

В Краснодаре чипируют бездомных собак

Читайте на стр. 2 ▶



Юлия ЧУБАКОВА

**РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА**

Краснодар 91,0 FM
Анапа 89,5 FM

Программа максимум

Телеведущий Глеб Пьяных - о скандалах, интригах, расследованиях 17:00



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



7 043 000

уникальных посетителей за минувшие сутки



Основана в мае 1925 года

Среда
2 февраля

Газета нашего региона ★ Кубань

№ 7-с (27354-с) 2022 год

Как на Кубани будут лечить больных «омикроном»

Из-за огромного потока жалоб врачи изменили систему работы с коронавирусными пациентами



Академик РАН
Святослав МЕДВЕДЕВ:

Мозг Ванги до сих пор не поддается разгадке

Роман ЛЯЛИН
(«КП» - Санкт-Петербург)

К 111-летию болгарской предсказательницы «Комсомолка» узнала, как ученые пытались объяснить феномен Вангелии с помощью науки, но лишь поверили в чудо.

Продолжение на стр. 10 - 11 ▶

Читайте на стр. 3 ▶

В крайцентре водитель автобуса запер школьницу в пустом салоне



Евгения СОРОКА

Ребенка вызволили родители, нажав аварийную кнопку на двери снаружи.

В Краснодаре 12-летнюю девочку заперли в автобусе, который следовал по

маршруту № 11. По словам матери, школьница собиралась выйти на улице Думенко. Но водитель остановил маршрутку, не доехав до остановки. После этого он молча закрыл салон, не убедившись, есть ли внутри пассажиры, и ушел.

- Естественно, ребенок испугался. Она не успела даже

сказать, что все еще в салоне, - рассказывала родительница. - Дочь позвонила мне, мы с супругом приехали минут через 10 и с помощью аварийной кнопки открыли дверь. Водитель так и не вернулся.

На следующий день после случившегося сам шофер Александр Стариков объяснил, что во время движения сработала аварийная сигнализация. Из-за технической неисправности транспорта ехать дальше было нельзя.

- Поэтому я остановил автобус, посмотрел в зеркало заднего вида - в салоне никого не

было. Хотя у меня есть мертвая зона, но обычно все пассажиры на конечной основке выходят или готовятся к выходу, - объяснил водитель. - Я собрал выручку, оделся, вызвал слесаря и пошел в магазин. Отсутствовал буквально минут 10-15. Подхожу к автобусу, а дверь открыта.

В Союзе транспортников Кубани напомнили о том, что в подобных ситуациях не нужно волноваться. В салоне всегда размещены телефоны экстренных служб и контролирующих органов, по которым можно позвонить в случае любого форс-мажора.

Кубанского судью уволили после громкого ДТП



Читайте на стр. 13 ▶

Помеченные

Юлия ЧУБАКОВА

В Краснодаре чипированы 1252 бездомные собаки.

На улицах Краснодара нередко можно заметить бродячих собак. У некоторых из них есть одна отличительная черта - цветная бирка в ухе. Это так называемый чип, признак того, что дворняжка прошла систему ОСВВ - отлов, стерилизацию, вакцинацию от бешенства и выпуск на волю.

- Эта система позволяет в дальнейшем идентифицировать чипированную особь как стерилизованную и вакцинированную. Соответственно, животное не будет отловлено повторно, - сообщили «Комсомольской правде» в пресс-службе администрации Краснодара.

Важное правило: после проведения всех этих процедур чипированных собак должны отпускать именно в то место, в котором они были отловлены. Все помеченные псы числятся в специальном реестре, который, как правило, ведет подрядчик.

В Краснодаре заключать соответствующие контракты начали с 2021 года. В первый год этим занималась организация «Краснодог». Однако с

1 января 2022 года подрядчик сменился. Теперь отлов и стерилизацию дворняжек проводит организация ООО «Бастилия».

- Подрядная организация имеет штатного ветеринара, который выполняет соответствующие процедуры (стерилизует собак. - Прим. авт), а также работает по заключенным контрактам с ветеринарными клиниками города, - отметили в администрации Краснодара.

Сегодня в краевой столице разгуливают 1252 бездомные собаки с биркой на ухе. И на этом останавливать работу не собираются. Прежде всего, отлов бездомных собак ведется вблизи социальных объектов: школ, детских садов, лечебных учреждений, а также на территориях, где были замечены агрессивные животные.



Я безопасен и привит, и даже чип имеется.

Юлия ЧУБАКОВА

Картина дня:

■ КСТАТИ

В Сочи создают отдел по работе с бездомными

На курорте тоже решили бороться с численностью бездомных животных. В городе создают отдел на базе департамента по охране окружающей среды, лесопаркового, сельского хозяйства и промышленности, который будет следить за бродягами на улицах.

В мэрии Сочи пояснили, что после заключения муниципального контракта подрядной организацией будут проводиться работы по:

- ✓ отлову,
- ✓ вакцинации,
- ✓ стерилизации,
- ✓ маркировке,
- ✓ возврату неагрессивных животных на прежние места обитания.

- Также рассматривается создание отдельного муниципального приюта и строительство приюта крупным благотворительным фондом.

Сообщить о дворняжке на улицах Сочи можно по телефону 8 (862) 264-13-45. Или по адресу электронной почты otlov@sochiadm.ru.

КУДА ОБРАЩАТЬСЯ, ЧТОБЫ ЗАБРАЛИ ДВОРНЯГУ

НА ЗАМЕТКУ

Передать информацию о наличии на территории города безнадзорных животных может любой житель Краснодара.

Можно позвонить в Единую дежурно-диспетчерскую службу - 050.

✓ Также подать заявку на отлов и стерилизацию бездомных животных можно через почту **Управления коммунального хозяйства и благоустройства - mku.ukhb@krd.ru.**

✓ Заявки на отлов животных без владельцев принимают в **департаменте городского хозяйства и ТЭК** - в письменном виде с указанием контактных данных того, кто сможет точно указать места обитания животных.

По данным администрации Краснодара.



■ ПОЕХАЛИ

Возобновляется круизное сообщение

Евгения ХАЛИКОВА

Отправиться в путешествие можно будет только при наличии сертификата о вакцинации, отрицательного ПЦР-теста и медицинской страховки.

В Сочи после перерыва, который был вызван пандемией, возобновляется международное круизное сообщение. Первый рейс российского лайнера Astoria Grande назначен на 2 апреля.

- Возобновление круизного сообщения между странами - это признак оздоровления туризма. У Кубани имеется опыт в приеме зарубежных

круизных кораблей. С 2012 по 2015 год в морпорт Сочи зашли 156 лайнеров с 90 тысячами туристов на борту, - рассказала **врио министра курортов, туризма и олимпийского наследия Краснодарского края Мария Золотухина.**

Лайнер Astoria Grande отправится в круиз «Волшебный Восток». За 14 дней судно обойдет крупные города черноморских и средиземноморских государств. Зайдет в Стамбул, Чанаккале, Чешме, Александрию, Бодрум и Кушадасы. Отправиться в путешествие можно будет только при наличии сертификата о вакцинации, отрицательного ПЦР-теста и медицинской страховки.

■ ЭХ, ДОРОГИ

В Краснодаре дырявую улицу начнут ремонтировать

Варвара ДЫМ

Марафет на Домбайской обещают наводить уже летом.

Улица Домбайская в Краснодаре - одна из про-

blemных. Она вся в ямах и выбоинах, ее даже прозвали самой дырявой. Но, похоже, ее все же ждет ремонт.

- Реконструкцию улицы Домбайской планируют начать уже во втором полуго-

дии 2022-го, - сообщили в администрации Краснодара. - 110 миллионов рублей на нее выделят на условиях софинансирования региональный и местный бюджеты.

Наводить марафет тут будут комплексно. На улице появятся асфальт, ливневка и фонари. Приводить Домбайскую в порядок будут до 2023 года.

