

Продюсер «Ласкового мая» раскрыл секрет диеты, на которой сбросил 46 кг

Читайте на стр. 2 ▶



РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА

Ставрополь 105,7 FM
Кавминводы 88,8 FM

В эфире Тутта Ларсен!

Просыпаемся вместе с ведущей в программе «Взрослые люди» - 8:00 (МСК)



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



5 964 000

уникальных посетителей за минувшие сутки



Основана в мае 1925 года

Среда
15 июля

Газета нашего региона ★ Северный Кавказ

№ 78 (27152) 2020 год

На Ставрополье ребенок судьи стал миллионером

Согласно официальной декларации судьи арбитражного суда, ее чадо получило годовой доход в 2,8 млн рублей.



Читайте на стр. 2 ▶

Звездные алиментщики: «Аршавин хочет платить на ребенка меньше 300 тысяч рублей в месяц»

Ирина ВИКТОРОВА

В известных семьях все, как и в обычных. Только суммы выше.

Разводы звезд - явление нередкое, и далеко не всегда разрыв сопровождается скандалами. Но внимание к себе такие процессы всегда притягивают. 27 августа состоится суд по иску Андрея Аршавина: звезда футбола хочет снизить размер алиментов на своих троих детей. Начались судебные баталии и по разделу имущества (а также установлению алиментов на дочь) звезды хоккея Ивана Телегина и Пелагеи. Так за какие алименты сражаются звезды в судах?

Читайте на стр. 13 ▶

Билял Махов получит «золото» Лондона-2012

Сергей АНДРЕЕВ

Допинг-пробы его соперников на Олимпиаде дали положительный результат

Международный Олимпийский комитет принял такое решение после того, как финалистов Олимпиады по вольной борьбе в весовой категории до 120 килограммов поймали на применении допинга. Переповерка проб Артура Таймазова из Узбекистана и Давита Модзмашвили из Грузии, который победил Махова в полуфинале, дали положительный результат.

Помимо россиянина, золото также получил иранец Комейл Гасеми, который про-

играл в 1/2 финала Таймазову, а затем уступил в поединке за бронзу Махову. Впервые в истории олимпийских игр в турнире по вольной борьбе будет два победителя.

Махов - трехкратный чемпион мира. Также он становился серебряным и бронзовым призером мировых первенств. В феврале этого года в крови россиянина обнаружили допинг. Махов сознался в употреблении допинга, и теперь ему грозит двухлетняя дисквалификация.

- Я халатно отнесся к этому вопросу, не совсем уделил этому должное внимание, где нужно, не заявился. Надо было процесс контролировать, а я немножко расслабился в этом отношении, и прилетело, - говорил он.

Житель Ставрополя установил мировой рекорд в становой тяге

Ася АСРЯН

Он отжал 55 раз 100-килограммовую штангу.

Житель Ставрополя Антон Шиловский сумел попасть в Книгу рекордов Гиннеса, установив мировой рекорд в становой тяге. Как рассказали в пресс-службе администрации Ставрополя, Шиловский за одну минуту смог 55 раз поднять штангу весом в 100 килограммов.

- Пришло письмо от Книги рекордов Гиннеса, в котором говорится, что я перебил рекорд по становой тяге и установил новый. Теперь он официально принадлежит мне. Хочу поблагодарить всех, кто мне помогал в тот день, это наше общее достижение, - написал Антон Шиловский в своем аккаунте в Instagram.

Рекорд был побит 2 февраля 2020 года и в рамках регламента Книги Гиннеса шло его длительное рассмо-



трение. В начале апреля достижение Шиловского внесли в Книгу рекордов России, а 9 июля пришло подтверждение от оргкомитета Книги рекордов мира.

Помимо занятий тяжелой атлетикой, Шиловский работает воспитателем в Ставропольской гимназии № 24 имени генерал-лейтенанта юстиции М. Г. Ядрова.

Ольга ОСТРОВСКАЯ

Известный ставропольский продюсер раскрыл секрет похудения на 46 кг.

Продюсер группы «Ласковый май» Андрей Разин за полтора года смог сбросить 46 килограммов с помощью «идеальной диеты». Секретом своего успеха он поделился с «КП».

- Я худею уже почти полтора года, - открывает известный продюсер. - Работаю с диетологом, который консультировал Аллу Пугачеву, когда она пришла в окончательную форму. Прежде всего, организму нужен витамин D. Он защищает даже от коронавируса. И в большом количестве содержится в печени трески. Каждый день я начинаю утро с бутерброда с печенью.

Понравится «диета Разина» и тем, кто любит вкусно поесть, не соблюдая особенных ограничений. Потому жертвовать многим не придется. Отказаться нужно только от сахара.

«Это диета Пугачевой»



- Есть можно все что угодно. Но порционно - не более 200 граммов еды за раз. Если я снова захочу поесть, ближайший прием пищи через три часа. После шести часов вечера я ничего не ем. Остаюсь только на воде.

Понедельник - разгрузочный день, голодаю. То, что может быть не-

которым не очень приятно, - от алкоголя тоже важно отказаться, - делится секретом Андрей Разин.

Диета дала продюсеру впечатляющий результат. За полтора года Разин похудел с 153 до 107 килограммов. В планах - продолжать придерживаться диеты и прийти в идеальную форму ради

выступлений с «Ласковым маем».

- У меня была настоящая мотивация для этой метаморфозы. Я решил вернуться на сцену и выступать вместо Юры Шатунова, с которым у нас судебные тяжбы. Поэтому мне нужно было вернуться в хороший концертный вид, - резюмировал Разин.

■ КСТАТИ

Примадонна варит овощные супы

- Алла отрегулировала свое питание с помощью диеты, которую придумала сама. И назвала «СССР», - говорит подруга Аллы Борисовны Пугачевой бизнесвумен Алина Редель. - СССР - это аббревиатура: сладкое, соленое, сдобное запрещено (соль - потому что задерживает в организме воду. - Ред.). А «Р» - разгрузочный день, в который позволительно есть легкие овощные супчики. За праздничным столом Алла не голодает. Может и кусок торта съесть за компанию. Просто потом сделает два разгрузочных дня, которые позволят ей оставаться в хорошей форме.

Комментарий диетолога Нонны Кухиной:

- У Аллы Пугачевой очень жесткая диета. В основе лежит раздельное питание или потребление одного вида продукта - монодиета. Через эту диету прошли многие представители шоу-бизнеса. Да, они похудели. Но тут появляются зависимость и страхи: что делать, если съела что-то не то? В итоге получается, что ты становишься просто рабом своего диетолога, прописавшего тебе ту или иную диету. Хотя у данной диеты есть элементы, которые я сама использую. Например, разгрузочные дни. А вообще, мы должны четко осознавать, что организму нужно время, чтобы перестроиться на другой режим питания.

Например, чтобы уменьшился объем желудка, нужен опять же примерно месяц. А когда пишут, что за неделю теряют 7 кг - это не физиологично для организма, это скорее шок.

■ ЧУЖОЙ КАРМАН

Несовершеннолетний ребенок судьи стал миллионером на Ставрополье

Андрей ФАДЕЕВ

Об этом говорится в декларации его матери.

Ребенок-миллионер живет в семье судьи Арбитражного суда Ставропольского края. Пол отпрыска, как и род занятий, неизвестен, однако за 2019 год он заработал много больше, чем средняя семья на Ставрополье - 2,8 млн рублей. Информация об этом заявлена в опубликованных на сайте арбитражного суда Ставропольского края сведениях о доходах судей и членов их семей.

Согласно декларации судьи Анны Приходько, помимо миллионов доходов, ребенок владеет земельным участком в 750 квадратных метров, на котором есть «объект незавершенного строительства».

Интересно, что мама за год задекларировала меньший доход - 2,495 млн рублей, а отец принес в семью в разы меньше - 347,3 тыс. рублей.

Отметим, что в судейском корпусе Арбитражного суда больше всех зарабатывал Дмитрий Костюков. Его годовой заработок составил 8,75 млн рублей. В собственности у судьи - мотоцикл неизвестной марки. Живет он в предоставленной в безвозмездное пользование 80-метровой квартире.

Меньше всех зарабатывала судья Дарья Сычева - 1,46 млн рублей. Средний заработок коллег - около 2 млн. В собственности Дарьи - легковой автомобиль Hyundai, а живет судья в отведенной в пользование квартире площадью 42,2 кв. м.

Евгения СОКОРЕВА

На этом настояли родители других детей.

В Кабардино-Балкарии мать заставили забрать ребенка с ДЦП из детсада. Альдамиру 11 лет, но из-за эпилепсии и прочих заболеваний в развитии он остановился на уровне полугодовалого мальчика. Мама Фатима Кумыкова с трудом, но договорилась о записи больного сына в частный детский сад. Вот только стоило ей оставить ребенка, как через полчаса в первый же день воспитательница сказала вернуться за ним. Мотивировали жалобой родителя - одна из мам заявила, что категорически против того, чтобы больной ребенок посещал детсад

В Кабардино-Балкарии мальчика с ДЦП выгнали из детсада

с обычными детьми.

- Что я могу сказать? Дай Аллах, чтобы вы хотя бы наполовину ощутили то унижение, которому вы подвергаете моего ребенка, - плачет Фатима. - Это не первый садик, когда именно из-за родителей мы забираем ребенка. Это очень больно, что ребенка не считают за человека! Это самый безобидный человек, который может существовать! Родители, и так на сердце рана, а вы добиваете! За что? Он не заразный!

В министерстве просвещения Кабардино-Балкарии «КП» сказали, что уже связались с мамой Альдамира и пообещали решить проблему

с устройством ребенка в дошкольное или школьное заведение. Куда именно надо отправлять ребенка, решит медико-педагогическая комиссия. Специалисты проведут комплексную диагностику мальчика, и только тогда станет понятно, нужен ему детский садик или учреждение следующего образовательного уровня.

- Произошло бы все в бюджетном дошкольном образовании, а не частном детском саду - напрямую решили бы проблему, - объяснил **пресс-секретарь министерства Тимур Арамисов**. - Но в любом случае требуется дождаться решения комиссии.

■ КОРОНАВИРУС

На Ставрополье более 4000 человек выздоровели от COVID-19

Ася АСРЯН

В стационарах - 557 пациентов.

В Ставропольском крае за последние сутки от коронавируса вылечились еще 126 человек. А за все время пандемии выздоровели 4107 ставропольцев.

- За весь период лаборатории провели 233 355 исследований на коронавиральную инфекцию, - сообщила

ли в краевом минздраве. - В среднем проводится 3303 теста в день. За последние сутки выявлено 64 новых случая заражения, а за весь период диагноз подтвержден у 6303 человек, из них 516 - дети.

В стационаре находятся 557 пациентов. У 60 из них болезнь протекает тяжело, в том числе 23 находятся на аппаратах ИВЛ. В состоянии средней

тяжести - 304 человека. Остальные чувствуют себя удовлетворительно.

Пандемия унесла жизни 120 человек.

Сняты с медицинского наблюдения 40 309 пациентов. Коечный фонд для больных коронавирусом свободен на 80%.

Больше всего заболевших остается в Ставрополе - 861 случай. Далее идут Пятигорск (584), Кисловодск (422).

ЦИФРА ДНЯ

> 660

млн рублей с марта по 30 июня выплатили ставропольским медикам, которые работали с больными коронавирусной инфекцией.

Приплыли!

Личный архив Михаила Пучкова

«КИТ» В ГАРАЖЕ

Свою личную подводную лодку умелец собирал четверть века. Стоит такой аппарат около миллиона рублей.

Сергей ВОЛЧКОВ
(«КП» - Санкт-Петербург)

Петербуржец Михаил Пучков - единственный в мире владелец личной подводной лодки. 59-летний мужчина построил ее сам за 25 лет и пережил за это время уйму приключений.

СУБМАРИНА НА ПЕДАЛЬНОМ ХОДУ

- Вы знаете, я в юности вообще-то больше самолеты любил, - смеется Михаил Пучков.

Вместе с ним мы находимся в небольшой промзоне на юге Северной столицы. За забором прячется маленький утепленный ангар - и не догадаешься, что в нем и зимой, и летом стоит самая настоящая подводная лодка.

Первый вариант персональной субмарины Михаил собрал после армии в Рязани. Корпус склеил из стеклопластика, к гребным винтам подвел простой педальный механизм. Крутишь педали - винты вращаются.

- Четыре года на сборку потратил. Потом тайне ото всех хотел погружаться: думал, буду оставлять лодку на дне Оки, а потом вытягивать лебедкой. Но оказалось, что это физически невозможно. Она, хоть и была маленькой, весила около тонны.

ДОТЯНУТЬСЯ ДО ДНА

В 1988 году Пучков решил на большую экспедицию и приехал вместе с лодкой в Ленинград, чтобы пройти от Усть-Ижоры до Невы. Но на полпути под водой лодка угодила в металлические сети, которыми ловили сплавляемые по реке бревна. Пока «капитан» выбирался, пока искал катер, пока вытягивал субмарину, собравшиеся на берегу зеваки донесли о «подозрительном водном объекте» в милицию, а оттуда информация ушла в КГБ. Трое суток, пока устанавлива-



Личный архив Михаила Пучкова

ли его личность, Михаил провёл в камере предварительного заключения. Все могло закончиться плохо, но, по счастью, в комитете оценили его конструкторский талант и предложили отучиться в Ленинградском мореходном училище.

- Подлодку у меня изъяли и отправили на стоянку на Адмиралтейские верфи, - вспоминает мужчина. - Там она простояла четыре года - аккумулятор до развала СССР. Потом мне удалось ее вернуть. И я решил ее полностью перестроить.

