?

- Было видно сразу несколько крестов. «Леопард» хорошо горел. Более полутора суток. Сгорел полностью - дотла.

- Как успех отметили?

- Ну, ребята быстро меня поздравили. Я - их. Обычное дело.

- Удивил миллион от Лепса?

- Это - да. Я даже не поверил, пока его не увидел. Лепса...

- Песни его знаете?

Кроме «Рюмки на столе», конечно.

ЗВОНОК ГЕРОЯ

- У него все хорошие (смеется).

- Что сказал вам Лепс?

- Что гордится нами. Это здорово, что есть люди, которые приближают нашу победу.

- Вы это о себе?

- Нет! О Лепсе.

- Куда миллион денег?

- Часть - семье, часть - расчету.

- А в какой пропорции?

- В справедливой.

- У вас в семье кто-то в Великую Отечественную воевал?

- Прадед. Прошел всю войну пехотинцем. Остался жив.

- Когда стреляли в танк с крестами, о нем вспомнили?

- Не до того было... Да я о нем просто не забываю.

оноклассники



Давайте дружить на OK.RU/KPRU



http://www.kp.ru/ ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

ЗДОРОВЬЕ
Сибирская язва выявлена в России: как избежать заражения

НАУКА
Слишком много пить в жару может быть опасно: кто рискует



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



Разбираемся, почему так долго падает рубль и когда это прекратится.

Чуть помедленнее, доллар...

Евгений ОРЛОВ

В теории заговора верить не нужно, рубль падает по естественным причинам, и власти никак ему не помогают. В этом заговора нас гла-ва Центробанка Эльвира Набиуллина, выступая на финансовом конгрессе Банка России 6 июля.

Да вот только верится с трудом (Эльвире Сахипзадовне, а не теориям заговора). Ведь не далее как 5 июля, когда курс рубля уже долго и уверенно летел вниз, наши власти придали ему дополнительное ускорение. Минфин заявил, что в июле в два с лишним раза сократит продажи валюты на бирже. А чем меньше валюты меняют на рубль, тем слабее его курс - таков закон экономики. Отсюда можно сделать вывод: Минфин пока не хочет, чтобы рубль укреплялся. И только от одной новости, что Минфин сократит продажи валюты, падение рубля ускорилось еще сильнее. Чувствительный и нежный он, а еще говорят, что деревянный.

Почему бюджету сейчас не очень нужен сильный рубль? Этим вопросом задались эксперты американского агентства Bloomberg. И пришли к выводу: слабый рубль поможет увеличить доходы казны, которые заметно отстают от расходов.

Сейчас все объясним. Но сначала напомним, что рубль потихоньку опускается с прошлой осени - тогда доллар был чуть выше 60 рублей. Однако в последние две-три недели падение ускорилось. Еще два месяца назад доллар стоил 76 рублей, а 6 июля он подскакивал до 93. Евро за то же время вырос с 84 до 102 ру-



ШУТКА ИЗ ИНТЕРНЕТА

блей. Причин несколько, но главные, пожалуй, три.

1 ПОПЫТКА ВОЕННОГО МЯТЕЖА

Ох, тревожно тогда было. А когда россиянам тревожно, у многих срабатывает рефлекс - скупай валюту, да побольше! Чем и занялись многие прямо беспокойным субботним утром 24 июня.

А в экономике есть закон: когда спрос на валюту растет, ее курс тоже поднимается (запомните этот закон, он нам еще пригодится). Что и случилось. За неделю после событий вокруг ЧВК доллар поднялся с 84 до 88 рублей, евро - с 91 до 97.

2 ЭКСПОРТ ПАДАЕТ, ИМПОРТ РАСТЕТ

В прошлом году у нас были высокие доходы от экспорта ресурсов. Нефть, газ, металлы были очень дорогими. Валютная выручка шла к нам рекой. И именно поэтому доллар и евро тогда стоили дешево - по 60 - 65 рублей.

- Масштабное укрепление курса рубля в прошлом году многие воспринимали как победу над обстоятельствами. Но надо честно признать: это было следствием прежде всего резкого роста экспорта и снижения импорта. Сейчас, если мы посмотрим на динамику курса, она тоже во многом объясняется внешней торговлей, -

пояснила глава Центробанка Эльвира Набиуллина.

Сейчас ситуация изменилась.

- Цены на нефть и другой российский экспорт на мировом рынке держатся на невысоких уровнях. И более того, они имеют тенденцию к снижению, - объясняет директор Института социально-экономических исследований Финансового университета при правительстве РФ Алексей Зубец.

В результате в страну поступает все меньше валюты от экспорта. А импорт растет, и поставщикам нужно все больше долларов, евро и юаней, чтобы покупать товары за рубежом. И тут мы вспоминаем правило: когда спрос на валюту растет, ее курс тоже поднимается. Вот она, главная причина падения рубля.

3 ДЕФИЦИТНЫЙ ГОСБЮДЖЕТ

Бюджет у нас в дефиците - по итогам первого квартала расходы выше доходов на 2,4 трлн рублей. Валюты от импорта поступает все меньше. Но чем слабее российская валюта, тем больше рублей можно получить за каждый попадающий в страну доллар (евро, юань, тугрик). Ведь одно дело, если каждый доллар, поступающий в Россию, превращается в 70 рублей, и совсем другое, если он стоит 100 рублей. Так и дефицит покрыть проще. Именно на это намекают эксперты Bloomberg. А Минфин, который отвечает за подсчет доходов и расходов бюджета, не торопится поддерживать курс рубля и только подливает масла в огонь.

■ ВОПРОС ДНЯ

Специалисты считают, что детям на каникулах вовсе не обязательно ограничиваться списками конкретной литературы (об этом на стр. 10).

Что надо прочитать ВАШИМ ДЕТЯМ ЭТИМ ЛЕТОМ?

Михаил ГРУШЕВСКИЙ, пародист, сатирик:

- Сыну Мишке исполнилось 8 лет, у него есть задание от школьной учительницы, но сам он с большим интересом изучает книги, которые описывают водный мир и грибы, кажется, от Вишневецкого. Еще ему нравятся книги из богатого советского детского наследия - с удовольствием прочитал «Ко мне, Мухтар!». Читал нам ее вслух на отдыхе, привлекая внимание окружающих. Нашел в библиотеке книжку о великих футболистах «Пеле. Гарринча» Игоря Фесуненко. Удивительно, но уже сейчас зверски соскучился по школе и ждет сентября.

Борис КУЗНЕЦОВ, директор издательства детской литературы «Росмэн»:

- Дайте ребенку хотя бы треть книг по его выбору. Вроде новосовского «Витя Малеев в школе и дома» или «Денискиных рассказов» Драгунского. Там такой юмор... Или попробуйте книги Виктории Лидерман предложить. Когда-то мы выпускали Гарри Поттера - это хорошее вовлекающее летнее чтение. Моему сыну Егору, айтишнику, 18 лет, и он на лето выбрал 20 произведений самой зубодробительной классики. Начиная с «Улисса» Джойса, потом «Замок» Кафки, «Чума» Камю и так далее.

Сергей ЛУКЬЯНЕНКО, писатель-фантаст:

- Сын Даниил сдал экзамены в Гнесинку и уехал в их летний лагерь. Он что-то выбрал для бумажного чтения, но я не успел проконтролировать. Дочь Надя взяла «Приключения барона Мюнхгаузена». Классика, которую в детстве надо прочитать обязательно. У нее много планов на русскую классику XX века, но это пока еще не Набоков.



Елена БЕРЕЖНАЯ, олимпийская чемпионка по фигурному катанию:

- На лето книги сыну и дочери подсказывает учитель литературы. При этом мои дети уже выбирают книги сами. И они уже не в бумаге, а в смартфонах. Их можно заставить читать только то, что им интересно. «Гарри Поттер» - давно пройденный этап. Что сейчас, я и не знаю. У Тристана только что закончился ОГЭ, а София так плотно занимается спортом, что вряд ли сейчас у нее в руках книга.

Элина ЖГУТОВА, глава Центра по защите семейных ценностей «Иван Чай»:

- Прочтите книгу 1913 года про девочку «Поллианна» американского автора Элинон Портер. Сомневаюсь, что дадите детям Сорокина или Пелевина. Пусть читают приключения - Фенимора Купера, Джека Лондона, Жюль Верна. И фантастику - не столько Толкиена, сколько Беляева, Ефремова, Оруэлла. А подросткам-выпускникам я бы рекомендовала «Крейцерову сонату» Толстого - сама перечитала с удовольствием.

Максим СУРАЙКИН, бывший кандидат в Президенты России:

- А мы читаем дочке правильные сказки - это «Морозко», «Красная Шапочка». Делаем это на ночь, она засыпает крепко, как любой нормальный ребенок. Ульяне три года исполнится осенью, и, конечно, большей частью все классические сказки она воспринимает от бабушки, что очень грамотно.

ВОПРОС - РЕБРОМ

Что будет дальше?

Ситуация с курсом рубля пока еще не отразилась на ценах. Но падение национальной валюты неминуемо приводит к высокой инфляции. Поэтому рано или поздно власти должны сказать свое слово. Например, все-таки начать продажу валюты на бирже и тем самым поддержать курс рубля.

- Мое мнение такое: достаточно скоро Банк России вмешается. Кратковременно все может быть: и 92, и 95 (рублей за доллар. - Ред.). Но, думаю, потом отгонят на 88 - 89, и все обрадуются, - верит профессор Высшей школы экономики Евгений Коган.

- Думаю, вариант, что доллар будет держаться в коридоре 85 - 95 рублей, это надолго. По крайней мере до конца года, - прогнозирует Алексей Зубец.



О надежных способах заработать и прибыльно вложить средства читайте в разделе «Экономика» на сайте KP.RU



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



Зеленский уже настроил население и, кажется, уже занес руку над красной кнопкой, не считаясь ни с чем. Но все не так просто.

Валентин АЛФИМОВ

НЕСКОЛЬКО ВАРИАНТОВ

Киев готовит удар по Запорожской атомной станции. По словам советника гендиректора концерна «Росэнергоатом» **Рената Карчаа**, ВСУ попытаются атаковать ЗАЭС высокоточными ракетами и беспилотниками-камикадзе.

Но это будет не просто удар по ЗАЭС, планируется еще и ядерная провокация:

- Одновременно с этим планируется сброс боеприпаса, который снаряжен радиоактивными отходами, вывезенными 3 июля с Южно-Украинской атомной станции на один из военных аэродромов Украины, - добавил Карчаа.

Есть и план Б - если не получится с беспилотниками и авиацией, у провокаторов наготове ракета «Точка-У» с боеголовкой, начиненной радиоактивными отходами.

Карчаа предупреждал, что атака произойдет в ночь на 5 июля. Но этого, слава богу, не случилось. Эксперты уже объяснили почему - поднятая информационная волна с нашей стороны, что остудило горячие головы. Весь вечер 4 июля в Киев звонили **Макрон** и другие лидеры. Видимо, отговорили. Но это не значит, что **Зеленский** отказался - не исключено, что атака просто перенесена.

ЗАЧЕМ ЭТО НУЖНО?

Если совсем просто - Зеленскому надо встряхнуть его кураторов и спонсоров. Ведь 11 - 12 июля в Вильнюсе пройдет саммит НАТО, где в очередной раз будет решаться судьба Украины.

- Им к саммиту нужно что-то принести в зубах - или победу, или какую-то ужасаю-

Преступление века: Киев готовит провокацию на Запорожской АЭС

щую историю, чтобы сплотить тех, кто за ними стоит, - объяснил в беседе с «КП» политолог, автор телеграмканала «Политджойстик» **Марат Баширов**.

Изначально встравивать НАТО Зеленский планировал летним наступлением. Но оно, по сути, провалилось - желаемых результатов (прорыв российской обороны, захват больших территорий, выход к Азовскому морю или даже Крыму) нет. Значит, нужно что-то придумать.

И придумали - провокацию с обвинением России в том, что «она готова идти на эскалацию, готова жертвовать мирным населением». Этой провокацией был подрыв дамбы Каховской ГЭС. Но тогда Запад не отреагировал - значит, нужно что-то посерьезнее. А что может быть серьезнее взрыва на АЭС?

- Они используют одну и ту же двухходовку. Так было и летом 2014 года - начали сыпаться украинские войска, и они сбили малайзийский «Боинг». Тогда весь мир начал давить на Россию, - напоминает Баширов.

НЕОЖИДАННЫЙ СТОРОННИК

Но и у нас есть поддержка. Это глава МАГАТЭ **Рафаэль Гросси**. Дело в том, что на ЗАЭС постоянно находятся его наблюдатели. Они своими глазами видят, что там на самом деле. И главное,



Глава МАГАТЭ Гросси держит постоянный контакт со своими наблюдателями на станции.