ЦИФРА ДНЯ

Более **8,9** млрд рублей направят на ремонт дорог Кубани в 2022 году

153 дорожных участка отремонтируют в крае

309 километров дорог

7 мостов возведут

ФИНАНСИРОВАНИЕ УВЕЛИЧАТ НА **400** МИЛЛИОНОВ ПО СРАВНЕНИЮ С ПРОШЛЫМ ГОДОМ

49 км приходится на Краснодар

54 км на Сочи

183 трассы региона

Кстати, работы по плану 2021 года закончили в сентябре и сразу приступили к объектам, запланированным на 2022 год.

В том числе с 2021 года остается в работе Яблоновский мост в Краснодаре. Готовность составляет 52%.

По данным министерства топливно-энергетического комплекса и жилищно-коммунального хозяйства Краснодарского края.



Врачи региона работают по-новому

Светлана ОВДЕЙ

Это связано с эпидситуацией на Кубани.

В Краснодарском крае резко возросла нагрузка на амбулаторное звено из-за коронавируса. Только на одного участкового врача-терапевта количество пациентов и вызовов на дом увеличилось в три раза - с 20 до 60 пациентов в день. Резко увеличилось и количество вызовов врачей скорой. За сутки поступает около семи тысяч. И чтобы медики успели к каждому заболевшему, в регионе временно приостановили диспансеризацию и профосмотры.

- Сегодня мы видим рост заболеваемости коронавирусом. В данной обстановке необходимо не допустить ситуации, когда система здравоохранения перестанет справляться с нагрузкой. Приняли решение приостановить диспансеризацию и



В лечебных учреждениях сейчас стало еще больше работы.

профосмотры в поликлиниках края до стабилизации эпидситуации. А освободившихся врачей перенаправим на оказание первичной помощи в амбулатории, - сказал **первый вице-губернатор Кубани Игорь Галас** на заседании оперштаба.

Помогать медикам справляться с огромным потоком звонков будут студенты медицинского университета и колледжей.



■ А В ЭТО ВРЕМЯ В ПОЛИКЛИНИКАХ КРАСНОДАРА

№ 2 на улице Восточно-Кругликовской

Медики тоже люди и болеют

Вероника АЛЕКСАНДРОВА

Врачи работают на пределе возможностей.

В краснодарской детской поликлинике № 2, что на Восточно-Кругликовской, очередь из людей когда-то оборудовали столик для персонала, чтобы всем пациентам измерять температуру и проверять маски. Но из-за потока пациентов и нехватки медработников делать это некому. Антиковидные процедуры оставили на совесть жителей.

- Девушка, здесь врач принимает? - спрашиваю последнюю в очереди пациентку на своем участке. - Нет, она уволилась. - А вот в этом кабинете? - показываю на следующую дверь.

- А этот врач на больничном. Идите в любой свободный, где принимают, - посоветовала девушка, объяснив, что сама именно так и поступила.

После нескольких секунд осознания сложности ситуации увидела, как один из кабинетов покидает женщина с ребенком. К нему очереди не было. Иду туда.

- Здравствуйте, а вы сможете нам справку в детский сад дать? Врач

нашего участка уволилась, другая - на больничном... - объяснила я и напросилась, чтобы не стоять в очередях к трем врачам, которые работали в этот день.

- Проходите, что ж с вами делать, - вздохнув, ответила медсестра.

После осмотра содей прямо с порога. Здесь когда-то оборудовали столик для персонала, чтобы всем пациентам измерять температуру и проверять маски. Но из-за потока пациентов и нехватки медработников делать это некому. Антиковидные процедуры оставили на совесть жителей.

- У нас только сегодня на больничный с коронавирусом ушли девять человек. Работаем на износ. Но другого выхода нет, - печально вздохнула женщина.

Медики - они сейчас как работы, лечат людей, будто проводя через конвейер по несколько десятков человек в день. Но в отличие от автоматизированной железки - они живые, они люди, их тоже косит вирус. И в ситуации, когда пандемия накрыла новой волной не только регион, но и всю страну, врачи уже, кажется, не призывают, а умоляют жителей прививаться. Стоит отметить, что именно массовая вакцинация помогла снизить смертность от COVID-19.

№ 12 на улице Вавилова Стоят часами

Оксана КАДОЧНИКОВА

Доктора напоминают, если бы люди активнее вакцинировались, то заболевших было бы меньше.

Тут медленно тянется очередь. В поликлинике организована красная зона для тех, кто обратился за медицинской помощью с признаками ОРВИ или гриппа, тут же берут тест на ковид. Наплыв больных начался в понедельник, 31 января. И он не уменьшился.

- Простояли до 15 часов, но нас не успели принять, ждем дальше, - говорит пациентка поликлиники № 12 Татьяна. - В понедельник тут был скандал, люди не

хотят часами стоять в очередях.

- Для удобства пациентов врачей на приеме стало больше. Увеличили время забора анализов. Теперь вместо одного часа тесты на коронавирус берут с 10 до 15 часов, - пояснили в поликлинике. - Поймите, мы делаем все возможное, чтобы помочь людям. Но поток стал больше, мы захлебываемся. Постоянно напоминаем пациентам о важности вакцинации, о соблюдении правил - надо носить маски, обрабатывать руки антисептиками. Знаете, если бы люди активнее прививались, нам, врачам, было бы легче. Поэтому покажите эти очереди, в них половина людей - без вакцины. Может, хоть так-то до населения дойдет, что прививка - это не зло.

■ КРИК ДУШИ

Главврач Краевой больницы скорой помощи Николай БОСАК:



Евгения ХИЛЬКО

Медик обратился к жителям Кубани с просьбой не звонить с организационными вопросами на 03.

Несмотря на заявления санитарных врачей о том, что коронавирус находится под контролем, ситуация остается достаточно тревожной.

Нам звонят и спрашивают, где сделать тест, а в это время больные не могут получить помощь

Число заболевших за сутки уже превышает 2300 человек, хотя за день до этого зараженных было на 1000 меньше. В больницах нагрузка на медиков выросла в разы. Телефоны скорой в последние дни раскались до предела. В связи с этим **главврач Краевой больницы скорой помощи Николай Босак** сделал важное заявление.

- Мы регистрируем ежедневное увеличение обращений в службу скорой помощи от жителей Краснодара и

края с разными симптомами (повышение температуры, насморк и боль в горле), - говорит Николай Босак. - Но в последнее время заметили, что часто стали звонить люди с вопросами организационного характера. Например, по телефону 103 спрашивают, как выписать больничный лист, где взять лекарства, где сделать ПЦР-тест, какой препарат лучше снижает температуру. То есть это звонки от жителей, которым не требуется срочная медицинская помощь.

За последние дни поступило более 3 тысяч звонков в скорую. Бригады медиков порядка тысячи раз выезжали по адресам, где требовалась помощь.

- Мы понимаем беспокойство людей. Но сильно переживаем, что из-за таких звонков все наши операторы перегружены, - объяснил Николай Босак. - Нам не смогут дозвониться люди с серьезнейшими заболеваниями, кому стало плохо. Не отменяются инфаркты и инсульты, продолжают случаться аварии.

КОНКРЕТНО

Куда звонить, чтобы получить консультацию и больничный

В Краснодарском крае действует **единый номер по вопросам коронавируса - 122.**

По нему жители могут вызвать врача на дом при подозрении на коронавирус, дистанционно оформить больничный, оповестить о прибытии из-за границы, узнать о соцвыплатах или доставке продуктов и лекарств. Звонок бесплатный.