Так появился «Кит». После модернизации лодка стала весить 2,7 тонны, увеличились габариты (длина - 5,4 м, ширина - 1,1 м, высота - 1,3 м). Внутри есть место для одного пассажира, их Михаил перекатал немало: брал с собой друзей, соседей - всех, кто просился. Педальную тягу сменили три двигателя: два бензиновых и один электрический. Кроме того, у нее появились видеокамера под днищем, прожектор, а заодно и официальная регистрация в ГИМС. Впрочем, поскольку рядовым гражданам иметь собственные субмарины вроде как не положено, в реестре она проходит как «лодка гребная». Единственное, что осталось неизменным, - система подачи кислорода. Через каждые полтора часа «Кит» должен всплывать и делать «вдох» при помощи выведенного на-

ружу воздуховода. Поэтому во время погружений Михаил всегда внимательно следит за часами: ошибешься, прозеваешь момент - и можешь остаться под водой навсегда.

- Сколько мы с ней пережили! - признается конструктор. - Бывало, во время испытаний отказывали двигатели. И я оставался один посреди моря. На помощь не позовешь, связи нет. Бывало, дрейфовал так сутки и даже больше. Хорошо, опыт приучил всегда брать с собой недельный запас провизии - даже если экспедиция планируется всего на несколько часов.

НАВСТРЕЧУ БЕЛОМУ МОРЮ

За несколько лет Пучков исследовал дно Финского залива и Ладоги, погружался в озеро неподалеку от Петербурга, Неву и водоемы на городских карьерах.

- Затонувших кораблей и сундуков с сокровищами, увы, не наблюдал. Но под водой и без того красиво, особенно в карьерах, - признается мужчина. - Там целые подводные леса из водорослей!

Правда, сейчас «Кит» стоит без дела. По словам Пучкова, от этой модификации он уже получил все что хотел, и в недалеком будущем планирует перейти на новый этап: поставить двигатели помощнее, еще немного удлинить корпус и отправиться на Белое или Черное море навстречу новым подводным приключениям.

ПРОДОЛЖАЕМ ТЕМУ

Дневник убитой аспирантки: «Я слишком некрасивая, чтобы быть счастливой»

Роман ЛЯЛИН
(«КП» - Санкт-Петербург)

Анастасия Ещенко делала откровенные записи о жизни с историком Олегом Соколовым.

Историю 63-летнего доцента СПбГУ Олега Соколова и его 24-летней возлюбленной, аспирантки Анастасии Ещенко, еще долго будут исследовать эксперты. 8 ноября 2019 года во время ссоры преподаватель убил и расчленил свою студентку-невесту, после чего пытался замести следы, выкинув ее останки в реку. Но его задержали, увидев в рюкзаке отрубленную человеческую руку...

«Я ВИНОВАТА ВО ВСЕХ БЕДАХ»

Сейчас в Санкт-Петербурге вовсю кипят судебные страсти. Историка и его адвокату удалось добиться того, чтобы в суде огласили его переписку с убитой и содержимое ее личного дневника. Вот самые яркие его цитаты.

«Я слишком некрасивая, чтобы быть счастливой в браке. Уродливая. Мне не повезло с внешностью, но ничего страшного. Хотя мой нос причина всех несчастий. И принимать похвалу недостойно. Для таких, как я, лучше много работать».

«Я виновата во всех бедах. Мне хочется жить и не думать, что будет завтра. Скучаю по дому, по семье. Простите меня, извиняюсь перед вами (Соколовым. - Ред.), но пишу не вам. Хочется говорить с вами. Пока жду вашего звонка, милый, дорогой сир».

«Без плохого не может произойти ничего хорошего. Я бы сказала, что это причина всех несчастий в нашей семье. Бесплатный сыр бывает только в мышеловке. Мои родители всегда мне говорили, что нашей семье ничего не дается легко и за все нужно платить. Поэтому в какое-то время я сама стала привлекать плохое, чтобы проиграть сценарий: хорошее и плохое».

«ОНА ЖЕРТВА, ОН ТИРАН»

«Комсомолка» попросила психолога проанализировать написанное девушкой.

- У нее эмоциональная зависимость, которую она называет любовной, - делится мнением психолог **Татьяна Семенко**. - Она в эмоциональном слиянии с ним. Полностью зависит от реакции и оценки Соколова. Она находится в позиции снизу. Девушка подавлена, может, в состоянии депрессии. Все проблемы, вероятно, кроются в ее детстве. А Соколов все усугубил, подкрепил. Он мог бы легко развеять ее комплексы, укрепить ее самооценку. Но он наверняка только подкреплял ее сомнения в своей привлекательности. Она в полной зависимости.



Настя комплексовала из-за формы носа.

vk.com



Больше фото самодельной субмарины смотрите на сайте kp.ru



Видео из зала суда - на сайте

Раскол у православных - это реальность? Опасен ли для нас Билл Гейтс с его чипированием? Об этом и многом другом в интервью «КП» рассказал глава синодального отдела по взаимоотношениям Церкви с обществом и СМИ.

Роман ГОЛОВАНОВ

ЦЕРКОВЬ ВЛЕЗЛА В ПОЛИТИКУ?

- Владимир Романович, Бог в Конституции не оскорбляет чувств атеистов?

- А как это может их оскорблять? Это же констатация факта: предки передали нам веру в Бога. Ведь факт существования атеистов не оскорбляет верующих. С позиции христианина любой человек - это образ Божий, независимо, верит он в Бога или нет. Он сотворен по образу Божьему. Христианин должен так относиться к любому человеку. Но и атеист может считать, что верующий заблуждается. Но существование верующего не оскорбляет атеиста.

- А с позиции культурологии?

- Вся культура человечества вырастает из религий. Если брать европейскую и американскую культуру (после образования США), то долгое время религия играет определяющую роль. Атеистическая культура в современном понимании входит в права с XVIII века. Значит ли это, что вся история европейской культуры до XVIII века сегодня оскорбляет атеиста? Нет. Точно так же и нынешняя поправка в Конституцию констатирует факт, что наши предки передали нам веру в Бога.

- По поводу Церкви и политики. Патриарх Кирилл призвал голосовать за. Это не вмешательство Церкви в политику?

- Церковь не вмешивается в политическую борьбу. При голосовании в Госдуме, на президентских выборах, где есть борьба партий и кандидатов за власть, Церковь ограничивается констатацией: важно исполнить гражданский долг. Но не выступает за какую-то политическую силу, партию, кандидата - за этим стоит некая политическая позиция. А Церковь не может занимать политическую позицию. Когда же говорим о поправках в Конституцию, то говорим не о политике как о борьбе за власть, а об Основном Законе. Он касается жизни каждого гражданина. Все прихожане Русской Церкви, как и последователи

Владимир ЛЕГОЙДА:

О старце Сергии, Собчак, Михалкове и атеистах



Владимир Легойда - официальный представитель Церкви. Через него Патриарх Кирилл доносит до верующих и журналистов важнейшие темы.

других традиционных религий России, являются гражданами Российской Федерации. Здесь не вмешательство в политическую борьбу, а вопрос общегражданский и мировоззренческий.

ЕСТЬ ЛИ У СХИМНИКА СЕКТА?

- Что произошло в Среднеуральском монастыре? Почему схимник Сергей и его сторонники творят что хотят?

- Это история епархиальная. И на уровне епархии должна получить разрешение. Не стал бы говорить, что они «делают что хотят». Речь о конкретном человеке. С ним в последние полтора-два года стали происходить радикальные изменения. Прежде он вел себя иначе. И не было проблем, которые были бы так сильно заметны и так широко обсуждались. Может, в духовной жизни человека что-то стало происходить. Я слышал, что это связано с активным присутствием отца Сергия в информационном пространстве. Это не проходит бесследно.

- А потасовка с Собчак - кто ее должен разбирать?

- Если есть заявление со стороны пострадавших в полицию, то правоохранные органы будут с этим разбираться. А церковный суд занимается схиигуменом. Отец Сергей много выступал, чем нарушил предписания священноначалия - ему

запрещали это делать в информационном поле и благословляли воздержаться от публичных речей.

- Вы связывались с Собчак после той истории?

- Разговаривали по телефону. Она сказала, что снимает фильм. Я дал пояснения рабочего плана. Она записала комментарий епархии. И сказала, что произошел такой инцидент.

- А заявления отца Сергия видели?

- Конечно. Повторяю, по мнению многих, кто знаком с отцом Сергием, что-то странное с ним стало происходить в последнее время. Все свои заявления отец Сергей читает по бумажке, тут возникает много вопросов.

- Кто их писал?

- И это тоже.

УЖАСНЫЙ БИЛЛ ГЕЙТС

- Много споров по поводу фильма Никиты Михалкова и чипирования. Билл Гейтс нас чипирует?

- Мы такую историю пережили в XX веке... Чего нам бояться какого-то Гейтса? Любая технология, с одной стороны, нашу жизнь улучшает. С другой, она создает возможности, которые, если они будут использованы не для благих целей, могут обернуться злом - для человека и общества. Древний пример христианских аскетов: ножом можно нарезать хлеб, а можно убить. Ничего

использования может принести серьезные проблемы человечеству. Она может ограничивать человека в правах, позволять кому-то знать о человеке то, что он не хотел бы, чтобы знали.

- Эти опасности реально существуют?

- Да. Но прогресс неостановим. Церковь не выступает против прогресса. Она говорит о необходимости соотношения любого технологического использования с нравственностью. И мы говорим, что поправки в Конституцию, основанные на базовых нравственных постулатах, будут тем балансом, который не позволит никаким технологиям и Биллам Гейтсам сделать что-то плохое.

- Вы смотрели выпуск «Бегогона»?

- Да, конечно. Я и с Никитой Сергеевичем беседовал на эту тему. С чем-то я согласен, с чем-то нет. Согласен с тем, что есть реальная опасность - не в самой технологии, повторю, а в ее неверном использовании. Вот, скажем, поднятый Михалковым вопрос о дистанционном образовании. Как и все преподаватели, я заканчивал семестр со своими студентами в МГИМО дистанционно. Вижу плюсы и минусы этого. Уверен, что переход образования полностью на дистанционное не нужен и опасен. Отношения учитель - ученик требуют реального человеческого взаимодействия. Хотя пользоваться можно всеми технологиями.

Пошел раскол у православных?

ОСТРАЯ ТЕМА

- Вы не считаете, что закрытие храмов для прихожан было ошибкой на время пандемии?

- Закрытия храмов не было. Богослужение совершалось. Евхаристия, литургия. У нас страна большая, режимы в разных регионах были разные. В ряде регионов, включая Москву и область, некоторое время богослужения проходили без прихожан. Да, тяжело, да, больно, но это делалось из любви, внимания и заботы о людях. О какой ошибке может идти речь?

Может быть, Господь и попустил, сделал эту ситуацию возможной, чтобы мы задумались, что для нас важно. Меня потрясает, что мы выносим на уровень дискуссии не вопросы состояния собственной души, а вопросы того, надо ли протирать иконы, обрабатывать их санитайзером. Что эти вещи становятся предметом внутрицерковной дискуссии. Меня это очень сильно огорчает.

- Вы не считаете, что из-за этого возник внутренний раскол?

- Нет, не считаю. Нет никаких оснований для подобного обобщения. Была дискуссия, да, временами - жесткая. Но никаких оснований сегодня для того, чтобы делать выводы о расколе, конечно, нет.

Игорь ЕМЕЛЬЯНОВ

76 лет назад Красная армия освободила от фашистов литовскую столицу.

С 1920 по 1944 год наша страна не раз протягивала руку помощи литовцам. Об этом «КП» рассказал кандидат исторических наук Алексей ИСАЕВ.

ПОЛЯКИ ДАВИЛИ

- После Первой мировой войны что творилось в Виленском крае (юге нынешней Литвы)?

- Немцы в декабре 1918-го ушли оттуда, а пришли поляки. Тогда мир снова стал перекраиваться. И Варшава горела идеей восстановить ту «великую Польшу», которая господствовала в XVII - XVIII веках в Восточной Европе. С Вильнюсом и Львовом в своем составе. Москва на те земли не претендовала. В июле 1920 года был подписан договор между РСФСР и Литвой. Там определили границы и успели в августе передать Вильню Литве. Но в октябре, когда договор должен был вступить в силу, в Вильню пришли поляки, подняли там мятеж.

У Москвы в те годы не было сил противостоять им. Плюс Варшава получила поддержку стран Антанты, победителей в Первой мировой. И именно они санкционировали передачу Вильнюса Польше. Москва была вынуждена на это лишь смотреть.

- До 1939-го СССР в спорных вопросах был скорее на стороне Литвы, а не Польши?

- Напрямую в конфликтах между Литвой и Польшей СССР не участвовал, но дипломатически литовцев поддерживал. А история Вильнюса сделала свой новый поворот, когда 1 сентября Германия напала на Польшу. 17 сентября на территорию Восточной Польши вошла уже Красная армия. В этот момент Вильню мог оказаться под контролем... Белорусской ССР! У современных белорусских историков даже есть возмущение, что сколько-то дней Вильнюс фактически находился в составе Белоруссии, но потом Москвой был «коварно отдан Литве». Однако это осень 1939-го - о вхождении Прибалтики в состав СССР речь еще не шла. Речь шла о возвращении Литве Вильнюса и Виленского края. О восстановлении справедливости.

- СССР передал Вильнюс Литве без каких-либо условий?

- Да, за исключением символического присутствия советских баз. Есть фото осени 1939 года - литовские пограничники пилят погранстолбы с Польшей. Уничтожая ту границу, которая образовалась в результате 1920-го. Так осенью 1939-го Литва с нашей помощью вернула Виленскую область. А летом 1941-го при вторжении Гитлера опять ее потеряла.

ПЛАНЫ РЕЙХА

- Известны планы Гитлера на Литву - использовать местных националистов против Красной армии, а потом?

- В Литве были формирования националистов, которые приветствовали приход немцев. Но долгосрочные планы Гитлера не предусматривали Литвы как государства. Использовал и выбросил. Предполагалось, что с этих территорий коренное население будет вытеснено на восток. А край колонизируют немцы.

Историк Алексей ИСАЕВ:

Если бы не СССР, Литва могла бы остаться без Вильнюса



Красноармейцы и литовские партизаны вместе отдыхают после боев. Если бы не СССР, Вильнюс отошел бы Польше.

- Литовцы успели повоевать за Гитлера?

- Антикоммунистические настроения в Литве немцами использовались. Но не надо путать Литву с теми государствами, которые активно поставляли добровольцев рейху.