они реально независимые, отмечает Марат Баширов. Собственно, последнее заявление Гросси это подтверждает:

«Эксперты МАГАТЭ, присутствующие на Запорожской атомной электростанции, в последние дни и недели проинспектировали части объекта, проводили регулярные осмотры, до сих пор не наблюдая никаких видимых признаков мин или взрывчатых веществ», - цитирует своего начальника официальный сайт МАГАТЭ.

ЧТО БУДЕТ, ЕСЛИ ВСУ УДАРЫТ ПО ЭНЕРГОБЛОКАМ

Как заявил бывший глава общественного совета Госинспекции ядерного регулирования Украины **Алексей Толкачев**, «взрыв реакторов на ЗАЭС невозможен, потому что они спрятаны в оболочку из полутораметрового

железобетона». А она «может выдержать падение легкого самолета, внутренний взрыв, аварию. Ее можно взломать только взрывом нескольких сверхмощных бомб».

КАК МЫ БУДЕМ ЕЕ ЗАЩИЩАТЬ

У ВСУ есть советские «Точки-У». Но они крупные, и наша ПВО их перехватит.

Возможно, будут бить «Хаймарсами» или Storm Shadow. Но тогда станет понятно, что Киев использует западное оружие. А этого их кураторы могут не простить. Могут ударить с самолета боеголовкой с наведением. Но российская РЭБ научилась сбивать их координаты. И тогда бомба может упасть где угодно, а не там, где надо.

- Станция хорошо защищена. Там есть и средства ПВО, и РЭБ. Авиация, скорее всего, будет работать. Там все на ушах сейчас стоят, - заключил Марат Баширов.

Сценарий катастрофы: У них все готово

Тем временем Киев начал «прогрев» аудитории. Есть такой термин у блогеров - прогрев - это информационная подготовка к запуску продукта.

Загибайте пальцы:

1. Вышло интервью с бывшим советником офиса Зеленского **Алексеем Арестовичем**. Он, во-первых, заверяет, что «они [россияне] взорвут станцию с вероятностью 95%», а во-вторых, сразу успокаивает, что ничего страшного не случится - лишь маленькая утечка радиусом в километр.

2. Украинские телеграм-каналы разгоняют новости, что «Россия собирается взорвать ЗАЭС». Причем ВСУ официально заявило, что якобы уже заложена взрывчатка «на внешней кровле третьего и четвертого энергоблоков».

3. По некоторым данным, в начале этой недели главком ВСУ **Залужный** посетил Ровенскую АЭС, где живо интересовался, какие последствия могут быть от взрыва этой электростанции.

4. И вот уже несколько дней по украинским телеканалам показывают мультики о том, что делать в случае ядерного заражения.

5. Ну и совсем уже выход на финишную прямую: Зеленский 4 июля вечером заявляет, что «мир готов реагировать на любые инциденты», и повторяет тезис, что на крыше энергоблоков размещено что-то похожее на взрывчатку. Параллельно с этим минздрав Украины срочно выпускает инструкции, что делать при ядерной катастрофе, а СМИ публикуют карту заражения.

- Это однозначно прогрев. Попытка действовать на население Тем более что для украинцев это болевая точка. У них есть фобия Чернобыля. А на Западе под это уже заготовлена медиакмпания. Готовы писать и очернять, - говорит Баширов.

■ ФИНАНСЫ

Константин **ВАСИЛЕВСКИЙ** («КП» - Санкт-Петербург)

В Северной столице введут курортный сбор. От него освободят местных жителей, спортсменов, ветеранов: всего будет 20 льготных категорий.

С 1 апреля 2024 года для большинства туристов пребывание в Петербурге будет чуть дороже, чем раньше. Власти города официально ввели курортный сбор, соответствующий документ подписал губернатор города **Александр Беглов**.

Теперь за сутки в городе туристы будут отдавать в бюджет Петербурга

В Питере - платить

дополнительные сто рублей. Но есть много льготников, освобожденных от уплаты взноса.

Это дети, многодетные семьи, участники СВО, ветераны Великой Отечественной и еще около пятнадцати категорий. Также не будут платить сбор бизнесмены, участвующие в деловых мероприятиях, например, в Петербургском международном экономическом форуме, и спортсмены, допустим, игроки «Спартак», прибывшие на матч с «Зенитом».

Вносить дополнительную сотню будут отели, поэтому туристы особенно

ничего и не заметят. А вот горожане, если вдруг по какой-то причине решат заночевать в гостинице, допустим, ради романтической ночи, от курортного сбора освобождены.

КСТАТИ

В прошлом году Петербург посетили более 8 миллионов человек и оставили там 366 млрд рублей. В этом уже за первые пять месяцев получилось больше 4 миллионов. То есть результат, скорее всего, удастся превзойти. А там уже виден и допандемийный рекорд - 10,4 миллиона туристов.

Деньги, а их рассчитывают собрать от 300 до 500 миллионов рублей за год, планируют пустить на содержание «курортной инфраструктуры». Власти города подразумевают под этим не лежаки на пляжах, а памятники архитектуры и истории.

А КАК У НИХ



с постояльцев берут по 30 - 50 рублей сверх гостиничного прайса. Также 50 рублей придется оставить тем, кто решил отправиться в горы Алтая. А вот в Крыму от идеи сбора решили отказаться.

Сейчас курортный сбор введен в нескольких регионах страны.

Федеральный закон устанавливает предельную сумму, которую можно взять с туристов, - это 100 рублей. Именно столько оставляют приезжие в отелях Минеральных Вод. В Сочи с постояльцев берут по 30 - 50 рублей сверх гостиничного прайса. Также 50 рублей придется оставить тем, кто решил отправиться в горы Алтая. А вот в Крыму от идеи сбора решили отказаться.

Дмитрий ПОЛУХИН / Комсомольская правда



Снайпер-разведчик способен подобраться к врагу очень близко, но огневой мощи ему часто не хватает. А что если вооружить его пушкой? Или дать ракетную установку? «Как же он потянет это все?» - спросите вы. А легко. Инженер, воюющий на СВО, решил эту задачу.

Григорий КУБАТЯН,
военкор «КП»

Терминатору не снилось: Русский Иван стреляет с плеча из зенитки

Ивану 42 года, его позывной «Механик». У него свое предприятие в Екатеринбурге, где он был главным конструктором по оружейному тюнингу. С началом СВО Иван пошел добровольцем. Взяли рядовым, но на четвертый день назначили командиром снайперской группы. Помогло увлечение спортивной стрельбой. Инженерные навыкигодились не меньше.

КРЕПОСТНОЙ ПУЛЕМЕТ

- Правда, что ты и воюешь, и успеваешь оружие модернизировать?

- Я просто нахожу нестандартное применение тому, что под рукой. Вот была у нас зенитная установка ЗУ-23-2 со спаренной пушкой - разработка аж 1960-х годов. И их наделали очень много. И боеприпасов к ней - тоже. Но эта зенитка сейчас потеряла смысл - не может стрелять по новым самолетам.

- А по беспилотникам? По пехоте?

- Это было бы как из пушки по воробьям. Понимаешь, обычно эту установку ставят на грузовик. А эта техника большая, заметная. Только подъехал к передовой - и все, моментально получил из миномета.

- И что делать?

- Я переделал ее для стрельбы с плеча. Опробовал при штурме Марьинки. Пушки у этой зенитки скорострельные - 1000 выстрелов в минуту! Отлично зашли как штурмовые орудия. Как артиллерия переднего края. У врага в соседних зданиях шансов не было. Больше двух месяцев они думали, что по ним с земли работает БМП или БТР, и отвечали по дороге из минометов и гаубиц. А мы стреляли с пятиэтажки. И так в Марьинке срезали четыре многоэтажных опорника. Все их заняли.

- Стреляли с рук из зенитного орудия? Там же отдача бешеная!

- А мы нашли решение, как ее убрать. Иначе, если тело примет на себя отдачу пяти выстрелов, это будет все равно что боксер пять раз тебя ударил в грудь. Отправишься в больницу.

Я лично стрелял: 230 выстрелов без последствий. Как именно? Раскрывать не буду, пусть останется военной тайной. Но у нас на самом переднем крае, где у штурмовых групп обычно лишь автоматы и пулеметы, появилось орудие, пробивающее стену насквозь!

Я нашу установку называю «крепостной пулемет».

ДОМА ПРЕВРАЩАЕТ В РЕШЕТО

- Как другие бойцы реагируют? Тоже хотят такую штуку?

- Все, кто смотрел видео, как мы работаем, не верили, думали - постановка, что стреляет манекен. Штурмовики сказали: «это невозможно», «мы не найдем психов, которые смогут это повторить». Итог - пока стрелять из «крепостного пулемета» может только моя команда.

- Какие цели удалось поразить?

- В той же Марьинке противник хорошо подготовил здание к обороне. Заложил мешками окна, установил пулемет и вел огонь по нашим бойцам.



Личный архив героя публикации

Тогда мы пустили в ход нашу зушку...

Снаряды залетали прямо через стены!

- Даже бетонная стена не преграда?

- Куски стены выпадают, появляются дыры. Здание превращается в решето.

КАРМАННЫЙ «ГРАД»

- Что говорит командование?

- Комбат отстрелял сотню патронов и был впечатлен - поддерживает. Дал зеленый свет на наши «разработки». Мы же разведчики, тяжелой техники у нас нет. Но моя группа считается группой огневой поддержки - ГОП, по-простому - «гопники».

- Где вы сейчас работаете?

- Сейчас поражаем объекты ВСУ в Часовом Яре. Там огромное депо, куда заезжают целые составы. Мне отдали трофейный станковый пулемет, я его превратил в пехотный. Он был тяжелый - 40 килограммов! Его невозможно применить, он лежал на складе. А я сделал ему приклад, оптический прицел. Можно стрелять лежа, с подоконника или через дыру в стене.

- Говорят, у тебя даже переносной «Град».

- Есть такое. «Градометная» установка. Мы из нее стреляем некондиционными ракетами. Когда большая машина с системой залпового огня отработывает пакет ракет, иногда остаются «несходы» - боеприпасы, которые не улетели. Машина едет на перезарядку, а эти «несходы» снимают и по идее должны везти на завод - ремонтировать. Но вот этими-то «несходами» можно легко стрелять из нашей установки. Это же боевая утилизация!

- Что-то похожее в истории было?

- Да, в СССР создали установку «Град-Партизан» по просьбе вьетнамцев еще в конце 1960-х, когда они воювали с США. Этот «Партизан» всего на одну ракету. Вьетнам - джунгли, там дорог нет, большая машина с «Градом» не проедет. А наши конструкторы за две недели сделали просто треногу с пусковой трубой.

- Так сама ракета «Града» огромная!

То, что Иван командует снайперской разведгруппой, видно сразу. За спиной у него 2 винтовки.

ИЗ ТАНКА ХОТЬ В ФОРТОЧКУ ПОПАДУ

- Какой эффект от этой установки в бою?

- Вот смотри, машина «Град» работает с места, где до нее не достает артиллерия врага. Потому что она уязвима (это же обычный грузовик с трубами). Мы же со своей дешевой установкой, которую не жалко и потерять в случае чего, стреляем прямо из подбрюшья противника. На 5 - 8 километров стоим ближе, чем «Град». А стреляем ракетой, дальность которой те же 20 километров. Противник этого не ждет.

Еще этой штукой можно стрелять прямой наводкой при городских штурмах, из одного здания в другое. Выстрел такой ракеты мощнее, чем выстрел из танка! Причем прямо по объекту. И такой опыт уже был у наших солдат при штурме Берлина.

- Какие дальше планы?

- Нам бы нужен танк - как снайперское оружие. Мы хотим Т-55, у него 100-миллиметровая нарезная пушка. Если наша группа обнаружит объект врага в 2 километрах, то «Градом» я в него не попаду, она неточная. А нарезная танковая - это снайперская пушка. Сможем хоть в форточку попадать.

БЭТМЕН

- Почему тебя называют Бэтменом? Что за история?

- Мы решили как-то потроллить американцев. Будто их главный герой перешел на нашу сторону. И сняли кино - прямо тут, в Марьинке. До противника - метров 200, а мы... Ну так, не фильм, скорее трейлер.

- Кто играл Бэтмена?

- Бэтмена играл я. Снимал мой оператор гранатомета, он же снайпер. Я подсказывал ракурсы.

- То есть были еще и режиссером?

- И костюмером. Заказали костюм Бэтмена на Алиэкспрессе. Прямо как в кино «Бэтмен против Супермена» (ужасно неудобный костюм, даже не представляю, как он Супермена в нем колотил). Сняли, склеили, нашли переводчика на английский - специально для Штатов. Там Бэтмен говорит, что воюет на стороне русских, потому что он за справедливость. Вышло, считаю, неплохо.

Иван снялся в костюме Бэтмена специально для показа клипа американцам - смотрите, ваш супергерой воюет на стороне России.