Горячая линия министерства здравоохранения Краснодарского края - **8-800-2000-366.**

Телефоны горячих линий краснодарских поликлиник:

✓ Поликлиника № 3, тел. **8-918-435-29-78;**

✓ Поликлиника № 4, тел. **8-988-888-03-39;**

✓ Поликлиника № 5, тел. **8 (861) 201-27-05;**

✓ Поликлиника № 7, тел. **8-964-933-03-92;**

✓ Поликлиника № 8, тел. **8-928-401-51-27;**

✓ Поликлиника № 9, тел. **8-918-957-30-11;**

✓ Поликлиника № 10, тел. **8-961-501-40-60;**

✓ Поликлиника № 11, тел. **8 (861) 263-07-99;**

✓ Поликлиника № 12, тел. **8-960-475-02-72;**

✓ Поликлиника № 13, тел. **8 (861) 991-33-66, 8-800-222-99-13;**

✓ Поликлиника № 14, тел. **8-918-998-21-51, 8-938-517-09-91;**

✓ Поликлиника № 15, тел. **8-988-334-33-45;**

✓ Поликлиника № 16, тел. **8-906-187-78-31, 8-964-899-98-33;**

✓ Поликлиника № 17, тел. **8-900-260-22-68;**

✓ Поликлиника № 19, тел. **8-918-075-43-70, 224-02-59;**

✓ Поликлиника № 22, тел. **8-900-295-89-63, 8-952-864-11-35;**

✓ Поликлиника № 23, тел. **8 (861) 290-72-90, 8-928-209-22-00;**

✓ Поликлиника № 25, тел. **8-928-884-29-89, 8-938-540-20-60;**

✓ Поликлиника № 26, тел. **8 (861) 991-07-24;**

✓ Поликлиника № 27, тел. **8-918-060-05-64, 237-55-15.**

Михаил ПОГРЕБИНСКИЙ:

Американцы демонстрируют панику

Александр КОЦ

Директор Киевского центра политических исследований и конфликтологии полагает, что масштабный конфликт между Россией и Украиной маловероятен.



Михаил Погребинский.

«НЕ ЧИТАЙТЕ АНГЛИЙСКИХ ГАЗЕТ»

- Михаил Борисович, если посмотреть новости об Украине, то ощущение, что каждый украинец уже готов воевать против России с оружием в руках. Многие даже закупают его... Вы же в Киеве, видите это вживую. Все так?

- Если читать английские газеты за обедом, то, наверное, можно составить такое представление. Я английских газет не читаю за обедом. А когда я хожу в магазин, вообще не вижу никакого напряжения, никаких пустых полок. Какая-то полусонная атмосфера зимней погоды.

Мне звонят многие люди, спрашивают, будет ли война. Наши руководители уже заявили, что все под контролем, спокойно, ничего не будет. Кого-то это успокаивает. Но есть же слабые психикой товарищи, которым достаточно только сказать: не покупайте соль и спички, и они бросятся немедленно их покупать.

- В Киеве, может, не все замечают? А из Лондона и Вашингтона виднее.

- По-моему, это большой прокол англосаксов. Я считаю, они просто попали в дурацкую ситуацию, которая скорее вызывает ироническую улыбку. Если президент, министр обороны, руководитель СНО Украины говорят, что мы не видим признаков скорого нападения, а какая-то дура, пресс-секретарь Белого дома говорит, что вы не туда смотрите, - такое впечатление, что американцы придумали эту историю. Как выход из сложного положения, в котором они оказались после «ультиматума Путина». Мы сейчас всех запугаем Москвой. А потом как бы договоримся. И скажем: зато мы спасли Украину от коварного Путина.

«ГЕНЕРАЛЫ РАЗБЕРУТСЯ»

- Впервые вижу, чтобы Зеленский перечил Вашингтону. США нагнетают, а он говорит: нет причин для паники.

- Думаю, это потому, что на него давят, заставляя выполнять Минские соглашения. И не гарантируют, что ему за это ничего не будет. Он бы не прочь выполнить, но тогда американцы должны сказать: мы построим Порошенко, Авакова и прочих, они не будут на тебя наезжать, не будет капитуляции.

- Вы думаете, американцы принуждают его «Минск» выполнять, а не пытаться силой взять Донбасс?

- Они ничего не выиграют от этой войны! Кстати, не факт, что от России последует жесткий ответ. Он может быть очень локальным. И

остановит любую провокацию. Просто начальник Генштаба России Герасимов позвонит в объединенный штаб США и скажет: вы там разберитесь, а то плохо будет всем. И, я думаю, генералы разберутся.

- Зачем же Запад

так нагнетает - истерика в СМИ, поставки оружия, эвакуация посольств...

- По-моему, они в панике. Они себя ведут так, как будто сами не понимают, что завтра будет. Не случайно просят не публиковать их ответ Москве. Даже факт, что они согласились на письменный ответ, уже пример паники, а не отказа. Посмотрите на Блинкена. Видно, что перепуган человек. Главный прием Путина, который их озадачивает и заставляет дрожать, это то, что он не говорит, как ответит, если они отвергнут его

- Я считаю, компетентные люди, которые советуют Кремлю, должны были бы объяснить, что достаточно много людей будут активно противодействовать российским военным. Они реально мотивированы. На фига это надо Путину? Ему надо решить проблему Украины, но как-то иначе.

- И чем, по-вашему, закончится это обострение?

- Мне кажется, оно закончится если не сразу после ближайшей встречи Блинкена и Лаврова, то на следующей неделе. Они скажут, что вышли на какую-то линию поиска компромисса. А точки должны расставить первые лица - Путин с Байденом.

- То есть в сценарий войны между Россией и Украиной вы не верите?

- Не верю. Я понимаю, что у нас есть много уродов, которые хотели бы погреть руки, когда будут погибать не их дети. Но я просто считаю, что нет никакого желания и интереса у России влезать в это дерьмо, которое просто невозможно будет

ШУТКА ИЗ ИНТЕРНЕТА



«ультиматум». Это самое опасное. Поэтому они придумывают всякую фигню типа оккупационного правительства Мураева и прочее.

- А как вам, кстати, эта версия?

- Полный бред! Смешно. И это тоже элементы паники. США могли бы придумать более правдоподобный состав «марионеточной власти». Но нет - 45-летний парень, выглядящий как 18-летний подросток, который может обмануть только экзальтированных женщин. И их набирается немало, почти 5% у него рейтинг. Но это все равно смешно.

«КОРМИТЬ 40 МИЛЛИОНОВ ЛЮДЕЙ? ЗАЧЕМ?»

- Многие обсуждают варианты - вдруг Россия действительно проведет какую-то «ограниченную» военную операцию, назвав ее «миротворческой», «принуждением к миру», как в 2008-м в Грузии. Насколько серьезное сопротивление она может встретить на Украине?

разрулить. Если бы у нас была оппозиция, которая могла перехватить власть, решить все тяжелейшие проблемы, которые есть сейчас, чтобы, как говорил Путин, на исторических землях России не строилась анти-Россия, то была бы другая картина. Страна потенциально имела бы шанс. Но такой оппозиции сейчас в Украине нет. Менять шило на мыло? Оккупировать страну, чтобы кормить потом 40 миллионов людей (население Украины. - Ред.)? Зачем?

- И украинские власти могут без отмашки из США устроить военную провокацию?

- Такое вероятно. А может, кто-то и в Америке готов подзуживать. Там же разные люди и силы есть. Помните, как в 2008 году было в Грузии? Но, я надеюсь, начальники штабов России и США переговорят и урегулируют это, чтобы не получить такую большую войну, которой реально ни Москве, ни Вашингтону не надо.

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

США вооружают «украинский «Талибан»*

Александр КОЦ

Поставками «Джавелинов» и «Байрактаров» НАТО закладывает бомбу под Европу.

Удивительно совпали два события в моей новостной ленте. С одной стороны - министр обороны Латвии похвастал, что США разрешили Риге передать Киеву переносные зенитно-ракетные комплексы «Стингер». С другой - украинские националисты объявили отбор боевиков, имеющих опыт войны в Донбассе. И проводят в полевых лагерях военные сборы.

Это та самая «дальновидность», которой давно грешат США, делая, как им кажется, беспроигрышную ставку. Ее расхлебывает потом полмира, включая и самих американцев.

Что будет, если сложить вместе «Стингер» и «националист»? Правильно - моджахед. Фигурально выражаясь. В 1980-х в Афганистане американцы вооружали афганских боевиков, воевавших против советских войск, в том числе и «Стингерами». «Нью-Йорк Таймс» опубликовала восторженную статью о командире «афганских повстанцев» бен Ладене, который бросил вызов коммунистам.

Сегодня это же издание точно так же восхищается «простой киевлячкой, матерью троих детей, которая купила себе карабин ценой в ее полугодовую зарплату». Но кто знает, может, она - будущий лидер «повстанцев», как и бен Ладен?