РЕПЕТИЦИЯ ВАРШАВЫ

- Польская националистическая Армия Крайова даже пыталась отбить у немцев Вильнюс до прихода Красной армии. Это была авантюра, как и Варшавское восстание?

- Вильнюс и Львов - первые попытки повернуть схему, которую Армия Крайова позже хотела воспроизвести в Варшаве. Идея - захватить город в момент, когда немцы уже готовы уйти, а Красная армия еще не пришла. И декларировать... восстановление Польской республики, управляемой «правительством в изгнании» из Лондона. Но в населении Вильнюса и вокруг него поляков было меньшинство.

- И что поляки?

- Польской Армии Крайовой город оказался не по зубам. Когда войска нашего 3-го Белорусского фронта подошли к Вильнюсу, отряды поляков, до 5 тысяч человек, попытались взять его штурмом. Это обернулось кровавым провалом. У них не то что артиллерии или бронетехники не было - даже стрелковое оружие не у всех бойцов. Но печальный опыт Вильнюса их ничему не научил. В Варшаве было то же самое.

ЧЕРНЯХОВСКИЙ ПОБЕДИЛ

- И тут подошли наши?

- Да. Когда в первые часы штурма Вильнюса немцы стали жечь наши танки на узких улицах, командующий 3-м Белорусским фронтом генерал Иван Черняховский вывел бронетехнику. Она обеспечила окружение Вильнюса и наступление на

запад. Город штурмовала уже пехота. Штурм начался 7 июля и завершился 13-го. Притом что немецкий гарнизон получал подкрепление. В том числе парашютистами. Засевшие в Вильнюсе надеялись, что их разблокируют. И немцы пытались прорвать наше кольцо «Тиграми» и «Пантерами». Совершив самоубийственный рейд, за сутки они почти дошли до Вильнюса. И часть гарнизона смогли вытащить, остальная часть сдалась.

ЛИТОВСКИЕ ОБВИНЕНИЯ

- В Литве уже в конце 1980-х стали обвинять Красную армию, освободившую Вильнюс, и СССР, сохранивший для этой прибалтийской республики ее столицу, в разрушении города и гибели населения.

- Все понимали - при штурме города потери среди мирного населения тоже неизбежны. Другой вопрос, сколько своими действиями уничтожили мирных граждан немцы. Они установили тяжелую артиллерию прямо на улицах. Заминировали многие дома, со-

бираясь их подорвать. Широко применяли захват местных жителей как заложников. Например, заперли 3 тысячи горожан в костеле, собираясь их уничтожить. Но советские войска успели их вызволить... Что бы там ни говорили, Красную армию вильнюсцы встречали как освободителей. Они натерпелись от немцев сполна.

И бои за город шли 7 дней, а не 6 месяцев, как в Сталинграде. Масштаб разрушений был несопоставим даже близко.

- Почему же в Литве так возненавидели Черняховского, что памятник ему пришлось перенести в Воронеж, а прах в Москву?

- Тогда, в 1944-м, Ставка в Москве оценила действия Черняховского высоко. Свою вторую Звезду Героя он получил как раз за освобождение Витебска, Минска и Вильнюса. Самый молодой командующий фронтом, он погибнет через полгода в Восточной Пруссии и будет похоронен в центре Вильнюса.

Во многом именно его умелое руководство войсками сохранило Вильнюс за Литвой. Хотя, например, президент США Рузвельт не возражал намерению передать город Польше, если его освободит Армия Крайова.

Поэтому претензии к Черняховскому новых литовских националистов чисто пропагандистские. Их цель - заставить забыть литовцев, кто на самом деле освободил их столицу и вернул им ее. Литву в конце 1980-х - начале 1990-х уже толкали в Европу. И на этом пути места Черняховскому и солдатам Красной армии не было. Вранье про то, что он стер город с лица земли, было направлено исключительно против СССР и русских.

65 лет

16 июля отмечает 65-летие Владимир Иванович Трухачев - российский ученый, доктор сельскохозяйственных и экономических наук, академик РАН, 20 лет возглавлявший Ставропольскую сельхозакадемию. Сегодня Владимир Иванович руководит Российским государственным аграрным университетом - МСХА имени Тимирязева и продолжает обеспечивать сельское хозяйство страны и края квалифицированными кадрами.

Уважаемый Владимир Иванович!
От всей души поздравляем Вас с юбилеем!

В составе нашего коллектива немало специалистов, которые получили путевку в профессию благодаря Вам! Вы научили нас любить родную землю и приносить ей пользу, развивая все отрасли сельского хозяйства. Спасибо Вам за это!

Желаем Вам крепкого здоровья, больших успехов на ниве образования, долгих и счастливых лет жизни! Пусть Ваш дом будет наполнен радостью и теплом близких и любящих людей!

**Коллектив сельскохозяйственного
племколхоза «Россия».**

Поэма без героя:

На что потратил миллионы

Алексей ОВЧИННИКОВ

Следствие условно доказало, что театральный режиссер с подельниками условно похитили 129 млн рублей. Теперь ему предстоит условный срок.



В конце июня Мещанский суд Москвы вынес приговор по делу «Седьмой студии». Все фигуранты, включая скандального режиссера Кирилла Серебренникова, отделались условными сроками и штрафами. Кроме того, они должны выплатить 129 миллионов рублей – суд решил, что именно на такую сумму группа нанесла ущерб государству.

Приговором остались недовольны как защитники Серебренникова, настаивающие на полной его невиновности и называющие дело «политическим», так и противники, которые считают, что приговор очень мягкий и какой-нибудь обычный бизнесмен за такие же делишки наверняка присел бы лет на пять. Мы попытались разобраться в подоплеке дела с точки зрения экономики – что же они такого натворили с государственными деньгами и какую роль исполнял каждый.

СВОИ ЛЮДИ - СОЧТЕМЯ

Отправным пунктом, после которого о деле Серебренникова стало известно общественности, послужил арест в 2017 году главбуха «Седьмой студии» **Нины Масляевой** (хотя дело о мошенничестве в отношении этой организации СК по Москве возбудил еще в 2015 году). Ее обвинили в хищении средств, которые государство выделяло на развитие искусства. Женщина молчать не стала, призналась, пошла на сделку со следствием и сдала всех. Рассказала, что на самом деле происходило с 216,5 миллиона рублей, которые

Минкультуры РФ перечислило «Седьмой студии» на проекты. В том числе о существовании черной кассы, деньгами из которой распоряжались деятели искусства. При этом бюджетные средства предварительное обналичивались через фирмы-однодневки «Инфостиль», «Соло-студия» и «Актив Эйм». Сначала под 8-9, потом

можно спокойно положить в карман.

– По факту работы не выполнялись, – подтвердила это в суде Масляева, говоря о фиктивных услугах. – Обналичивались деньги, привозились в «Седьмую студию»... Из этой суммы выплачивалась зарплата, которая была в конвертах... Часть уходила на зарплаты, часть – на декорации. Остальная часть... куда она расходовалась, я не знаю, меня не посвящали...

КАБАЛА СВЯТОШ

В итоге обвиняемыми по делу, помимо Масляевой, тогда стали пятеро: сам Кирилл Серебренников (учредитель АНО «Седьмая студия», на базе

натуры творческие, романтические, в денежных проводках ничего не смыслим. Потому о махинациях знать ничего не знали, а во всем виновата главбух Масляева, которой они по наивности доверились.

Впрочем, на суде приводилось немало аргументов, что это, мягко говоря, не так, и все прекрасно знали, в какие игры играют с государством. Та же **Нина Масляева**, отвечая на вопросы судьи, подтвердила, что Серебренников знал о том, что главами фирм-однодневок никаких фактических работ не велось. Мало того: никто из подсудимых не отрицал, что расчеты производились черным налом.

есть такие фразы: «Легализовать кеш теперь будет непросто», «Придут чекисты и спросят, на какие гуляете?» Кроме того, интересна личность Юрия Итина. Знаете, какие курсы он вел в ГИТИСе, где преподавал? «Финансы и кредит», «Введение в экономическую теорию», «Экономика в области культуры». Он кандидат экономических наук, и в то, что он не видел, что происходит, может поверить только самый наивный человек.

СЛУГА ДВУХ ГОСПОД

Но откуда же взялась сумма в 129 миллионов, которую суд посчитал ущербом и обязал вернуть Серебренникова и Ко? Проще простого

всю документацию, якобы по распоряжению Серебренникова. Часть документов, хранившихся в электронном виде в моем ноутбуке, я удалила, а бумажные сожгла или пропустила через shredder, – объясняла в суде еще одна бухгалтер.

И как тут понять, какие деньги на самом деле потратили на «современное искусство», а какие положили в карман? При этом обвиняемые продолжали настаивать, что все до копеечки выделенные государством 216,5 миллиона ушли на 340 всевозможных мероприятий, которые за три года они честно и провели.

ТРЕХГРОШОВАЯ ОПЕРА

По решению суда проводить экспертизу поручили заместителю исполнителя директора МХАТ имени Горького **Елене Баженовой**, которая до этого много лет проработала главным бухгалтером управления культуры Екатеринбурга. Она применила метод сравнения, взяв за эталон нормативные затраты на аналогичные мероприятия – сколько они могли стоить на самом деле.

Экспертизу Баженовой театральное сообщество, дружественное Серебренникову, раскритиковало. Мол, и методика неверная, да и считалась она для бедных, низкобюджетных спектаклей, а тут – «творец» и никак его масштабы нельзя ограничивать в суммах.

– Расчеты верны, я разбираюсь в этом, – уверена Елена Баженова. – Деталей пока озвучивать не могу – приговор не вступил в силу (некоторые фигуранты обжаловали приговор. – Ред.).

Однако детали были озвучены в суде. Так, экспертиза установила, что «Седьмая студия» отчиталась за один объем затрат на мероприятия, а на самом деле они стоили меньше. Грубо говоря, расходы на них значительно завышались. Да



Мягкий обвинительный приговор фигуранты дела «Седьмой студии», похоже, признали за свою победу, хотя публично говорили о надеждах на полное оправдание. На фото – Кирилл Серебренников (крайний слева) пожимает руку Алексею Малобродскому в зале суда. Крайний справа в том же ряду – Юрий Итин.

уже под 12 процентов от суммы – типичный на тот момент процент обналичивания.

В чем прелесть обналичивки, знает каждый коммерсант: отдал такой фирмочке 100 рублей якобы за некие работы, получил обратно 90 в сумке – и все, они выведены из-под контроля, делай с ними что хочешь. Часть можно по делу потратить (причем без лишней бюрократии, передав деньги из рук в руки), а часть

которой он реализовывал проект «Платформа»), **Екатерина Воронова** (продюсер), **Алексей Малобродский** (генпродюсер), **Юрий Итин** (гендиректор) и **Софья Апфельбаум** (экзидиректор департамента Минкультуры РФ). Как только дело закрутилось, одна из них, Екатерина Воронова, сбежала за границу.

Их позиция за те три года, что длился процесс, оставалась неизменной: мол, мы

ГОРЕ ОТ УМА

– Осведомленность Серебренникова о махинациях с деньгами была установлена не только с помощью свидетелей, но и путем оперативных мероприятий, – говорит руководитель юридического агентства «Гамбит-С» **Сергей Тетерин**, внимательно следивший за процессом. – Например, на одном из заседаний зачитали переписку режиссера с кем-то из подельников. Там

было бы почитать бухгалтерские документы, а потом сложить цифры потраченного в столбик. Но вот здесь возникла заковыка. Бухгалтерий-то было две. Одна для отчета перед Минкультом, вторая – черная, похоже, с реальными расходами. А вот ее-то и не оказалось.

«После публикации об аресте Масляевой мне позвонила Воронова и строгим голосом приказала уничтожить

Серебреников

и самих мероприятий экспертиза насчитала меньше, чем в отчетах, - 267 спектаклей, выставок и инсталляций, в то время как подсудимые настаивают, что их было 340. В итоге пришли к выводу, что «творцы» должны были истратить 87,5 миллиона, а списали 216,5. Разница и есть те самые 129 миллионов.

Но куда же тогда делась деньги?

- Следствие этого так и не установило, - говорит юрист Сергей Тетерин. - Об их судьбе можно лишь догадываться. Посмотрите, например, на ценники ресторанов, где питается эта «богема», и увидите, что, скорее всего, так они потихонечку и были потрачены.

БЕЛАЯ ГВАРДИЯ

По ходу пьесы «Серебреников и деньги» возникла еще одна интересная тема. Руководители многих театров поддержали режиссера, мол, он ничего не украл, а просто неправильно проводил деньги. И что сама финансовая система так устроена, что невозможно работать без обнала: вот понадобилось, например, режиссеру гостеатра срочно гвоздей и досок купить, и вот-де он должен объявить конкурс, потом собрать комиссию, рассматривать заявки и определять победителя. Но сколько волокиты и времени-то уйдет!

- Перестаньте врать, дорогие коллеги, дорогие руководители театров! «Невозможно работать без обнала» - что за глупость? - эмоционально прокомментировал «КП» худрук МХАТ имени Горького Эдуард Бояков. - Мы все постоянно подписываем бумаги, сдаем отчеты в Минкульт. Далекое не все так делают, все можно делать абсолютно законно. Да, есть какие-то потери, связанные с налогами, но лучше так, чем испортить себе сон. Сегодня есть легальные схемы, когда можно честно, не нарушая закона, ставить

спектакли! Мы выпускаем спектакли с бюджетами в полмиллиона рублей, а есть постановки с бюджетом в 15 - 20 миллионов. Но мы при этом ничего не нарушаем. Конечно, и в моей жизни это было - чтобы сделать какой-то проект, нужно было срочно как-то с кем-то расплатиться, задним числом оформить... Но это время давно прошло, с тех пор законодательство поменялось и контроль, кстате, ужесточился. Ну вот работает у нас, например, выдающийся режиссер **Андрей Кончаловский**. Что, я ему в конверте буду платить? Да как он посмотрит на меня... У нас все в белой бухгалтерии.

