



Валерия ЗВОНАРЕВА/«КП» - Челябинск

Важней всего погода в общем доме

В Беларуси и России отметили
 День единения наших народов - стр. 6

**РАДИО
 КОМСОМОЛЬСКАЯ
 ПРАВДА**

Я злой и страшный ЛЮТОВОЛК

Правда ли, что воскресили древних хищников? И когда ждать динозавров? - radiokp.ru 22:00 (мск), суббота



100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Пятница, 11 апреля
 № 27 (27675)/2025 год

Газета нашего города ★ Брянск

КР. RU 4 714 000
 УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
 ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ



Секрет молодости Александра Овечкина

Что
 позволяет
 хоккеисту
 бить рекорды
 в 39 лет.

Читайте на стр. 14 ▶



Анастасия РОМАНОВА/Абзац/ТАСС

Чем будет заниматься после освобождения Михаил Ефремов

Ольга АФАНАСЬЕВА, Виталий СОЧКАН, Инна ФЕДОТОВА,
 Александр РОГОЗА

Коллеги актера рассказали, что он перейдет на драматические роли, а еще подумывает о режиссуре.

61-летний актер получил право на условно-досрочное освобождение несколько дней назад, а 9 апреля покинул колонию. Десятки камер ожидали сцены из голливудского кино, когда герой фильма выходит из приоткрытых ворот и отвечает на вопросы назойливых репортеров. Но у нас не Голливуд.

Продолжение на стр. 12 ▶

От соточки не откажусь!

Елена КРИВЯКИНА

Число вакансий с зарплатами от 100 тысяч рублей за год выросло на треть.

«Зарплата у вас будет - на все сто!» - заявляют нынче многие российские работодатели. Причем прямо на собеседовании. Ну а как иначе, если в стране резко - на 32% - взлетело количество вакансий с зарплатами выше 100 тысяч рублей? Такие данные приводят эксперты сервиса Зарплата.ру.

Однако зарплатная гонка уже замедляется. Многие организации уже достигли предела возможностей, и увеличить фонд оплаты труда практически нереально, отметили в Зарплата.ру.

Ключевое слово здесь - «практически». Для повышения зарплат самых востребованных и дефицитных специалистов деньги всегда найдутся. К примеру, курьеров или продавцов требуется много, и если всем им постоянно увеличивать зарплаты, работодатель разорится. А вот квалифицированные инженеры или управленцы вполне могут рассчитывать на дальнейший рост доходов.



Деятиклассник скрутил дебошира, ворвавшегося в школу

Дарья МАРКОВА,
 Егор ПОБЕРЕИ
 («КП» - Челябинск)

Непрошенный гость напугал учеников. Странный человек, явно не школьник (потом оказалось, ему 25 лет), днем в разгар уроков вырвал турникет на входе челябинской школы № 145. Крупный, накачанный - и полностью неадекватный. Начал кричать что-то бессвязное в коридоре. Охранник попытался остановить хулигана, но тот его оттолкнул - тогда вахтер побежал вызывать

полицию. Тем временем парень добрался до директорской, разбил монитор в приемной...

А там дебошира повалил на пол подбежавший на выручку деятиклассник - Тигран Исингалеев.

- Я спускался со второго этажа. Вижу, дети разбегаются в разные стороны, у директора шум. Увидел этого парня, узнал, мы в одну качалку ходили. Но я сумел его скрутить, хотя еле-еле удерживал. Потом уже учителя подбежали, Росгвардия приехала.



Архив семьи

16-летний парень признается: страшно не было, хоть соперник старше его и гораздо крупнее, думал только о том, чтобы не пострадали ученики. Что забыл в школе дебошир - неизвестно, предварительно, был под наркотиками. Сейчас с ним работает полиция.

И деньги сэкономить, и жизнь улучшить

Андрей ЗОБОВ

Директор Агентства стратегических инициатив (АСИ) Светлана Чупшева рассказала Путину, на что скинулись Москва и Новгород и как будут лечить ветеранов СВО.

ДЛЯ ТУРИСТОВ

- Становится традицией, Владимир Владимирович, что во время нашей встречи я презентую новые туристические маршруты, - начала гостя.

- С интересом посмотрю, - ответил президент.

О чем же речь? Для любителей промышленного туризма Россия и Белоруссия создали маршрут и выпустили путеводитель «Две страны, тысячи заводов». Это экскурсии по самым большим предприятиям - от космодрома Восточный до белорусского гранда БелАЗ. Или, например, винный центр Абрау-Дюрсо, лучшие белорусские производства сладостей - настоящее пиршество для путешественника.

ОПОРА ДЛЯ БУДУЩЕГО

Один из ключевых проектов у АСИ на этот год - помощь в развитии «опорных населенных пунктов». Это 2160 «стратегически важных» городов и сел по всей

стране. Например, села, куда весь район съезжается за медпомощью, или город с большим предприятием, куда люди едут работать.

Для этих «опорных населенных пунктов» специалисты под руководством Чупшевой ищут самые эффективные проекты. Как правило, они уже где-то работают, просто их нужно адаптировать под местные условия.

- Это решения в сфере транспорта, в сфере жилищно-коммунального хозяйства, городского благоустройства, образования, медицины. Очень многие из них бесплатно предлагает Москва, - объяснила гендиректор АСИ.

ТРИ ПРИМЕРА ДЛЯ СТРАНЫ

В медицине АСИ предлагает распространить систему, когда искусственный интеллект рассматривает рентгены или МРТ пациента.

- Это решение из Нижегородской области, - объяснила Чупшева. - ИИ помогаеткратно повысить количество верных диагнозов, а значит, проект защитит здоровье и жизнь россиян.

Или еще один пример работы АСИ - общие закупки для регионов. Так, Москва и Новгородская область сэкономили полмиллиарда при покупке медоборудования в складчину.



Владислав ПРОКОФЬЕВ/POOL/РИА Новости

Светлана Чупшева показала президенту сразу несколько уже работающих решений для российских городов - от транспорта до медицины.

- Такие решения нужно тиражировать, - согласился президент.

Другая интересная инициатива - из исторических зданий, памятников архитектуры можно делать культурные или исторические объекты. Для самих зданий это новая жизнь, а для туристов - новые точки интереса.

- В конце прошлого года мы представили 80 эффективных решений. Сегодня их уже берут на вооружение главы муниципалитетов, и надеемся, что в этом году эта работа будет максимально расширена, - ответила глава АСИ.

ВОЕННО-ГРАЖДАНСКАЯ МЕДИЦИНА

Конечно, агентство плотно работает и по направлению СВО. Например, у них есть проект, по

которому по всей стране создадут сеть центров военно-гражданской медицины. Там специалисты будут учить лучшие военные и гражданские врачи. А сами центры получат самое современное оборудование для лечения и реабилитации.

- На базе чего планируете их открывать? - поинтересовался Путин.

- Уже действующих краевых, областных клиник, - объяснила Чупшева. - Очень важно, чтобы наши ребята, которые попадают в военные госпитали, после лечения могли на высоком уровне получать медицинскую помощь и реабилитацию рядом с домом. Чтобы в каждом регионе были такие центры.

- Очень важно, полностью согласен, - откликнулся глава государства.

■ ДИПЛОМАТИЧЕСКАЯ ЛЮБЕЗНОСТЬ

Москва и Вашингтон обменялись заключенными

Александр КОЦ,
Андрей ЗОБОВ

Нашему соотечественнику Артуру Петрову в Штатах грозило до 20 лет тюрьмы.

Россия и США продолжают обмениваться «жестами доброй воли». Перед началом переговоров делегаций двух стран в Стамбуле был проведен обмен заключенными. Посредником выступили Объединенные Арабские Эмираты. В Москву поехал Артур Петров, в Вашингтон отправилась Ксения Карелина.

Вот что о них известно.

Россиянин Артур Петров, имеющий также гражданство Германии, был арестован на Кипре по запросу американской миноста 26 августа 2023 года. Ему предъявили сразу целый букет обвинений: в нарушении экспортного контроля, контрабанде, мошенничестве и отмывании денег.

По материалам дела, Петров вступил в сговор с целью контрабанды в Россию американских микроразрешенных технологий, имеющих двойное, а значит, и военное назначение. Петров, по данным американских правоохранительных органов, участвовал в международной сети незаконных закупок, базирующейся в России. Отгрузки микроразрешенной продукции якобы осуществлялись через страны-посредники с целью скрыть конечного покупателя. А в итоге оказывались на передовой - на Украине.

В США Петрову грозило до 20 лет тюрьмы.

В ответ мы освободили гражданку США и России, 33-летнюю **Ксению Карелину**. Родившаяся в Екатеринбурге девушка переехала в 2012 году и получила паспорт, выйдя замуж за американца. В январе 2024-го вернулась в Екатеринбург, но была задержана по подозрению в финансировании ВСУ.

15 августа 2024 года ее приговорили к 12 годам колонии общего режима по обвинению в государственной измене. По данным ФСБ, с февраля 2022 года Ксения Карелина «инициативно» собирала деньги в интересах одной из украинских организаций, которые направлялись на приобретение ВСУ, в частности, предметов тактической медицины, экипировки, средств поражения и боеприпасов. В ФСБ считают, что на территории США Ксения Карелина «неоднократно принимала участие в публичных акциях в поддержку киевского режима».

■ ВИЗИТ

Сергей ЛАВРОВ:

Попытки изолировать Россию утопичны

Владислав ВОРОБЬЕВ

В Алма-Ате глава МИД РФ расскажет соседям о важности связей с нашей страной.

Глава МИД России Сергей Лавров прибыл с визитом в Алма-Ату, где вчера принял участие в заседании Совета министров иностранных дел СНГ. А сегодня у министра запланирована встреча с главами МИД всех пяти стран Центральной



Михаил ОРОЛОВ/УКРП-Москва

Азии. Во многом она будет особенной. Дело в том, что в начале апреля в Самарканде прошел первый и во многом провокационный саммит «Евросоюз - Центральная Азия». Цель Брюсселя была очевидна: оторвать страны региона от России. Руководитель дипломати-

ческой службы Европейского союза **Кая Каллас** не постеснялась пригрозить: «Нельзя допустить, чтобы российские компании обращались к Центральной Азии для обхода санкций».

Но ситуация в мире изменилась. «Старший партнер» Европы в лице президента США **Дональда Трампа** пошел на переговоры с Москвой. Россия активизировалась в Центральной Азии - предложены выгодные деловые проекты, что придутся этим странам весьма кстати на фоне развернувшейся «войны пошлин».

В Алма-Ате российский министр был дипломатичен, официально обращалось внимание на «юбилейные» темы - прежде всего на совместное празднование 80-летия Победы. Но в казахстанской столице наверняка не пропустили мимо ушей программное заявление Лаврова, сделанное еще до визита: «Мы видим, как Запад хочет распространить на Центральную Азию свое влияние... Но задача изолировать Россию - иллюзорна и утопична».



Экспертное мнение политолога в программе «Бовт знает» каждый четверг в 20.00 (мск) на Радио «КП»

Человечек - это звучит годно

Какие слова больше всего раздражают россиян на работе.

Елена КРИВЯКИНА

Тут человек есть один годный. Он токс, но поможет вкусно зафиналить кейс. Жду фидбэк асап. Услышимся!

Именно так говорят некото-

рые россияне на работе - и ведь уверены, что звучат солидно, деловому. Не догадываясь, как это всех бесит! И чтобы до них это наконец дошло, эксперты системы поиска работы hh.ru составили рейтинг слов и выражений, которые используются на работе и вызывают наибольшее раздражение (список с пояснениями - в рубрике «Кейсом об тейбл», она еще пригодится вам для понимания этой заметки).

Среди самых раздражающих слов первое место заняли «человечек», «задача» и прочие уменьшительно-ласкательные формы.

Люди не любят уменьшительно-ласкательные слова, потому что воспринимают их как нечто неестественное, льстивое, заискивающее, - объяснила «КП» педагог, блогер, писатель Татьяна Гартман. - Это Буратино - деревянный человечек. А людям нравится, когда говорят «человек», без принижения и снисходительности.

Среди выражений сильнее всего раздражает фраза «Я тебя услышал». Для многих это звучит, как будто тебя послали.

А еще рейтинг переполнен сленгом и англицизмами.

В сленге есть и отрицательные, и положительные стороны. Из условно положительных - это то, что люди чувствуют свою причастность к определенному сообществу, «я такой же, как они», и это облегчает общение, - считает Татьяна Гартман.

А не заходит сленг часто человечкам, которые его не понимают. Ну не апрувят они его!

Это все равно что находиться в кругу людей, которые говорят на одном языке, а ты среди них белая ворона. Но тогда выучи эти слова, если хочешь быть частью этого сообщества, - замечает эксперт.

А может, наоборот, нужно защищать русский язык от такого мусора?

Русский язык не надо защищать, он сам справится. Стоящее останется, а ненужное из языка просто выветрится. Лет десять назад мои ученики активно употребляли слово «эшкере» как эмоциональную реакцию на что-то. «Садись, два!» - «Эшкере!» «Молодец, пять!» - «Эшкере!» Я на уроках пыталась это пресекать - бесполезно. Но спустя годы это слово ушло само, и сейчас его уже не употребляют. Если слово входит в русский язык, значит, оно зачем-то нужно. Главное, не заигрывать такими словами и понимать, где уместно их употреблять, а где нет.



Катерина МАРТИНОВИЧУ «КП» - Москва

КЕЙСОМ ОБ ТЕЙБЛ

Самые раздражающие слова...

Слово	Пояснение	Доля голосов
Человечек, задача	Уменьшительно-ласкательная форма	24%
Засинкаться, синк, синкануться	Синхронизироваться	21%
Вкусный, годный	Хороший, качественный	17%
Мэтч, смэтчиться	Совпадать, соответствовать	16%
Апрувить, заапрувить	Согласиться, одобрить	15%
Крайний	В значении «последний»	15%
Услышимся	До встречи (часто в значении «оставь меня в покое»)	14%
Фидбэк, отфидбэчить	Дать обратную связь	14%
Асап	Как можно быстрее - от английского as soon as possible	13%
Токсичный, токс	Неприятный, вносящий раздор	13%
Чекнуть	Проверить	11%
Эджайл	Гибкий подход к управлению	11%
Менеджерить	Управлять	10%
Ресёрч	Исследование	9%
Челлендж	Совершение какого-то действия и привлечение к его повторению других людей	9%
Консёрн	Сомнение, опасение	8%
Зафиналить	Закончить	7%
Кейс	Реальный случай, на котором разбираются теоретические идеи	7%
Зашло	Понравилось	7%
Пюфиксить	Починить	7%

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

...и устойчивые фразы

Я вас (тебя) услышал	24%
Ретроградный Меркурий (как объяснение рабочих проблем)	19%
Надо было вчера	17%
Я на колле (от слова to call - звонить)	16%
Все так делают	16%
У нас есть консёрн	13%
Референсы в аттаче (нужные материалы прикрепляю)	13%
Это срочно	13%
От слова «совсем»	12%
Бюджета нет	12%
Припарковать вопрос, тему (отложить обсуждение)	12%
Мы же взрослые люди	12%
Энергия пошла («чувствую, энергия пошла, мы начинаем говорить об одном и том же»)	12%
Выйти из зоны комфорта	10%
Голосом поговорить	10%
Доброго времени суток	10%
Так исторически сложилось	8%
Извини, что голосом	8%
Чтобы вы понимали	7%
Взять на карандаш	7%

По данным hh. Опрошено 2,5 тысячи соискателей.