Однажды эта неверная ставка уже дала осечку - 11 сентября 2001 года, когда угнанные самолеты по приказу бен Ладена атаковали небоскребы Америки.

Второй раз - уже в 2021-м, когда американцам пришлось бежать из Афганистана под напором талибов...

А что будет, когда украинские националисты с этими «Стингерами» и «Джавелинами» выйдут из-под контроля?

На днях вон в Днепропетровске на режимном «Южмаше» солдатик застрелил пять человек, потому что у него что-то переклинило в голове. А если бы у него в руках был не калашников, а противотанковый «Джавелин»? Или «Стингер»?

Ладно американцы, они создают теперь уже «славянский «Талибан». Лишь бы против России. США далеко, им бояться нечего. Но зачем в этом участвует Европа?!

Ей в первую очередь и расхлебывать «украинскую «Аль-Каиду»*...

* «Талибан» и «Аль-Каида» - террористические движения, запрещенные в РФ.

Один из главных борцов за права соотечественников Константин ЗАТУЛИН рассказал в «Комсомольской правде», какого закона им не хватает.

Русских, которые хотят вернуться на Родину, тормозят чиновники

Александр КОЦ

Под занавес 2021 года Владимир Путин внес в Госдуму проект закона, расширяющий категории наших соотечественников, которые могут получить гражданство России по упрощенной схеме. И можно не сомневаться: он будет принят. И чиновники тут же возьмут под козырек. Хотя странно, что для таких очевидных вещей потребовалось вмешательство президента. Когда же с подобными проектами выходят депутаты, чиновники встречают их в штыки.

Константин Затулин - пожалуй, главный борец в Госдуме за право наших соотечественников возвращаться на историческую Родину беспрепятственно - без многоступенчатой унижительной системы получения гражданства, каждая из которых стоит нервов и денег. Без пьющей кровь бюрократии, без таких диких для русских процедур, как экзамен по... русскому языку. Константин Затулин как первый зампреда Комитета Госдумы по делам СНГ и соотечественников на прошлой неделе провел в «КП» пресс-конференцию, где рассказал про написанный им законопроект о репатриации. А накануне он дал интервью «Комсомолке», рассказав, что давно представил свой проект нужным ведомствам. Но не получил положительных отзывов.

Почему? Почему Россия не хочет возвращать русских?

«ЭТО НАРУШАЕТ СИСТЕМУ»

- Константин Федорович, кому именно вы показывали свой проект?

- Я разослал его в неофициальном порядке в министерства и ведомства. Стали поступать отклики. Все - отрицательные... В том числе - от головного в вопросах миграции Министерства внутренних дел. Пожалуй, самым ярким был отзыв Минфина. Первый замминистра Горнин написал: «В законодательстве РФ понятие «российские соотечественники» отсутствует». Вообще-то у нас с 1999 года действует Закон о госполитике в отно-



- Я пешком смогу дойти в свой родной Саратов. Лишь бы было на пути меньше бюрократов!

- Это тоже тенденция. Она родилась не вчера, а сразу после распада СССР. Русские, которые были за пределами России, считали, что они все равно живут в одном государстве. И они из него, в отличие от эмиграции времен Гражданской войны, не уезжали. Это государство от них уехало. А ставшие независимыми Украина или Киргизия взяли строить другие государства - для украинцев или киргизов.

- И что они делают с остальными национальностями?

- Делают их статистами. Начинаются ограничения в употреблении их языка. Все указатели, пресса, телевидение - на языке титульной нации. Карьера - для титульной нации. Школы - только национальные.

- А зачем им эта «национализация»?

- Если местные власти и националисты не будут везде заявлять, что они плохо жили в Советском Союзе, то у населения возникнет резонный вопрос: почему у нас жизненный уровень упал со времен Советского Союза? Может, нам не нужна была эта независимость? Нет, отвечают, нужна, потому что нас притесняли. А кто притеснял? Конечно, Россия. А это клеймо перебрасывается и на русских, которые рядом живут. Вот же они - которые нас притесняли.

- И что же делать?

- Всеми силами стараться, чтобы к русским в странах ближнего зарубежья относились как к равным. Чтобы не ущемляли русский язык. Чтобы мы, рассматривая любые отношения с этими странами, имели в виду их отношение к русскому населению, к языку.



Константин Затулин не в первый раз приходит в гости к «Комсомолке», чтобы рассказать, как улучшить положение русских за границей.

шей, вы нас оградите от бюрократии при возвращении в Россию. Мы сами заработаем, найдем, как устроиться.

«НЕ ПРОСИМ НИ КОПЕЙКИ!»

- Может, просто ваш проект обойдется дороже?

- Мы вообще под него денег не просим. Ни копейки! Как раз то, что старую программу переселения надо финансировать, и сыграло злую роль в ее судьбе. Центр спустил ее в регионы, и они теперь решают, вправе тот или иной имярек переселиться к ним. И человек ли он той профессии, которая нужна региону. Если вы пенсионер, то заранее знайте, что никто вашу заявку о переселении даже не воспримет. Вы уже не трудовой ресурс.

- Профнабор какой-то получается...

- Именно так. Бюджеты субъектов тощие, регионам надо решать, переселять соотечественников на свою территорию, где и так проблемы с безработицей, или тратить деньги на дороги, школы, больницы. Они, конечно, выбирают то, что понятнее населению региона.

В отличие от госпрограммы в моем проекте максимально упрощены процедуры. Вы должны за рубежом обратиться в наше посольство, написать заявление и удостоверить, что вы - соотечественник.

КЛЕЙМО «ПРИТЕСНЯВШИХ»

- А насколько велика сейчас потребность вернуться? Русским за рубежом стало хуже жить? Все эти истории с «языковыми патрулями», заявления местных чиновников о русских как о ленивых пьяницах...

шении соотечественников за рубежом. А в прошлом году в Конституцию даже внесли поправку, автором которой я являюсь, что обязанность России - поддержание связей с соотечественниками.

- А пойти официальным путем пробовали?

- Разумеется. И в конце 2021-го мы получили официальный отзыв Кабмина, подписанный главой аппарата правительства. Отрицательный.

- Что не нравится наверху?

- Они пишут: «Это нарушает нашу стройную систему. У нас будет путаница». Еще замечательный аргумент: у нас нет термина «репатриация», поэтому мы против такого закона. Ну так давайте введем этот термин! Еще пишут, что закон сужает помощь соотечественникам. Они имеют в виду подъемные 100 - 200 тысяч рублей в зависимости от региона по программе переселения, которая действует с 2007 года. Но люди нам говорят: да не нужно нам этих гро-

ЕСТЬ ИДЕЯ

Амнистия для беженцев с Украины

- О каком количестве русских за рубежом может идти речь?

- Вот уже 30 лет упоминают одну и ту же цифру - 25 млн. Но в этой цифре уже должны быть коррективы. Около 2 млн русских вместе с Крымом вернулись в Россию. Из-за конфликта в Донбассе еще 2,5 млн человек к нам переселилось...

Кстати, мои законы, облегчающие положение приехавших с Украины, тоже лежат без движения. Опять же потому что есть отрицательное мнение государственно-правового управления, которое сформировано МВД.

Ведь что у нас происходит с людьми, которые бежали с Украины? Если у них нет разрешения на временное проживание, трудового контракта, вида на жительство, они через 90 дней должны выехать из России на 90 дней. И потом могут снова приехать на 90. Почти половина из тех 2,5 млн, которые бежали с Украины, продолжают жить в

России, но не обрели никакого статуса. Они все в страхе здесь живут, в полуподполье.

Я предлагаю объявить миграционную амнистию для граждан Украины. Мы объявляли ее киргизам, узбекам дважды, молдаванам. Почему? Потому что об этом президент разговаривает с президентом. Додон добился этого для граждан Молдавии в переговорах с Путиным. То же самое - главы Киргизии, Узбекистана. Но президент Украины не будет просить Россию об облегчении участи бежавших от него граждан. Это же очевидно!

Я вообще против того, чтобы у нас исключительно МВД занималось вопросами миграции. Полиция не может решать политические и экономические задачи. Миграцию из каких стран поощрять, а из каких притормаживать? Это политический выбор.