И из всего этого вытекает еще один вопрос: если многие так делают, то почему око правосудия пристально поглядело именно на Серебреникова?

ПАПАША КУРАЖ

И многие театральные эксперты со вздохом признают - с обналом работают многие, а государство и впрямь часто закрывает глаза на подобные «шалости» театральной элиты. Однако Серебреников в этом деле откровенно перегнул палку.

- Там был момент чувства безнаказанности и эйфории, - продолжает Эдуард Бояков. - То, как были оформлены документы... Вернее, их просто вообще не было. Там не было первички, не было билетов, было ощущение, что можно все. Конечно, это факты вопиющие. Вся либеральная тусовка, включая прессу, ощерилась, испугалась и действовала, не обращая внимания на логику и факты. Там просто включилась солидарность, а либеральный лагерь очень солидарен. Они понимают, что защищают не просто Серебреникова, а себя, свои уникальные предпочтения, огромные бюджеты, которые они продолжают получать. У меня дух захватывает и начинает злиться, когда из них де-

лают либо мучеников-правдолюбцев, либо оторванных от жизни художников, которые думали только об искусстве. Я категорически против того, чтобы делать из этих людей героев.

Впрочем, есть и еще одна достаточно популярная версия. Существует тонкий момент, о котором знают заядлые московские театралы, но предпочитают вслух не говорить - вокруг проектов «творца» как-то неожиданно образовалась некая тусовка нетрадиционной ориентации, да и многие его постановки пронизаны этой темой, каждый раз вызывая гневную реакцию общественности, от простых верующих до депутатов Госдумы. А если эти провокации еще и за счет бюджета проводятся, то выходит, что государство, заявляющее о духовных скрепах и традиционных ценностях, одновременно выставляется спонсором иной морали? И в обществе с новой силой разразилась старая дискуссия: должны ли налогоплательщики оплачивать подобные «творческие» фантазии...

РЕВИЗОР

То, что этот процесс был больше не карательный, а воспитательный, понимают сегодня многие. Этаким намек театральной интеллигенции, что пора бы быть внимательнее при работе с государственными деньгами. Но вместе с тем должны последовать и выводы. Например, что нельзя из творческого человека, мало что понимающего в финансах и проводках, делать хозяйственника - это заведомо может превратить его в преступника. Ведь директора из режиссеров и артистов зачастую откровенно никакие. Это создает благоприятную среду для всевозможных проиждо, которые крутятся вокруг людей искусства. Так однажды чуть не посадили Высоцкого: он тоже считал, что раз сам

не касается денежных проводок, то как бы и ни при чем.

И чтобы убрать этих проходимцев, возможно, стоит создать некий финансовый институт - посредника между режиссером и бюджетом. Чтобы этот «театральный брокер» прошел аттестацию, доводил, управлял и контролировал расходование бюджетных средств, исключая обналы и левый кеш.

Намек на пересмотр финансовых отношений государства и театральной общественности уже прозвучал: «Дело Серебреникова является поводом для того, чтобы тщательно проанализировать то, как осуществляется расходование государственных средств в учреждениях культуры, с тем чтобы сократить возможную коррупционность в этой области», - прокомментировал итоги дела «Седьмой студии» пресс-секретарь президента Дмитрий Песков.



Сергей Селев / Агентство городских новостей «Москва»

Таланты и поклонники: от реального срока Кирилла отбивали всем богемным миром.

КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА

Досрочная подписка

Дорогие друзья! В «Комсомолке» работаю 20 с лишним лет. Все эти годы пытаюсь заглянуть за кулисы российской политики, а политиков в газете стараюсь показывать такими, какими их вижу только я. Читатели и коллеги говорят: эти «непарадные портреты» чаще всего удаются. Подписывайтесь на «Комсомолку», будем продолжать и дальше в том же духе!

Александр ГАМОВ
политический обозреватель

Выгодные цены в отделениях Почты России с 1 июля по 31 августа

Справки по телефону 8 (8652) 95 11 96



«Спас свой бизнес и покончил с собой»

Анна ДОБРЮХА

Что происходит с психикой и здоровьем тех, кто во времена коронавируса работает на износ.

«Покончил с собой мой друг. Он не был смертельно болен. Он не был мучительно влюблен. Власть не давила на него. Он выгорел настолько, что не смог справиться с собой», - об этом рассказала в соцсети рекрутер, эксперт по подбору кадров и построению карьеры **Алена Владимирская**. Прежде в своих постах она призывала непрерывно самосовершенствоваться, получать новые навыки, пробиваться к карьерным вершинам. И тут пришел коронавирус.

Одни оказались в подвешенном состоянии из-за «нерабочих» дней и не знали, куда себя деть и выплывет ли из этого водоворота фирма. А другие рванули вкалывать. Кто-то - спасая собственный бизнес, кто-то - работая по найму в незнакомом прежде дистанционном режиме. И сейчас эти выжившие в коронакризис предприниматели и наемные сотрудники, сохранившие место, начинают расплачиваться за трудовые подвиги.

ОТ АВРАЛА ДО ИНСУЛЬТА

По сути, многие из тех, кто работал в разгар эпидемии коронавируса, оказались в экстремальной ситуации с зашкаливающим уровнем стресса, говорят медицинские эксперты. Новая непредсказуемая и пугающая болезнь, страх за себя и близких, изоляция в квартире и временное прекращение живого общения. Плюс к этому - авралы на работе. А сама работа после перехода

на дистанционку зачастую становится практически бесконечной, не прекращается ни глубоким вечером, ни в выходные.

- Безусловно, это не может отрицательно не сказаться на здоровье, - говорит главный невролог Национального медико-хирургического центра (НМХЦ) им. Н. И. Пирогова, заведующий кафедрой неврологии с курсом нейрохирургии, доктор медицинских наук **Олег Виноградов**. - Человек фактически постоянно находится в стрессорном состоянии. У него нет нормального режима труда и отдыха. Зачастую нет достаточной физической активности (а движение как раз помогло бы снимать стресс. - Авт.).

ПОД ДАВЛЕНИЕМ

К чему это может привести? Самоубийства, как в трагическом примере Алены Владимирской, слава богу, все-таки вряд ли станут массовыми. Тем не менее количество преждевременных смертей и инвалидностей, скорее всего, вырастет, считают эксперты. Нельзя исключить, что из-за перенапряжения на работе в комплексе с другими факторами повысится число сердечно-сосудистых катастроф, инфарктов и инсультов, предполагает невролог Олег Виноградов. И уж точно как минимум снизится работоспособность выгоревших сотрудников.

- Стресс - это один из важнейших факторов риска, провоцирующий развитие гипертонии либо ее переход в более тяжелые формы. А гипертония, в свою очередь, мощнейший фактор риска инсульта, - предупреждает доктор Виноградов.

Если вы ударно трудились во время всех «нерабочих»

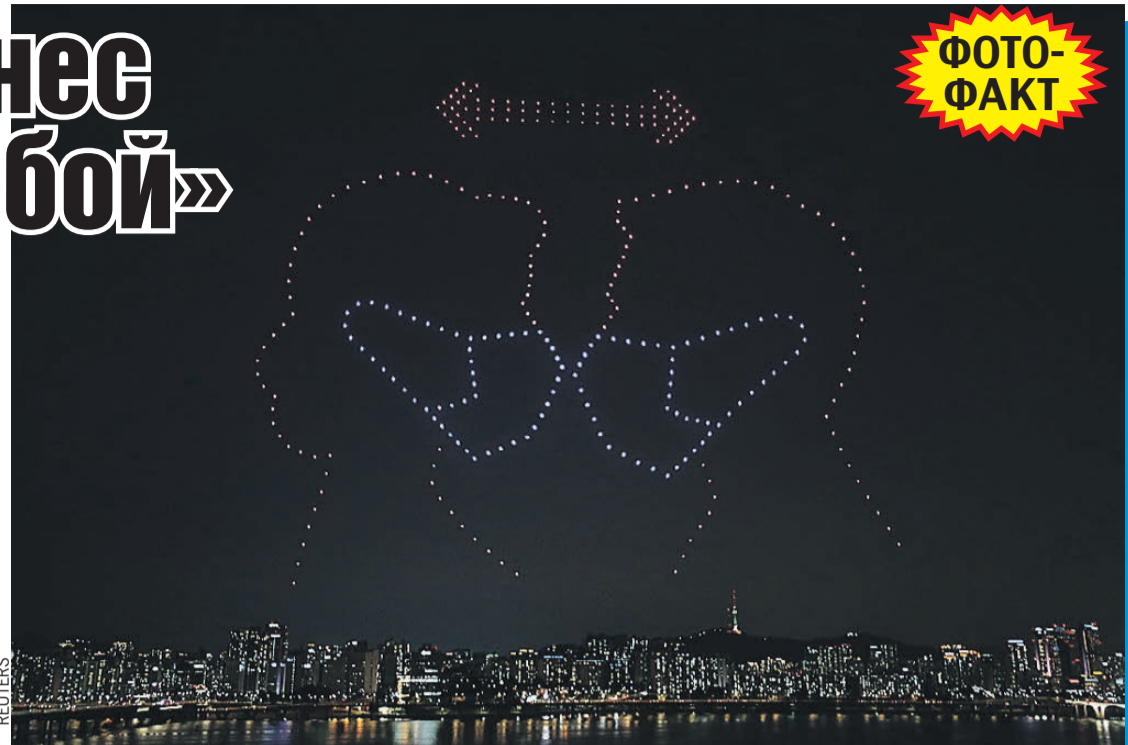


ФОТО-ФАКТ

дней, при первой же возможности проверьте, как это перенапряжение перенес ваш организм, советует невролог.

КТО ВЫГОРАЕТ ЧАЩЕ ВСЕГО

- В последние два месяца частота обращений по поводу выгорания сотрудников к нам выросла в 2,5 - 3 раза, - рассказывает руководитель компании «МедПсиКонсалт» клинический психолог **Эльвира Вильховая**. - Основная эмоциональная нагрузка лежит на руководителях компаний.

Также часто выгорают линейные менеджеры, которые только начинают заниматься управлением, в основном это молодые люди. И, конечно, те, кто работает в постоянном контакте с клиентами: операторы колл-центров, менеджеры по работе с клиентами, работники социальной сферы (медицина, образование). Страдают специалисты банковской сферы, логистики, юриспруденции, рекламы и маркетинга.

НЕ ВЫДУМКА, А НАСТОЯЩАЯ БОЛЕЗНЬ

- Выгорание официально признано ВОЗ заболеванием, - поясняет Эльвира Вильховая.

Эта композиция, созданная из зависших в воздухе дронов, появилась на днях в ночном небе над Сеулом как напоминание о том, что COVID-19 - это серьезно.

Признаками синдрома профессионального выгорания могут быть:

- ✓ чувство усталости прямо с утра,
- ✓ сонливость в течение дня,
- ✓ бессонница,
- ✓ головные боли,
- ✓ колебания веса.

«Плюс добавляем к этому психологические симптомы: повышенная тревожность, раздражительность, чувство безразличия, страха, нервные срывы, депрессивные состояния. Это то, что обычно замечают люди в себе сами», - рассказывает эксперт.

Тревожными сигналами для работодателя могут послужить: человек перестает справляться с привычной для него нагрузкой, берет работу на дом, но не успевает ее сделать, увеличивает свой рабочий день. Возникают проблемы с определением приоритетности, важности задач: сотрудник упускает из вида первоочередные задачи, тратя много времени на незначительные, проявляет безразличие к результатам работы.

Также показательный момент - дистанцирование от

коллег и клиентов, возможно, даже агрессия к ним. Ну и злоупотребление алкоголем, увеличение количества и продолжительности перекуров.

КОНКРЕТНО Как отличить выгорание от переутомления?

- Если после небольшого отдыха человек чувствует восстановление сил, появляются свежие идеи, желание приступить к работе и такое состояние сохраняется долгое время, значит, вероятнее всего, имело место переутомление, - поясняет Эльвира Вильховая. - При развитии выгорания сотрудник тратит весь запас сил после отдыха в первые пару дней. Или вообще не чувствует себя отдохнувшим, не испытывает желания возвращаться к работе (в зависимости от стадии выгорания).

Развитие синдрома профессионального выгорания может привести к неврозам, паническим атакам, даже суицидальному поведению, когда человек начинает всерьез размышлять о самоубийстве. Поскольку выгорание признано ВОЗ болезнью, лечить его может только человек с медицинским дипломом - психиатр, клинический психолог, психотерапевт.

ПРОВЕРЬ СЕБЯ

Сначала позаботьтесь о теле, потом - о деле...

Как проверить, разрушает ли стресс ваш организм:

- 1 Измерьте давление три раза в течение дня - утром, в обед и вечером. Оно должно быть не выше 140/90 мм рт. ст. Если зашкаливает, особенно если вы уже принимаете препараты от гипертонии, вам нужно:
 - ✓ нормализовать свой режим труда и отдыха, прекратить переработки. Установите время, когда вы железобетонно встаете из-за рабочего стола и перестаете отвечать на письма начальства;
 - ✓ начать высыпаться, взрослому человеку для этого требуется в среднем 7 - 9 часов;
 - ✓ добавить разумные физнагрузки: не менее 30 минут аэробной физической активности каждый день. Самое простое и безопасное - ходьба максимально быстрым темпом, но так, чтобы не было одышки.
- 2 Сдайте анализы для определения наиболее показательных параметров: на уровень глюкозы в крови и уровень липопротеидов низкой плотности («плохого» холестерина).
- 3 Если показатели не вписываются в норму и/или у вас есть жалобы на самочувствие (слабость, вялость, головокружение, головные боли и т. п.), обратитесь к врачу. Для начала - к терапевту.

Все о коронавирусе - в специальном разделе на сайте



ХРОНИКА КОРОНАВИРУСА

Данные на 12 июля

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

Заражены	Чел.	за сутки
В мире	12 864 137	+211 558
В России	727 162	+6615
Умерли		
В мире	568 055	+4567
В России	11 335	+130
Выздоровели		
В мире	7 497 130	+110 666
В России	501 061	+3615



Самые полезные прохладительные напитки: Квас уполномочен заявить

Александр СЛАВУЦКИЙ

Советы
врача-диетолога
Елены Соломатиной.