- Сделали ракету «Малыш» с двигателем послабее. Дальность - 10 - 15 километров вместо 20. Но был нюанс. Установки для Вьетнама были очень легкими - чтобы маленькие вьетнамцы могли их носить. Но если в нее засунуть обычную «градовскую» ракету, то через два выстрела она развалится.

- И ты решил собрать «Партизана» для больших ракет?

- Да. Собирал в Донецке на разрушенном заводе из подручных железяк. Уже настреляли больше 30 ракет - всё работает.

- То есть готов прототип?

- Сейчас на заводе в Екатеринбурге делаем партию в 10 штук, я там главный консультант. У нас-то самоделка, а там - лазерная резка, токарная, фрезерная обработка... Их отправят сюда. Если покажут себя хорошо, сделаем крупную серию для всего фронта. Бесплатно.



Видео, как Иван стреляет из переделанной зенитки, смотрите на сайте



Личный архив героя публикации

Во дворце Пригожина парики, вертолет



Зал с шахматным полом и шахматами на столе. У витой лестницы - рояль. Все-таки Пригожин еще и ресторатор. А какой ресторан без музыки?

Александр ВОСТРОВ

А еще у главы ЧВК «Вагнер» обнаружили своя молельная комната, медкабинет, коллекция оружия и документы на разные фамилии.

Кадры обыска в доме у главы ЧВК «Вагнер» Евгения Пригожина показал тележурналист-расследователь ВГТРК Эдуард Петров. Того самого Пригожина, что часто в видеороликах ругал жителей Рублевки за их роскошный образ жизни.

Оказалось, что и сам Пригожин живет не хуже. Те же дворцовые интерьеры, может, чуть меньше цыганской позолоты и мрамора.

- Дворец оценили в 600 миллионов рублей, - предположил Эдуард Петров.

Правоохранители нашли при обыске в доме Пригожина десятки коробок с валютой, рублями, золотыми слитками. А в гараже - целый автофургон, набитый пяти тысячными купюрами. Может, его частная армия просто приходила к нему домой за зарплатой?



Молельная комната с кандилом (церковным подсвечником) и иконами.

Глядя на эти кадры, даже знаменитый полковник полиции Дмитрий Захарченко с его 8,5 миллиарда рублей мог бы начать комплексовать...

Огромный зал с полом под шахматную доску впечат-

лил. Он явно приспособлен для деловых встреч. Об этом говорят большой монитор, множество диванов и рояль.

На столах можно заметить коллекции слоников и кувалд. На одной из кувалд

выбито: «На случай важных переговоров».

Есть, разумеется, своя вертолетная площадка с небольшим вертолетом. Ну не в пробках же стоять такому человеку.

А в одной из комнат - целая медицинская палата.

Как и у многих жителей Рублевки, свой спортзалчик, бассейн, комната с джакузи. И еще молельная комната с иконами... Но этим, пожалуй, тут мало кого удивишь.

А вот разнообразие найденного оружия поразило. Хозяин явно в нем разбирается: на стенах в кабинетах африканские фузеи (старинные ружья с кремневыми замками), почти полная коллекция автоматов Калашникова, пистолетов Макарова, есть даже новенький «Вальтер РРК» выпуска ФРГ, как у Джеймса Бонда.

Соответственно, как у любого агента 007, у Пригожина обнаружилось паспорта на разные фамилии и даже с разными фото (судя по всему, для оперативного прикрытия).

По одному из паспортов, который был выдан пять лет назад, Пригожин оказался бездетным 67-летним жителем Тверской области Владимиром Бобровым. К паспорту прилагалась легенда, где Бобров был обычным пенсионером, который всю жизнь пропахал в газовой котельной на заводе «Звезда» и только последнее время - главным инженером в Доме отдыха «Селигер».

После пиара на Украине все эти паспорта Евгению Пригожину вряд ли быгодились. Чтобы затаиться в глухой деревушке под видом пенсионера Семенова или Боброва, нужно менять внешность. Впрочем, в доме главы ЧВК «Вагнер» для этого обнаружилась целая коллекция париков...



Медкабинет, где можно провести даже хирургическую операцию.



Во дворе у Пригожина - своя летная площадка и вертолет Robinson.

нашли золото, и машины денег



«Джентльменский набор» крупного бизнесмена - слитки золота и пачки денег. Золото, судя по клейму, русское. Купюры - американские. Но есть и рубли - их целый фургон.

■ ВОПРОСЫ - РЕБРОМ

Зачем ему столько паспортов и молельня?

Об этом «КП» поинтересовалась у генерал-майора ФСБ в запасе Александра Михайлова, банковских экспертов и иконописца.

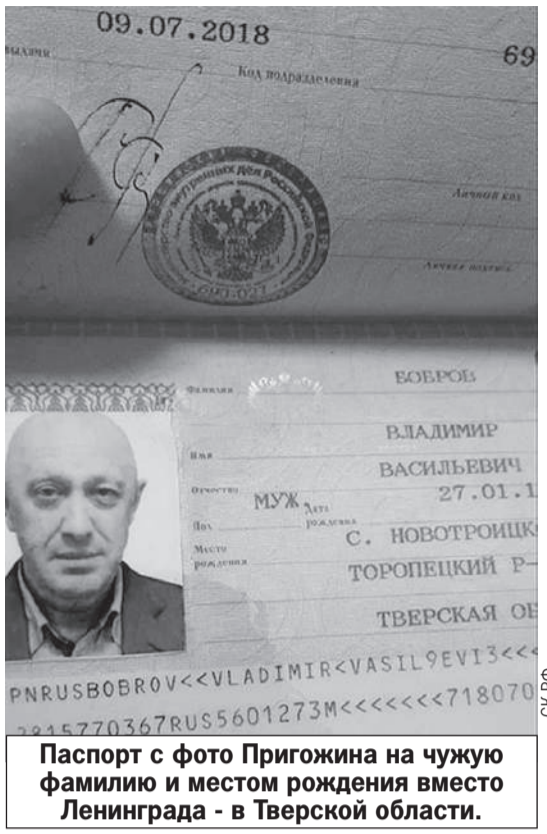
НЕ ОСТАВЛЯТЬ СЛЕДОВ

- Зачем главе ЧВК документы на разные фамилии?
- У Пригожина была довольно специфическая военная компания, которая решала весьма специфические задачи, - сказал «КП» генерал Михайлов. - Очевидно, что владелец этих паспортов не любил светиться и оставлять следы. Но подлинность этих паспортов может определить только эксперт.

СВОЯ ХИРУРГИЧЕСКАЯ

- А зачем ему медицинский кабинет?
- Не исключено, что могли приходиться врачи для проведения каких-то медицинских манипуляций, которые требуют стерильности. В таких условиях, какие мы видим в доме у Пригожина, можно проводить даже небольшие хи-

Зачем Пригожину столько париков? Видимо, затем же, зачем и куча паспортов.



Паспорт с фото Пригожина на чужую фамилию и местом рождения вместо Ленинграда - в Тверской области.

СТВОЛЫ НЕ ВСЕ ЛИЧНЫЕ

- Для чего столько стрелкового оружия в доме?
- Обычному гражданину можно иметь не более 5 стволов оружия. Скорее всего, то, что показали, было оформлено как служебное на охранную фирму, но хранилось в доме. По состоянию оружия видно, что хозяин его любит и держит под рукой больше из эстетических соображений.

ДЕНЬГИ И СЛИТКИ

Вопросы вызвали и золотые слитки, а на упаковках купюр - QR-коды. Мы задали эти вопросы ряду специалистов, которые сошлись в таких мнениях: «Золотые слитки сегодня продаются и в банках, и прямо с российских заводов, тут ничего сверхъестественного. Если не считать количества драгметалла. Но никто и не говорит, что Пригожин был

бедным. А QR-коды на пачках с купюрами говорят о том, что деньги были получены в крупном банке. Это банковский учет».

ИКОНЫ НЕ ПРОСТЫЕ

Разговор о молельной комнате Пригожина произошел с известным иконописцем, но закончился тем, что он попросил не упоминать его имя.
- Красный угол любого дома - это всегда очень личное. А на фото - нормальная молельная комната состоятельного человека. Она может служить как для молитвы, так и для службы священника. В ней, кстати, совсем не случайный набор икон. Они все известные, но это репродукции. Крупные иконы Иисуса Христа говорят о том, что подбирали именно верующий человек. Много икон со святыми близкими людьми хозяйки дома Любови Пригожиной. Знаю, что она воцерковленный человек.



Пистолеты, автоматы Калашникова и штурмовые, снайперские винтовки... С таким арсеналом можно было держать оборону дома хоть год.



Больше фото смотрите на сайте. Там же - аудио версии политолога Георгия Бовта о случившемся

Служи по контракту в Вооруженных Силах России

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

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВЫПЛАТЫ В ЗОНЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ от 204 тыс. руб. в месяц (в зависимости от воинского звания, должности и выслуги лет)

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

Горячая линия по вопросам службы по контракту

117

службапоконтракту.рф



СОЦИАЛЬНЫЕ ЛЬГОТЫ И ГАРАНТИИ

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



Как сильно подорожали автозапчасти и что происходит с их поставками на российский рынок.

Дьявол роется в деталях

Евгений БЕЛЯКОВ

ГОНКИ ПО ВЕРТИКАЛИ

«...Цена на полной скорости несется вперед. Похоже, для российского покупателя она уже недостижима. Но что это?! Неужели покупатель ее нестигает? Это невероятно, я не могу поверить своим глазам! Хотя отрыв цены от здравого смысла казался безнадежным, но покупатель сумел ее догнать!»

Если бы ситуацию на нашем авторынке описывал комментатор «Формулы-1», звучало бы это именно так. За прошлый год новые машины подорожали в среднем на 24%. Но это еще ладно. По данным агентства «Автостат», подержанные машины возрастом до семи лет за год стали дороже на 38%, а более старые - аж на 47%!

Главная причина - спрос на подержанные авто был намного выше предложения. Поставки из-за границы упали, автозаводы позакрывались, народ боялся еще более серьезного роста цен и скупал все, что движется. По данным Авито, во II квартале 2023-го продажи авто с пробегом выросли на 34% по сравнению с таким же периодом прошлого года.

Еще одна тенденция - из-за дороговизны многие автовладельцы и вовсе решают эксплуатировать своих «коней» до последнего.

В таких условиях на первое место выходит вопрос обслуживания и ремонта. Так что же у нас сейчас с расходниками и запчастями? «Комсомолка» детально изучила этот вопрос.

УШАИ ПО-НЕМЕЦКИ

По данным агентства «Автостат», за год автозапчасти в среднем прибавили в цене около 30%. Больше всего пострадали владельцы иномарок. Особенно премиум-класса.

- Фара и крыло обошлись в 150 тысяч рублей, хотя раньше это можно было сделать за 60 тысяч! - сетовал на днях сосед по гаражу, несчастный владелец Toyota Land Cruiser.

Но самые большие проблемы сейчас у владельцев большой немецкой тройки - Mercedes, Audi, BMW. На новые автомобили уже никого не удивляют ценники в 10 млн рублей. А достать запчасти на подержанные стало настоящим квестом.

- Немецкий премиум фактически хлопнул дверью. Поставка мелких деталей - ремней, прокладок - еще идет. А если речь о штучных вещах (двигатели, лобовые стекла, бамперы, решетки радиатора и т. д. - Ред.), то тут возникают сложности. Ремонт



Светлана МАКОВЕВА/«КП» - Самара

КОНКРЕТНО

СКОЛЬКО РОССИЯНЕ ТРАТИЛИ НА ЗАПЧАСТИ

Категория водителей	2018 год	2022 год
• Владельцы иномарок	\$16,8 млрд	\$21,5 млрд
• Владельцы отечественных авто	\$5,6 млрд	\$6,2 млрд

По данным агентства «Автостат».

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Для недорогих иномарок с запчастями все в порядке, разве что цены выросли. А вот комплектующих для более дорогих авто порой приходится ждать месяцами.

драли, думая, что будет дефицит. А сейчас снижают, - подтвердил «КП» один из перекупщиков.

Кстати, еще одна интересная тенденция. Многие автовладельцы стали предпочитать аналоги оригинальным запчастям. По данным «Автостата», если раньше оригинальные запчасти покупали в 40% случаев, то сейчас эта доля снизилась до 25%.

Аналог (или неоригинальная запчасть) - это деталь, выпущенная не на заводе - производителе автомобиля. Грубо говоря, коленвал для «Форда» от фирмы Ford и точно такой же коленвал, сделанный где-нибудь в Азии, могут сильно отличаться по цене. Впрочем, неоригинальные запчасти бывают и с лицензией: если компания-изготовитель заключила договор на выпуск деталей с фирмой, производящей авто.

ПОКУПАЙ КИТАЙСКОЕ?

Но есть критически важные вещи, которые терять или ломать сейчас нельзя ни в коем случае. К примеру, электронный ключ зажигания.