- Есть перспективы у вашего законопроекта о репатриации в 2022 году?

- Мы не снимаем его с рассмотрения.



Главные тезисы и видео с пресс-конференции Константина Затулина смотрите на сайте



Эксперты рассчитали, когда «Омикрон» достигнет пика

Оксана НАРАЛЕНКОВА

О чем нам говорит опыт других стран.

В России началась новая ковидная волна. Рост заболеваемости во многом связан с распространением нового высокозаразного штамма «омикрон». Он пока не стал доминирующим в стране (чуть более половины случаев все-таки составляет «дельта»), но быстро набирает обороты. К счастью, судя по первым данным, в среднем заболевание, вызванное этим вариантом коронавируса, протекает несколько легче, чем при предшествующем штамме, особенно у привитых.

Тем временем из стран, которые мы привыкли считать рекордсменами по заболеваемости «омикроном», приходит информация о том, что новых случаев заражения там становится меньше. Такая тенденция на спад омикронной волны видна в США, Великобритании и Ирландии, ЮАР. На их примере можно посмотреть, сколько длится волна «омикрона», когда достигает своего пика, то есть мутировавший коронавирус заражает наибольшее число людей в популяции, после чего заражения идут на спад. И главное для нас: как долго предстоит работать на пике возможностей врачам и больницам в России?

Мы попросили прокомментировать мировую статистику известного эксперта по

коронавирусу, иммунолога, кандидата медицинских наук, генерального директора контрактно-исследовательской компании Николая КРЮЧКОВА.

ЮАР

Здесь «омикрон» начал занимать свои позиции с 16 ноября, через месяц республика вышла на пик по количеству новых слу-

чаев, после чего заболеваемость стала снижаться. Но даже на спаде волны нагрузка на больницы по-прежнему высока, хотя пациентов в реанимациях и на ИВЛ меньше, чем в прошлые волны.

ВЕЛИКОБРИТАНИЯ

Быстрый рост начался примерно 10 декабря, когда «омикрон» давал 20% случаев, пик наступил 1 января - через три недели. Нагрузка на больницы начинает снижаться только сейчас.

ИРЛАНДИЯ

Движение к пику заняло три недели - от 18 декабря до 8 января.

США

В Нью-Йорке, например, быстрый рост начался 14 декабря, пик - через три недели, 4 января. Новые госпитализации достигли пика 7 января. Максимум занятых ковидных коек - 11 января. Последнюю неделю нагрузка на больницы постепенно снижается, число пациентов в реанимациях, превысившее пик прошлой зимы, - тоже.



Ковидные ограничения до сих пор вызывают много протестов. Правда, другой альтернативы протестующие, как правило, не предлагают.

■ А ЧТО У НАС?

«Болезнь далека от сезонной ОРВИ»

Можем ли мы надеяться, что и в России омикронная волна инфекции пройдет быстро?

- Многое зависит от того, с какой точки считать. Если смотреть на действительное начало роста заболеваемости, то до выхода на пик проходит все же больше трех недель, это мы видим и по США, и по Великобритании, - говорит Николай Крючков. - Да, действительно, сейчас в Великобритании началось снижение заболеваемости, но это совсем недавняя история, и спад заболеваемости не стремительный. В ряде крупных городов США и в нескольких штатах

похожая ситуация. И очень важный момент: а до какого уровня будет снижение? На фоне политики, направленной на снятие большинства ограничений, которая сейчас предложена в Великобритании и в республиканских штатах США, где установится равновесие? Миллион человек заражались в США в сутки и больше 400 тысяч в Великобритании, на этом фоне даже снижение заболеваемости - это очень высокие показатели!

По отношению к предыдущим волнам в популяциях, где много привитых и переболевших, уровень госпитализаций по сравнению с предыдущей зимой меньше. Но все равно - эта серьезная врачебная помощь нужна многим. Важно и то, что, например, в той же ЮАР, где после пика заболеваемости снижается число новых заражений, виден рост смертности от ковида.

- Поэтому радоваться сейчас рано. Мы не знаем точных сценариев того, как пойдет пандемия в мире дальше. Возможно, после спада будут новые пики. Не стоит забывать и о том, что

сейчас начинает распространяться ответвление от «омикрона» - мутация коронавируса под кодом ВА.2, в которой вновь поменялся антигенный состав. Мы не знаем, какая у этой разновидности вируса будет патогенность (способность вызывать тяжелое течение болезни. - Ред.), - говорит Крючков.

Некоторые аналитики связывают именно с этой мутацией вируса то, что в Дании, одной из первых стран достигшей пика волны заражений с «омикроном», после спада заболеваемости вновь пошла вверх.

- Коронавирусная инфекция сейчас далека от того, что принято называть сезонной ОРВИ. И летальность больше (число умерших среди тех, кто заразился. - Ред.), и заразность выше. К тому же, чем больше заражается людей, тем больше шансов у вируса мутировать. И где гарантия, что мы не увидим после «омикрона» реинкарнацию еще более заразной «дельты» или супер-«омикрона»?

Какие страны открыты для россиян > стр. 7

«Комсомолка» рекомендует:



Академики против вирусов

Что нас ждет завтра?

Коронавирус показал, как хрупок наш мир. Способна ли наука победить или нам суждено жить от одной пандемии до другой? Как наука меняет жизнь людей и могут ли быть побочные эффекты от прогресса? Эта книга отвечает на самые волнующие вопросы и дает надежду на победу разума.

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



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



«Антиковид» - программа, которая развенчивает мифы о коронавирусе и вакцинации. Слушайте в подкастах на сайте radiokp.ru

Юлия СМЕРНОВА

Какие страны поменяли правила въезда для российских туристов в начале 2022 года.

В Таиланд без карантина, на Кубу без справок

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендует снять ограничения на международные поездки из-за их полной бессмысленности. Но можем ли мы летать куда захотим, ведь стран для этого открыто уже немало?

После появления «омикрона» и турбизнес, и любители путешествий напряглись: а вдруг снова границы закроют наглухо, как в начале пандемии? Этого не случилось. Мало того, ВОЗ в январе провела заседание Комитета по чрезвычайным ситуациям и выпустила рекомендации для всех государств мира. ВОЗ призывает отменить или ослабить ограничения на международные поездки, так как они показали свою неэффективность и «усугубляют экономический и социальный стресс». Также в ВОЗ считают, что вакцинация не должна быть единственной возможностью для пересечения границы - надо давать и другие варианты.

А что в реальности? Сразу несколько популярных у российских туристов стран в начале 2022 года поменяли условия въезда. Почти все сделали их проще - вплоть до полной отмены каких-либо справок. Но некоторые и ужесточили.

ЕГИПЕТ

Правила въезда в Египет, по сути, не изменились: нужен **или сертификат о вакцинации «Спутником V»** (из российских вакцин подходит только эта), **или тест** - либо ПЦР, сделанный не ранее чем за 72 часа до вылета, либо экспресс-тест со сроком действия 24 часа (он дешевле, чем ПЦР, и результат в большинстве лабораторий готов уже через 15 минут - так что это удобная альтернатива).

Однако появился нюанс, Египетское управление по продвижению туризма разъясняет его в письме туроператорам: если на сертификате или справке не будет читаться QR-код, у проверяющих возникнут сомнения в подлинности документа или, например, из-за задержки рейса истечет срок действия теста, придется в аэропорту сдать экспресс-тест за 20 долларов. При отрицательном результате, а он будет готов примерно через 15 минут, все отлично. При положительном отпусника отправят в изоляцию на 5 дней. В том самом отеле, где он забронировал проживание.

ТАИЛАНД

С 1 февраля слетать в Таиланд станет **проще**. Правда, послабления касаются только вакцинированных путешественников, в том числе и

«Спутником V». Для них открываются все провинции королевства, порадовали долгожданной новостью в Туристическом управлении Таиланда. Карантин не нужен. А вот тесты придется сдавать часто (как и сейчас).

Один - до вылета в Таиланд (не ранее чем за 72 часа), второй - сразу после прибытия. При этом первый день после прилета пассажиры должны провести в отеле из одобренного властями списка, дожидаться там результатов теста. Гостиниц таких много, на разный бюджет, от скромных до пятизвездочных. На пятый день отдыха тоже необходимо заселиться в подобный отель, сдать анализ и ждать результата в номере. Между этими тестами и после второго можно путешествовать по стране и жить в любых гостиницах и гестхаусах.