ВОПРОС ДНЯ

Исследование ресурса hh.ru показало, какие словечки и фразочки больше всего бесят россиян на работе, и мы спросили:

А какие слова и выражения, которые вы слышите в офисе, раздражают вас?

Игорь ТРУНОВ, адвокат:

Раздражают скорее не слова и выражения, а, например, когда человек резко сокращает дистанцию в отношениях на работе. Все больше слов, за которые сроки можно получить, когда речь заходит об оскорблении чести и достоинства. А в мой адрес от «коллеги» однажды прозвучали такие слова... Это непечатно. Речь шла о деле большой российской звезды. И в итоге за то, что этот адвокат наговорил относительно меня, коллегия лишила его адвокатского статуса.

Мира БЕРГЕЛЬСОН, директор Центра социокультурных и этноязыковых исследований НИУ ВШЭ:

У нас на работе, видимо, интеллигентное окружение - что такое «ретроградный Меркурий», я не понимаю. Слова вроде «человечек» или «задача» на работе не слышу, а если б услышала, они вызвали бы у меня безумное раздражение. И не терплю феминитивы. Нет, «поэтесса» для меня старое и приемлемое слово, хотя женщины-поэты его и не любят. А вот «редакторки», «менеджерки» и более экзотические - они мне кажутся насилием над русским языком.

Виктор ПОХМЕЛКИН, экс-депутат Госдумы четырех созывов:

В Думе четвертого созыва от одного коллеги прозвучала фраза «Дума не место для дискуссий», она у меня ничего, кроме раздражения, не вызывает. Другой думский деятель, который считался большим оратором, на самом деле русский язык гробил. Как вспомню его фразу, так вздрогну: «Не заставляйте детей учить английский. Пусть изучают автомат Калашникова». Ну а третий депутат, болтун и эпатажник, постоянно отнимал у нас по часу.

Ирина КОРЖАЕВА, психолог:

Раздражают пустые фразы вроде «Как дела?». Бесит брошенное походя «человечек». На работе у нас деловые отношения - не надо меня уменьшать, а ласкать тем более. «Ретроградный Меркурий» вызывает у всех аллергию, но, каюсь, и сама использую иногда. «Зашел не в ту дверь» слышу то и дело, но если человек понимает, что сделал глупость, и сам о себе говорит с иронией, почему это должно раздражать?

Дмитрий МАРТЫНЕНКО, учитель физики:

Кто-то считает, что учителей раздражает молодежный сленг, который используют ученики: слова вроде «краш» или «кринж». Но это скорее удивляет: как такое можно придумать? «Рандомно», в смысле случайным образом, уже много кто использует, не только ученики, но и учителя, оно слух не режет.

одноклассники



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



Давайте дружить на OK.RU/KPRU

В МИРЕ
Европа собралась воевать на два фронта: против России и США

НАУКА
У динозавров были шансы дожить до наших дней

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



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



«Жареные пирожки от луганской бабушки - самое вкусное, что я ел в жизни»

Виталий Милонов почти год воевал на СВО. Не наблюдателем, а обычным артиллеристом... Но теперь ему и другим депутатам туда вход заказан... Почему «Валентиныч» вернулся, он рассказал в интервью «Комсомолке».

Дина КАРПИЦКАЯ

«Я БЫ ОСТАЛСЯ»

Парламентариям запрещено посещать военные части в зоне СВО. Теперь только по согласованию с министром обороны или начальником Генштаба. Официально о причинах не говорили, но, по слухам, одна из главных - «излишний пиар» некоторых законодателей, ездивших просто сфотографироваться. В итоге запрет распространяется на всех. И тому же воевавшему Милонову пришлось вернуться...

- Как вас на год отпустили - семья, работа, общественность?

- С пониманием. В Думе были вопросы, но вот депутатам запретили подолгу находиться в зоне СВО. Если бы не это, я бы там и остался.

- А как вы туда попали? Вы же не профессиональный военный.

- Я с 2014 года постоянно бывал в ДНР и ЛНР. Дружил со многими. А в 22-м году позвонил своим: «Всё, парни, можно ехать, не стеснясь». Я поехал добровольцем. В Госдуме 90% этого времени я был в неоплачиваемом отпуске, а контракт с Минобороны - безвозмездный, без оплаты.

- Вы прямо в окопе с автоматом воевали?

- Зачем автомат? У меня пушка - «Рапира». Я служил в противотанковой артиллерийской батарее старшим наводчиком. Когда не хватало людей, сам заправлял снаряды, гильзы вытаскивал... Пехота идет в наступление - надо их поддерживать. Мы заходили в Попасную первые в составе объединенной группы. Последнее время я в Горловке жил, в расположении. А пушка моя стояла в 4 километрах от линии соприкосновения. Я на мотоцикле за 7 минут доезжал до нее.

- На мотоцикле?

- У меня там с 2014 года стоял мой БМВ,

очень удобно. Но из-за ограничений пришлось вывезти его оттуда. Буду ездить теперь на нем по Курской области. Надеюсь, и по Сумской.

- А как жили? Какие условия были?

- Все, что мы прошли, практически от дома к дому, было где ночевать. Честно говоря, бытовых вопросов вообще не было. Понятно, что неудобно, что живешь где придется... вскипятил чай какой-то, кофе растворимый сделал... Как-то я, кстати, привез себе молотый, заваривал, выходил и говорил: «Ребята, у меня кофе заварной, арабский» - мне передали арабы из Ливана кофе с кардамоном.

- Арабский кофе с кардамоном не на всех курортах подают...

- Тут совсем не курорт. Просто не надо ситуацию драматизировать. Есть условия, когда парни где-то в голом поле стоят, - это сложно. Но не мне жаловаться на бытовые условия. Да, тяжело. Но не это самая

большая проблема. Самая большая - что тебя убить могут каждую минуту. В один миг человек может стать «грузом 200». Так что бытовые неудобства на этом фоне меркнут. Там главная задача - остаться в живых, сохранить боеспособность, не трусить, не прятаться где-то в тылу. Вот единственное, к чему нельзя привыкнуть, - к ожиданию смерти. По нашим расположениям несколько «Хаймарсов» прилетало, ракеты... Ложишься спать и не знаешь, проснешься или нет.

ПРОСТО «ВАЛЕНТИНЫЧ»

- Скажите честно, страшно было?

- Конечно. Страх там спасает. Мы стояли совсем рядом с линией соприкосновения, и я никогда не носил шумозащитные наушники - не слышно выхода (выстрела противника), он же еле заметный. А если услышал, значит, есть несколько секунд, чтобы найти,

куда упасть. Чем ниже лежишь, тем живее будешь. Я поначалу стоял такой смелый, не боялся типа. Но это глупая бравада.

- А радости там какие?

- Самые обычные, на которые тут, в Москве и Питере, я бы внимания не обратил. Например, пирожки, которые покупал у бабушки, возвращаясь с батареи: жаренные такие в масле, жирные. А ты с утра ничего не ел, бегал, сутелся, пушку на цели наводил, слушал постоянно воздух, когда отлетка по тебе прилетит. Иногда часами сидели, не могли даже высунуться из укрытия. У нас рекорд был - 40 с лишним артиллерийских прилетов за час по нам. После такого возвращаешься, и пирожки эти залетают только так: ни изжоги, ничего. Это было самое вкусное, что я ел в жизни.

А еще как-то пошли с парнями отмечать День народного единства в уцелевшее кафе в Горловке. Подходит

какой-то а-ля военкор: «О! Милонов к вам пиариться приехал?» А сослуживцы мои встали и чуть не побрили его: «Мы с ним вместе воюем, а вот ты что здесь делаешь, непонятно». Это искренне было. Мне очень приятно. Я для них давно никакой не депутат. Просто «Валентиныч». Даже прикрикнуть могли с матерком порой.

- Как после этого в мирной жизни?

- Нормально. Единственное: человек, который приезжает домой, должен понимать, что война осталась там, нельзя привозить ее с собой. Многие не осознают. А обостренное чувство справедливости, которое уместно там, тут будет только мешать. Ведь и на гражданке много несправедливости, ошибок, но эти люди не враги... Поэтому немирные способы решения нельзя допускать.

КАЖДЫЙ СТАРАЕТСЯ ОЧЕРНИТЬ

- Наверняка же говорили про вас: вот Милонов опять выпендривается, сидит на фронте вместо работы.

- В лицо не говорили. Но что, вы думаете, я не видел, сколько за спиной шушукались, мол: «Посидел где-то в тылу, кофе пил с пирожными, и рассказывает теперь»? Сначала было обидно, а потом махнул рукой. Все равно все всё поняли. И потом, я не один депутат, кто поехал в зону СВО, - большинство моих знакомых в Госдуме сами туда отправились. Кто-то воевал в БАРСе «Каскад» (это операторы дронов). Двое - Бадма Башанкаев и Дмитрий Хубезов - оперировали прямо там, в Донецке и Луганске. Дмитрий Саблин вообще комбригом стал. Я не один такой.

- Ну а есть же такие, кто чисто сфотографироваться приезжал.

- Были, но пиара из участия в СВО не получится никогда. Скорее антипиар. Каждый старается очернить. Недавно одна коллега упрекнула: «Видите, какой плохой депутат Милонов, мало был на заседаниях комите-

та, ходил мало на мероприятия, потому что был на СВО». Я ничего не стал ей отвечать. Просто это показывает глубину недопонимания. В итоге эта нездоровая реакция вытекла в «давайте запретим им ездить». Понятно, что депутаты могут быть легкой целью и противник может использовать гибель или ранение в своей информационной войне (именно поэтому, когда я получил первое ранение, я вообще об этом никому не сказал, чтобы никто не радовался). Понятно, если все пойдут, кто будет тогда законы принимать? И понятно, что не надо смешивать: если ты депутат - принимай законы, хочешь воевать - складывай полномочия и иди...

(Вздыхает.) У нас (тех, кто отправился на СВО. - Д. К.) как раз нет негатива к тем, кто не поехал туда. Но почему-то в наш адрес у некоторых такая реакция. Я не понимаю. Луговой меня вообще назвал «самомотоцикловым».

- Вы едете в Курскую область. Зачем?

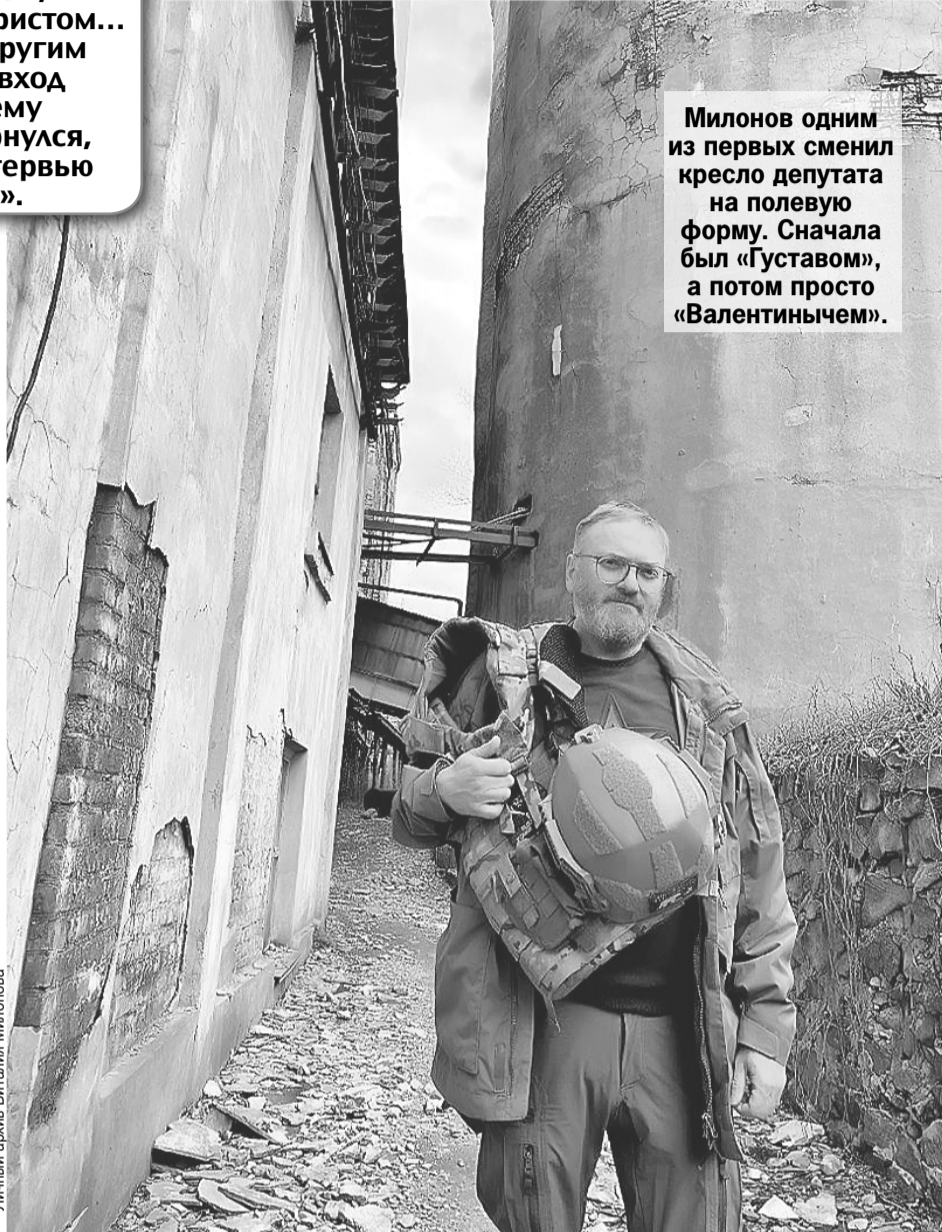
- Там военные, в том числе наши мобилизованные. Я предложил помощь - беспилотники, оборудование, рации. А еще надо посидеть с ними, поболтать просто за жизнь. Это важно. Там парни молодые же, им поддержка нужна. Вот попросили меня гамбургеров им привезти. Привезу, конечно.