Обезвоживание в жару - опасное дело. Потеря 10 процентов жидкости (а теряем мы ее через дыхание, пот и т. п.) может привести к смерти маленького ребенка. У взрослых сильное обезвоживание вызывает сгущение крови, повышающую нагрузку на сердечно-сосудистую систему, головную боль, даже обмороки. Но далеко не все, что считается прохладительным напитком, утоляет жажду и спасает в жару.

ВОДА

Обычная вода - номер один в рейтинге. Кстати, ученые заметили, что вода с газом утоляет жажду лучше. Для вкуса в стакан можно выдавить дольку лимона. Что касается температуры, то ледяную воду из морозильника бывает пить вредно, а теплая плохо утоляет жажду. Поэтому оптимальная температура - комнатная или чуть более прохладная, после 10 - 15 минут в холодильнике.

СТОЛОВАЯ МИНЕРАЛЬНАЯ ВОДА

В жару из нашего организма выводится не только вода, но и различные соли и минералы. Поэтому, когда мы пьем минеральную воду, мы заодно восполняем потери полезных веществ. Но пить следует только столовую воду слабой минерализации. Воду сильной минерализации можно употреблять лишь по назначению врача.

К слову, обеспечить поступление в организм магния и калия можно и другим способом. Замочите в воде на ночь курагу, чернослив, инжир. И пейте на следующий день этот настой. Однако в таком «компоте» может быть слишком много глюкозы, поэтому людям с сахарным диабетом нужно быть осторожными.

ВОДА САССИ

Это домашний лимонад, его назвали в честь автора рецепта - врача-диетолога Синтии Сасс из США. Для его приготовления используют только натуральные продукты: корень имбиря, лимон, свежий огурец, мяту. Измельчаем ингредиенты, заливаем их водой, выдерживаем несколько часов. Полезный напиток готов! Вода Сасси тонизирует, ускоряет обмен веществ, является подспорьем тем, кто хочет похудеть.

МОРСЫ ИЗ СВЕЖИХ ИЛИ МОРОЖЕНЫХ ЯГОД

Свежие или замороженные ягоды залейте теплой водой (но не кипятком) и дайте настояться. Морсы не только утоляют жажду, но и содержат много антиоксидантов, различных витаминов и минеральных веществ. Морсы из клюквы могут быть полезны при простудах, гипертонической болезни, при воспалительных заболеваниях мочевыводящей системы. Сильнейшим антиоксидантными свойствами отличается облепиховый морс, который к

Эффективнее
простой воды
для утоления
жажды
пока ничего
не придумали.



тому же содержит витамин Е. Морс из крыжовника богат органическими кислотами, стимулирующими обмен веществ.

КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

Кефир, простокваша, айран не только помогают справиться с жаждой, но и улучшают аппетит, микрофлору кишечника, налаживают процесс пищеварения. Лучше пить кисломолочные продукты невысокой жирности или разбавлять их водой.

НАТУРАЛЬНЫЙ КВАС И ЧАЙНЫЙ ГРИБ

Квас натурального брожения по своему тонизирующему эффекту сравнивают с кисломолочными продуктами. В таком квасе тоже всю орудуют различные бактерии, в том числе и те, которые присутствуют в молочнокислых продуктах. Таким образом в квасе по-

являются молочная кислота и другие важные элементы, которые удерживают влагу в организме, поэтому натуральный квас отлично утоляет жажду. К тому же квас прекрасно тонизирует нервную систему благодаря содержанию витаминов группы В. Однако осторожнее с покупным квасом: в нем может быть слишком много сахара.

С квасом Елена Соломатина сравнивает и действие чайного гриба. Он помогает лучше усваивать пищу, а это немаловажно в жаркий день.

ТОМАТНЫЙ СОК

Он не только борется с жаждой, но и разжижает кровь, а в жару это очень важно. Кстати, сок из томатов, подвергшихся тепловой обработке, полезнее. В нем больше ликопина - необходимого организму антиоксиданта.

Есть одно но: как правило, в томатный сок добав-

НИ-НИ!

Это лучше не пить

Антирейтинг продуктов, которые не утоляют жажду, а обезвоживают организм.

1 ГАЗИРОВКА, ПАКЕТИРОВАННЫЙ СОК, КВАС В ПЛАСТИКОВЫХ БУТЫЛКАХ

Все дело в большом количестве сахара, который вбухивают в них производители. Что же касается кваса в бутылках, то во многих случаях под видом кваса продается газировка, которой при помощи различных химических добавок придается знакомый вкус кваса.

2 ПИВО, ВИНО

Алкоголь быстро выводит жидкость из организма. Организм воспринимает спиртное как токсин и старается поскорее от него избавиться. Отсюда - повышенное мочеотделение. Таким образом, принятие спиртного усиливает обезвоживание. Ученые подсчитали, что при употреблении алкоголя человек теряет на треть больше жидкости, чем употребляет. Мало того, алкоголь нарушает работу гипоталамуса - области головного мозга, которая контролирует температуру тела. Поэтому, потягивая ледяной алкогольный коктейль в надежде освежиться, вы только сильнее нагреваетесь.

3 ЧАЙ, КОФЕ И ИХ ХОЛОДНЫЕ РАЗНОВИДНОСТИ

Кофе и чай (и черный, и зеленый) содержат кофеин - вещество, блокирующее действие диуретического гормона, который отвечает за удержание жидкости в организме. В итоге эти напитки действуют как мочегонное, и организм обезвоживается. А еще, когда пьем горячий чай, мы нередко потеем. Организм охлаждается, но количество жидкости в нем уменьшается. Однако если вам, несмотря на жару, все-таки очень хочется выпить чашечку чая или кофе, то затем следует выпить две чашки простой воды. Тогда баланс жидкости в вашем организме сохранится.

КП.RU Что лучше всего есть в жару, читайте на kp.ru

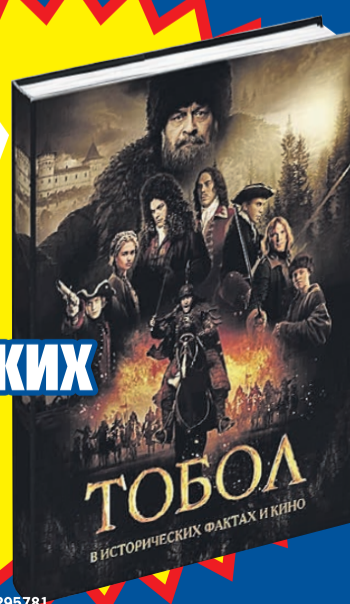


Купите любую книгу из серии «Главные документы» на shop.kp.ru и получите подарок!



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

«ТОБОЛ. В исторических фактах и кино»



Акция действует до 31 августа 2020 г.
«ИД «Комсомольская правда», Москва ОГРН 1027739295781

реклама 16+

Многодетные звезды: Ай да мамочки!

Кто из отечественных актрис и певиц доказал, что большая семья - не помеха карьере

Иметь троих, четверых и даже больше детей стало нормой для российских звезд. Они снимаются, репетируют и заводят большие семьи, как это принято среди американских звезд. И хотя заработки отечественных знаменитостей пока не дотягивают до голливудских, но все же ощутимо больше доходов среднестатистических родителей. Поэтому среди известных и востребованных актрис немало многодетных мамочек.



Глафира не показывает детей в соцсетях. Если и снимает их, то только со спины.

Глафира Тарханова:
четверо детей

У 36-летней актрисы театра «Сатирикон» Глафиры Тархановой четыре сына от актера Алексея Фаддеева. В одном интервью Глафира рассказала, что во время каждой беременности она набирала около 20 кг, но быстро приходила в форму. Оставаться стройной помогает бешеный ритм жизни и плотный график работы.

Мария Шукшина:
четверо детей

53-летняя Мария Шукшина тоже многодетная мать. У нее сын Макар, близнецы Фома и Фока и дочка Анна. Все они (за исключением близнецов) от разных пап, в основном от бизнесменов. Об «успехах» ее старших детей мы обычно узнаем из скандальных телешоу. То ее дочка, 32-летняя Анна Трегубенко, делит квартиры с бабушкой - Лидией Федосеевой-Шукшиной - и со своей тетей Олей. То у 22-летнего сына Макара Касаткина скандальные отношения с подругой Фреей Зильбер. Во всех случаях Мария хранит стоическое спокойствие, дразги своих родственников не комментирует. Но, судя по всему, только 15-летние близнецы, рожденные от бизнесмена Бориса Вишнякова, ее пока не беспокоят.

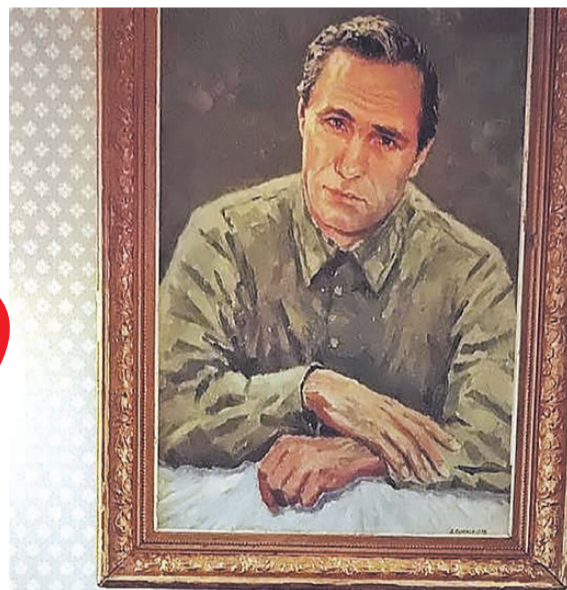
Анна Седокова:
трое детей

37-летняя экс-солистка группы «ВИА Гра» - мама троих детей. Старшую дочь Алину (ей 15 лет) певица родила от футболиста Валентина Белькевича. Спортсмен скоропостижно скончался в 2014 году, у него оторвался тромб. Средняя дочь певицы, 8-летняя Моника, живет в США вместе с отцом, украинским бизнесменом Максимом Чернявским, получившим по решению суда основную опеку над ребенком. Седокова может навещать дочку за пределами России и периодически летает к ней за океан. Своего младшего ребенка, сына Гектора, певица родила в апреле 2017 года. Отцом малыша стал бизнесмен



Седокова с дочкой Алиной и сыном Гектором. Средняя дочь певицы Моника живет с отцом в США.

Артем Комаров (сын миллиардера Андрея Комарова), возглавляющий собственный строительный бизнес. Сразу после рождения малыша папа расстался.



Единственная дочь актрисы Анна.

Анна никогда не была примерной мамочкой: она часто делится в соцсетях горячими фото.

Чулпан Хаматова:
трое детей

Еще одна самостоятельная, независимая и очень востребованная актриса - 44-летняя Чулпан Хаматова. Она - главный добытчик в семье. У нее три дочери: 18-летняя Арина от актера Ивана Волкова, 17-летняя Ася (по слухам, от артиста балета Алексея Дубинина) и 10-летняя Ия от режиссера Александра Шейна. Все свободное время от съемок, репетиций спектаклей и работы в фонде «Подари жизнь» Чулпан отдает своим девочкам.

Дети Шукшиной: старший сын Макар и близнецы Фома и Фока.



Чулпан Хаматова любит фотографироваться с каждой из дочек по отдельности.

instagram.com/annasedokova

instagram.com/annasedokova

instagram.com/glafiratarhanova

instagram.com/chulpanofficial

instagram.com/shukshina_maria



Е.катерина КЛИМОВА / globallookpress.com

Ирина совмещает работу в театре с воспитанием семерых детей.

Ирина Леонова: семеро детей

41-летняя актриса Ирина Леонова - женщина трудной судьбы. Она была замужем за актером Игорем Петренко, пока тот не ушел от нее к Екатерине Климовой, а на пути Ирины не встретился роковой Евгений Цыганов. С Цыгановым она прожила в незарегистрированном браке 11 лет и за это время родила ему семерых детей. Но однажды Цыганов повстречал красавицу Юлию Снигирь и пропал. А Ирина осталась с детьми и вышла на работу в Малый театр. С тех пор она ничего не рассказывает о своей личной жизни, о том, как сейчас складываются ее отношения с Цыгановым. Но, думается, он все-таки своим детям помогает.

КСТАТИ

Советские актрисы берегли фигуру

В советские годы многодетные актрисы были экзотикой. Выбор тогда был жесткий - либо семья и дети, либо премьеры и красные дорожки. Ради карьеры чайлдфри (сознательный выбор не заводить детей) стали многие звезды. Любовь Орлова опасалась, что материнство испортит ее фигуру. Где после родов взять прежнюю легкость, чтобы петь и плясать: «Я из пушки в небо уйду, Диги-диги-ду, диги-диги-ду!» Не захотели рожать в молодые годы Наталья Гундарева, Татьяна Дороница, Ирина Мирошниченко, Людмила Чурсина. Некоторые из них об этом потом горько жалели. И утешались тем, что любовь публики заменила им материнство.

Екатерина Климова: четверо детей

42-летняя звезда сериалов говорит, что не мечтала быть многодетной матерью. Что семья и дети не были целью ее жизни. Но получилось так, что у нее четверо детей. От первого мужа ювелира Ильи Хорошилова - 18-летняя дочь Лиза. В браке с актером Игорем Петренко родились двое сыновей - Матвей и Корней. После развода с Петренко на съемках сериала «Волчье солнце» у Климовой случился бурный

роман с актером Гелой Месхи. Они поженились. Родилась дочь Изабелла, которой почти пять лет.

Сейчас Екатерина не обременена узами брака. Выглядит прекрасно, много снимается и говорит, что рождение детей не помеха кинокарьере, а даже, наоборот, стимул работать еще больше. Самые важные события в жизни своих детей она старается не пропускать.



instagram.com/klimovagram

Воспитывать четверых детей Екатерине помогает ее мама (в центре).



instagram.com/dobrovolskaya_evgenia

Одна из любимых фотографий Евгении: здесь ее сын Ян и дочь Настя еще маленькие.