Забронировать и оплатить оба отеля (на первый и пятый день отпуска), трансфер из аэропорта и два ПЦР-теста необходимо заранее через интернет.

ИЗРАИЛЬ

Только что открывшийся для российских туристов Израиль уже успел уточнить требования к документам о вакцинации. На данный момент **сертификат о вакцинации «Спутником V»** для поездки на Святую землю действует 6 месяцев. Полезный нюанс: «Спутник Лайт» признали в Израиле в качестве бустера после прививки двухкомпонентным «Спутником V» (но не в качестве первичной вакцинации).

Вдобавок к сертификату **нужны еще**

три ПЦР-теста. Первый сдают до вылета, не ранее чем за 72 часа до рейса. Вместо него можно сдать экспресс-тест, срок годности - 24 часа. Второй ПЦР - сразу после прилета в аэропорту. Анализ платный, стоит 80 шекелей (около 1950 рублей), если оплатить заранее, вместе с заполнением декларации о въезде, и 100 - 115 шекелей (2450 - 2800 рублей) при оплате на месте. После прибытия необходимо также сдать серологический тест на антитела в аэропорту. До получения результатов надо соблюдать карантин.

«Если результат серологического теста положительный (антитела есть), вы получите «зеленый паспорт» сроком на месяц и должны будете пребывать в укороченном карантине до получения отрицательного результата ПЦР-теста, сданного на 3-й день по-

сле прибытия в Израиль (день прибытия считается первым карантинным днем), - объясняют в минздраве Израиля. - Если же результат серологического теста отрицательный (антител нет) - вам придется пройти полный карантин (14 дней). Но вам разрешат вернуться в страну, из которой вы приехали, если вы получите отрицательный результат ПЦР-теста».

КИПР

На средиземноморском острове правила въезда изменятся с 1 марта. И опять же их **упростят для вакцинированных гостей**. «Спутник V» на Кипре признан, с 1 марта обладателям прививочного сертификата не нужно будет делать ПЦР для отпуска в Ларнаке или Пафосе (пока он не обязателен всем).

Срок действия сертификата о вакцинации с 1 марта - 9 месяцев. Если после второй дозы прошло больше времени, потребуется бустер.

В случае с российскими вакцинами - две дозы «Спутника V» или «Спутник Лайт». При этом «Лайт» признается лишь как бустер, как полноценная вакцина - нет. Россиян без прививки на Кипре тоже ждут, но со справкой о ПЦР-тесте, сданном не ранее чем за 72 часа до вылета. Подходит также экспресс-тест на антиген, срок действия 24 часа (и это тоже новшество, экспресс-тесты стали принимать с 13 января). После прибытия - еще один ПЦР-тест, он стоит 15 - 19 евро.

МЕКСИКА

Вот уж где выполнили и перевыполнили рекомендации ВОЗ! Мексика с начала 2022 года **отменила вообще все ограничения** для иностранных путешественников. Их и так-то был минимум, только заполнить онлайн-анкету Vuela Seguro. Теперь не надо вообще ничего - ни анкеты, ни анализов, ни прививок. На мексиканский курорт Канкун из России летают прямые рейсы. Виза оформляется бесплатно и онлайн.

КУБА

Остров свободы **отменил все ковидные ограничения для организованных туристов**, прилетающих на Кубу через турфирмы. Им теперь не нужен ни ПЦР-тест, ни сертификат о вакцинации. Лишь небольшая формальность - заполнить онлайн-анкету D'Viajeros до вылета.

Тестов по прибытию тоже больше нет - а именно из-за них у наших отпускников поначалу было много проблем, когда результат внезапно оказывался положительным и вместо пляжа путешественники попадали на карантин.

АБУ-ДАБИ

В ОАЭ у каждого эмирата - свои требования. Эмират Абу-Даби их **уже сточил**. Теперь невакцинированных граждан РФ отправят на 10-дневный карантин. Обладатели сертификата о прививке «Спутником» могут обойтись многочисленными анализами. Первый - ПЦР, сданный за 48 часов до вылета. Второй ПЦР сдают бесплатно в аэропорту Абу-Даби сразу после прибытия. Тесты делают еще на 4-й и 8-й день отдыха и уже за деньги - 500 дирхамов, порядка 1 тысячи рублей.

ПЦР нужен и для возвращения домой - за 72 часа до вылета из Эмиратов, иначе даже на рейс не зарегистрируют.

Когда «омикрон» достигнет пика < стр. 6.



Павел ДЕРЕВЯНКО:

Я морщинок не боюсь. Если надо - уколуюсь!

Ирина ВИКТОРОВА

На что идут знаменитые российские мужчины, чтобы продлить молодость.

Для артистов внешность - это рабочий инструмент, который они периодически «чинят» и совершенствуют, не жалея денег. Звездам-мужчинам тоже приходится пользоваться достижениями индустрии красоты. Просто представители сильного пола еще реже, чем женщины, афишируют свою «реновацию».



Фитнес-эксперт Эдуард Каневский каждую субботу в 10.00 на Радио «КП» рассказывает, как в домашних условиях заниматься фитнесом и правильно питаться

Дорогие кубики

Ведущий шоу «Дом-2», певец и блогер 28-летний **Дава Манукян** после расставания с **Ольгой Бузовой** сделал себе новое тело. Заниматься с тренером в спортзале - это долго, поэтому Дава выбрал хирургическую операцию: абдоминопластику с прорисовкой мышц пресса.

О его преображении «КП» рассказал **пластический хирург Тимур Хайдаров**:

- Мы сделали Давиду красивейшее атлетическое тело, прорисовали кубики пресса. Они, кстати, у него настоящие - это его

собственные мышцы, а не сформированные из жира. Если мужчина сразу после операции забросит спорт, начнет злоупотреблять вредной пищей, то быстро с ними попрощается. Для того чтобы сохранить результат надолго, нужно хотя бы немного тренироваться. Мой совет всем, а не только тем, кто сделал липосакцию: занимайтесь физкультурой по утрам, следите за питанием - и вы будете здоровы.

Цена: от 500 тыс. руб.

«Смотри, Оля, какой красавец ты потеряла!»



instagram.com/dava_m



БЫЛО

instagram.com/pablo_derevyanko



СТАЛО

Теперь у Павла Деревянко гладкий лоб, и артист очень этим доволен.

Чаще всего артисты-мужчины омолаживаются при помощи мезотерапии - это подкожные инъекции гиалуроновой кислоты, витаминов и других биологически активных веществ. Уколы красоты разглаживают морщины, складки в области носа и губ, улучшают контуры лица и структуру кожи.

45-летний **Павел Деревянко** избавился с помощью инъекций ботокса от глубоких морщин на лбу. Пробовал актер и другие популярные инъекции: «Мне делали мезотерапию кожи головы - укольчики болючие, но от выпадения волос и седины хорошо спасают».

40-летний **Денис Шведов**, звезда сериалов «Бывшие», «Волк», «Иванько» и других, несколько лет назад похудел на 17 кг. При росте 190 см он стал весить 89 кг. Параллельно артист занялся лицом. Раз в несколько месяцев он бывает в клинике, где поддерживает молодость кожи с помощью ком-

плекса процедур: массаж, мезотерапия, аппаратная косметология.

62-летний **Дмитрий Дибров** доверил лицо модному звездному косметологу. «Было бы враньем отрицать этот факт», - признается телеведущий.

Дибров прошел процедуру «стройное лицо». Это дренажная мезотерапия: инъекции избавляют от жировых скоплений, лишней жидкости, улучшают метаболизм тканей. После курса процедура лицо уменьшается в объеме. У Дмитрия подтянулся овал, морщины и носогубные складки уменьшились, отеки ушли. Получилась практически безоперационная подтяжка.