- Одна знакомая с этим столкнулась. Пока вопрос не решается. Из-

может затянуться на многие месяцы. Проблема еще усугубляется тем, что наших дилеров отключили от программного обеспечения, - говорит автоэксперт Игорь Моржаретто.

В этих машинах много электроники, и некоторые детали невозможно установить, не влезая в программные настройки. А доступ немцы отключили. Народные умельцы находят способы обойти эти блокировки, но это дополнительные время и деньги.

АНАЛОГИ ЕСТЬ

Если же брать не премиум-сегмент, а машины попроще, то здесь особых проблем с запчастями нет. Сложности были в прошлом году. На этом фоне тогда почти в полтора раза выросли кражи легко снимаемых деталей - фар, бамперов, дисков. Но за это время бизнес подсушился и наладил поставки базовых расходников и запчастей.

- По расходным материалам дефицита нет. Фильтры, масло - все, что надо для регулярного обслуживания, - констатирует Моржаретто.

- Есть практически все и везде. И оригинал, и хорошие аналоги, и дешевые аналоги. Причем даже цены стали падать. В прошлом году их за-

В ЭТО ВРЕМЯ

Страховка нервы сбережет, но на 100% не защитит

Любые поломки и аварии теперь больше бьют по кошельку, и в ГИБДД уже отмечают такую тенденцию: мол, россияне стали аккуратнее ездить. Но это не всегда спасает. Поэтому эксперты советуют покупать не только обязательный полис ОСАГО, но и добровольное каско. А в функциях последнего выбирать еще и дополнительную защиту на случай, если у виновника аварии нет автогражданки. Иначе при встрече с таким лихачом придется долго доказывать свою правоту самостоятельно, выбивая долг из виновника аварии в бесконечных судах.

По словам страховщиков, сейчас компенсации за аварию в основном проходят не в натуральном, а в денежном виде. То есть компания оценивает ущерб и выдает нужную сумму пострадавшему. А тот уже сам ремонтирует автомобиль на любой техстанции.

готовить дубликат практически невозможно. Хорошо, что второй ключ остался. Но при продаже машины это будет сразу минус 100 тысяч рублей, - говорит Игорь Моржаретто.

Если речь идет о премиальных европейских или японских машинах, а также о редких моделях, то даже комплект фар может стать очень большой проблемой. Не говоря уже о кузовных элементах - дверях, крыльях, зеркалах заднего вида, особенно в оригинальной расцветке.

На этом фоне многие автовладельцы начинают пересматривать свои вкусы.

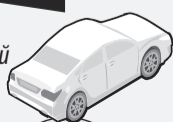
- Уже появилась тенденция: владельцы премиальных европейских марок отказываются от своих подержанных машин. Сдают их в трейд-ин (обмен старой машины на новую с доплатой. - Ред.) и покупают премиальные китайские авто. Они, конечно, не один в один с «немцами», но уже вполне приличного качества, - констатирует Моржаретто.

Впрочем, и с «китайцами» пока не все гладко. С января по май мы везли из КНР машин на общую сумму \$3,6 млрд - это в пять раз больше, чем год назад. Многие марки новые для российского рынка. Нужные объемы запчастей для них пока не доехали до нашей страны. Конечно, рано или поздно эта проблема будет решена. А пока, чтобы не испытывать сложностей с расходниками и запчастями, эксперты советуют приобретать те китайские марки, которые уже давно работают в России, имеют широкую сеть продаж, собственные техцентры и склады. Среди них - Chery, Geely, Haval.

Кстати, по самой свежей статистике, доля продаж китайских авто в России уже достигла 46%. И, видимо, будет расти и дальше.

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

45,3 млн автомобилей всего в России



66,4% Иномарки

33,6% Отечественные марки

• 315 машин приходится на каждую тысячу жителей



• 140% - рост цены на новые авто в России с 2014 года

- 2,4 млн рублей - средняя цена новой машины в России
- 2,1 млн рублей - средняя цена подержанного авто возрастом до семи лет
- 1,1 млн рублей - средняя цена более старого авто с пробегом



По данным «Автостата», Росстата, Авито.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



Репортаж и видео, как собирают новый «Москвич», - на сайте



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

81-летняя бабушка заказала киллеру участкового за миллион рублей

Баба Люся ходила к правоохранителям как на работу, докладывая о мнимых преступлениях, а потом обиделась на их невнимание.

81-летнюю бабу Люсю Рябых знает практически каждый краснодарский полицейский. Не было ни дня (ну почти), чтобы Людмила Гарикеновна не заглянула в инстанцию сообщить о «преступлении». То она находила гараж с ворованными машинами, в которых держали рабов. То соседи ее творили безобразия. По закону полицейские должны проверить все заявления. Выезжали на место, всех опрашивали, все проверяли, не находили состава преступлений. Когда счет заявлений пошел на десятки, на «внештатного борца с преступностью» в полиции перестали обращать внимание. Когда она появлялась на пороге отдела МВД, ее не пускали. А однажды отправили по адресу бабушки докторов, усомнившись в ее психическом здоровье.

- Бабуля тогда угрожала обрезом врачу скорой, - рассказывают в СУ СК РФ по Краснодарскому краю. - Об этом стало известно только сейчас, тогда врач просто решил не сообщать, зная о безумном нраве пациентки.

Вот тут-то баба Люся и зашла обиду. На участкового по имени Александр, ведь именно для него баба Люся и «добывала самую ценную информацию». За годы своих хождений по участкам бабушка обросла криминальными связями. Она же часами сидела в коридорах в ожидании приема очередного своего заявления рядом с бывальными «урками». К ним в итоге и пошла за помощью. Точнее, попросила найти киллера, чтобы разделаться с «обидчиком» в погонах.

- Она и заказала им убий-

ство полицейского, пообещав миллион рублей, - говорят в СУ СК РФ по Краснодарскому краю. - И даже разработала схему, где полицейского можно подстеречь.

Но только баба Люся не учла - те, кто хулил вместе с ней «начальника», тоже заподозрили ее в безумии. И так называемые наемники тут же сообщили о намерениях бабушки куда следует.

Оперативники решили инсценировать убийство участкового. Сначала бабуля передала «киллеру» - им был полицейский под прикрытием - 975 000 рублей аванса. Деньги взяла из многолетней закладки, которую откладывала на похороны. Примеры нарисовали жертве кровавый след от удара ножом на шее и уложили полицейского на ступеньках подъезда его дома. «Исполнитель» предоставил фото «убитого» женщины. Но этих снимков пенсионерке было мало. Она пошла в отдел полиции, где участковый работает, чтобы убедиться - ее заказ исполнен. Этот момент оперативники тоже предусмотрели, и в отделе МВД подтвердили бабушке смерть полицейского.

На следующий день баба Люся передала оставшиеся 25 тысяч рублей. В этот момент ее и взяли. А когда нагрянули к ней домой, у беззубой бабушки нашли... обреза.

- 81-летней женщине грозит наказание по двум уголовным статьям - «угроза убийством»



Баба Люся была готова отдать миллион за «заказ».

и «хранение оружия», - сообщили в СУ СК РФ по Краснодарскому краю.

Сейчас пенсионерку отравили в следственный изолятор. А пока что бабе Люсе светит приличный срок - от 10 лет.

ПЛАНИРОВАЛА ОТСТРЕЛИВАТЬСЯ

Жила пенсионерка в крохотном домишке в центре Краснодара. Рядом с ним стоит старенький «Опель», на котором рассекала по микрорайону в поисках ценных сведений для полицейских. Рядом с авто - прицеп, забитый банками с соленьями.

- Это подруга ее вынесла, перевезти для сохранности. Там подвал перерыли, когда оружие доставали, - расска-

зывает соседка бой-бабушки Екатерина.

На районе баба Люся слыла борцом против любой несправедливости.

- Только она заблудилась во времени. С 90-х всегда ни один митинг не пропускала, а сейчас явно перебарщивала с активностью, - продолжает соседка.

Впрочем, зла от нее никто здесь не видел. Даже наоборот, соседи относились к ее «увлечениям» с пониманием. - Муж от нее ушел. Давно. Переехал в другой город. А детей у них не было. Был брат, но он погиб, выпав из окна. На фоне всего этого, нам кажется, у нее крыша и поехала.

Как пенсионерка сумела собрать в своем доме оружейный арсенал? Дальний родствен-

ник бабы Люси рассказал, что она нашла схрон прежних владельцев на своей даче под Краснодаром. И вроде бы собиралась сдать это все в полицию.

- Но, видимо, не сдала. Рядом с ней сосед-наркоман жил, наверное, решила себя защитить, - говорит Сергей, крестник старушки.

К слову, в погребе между банок с соленьями у Людмилы Рябых нашли еще и несколько пачек с патронами, гильзы и обрез ружья.

- Этим обрезом женщина собиралась отстреливаться от полицейских, когда те приехали ее брать, - рассказал источник в правоохранительных органах.

Но обошлось, слава богу, без жертв.



Работа гримеров: все выглядело очень натурально.

КОММЕНТАРИЙ ЮРИСТА Могут ли бабу Люсю освободить от ответственности по возрасту

- Покушение на жизнь сотрудника правоохранительных органов - это более тяжкое преступление, чем покушение на убийство. И ни одна из мер освобождения от наказания здесь не применима. В подобных случаях назначают психолого-психиатрическую экспертизу, чтобы выявить вменяемость фигуранта. И если основания считать его психически невменяемым будут, то назначается принудительное лечение в спецучреждении, - пояснил адвокат бюро «Правовой статус» Алексей Иванов.

■ ЧП

Олег ГАЛИМОВ,
Татьяна АУСТ
(«КП» - Екатеринбург)

Два сотрудника Ozon погибли после вспышки менингококка

Можно ли подхватить болезнь через посылки?

В Екатеринбурге ЧП: менингококк стремительно распространился среди сотрудников одного из центров Ozon. По данным Роспотребнадзора, его подхватили как минимум семь человек*. Двоих не спасли.

ОТ ЧЕЛОВЕКА К ЧЕЛОВЕКУ

Первой погибшей была 46-летняя Анна. Она умерла еще 26 июня. Второй по-

* Данные на момент верстки номера в четверг, 6 июля.

гибший - 21-летний Кирилл. Смерть наступила 1 июля.

В региональном минздраве не спешат заявлять о том, что причиной смерти стала именно менингококковая инфекция.

- Мы подтверждаем факт смерти двух человек. Но сейчас проводятся необходимые исследования для определения причин, - уточняют в ведомстве.

Между тем жители Екатеринбурга уже начинают отказываться от посылок. Основные вопросы: что это за смертоносная инфекция? И можно ли подхватить ее через посылки?

Возбудитель менингококковой инфекции - бактерия *Neisseria meningitidis*, которая, как говорят врачи-инфекционисты, передается только от человека к человеку. Источником инфекции могут быть как больные, так и бактерионосители. Под последними подразумеваются люди, которые переболели либо бессимптомно, либо в легкой форме.

Путь передачи при менингококковой инфекции только один - воздушно-капельный. То есть для заражения нужен тесный контакт с больным или бактерионосителем.

СИМПТОМЫ

- Коварство этой инфекции заключается в том, что она очень часто протекает в стертой (похожей на обычное ОРЗ. - Ред.) форме, - говорит доцент кафедры инфекционных болезней и клинической иммунологии Уральского государственного медицинского университета Павел Кузнецов. - Первое место, куда попадают бактерии, - это носоглотка. Здесь они вызывают естественную ответную реакцию - воспаление, которое проявляется небольшим повышением температуры на 3 - 5 дней, слабостью,

першением в горле, весьма скромным насморком и кашлем. Человека ничего не настораживает, и если его иммунитет справляется на этом этапе, то он может либо выздороветь, либо стать бактерионосителем. Но если иммунная защита на уровне носоглотки не справляется, то менингококки попадают в кровь. И могут достигнуть и мозговых оболочек, вызывая их тяжелое воспаление - менингит. В этом случае появляются резкая головная боль, светобоязнь, озноб, рвота и судороги. По данным медиков, летальным исходом могут за-



Оперативная информация - на KP.RU

кончиться 10 - 20% тяжелых случаев этой инфекции.

Что сделать, чтобы не играть «в русскую рулетку» с менингококком?

- Менингококковая инфекция - вакциноуправляемая, - подчеркивает кандидат медицинских наук Павел Кузнецов. - Именно поэтому врачи советуют поставить соответствующие прививки детям перед началом посещения детского сада, школы или института. Взрослым - при выходе в новый коллектив.

Что предложить почитать школьнику, если рекомендованный список на лето «не заходит».