«Я СКУЧАЮ»

- «Комсомолку» читают в ДНР и ЛНР. Что вы передадите своим боевым товарищам?

- Мы не потеряли контакта, постоянно созваниваемся, что нужно - решаем задачи. Иногда у меня есть возможность туда поехать, потому что у «Единой России» большой проект помощи есть, привозили недавно оборудование. В общем, я скучаю и мечтаю, чтобы поскорее мы уже могли, не слушая воздух, гулять по той же самой Горловке, спокойно на мотоцикле проехать по тем местам. Скорее бы!

Милонов одним из первых сменил кресло депутата на полевую форму. Сначала был «Густавом», а потом просто «Валентинычем».



Личный архив Виталия Милонова

Евгений БЕЛЯКОВ

Как наше желание помочь хорошему человеку обогащает преступников.

- В Telegram пришло сообщение от знакомого. Попросил, если не сложно, проголосовать за него в конкурсе. Какая-то премия лучших менеджеров. Подумала, ну мне же не сложно - помощи хорошему человеку. Там дел-то на 20 секунд, - рассказывает москвичка Марина. - Перешла по ссылке. Там обычное онлайн-голосование. Когда нажимаешь кнопку отправить ответ, появляется сообщение: «Чтобы голосование было честным, авторизуйтесь через Telegram». Меня это не смутило - решила, не хотят, чтобы была накрутка голосов, - поясняет Марина.

А через несколько дней с ее аккаунта началась мошенническая атака на несколько десятков ее друзей и коллег...

МЕНЯ ВЗЛОМАЛИ

- Вдруг мне начали звонить и писать знакомые. Спрашивать, не я ли им пишу в Telegram с просьбой дать денег. Попробовала зайти в свой аккаунт. Но ни с телефона, ни с компьютера это не получалось, - говорит Марина.

Она стала срочно искать в интернете, что делать, писать в рабочие и личные чаты с других мессенджеров, чтобы предупредить друзей и знакомых.

- Доступ к аккаунту восстановила примерно через час, - говорит Марина.

Как выяснилось позже, рассылку с просьбой о финансовой помощи мошенники успели сделать на 20 с лишним контактов. Большинство знакомых сообщения проигнорировали. Пятеро аферистам ответили. А подруга Алла отправила им 160 тысяч рублей...

- Общение началось с вопроса: «Слушай, а какой у тебя лимит по СБП?» (СБП - это система быстрых платежей, через которую отправляются денежные переводы. - Ред.). Я честно написала, что не знаю, полезла проверять. Параллельно спросила у подруги, как у нее дела, как дети (они болели тогда). Она ответила, все нормально, уже лучше. Я начала рассказывать, что у меня тоже ребенок заболел - второй день с температурой 39 лежит, не спит, не ест, - рассказывает Анна, которая в тот день получила от Марины сообщение с просьбой помочь.

Легенда у мошенников была такая. Марина якобы хотела оплатить обучение, которое помогло бы ей продвинуться по работе. Но банк почему-то не пропускал перевод. Вот она и просила под-



Катерина МАРТИНОВИЧ-«КП» - Москва

Исповедь жертвы мошенников:

Сочувствие - лучший помощник афериста

ругу сделать перевод за нее, а она бы ей вернула деньги уже завтра. Когда якобы в банке снимут блокировку.

- Меня это не сильно смутило. Я знаю, что Марина время от времени учится. Плюс она пообещала потом рассказать нюансы. Мы ведь вместе работаем. Поэтому я понимала, что человек получит деньги и тут же мне их вернет, - говорит Анна.

Она перевела подруге 60 тысяч рублей. Точнее, не ей, а на номер, который та указала в сообщении. Но на этом разговор не закончился...

ПРОСИТ ДВАЖДЫ

- Коллега поблагодарила за помощь. Сказала, что теперь осталось еще 100 тысяч рублей найти. Мол, у одного человека неудобно столь большую сумму просить, поэтому разбивает по частям. Дальше у нас идет обычная переписка. И я, в принципе, согла-

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

Оценки объемов потерь разнятся. В ЦБ за 2024 год зафиксировали кражу 27,5 млрд рублей с банковских счетов. В МВД назвали цифру 200 млрд рублей и полмиллиона пострадавших. В Сбере считают, что размер потерь еще больше - «не менее 295 млрд рублей».

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

силась дать остаток суммы в долг, - говорит Анна.

Подруга в переписке пообещала, что эту часть вернет уже вечером, как только разберется с банком. В крайнем случае, мол, возьмет в долг у родителей и переведет от них. В итоге Анна отправила еще 100 тысяч рублей. И в этот момент кто-то из коллег написал ей, что аккаунт Марины взломали...



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ НЕ ПОТЕРЯТЬ ДЕНЬГИ

- Не голосуйте в дурацких конкурсах.
- Не торопитесь переводить деньги и опасайтесь переводов частным лицам.
- Обязательно свяжитесь с просящим лично (по телефону или в другом мессенджере).
- Если переводите деньги, то делайте это на карточку друга, а не другого лица.
- Подключите двухфакторную идентификацию. Укажите в настройках не только телефон, но и вашу почту. Тогда восстановить аккаунт (если его уведут) получится быстрее.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

ВОПРОС - РЕБРОМ

Почему номер жулика не блокируют?

Счет, на который мошенники просят отправить деньги, как правило, оформлен на подставное лицо. Это дроппер, которого обманом или за деньги убедили отдать аферистам свою карту и предоставить доступ к онлайн-банку. На счет дроппера жертвы присылают деньги, мошенники тут же их обналичивают или отправляют на другие подставные счета. В Центробанке рапортуют, что наладили чуть ли не онлайн-взаимодействие с правоохранительными органами. И когда счет или номер телефона дроппера засвечивается, его блокируют в течение одного рабочего дня.

Происходит не так быстро. Через неделю после заявления Анны счет некоего Даниила И. в одном из крупных госбанков до сих пор исправно функционировал. На него удалось отправить 10 рублей. А вот спустя две недели счет уже был заблокирован. Отправить на него деньги не получилось.

В Центробанке рекомендуют: если вы стали жертвой мошенников, сразу напишите заявление в банк и обратитесь в полицию. Это нужно, чтобы сведения о мошеннической операции как можно быстрее попали в базу данных регулятора, а также увеличилась вероятность привлечения злоумышленников к ответственности.

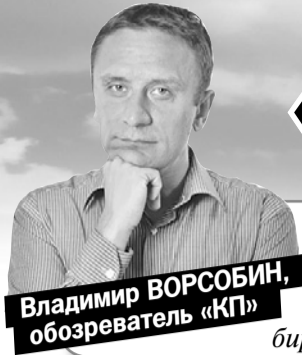
Правда, на практике все

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

- Почему мошенникам все удалось? - размышляет **клинический психолог Ирина Коржаева**. - Во-первых, они изучили переписку. Им не нужно было начинать разговор с нуля. Надо было лишь продолжить общение. Во-вторых, жертва не выпалась, думала о болезни ребенка, пыталась работать, торопилась. В-третьих,

«Усталость и спешка - два сообщника негодяев»

преступники смогли отключить внутреннюю сигнализацию Анны. Прислали скриншот неудачного перевода для подтверждения, не торопили, вежливо разговаривали, писали без ошибок. А дальше на помощь пришел лучший помощник мошенников - сочувствие. У большинства нормальных людей есть потребность делать хорошие дела ради других. К сожалению, этим мошенники и пользуются.



Владимир ВОРСОВИН,
обозреватель «КП»

«Жена шофера мэра» НО ПРАВИТЬ

В уральском городке развернулась драма - все уговаривают победительницу выборов занять свой пост, а она упирается. Как такое возможно? Политобозреватель «Комсомолки» поехал разбираться в этой удивительной истории.

Никогда с человечеством такого не было, и вот опять...

Произошедшее казалось таким странным, таким противоестественным, что сам Салтыков-Щедрин, заинтригованный (неужели и такое на Руси возможно?!), радостно рванул бы в крохотный пригород Екатеринбург Берёзовский писать новый роман.

Событие это произошло в самый заурядный, будничнейший, даже мерзопакостнейший день, в самой скучной точке города. Мэрии.

Правда, сам градоначальник Евгений Писцов мне потом доказывал, что прилетел я зря, что журналисты, мол, напрасно расшумелись, что таких историй в России пруд пруди, и, между нами говоря, чего только у нас не творится.

- Запомните, - таинственно предупредил меня Писцов. - Причину произошедшего вы все равно не найдете! Правду не узнает никто!

И это было сказано так зловеще, что прогреметь бы грому, сверкнуть бы молнии, к счастью, милая секретарша принесла конфеты, и мироздание успокоилось.

- Но зачем утаивать правду? - удивляюсь я, понимая - придется теперь искать ее из принципа.

- Таковы правила игры, - пожал плечами мэр.

- А правда, конечно, на вашей стороне? - киваю.

- Разумеется, - даже немного удивился градоначальник...

КАНДИДАТ - УБОРЩИЦА

...Хотя, дорогой читатель, положи руку на свое честное русское сердце и посуди сам: ну какой Писцов после всего случившегося градоначальник?

Он же только что проиграл выборы... бывшей жене своего же водителя, которая, ко всеобщему ужасу, и должна теперь возглавить город.

Но уникальность истории даже не в этом. Жена водителя. Подумаешь! В России и не такое бывает...

Есть у меня одна хорошая знакомая - Марина Удгодская из костромского села Повалихино. Работала она уборщицей в сельсовете. И как-то глава села, задумчиво наблюдая, как она моет полы, подумал: а не сделать ли ее своим техническим кандидатом на выборах? Видимо, рассудил глава: пусть терпеть его самого село не может, но какой дурак проголосует за уборщицу?! Вот только оказалось, что народ-то наш, по-чиновничьи рассуждая, тот еще подлец. Он же так и норовит какой-нибудь анекдот соорудить. Он и соорудил. Захотелось ему, шалопаю, Золушку. Уборщицу то есть. Скандал чуть ли не мировой. В деревню съехалась всемирная пресса. Даже Собчак на вертолете прилетела вылавливать перепуганную «мэршу», скрывшуюся от славы в лесу... Старый мэр, кстати, повел себя достойно - перекрестился, отдал уборщице ключи от клуба и со словами: «Я устал, я



Юлия Маслакова - первый в мире градоначальник, через суд опротестовавший собственное избрание. И это Юлии удалось. 19 марта суд лишил ее должности.

ухожу», - исчез (а Удгодская до сих пор правит деревней, и говорят - с удовольствием)...

Но в Берёзовском - даже по российским масштабам - произошла уж вовсе фантастическая история.

НЕ ПРИШЛА НА СВОЮ ИНАУГУРАЦИЮ

Впервые в истории человечества победивший на выборах кандидат опротестовал в суде... собственную победу. Экс-супруга водителя мэра Юлия Маслакова не только не пришла на собственную инаугурацию, но и начала битву за священное право... не быть градоначальником. С отчаянностью, с которой обычно проигравшие кандидаты бьются за право быть им.

Ее уговаривали депутаты. Молили горожане. Нет. Не хочет Юлия быть мэром. Сразу после победы расхотела вдруг.

Это выглядело таким красивым издевательством над выборами, что в Берёзовский сбежались журналисты охотиться на взбунтовавшуюся супругу водителя, как на загнанного зверя - засады у подъезда, выслеживание. И если повалихинской селянке пришлось уйти от такой беды в леса, то Юлия, переселившись с ребенком к родителям, приняла железное



Тот самый Евгений Писцов. Мэр города, несмотря ни на что.

Владимир ВОРСОВИН/«КП» - Москва

решение: скрываться до последнего, хранить великую тайну вечно.

Хотя, казалось, и тайны-то никакой нет.

Дело в том, что выборы мэра были не прямыми. Мэром Юлию сделали депутаты местной Думы.

- Просто депутатов купили, - сообщили мне мои екатеринбургские источники, чиновники бывалые, прожженные - им «берёзовский спектакль» был очевиден до скукоты. И рассказали они мне историю.

ФИГУРЫ ПОД КОВРОМ

Мол, есть такой местный олигарх Вячеслав Брозовский. В начале нулевых - скромный бизнесмен («В грязной футболке ездил на своей «чебурашке»: сам и грузчик, и экспедитор, и продавец»). Но к 2004 году трудяга соорудил себе уже несколько заводов.

Ну а когда стал мэром (по мнению местных, неплохим: именно при Брозовском город стал выглядеть прилично), уже всерьез разбогател. Оставил после себя своего зама Писцова - верного, преданного, а сам пошел на повышение - в вице-губернаторы, а потом в областную Думу...

Старый добрый классический тандем: Писцов - мэр, Брозовский - «покровитель города». Идиллия.

Но тут вдруг между Брозовским и Писцовым пробежала черная кошка. Точнее целая стая.

Решающий конфликт случился по причине банальной, но шкурной. В ноябре 2023-го мэрия заключила странный договор мены с некоей фирмой «Жилстрой». За принадлежащий фирме участок в центре города (6,6 тыс. кв. м) мэрия отдала три участка (в сумме 11,1 тыс. кв. м) на окраине.

Отдала неосторожно - кадастровая стоимость полученного городом участка (там собираются строить бассейн) 44 тысячи, отданного - 71,7 млн рублей.

Еще раз (кто не понял суть странной сделки): город получил землю на 44 тысячи, отдал - на 71,7 миллиона.

Может, тому и есть какое-то хитрое экспертное объяснение (хотя и за меньшие недоразумения СК радостно возбуждает дела), да тут случилась новая беда - этот ушлый «Жилстрой» тут же продал землю застройщику с милым названием «Философия идеалистов». А «идеалисты» - они же не дураки, затруднили работу складов, стоящих на соседнем участке, огородив их от мира забором. А склады, как назло, принадлежали... Правильно - отцу города Брозовскому.

Бывший хозяин Берёзовского унижения не стерпел. В СК полетели заявления на мэра о нехорошей сделке, а «губернаторские» получили неприятную новость - между действующим мэром и бывшим началась война. Никто и не скрывал - предстоящие выборы будут «аховыми», депутаты Писцова непременно «зарезут», благо большинство из них во главе со спикером Алексеем Горевым (через свою семью контролирующим, кстати, часть хлебного и ритуального бизнесов города) кто по старой памяти, кто по новой, для Брозовского верные союзники.

К часу икс обе стороны пришли во взвинченном состоянии и полной боеготовности. Дума - с решимостью во что бы ни стало свергнуть мэра (для этого сам спикер Горевой выдвинул свою кандидатуру). Администрация - уцелеть любой ценой.

Для чего, как шепчут источники, властям и понадобилась политически невинная и самая несчастная в этой истории - Юлия Маслакова.