38-летний певец **Проход Шалапин**, 46-летний певец **Шура**, 48-летний певец **Юлиан** омолодились с помощью авторской методики модного пластического хирурга под названием Neck Of Dream (англ. «шея мечты»). В зоне подбородка, шеи и верхней части груди врач ставит 60 мезонитей для создания коллагенового каркаса. В результате уходит второй подбородок, овал лица становится четким и подтянутым, носогубные складки разглаживаются, кожа лица и шеи выглядит ухоженной и упругой.

С помощью уколов красоты моделируют и омолаживают лицо **Александр Ревва**, **Денис Клявер**, **Валерий Леонтьев** и другие артисты.

Цена: мезотерапия - от 30 тыс. руб., фракционное лазерное омоложение лица и век - от 25 тыс. руб., ультразвуковой лифтинг лица - от 100 тыс. руб.

Вместо париков - операция

Пересадка волос - самая популярная операция у мужчин. В Голливуде через эту процедуру прошли уже все главные красавцы, включая рано начавших лысеть **Джуда Лоу** и **Мэттью Макконахи**. Как правило, нужно несколько процедур с

перерывом во времени. При пересадке волос на голове волосные фолликулы перемещают с одного участка (чаще всего с затылка) на другой, где их не хватает.

59-летний **Григорий Лепс** недавно сделал уже третью пересадку волос. К слову, облысение у Григория началось после 40 лет.

52-летний **Стас Михайлов** делал пересадку волос в клинике в Германии. Сейчас у Михайлова приличная густая шевелюра. «Я сделал три операции. Это мои волосы, никаких накладок!» - гордится артист.

41-летний блогер и бывший муж телеведущей **Ксении Бородиной** **Курбан Омаров** перед Новым годом пересадил волосы в Стамбуле.

Именно в Турции российские мужчины чаще всего летают на пересадку волос, так как тамошние клиники много лет специализируются на этой услуге. Когда Бородина бросила Омарова, он начал настолько комплексовать из-за внешности, что сделал пересадку волос с головы на лицо - у мужчины плохо росла щетина. Операцию делали под местным наркозом. Потом он рассказал, как все было: «20 минут забирают волосы с затылка, а потом шесть часов переносят их на лицо. Было не больно. Теперь, даже если попаду на необитаемый остров, борода будет расти аккуратная».

Цена: пересадка волос - от 350 тыс. руб. за одну операцию.



БЫЛО

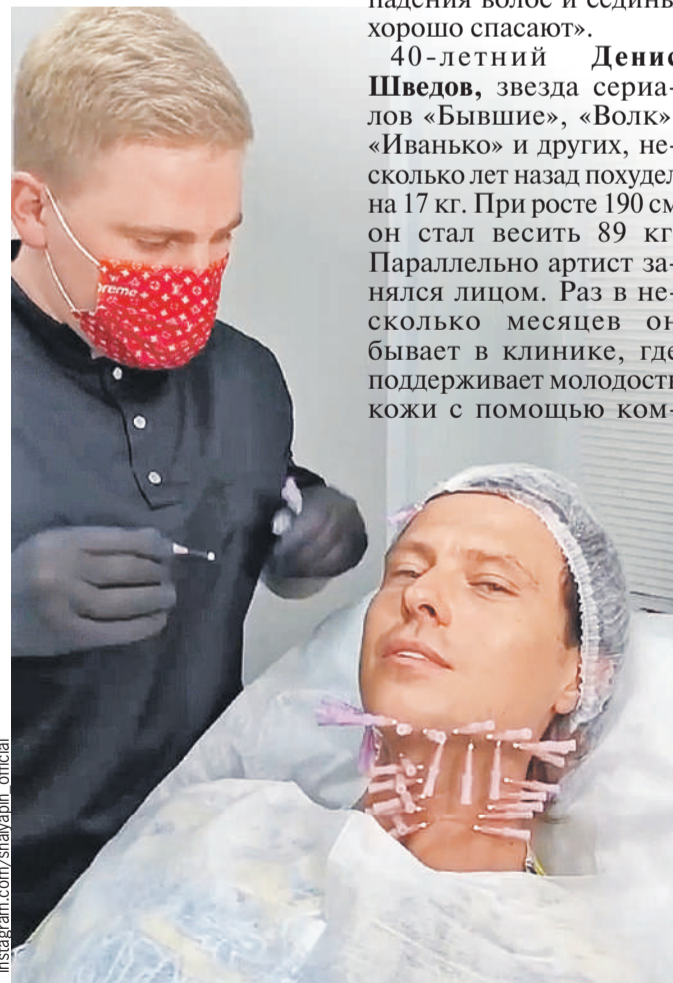
После пересадки волос Стас Михайлов стал выглядеть заметно моложе.



СТАЛО



Диеты звезд разбираем со специалистами на сайте



Проход Шалапин готов терпеть боль хоть от тысячи игл, лишь бы не стареть.

Пожаров и наводнений стало больше в два раза. Чего ждать дальше?

У метеорологов юбилей: 150 лет назад в России стали ежедневно выпускать прогнозы погоды. Как погода влияет на человека и как меняется климат на Земле - об этом на Радио



«Комсомольская правда» (FM.KP.RU) рассказал научный руководитель Гидрометцентра России Роман ВИЛЬФАНД.

ОПАСНАЯ ЗАСУХА

- За много лет впервые в Москве настоящая зима: с морозами, снегом...

- Да, среднемесячная температура декабря была даже на градус ниже многолетних значений. Снега много - слава богу. Скрашивает серость.

- Почему погода меняется все чаще?

- Глобальное потепление происходит неравномерно, из-за этого циркуляция воздушных масс меняется. Полюс теплеет быстро, а экватор медленно. Разница температур уменьшается.

И увеличивается перепад температур по меридианам - с севера на юг и с юга на север.

- Это объясняет, почему, например, Сибирь горела половину лета?

- Летом световой день на севере длинный. Облаков нет. Солнце светит постоянно. Леса сохнут. Вот и условия для пожаров.

- Чего-то подобного можно ждать и в 2022-м?

- Сложно говорить о том, где именно - в Сибири, на севере Европы или в Канаде, на Аляске. Еще 5 - 8 лет назад не наблюдалось переноса продуктов горения лесов через полюс Земли. А сейчас через полюс дым идет из Америки в Евразию и наоборот. Это глобальная проблема. Циркуляция атмосферы не знает государственных границ.

- Много стало наводнений, ливней. Это процессы из той же серии?

- Верно. Если воздушные массы начинают ходить по меридианам, то в одном регионе льет, в соседнем горит. Вспомните 2010-й, когда горело вокруг Москвы. А в Сибири, в самых густонаселенных районах Новосибирской, Омской, Томской, Кемеровской областях, - там лило в июне - июле, холодно было. Почему? Воздушные массы перемещались к северу, а затем резко опускались с севера к югу. И там выпало около 2,5 - 3 месячных норм дождей в июле, когда в Москве стояла жара.

- Количество опасных явлений увеличивается?

- По данным Федеральной службы по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды, за последнюю четверть века количество наводнений, лесных пожаров, ливней и шквалов увеличилось в два раза! Выросла повторяемость волн тепла: летом температура превышает норму на 5 - 7 градусов, длится этот период 5 - 7 дней. Климатические аномалии тоже можно оценить как фактор

КСТАТИ

Наш Гидрометцентр вошел в пул ведущих мировых центров прогноза погоды на долгие сроки, аккредитованных Всемирной метеорологической организацией. Всего туда вошло 12 центров, а претендовали около 60.

глобального потепления. Вот на севере

Канады температура приблизилась к 50 градусам - впервые в истории. Рекорд перекрыт сразу

на 8 - 9 градусов. А в Якутии в 2020-м температура на полюсе холода в

Верхоянске, в Заполярье, поднималась до 38,6 градуса тепла. Есть теория климата. Она говорит: если при глобальном потеплении количество осадков в целом не изменится к концу века, то произойдет перераспределение годового количества осадков. На севере их станет больше, а на юге меньше. И это опасно. На юге Северного полушария самые густонаселенные районы. Китай, Индия, Средний и Ближний Восток. Там уже не хватает воды. А станет еще суше. После оружия массового



ФОТО-ФАКТ

twitter.com

поражения проблема потепления климата - на втором месте.