Анна ЛУКЬЯНОВА

«Дети подземелья», «Муму», «Вот моя деревня, вот мой дом родной» — это все наша классика, которую дети должны знать. Однако продвинутые учителя все чаще говорят: программную литературу дети и так пройдут на уроках, а на летних каникулах им надо почитать что-то более современное и понятное, нежели сюжеты из позапрошлого века. Чтобы заинтересовались чтением. Ведь когда ребенку читать книги будет не менее интересно, чем зависать в планшете, тогда он и школьную программу осилит!

Но родители ломают голову: что предложить? Публикуем для ориентира самую свежую подборку от знаменитой столичной «гайдаровки» — Центральной городской детской библиотеки имени А. П. Гайдара, которой уже 90 лет и куда ходят поколениями. Всего в подборке порядка 200 книг. Мы выбрали наиболее свежие произведения.

Для москвичей все эти книги, к слову, доступны бесплатно по единому читательскому билету — их можно зарезервировать через сайт mos.ru и взять почитать в любой библиотеке столицы. В других городах библиотеки тоже активно работают со школьниками, хотя с новинками там бывает туго, а в магазине они дороги. Но и тут есть варианты — электронные или аудиоверсии стоят дешевле, можно найти в интернете начитки, сделанные любителями, и послушать бесплатно.

Малышам - сказки и комиксы, подросткам - страшилки и фэнтези



Классика — это хорошо, но сюжеты позапрошлого века не всегда понятны и близки детям. А в мире современной литературы столько всего интересного!

ДЛЯ 1 - 2-Х КЛАССОВ

Станислав Востоков. «Коровья удочка»
Ксения Горбунова. «Кто ты, няня Ву?»
Лаурис Гундарс. «Привет, Кит!»
Евгения Гюнтер. «На дачу! История загородной жизни»
Даниэла Дрешер. «Гном из водосточной трубы»
Анастасия Коваленкова. «Мышонок, который Там»
Михаил Пегов. «Покорители глубин. История подводных погружений»
Бьёрн Рёввик. «Акулилка Враг Редиски и

другие истории о Лисе и Поросенке»

Андрей Усачёв, Галина Дядина. «12 сов»

ДЛЯ 3 - 4-Х КЛАССОВ

Константин Арбенин. «Как я подружился с летом: из дневника сказочника»
Олег Бундур. «У меня собака заболела: 36 историй из жизни ветеринарной станции»
Дарья Варденбург. «Никита ищет море»
Станислав Востоков. «Прокопий Капитонов»
Камиль Зиганшин. «Маха, или История жизни куницы»

Лоренц Паули. «Риги и Роза: 31 история о чудных мелочах»

Софья Ремез. «Заметки Гоши Куницына, ученика 4 «А» класса»

Мартин Содомка. «Как построить железную дорогу: техническая сказка из века пара»

Кристина Стрельникова. «Тетя Шляпа, или Укрошение Тамаранды»

Марина Улыбышева. «Все точки над Ё»

Эрнест д'Эрвильи. «Приключения доисторического мальчика»

Михаил Яснов. «День рождения» (поэтический сборник для семейного чтения)

ДЛЯ 5-ГО КЛАССА

Евгения Басова. «Наша Земля — дышит: короткие рассказы о Севере»

Мария Бойко. «Почему бриллианты дороже воды? И еще 47 вопросов про экономику»

Джеральд Даррелл. «Говорящий сверток: сказочная повесть»

Григорий Кружков. «Жизнь и удивительные приключения знаменитого сеньора Пульчинеллы из Неаполя»

Карина Луар. «Придумано природой. Биомиметика»

Татьяна Март. «Анька М и Анька П»

Мария Парр. «Вафельное сердце»

Мария Парр. «Вратарь и море»

Тимофей Скоренко. «Думай и изобретай»

Анастасия Строкина. «Девятая жизнь кота Нельсона»

Тоон Теллеген. «Не все умеют падать»

Антонина Шипулина. «Землеройки и щелезубы»

ДЛЯ 6-ГО КЛАССА

Питер Банзл. «Механическое сердце»

Эмма Кэрролл. «Небесные преследователи»

Светлана Лаврова. «Трилобиты не виноваты»

Виктория Ледерман. «Календарь ма(й)я»

Елена Липатова. «Миллион за теорему! Математический квест»

Майкл Морпурго. «В ожидании Ани»

Кристина Стрельникова. «День глухого кита»

Схад Аннет. «Лампешка»

Майя Тобоева. «Тайна лесной поляны: школьная повесть»

Мария Федотова. «Игра в камешки»

Дарья Чудная. «Животные-космонавты. Первые покорители космоса»

ДЛЯ 7-ГО КЛАССА

Анна Вольц. «Аляска»

Дэн Гемайнхарт. «Редкая отава»

Андрей Жвалевский. «Время всегда хорошее»

Дмитрий Ищенко. «В поисках мальчишеского бога»

Гордон Корман. «Рестарт»

Юлия Кузнецова. «Фонарик Лилька»

Жан-Клод Мурлева. «Река, текущая вспять»

Ася Петрова. «Кто что скажет — все равно»

Евгений Рудашевский. «Куда уходит кумуткан»

Елена Рыкова. «Однажды кажется окажется: книга первая»

Ульф Старк. «Чудаки и зануды»

Наталья Шицкая. «Собачелла»

ДЛЯ 8-ГО КЛАССА

Ирина Богатырева. «Луноликой матери девы»

Дарья Варденбург. «Правильно 69 для толстой чайки»

Мария Грипе. «Папа Пеллерин»

Дарья Доцук. «Я и мое чудовище»

Майя Лазаренская. «Когда оттаивают мамонты»

Александра Литвина. «История старой квартиры: посвящается нашим бабушкам и дедушкам»

Мари-Од Мюррай. «Умник»

Дэн Смит. «Волчица»

Роланд Смит. «Пик»

Ульф Старк. «Пусть танцуют белые медведи»

ДЛЯ 9-ГО КЛАССА

Мария Бахарева. «Фермерские рынки мира: кругосветное путешествие»

Лев Брандт. «Браслет: повести о лошадях»

Эдуард Веркин. «Осеннее солнце»

Винс Воутер. «Бумажный мальчик»

Брайан Галлахер. «На краю Отонаби»

Андрей Жвалевский. «Сиамцы»

Маркус Зусак. «Книжный вор»

Дэниел Киз. «Цветы для Эдджернона»

Елена Ленковская. «Мангупский мальчик»

Татьяна Мастрюкова. «Болотница»

Жан-Клод Мурлева. «Зимняя битва»

Ева Немеш. «Субтитры: повести»

Мария Папаянни. «Одинокое дерево»

Мария Пастернак. «И охотник вернулся с холмов»

Энн Файн. «Мучные младенцы»

ДЛЯ 10-ГО КЛАССА

Наиль Измайлов. «Убыр»

Юлия Кузнецова. «Первая работа»

Виктория Ледерман. «Первокурсница»

Анна Никольская. «Апокалипсис Антона Перчика»

Виктор Потиевский. «Мага уводит стаю: повесть о волках»

Олег Раин. «Слева от Солнца»

Тимоте де Фомбель. «Книга Джошуа Перла»

Вадим Шефнер. «Сестра печали»

Гэри Шмидт. «Беда»

Елена Шолохова. «Запретная земля (повесть и рассказы)»

Павел Шушканов. «Карибская зона»

ДЛЯ 11-ГО КЛАССА

Сергей Баруздин. «Ее зовут Елкой: повести о женщинах»

Джон Грин. «Виноваты звезды»

Юлия Линде. «Улица Ручей»

Фернандо Мариас. «Где кончается небо»

Янн Мартел. «Жизнь Пи»

Анне Провост. «Падение»

Умберто. Эко. «Имя розы»

СОВЕТЫ ОТ ПРОФЕССОРОВ

На сайте Гильдии словесников появился новый раздел — «Летнее чтение». Педагоги лучших гимназий и профессора вузов предложили перечни книг «из личного опыта». Есть для каждого класса с 5-го по 11-й.

А еще авторские тематические — «Что читать в 14-15 лет?»
Оксаны Смирновой — учителя русского языка и литературы «Традиционной гимназии»; «100 книг по истории, культуре и литературе народов Российской Федерации» Игоря Сухих — профессора СПбГУ; «Современная литература для разных возрастов» **Натальи Свириной** — профессора, зав. кафедрой педагогики Института специальной педагогики и психологии.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

«Комсомолка» рекомендует:

Ключи от детства

Заметки психолога для мудрой мамы

Никогда не думайте, что вы недостаточно хорошая мама! Узнайте о типичных трудностях, с которыми сталкиваются мамы детишек в возрасте от 0 до 7 лет, и как с ними справиться, не срываясь и не испытывая чувства вины.

Приобретайте на shop.kp.ru!
А также на сайте labirint.ru



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



Как детям пережить летние каникулы без потери знаний — советы экспертов на сайте KP.RU





Солнце, фрукты - витамины?

Анна ДОБРЮХА

Мы привыкли, что лето - время насыщения витаминами. Светит солнце, полно фруктов-овощей.



Значит, можно сделать перерыв в приеме витамина D и прочих биологически активных добавок? А может, вообще перейти на плодово-ягодное питание - по жару все равно ничего тяжелого не хочется? Эти вопросы мы задали эксперту по здоровому питанию, нутрициологу, врачу-диетологу многопрофильного медицинского центра Анастасии Ефимовой.



- Это не только вкусно, но и... красиво!

ДЕЛАЕМ ПАУЗУ С ПИЛЮЛЯМИ?

В периоды, когда мало солнечного света (конец осени, зима, начало весны), врачи рекомендуют принимать как минимум поддерживающую, или профилактическую, дозу витамина D. Для взрослых людей это от 400 до 2000 международных единиц (МЕ) в сутки, или от 10 до 50 мкг (дозировка на упаковке указывается или в МЕ, или в мкг).

- Сейчас-то солнце светит ярче некуда. Выходит, витамин в каплях или капсулах летом не нужен?

- Это так, если у человека нет высокого риска тяжелого дефицита витамина D. В группу риска входят семь основных категорий пациентов (см. «Будь в курсе!») - таким людям рекомендуется сдать анализ на показатели 25(OH)D в плазме крови. Если результат будет ниже 25 нмоль/л, стоит обратиться к врачу для индивидуального подбора дозировки витамина D.

15 МИНУТ ДОСТАТОЧНО?

- Анастасия, правда ли, что для получения нормы витамина D летом достаточно провести под прямыми солнечными лучами 15 минут?

- Передозировку витамина D под воздействием солнечного света получить невозможно (в отличие от злоупотребления биодобавками с витамином. - Ред.), но есть ряд факторов, которые могут влиять на

выработку витамина D в организме. Например, время суток, погодные условия (скажем, облачность), высота рельефа, цвет кожи, загрязнение воздуха (смог ограничивает доступ ультрафиолета). Основная рекомендация действительно такая: достаточно 10 - 15 минут ежедневного пребывания на солнце.

- Когда мы наносим на

кожу солнцезащитные кремы, не блокирует ли это выработку витамина D?

- Если вы находитесь на солнце, кожу необходимо защищать при помощи кремов с SPF, чтобы снизить риск ожогов, преждевременного старения и развития злокачественных опухолей. Да, SPF (солнцезащитный фактор) может препятствовать или снижать образование витамина D. Но даже если усердно мазаться санскрином, все равно остаются участки чистой кожи. И этого достаточно для синтеза витамина D.

ЗАМЕНЯТ ЛИ ДАРЫ ПРИРОДЫ ПРЕПАРАТЫ ИЗ АПТЕКИ

- Летом нас радуют салаты из свежих овощей, ягоды и фрукты. Наверное, в покупке аптечных витаминов и микроэлементов можно сделать паузу?

- На самом деле витаминные добавки без особых показаний не рекомендуются ни в летние месяцы, ни для

профилактики в холодное время года. В современной жизни мы имеем возможность круглый год получать витамины из пищи (кроме случаев, когда у людей из-за заболеваний нарушено усвоение питательных веществ - им могут быть назначены препараты с витаминами и микроэлементами по медпоказаниям. - Ред.). При этом летом легче съедать норму клетчатки, витаминов и минералов из сырых овощей, фруктов и ягод. Но также есть отличная возможность запастись ценными веществами наперед: заморозить, законсервировать плоды. Так удастся сохранить значительную часть витаминов и клетчатки.

- Может, вообще пока сесть на фруктово-овощную диету - и вкусно, и оздоровиться.