ЗОЛОТАРИ БЕЗ ЛЕНИНА

Берёзовский, кстати, устроен хитро. И характерец у него - не прост. В 1745 году здесь нашли первое в России рудное золото, из-за чего местные жители стали первыми «русскими на удаленке». Вместо работы они лениво спускались в погреб, наскребали золотишко, и до сих пор кое-кто из горожан называет себя гордо - золотари (видимо, не подозревая, что так в старину называли еще и ассенизаторов).

Может, поэтому в своенравном Берёзовском нет памятника Ленину. Его взорвали сразу после падения Советской власти, и все попытки восстановить не приводили ни к чему хорошему. Проломили голову и следующему памятнику. Антикommунистическое подполье в Берёзовском так планомерно истребляло Ильичей, что у КППРФ опустели руки...

Кабинет спикера Думы Алексея Горевского я обнаружил этажом ниже, прямо под креслом его противника - мэра Писцова.

Узнав, что хочу разобраться в берёзовской аномалии, Горевой посмотрел на меня так пронзительно, так горестно, что я понял - сейчас и он заговорит о правде. И он заговорил.

- Вы ничего не поймете, - сказал спикер. - Правду тут не отыщете.

Похоже, это любимый лозунг

ВДРУГ ВЫИГРАЛА ВЫБОРЫ, НЕ ХОЧЕТ

местных - замечаю. Ничто так не окрыляет нашего человека, как невозможность добиться правды. Это делает его фило-софом.

- А чего тут понимать? - удивился я. - Местный олигарх купил депутатов, а теперь травит неугодного мэра... Признайтесь, вы просто назвали проголосовали за несчастную Юлию. (Как пожаловался мэр - с криком: «А мы тогда за эту бабу проголосуем!»)

- Да, это звучит убедительно, - неожиданно согласился спикер.

- Даже у вас, противников мэра, к нему мало претензий, - несло меня по инерции. - Всего лишь договор мены злосчастных участков (загибаю пальцы), неучтенная трещина в выкупленном здании для администрации, да нехватка очистных в одном из пригородов. Все!

- И этого, по-вашему, мало? - спокойно кивнул Горевой. И предложил... усложнить задачу.

- Людям свойственно все упрощать, - усмехнулся он. - Вот и по-вашему выходит, что Брозовский нас купил, и мы голосуем как марионетки? Удобно, согласен. И картинке этой не нужны детали. Хотя в них - весь ответ. Поинтересуйтесь (подмигнул он) деталями. Почему 17 депутатов из 23 проголосовали абы за кого, лишь бы не за Писцова.

Да и сам Брозовский, которому я дозвонился, к идее «покупки» парламента отнесся с усталым раздражением. Вы, мол, сначала поговорите с теми, кого якобы я купил.

Так я начал погружение в берёзовскую политическую жизнь, в этот прелестный серпентарий.

КАК ЭТО БЫЛО

Юлия Маслакова оказалась вовсе не безработной домохозяйкой, не уборщицей, не торговкой с рынка, как это бывает у спойлеров, а ценным специалистом - главой городского отдела по инвестициям. Она получила мэрскую премию «Молодой госслужащий» и благодарственную грамоту от Минстроя РФ.

Другими словами, Маслакова могла стать мэром, тем более что в округе уже «бабье царство» - одни градоначальницы.

Юлия - в изящных очках, с видом строгой учительницы - заявила на выборы, которые шли по иезуитской системе. Десять заявившихся кандидатов - мэр, спикер Думы, буйный общественник, несколько депутатов, рабочий продуктового магазина и, наконец, Юлия - представляют свои программы конкурсной комиссии (что это такое - позже). Два главных соперника, однопартийцы-единороссы спикер и мэр, готовят серьезные программные выступления, Юлия тоже старательно подготовилась, остальные - спустя рукава. Рабочий нехотя сообщил, что засыплет к чертовой матери скользкий город песком, общественник принялся рас-

Снаружи администрация Берёзовского выглядит как игрушка. Выборы мэра показали, что и внутри - тоже.



Владимир ВОРОСОВИЧУ - КП - Москва

качивать лодку вульгарными лозунгами о прямых честных выборах. В общем, хорошо посидели, выступили. Депутатам оставалось лишь проголосовать - кто из кандидатов станет мэром. И все...

А вот - дудки! Потому что конкурсная комиссия и решает, кого допустить к голосованию, а кого - нет.

В Иране это делают стражи исламской революции, а в Берёзовском - восемь мужиков в европейски костюмах: четыре - от губернатора, четыре - от местной Думы, решающий голос за представителем областной власти. С одинаковым счетом 5:4 Дума была разгромлена, и градоначальнику была предоставлена одна единственная соперница - Юлия.

Как жаль, что не рабочий магазина! Было бы хотя бы смешно.

Перед голосованием разозленных депутатов тайне собирают и говорят - вы все поняли? Давайте, мол, по-хорошему. Был Писцов и дальше будет Писцов. И расценив молчание как знак согласия, назначили решающее заседание на следующий день.

Но на всякий случай подстраховались. И это станет главной тайной несчастной Юлии Маслаковой.

МАЛЕНЬКИЕ ТРАГЕДИИ

Сейчас у восставших депутатов на работе идут проверки - врачей проверяет Минздрав, учителей - Минобр... Совпадение, конечно. Но нервное.

И говорить со мной народные избранные боятся. Ходят по городу слухи, что по душе «опозоривших область смутьянов» уже выехали для воспитания специальные люди.

Поэтому депутат Татьяна Артемьева, главврач городской стоматологии, встретила меня с ужасом.

- Пожалуйста, - шептала она. - Будьте аккуратны. Иначе меня уволят! («КП» будет следить за судьбой главврача. - В. В.)

И рассказывает такую историю, что даже странно, как Татьяну до сих пор не уволили. В октябре брат мэра Геннадий Писцов пришел отстаивать права своего друга, мигранта, которому вроде бы плохо вылечили зуб. И судя по видео с камер, Геннадий не пришел - он в больницу во-

рвался. Странное зрелище - тихий, плохо говорящий по-русски мигрант под отчаянной, бушующей, пылкой защитой Геннадия. В итоге депутат оказывается в травмпункте, а брат мэра - в полиции... Братец получил копеечный штраф, а градоначальник - убежденного противника...

И у каждого из депутатов своя маленькая трагедия. Кто-то пробивал строительство соцобъекта, а результат, мол, приписал себе в заслугу мэру.

Кто-то пытался поспорить - куда лучше направить бюджетные деньги, и был игнорирован. Кто-то шептал, что усталость Думы и мэрии друг от друга копилась годами. И что все выборы в Берёзовском давно превратились в шапито. В 2011 году, когда Писцов шел на первый срок, произошла почти та же история: всех кандидатов просто не пустили на выборы, а выбранный в соперники элдэпээровец Андрей Баркеев словно по команде... сбежал.

И в Берёзовском тогда случилась правовая аномалия. Местный суд постановил взыскать с беглеца 351 802 руб. 22 коп. за срыв выборов.

И вот через 14 лет история повторилась, как запущенная болезнь...

АВАРИЙНАЯ КНОПКА

Утром стало ясно, что депутаты не встали на путь исправления. И дей-

Золушка вся Руси: как победившая на выборах уборщица стала последней надеждой своего села

ствительно проголосуют «за бабу». Тогда сработала старая система «отмены выборов». Словно кто-то нажимает аварийную кнопку.

Юлия Маслакова подает заявление о снятии кандидатуры. Казалось, штатная история, обкатанная. Но спикер гордумы, которого комиссия не допустила до выборов, взорвал ситуацию. Он мстительно заявляет, что в уставе города нет права кандидата на самоотвод и, к ужасу противника, запускает голосование.

Так Маслакова становится избранным мэром. И попадает в чудовищную ситуацию. Как теперь все это объяснить... На городских сайтах недоумение. Мол, выбрали - так правь. В гордуме - хохот. В администрации - растерянность...

И попыталась Юлия в нашем с ней разговоре уверить, что она просто разочаровалась в грязной политике и не захотела быть градоначальником. Имеет, мол, полное право. Вчера хотела, а как выбрали - расхотела.

Да вот мэр в разговоре на прямой вопрос: «Юлия - ваш технический кандидат?» усмехнулся и переспросил выжидательно: «И?»

- Не возражаете?

- Я не знаю, - засмеялся он.

«Я в порядке, - писала мне отказавшаяся править Маслакова. - Сейчас в отпуске. У меня не шок, а усталость от чрезмерного внимания ко мне и семье. Ко мне на работу пришли два парня спортивного телосложения, писали разное с неизвестных номеров, в комментариях в СМИ часто не стеснялись в выражениях».

В ответ на вопрос, не чувствует ли она, что ее подставили, долго молчала. Ответ был словно скопирован с релиза пресс-службы:

«У нас у всех, уверена, одна цель - это нормальная работа, созидание и развитие города. Больше комментариев не даю».

ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

Правду не узнает никто?

Мы стояли с мэром Берёзовского Евгением Писцовым у окна его кабинета и разглядывали город.

- Раньше тут стояли бараки, - говорил он мне. - А теперь, смотрите, как красиво. Почему я должен уйти, если столько сделал для города и сколько еще планирую сделать?!

- Политика только мешает работать, - вздохнул он.

И я не выдержал. Взмолился.

- Евгений Рудольфович, - говорю. - Разве это не издевательство над выборами?!

- Мы же все находимся в определенных правилах, - вздохнул он. - Они могут нравиться, могут не нравиться, но они есть. И вы тоже это понимаете. Вы же не можете себя называть абсолютно свободным и независимым человеком?

- Но я искренне ищу правду.

- К сожалению, правду вы не найдете и не узнаете, - повторил, помрачнев, мэр. - Наверное, никто ее не узнает долгое время (задумывается). Я вам очень много рассказал, больше даже, чем думал, что расскажу. Рассчитывая, знаете, на что? На порядочность.

- А правда на вашей стороне? - снова я задал свой вопрос.

- Я в этом убежден, - спокойно ответил мэр.

Неизвестные подробности о встречах и поездках первого космонавта.

Александр МИЛКУС

Незадолго до Дня космонавтики вышла уникальная книга руководителя музея Лётно-исследовательского института имени Громова, историка авиации и космонавтики Андрея Симонова «Земные орбиты Юрия Гагарина». В ней рассказывается о всех поездках Юрия Алексеевича после полета в космос.

- Андрей, тебе приходилось проводить чуть ли не детективные расследования, чтобы установить даты поездок и найти фото. Как же так? Юрий Алексеевич - знаменитость номер один. Десятки тысяч людей были свидетелями визитов...

- Меня это тоже удивило. Я искренне считал, что биография Гагарина изучена вдоль и поперек. Но, когда начал вникать, понял, что на самом деле это не так, - рассказал Андрей Симонов в эфире Радио «КП».

РАДИ ДРУГА ЗАСТАВИЛ ЖДАТЬ ГЕНЕРАЛА

- Четыре года назад у меня вышла книжка по материалам «Комсомольской правды» «Юрий Гагарин. Как это было. Первый человек в космосе». Основа ее - «Народная энциклопедия Гагарина». Почти 20 лет люди присылали мне фото и рассказы о встречах родных с Юрием Алексеевичем. И у тебя в книге множество ранее не публиковавшихся фотографий...

- Описывая некоторые события, я опирался на твою книгу. А недавно появилась такая великая вещь, как Госкаталог музейного фонда. Все музеи обязаны оцифровать материалы и выложить в свободный доступ. И еще повезло, что есть знакомые, заставшие Гагарина. Генерал-полковник Владимир Григорьевич Дейнека курсантом в 1961 году видел космонавта. А его однокурсник сделал несколько фото.

Инструктором Дейнеки в Оренбургском училище был однокурсник Гагарина. И он рассказывал курсантам, как они вместе шалили. А мы, вспоминал Дейнека, думали: не может быть, чтобы Гагарин шалил! Заливает.

Однажды на летное поле, где выстроились курсанты, приходит Гагарин. Увидел инструктора: о, Игорек, привет! Поздоровался, начал беседовать. К Гагарину подошел генерал-лейтенант авиации, помощник Главкома ВВС по



Севастополь. Юрий Гагарин и Герман Титов на борту крейсера «Михаил Кутузов». Фото передала семья адмирала В. А. Касатонова, командовавшего Черноморским флотом в 1960-х.

Как Гагарин обменял ботинки на хлеб, чтобы накормить товарищей

космосу Каманин и говорит: «Юра, пойдем, самолет ждет в Москву». Гагарин в ответ: «Подождите...» Сам факт, что майора Гагарина генерал не смог оторвать от друга, тоже характеризует космонавта.

ВСЕГДА БЫЛ КАПИТАНОМ

- При отборе в отряд вряд ли думали о том, что первому космонавту придется много выступать, быть публичной личностью мирового масштаба. Но - удивительное дело - мальчишка из смоленской деревни оказался человеком, который легко мог поговорить и с премьер-министром, и с простыми людьми. Знаменитая история - на Цейлоне у него было 21 выступление за день.

- И жара на острове стояла дикая...

- Мне запомнилась история, которую прислал в «КП» фрезеровщик - выпускник училища в Люберцах, куда мальчишкой поступил Гагарин. Время голодное, а там кормили и давали обмундирование. Обувь - на сезон. А

учились два года. Вторую пару ребята хранили как большую ценность. Приехали из другого училища поиграть в баскетбол. Интересно, что Гагарин маленького роста, но всегда был капитаном команды. И волейбольной, и

баскетбольной. В Звездном городке стал капитаном хоккейной команды космонавтов. В общем, заигрались пацаны, пропустили ужин. Голодные. Гагарин обменивает свои ботинки на хлеб и маргарин. И накормил всех.

Прием в посольстве СССР в Лондоне. Справа - актриса Валери Хобсон. В центре - жена посла Руфина Борисовна Солдатова, некоторые историки принимали ее за английскую королеву.



ГДЕ ФОТО С ЕЛИЗАВЕТОЙ II?

- Есть легенда: Гагарин на приеме у английской королевы съел лимон из чашки чая, запутался с множеством вилок, и королева его успокаивала: «Я тоже путаюсь, какую вилку для какого блюда взять...».

- Интересно, что нет ни одной фотографии Гагарина с Елизаветой Второй. Елена Юрьевна Гагарина, старшая дочь Юрия Алексеевича, отправляла запрос в королевский дом с просьбой предоставить фотографии и получила отрицательный ответ.

Все, что есть в интернете, - либо фотомонтаж, либо фотографии не с королевой. Есть фото с женщиной в вечернем платье. Пишут, что это королева, на самом деле - жена советского посла, снимок с приема в советском посольстве. Если присмотреться, на

заднем фоне портрет Хрущева. Второй снимок, где Гагарин обедает, рядом сидит англичанин с цепью на шее. Это прием в мэрии Манчестера, а с цепью - лорд-мэр города.