Евгения Добровольская: четверо детей

55-летняя актриса Евгения Добровольская - мать четверых детей. Старшему сыну Степану (от актера Вячеслава Баранова) 33 года. Николаю Ефремову (от Михаила Ефремова) - 28 лет. Младшему сыну Яну (от Ярослава Бойко, кстати, Бойко называли отцом сына Порошиной, но актеры опровергают, что у них был роман. - Ред.) почти 18 лет. И одиннадцатилетняя лапочка-дочка Анастасия, которую Добровольская родила в браке с оператором Дмитрием Мананниковым. «У меня было три мужа и, как говорит Галина Волчек, одно заблуждение», - повторяет Добровольская. Актриса всегда подчеркивает, что в жизни она рассчитывает только на себя и собственные деньги, поэтому никогда не отказывается от съемок. Говорит, что муж - величина непостоянная. А вот дети: Степан, Николай, Ян и Анастасия - это смысл жизни.

Татьяна ЗИМНЯЯ.



Кадр из фильма

Галина Беляева снялась в фильме «Мой ласковый и нежный зверь» еще до того, как стала мамой четверых детей.

Правда, и раньше встречались многодетные мамы среди актрис, но в профессии они почти ничего не добились. У актрисы МХАТа Нины Ольшевской было трое детей. Однако она известна не своими ролями на сцене, а тем, что она - мама народного артиста СССР Алексея Баталова и была ближайшей подругой Анны Ахматовой. Ее родственница - Мика Ардова (тоже актриса и тоже многодетная мать). Но кто вспомнит хоть одну ее роль? Зато известно, что она - мама звезды ситкома «Одна за всех» Анны Ардовой. У 59-летней актрисы Галины Беляевой четверо детей. Правда, свои главные роли в фильмах «Мой нежный и ласковый зверь», «Анна Павлова» она сыграла, когда была тонкой, звонкой и не многодетной.

ВАШ ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ
С 20 ПО 26 ИЮЛЯ 2020

Подготовила Алина БОГДАНЬ

<p>20 июля, понедельник 29-й/1-й лунный день. Новолуние во Льве. Сложный понедельник: безынициативный, не энергичный, тревожный. Лучше не браться за новые или важные дела, результат разочарует. Воздержитесь от подписания договоров и от операций с деньгами. Именинники: Герман, Евдокия, Лука, Фома</p>	<p>22 июля, среда 3-й лунный день. Растущая Луна во Льве. Символ дня - леопард, стремящийся к прыжку. Следует быть готовым к внезапным переменам и известиям. Начинайте давно задуманные дела. Сейчас хорошо назначать встречи, подписывать договоры и заниматься спортом. Именинники: Кирилл, Панкрат, Федор.</p>	<p>24 июля, пятница 5-й лунный день. Растущая Луна в Деве. Становятся заметными результаты нашего труда, это даст силы трудиться дальше в привычном темпе. У этого дня есть особое свойство: сейчас можно определить, кто рядом с вами - друг или враг и какие у этого человека намерения. Именинники: Аркадий, Лев, Никодим, Ольга.</p>
<p>21 июля, вторник 2-й лунный день. Растущая Луна во Льве. Важно быть щедрым. Нельзя проявлять скупость и отказывать близким в их просьбах. Отличный момент для различных начинаний: можно вступать в должность, переходить на новую работу или же менять место жительства. Именинники: Прокопий.</p>	<p>23 июля, четверг 4-й лунный день. Растущая Луна в Деве. Не обращайтесь к кому-либо с просьбами, особенно к начальству. А вот для получения новой информации подходящий момент. Этот день называют мистическим, считается, что во сне можно получить ответы на важные вопросы. Именинники: Александр, Антон, Георгий, Петр</p>	<p>25 июля, суббота 6-й лунный день. Растущая Луна в Весах. Наш организм сейчас особенно восприимчив ко всякого рода приятностям в свой адрес. Хорошо проводить процедуры по омоложению, профилактику, массаж. А вот с едой и алкоголем следует быть осторожным. Именинники: Вероника, Гавриил, Григорий, Иван, Михаил, Симон, Федор.</p>
<p>26 июля, воскресенье 7-й лунный день. Растущая Луна в Весах. День слова. Используйте его магию! Получится уговорить кого угодно на что угодно. Просто выбирайте правильные выражения. Слова должны быть направлены на благое дело. В противном случае негатив вернется к нам бумерангом. Именинники: Антон, Юлиан, Стефан.</p>		

Евгений АРСЮХИН

Вещи могут двигаться сами собой благодаря энергии вакуума.

Мебель может бегать сама собой «из мамыной из спальни» не только в детских стихах. Зимой 1833 года Александр Пушкин сделал в дневнике такую запись: «В одном из домов, принадлежащих ведомству придворной конюшни, мебели вздумали двигаться и прыгать; дело пошло по начальству. Кн. В. Долгоруков нарядил следствие. Один из чиновников призвал попа, но во время молебна стулья и столы не хотели стоять смирно». Явление называется полтергейстом (дословно - «шумный дух») и проходит по ведомству магов, экстрасенсов и прочей сомнительной публики, словом, толком не изучается. Но - шах и мат, маловеры. Ученые из Массачусетского технологического института наблюдали полтергейст в лаборатории, и теперь понятно, откуда он берется.

ВСЕ ВОКРУГ НЕПРЕРЫВНО КОЛЕБЛЕТСЯ

Исследователей давно волновала такая вещь, как энергия вакуума, то есть полной пустоты. Что может эта энергия? Под силу ли ей сдвинуть, например, 40-килограммовое зеркало? Сказано - сделано. Ученые пришли в лабораторию, где изучают гравитационные волны. И наблюдали, как подопытный объект двигался сам. Пусть на ничтожные доли метра, но сам факт! Теперь физики уверяют: вокруг нас все немного двигается и колеблется. Мы просто этого не замечаем. А иногда - замечаем.

Но прежде давайте разберемся, что это за энергия вакуума такая. Физики давно поняли, что вакуум не пуст. Еще в 1947 году они увидели, как энергия пустоты двигает энергетические уровни в атоме водорода. А уже в следующем, 1948 году экспериментаторы наблюдали, как тянутся друг к другу две металлические пластины; не магнетизм, а именно сила пустоты. Стали разбираться.

ОДНО ПОЛЕ НА ВСЕХ

Оказалось, вся Вселенная пронизана неким единым полем. Оно есть

Ученые раскрыли тайну полтергейста



- Вот ты какая, энергия вакуума!

даже там, где нет ничего. Материя - звезды, планеты, мы с вами - лишь крошечные сгустки, вершины айсберга, скрытого в пучине безмолвного океана. Эта энергия пустоты никогда, ни на одну миллисекунду не остается в покое. Она постоянно пульсирует. В вакууме рождаются так называемые виртуальные частицы. То есть материя все время, везде и всюду возникает из ничего, из пустоты! Но виртуальные частицы не могут жить долго. Они тут же распадаются и возвращаются назад, в энергию. Это напоминает кипящие воды в кастрюле. Представьте, что вы не видите воду, потому что она абсолютно прозрачна. А видите только пузыри. Вы заметите, что пузыри появляются как бы из ниоткуда и мгновенно исчезают. Точно так же «кипит» вакуум.

Здесь необходимо сделать важное пояснение. Когда мы говорим об

энергии вакуума, мы не подразумеваем, что надо сначала откачать воздух и так получить энергию. Термин «энергия пустоты» подчеркивает, что энергия есть ДАЖЕ в пустоте. Она есть везде. Это поле связывает вас и самую далекую во Вселенной галактику. Получается, виртуальные частицы рождаются везде. Я пишу эти строки, а у меня под пальцами ядерный реактор.

И эти виртуальные частицы могут двигать даже такую тяжелую вещь, как 40-килограммовое зеркало в эксперименте ученых из Массачусетского института. Виртуальные частицы бьют в предмет, и он понемногу ползет. Вернемся к нашему опыту с кипящей водой. Пустите на поверхность воды что-нибудь плавучее и легкое, какой-нибудь детский кораблик. Пузыри будут кидать его туда и сюда. Теперь вы понимаете суть эксперимента, который сделали американцы.

КИПИТ НАШ ВАКУУМ СГУЩЕННЫЙ

Теперь уходим в область предположений - но куда в физике без предположений. То, что полтергейст может быть вызван сгущением энергии вакуума, исследователи из Университета Дьюка (США) предположили еще в 2008 году. Но может ли энергия вакуума сгуститься так, что по комнате примутся летать столы и стулья? Еще недавно ученые сказали бы нет или принялись рассуждать о далеких звездных системах и черных дырах, где, мол, возможно все. Они далеко, долети, проверь. Но новый эксперимент показывает, что загадочный квантовый мир может напрямую воздействовать на предметы нашего привычного мира и присутствует с нами постоянно, здесь и сейчас, а это полностью меняет ситуацию.

Вот только мы пока не знаем, как именно и почему энергия вакуума может концентрироваться. Предкам проще было. Шумный дух - и все дела. С духа какой спрос. В 90-е годы придумали, будто полтергейст провоцируют некие социально ущемленные дети. Таких тогда было немало, голодные и злые были времена.

Мол, эти дети так энергию из себя выбрасывают, что ложки гнутся и пересоленный мачехой суп сам собой слетает с плиты. Явное влияние популярного тогда сочинения Стивена Кинга «Воспламеняющая взглядом».

ВЫ ТОЛЬКО НЕ УДИВЛЯЙТЕСЬ

Что в реальности? Компьютерный анализ всех достоверных случаев полтергейста показал, что 58% случаев произошли ночью, половина явлений продолжалась около суток, четверть - год и более. Таким образом, перед нами некие признаки того, когда и как надолго энергия вакуума сгущается у нас, на Земле, но почему и отчего, мы пока не знаем. Но удивляться не стоит ничему. Если раз и навсегда затвердить, что мы через энергетическое «поле пустоты» связаны со всем мирозданием, кто знает: может, нехорошая квартира, про которую писал Пушкин, оказалась в суперпозиции со сверхновой звездой за миллионы световых лет. Есть о чем подумать!

В небе над Россией можно разглядеть комету, которая видела древних египтян

ФОТОФАКТ

Этими летними ночами над Россией можно наблюдать огромную комету. Еще 27 марта ее заметил космический телескоп NEOWISE. В честь него ее и назвали - NEOWISE, по имени «первооткрывателя». 3 июля комета пролетела над Солнцем. Ждали, что она погибнет, расплавится в солнечной «доменной печи». Но выжила, лишь яркости набралась. И явилась на ночном северном небе. Стала самой яркой за десятилетие. Комету можно легко наблюдать простым глазом. А уж в бинокль она раскрывается во всей красе.

NEOWISE невероятная. Крутится по очень вытянутой орбите. Солнце едва удерживает ее своим тяготением. В прошлый раз комета посетила окрестности Земли 4500 лет назад.

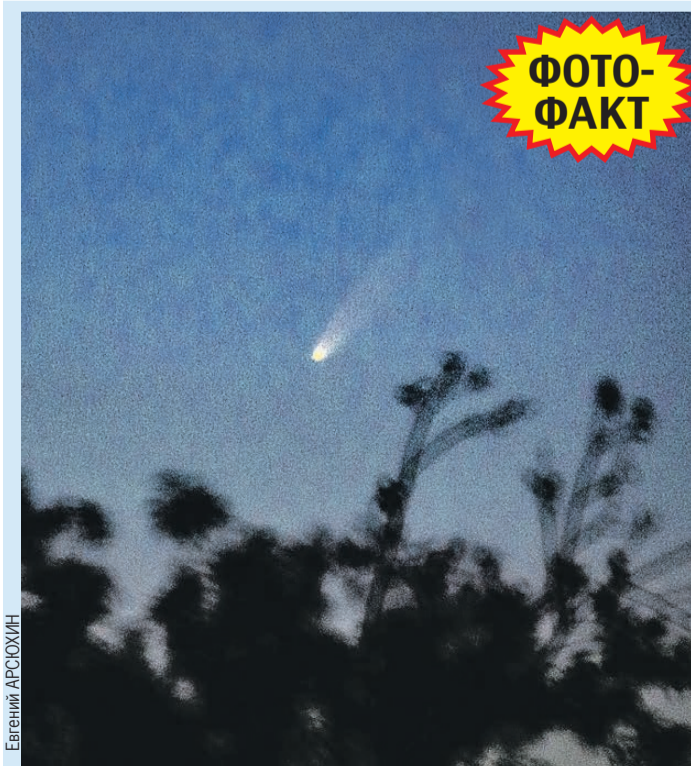
В Египте тогда строили пирамиды. В этот раз путь кометы серьезно изменится: 23 июля космическая гостья сблизится с Землей. Расстояние будет большим, упасть нам на головы ей не грозит. Но притяжение Земли поменяет ее орбиту, как бы вытолкнет ее еще дальше к звездам. В следующий раз она вернется уже не через 4500 лет, а через 6800 лет. Если вернется.

Найти комету легко. Между часом и двумя ночи посмотрите на северный, чуть со смещением к востоку, горизонт. Комета будет висеть невысоко. Вы сразу заметите ее ядро, которое выглядит, как звездочка, и вслед за этим поймете, что от ядра вверх тянется мощный хвост. Хорошим ориентиром служит яркая звезда Капелла. Она плавает не-

высоко над северным горизонтом. От Капеллы надо опуститься вниз и несколько налево.

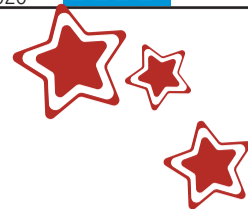
Чтобы сфотографировать странницу, нужен любой штатив и, по сути, любой фотоаппарат. Конечно, мощный объектив окажется хорошим подспорьем, но в принципе сфотографируете любым. Сначала установите резкость по той же Капелле. Чувствительность поставьте около 400 - 800, больше не надо, получите «зерно». Наведите фотоаппарат на комету. Поставьте режим «с задержкой», как вы обычно снимаете компанию друзей и хотите успеть добежать, чтобы тоже в кадре оказаться. Задержка нужна, чтобы движение ваших пальцев не смазало картинку. Дерзайте!