- Как врач я не реко-

В ТЕМУ
СКОЛЬКО СЪЕДАТЬ, ЧТОБЫ НЕ ПЕРЕБОРЩИТЬ

- Питание, богатое клетчаткой (овощи, фрукты), действительно снижает риски развития ожирения и хронических заболеваний, таких как диабет, болезни сердца и другие, - отмечает Анастасия Ефимова. - Но все должно быть в меру. Диета из одних овощей и фруктов не отвечает суточным потребностям в питательных веществах ни одного человека. Вообще любые диеты, которые сосредоточены на отдельных продуктах, носят ограничительный характер, могут провоцировать различные расстройства и неблагоприятные последствия. Если вы хотите сохранить комфортный вес и здоровье, соблюдайте баланс. И употребляйте достаточное количество овощей и фруктов не только летом, но и круглый год. В среднем рекомендуется около 500 граммов в сутки.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Кому важно проверить уровень витамина D



- Пациентам с заболеваниями костей (например, остеопорозом, остеопенией - размягчением костей, и др.).
- Людям старше 60 лет.
- Людям с ожирением.
- Беременным и кормящим женщинам.
- Людям с темным оттенком кожи.
- Людям с синдромом мальабсорбции (дефицит питательных веществ). Такой синдром может развиваться при воспалительных заболеваниях кишечника, после бариатрических операций (по уменьшению желудка), при целиакии (непереносимости глютена).
- Пациентам, принимающим лекарства, побочным эффектом которых может быть нарушение синтеза витамина D (глюкокортикоиды, некоторые препараты для лечения ожирения, например, орлистат).

БУДЬ В КУРСЕ!



Пациентам из этих групп могут быть назначены профилактические дозировки витамина D даже в летнее время без выявленного дефицита. Но решать этот вопрос нужно с врачом.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Препараты с витамином D в дозировке выше 4000 МЕ можно принимать исключительно по назначению доктора.

Отекают ноги? У Вас застой лимфы!

«У меня целый букет проблем: высокое давление, холестерин, запоры, диабет и лишний вес. Лекарства пью горстями. А в последнее время стали страшно отекать и болеть ноги! Я практически перестала ходить. Пробую разные средства, но ничего не помогает. Подскажите, почему у меня такие отеки и как мне от них избавиться?» **Нина, 69 лет, Ставрополь**

Отеки ног, или лимфоотеки - это первый признак застоя лимфы! Мало кто знает, что лимфатическая система - это часть сердечно-сосудистой системы. Ее главная задача - очищение организма. Именно лимфа обеззараживает шлаки, яды и токсины и выводит их из организма. Но с возрастом, из-за отсутствия движения лимфа начинает застаиваться, токсины забивают лимфоузлы, замедляют и отравляют лимфоток и весь организм. В результате начинают отекать ноги, появляются язвы, растет вес, мы чаще и тяжелее бодем, сердце и сосуды начинают разрушаться.

Что же делать? Как избавиться от отеков и застоя? **НАДО ОЧИЩАТЬ ЛИМФУ!** Но это не просто! Попасть в

лимфатический сосуд можно только через ворсинки кишечника, которые нужно предварительно очистить. Плюс лимфатический сосуд крайне мал, что еще больше усложняет доступ к лимфе. Поэтому до сегодняшнего дня создать эффективное средство для очищения лимфы никому не удавалось.

Российские ученые из подмосковного наукограда Пущино совершили невозможное! На основе дикой водоросли ламинарии, используя уникальную технологию кавитации, они создали первый натуральный молекулярный гель для диетического лечебного питания ЛАМИНОР для очищения и кишечника, и лимфы. «Живые» молекулы-поликлинеры ЛАМИНОРА сначала глубоко

очищают кишечник, избавляя от запоров. Затем через ворсинки кишечника проникают в лимфатические сосуды, обеззараживая и очищая лимфу и стимулируя лимфоток.

Действие ЛАМИНОРА направлено на:

- ✓ Очищение кишечника и лимфы;
- ✓ Избавление от запоров;
- ✓ Избавление от отеков;
- ✓ Предотвращение осложнений на ноги, сердце, сосуды, печень, почки.

ЛАМИНОР поможет вернуть радость движения и долгие годы активной жизни без отеков и боли!

Звоните по бесплатному номеру 8 (800) 100-55-60

Код Вашего подарка «КП-БЕЗ ОТЕКОВ»



Только 5 дней!
1 банка
БЕСПЛАТНО*

* При покупке пяти банок и более. Не является БАД. Не является лекарственным средством. Необходима консультация специалиста. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, пом. 1, к. 28. СГР № RU_77_99_19.004.E.004351.10.18 от 01.10.2018 г. Акция действует с 01.07.2023 по 01.03.2024 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60. РЕКЛАМА.

Манеры мужа
во многом
зависят
от жены.

Ты, Зин, на грубость нарываешься

Люся КАРАВАЕВА

Антон был невыносим. Его жена Люся часто ему об этом говорила. И даже, бывало, демонстративно швыряла обручальное кольцо в мусорное ведро: так муж ее выбешивал.

Главное, со стороны посмотреть на Антона - и вроде придаться не к чему. Рассудительный, скрупулезный в мелочах, а значит, супруга ему дело могла доверить важное, будучи уверенной, что муж не подведет, ответственный, крепких напитков вне праздничных дат не употреблял, не курил и отец был не самый плохой, зарплату всю до последней копейки в дом нес. Словом, если закрыть глаза не некоторые недостатки, вполне приличный вариант. Но грубиян.

ВАЖНО НЕ КАК, А ЧТО!

Тысячу раз она просила мужа «фильтровать базар» и пожалеть ее обидчивую душу, но Антон как будто специально то и дело «плевался в пространство негативом». Даже без особого повода. Накрутит у себя в голове каких-нибудь выводов, надумает сам себе расстройство - и давай воздух сотрясать неприятными интонациями.

Например, вчера ни с того ни с сего наехал на сына-подростка. Просто вспомнил, что прошел уже целый месяц лета, а чадо 13-летнее ни одной книжки из списка для внеклассного чтения даже не открыло. Вспомнил - и давай выговаривать. Долго, нудно и с применением полунормативной лексики. То есть как бы и без мата, но сильно невежливо. Ничего, мол, сын не делает, одной только дурью мается в своих тиктоках, а раз так, то и на день рождения тоже ничего не получит. Вроде все верно, вполне такое допустимо для отца, чей сын окончил седьмой класс с семью тройками.

НО ПОЧЕМУ Ж ТАК ГРУБО?

«Антоша, - внушала Люся и после конкретно этого спича, и сто раз до него, - все то же самое можно сказать другими словами, без грубости и неприятных уничижительных ноток в голосе». Но ни разу не бы-

ла услышана. Антон округлял удивленно глаза, делал бровки домиком и парировал, что ничего такого не сказал. А потом пускался в долгие объяснения причин своего недовольства, притягивая за уши малоубедительные для Люси аргументы. Нужны они ей триста лет! Она же не про причины, толкнувшие его обругать сына, толкует, не про саму идею мужа заставить чадо взять в руки книгу из списка для летнего чтения! В этом она с Антоном солидарна. Речь всего лишь про манеру. Злобную и противную.

Но вот этих-то жениных претензий Антон никогда не мог понять. Какая разница, думал он, как говорить, главное - что. Иногда ведь голос повысишь - тебя лучше услышат.

Людмиле и самой частенько доставалось от Антона. В ссорах, просто в разговорах, когда, казалось, вообще не было повода для выяснения отношений.

- уверяет **семейный психолог Эдуард Толохов**. - У большинства мужчин могут быть вполне объяснимые причины для грубости, которую они просто не могут контролировать.

Во-первых, грубиян может повторять модель поведения в родительской семье, это вам любой психолог скажет (так что встреча с родителями на ранней стадии знакомства - неплохая идея, многое станет понятно о будущем супруге).

Во-вторых, грубость может быть результатом пониженной самооценки или выплескивания на жену негатива, который мужчина боится высказать окружающим. Допустим, его обижает на работе начальник, которому он ответить не может - возможны последствия. А дома другое дело, он тут царь и бог, можно дать волю чувствам, тут ему за это ничего не будет.

И еще, кстати, так называемые маменькины сынки тоже частенько склонны скатываться до гру-

бости, если им кажется, что жена в чем-то проигрывает матери.

При этом женщина, как уверяет психолог, также, того не ведая, может толкать мужчину на грубость. Допустим, он, бедный, и сам понимает, что у него руки не из того места растут, так не надо его

подкалывать по поводу каждого неправильно вбитого в стену гвоздя. Тут связь прямая: будете подкалывать - он будет огрызаться в ответ, проявите понимание - глядишь, и запишется на курсы правильного обращения с молотком.

В общем, чтобы понять, откуда у мужчины грубости растут ноги, жене нужно взять себя в руки и проанализировать еще и собственное поведение и отношение к любимому. Ведь грубость еще и оттого может происходить, что мужчина чувствует: не любят его здесь, не ценят. Вот он и дергается по поводу и без.

Получается, муж грубиян, а виновата, как обычно, женщина? Нет, конечно. Просто если есть возможность как-то исправить ситуацию, никто лучше женщины этого не сделает.



Катерина МАРТИНОВИЧ/КП - Москва

- Давай ты не будешь грубить? - время от времени пыталась она его образумить.

- Давай, - покладисто отвечал тот и ласково обнимал жену в знак согласия, но при первом же удобном случае снова пускался во все тяжкие.

Причем заметно было, что от такой манеры разговора он не получает ни малейшего удовольствия. Просто так у него выходило. Или не просто?

ВИНОВАТА ЛИ Я?

Люда ничего не могла с этим поделать и иногда просто плакала от бессилия. А потом бешевала.

- Да что с тобой?! - кричала она Антону в лицо, в которое была готова вцепиться.

А действительно, что с ним? - Настоящих природных грубиянов и хамов не так мно-

10 - 16 июля

ГОРОСКОП

Подготовила Евгения АН.

Овен



Вы почувствуете, что в вашей жизни происходят перемены, более того, вы стремительно несетесь им навстречу. Сил у вас хоть отбавляй, и вы можете сделать даже больше, чем планировали изначально. Направляйте эту энергию в мирное русло, чтобы не вляпаться в неприятности.

Телец



С одной стороны, отношения с людьми у вас никак не наладятся, возможно, они даже ухудшатся. Но при этом у вас удивительно удачно складываются все другие дела, в которых вам не нужно взаимодействовать с людьми, и в итоге вы остаетесь в выигрыше.

Близнецы



Испортить эту очень даже неплохую неделю можете лишь вы сами. Капризы, неадекватные реакции, желание ввязаться в сомнительные затеи... Узнаете свою темную сторону? Ее обязательно нужно удержать в узде, и тогда неделя принесет вам массу приятных впечатлений.

Рак



Вы сможете горы если не свернуть, то основательно их подвинуть. Эта неделя исключительно благоприятна для личной жизни. Все, что вы делаете сейчас, принесет богатые плоды уже в ближайшем будущем. А еще это хорошее время для финальной фазы проектов и обучения. Вы полны сил и энтузиазма.

Лев



Львов ждут изменения, и насколько они хороши или нехороши, пока непонятно. Самый лучший вариант - если вы просто завершаете какое-то дело и начинаете новое. Если же ситуация идет по менее удачному сценарию, главное - не рубить сплеча и дать себе время подумать.

Дева



Девы обычно разумны и сдержанны. Но на этой неделе вас так и будут привлекать всевозможные «скандалы, интриги, расследования» и тайные дела. От них надо держаться подальше. Из плюсов недели - вас будет готов поддержать кто-то из окружения, даже если вы этого и не ждали.

Весы



Помните поговорку «что имеем - не храним, потерявши - плачем»? Велика вероятность, что все пойдет именно так. Цените то, что имеете, не принимайте это как должное. Все зависит от вашего поведения и внутреннего состояния, так что не теряйте правильный, хороший настрой.

Скорпион



Если вас что-то не устраивает в отношениях или не устраивают сами отношения, не поддавайтесь соблазну - не мстите, не скандальте. Если готовы, завершите отношения мирно. Тем более вам есть чем заняться - работа, карьера и финансы требуют пристального внимания.

Стрелец



Главная опасность недели - это очень настырные и недружелюбно настроенные третьи лица. Эти товарищи не просто суют свой нос в ваши дела - они до отвращения активны и постараются вбить клин между вами и вашими партнерами. Ваша задача - пресечь эти попытки.

Козерог



Серия благоприятных перемен, начавшаяся на прошлой неделе, продолжится. Давняя проблема наконец разрешится, это позволит проявить себя - в первую очередь это коснется финансов и работы. А вот в личных отношениях нужно проявить осторожность и дипломатию.

Водолей



В финансовой сфере ситуация заметно улучшится. Вы приложили много усилий, чтобы разобрать ворох проблем, и это начинает приносить плоды. Продолжайте идти к своей цели. В отношениях с людьми не все гладко, но самые близкие останутся с вами.

Рыбы



В ваши отношения пытается влезть кто-то посторонний. Объясните им, что третий - лишний. Пусть ищут себе другую цель. В работе все не так напряженно, вы можете многого добиться, особенно если у вас есть возможность действовать самостоятельно, не опираясь на кого-то еще.

От судьбы не ждут подарка ни училка, ни доярка

Как сложилась жизнь актрис из популярных телемелодрам нулевых.