Я нашел пять воспоминаний участников вечера с королевой. Присутствовало всего 16 человек плюс переводчик. Среди них - английский комик Бад Флэнеган. На следующий день он дал интервью двум газетам. Причем с юмором. Если бы Гагарин где-то опростоволосился, думаю, он бы это обыграл. Но он ни про лимон, ни про вилки не упомянул. Даже меню перечислил: каре ягненка и так далее. И сказал: с Гагариным удалось обменяться фразами, лишь когда перешли к кофе. То есть никакого лимона в чае не было. Потому что чая не было - пили кофе.

- Но как возникла легенда? - Тот случай, когда знаменитая личность обрастает легендами, как днище корабля ракушками, как говорил легендарный журналист «Комсомолки» Ярослав Голованов.

ПОЦЕЛУЙ ЛОЛЛОБРИДЖИДЫ

- Еще один апокриф - в Гагарина влюбилась итальянская актриса Джина Лоллобриджида. Есть кадр, как она его целует в щеку. А Гагарин смущенно отводит взгляд в сторону.

- Она была почетным гостем кинофестиваля в Москве и сказала, что мечтает увидеть Гагарина. Встречу организовали. На Западе более раскрепощенные нравы. У нас постеснялись бы, наверное, поцеловать. А она, недолго думая, чмокнула его.

БЕЛЫЙ ГОЛУБЬ ЖУРНАЛИСТА «КП»

- Наверное, самое знаменитое фото Гагарина - с белым голубем. Корреспондент «Комсомолки» Павел Барашев срежиссировал кадр в Болгарии.

- День славянской письменности. 1961 год. Участники праздника запускали голубей в небо. Барашев уловил момент и попросил дать Гагарину голубя. Первая птица улетела, а со второй Юрий Алексеевич сфотографировался, дождавшись, когда журналист выстроит кадр.

С ФИДЕЛЕМ ПОД ДОЖДЕМ

- Интересна история белой формы. У советских летчиков не было белой формы, только у морских офицеров!

- Белую форму для Гагарина сшили по заказу перед полетом на Кубу в 1961 году. Делегация прилетела в дикий дождь. Стоят под ливнем премьер-министр Кубы Фидель Кастро и президент Дортикос по стойке смирно без зонта. Гагарину перед выходом из самолета дают плащ. А он его снял: меня встречают люди без зонтов, а я буду в плаще? И вышел в белой рубашечке, в фуражке и быстренько вымок.

ПОИСКИ ОЧЕРКА О КОРОЛЕВЕ

- По выступлениям Гагарина видно, что говорит человек с опытом и культурным багажом. Когда он успевал читать?!

- Он еще и записывал впечатления о книгах. А в конце жизни начал писать сам. Книга про полет вышла в 1961 году за двумя фамилиями, она большей частью написана Денисовым со слов космонавта. Но в 1967 году Гагарин написал очерки про Королева и Мосолова (летчик-испытатель. - Ред.). Очерк про Королева, как Каманин пишет в дневнике, сверху почему-то решили не публиковать.

- И он не сохранился? - Будем искать.

ЦИФРЫ

- 162 поездки совершил Гагарин после полета в космос.
- 258 городов и сел СССР посетил первый космонавт.
- 29 стран мира увидели героя.



Ольга СУХОВА

Она появится на «Поляне Дружбы».

Здесь будет расти магнолия в честь 100-летия «КП». Кстати, это дерево в разных культурах ассоциируется с чистотой, благородством, силой и стойкостью.



Олег УМАРОВ, «КП» - Краснодар

В Сочи высадят магнолию к 100-летию «Комсомолки»

В Сочи есть добрая традиция - высаживать в парке «Ривьера» магнолии в честь знаковых событий, крупных мероприятий российского и международного уровня. Традиции этой уже 65 лет. Первое дерево тут торжественно посадил в апреле 1960 года председатель Совета министров ГДР Отто Гротевол. Так на курорте появилась «Поляна Дружбы». А в мае 1961 года, практически сразу после своего полета в космос, Юрий Гагарин рядом с поляной заложил «Аллею Космонавтов». Сегодня на «Поляне Дружбы» растут уже 107 магнолий, связанных с историческими событиями или легендарными личностями. Возле каждого дерева установлена памятная табличка - в каком году и кем именно оно посажено. А вся территория рядом является объектом культурного наследия. И сегодня вечером на «Поляне Дружбы» появится но-

вый, 108-й саженец магнолии. Его высадят в честь 100-летия «Комсомольской правды». Вместе с главой Сочи Андреем Прошуниним, руководителями федеральных и региональных СМИ магнолию высадят в сочинской «Ривьере» главный редактор, генеральный директор «Комсомолки» Олеся Носова и гендиректор АНО «Общественное телевидение России», почетный гражданин города Сочи Виталий Игнатенко.

Игнатенко начинал свою карьеру в «Комсомольской правде», он был первым замом главного редактора. В 1970-х создал в «КП» рубрику «Журналист меняет профессию». Работая в нашей газете, Виталий Игнатенко добился того, чтобы его родной Сочи наградили орденом Отечественной войны. Он и сейчас связан с «Комсомолкой». Игнатенко - член Совета директоров Издательского дома «Комсомольская правда».

СПРАВКА «КП» Газета - орденосец

Наша газета в 2025 году отмечает вековой юбилей. Сегодня «Комсомольская правда» - это газета, сайт, радио, социальные сети, книгоиздание, видеопродакшен. А газету читают во всех регионах России. Отдельный тираж еженедельно уходит в новые регионы страны; «Комсомолка» выпускает и газету для российских военных. В честь столетия издания «Комсомольская правда» получила и свою первую в новейшей российской истории награду - орден Почета. Всего же «на груди» нашей газеты теперь шесть орденов: Ленина № 1, Отечественной войны I степени, два ордена Трудового Красного Знамени, ордена Октябрьской Революции и Почета.

КСТАТИ

Мобильная студия Радио «КП» - на улицах курорта

В год столетия «Комсомольской правды» на главном курорте страны начало вещать Радио «КП» - Сочи (91,2 FM). Журналисты радио рассказывают о главных событиях города, приглашают в студию первых лиц курорта, выходят на прямую связь с жителями. А с 1 июня и все лето по курорту будет курсировать мобильная студия Радио «КП» - Сочи. Увидеть ее можно будет на центральных улицах города. А героями наших эфиров станут жители и гости курорта.

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

1982

«Рагу из синей птицы» - одна из самых известных заметок «Комсомолки».

И отношение к ней менялось так же, как менялось время. Под этим открытым письмом стоят подписи деятелей культуры, возглавляет их Виктор Астафьев. Порой авторы начинают разбирать «лирического героя» в творчестве музыкантов, как на партсобрании. А оценивая эстрадную песню, приводят в пример Шостаковича и Высоцкого - столь высокая планка оставляет мало шансов исполнителям: «Последние гастроли в Красноярске, словно лакмусовая бумажка, выявили серьезные недостатки в репертуаре рок-группы. Достаточно только вслушаться... Многие из нас посвятили жизнь музыке, литературе, эстрадной режиссуре, и мы авторитетно заявляем, что пенем выступление «Машины времени» назвать нельзя. Когда поет один солист, все понятно: ну не умеет человек петь в общепринятом смысле, так пусть душа его поет, микрофоны выручат... Но когда выясняется, что и вдвоем ребята не могут петь на два голоса, неверно интонируют, пользуются так называемым «белым голосом», срываются то на фальцет, то на хрип - становится страшно, что со временем

О ЧЕМ ПИСАЛА «КОМСОМОЛКА» В ЭТОТ ДЕНЬ

«Мужчины! Пойте по-мужски!»

Рагу из синей птицы

Кажется, в последние годы наша страна сильно изменилась. Социальная атмосфера изменилась, изменились и отношения между людьми. Многие люди перестали верить в идеалы, в справедливость, в добро. Они стали эгоистичными, эгоистичными и эгоистичными.

Валера решил познакомиться с девушкой, которая работала в ресторане. Он решил познакомиться с ней, чтобы узнать, как она живет. Он решил познакомиться с ней, чтобы узнать, как она живет. Он решил познакомиться с ней, чтобы узнать, как она живет.

такую аномалию смогут посчитать нормой выступления. Когда у нас появились вокально-инструментальные ансамбли, на какой-то миг показалось: вот-вот случится переворот в песенно-эстрадном направлении, новые возможности в молодых руках обернутся новыми достижениями. Но этого не случилось.

Впрочем, в тех случаях, когда прозорливые руководители ВИА пытались опереться на традиции народной культуры, эти коллективы приближались к тому, что мы можем назвать «своим лицом». Но таких случаев было крайне мало, и «Машина времени» исключением не стала. Пересаженное на нашу почву чужеземное дерево не плодоносит. Недаром специалисты с огорчением замечают здесь отголоски, а то и прямые заимствования из практики отгремевших зарубежных рок-групп. «Но давайте не забывать, что музыка в «Машине времени» - это все-таки лишь дополнение к текстам, а не наоборот. Мы говорим об ансамбле, в котором вполне обеспеченные артисты скидывают с себя перед концертом дубленки и фирменные джинсы, натягивают затрапезные обноски (кеды, трико,

пляжные кепочки, веревочки вместо галстуков) и начинают громко брюзжать и ныть по поводу ими же придуманной жизни. «Во все времена находились эстетствующие виршеписцы, живущие вне времени. Однако от безвкусной литературщины до цинизма один шаг. Даже западные ансамбли развлекательного толка не могут пройти мимо таких острых тем, да что там острых - главенствующих для любого нормального человека: это борьба за мир, это вопрос - что ты сделал для того, чтобы верх взял разум. Здесь же перед нами смутные, желчные мечтания, нарочитый уход в беспредметное брюзжание. «В заключение хочется сказать еще об одной детали, явственно проявившейся именно в «Машине времени». Прежде всего это инфантильное, «под детство» звучание голоса, в любой момент использующее микстовые, фальцетные оттенки. В сочетании с усами, а то и бородами артистов эта манера пения полностью перечеркивает мужское начало и в исполнении, и в художественной позиции. Услышать нормальный мужской голос в подобном рода ансамблях стало проблемой. Мужчины! Пойте по-мужски!»

11 апреля



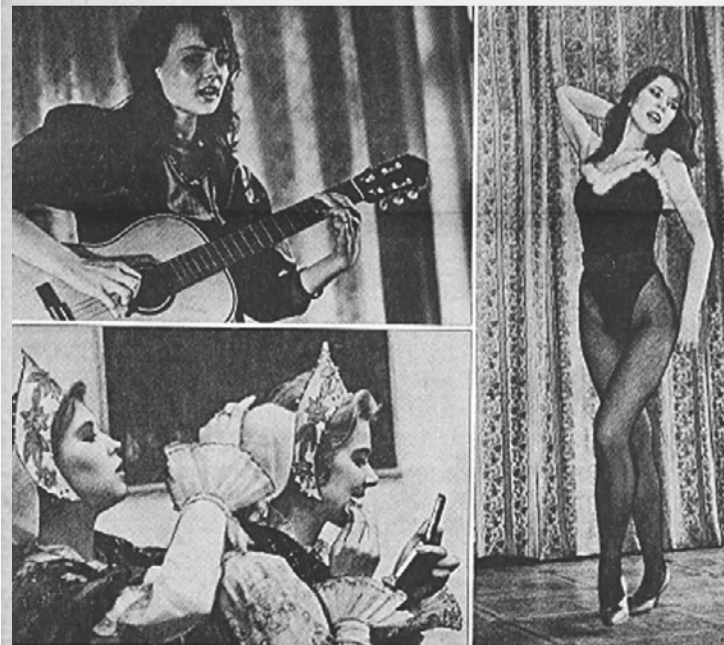
Все выпуски рубрики «О чем писала «Комсомолка» в этот день» - на сайте KP.RU



1990

В стране проходят первые конкурсы красоты.

«Кто самая красивая девушка России? Это станет известно в Горьком на возрождающейся Нижегородской ярмарке в конце мая. А пока в Москве прошел первый отборочный тур, и, быть может, кто-то из его участников, которых вы видите на снимках, завоюет первый приз».



Ведущие рубрики Татьяна АДАБАШ, Елена ПОПОВА.

Медики предупреждают:

Весенняя «чистка организма» может оказаться опасной встряской

Анна КУКАРЦЕВА

Рассказываем, как способны навредить модные методы избавления от шлаков и приведения тела в порядок.

Весной идея «чистки организма» снова возрождается в умах россиян, все чаще мелькает в блогах, таргетной рекламе. Многие считают, что с помощью специальных чаев, клизм или процедур посерьезнее можно избавиться от «токсинов», улучшить здоровье и привести тело в порядок.

Против этого популярного метода «оздоровления» выступил Александр Мясников, врач-кардиолог, президент ГКБ № 71 им. М. Е. Жадкевича, телеведущий:

- Не пытайтесь чистить организм. Наверное, вы не в первый, и не во второй, и даже не в 100-й раз слышите, что организм - достаточно сложная биологическая машина.

Чтобы ее «чистить», нужно хотя бы примерно понимать, как это все функционирует. Помните: не зная броду, не суйся в воду. Если вы пьете чай с непонятным составом, вы

не знаете, как он подействует. Мы, врачи, - тоже. Но последствия разгребать нам всем.

НЕ ВРЕДИТЕ «ВТОРОМУ МОЗГУ»

В первую очередь доктор Мясников предупреждает о вреде бессмысленного использования клизм и гидроколонотерапии «по желанию», а не по назначению врача:

- Еще 20 лет назад мы и не подозревали о существовании внутри нас еще одного «органа» - кишечного микробиома, уникальной экосистемы бактерий, живущей внутри кишечника. Он нужен не только для пищеварения, но и для иммунитета, даже способен определять наше настроение, влечение, аппетит, эмоциональные предпочтения.

Мало того, **связь между кишечником и мозгом, оказывается, гораздо сильнее, чем мы привыкли думать.**

- У нас есть специальные нервные пути. Представьте наш организм в виде снежного поля, а по нему протоптано множество следов. Самый большой будет «протоптан» от кишечника к мозгу. И в этой связке мозг, по сути, - распределительный щиток. А руководит нашим организмом всё то, что вы клизмочкой вымываете, - наш микробиом, - объясняет Мясников. - Именно поэтому попытки «очистить» кишечник с помощью клизм могут нанести вред. Вы, грубо говоря, свой «второй мозг» пытаетесь очистить этими клизмами.

В этом же опасность и такой популярной процедуры, как гидроко-

АЛЬТЕРНАТИВА

Вместо того чтобы пытаться «очистить» организм с помощью сомнительных чаев или процедур, **доктор Мясников советует сосредоточиться на регулярных медицинских проверках и правильном питании.**

А это означает соблюдение простейших правил:

- Снизьте количество употребляемой соли.
- Солите блюдо, когда оно уже приготовлено, и совсем чуть-чуть. А для остроты используйте специи.
- Выбирайте любые другие способы приготовления пищи, кроме жарки.
- Избегайте продуктов с высоким содержанием животных жиров - например, сала, колбасы.
- Откажитесь от фастфуда и консервов.
- Перестаньте переедать, выпивать. Печень и почки лучше не чистить, а просто сохранить.