Евгений АРСЮХИН.



Звездные алиментщики:

«Хочет платить на ребенка меньше 300 тысяч рублей в месяц»



Аршавин и его проблемы

Окончание.
Начало на < стр. 1.



Олег БУХАРЕВ/ТАСС



instagram.com/baranovskaya_tv

Андрей Аршавин подал иск к матери своих детей Юлии Барановской. Телеведущая одна воспитывает Артема (14 лет), Яну (12) и Арсения (7) Аршавиных. Папа периодически (не часто) появляется в жизни детей, потом исчезает... Когда Андрей закрутил новый роман и ушел из семьи, тоже был громкий судебный процесс с выбиванием алиментов. Однако время идет: Аршавин успел побыть в браке, сменить работу (стал тренером и комментатором на «Матч ТВ»), развестись...

Юлия давно уже успешнее бывшего и прилично зарабатывает: ТВ, ведение мероприятий, книги, реклама, работа на радио. Но и обеспечивать троих детей - дело дорогостоящее.

Какие же алименты сейчас платит звезда российского футбола?

«На одного ребенка выходит немногим более 300 тысяч рублей. До совершеннолетия детей еще далеко, поэтому, видимо, Андрей Сергеевич решил побороться за снижение алиментов по причине снижения доходов», - рассказал «КП» друг семьи.

Если Аршавин докажет, что его доход существенно упал, размер алиментов может быть пересмотрен. Кроме того, суд принимал решение по выплатам детям Барановской почти шесть лет назад: тогда футболиста обязали переводить детям 50% доходов. Но после этого у спортсмена родился еще один ребенок от Алисы Казьминой (с ней он тоже в разводе), так что теперь нагрузка по алиментам выросла.



Михаил ФРОЛОВ/«КП» - Москва

Иван Телегин и голос Пелагеи

Бракоразводный процесс звезды хоккея Ивана Телегина только начинается. Какие только заоблачные суммы алиментов для его трехлетней дочери Таисии не называли СМИ! Как нам стало известно, скорее всего, Телегин будет выплачивать ¼ от своих доходов - в месяц это чуть более 800 тысяч рублей. Стоит помнить, что пик карьеры у спортсменов проходит быстро, а значит, и суммы снизятся стремительно.

Напомним: в прошлом году хоккеист Телегин ушел от жены, певицы Пелагеи, к другой женщине. Поначалу Иван и Пелагея хотели расстаться мирно, но потом отец практически исчез из жизни дочки - даже няню перестал оплачивать. Как рассказал «КП» юрист семьи певицы, артистка не планирует тратить алименты: «Пелагея планирует завести специальный счет для дочери, которым сможет воспользоваться Таисия после совершеннолетия».



Мария ЛЕНЦУ/«КП» - Красноярск



Лариса КУДРЯВЦЕВА/Экспресс газета

Неожиданностью для всех стало то, что Иван Телегин планирует бороться в суде не только за «совместно нажитый» дом, но и за квартиру, которую Пелагея и ее дочке подарила мама певицы. Артистка принимает развод и судебные разбирательства близко к сердцу. Появилась информация, что сейчас у певицы серьезные проблемы с голосом.

Тарасов и доходы жены

Еще один футболист, Дмитрий Тарасов, тоже ведет нескончаемую борьбу за снижение алиментов. То из-за увеличения нынешней семьи, то из-за травмы и потери дохода, то из-за снижения дохода. В общем, покой экс-мужу Ольги Бузовой только снится. И так, последние новости. Суд решил, что игрок казанского «Рубина» Дмитрий Тарасов должен выплачивать дочери от первого брака (с Оксаной Пономаренко) ¼ от доходов, а также дополнительно 104 тысячи рублей ежемесячно. Откуда эта сумма? Тарасов и его третья жена Анастасия Костенко имеют общий счет, на который поступают деньги и от продаж рекламы в соцсетях. Оказалось, что футболист не внял советам своего адвоката разделить счета и получил вот такую «надбавку». Теперь Костенко возмущается: мол, это только ее рекламные доходы, эти деньги принадлежат ей и детям (у них с Тарасовым две дочери). Так что, возможно, разбирательство в суде не за горами. Кстати, официальный ежемесячный оклад в «Рубине» у многодетного отца около 500 тыс. рублей.



instagram.com/tarasov23

В ТЕМУ

Артисты умеют договариваться

Гарик Харламов и Павел Прилучный договорились после расставания с женами (Кристиной Асмус и Агатой Муцениеце соответственно), что будут перечислять на детей определенные суммы. До суда решил вопросы с алиментами и Марат Башаров - договорился платить жене по 140 тыс. руб. в месяц плюс взял на себя «коммуналку».

Звезда сериала «Кадетство» Александр Головин платит уста-

новленный судом минимум, так как сейчас практически не снимается. Алименты на дочь Головина составляют немногим более 20 тыс. руб., другой «кадет», Кирилл Емельянов, на каждого из двоих сыновей платит по 17 тыс. руб. А к примеру, подзабытый широкой аудиторией актер Виталий Гогунский нигде не работает, поэтому, по словам его жены, и вовсе ничего не платит дочке.

Семья Гарика Харламова и Кристины Асмус распалась, но из-за алиментов экс-супруги не спорят.



О самых многодетных семьях российской шоу-бизнеса читайте на сайте



БЕСПРЕДЕЛЬНАЯ ВЛАСТЬ → РАМКИ ДЛЯ ТВОРЧЕСТВА → ЧТО ТАКОЕ ЭМБРИОН? → САЛО С ПАПРИКОЙ → «... ОЖИДАНИЯ» ПРИ ИЗБИТКЕ КЛИЕНТОВ → «ЛОШАДИНЫЙ ХОККЕЙ» → «МЕСТО ВСТРЕЧИ» РЕЛЬСОВ

АДРЕС БАОБАБОВ → ЧТО В ДРЕВНЕЙ РУСИ СЛУЖИЛО НАЧАЛОМ ОТСЧЕТА ЧАСОВ В СУТКАХ? → АРАБСКАЯ БУКВА → «ПОТОЧНОЕ ...» → КРАСНОЕ ВИНО ИЗ БОРДО → СТИЛЬ ФЛАМЕНКО → ЧЬЮ ВЕТВЬ ГОЛУБЬ НОУ ПРИНЕС?

НАУКА О ПРАВИЛАХ ПОВЕДЕНИЯ → ЧЕМ ПЕЧАЛЬ ОТГОНЯЮТ? → МОДНЫЙ ДОМ «НИНА ...» → ОДИН ИЗ КРУПНЕЙШИХ МИРОВЫХ ЦЕНТРОВ ЧЕРНОЙ МЕТАЛЛУРГИИ С КАРТЫ ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ → АНГЛИЙСКИЙ КЛАССИК, ПРИЗЫВАВШИЙ ПРИКОНЧИТЬ ВОЙНУ, ТОКА ОНА НЕ УБИЛА НАС → СМОТРИТЕ ФОТО → ТОПЛИВНЫЙ ... ДИЗЕЛЬНОГО ДВИГАТЕЛЯ

ОРГАНИЗОВАННАЯ «ВСТРЕЧА С ПРЕКРАСНЫМ» В МУЗЕЕ → СПОСОБ ПЕРЕЙТИ НА «ТЫ» С ПОМОЩЬЮ ГОРЯЧИХ НАПИТКОВ → ЖИТЕЛЬНИЦА СТРАНЫ, ГДЕ ВСЕ ЖЕНЩИНЫ, КРОМЕ ВДОВ ОБЯЗАТЕЛЬНО НОСЯТ УКРАШЕНИЯ → «... БОЖЬЯ» → КАКОЙ ШТАТ ПОДАРИЛ МИРУ СТРАШНОГО ОГОРОДНОГО ВРЕДИТЕЛЯ?

ГИБРИД КОПЬЯ С СЕКИРОЙ → КАКОМУ ПРОДУКТУ ПИСАТЕЛЬ АНДРЕЙ БИТОВ ПРЕДЛОЖИЛ ПОСТАВИТЬ ПАМЯТНИК ИЗ МРАМОРА? → НАУКОГРАД В СИБИРИ → ВСТРЕЧА НА СТАДИОНЕ → ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ СРЫВ → НЕШУТОЧНЫЙ СПЕКТАКЛЬ → ИЗМЕРЯЮТ В ТОНАХ → КУКУРУЗА ДЛЯ АМИГО

БОЕВИК С ДЖЕЙМСОМ БЕЛУШИ → ЧТО ВДОХНОВИЛО ГЕРОЯ РАССКАЗА «ПСИХЕЯ» АЛЕКСАНДРА КУПРИНА? → КТО РАСКОЛОЛ ПРАВОСЛАВИЕ? → «ВИСЮЛИ» У ПЛАКСЫ → РЕЧЬ АДЕПТОВ → В ЧЕСТЬ КАКОЙ РУССКОЙ ИМПЕРАТРИЦЫ НАЗВАЛИ УРАЛЬСКУЮ ГОРУ БЛАГОДАТЬ? → ЗВЕЗДА НАШЕГО КИНО, СЫГРАВШАЯ СРАЗУ ДВЕ РОЛИ В ФИЛЬМЕ «ДВЕНАДЦАТАЯ НОЧЬ»

НЕДУГ «НА ПИКЕ» → СПУТНИК ЮПИТЕРА → КТО ЗАМЕНЯЕТ РЕБЕНКУ МАТЬ, СИЛЬНО УВЛЕЧЕННУЮ СВОЕЙ КАРЬЕРОЙ? → ПЛОД С ТАИТИ, ЧТОБЫ ЖИТЬ «СТО ЛЕТ» → ФИГУРА ПИЛОТАЖА, СКРЫВАЮЩАЯ В СЕБЕ СТРЕМИТЕЛЬНЫЙ ПОДЪЕМ ВВЫСЬ

НУТРО ПЕЛЬМЕНИ → ЦВЕТА ФЛАГА ГЕРМАНСКОЙ ЗЕМЛИ ... СОВПАДАЮТ С РАСКРАСКОЙ НАЦИОНАЛЬНОГО ФЛАГА ПОЛЬШИ → ПОГРАНИЧНАЯ РЕКА РОССИИ С ЛИТВОЙ → РИМСКИЙ ИМПЕРАТОР, ПОПАВШИЙ В ТРИЛОГИЮ «ХРИСТОС И АНТИХРИСТ» ДМИТРИЯ МЕРЕЖКОВСКОГО → ДЕЛИКАТЕС «ВО ВРЕМЕНА ОНЫ»

АНТИЧНАЯ ЧАША → ПОДМОСКОВНЫЙ ГОРОД С НОВОИЕРУСАЛИМСКИМ МОНАСТЫРЕМ

Фото: Russian Look.

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Зародыш - Саванна - Производство - Ричи - Экскурсия - Манитоторк - Руслана - Албара - Манс - Эйве - Томск - Драма - Акме - Каро - «Ройс» - Лужко - Фарт - Никон - Арто - Адагаста - Юлан - Горка - Киаф - Нема - Нони - Тюрингия - Истра - Яство. ПО ВЕРТИКАЛИ: Этика - Афект - Латук - Всесиме - Брудершафт - Утеха - Жанр - Раба - Маска - Ин - дпанка - Сон - Заря - Няня - Джим - Шип - Ньюн - Лист - Уэлс - Анна - Горс - Поло - Метрополитан - Сопа - Стык - Матч - Насос - Олива - Колорадо.

ИРОНИЧНАЯ РУКА → ПЕРЕЗРЕЛЫЙ ... → ЗАСТЕЖКА НА ТУРИСТИЧЕСКОМ СНАРЯЖЕНИИ → ФЕХТОВАЛЬНЫЙ ПРИЕМ → СЛОВЕСНАЯ СТЫЧКА → КУДРИ БАРАШКА → СПРЯТАВШИЙСЯ ОТРЯД → СМОТРИТЕ ФОТО

ПОГАШЕНИЕ ДОЛГА → УПРЯМАЯ ВЕЩЬ → В ДВЕРЬ КУЛАКОМ → ДЮЖИНА ИЗ ГОРОСКОПА → «ИГЛЬНЫЙ ГЛАЗОК» → БРОДИЛЬНЫЕ ГРИБЫ → БИБЛЕЙСКИЙ ПРОРОК

ЗАВСЕГДАТАЯ КАЗИНО → ЧТО СКРЫВАЕТ В СЕБЕ КВОТА? → МИРОВОЙ ФАНТАСТ ... АЗИМОВ → ПУШНОЙ ЗВЕРЕК → СЕДЬМАЯ ОТ СОЛНЦА ПЛАНЕТА → ЧТО СКРЫВАЕТ ХАЛТУРУ ШТУКАТУРА? → СВОИ ПО КРОВИ

КАКУЮ «РОЛЬ» ИГРАЛ В НАПОЛЕОНОВСКОЙ АРМИИ БУДУЩИЙ СЕНДЭЛЬ? → КАКОЕ СЛОВО ПРЕЖДЕ НА РУСИ СКРЫВАЛО КАК ТАЙНИК, ТАК И БРЕМЯ? → ЗА КАКИМ ПОДАРОМ У ЯПОНЦЕВ СКРЫВАЕТСЯ ПОЖЕЛАНИЕ БЛАГОСОСТОЯНИЯ? → ЛЮБИМЫЙ КВАРТЕТ ГОЛЛИВУДСКОЙ ЗВЕЗДЫ ДОЛЬФА ЛУНДГРЕНА → НАУКА ЗИГМУНДА ФРЕЙДА → ЛИДИЯ ГОЛЬСКАЯ ИЗ РАССКАЗА «ПОСЛЕДНИЙ ДЕБЮТ» АЛЕКСАНДРА КУПРИНА → КАКАЯ ГОЛЛИВУДСКАЯ ЗВЕЗДА ТРИЖДЫ СТАЛА МАМОЙ В БРАКЕ С БРЮСОМ УИЛЛИСОМ?