Константин ГЛЫБА

Слезодавильные истории про Золушек с трудной (а другой у них и не бывает) судьбой всегда бередили трепетные зрительские души. В нулевые наша

крепнущая сериальная индустрия поставила подобные истории на поток - некоторые из них стали настоящими хитами, а исполнительницы главных ролей - полноценными звездами. Но не о всех них публика помнит до сих пор...



Марина Казанкова («Хозяйка тайги», 2009)

История красавицы Василисы, которая на Крайнем Севере трудится егерем в государственном заповеднике и противостоит разнообразной местной шушере (в том числе и высокопоставленной), растопила народные сердца. Главную героиню сыграла москвичка Марина Казанкова, похожая скорее на модель, нежели на защитницу зайцев и медведей. Выросла Марина максимально далеко от тайги - в Италии, куда переехала с семьей в совсем юном возрасте. Вернувшись на родину, поступила во ВГИК. «Хозяйка тайги» стала самой звездной ролью Марины, хотя в послужном списке артистки есть и «Закры-

тая школа», и «Триггер», и «Бедная Настя». Интересно, что годы спустя после «Хозяйки тайги» актриса «перешла на сторону врага» и сыграла браконьершу в сериале «Заповедный спецназ». А еще Марина вместе с **Юлией Пересильд** и другими актрисами пробовалась в «Вызов».

Вообще складывается впечатление, что актерская карьера - не самоцель для Казанковой. Папа, чемпион России и бронзовый призер ЧМ по фридайвингу (подводное плавание с задержкой дыхания), приучил дочь к экстриму: с малых лет

она водила машину, участвовала в Италии в автогонках, сидела за штурвалом вертолета, прыгала с парашютом, а позже сама всерьез увлеклась фридайвингом - стала чемпионкой мира, превзойдя отца (проплыла 152 метра на глубине 15 метров) и не раз попадала в Книгу рекордов Гиннеса. А еще инструктировала мировую поп-звезду **Бейонсе** для подводных съемок клипа на песню Runnin' (Lose It All). Сейчас 41-летняя актриса счастлива в браке и воспитывает любимую дочь Анжелику, которой в этом году исполняется 14.

Екатерина Порубель («Серафима прекрасная», 2010)

Роль очень сильной, но не очень привлекательной женщины в сериале «Серафима прекрасная» исполнила Екатерина Порубель. За 12 серий габаритная конезаводчица Сима Зорина переживает гибель родителей в ДТП, болезнь ребенка, измену мужа, поджог конюшни и много чего еще.

Несмотря на вроде бы типичную сельскую внешность, Екатерина - москвичка: окончив Щепкинское театральное училище, она поступила в труппу Малого театра, где служит до сих пор.

Образ Серафимы, за который артистка получила ТЭФИ, пытались эксплуатировать на ТВ - доверили Екатерине вести шоу «Три богатыря», посвященное личным проблемам одиноких деревенских женщин. Долго в эфире проект не продержался. Однако актриса сильно не расстроилась



и продолжила сниматься в кино и сериалах («Черчилль», «Ночные сестры», «Перелетные птицы» и др.). Сейчас Екатерина значительно похудела и растит троих детей - Савву (15 лет), с отцом которого разошлась, еще будучи беременной, а также Лукьяна (11 лет) и Льва (6 лет) от нынешнего мужа, осветителя **Анатолия Левенца**.

Евгения Лоза («След Саламандры», 2010)

Главная героиня, молодая учительница Вера, отправляется в чужую страну (некий Богустан, хотя это всего лишь название небольшого города в Узбекистане) на поиски без вести пропавших мужа и сына.

Наркоторговцы, коварные восточные интриги, банди-

ты и даже повстанцы - никогда еще счастье не было настолько далеким...

После бенефиса в «Следе Саламандры» эффектная Евгения Лоза (в кадре с партнером по сериалу **Фархадом Махмудовым**) застолбила за собой образ хрупкой, но сильной героини, столь нужной в мыльных операх («Лжесвидетельница», «Домик у реки», «Восток-Запад» и др.).

Артистка лишь раз официально была замужем - за коллегой **Антоном Батыревым**. Брак продержался менее года, в 2020-м пара оформила развод.

- Не хочу обидеть актеров, но воспринимать их как мужчин не могу, - говорила Лоза. - **Мерил Стрип** однажды сказала: «Актриса - больше, чем женщина, актер - меньше, чем мужчина». Я с этим согласна!

Евгения Осипова («Доярка из Хацапетовки», 2006)

Роль приехавшей в Москву из Донецкой области простушки Кати Булычевой, что мечтает поступить в институт и стать поваром, но устраивается посудомойкой, в 2006 году сыграла тульская артистка Евгения Осипова. Проект подарил актрисе почти столько же надежд, сколько и ее героине.

- На самом деле эта история сыграла со мной злую шутку, потому что, проснувшись знаменитыми, мы всерьез подумали, что дальше нас ждет большой успех в российском кинематографе, потом в Голливуде и что вообще впереди нескудная жизнь, - вспоминала потом Осипова. - Но я стала заложницей этой роли. Мне предлагали играть в похожих историях, но только в худших версиях. И я очень долго доказывала, что я универсальный солдат, могу играть и положительные, и отрицательные роли. Были даже проекты, от которых мне приходилось отказываться.

После серии отказов продюсеры перестали обращать внимания на артистку. Она сыграла относительно заметную роль в «Закрытой школе», а затем получила только эпизоды («Карпов», «Кухня», «Морские дьяволы», «Тайна Лилит» и т. д.). Тем удивительнее было спустя много лет увидеть имя Булычевой в светской хронике. «Звезду «Доярки из Хацапетовки» избил муж собутыльницы» - примерно такие заголовки напомнили об актрисе в



2018 году. Оказалось, Евгения отдыхала с подругой, которую внезапно решил забрать домой муж. Осипова вступилась за приятельницу и «тоже получила несколько ударов от агрессивного мужчины». Никаких судов не последовало: милые бранятся - только тешатся.

У самой Осиповой в личной жизни до недавних пор все было хорошо. Она вышла замуж за **оператора Анатолия Симченко**, родила ему двоих детей (Максиму - 10 лет, Софии - 8). Но недавно стало известно, что актриса с мужем разошлась и даже стала публиковать загадочные селфи с 18-летним **блогером Андреем Карповым**, известным в сети как **ГликогенТВ**. Всерьез эти «отношения» никто, конечно, не воспринял, но очередную порцию хайпа «доярка», которой месяц назад исполнилось 37, все же отхватила.

Ольга Филиппова («Райские яблочки», 2008)

Джульетту из маленького южного городка Абинск в семейной саге «Райские яблочки» сыграла уроженка Подмоскovie Ольга Филиппова. Героиню звали Кармен: сирота, живущая с тетей, вдруг знакомится с красивым студентом МГУ Павлом (**Александр Пашков, на фото**). Им очень хочется быть вместе, но все на свете против этого. Героев, конечно, ждал хеппи-энд. А вот саму актрису - нет. На момент съемок Ольга жила с **Владимиром Вдовиченковым**, которому родила дочь Веронику (ей сейчас 18 лет), но после 10 лет гражданского брака Владимир ушел к актрисе **Елене Лядовой**.

Теперь Филиппова не рас-

пространяется о своей личной жизни, зато невероятно работоспособна - сыграла более 60 ролей в кино и сериалах («Антиснайпер», «Истребители», «Все как у людей», «Ку-

кольник» и др.). В 46 лет актриса держит себя в прекрасной форме и души не чаает в любимой дочери, которой, по ее словам, достался «взрывной папин характер».



Читайте о кумирах в разделе «Звезды» на сайте KP.RU

Симфония Король и Шут

К/З
"ДРУЖБА"

09.07
18:00

ГАУК «БРЯНСКАЯ
ОБЛАСТНАЯ ФИЛАРМОНИЯ»



СТРУННЫЙ ОРКЕСТР
И ХОР

КОНЦЕРТ Часть 2

CAGMO

БИЛЕТЫ:
NEOCLASSICA.RU

WWW.FILARMONIA32.RU
ТЕЛ. 74-57-04



6+

WWW.FILARMONIA32.RU

ТЕЛ. 74-57-04



СИМФОНИЯ

РАММ- ШТАЙН

Симфонический концерт
Раммштайн

КОНЦЕРТ

К/З "ДРУЖБА"
22.07 - 18:00

CAGMO

CINEMA AND GAME
MUSIC ORCHESTRA

6+

Билеты:
Neoclassica.ru

ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГАУК «БРЯНСКАЯ ОБЛАСТНАЯ ФИЛАРМОНИЯ»

14 ИЮЛЯ

19:00 К/З «ДРУЖБА»



БРЯНСКИЙ ГУБЕРНАТОРСКИЙ СИМФОНИЧЕСКИЙ ОРКЕСТР

Художественный руководитель и главный дирижер Заслуженный артист России

Эдуард Амбарцумян

Дирижер - Василий Юркевич

ШЕДЕВРЫ МИРОВОГО КЛАССА

БИЛЕТЫ ПРОДАЮТСЯ
В КАССЕ И НА САЙТЕ ФИЛАРМОНИИ
ТЕЛЕФОНЫ ДЛЯ СПРАВОК:
74-57-04; 8-920-603-66-63



6+

vk.com/bgso32



ok.ru/group



КУПИТЬ БИЛЕТ



20 СЕНТЯБРЯ

19:00
К/З «ДРУЖБА»

ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГАУК «БРЯНСКАЯ ОБЛАСТНАЯ ФИЛАРМОНИЯ»

БИЛЕТЫ ПРОДАЮТСЯ
В КАССЕ И НА САЙТЕ
ФИЛАРМОНИИ
ТЕЛЕФОНЫ ДЛЯ СПРАВОК:
74-57-04; 8-920-603-66-63



6+

ОТКРЫТИЕ КОНЦЕРТНОГО СЕЗОНА

БРЯНСКИЙ ГУБЕРНАТОРСКИЙ СИМФОНИЧЕСКИЙ ОРКЕСТР

Художественный руководитель и главный дирижер Заслуженный артист России

ЭДУАРД АМБАРЦУМЯН



Солист - Лауреат
международных конкурсов

(фортепиано, г. Москва) **АНДРЕЙ ДУБОВ**

VIVAT, Рахманинов!

vk.com/bgso32



ok.ru/group



В программе:

С. Рахманинов - Симфония № 2 ми минор

С. Рахманинов - Концерт для фортепиано с оркестром № 2
до минор

Кирилл СЕРОВ

Эта история еще зимой повергла в шок всех любителей фигурного катания, она не отпускает и по сей день. Олимпийский чемпион Роман Костомаров после новогодних праздников, во время которых выступал в различных ледовых шоу на открытом воздухе, оказался в больнице с пневмонией. Фигуристу ввели в кому и подключили к ИВЛ. Через месяц из-за некроза тканей ему ампутировали обе ступни и пальцы на руках.

О том, как начиналась болезнь спортсмена и как он чувствует себя сейчас, рассказал заслуженный тренер России по фигурному катанию Александр Жулин.

- Могу сказать, что Роман очень позитивен. Основной его посыл - все вопросы буду решать через спорт. Он настоящий герой. Для всех нас было шоком, когда мы о Роме узнали... Мне тогда сказали, что его шансы выжить - всего два процента. Насколько я знаю, он потянул плечо 1 января. Чтобы продолжать кататься, ему вкололи противовоспалительное. Что оно делает? Снижает температуру, человек не чувствует боли. Я думаю, тогда он и заболел пневмонией. А за счет того, что из-за укола температура снижена, симптомов, кроме кашля, не было, то и картина получилась смазанной. Думаю, это и довело его за 10 дней до такого состояния. А Роман такой человек - не выйдет кататься только при условии, что он уже умер... 10 января он отметил окончание елок, где участвовал. Была баня. Все это привело к болезни как снежный ком, - рассказал Жулин на канале «Россия 1».

МНЕНИЕ ВРАЧА

«Кашель, температурка, ну ничего, терпимо...»

Как не доводить себя до такого состояния, «КП Спорт» рассказал подполковник медицинской службы в отставке, известный спортивный врач Александр Яблуновский.

- В принципе Жулин правильно сказал, это вполне рабочая версия. Почему говорят, чтобы при болях в животе не принимали обезболивающее? Потому что, приняв обезболивающее (а аппендицит протекает очень быстро), можно эту картину смазать и усугубить. То же самое с коронавирусом (а у Костомарова, как сообщали еще зимой, пневмония развивалась на фоне ковида. - Авт.), а процесс скоротечный, то есть прогрессирует очень быстро. Вот и здесь затянули процесс своевременного лечения и получили более серьезные осложнения.

- Но ведь многие спортсмены выступают «на уколах»?

- Ну, тут, наверное, произошло совпадение моментов.