Дмитрий ПОЛУХИНСКОМольская правда



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва



Долой вкусняшки и гаджеты: **шесть советов от диетолога на пути к здоровью и стройности**

лонотерапия. Она может привести к серьезным осложнениям.

- Время от времени аппарат для гидроколонотерапии ставят в частных клиниках. Тебе вставляют шланг и под давлением нагоняют ведро воды. Таким образом вымывают микробиом. Процедура часто заканчивалась разрывом толстого кишечника, - предупреждает эксперт.

«ШЛАКИ» И ПОЧКИ: ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ

Еще один миф - это идея о шлаках, от которых якобы нужно избавляться. Однако организм сам справляется с выведением продуктов жизнедеятельности, и в этом процессе ключевую роль играют почки - наш фильтр, который и помогает очищать организм от токсинов.

- При этом есть серьезная проблема: 25% взрослых людей в России уже имеют ту или иную степень почечной недостаточности, - предупреждает Мясников. - И вместо того чтобы проводить сомнительные процедуры, лучше обратить внимание на здоровье почек. Ведь их болезни - это мощнейший фактор риска для сердечных заболеваний, метаболического синдрома. А пытаюсь «почистить организм» литрами

подсолнечного масла, непонятными чаями, вы только еще больше вредите почкам.

Чтобы следить за здоровьем почек, важно раз в год проходить диспансеризацию, в том числе контролировать уровень холестерина и глюкозы крови, артериальное давление (да, это тоже влияет на здоровье наших природных фильтров). Также раз в год сдавать общий анализ мочи, анализ крови на определение креатинина и мочевины, делать УЗИ почек.



Александр Мясников.

Все, что вы хотели знать о здоровье, новых лекарствах и даже врачебных тайнах, слушайте в программе «Медсовет» по субботам в 20.30 (мск) на Радио «КП»

хит продаж



КНИГА, КОТОРАЯ ПОМОЖЕТ в деликатных вопросах

★★★★★ Анна

«Наконец хоть кто-то сказал, откуда второй подбородок, если у тебя нет лишнего веса! А вообще открытый от этой книги у меня немало. Вдовий горбик тоже с ней победим».



QR-коды с примерами и упражнениями

ссылки на исследования

подробные иллюстрации

Виктория Боровская
/эксперт в сфере женского здоровья, фитнес-терапевт/

КУПИТЬ
ЗДЕСЬ

ОГРН: 1027739295781. АО «ИД «Комсомольская правда», г. Москва. Реклама 16+

РАДИО
КОМСОМЛЬСКАЯ
ПРАВДА
radiokp.ru

Какие вирусы активизируются весной и летом

Татьяна РУСИНОВА

Об опасностях, которые подстерегают семью в теплое время года, рассказала эксперт.

Весна и лето - это время не только тепла и солнца, но и повышенной активности определенных вирусов. Как защитить себя и своих близких? На этот и другие вопросы отвечает профессор, зав. кафедрой детских инфекционных болезней ФГБОУ ДПО РМАНПО Минздрава России, заслуженный врач РФ, д. м. н. Татьяна ЧЕБОТАРЕВА.

ОСОБЕННОСТИ НАСТУПИВШЕГО СЕЗОНА

- Татьяна Александровна, какие вирусы активизируются весной и летом?

- В этом году мы видим отличающуюся от прошлых лет картину вирусов - возбудителей ОРВИ. Обычно весной мы чаще всего сталкиваемся с риновирусами, которые вызывают более половины всех случаев простуды. Сохраняется активность вирусов гриппа, особенно гриппа В, а также по сезону - метапневмовируса. Несмотря на то что теплые температуры немного снижают их распространение, влажная погода способствует их выживанию.

Летом на первый план выходят вирусы, которые вызывают кишечные инфекции. В первую очередь это ротавирусы. С конца мая увеличивается частота энтеровирусных инфекций, которые часто протекают в виде поражений центральной нервной системы (менингит), сердца (миокардит), глаз (конъюнктивит), а также в виде ангины и энтерита. Эти инфекции очень заразны и передаются через загрязненную воду, пищу и контакт с зараженными поверхностями. Весной и летом повышается риск заражения вирусами, передающимися через укусы насекомых, например, вирусом клещевого энцефалита, вирусом лихорадки Западного Нила.

- Какие еще вирусы появляются ближе к лету?

- Встречи с аденовирусом возможны в любое время года. Инфекция может протекать с поражением глаз в виде конъюнктивита и нижних дыхательных путей - бронхита. Весной активизируются клещи, увеличивается риск заболеть клещевым боррелиозом (болезнь Лайма).



Встречи с вирусами возможны в любое время года.

И в эндемичных регионах по клещевым инфекциям важно своевременно вакцинироваться от клещевого энцефалита. Летом мы часто сталкиваемся с ротавирусами, которые особенно опасны для детей и пожилых людей из-за высокого риска обезвоживания на фоне инфекционного процесса. Летом активен вирус парагриппа. Его классические симптомы - это осиплость и боль в горле при глотании в сочетании с насморком на фоне невысокой лихорадки, до 38 °С. Важный момент, на который стоит обратить внимание в весенне-летний период и даже в начале осени - возможность аллергических реакций на пыльцу цветущих растений.

О НОВЫХ ЭПИДЕМИЯХ И «БОЛЕЗНИ X»

- Какие вирусы могут стать причиной новых массовых вспышек заболеваний?

- Наибольшую угрозу представляют вирусы, которые быстро мутируют и легко переходят от человека к человеку. Среди них вирусы гриппа, особенно птичий грипп, который уже научился передаваться от птиц к млекопитающим. Если произойдет мутация, позво-

ляющая ему распространяться среди людей, это может привести к новой пандемии. Коронавирус, вызывающий COVID-19, стал сезонным возбудителем ОРВИ и той опасностью, что была в предыдущие годы, уже не представляет. Еще одна потенциальная угроза - так называемая «болезнь X». Этот термин обозначает неизвестный патоген, который может появиться в будущем и вызвать масштабную эпидемию. Вспышка болезни X уже зафиксирована в Демократической Республике Конго. Также стоит отметить экзотические вирусы, такие как вирус Марбург, который уже вызвал вспышки в отдельных регионах планеты. В целом проводится постоянный мониторинг вирусов с пандемическим потенциалом. Так, например, в 2025 году обратил на себя внимание вирус Кэмп-Хилл, который относится к семейству вирусов, вызывающих тяжелую геморрагическую лихорадку. Случаев заражения им людей пока не зарегистрировано. Он, как и многие другие, циркулирует среди животных, но ученые постоянно выявляют такие патогены, чтобы предотвратить возможные эпидемии в будущем.

ПРОТИВОВИРУСНЫЕ ПРЕПАРАТЫ И ЗАЩИТА

- А что насчет противовирусных препаратов? Какие из них вы рекомендуете?

- Противовирусные препараты могут быть эффективны как для лечения, так и для профилактики. Среди препаратов для лечения ОРВИ и острых кишечных вирусных инфекций обращает на себя внимание, например, отечественный препарат Эргоферон - у него есть сразу и противовирусный, и противовоспалительный, и антигистаминный эффект. И подходит он для всей семьи - детям от 6 месяцев и взрослым. Однако важно помнить, что любое лечение должно назначить специалист, особенно если оно требуется детям или людям с хроническими заболеваниями. Если почувствовали недомогание, не откладывайте обращение к врачу. Ранняя диагностика и правильное лечение помогут избежать осложнений и быстрее вернуться к привычному ритму жизни. Берегите себя и будьте здоровы!

- Каким образом лучше обезопасить себя и снизить риск заражения?

- Прежде всего важно соблюдать базовые правила гигиены. Банальное мытье рук и умывание после посещения людных мест, при возвращении домой,

использование средств личной гигиены с антисептиками при невозможности помощи руки или окружающую поверхность, которая будет использоваться, или игрушки, регулярное проветривание помещений и влажная уборка - вот простые, но эффективные меры. Старайтесь избегать контакта с больными людьми и не трогайте лицо грязными руками. Для укрепления иммунитета важно правильно питаться. Весной и летом максимально включайте в рацион сезонные свежие овощи, фрукты, зелень, богатые витаминами А, С, Е и микроэлементами, такими как цинк и селен.

Важно избежать дефицита витамина D - летом стоит чаще бывать на свежем воздухе, на солнышке, чтобы дать возможность ему выработаться в организме. А также употреблять в пищу продукты, которые являются его полноценными источниками: рыбу, молоко и кисломолочные продукты, сыр, яйца. Прием витаминов и минералов в виде лекарственных препаратов и добавок к пище необходимо предварительно согласовать со специалистом. Если планируете отдых на природе, используйте репелленты и носите закрытую одежду. Собираетесь в дальнее странствие - позаботьтесь о соответствующих прививках.

После освобождения Михаил Ефремов перейдет на драматические роли

Окончание.
Начало < стр. 1.

Ефремов тайно на машине покинул стены ИК № 4 в Белгородской области, а на вопросы отвечал его адвокат **Юрий Падалко**.

- Все прошло по закону, не волнуйтесь, он был освобожден, когда уже вступило в законную силу решение об УДО. Во сколько отбыл - закрытая информация. Но никаких нарушений. Реанимобиль не понадобилось, уехал на обычном автомобиле.

Конечно, служителя Фемиды забросали самыми разными вопросами.

- Михаил Ефремов займется лечением, затем вернется к своей карьере, - рассказал Падалко о планах своего подопечного. - Он талантливый артист, любит свою профессию, очень по ней скучал. Даже в колонии снимал фильмы короткие, насколько это возможно было. Дай Бог, что жизнь его сложится по-другому.

И еще уточнил, что актеру окажут всю помощь в московских клиниках: у него проблемы с легкими, в условиях ФСИН лечить их было невозможно, ему не могли оказать нужной помощи. У него обострилась хроническая obstructивная болезнь легких.

ПРИЕЗД ДОМОЙ

В Москву Михаил Ефремов добрался в середине дня на машине, как сообщают СМИ, **Никиты Высоцкого**. Актер приехал домой - в московскую квартиру, из которой летом 2020 года ездил на судебные заседания. Здесь же он отбывал домашний арест.

Он предстал перед журналистами усталым, спокойным, печальным. Сам доставал вещи, не сразу сообразил, что багажник закрывается автоматически. На сыпавшиеся со всех сторон вопросы ответил коротко: «Ребята, чувствую себя не очень. Сейчас говорить ничего не могу. Много впечатлений сразу. Я, конечно, рад, что освободили меня. Всем спасибо, кто меня поддерживал. Еще раз мои соболезнования семье погибшего».

Конечно, такими ответами успокоить представителей СМИ невозможно. Ушли блогеры, например, остановили курьера, который вез еду в квартиру Ефремова, и выяснили, что он заказал (как оказалось - шашлык). А домашние, в частности, средняя дочь Михаила Вера, даже успели отругать репортеров за назойливость.

Актер с женой и детьми



У дома в Москве Михаила Ефремова встретили десятки журналистов. Справа от актера - его друг, режиссер Никита Высоцкий.

Анастасия РОМАНОВА/Абзац/ТАСС

проживает в шестикомнатной квартире в центре Москвы в «доме писателей». Накануне в ней сделали косметический ремонт. Актера дома ждали жена - звукорежиссер **Софья Кругликова** и их дети - 20-летняя Вера, 18-летняя Надежда, 15-летний Борис.

ЧТО ДАЛЬШЕ?

Чем актер будет заниматься дальше, пока непонятно, наверняка будут предложения. Известно, что до трагического ДТП Михаил Ефремов был приглашенным актером в труппе театра «Современник», где играл главные роли в трех спектаклях: «Анархия», «Амстердам», «Не становись чужим». Плюс крупная антрепризная постановка. Все спектакли пользовались успехом, но заменять Ефремова не стали, постановки просто убрали из репертуара. В 2019 году Михаил Ефремов в «Современнике» поставил спектакль «Дюма» по пьесе **Ивана Охло-**

быстина. Сейчас его тоже нет в репертуаре.

Известно, что в тюрьме Ефремов писал пьесы и сценарии. Друзья присылали читать свои. Михаил Олегович мечтает посвятить себя режиссуре.

«Режиссеры хорошие очень нужны сейчас, - отмечал друг Ефремова Иван Охлобыстин. - Конечно, никаких комедийных проектов он больше себе не позволит, и странно это было бы. Но ра-

ботать будет, я очень на это рассчитываю... Вся эта ситуация пролилась на него тяжелое впечатление: не изменившись базово, он все же стал другим... Он горько переживает за то, что он сотворил, и это не стрессовое уже сознание, а реалистичное».

Режиссер **Алексей Учитель** на недавней кинопремии «Ника» сказал, что надеется на скорую встречу с Ефремовым: «Хорошо, что он возвращается. Ждем. Уверен, что его будут очень много снимать. И он будет востребован и в театре, и в кино».



Ефремов УДОстился возвращения на ТНТ - с Маратом Башаровым в сериале «Пьяная фирма» (16+).

ВОПРОС - РЕБРОМ

Сможет ли он покинуть страну?

О том, как Михаил Ефремов будет жить в Москве, корреспонденту «КП» рассказал адвокат **Александр Карabanov**:

- При условно-досрочном освобождении суд может возложить на осужденного определенные обязанности. Например, не менять постоянного места жительства, работы, учебы без уведомления специализированного государственного органа, не посещать определенные места.

- **Актер будет обязан каждый месяц отмечаться у участкового?**

- Это в своем решении может прописать суд. А может и не прописать. Однако если суд не возлагает каких-либо обязанностей или ограничений, то осужденный имеет право свободно передвигаться

по территории России, - уточнил адвокат. - При этом отмечаться или сообщать об этом кому-либо не нужно. Тем не менее по существующей практике сотрудники некоторых органов (обычно это Уголовно-исполнительная инспекция при ФСИН и полиция. - Авт.) каждый месяц должны контролировать вышедшего по УДО. Кроме того, условно-досрочно освобожденному может быть временно ограничен выезд из Российской Федерации до полного отбытия срока наказания по приговору суда.

- **При каких условиях актер Ефремов может снова вернуться за решетку?**

- Если нарушит наложенные на него судом ограничения. А также если совершит административные или уголовные преступления.