БЕЛЛАДОННА НА РУССКИЙ МАНЕР → ЧТО ОДОЛЖИЛА У КОРОВЫ БОГИНИ ИСИДА? → КАКОЕ ОЗЕРО НИАГАРА НАПОЛНЯЕТ? → «СТАРШАЯ СЕСТРА» ЧА-ЧА-ЧА → «ЗАХВАТИТЬ ВРАЖЕСКИЙ ... И УДЕРЖАТЬ ЕГО ДО ПРИХОДА ОСНОВНЫХ СИЛ» → ТИПИЧНАЯ ВЗРЫВАТКА

«ЗЕМНОЙ РАЙ» ДЛЯ ПОЛЯ ГОЕНА → ЕДИНСТВЕННАЯ В МИРЕ СТРАНА С БЕСПЛАТНЫМИ ПОЧТОВЫМИ ПЕРЕСЫЛКАМИ → НАРОД, ЧЬИ ВОИНЫ ПОГУБИЛИ ДОБЛЕСТНОГО РЫЦАРЯ РОЛАНДА → РЕПАТИЦИЯ ЕВРЕЕВ В ИЗРАИЛЬ → ПАЛАТА ДЛЯ ЗАРАЗНЫХ → СПАЛЬНЯ В СТАЦИОНАРЕ → «БЕГУЩАЯ ...»

ЧТО ЛИХО ВЫТАНЦОВЫВАЮТ ГЕРОИ КОМЕДИИ «ЧЕРТ С ПОРТФЕЛЕМ»? → «ЛЕТАТЕЛЬНЫЙ ОРГАН», КОТОРЫХ У АВТОМОБИЛЯ, КАК МИНИМУМ, ЧЕТЫРЕ → «САМАЯ ... СОБЫТИИ» → В ЧЕСТЬ КАКОЙ БОГИНИ НАЗВАЛИ ПЕРВЫЙ ИЗ ОБЖИТЫХ ХОЛМОВ РИМА?

ПРОМЕЖУТОК МЕЖДУ ТРАНСПОРТНЫМИ СРЕДСТВАМИ, КАК ВО ВРЕМЕНИ, ТАК И В ПРОСТРАНСТВЕ → «... В ЧЕТЫРЕ РУКИ» → В КАКУЮ ИЗ ЗВЕЗД ФРАНЦУЗСКОГО КИНО «ВСЕЛИЛСЯ» ПРИЗРАК ЛУВРА? → ЖЕМЧУЖИНА ЮЖНОГО БЕРЕГА КРЫМА → КАКОЙ РЕФОРМАТОР ПЕРВЫМ ЗАЖЕГ ОГНИ НА РОЖДЕСТВЕНСКОЙ ЕЛКЕ?

«ЗЕРКАЛО» ОРИГИНАЛА → ЯПОНСКИЕ КОМИКСЫ → СТАРЕЙШАЯ ТЕЛЕВИЗИОННАЯ ПРЕМИЯ ГЕРМАНИИ, ЧЬИМИ ПЕРВЫМИ ЛАУРЕАТАМИ СТАЛИ ЖАН МАРЕ И МАРИКА РЕКК → БЕЗ ЧЕГО И ДЖИН НЕ В РАДОСТЬ? → OLEG

Фото: globallookpress.com.

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Фаст - Спор - Засада - Выплата - Енот - Ушко - Клип - Уран - Дрожки - Интендант - Цирк - Обои - Актриса - Красавка - Пляцарм - Изюматор - Андора - Палец - Диск - Руба - «Абба» - Баски - Лотер - Лютер - Интервал - Марсо - Гуча - Итра - «Бэмби» - Тоник - Копия - Манта - Ялта - Таити - Рота - Кваталка - Слуд - Норм - Онтарио - Плад - Беер - Твист - «Лада» - Баски - Криво - Лютер - Интервал - Марсо - Гуча - Итра - «Бэмби» - Тоник - Копия - Манта - Ялта - Таити - Рота - Кваталка - Слуд - Норм - Онтарио - Плад - Беер - Диск - Руба - «Абба» - Баски - Лотер - Лютер - Интервал - Марсо - Гуча - Итра - «Бэмби» - Тоник - Копия - Манта - Ялта - Таити - Рота - Кваталка - Слуд - Норм - Онтарио - Плад - Беер



ЕРОШОВЫ ПОЛЯНКА

Весенний дождик

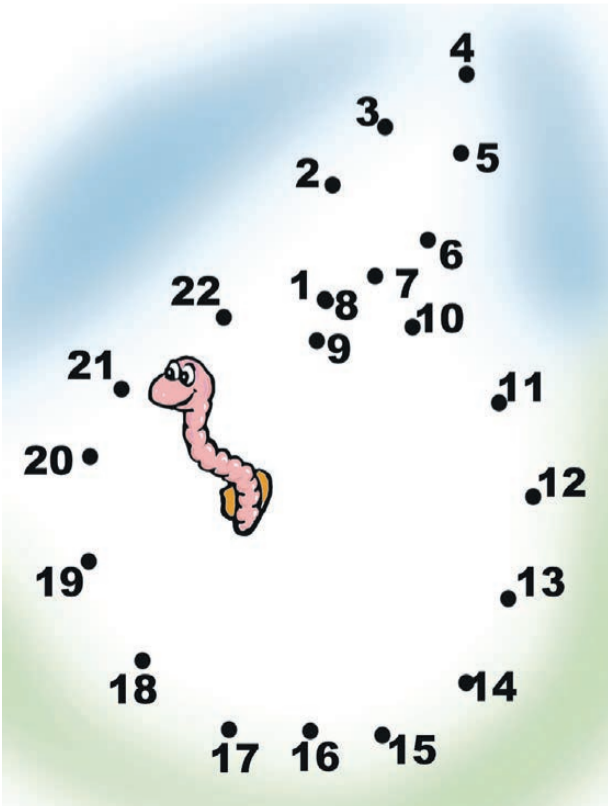
Хорошо весной, тепло, деревья зеленеют, птички поют. Можно не надевать теплую куртку и шапку... Как ты думаешь, что может пригодиться весной на прогулке?

ЗАДАНИЕ: Посмотри на картинку, распутай путаницу и скажи, у кого из друзей какие резиновые сапоги. Подходят ли они по цвету к зонтикам?



Завтрак червячка

Соедини точки и скажи, куда забрался червячок.



Покупайте вашим детям книги и журналы Издательского дома «Комсомольская правда» на shop.kp.ru.

Кто куда смотрит?

Ты умеешь различать, где право, а где лево? Давай потренируемся. На картинке есть подсказки-стрелки.

ЗАДАНИЕ: Обведи красным карандашом всех животных, которые смотрят направо. А синим обведи тех, кто смотрит налево. Сосчитай, сколько зверей смотрят в одну сторону, а сколько - в другую.

НАЛЕВО ← → НАПРАВО



Прочитай и отгадай

В этих рисунках зашифрована загадка. Ты сможешь ее отгадать, если прочитаешь по слогам. Читай все слоги, кроме тех, которые написаны под шишками и желудями. Когда прочитаешь загадку, отгадай ее, не заглядывая в ответ.



(ФРКЛТФ)

По полянке бродили Анна и Ксения ЕРОШОВЫ!

МИСС КУПАЛЬНИК «КП»



Инна НЮБЕРГ, Самара:
- Работаю в модельном агентстве, занимаюсь йогой и духовными практиками. Мечтаю открыть свое дело, где смогу помогать людям.

Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер, известная своим архитектурным подходом к дизайну, который применяет и к женственным платьям, и к строгой униформе:
- Красивая фигура, длинные ноги и тату, намекающая на сильный характер, - безупречны. А вот этот оттенок лилового хочется заменить на другой, теплее или холоднее. Фарфоровая кожа требовательна к нюансам.



Письма с фото присылайте по адресу: «Комсомольская правда», Старый Петровско-Разумовский проезд, д. 1/23, стр. 1, Москва, 127287. На конверте напишите: «Будь стильной с «КП». Или на e-mail: miss@kp.ru **Голосуйте за понравившуюся вам участницу на нашем сайте kp.ru в разделе «Будь стильной с «КП»!»**



АНЕКДОТЫ В НОМЕР

Настоящий интеллигентный человек тот, кто, даже будучи в маске, зевая, прикрывает рот ладонью.

Интересный факт: если в разговоре женщина использует слово «деликатная», то на 99% речь идет о стирке.

Мистер Проппер сначала изобрел шампунь, но после того, как у него от этого шампуня вылезли все волосы, он понял, что лучше этой хренью мыть пол.

- Слушай, Серега, а мне сестра говорит, что меня могут посадить за долги по кредитам...

- Да никто тебя не посадит!

- Хоть ты меня обнадежил!

- Просто убьют, да и все.

По сути все незамужние женщины делятся на два вида - еще неразобранные и уже кем-то брошенные...

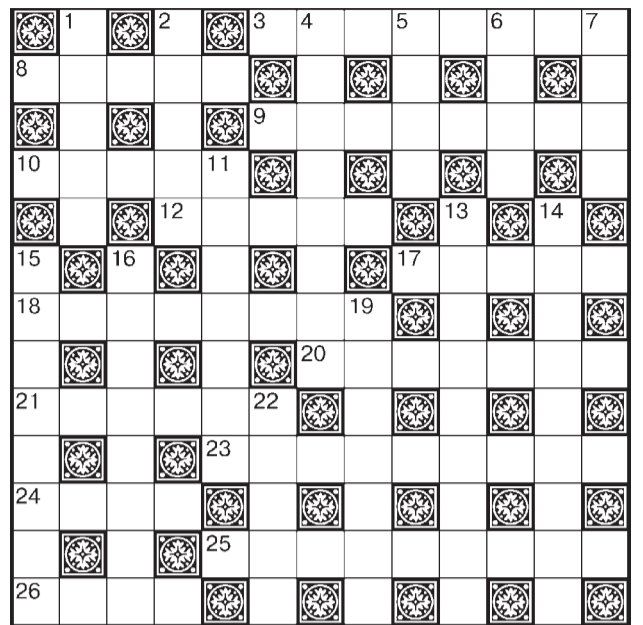
Две подружки:
- Тань, я заболела, мне так плохо, пожалей меня!
- Наташ, ты такая жалкая...

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. «Фиксатор» показаний. 8. Кому мусульмане поклоны бьют? 9. Какое море плещет в крымский берег? 10. Шпионская приставка к телефону. 12. Кто крикнул: «Nevermore!» в стихотворении «Ошибка вышла» Владимира Высоцкого? 17. На какой реке стоит Майкоп? 18. «Ничто так не расширяет ..., как замочная скважина». 20. Кого полумеры не устраивают? 21. Толкач речи. 23. Формат автомобиля для участия в парадах. 24. Можно постричься под ... 25. Адрес антресолей. 26. Изумрудный компонент фруктового салата.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Какой будущей голливудской звезде мать покупала одно платье на сезон? 2. Кто из сказочных классиков несколько раз упоминал в своих произведениях Владимира Ленина? 4. Повод, чтобы высказаться. 5. Современная республика на месте бывшего Урянхайского края. 6. Растанам из телешоу «Даешь молодежь!». 7. Кто не пройдет проверку на полиграфе? 11. Фуляр с «зажигалками». 13. ... стоять на своем. 14. Виноградный бренд из Португалии. 15. Что открывает двери и окна «без посторонней помощи»? 16. Патриарх советского кино из семьи слесаря и парикмахера. 19. «Военный упадок». 22. Какой портфель учебниками набит?

ОТВЕТЫ ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. Протокол. 8. Алях. 9. Разговор. 10. Жук. 12. Ворон. 17. Белая. 18. Кругозор. 20. Радикал. 21. Орапор. 23. Кабриолет. 24. Ноль. 25. Вертолет. 26. Кюва. 2. Кюва. 4. Кекс. 5. Тыва. 6. Кюва. 7. Лжец. 11. Коробок. 13. Рашми. 14. Батасейра. 15. Сквозняк. 16. Куравлев. 19. Рашми. 22. Рашми.

Прогноз погоды на завтра, 16 июля

	ночь	день	
Ставрополь	+18 ... +20	+27 ... +29	В Ставрополе: Давление - 721 мм рт. ст. Ветер северо-восточный 3 - 6 м/с Восход - 04.40 Заход - 19.55 Луна - убывает
Пятигорск	+18 ... +20	+27 ... +29	
Владикавказ	+16 ... +18	+26 ... +28	
Нальчик	+18 ... +20	+26 ... +28	
ясно	облачно	пасмурно	
дождь	гроза	снег	

Использована информация gismeteo.ru, mojgorod.ru, meteonova.ru

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

Если у вас есть:

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

Звоните нам!
8 (800) 500-45-77
Ваше мнение для нас важно!

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

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:
О. НОСОВА (первый зам. главного редактора), А. ГАНЕЛИН (зам. главного редактора), А. ДЯТЛОВ (зам. главного редактора).

Л. ЗАХАРОВ (зам. главного редактора), П. САДКОВ (зам. главного редактора), А. СЕМЕНЦОВ (зам. главного редактора), А. СЕДОВ (редактор отдела политики)

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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индекс 50057, 31470

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-2020», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 214 299 экз.
Рекомендуемая цена - 16 руб.

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



Директор филиала - А. Р. БГАТЦЕВА.
Главный редактор - Р. С. ЛАВРУХИН.
E-mail: kp.stv@phkp.ru
www.kp.ru

ВЫПУСК ПОДГОТОВЛЕН СТАВРОПОЛЬСКИМ ФИЛИАЛОМ АО «ИД «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

355000 г. Ставрополь, ул. Доваторцев, 30 Б, 3-й этаж.
ТЕЛЕФОНЫ: приемная - (8652) 95-11-95,
редакция - (8652) 95-11-99,
отдел рекламы - (8652) 95-11-90,
отдел распространения - (8652) 95-11-96.

Газета отпечатана в типографии ООО «Агентство «Кавказинтерпресс», 355000, г. Ставрополь, пр-д Трудовой, 14. Заказ № 786.