Тренер Романа Костомарова - о его болезни:

Мне тогда сказали, что его шансы выжить - всего два процента



t.me/roman_kostomarov



t.me/roman_kostomarov



t.me/roman_kostomarov

■ ПРЕОДОЛЕНИЕ

«Роман опытный спортсмен, он сам себе тренер»

Спортивный врач Александр Яблуновский прокомментировал нам и тренировку мужественного спортсмена.

- Александр, Роман Костомаров выложил уже третье видео из больницы. На первом, две недели назад, он просто крутил педали на велотренажере, на втором - уже ходил по лестнице и вот теперь уже фактически проводит полноценную тренировку.

- Замечательно. Человек восстанавливается. Это говорит о том, что все будет хорошо в перспективе.

В первом сюжете (фото 1) он уже довольно уверенно идет по дорожке. Значит, протезы хорошо сели. Видимо, он не испытывает каких-то неприятностей. Единственное, видно, что он еще как бы старается держать равновесие.

У человека есть определенный паттерн движения, ходьбы. Соответственно, хорошо будут восстанавливаться и тренироваться все мышцы, которые задей-

ствованы во время ходьбы. А все упражнения он делает правильно, ведь каждая мышца работает не сама по себе, они у нас объединились в так называемые мышечные цепи.

Костомаров занимается стоя с утяжелителями на руках (фото 2).

Да, важно, чтобы он делал это все симметрично, потому что для баланса нужна, конечно, симметричная нагрузка.

Роман педальрует в положении лежа на спине (фото 3). Его движения тоже симметричны, и это правильно. При таком подходе включаются мышцы и ног, и рук, и спины, также соответствуют нашей схеме - образу движения.

Фигурист делает махи ногами назад (фото на обложке)...

Это упражнение для ягодичной мышцы, она у нас тоже главная мышца, которая участвует в ходьбе, в катании на коньках, она нас отталкивает. Соответственно, ее тоже надо тренировать. У фигуристов это важное упражнение...

- Но бегать ему пока, наверное, рано?

- Конечно. Все-таки еще надо восстановить и равновесие. Чтобы сразу встал и побежал - не бывает таких чудес. Но восстановление, как мы видим, идет уверенно. Молодец. Боец!

- Роман уже не выглядит таким худым.

- Да, да, растет прямо как на дрожжах.

НА ЗАМЕТКУ

- Но главное в тренировках, конечно же, это принцип постепенности нагрузок, регулярности занятий, - продолжает врач. - Потому что лучше делать в каждом подходе поменьше количество упражнений, но увеличить число подходов. А желание сразу сделать каких-то 50 приседаний, а мышцы пока к этому не готовы, чревато перетренировкой. Поэтому покрутил, позанимался одной группой мышц, переключился на другую. И в последующем идет увеличение количества упражнений. Это и есть принцип постепенности.

- Сейчас многие спортсмены тренируются с различными датчиками.

- Да, гаджеты уже давно используются в спорте. Там очень много показателей, и для тренеров это очень ценная информация. В зависимости от того, как спортсмен перенес эту нагрузку, наставник будет составлять следующую тренировку или план на гонку. В профессиональных командах так оно и происходит. Там уже не сачканешь, поскольку тренер видит, какие упражнения ты делал при какой нагрузке.

- Но Роман, судя по всему, не пользуется этими системами?

- Да он сам себе тренер. Я думаю, он все хорошо понимает, он же не новичок в спорте и сам может тренировать любых мастеров. Поэтому у него и результат, мы видим, растет очень быстро, да.

■ КОГДА ВЕРСТАЛСЯ НОМЕР

«Позади 175 дней. Впереди вся жизнь»

Вчера Роман Костомаров выписался из больницы. Фигурист, покидая «Коммунарку», поблагодарил врачей и медсестер, которые спасли ему жизнь, а потом выхаживали долгие месяцы.

- Я ухожу с хорошим настроением. Позади 175 дней. Впереди вся жизнь. Благодаря этим людям я жив. К сожалению, многое я потерял в этой совместной борьбе со смертью. Но по-другому было никак. Спасибо всем, кто был со мной рядом: лечил, оперировал, восстанавливал, поддерживал, - сказал фигурист.



Видео
тренировки
Романа
смотрите на сайте



МИСС КУПАЛЬНИК «КП»



Евгения КУПРИЯНОВА, 33 года, Магнитогорск:
- Окончила Магнитогорский государственный университет, кафедру дизайна. Работаю директором собственного магазина модной женской одежды. Люблю путешествовать. Успешно участвовала во многих конкурсах красоты. Замужем, двое детей.

Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:



- В джунглях стоит соблюдать меры предосторожности: не пить воду из неизвестных источников, остерегаться хищников, но надеяться на встречу с редкими видами белокурых леопардов.



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

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

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

История - это не про то, как было, а про то, как надо, чтобы было.

* * *

Учительница долго рассказывает на уроке о цели жизни и предназначении человека, а потом спрашивает:

- Дети, что бы вы хотели, чтобы люди сказали о вас на ваших похоронах?

Петечка:
- Я бы хотел, чтобы люди сказали, что я был великолепным доктором, что я спас столько людей и вылечил столько детей.

- Молодец, Петечка, а ты, Манечка?

Манечка:
- Чтобы они сказали, что я была замечательной женой, матерью и бабушкой, что меня так все любили.

- Молодец, Манечка. Ну, Вовочка, а ты что бы хотел услышать на своих похоронах?

- «Смотрите! Он шевелится!!!»

* * *

Пьяный звонит в полицию:
- Алё! Командир, у меня тачку обокрали!

- Успокойтесь! Объясните, что украли?

- Да всё! Магнитолу, руль открутили! Даже педали, гады, отпилили!

- Будем искать...

Через 5 минут:

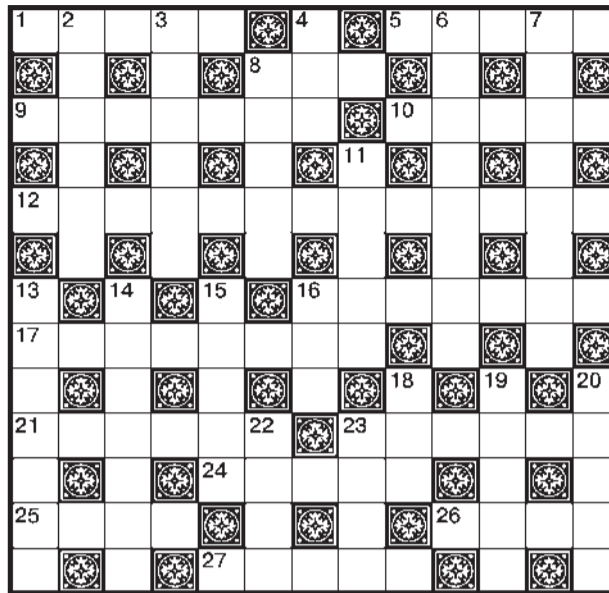
- Алё!!! Командир, извини, на заднее сиденье сел...

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. «Доходит как до утки, на пятые ...». 5. Зверь, попавший в зодиак. 8. На что линолеум стелют? 9. Какой ветеринар с Бармалеем сражался? 10. Игра из триллера «Соломенные псы». 12. «Золотая рыбка» в аквариуме. 16. Подъемник автомобилиста. 17. Кто присматривает за любителями ягеля? 21. Кого из участников группы The Beatles обе его жены обвиняли в бытовом насилии? 23. Фигуральное количество ума. 24. Виктория бизнесмена. 25. Позывной Юрия Гагарина. 26. Кто «не смеет возражать кошке»? 27. Что выжимают на зубную щетку?

ПО ВЕРТИКАЛИ: 2. «Только неглубокие люди знают самих себя» (знаменитый Оскар). 3. Самый популярный зверь у фокусников. 4. Зверь Шредингера. 6. Единственная река из стихотворения «Почта» Самуила Маршака. 7. Кого британец радиоведущий Сева Новгородцев сыграл в биографической драме «Лето» о легендарном Викторе Цое? 8. Аметистовый ... слывет самой крупной среди змей Австралии. 11. Злейший враг желудка. 13. Кто поедает элоев в романе «Машина времени»? 14. Американский президент из исторической драмы «Игры шпионов». 15. Кошельковый ... на сейнере. 16. Крыша над головой. 18. «Молодеет и ... баллад». 19. Каким растением в славянских поверьях завладел дьявол? 20. Какой танец высмеивал Джордж Байрон? 22. Звериное убежище. 23. Пафос на пустом месте.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Сутки. 5. Дом. 18. Лад. 19. Камыш. 20. Вальс. 22. Нора. 23. Понт. 11. Голуб. 13. Морюки. 14. Кеннеди. 15. Невод. 16. Дюда. 25. «Керр». 26. Паста. ПО ВЕРТИКАЛИ: 2. Дюда. 3. Кролик. 4. Кот. 6. Амазонка. 7. Антиквар. 8. Дюда. 9. Кот. 10. Оленевод. 11. Леннон. 12. Палата. 14. Домкрат. 17. Оленевод. 21. Леннон. 23. Палата. 24. Баран. 8. Пол. 9. Айболит. 10. Дартс. 12. Львиноголовка.

Прогноз погоды на 7 июля

	ночью	днем
Брянск	+24...+26	+18...+19
Дятьково	+23...+25	+17...+19
Севск	+27...+28	+18...+20
Новозыбков	+21...+23	+16...+19
ясно	облачно	пасмурно
дождь	снег	

Давление - 747 мм рт. ст. (норма - 742)
Относительная влажность воздуха - 74%
Ветер северо-западный 1,9 - 2,6 м/с
Восход - 04.24 Полнолуние
Закат - 21.10

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.
Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
Ведущий редактор номера П. САДКОВ.
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. №
Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30
ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2023», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.
Тираж этого номера: 166 834 экз.
Цена договорная

© АО ИД «Комсомольская правда», 2023. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru

ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА

Астрахань (8512)	48-49-50	Брянск (4832)	37-00-80	Иркутск (3952)	20-80-08	Кострома (4942)	47-10-13	Н. Новгород (8312)	33-94-53, 33-94-52	Петрозаводск (8142)	76-42-97	Симферополь (3652)	78-81-28	Тула (4872)	52-41-40
Архангельск (8182)	21-10-79	Владивосток (423)	230-22-56	Казань (843)	528-21-00, 528-20-30	Краснодар (861)	992-79-92	Новосибирск (3812)	29-01-50	Псков (863)	72-29-00	Смоленск (4832)	37-00-80	Томск (3452)	69-96-12
Алма-Ата (727)	273-74-97	Владимир (4922)	44-13-43		31-03-50	Красноярск (391)	206-96-50	Омск (3812)	43-39-39	Ростов-на-Дону (863)	333-24-22	Ставрополь (8652)	95-11-97	Уфа (347)	292-44-47
Барнаул (3852)	20-55-47	Волгоград (8442)	91-94-61	Калининград (4012)	52-41-35	Курск (4712)	70-62-71	Орел (4862)	43-39-39	Рязань (4912)	95-78-87	Сыктывкар (922)	587-11-12	Хабаровск (4212)	78-26-03
Белгород (4722)	20-55-33	Воронеж (4732)	54-61-38	Калуга (4872)	35-38-11	Липецк (4742)	22-23-00	Оренбург (3532)	43-11-93	С.-Петербург (812)	458-90-68	Тамбов (4752)	71-93-12	Челябинск (351)	700-09-68
Бийск (10996)	20-18-05	Екатеринбург (343)	72-79-27	Кемерово (3842)	205-43-01	Минск (1037517)	337-77-11	Пенза (8412)	56-46-41	Саратов (846)	270-69-10	Тверь (4822)	33-93-63	Южно-Сахалинск (900)	43-41-515
Благовещенск (4162)	312-88-31-31	Иваново (4932)	58-17-30	Киров (922)	901-66-35	Мурманск (1037322)	67-11-633	Пермь (342)	206-45-00	Севастополь (692)	53-42-21	Томск (3822)	90-61-86	Ярославль (4852)	58-58-17, 58-55-81

Заказы на размещение рекламы принимаются всеми представительствами

РЕДАКЦИЯ И ИЗДАТЕЛЬСТВО РЕГИОНАЛЬНОГО ВЫПУСКА ООО «ЛДС-МЕДИА»

Директор Татьяна Николаевна РОМАНОВА
И.о. редактора «КП»-Брянск - Виктор Владимирович КИСЕЛЕВ.
E-mail: kpbryansk@mail.ru, kpbryansk32@gmail.com
www.kp.ru

Адрес редакции: 241050, г. Брянск, ул. Крыловская, д. 35, офис 4.
ТЕЛЕФОНЫ:
редакция, отдел рекламы (4832) 37-00-80

Газета отпечатана в ЗАО «Полиграф-сервис»: 241020, Брянск, пр-д Московский, 15а. www.polygraphservice.ru. Время подписания брянского выпуска - 18.30. Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты. Заказ №689. Тираж регионального выпуска 1200 экземпляров.