■ ИЗ ДОСЬЕ «КП»

Михаил Ефремов устроил ДТП со смертельным исходом 8 июня 2020 года. На Смоленской площади он на своем Jeep Grand Cherokee выехал на встречную полосу и врезался в «Ладу Гранту», за рулем которой был курьер Сергей Захаров. От полученных травм Захаров скончался на следующий день. Ефремов в момент аварии находился в состоянии алкогольного опьянения. Приговор артисту был вынесен в сентябре того же года - Ефремову присудили 8 лет лишения свободы и штраф в 800 тысяч рублей. Впоследствии приговор был смягчен до 7,5 года заключения. Наказание отбывал в колонии города Алексеевка Белгородской области. Прощение об условно-досрочном освобождении суд удовлетворил в марте 2025 года. Таким образом, в общей сложности под арестом (включая домашний арест на время следствия) Ефремов пробыл 4 года и 9 месяцев.

ботать будет, я очень на это рассчитываю...

Вся эта ситуация пролилась на него тяжелое впечатление: не изменившись базово, он все же стал другим... Он горько переживает за то, что он сотворил, и это не стрессовое уже сознание, а реалистичное».

Режиссер **Алексей Учитель** на недавней кинопремии «Ника» сказал, что надеется на скорую встречу с Ефремовым: «Хорошо, что он возвращается. Ждем. Уверен, что его будут очень много снимать. И он будет востребован и в театре, и в кино».

ВПЕРЕДИ ДРАМЫ

Гонорары Ефремова коллеги оценивают в среднем в 300 тыс. руб. за съемочный день. До ДТП его зарплата составляла от 150 до 250 тыс. руб., но сейчас зарплаты у актеров подросли.

С января 2020 года Михаил Ефремов играл старого вампира Святослава Вернидубовича в сериале «Вампиры средней полосы» (18+). Съемки тогда приостановили из-за ковида, и с Ефремовым успели отснять лишь часть материала. Когда актера осудили, эту роль передали **Юрию Стоянову**, который, кстати, ранее отснялся в пилоте, но не смог играть из-за занятости.

После ареста Михаила Ефремова на экранах зрители посмотрели отснятые ранее проекты с его участием: «Вратарь Галактики» (6+) **Джаника Файзиева** и «Конек-Горбунок» (6+) **Олега Погодина**. В них артист сыграл свои последние на сегодняшний день роли - соответственно Василия и Царя. Случилась премьера сериала «Полет» (18+) **Петра Тодоровского-младшего**, где Михаил Ефремов снялся с сыном Никитой. Пока готовых сценариев для Ефремова нет - да и выбирать он теперь будет, вероятно, роли драматические.

Коллеги артиста рассказали нам, что подготовили драматические пьесы для новых театральных постановок Ефремова. Одна из них была в работе еще до ДТП, остальные новые. Будут их предлагать в театре. Так что, скорее всего, мы будем наблюдать за работой Михаила Олеговича не только как актера, но в большей степени - режиссера. Возможно, что и в «Современнике», и в антрепризных постановках.

Ольга АФАНАСЬЕВА,
Виталий СОЧКАН,
Инна ФЕДОТОВА,
Александр РОГОЗА.

Читатели спорят,
кто должен
финансово
вкладываться
в семью.

«Требую Царевну Лебедь с приданным!»

Катерина МАРТИНОВИЧ, «КП» - Москва



Александра ЗАЙЦЕВА

Любимая мужская тема в соцсетях - какие женщины пошли меркантильные. В очередной раз разговор об этом зашел под одним из наших текстов, и читатели снова заспорили о деньгах. Точнее, кто с каким приданным должен вступить в отношения.

НЕ ВЕШАЙТЕ ЖИЛЬЕ НА ЖЕНИХА!

Павел:

«Вот говорят, что при патриархате все было правильно. Мужчина, мол, ставил дом и только потом женился, чтоб было куда жену привести. Так он показывал, чего он стоит. Но ведь ответом невесты на это было приданое! Без которого она никого не интересовала. С него жилье, с нее деньги на обустройство, равный вклад в семью. Оба прекрасно понимали, что придется много работать. И кстати, жилье не вешали целиком на жениха, ставить дом ему помогали семья и община.

А сейчас какие девушки? Почему мы стесняемся говорить о том, что женщины - привилегированный пол? Замуж идут по холодному расчету, на уме одна роскошь, работать не хотят, а хотят на полное обеспечение. У самой ни гроша за душой, а ты обязан быть миллионщиком и баловать ее только за красивые глаза. А она при этом еще и не кухарка, не прачка, не домработница.

Но купить квартиру сегодня и построить дом в селе 100 лет назад - не одно и то же. По тем временам дом стоил одного-двух лет жизни, а не двадцати, как сейчас. У нас ипотека берется на семью и отрабатывают квартиру оба. Современная экономика так устроена, чтобы мужчина не мог один обеспечить все материальные потребности семьи. Если все мужчины будут зарабатывать достаточно, чтобы жену и детей содержать, то женщины уйдут

с работы и начнут заниматься только домом. Это приведет к коллапсу и острой нехватке сотрудников. Только представьте, что создавать семьи начнут только те мужчины, у кого есть деньги. Так что женщина тоже должна вложиться в семью материально, и ничего в этом крамольного нет, я считаю.

Да хоть традиционные сказки почитайте. Там рассказывается, как Иван спал, а Царевна-лягушка все по ночам обустривала. Или сын бедной вдовы женился на Царевне Лебеди, а та ему - остров с дворцом и белкой-золотодобытчицей».

СУНДУК С ЮБКАМИ

Василиса:

«Мужчины, откуда в вас это убеждение, что в приданое обязательно выдавали заводы-пароходы, движимость и недвижимость? У основной массы всего-то и было - сундук с юбками, тарелки да подушка. Не особо разживешься. Корову - и ту нечасто невесте выделяли. У меня прапра...дальний родственник женился на приданом. Получил от тестя стадо скота, мебель, деньги. Девушка - вдова молоденькая, родители рады были сбыть ее с рук и закрыли глаза на то, что жених батрачил на их семью, лишь бы забрал. Но это исключение, таких богатых семей в их казачьей станице была ровно одна. Остальные женились на голодранках. В лучшем случае сэкономили, чтоб тулуп жене не покупать, она приходила со своим. О таком вы грезите?»

В брак и тогда, и сейчас вступали и вступают с равными. Если у жениха ни кола, ни двора, то и невесту ему из «голопопых» выбирать. Дерево рубить нужно по себе. Когда изначально, на старте обе стороны на равных, то и в дальнейшей жизни поводов для упрека будет гораздо меньше! А если у мужа все на маму записано, чтоб меркантильная супруга не отобрала,

то такая семья рано или поздно распадается».

ЕСЛИ МУЖ ПРОПИЛ КОРОВУ

Анна:

«Я историк. Многие почему-то думают, что институт приданого существовал для мужей. Ничего подобного, он придуман для женщин и защищал именно их интересы. Почитайте хоть «Соборное уложение», хоть 10-й том «Свода законов Российской империи». Женское имущество мужу не доставалось, это была ее личная собственность. Переходила ее наследникам, а в случае их отсутствия возвращалась в ее семью. Если муж растратил ее деньги или пропил ее личную корову, у него по суду могли изъять компенсацию. А современные мужчины думают, что патриархат - это когда всем выдается по бесправной женщине в личное пользование. Но бесправие женщин в дореволюционной России - это миф. Там прослеживается четкая зависимость от географии: чем севернее, тем свободнее была женщина. По сути, приданое служило альтернативой наследству. Женщины не наследовали от отцов, но не потому, что «ум короток», управлять не сможет (управлять они как раз могли, многие вдовы купцов заправляли торговыми делами), а чтобы не разбазаривать земли и чтоб все накопленное оставалось в своем роду. Вот и оставляли все по завещанию мальчишкам, а девочкам выделяли приданое. Сейчас женщины наследуют, так что жениться вы не на голодранках».



Звездные пары, в которых женщины зарабатывают намного больше мужчин, но это не испортило их отношения



14 - 20 апреля

ГОРОСКОП

Подготовила Евгения АН.

Овен



В отношениях не совершайте резких телодвижений и не форсируйте события. Пусть все идет своим чередом. Трудности или даже неприятности с финансами - это нормально, все наладится, главное, не суетиться. Пора приходить в форму, весна зовет на тренировки - в спортзал, парк, бассейн.

Телец



У Тельцов наблюдается некоторый спад в энергии. Ничего страшного, это всего лишь значит, что вам на этой неделе надо больше отдыхать. Полноценный сон, прогулки на свежем воздухе - это для вас. И не игнорируйте культурные мероприятия, которые вам интересны, получите впечатления.

Близнецы



Если чувствуете, что назревает конфликт, особенно с важными для вас людьми, постарайтесь его избежать. Зато удачно сложится все, что связано с движением: путешествия, поездки, командировки. Также хорошо заниматься ремонтом или переездом.

Рак



Поспешишь - людей насмешишь. На этой неделе Ракам нужно не забывать эту поговорку и не спешить с важными решениями и активными действиями. Сначала все нужно хорошо продумать, возможно, потребуется нестандартный подход к решению вопросов, а привычные схемы могут и не сработать.

Лев



Львы могут встречать сопротивление в тех делах, которые должны были пройти как по маслу. Не ищите изъянов в себе или вселенского заговора против вас - просто так складываются обстоятельства. Никому ничего не обещайте, спокойно и уверенно идите к своей цели. И все получится.

Дева



Свободным Девам улыбнется удача - вы можете познакомиться с очень интересным человеком. Главное, проявляйте инициативу, иначе окажетесь тем камнем, под который вода не течет. Тем, кто в паре, стоит проводить больше времени со своей половинкой, придумывать совместные занятия.

Весы



Эта неделя - время небольших быстрых заработков. Возможно, вам предложат подработку. Эти задачи не потребуют от вас больших усилий и времени, как постараетесь, так и заработаете. Главное, не распространяйтесь об этом, вам в ваших делах не нужен посторонний любопытный нос.

Скорпион



На прошлой неделе Скорпионы были слишком заняты делами, чтобы обращать внимание на семью. Теперь же пора посвятить больше времени близким и любимым людям. Поговорите с вашей второй половинкой о мечтах, желаниях и планах - вы сможете прийти к общему решению.

Стрелец



Стрельцы могут получить интересное предложение о работе, которое вызовет кучу вопросов, сомнений и надежд. Не стоит переживать и метаться зря - поговорите с тем, от кого это предложение исходит, выясните подробности. И на основе этих данных уже принимайте решение.

Козерог



Козерогам пригодится умение проявлять настойчивость. Если вы убеждены, что можете улучшить процессы на работе, поговорите с руководством, и вы добьетесь нужного результата. А если вы чувствуете необходимость в дополнительных знаниях, не стесняйтесь узнавать новое.

Водолей



Водолеи столкнутся с препятствиями, которые окажутся хорошим индикатором: если вы продолжите гнуть свою линию, значит, это дело действительно имеет для вас большое значение. Возможно, в вашу жизнь придет чересчур эмоциональный человек - присмотритесь к нему.

Рыбы



Рыбы получают новость, которая очень их взволнует и взбудоражит. Не торопитесь делать выводы, соберите дополнительную информацию, обдумайте ее. И в любом случае не переживайте: возможно, многое действительно изменится, но в конечном счете - только в лучшую сторону.

В чем феномен Овечкина, побившего рекорд Уэйна Гретцки? Об этом мы поговорили со знаменитым хоккеистом, который на короткой ноге с обеими звездами.

Кирилл СЕРОВ

- Вячеслав Александрович, сейчас все сходит с ума от Овечкина. Мы знаем, что у Саши в какой-то момент были сомнения, но вы его вдохновляли.

- Вдохновлял? Да, было дело. Ну, не то чтобы он падал духом, просто, может быть, не верил, что возможно этот рекорд поставить. Да, я рад тому, что Саша услышал и провел просто фантастический сезон. Так что какое-то минимальное участие я принял в этом, да. Ну, это нормальная история, когда есть старший товарищ, который может напутствовать. И я счастлив, потому что он настоящий мужик и покори рекорд, который какое-то время назад вообще казался неприступным.

- А в чем феномен Овечкина?

- Феномен - чутье прежде всего, работоспособность, вера. Поддержка семьи, мамы с папой, которые, конечно, сыграли большую роль в его воспитании. Я думаю, что, когда все это произошло, Татьяна Николаевна гордилась больше всех своим сыном. Потому что она, как мама, привила Саше веру в себя. (Татьяна Овечкина - двукратная олимпийская чемпионка по баскетболу - 1976, 1980. Играла под № 8, такой же номер взял и Александр. - Авт.)

- Вячеслав Александрович, вы тоже играли в НХЛ до 40 лет. Как сохранить себя на таком уровне?

- Так долго играть нельзя, если ты не любишь свое дело. Это очень важно. С другой стороны, надо следить за собой. Потому что с каждым годом нужно все больше и больше тренироваться и отдыхать - в общем, полностью посвятить себя этому... Тем более когда ты понимаешь, что молодые хотят у тебя забрать твое место. Это мужская история. И во время уйти тоже нужно уметь красиво.

- Вы будете вдохновлять Александра на 1000 голов?

- Он сам примет решение. Здесь уже сложно будет что-то больше ему сказать. Да и не так уж много голов осталось, чтобы он побил и совокупный рекорд Гретцки по шайбам в регулярке и в плей-офф (Овечкину здесь не хватает 49 шайб). А его команда сейчас на хорошем ходу, и у него еще на год контракт.

- А еще Овечкин очень мало пропускал из-за травм. Как ему это удается?



Установив рекорд, Александр Овечкин сразу побежал обнять свою маму Татьяну Николаевну, супругу Анастасию и сыновей. Младший Илья - на фото справа внизу.

Вячеслав ФЕТИСОВ:

Успехи Овечкина идут от его мамы

- Надо за собой следить, важны специальная подготовка и чутье там, где можно вознучить травму. Это тоже часть везения спортивного. Здесь все сложилось - и талант, и везение, и здоровье. Так что в следующие 100 лет сложно будет кому-то приблизиться и побить этот рекорд.

- У хоккеистов какое-то специальное питание? Может, у Овечкина есть секрет?

- Мы еще в советское время по 11 месяцев в году жили на сборах, и питание у всех было порционное, так скажем. А когда уже играл в Национальной хоккейной лиге, жена прекрасно готовила. Домашнее питание и психологическая разгрузка в семье тоже очень важны, и здесь у Саши полный порядок.

- Вы как его поздравили?

- Позвонил, восхитился, погордился... Уже несколько раз поговорили после этого.

- Что сказали Саше?

- Сейчас у него минута славы, но надо готовиться к следующим играм. Уже в другом статусе. И он это понимает. Впереди плей-офф Кубка Стэнли, и он должен каждую игру подтверждать свой статус и не подводить команду, которая на него работала.

- Теперь против него будут подругому играть?

- Они играют против него одинаково, а он забивает и забивает. В этом тоже своя уникальность. И вратари знают, откуда он бросает, и защитники, и тренеры - все знают. Но он продолжает забивать, и дай бог еще, чтобы забил столько, сколько хочет.

- Вы хорошо знаете Овечкина, играли против Гретцки, они похожи?

- Нет, они совсем разные игроки. Гретцки уникальный... Его рекорд по голам и голевым передачам (894+1963=2857) никто не побьет (у Овечкина их 895+724=1619). Гретцки и забивать умел, и творил чудеса как организатор атак. Так что у них совсем разные стили. Тем и интересно их соперничество - две разные школы, два разных стиля. Наш теперь лучший. Переписал главный рекорд (по забитым голам в регулярных чемпионатах) на себя. Вечный рекорд, я бы так сказал.

- Вы хотите сказать, что феномен Овечкина - это продолжение нашего хоккея?

- Он это знает и озвучивает постоянно. Он молодец в этом смысле. И еще Саша очень хороший человек. Никакой звездной болезни. И на благотворительные нужды не скупится, и к детям ходит, и автографы раздает. В общем, он настоящий чемпион, настоящий герой. И я думаю, что на его примере можно воспитывать не только спортсменов, но и всю молодежь страны.



Все новости спорта - на KP.RU/SPORTS



МНЕНИЯ

ТРИ СОСТАВЛЯЮЩИЕ СПОРТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ ХОККЕИСТА

Известно, что организм спортсменов из-за экстремальных нагрузок изнашивается сильнее. Из-за этого ускоряется биологическое старение. Что позволило Александру Овечкину оказаться на пике физической формы в столь зрелом - для хоккеистов - возрасте? Об этом мы спросили **директора Института персонализированной кардиологии Сеченовского университета, доктора медицинских наук, профессора Филиппа Копылова.**

- Есть как минимум три составляющие такого долголетия, - говорит эксперт. - Первое, безусловно, хорошая генетика. Определенные качества, связанные со спортивными навыками и стремлением к победам, передаются по наследству. Второе - жесточайший отбор. На вершины спортивных достижений попадают те, кто с детства выделяется своими способностями. То есть сильнее. Более слабые отсеиваются.

Наконец, когда человек уже стал топовым спортсменом, у него появляется доступ к самым передовым и дорогостоящим технологиям для поддержания здоровья, восстановления после травм и т. д. «С профессионалами уровня Овечкина работают целые команды врачей и даже ученых. Применяются и лекарственные препараты, и новейшее оборудование. Уверю вас, что каждый день такого спортсмена расписан буквально по секундам, и немалая часть времени уходит именно на оздоровление», - говорит профессор Копылов.

«У НЕГО ЕСТЬ ГЛАВНОЕ - МАСТЕРСТВО И МОТИВАЦИЯ»

В чем секреты спортивной молодости Овечкина, который и в 39 лет играет, как в 20, нам рассказал спортивный врач **Валерий Перов.**

- Во-первых, хоккей - это игровой вид спорта. Там, конечно, на первое место выходит мастерство. Не выносливость, как, к примеру, в велоспорте, а именно мастерство хоккеиста. А во-вторых, у него мотивация очень хорошая.

ПАС ОТ НАС

В бой идут одни старики

В том, что Александр Овечкин и в свои 39 лет играет, как в молодые годы, нет никакой загадки. Ведь известно множество случаев, когда звезды хоккея продолжали выступать на высшем уровне и на пятом десятке. А легендарный **Горди Хоу** и вовсе повесил коньки на гвоздь в 52 года.

Но тогда были другие времена, скажете вы. Наверное... А как вам тогда **Яромир Ягр**, игравший в НХЛ до 45 лет? Знаменитому чеху, кстати, недавно исполнилось 53 года, а он все пылит в Чехии за команду города Кладно, где по совместительству является президентом хоккейного клуба. И даже забивает победные голы.

А у нас до 44 лет в НХЛ играл **Игорь Ларионов**. Да и **Вячеслав Фетисов** однажды выходил на лед в чемпионате России в 52 года.

Хоккейное долголетие процветает в любительских лигах. Игра **Владимира Путина** и его партнеров в Ночной лиге - тому пример. Словом, хоккей - это вид спорта зрелых мужчин. А потому мы надеемся видеть Овечкина на льду еще не один год.

Подготовили **Анна ДОБРЮХА, Александр ГАМОВ, Сергей КИРИЛЛОВ.**

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Сергей СТЕПАШИН, экс-премьер, член совета директоров «Динамо»:

- У нас есть спортсмены - сорвал куш и пошел водку жрать, а потом бить кого-то стулом в ресторане (вы понимаете, о ком я говорю). А Овечкин - спортсмен, режимщик. Не пьет, не курит. И, конечно, у него потрясающие данные. Потому что играть в 39 лет так, как в 25 - 30, - это феноменально!

А в-третьих, самое главное, с моей точки зрения, он русский человек, он любит свою страну, не стесняется этого, везде говорит, что он русский, он поддерживает президента.



Департамент культуры Брянской области

ГАОУК «Брянская областная филармония»

12
Апреля

Брянская областная
Филармония
детям

15:00
к/з
«Дружба»

ДЕТСКАЯ ТЕАТРАЛИЗОВАННАЯ ПРОГРАММА

«Урок безопасности от Незнайки»

АРТИСТЫ БРЯНСКОЙ ОБЛАСТНОЙ ФИЛАРМОНИИ

Пулкивская карта 6+ Юр. адрес: г. Брянск, ул. Калинина, 82. ИНН: 323401910

+7 (4832) 74-57-04

Реклама

Департамент культуры Брянской области

ГАОУК «Брянская областная филармония»

31
Мая

Брянская областная
Филармония
детям

15:00
к/з
«Дружба»

В ПРЕДДВЕРИИ МЕЖДУНАРОДНОГО ДНЯ ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ

ДЕТСКАЯ ТЕАТРАЛИЗОВАННАЯ ПРОГРАММА

Сердце Африки

АРТИСТЫ БРЯНСКОЙ ОБЛАСТНОЙ ФИЛАРМОНИИ

Пулкивская карта 6+ Юр. адрес: г. Брянск, ул. Калинина, 82. ИНН: 323401910

+7 (4832) 74-57-04

Реклама

Департамент культуры Брянской области

ГАОУК «Брянская областная филармония»

7
мая

19:00
К/З «ДРУЖБА»

Брянский губернаторский симфонический оркестр

Художественный руководитель и главный дирижёр
АЛЕКСЕЙ ВЕРХОВЕН

ШОСТАКОВИЧ
СИМФОНИЯ №7
Ленинградская

К 80-летию Победы

Пулкивская карта 6+ Юр. адрес: г. Брянск, ул. Калинина, 82. ИНН: 323401910

+7 (4832) 74-57-04

Реклама

ГАОУК «Брянская областная филармония»

Брянское городское концертное объединение

29
АПРЕЛЯ

19:00
концертный зал
«ДРУЖБА»

«МОЁ ОТЕЧЕСТВО»

К 80-летию Великой Победы

БРЯНСКИЙ ГОРОДСКОЙ ЭСТРАДНЫЙ ОРКЕСТР

Художественный руководитель и главный дирижёр
МАКСИМ ДЕГТЕРЕВ

Пулкивская карта 6+ Юр. адрес: г. Брянск, ул. Калинина, 82. ИНН: 323401910

+7 (4832) 74-57-04

Реклама

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

Виктория ИСАКОВА, 21 год, Магнитогорск:
- Студентка 4-го курса по специальности «химическая технология». «Краса Магнитки» 2022 года. Участвовала также в конкурсах красоты «Мисс Туризм России - 2022» и «Краса России - 2023».



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Посмотрите на нее! Вся сцена, весь зал, все взгляды принадлежали бы только ей, даже если бы рядом танцевала Пенелопа Крус. В алом платье, собранном из страсти, кружев и капли испанской драмы, она - воплощенная Кармен. Образ дополняют венки из алых роз и черное бархатное ожерелье-чокер.

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

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



Александр БАРАНЦЕВ

АНЕКДОТЫ

Удел бабушки - хождение по внукам.

Кошелек - как луковица: открыл - заплакал.

Гарантийный срок вечной любви - медовый месяц.

Кто должен финансово вкладываться в семью < стр. 13.

За каждым великим и успешным мужчиной сидит пассажир такси.

- А что это у вас такое?
- Это оберег от злых и гадких людей.

- А рядом?
- Так патроны к нему...

Середина апреля.
- Скажите, а чисто теоретически елка может сама уйти?

Начать готовить тело к лету - это как заходить в холодное озеро. Поэтому делайте это постепенно. Посмотрите на пыльные гантели. Потрогайте скакалку. Полежите на беговой дорожке. Привыкайте.

Свидание - это буквально собеседование на секс, где все скрывают предыдущий опыт работы, а некоторые даже не уволились.

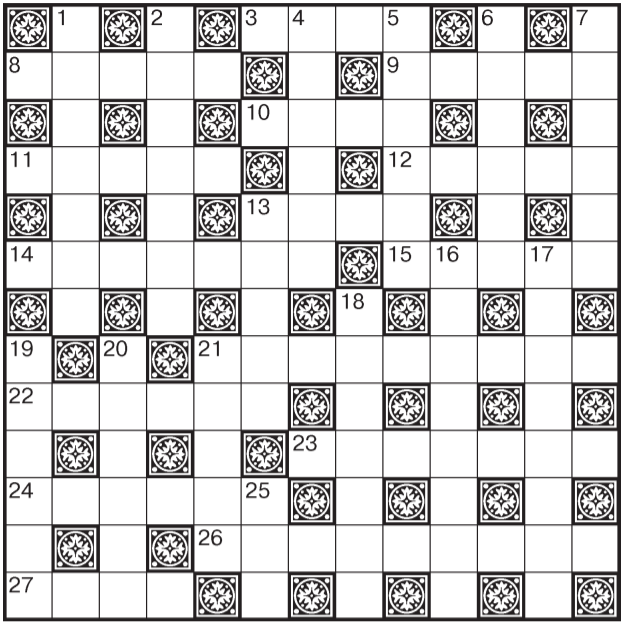
Я уже весь месяц с жизнью не в ладу. То пошлю кого-то, То сама пойду.

Оставьте свой анекдот на сайте KPRU в рубрике «Анекдоты»!

Весь архив анекдотов от «КП» - на KPRU



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ:
3. Царь, чей комплекс исследовал Зигмунд Фрейд.
8. Что на уме у кидальи?
9. Индийский храм, похожий на колесницу.
10. Кто из попугаев с янтарными глазами может прожить больше полувек?
11. В чем туристы воду носят?
12. Подкорка батона.
13. Величина у фармацевтов.
14. Кто из великих разоблачителей АНБ стал героем криминальной драмы Оливера Стоуна?
15. Последствие неуда.
21. На чем играет лесовик из мультфильма «Стрела летает в сказку»?
22. Вожак казаков.
23. Овощ на гаспачо.
24. Адрес перронов.
26. Частный, но не сыщик.
27. Что в июне длиннее, чем в декабре?

ПО ВЕРТИКАЛИ:
1. «Звезда дельфинария», способная до пятнадцати минут задерживать дыхание под водой.
2. Вышитая митра папы римского.
4. Норвежский горбатый ... из поттерианы.
5. Неудача снайпера.
6. Оконная вставка.
7. Какое дерево самым причудливым образом стригут европейские садоводы?
13. Кто перед ректором отчитывается?
16. Наш фрегат, участвовавший в первом в истории бое паровых судов.
17. На чем играет Иван Иванович в комедии «Мы из джаза»?
18. Заправка для «сельди под шубой».
19. Что оформляют в загсе?
20. Танец со взбрыкиванием.
21. Птичья сходка.
25. Где охотникам раздолье?

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ:
3. Самшит. 13. Декан. 16. «Владимир». 17. Сак-лина. 2. Фригг. 4. Дракон. 5. Промак. 6. Стенло. 26. Репетитор. 27. День. **ПО ВЕРТИКАЛИ:**
1. Афа-Балайка. 2. Атаман. 23. Помидор. 24. Вокзал. 25. Лес. 26. Репетитор. 27. День. **ПО ГОРИЗОНТАЛИ:**
3. Самшит. 8. Кидальи. 9. Индийский храм. 10. Кто из попугаев с янтарными глазами может прожить больше полувек? 11. В чем туристы воду носят? 12. Подкорка батона. 13. Величина у фармацевтов. 14. Кто из великих разоблачителей АНБ стал героем криминальной драмы Оливера Стоуна? 15. Последствие неуда. 21. На чем играет лесовик из мультфильма «Стрела летает в сказку»? 22. Вожак казаков. 23. Овощ на гаспачо. 24. Адрес перронов. 26. Частный, но не сыщик. 27. Что в июне длиннее, чем в декабре?

Прогноз погоды на 12 апреля

	ночь	днем	
Брянск	-1...0	+4...+5	Давление - 747 мм рт. ст. (норма - 733)
Дятьково	-1...0	+4...+5	Относительная влажность воздуха - 67%
Севск	0...+1	+7...+9	Ветер западный 2,1 - 3,2 м/с
Новозыбков	-1...0	+4...+5	Восход - 05:50 Полнолуние - 19:36

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

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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
 Индексы П1101, ПМ976 Тип. №
 Время подписания в печать по графику - 17.00 фактически - 16.30
 ISSN 0233-433X
 «НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2025», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.
 Тираж этого номера: 168 971 экз.
 Цена договорная

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	Краснодар (861)	992-79-92	Новосибирск (383)	289-90-85	Псков (8112)	72-29-00	Смоленск (4832)	37-00-80	Томь (3452)	69-96-12
Алма-Ата (727)	273-74-97	Владимир (4922)	44-13-43		528-20-30	Красноярск (391)	31-03-50	Омск (3812)	29-01-50	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
	20-55-33	Вологда (8172)	54-61-38	Калуга (4872)	52-41-35	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
Белгород (4722)	20-18-05	Воронеж (4732)	72-79-27	Кемерово (3842)	35-38-11	Минск (1037517)	337-77-11	Пенза (8412)	56-46-41	Самара (846)	270-69-10	Тверь (4822)	33-93-63	Южно-Сахалинск (900)	43-41-515
Бишкек (10996)	312-88-31-31	Екатеринбург (343)	237-25-51	Киев (1038044)	205-43-01	Мурманск (991)	67-11-633	Пермь (342)	206-45-00	Саратов (8452)	53-42-21	Томск (3822)	90-61-86	Ярославль (4852)	58-58-17
Благовещенск (4162)	49-45-15	Ижевск (3412)	94-50-90	Кишинев (1037322)	22-45-12					Севастополь (692)	99-95-13				58-55-81

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. 36, офис 4.
 ТЕЛЕФОН редакции, отдела рекламы (4832) 37-00-80.
 Газета отпечатана в ГБУ «ИД «Брянская пресса», г. Брянск, пр-кт Станке Димитрова, 40.
 Время подписания брянского выпуска - 18.30.
 Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты.
 Заказ № 901. Тираж регионального выпуска 1200 экземпляров. 12+