ПАХАТЬ ПРАВИЛЬНО

- Для России потепление несет больше плюсов? Минусов?

- Негативных последствий больше. Вечная мерзлота в нашей стране занимает почти две трети территории. Все строения, производства «поплынут». На юге России будет ощущаться дефицит осадков - в Краснодарском, Ставропольском краях, Ростовской области. А в Нечерноземной зоне условия для сельского хозяйства улучшатся.

- В конце 2021-го прошел мировой климатический саммит в Глазго. Что он для нас значит?

- Все климатические соглашения, которые последнее время заключаются в мире, метеорологи оценивают позитивно. Ведь потепление связано с ростом парниковых газов. Если в одном месте резко увеличилась их концентрация, то через несколько месяцев все это «растянется» по земному шару. Лучше говорить об углеродной нейтральности: и об уменьшении выбросов парниковых газов, и об увеличении их впитывания за счет лесопосадок. Наши ученые в Институте почвоведения разработали ряд предложений. Можно вспахивать землю

Кто как развлекается зимой, а вот на самом севере Канады, в Юконе, каждый год проводят конкурс замерзших волос. Нынче в нем приняли участие 288 человек. Предусмотрен и приз за самую креативную прическу - 750 долларов и бесплатный вход на горячие источники, в водах которых, собственно, и проходит конкурс.

не на глубину, которая была раньше - до 30 сантиметров, а поменьше. А ширина между бороздами должна быть побольше. Меньше будет высвободиться метана, который содержится в гумусе. Если завтра перестать увеличивать концентрацию парниковых газов, то лишь через 30 лет эта доля, обусловленная человеческой деятельностью, уменьшится наполовину. И потепление станет медленнее.

ЭНЕРГИЯ ОКЕАНА

- Но еще есть океан, который тоже влияет на климат.

- Когда-то академик Монин подсчитал, что, если верхние сто метров океана охладить на 0,1 градуса, это тепло передастся в атмосферу, которая нагреется... на 6 градусов! Колоссальная энергия поступает из океана! И он, кроме того, поглощает до 23% углекислого газа планеты. Но постепенно закисляется сам, там ухудшается среда, биология. Изучение океана - это важнейший элемент для прогнозирования погоды. Сейчас сбрасываются в океан буи. Их уже около 3 тысяч. Они по радиосигналу погружаются на заданную глубину, проходят расстояние в тысячи километров, выныривают, накопленную информацию передают на спутник, оттуда она ретранслируется в метеорологические офисы. И мы в реальном режиме времени познаем океан уже два десятилетия.

Подготовили Юлия СМЕРНОВА и Игорь ЕМЕЛЬЯНОВ.



Как будет меняться погода на планете, нам рассказали климатологи. Читайте на сайте



■ В ТЕМУ

Управлять облаками и озоновыми дырами

- Можно влиять на погоду?

- Человек может это делать лишь в ограниченных масштабах. С циклоном нам не справиться: он обладает колоссальной энергией. Чтобы изменить его траекторию, нужно обладать энергией, как 15 - 18 бомб, сброшенных на Хиросиму. А таких циклонов несколько десятков в данный момент.

- Но с облаками вы справляетесь...

- Мы обезвоживаем их. Реагентами надо засеять обла-

ко, из которого скоро будет дождь. И тогда он выпадет, не доходя до защищаемой территории. Спуск лавин предупредительный тоже есть. И есть еще один способ - подавление холодных туманов на аэродромах. Также специальные реагенты рассыпаются, чтобы рассеять туман. Все.

- Но ведь были идеи выбрасывать аэрозоль в атмосферу, чтобы создавать эффект вулкана, или отправлять в космос зеркала, чтобы они отражали часть солнечного света.

- Была еще и железистая теория, красивая! Химсоединения с железом предлагали в океане разбрызгивать, чтобы создавать микроорганизмы, которые впитывают CO₂. Но вмешательство в природу - настолько деликатная вещь, что просчитать последствия сложно...

- То есть климатическое оружие не смог создать никто?

- Климатическое оружие запрещено специальной конвенцией ООН. А лет 50 тому назад это была актуальная

проблема. Тогда только появилась проблема озона, и многие задумались, можно ли «направленно» создать озоновые дыры. Много было теорий. Но та же самая озоновая дыра, если ее создать вдруг, она может переместиться и на территорию того государства, которое ее спровоцировало...

- Но, например, взрывом бомбы на дне морском вызвать тайфун можно?

- Вряд ли он будет направленного действия. Лучше не пытаться этим заниматься.

К 111-летию болгарской предсказательницы «Комсомолка» узнала, как ученые пытались объяснить феномен Вангелии с помощью науки, но лишь поверили в чудо.

Академик РАН Святослав МЕДВЕДЕВ:

Мозг Ванги до сих пор

Роман ЛЯЛИН
(«КП» - Санкт-Петербург)

«Провидица», «предсказательница», «ясновидящая», «мошенница», «работник спецслужб»... Даже спустя более века со дня рождения бабы Ванги никто толком не смог объяснить ее феномен. Одна из самых загадочных фигур нашей истории по сей день вызывает споры. Одни видят в ее предсказаниях сбывшиеся пророчества, другие - случайность и подтасовку фактов. К ней шли политики, бизнесмены, медики и ученые. Последние пытались с научной точки зрения объяснить феномен Вангелии Гуштеровой (именно так звали Вангу). Среди них - научный руководитель Института мозга человека РАН Наталья Бехтерева. Академик хотела дать научное объяснение способностей прорицательницы. К 111-летию со дня рождения бабы Ванги (31 января) «КП» узнала, к каким выводам пришла специалист по изучению мозга и как все это объясняет ее сын-ученый.

«Я ЗНАЮ, ЧТО ТЫ ПРИЕХАЛА»

Наталья Бехтерева была знаменитым нейрофизиологом, академиком РАН и РАМН, лауреатом Государственной премии СССР, членом иностранных академий и научным руководителем Института мозга человека. За это время она написала около 400 научных работ, сделала открытия в области механизмов мышления, памяти, эмоций и организации головного мозга. На фоне этих изысканий Бехтерева и отправилась к прорицательнице.

- Мама в тот момент была в Болгарии по своим научным делам, - рассказывает сын Натальи Бехтеревой, бывший директор Института мозга человека РАН, академик Святослав Медведев. - И, конечно, она захотела встретиться с Вангой,



Святослав Медведев сожалеет, что никому так и не удалось изучить феномен Ванги при ее жизни.



Игорь САБАДАШ/ТАСС

чтобы лично посмотреть на ее способности с научной точки зрения.

Свою поездку к прорицательнице Наталье Бехтеревой тщательно документировала. «КП» изучила ее записи и увидела, как менялось мнение ученой о Ванге.

«Была будто бы реальная пророчица, - писала академик. - Тетя Ванга, к которой приезжали узнать, что с пропавшей коровой, что с пропавшим человеком, будет ли жить больная. До этой поездки я видела в Софийской студии документальный фильм о Ванге. Он, безусловно, впечатляет, однако ни в какое сравнение не идет даже с короткой личной встречей. Ведь не секрет, что, какие бы чудеса мы ни увидели в записи, сделанной не нами, мы внесем поправку в то, что видим на экране».

Ученая отмечала, что, когда подошла к дому Ванги, там была огромная очередь. Однако, как только она стала приближаться, раздал-

Встреча с болгарской прорицательницей убедила Наталью Бехтереву, что человеческий мозг способен на фокусы, которые наука объяснить пока не может.

ся пронзительный голос: «Я знаю, что ты приехала, Наталья, подойди к забору, не прячься за мужчину». Бехтерева удивилась, но тут же решила, что прорицательницу предупредили о приезде ученого такого уровня. Поэтому в дом к Ванге она зашла полная скепсиса.

«Она слепая, лицо перекошено, но по мере того, как на нее смотришь, лицо кажется все более и более привлекательным, чистым и милым, - делилась своими наблюдениями Бехтерева. - Ванга взяла у меня пакетик, который я привезла, и начала поглаживать: «Ты зачем пришла? Что знать хочешь?» «Ничего специального, - ответила я, - хотела познакомиться. Я исследую свойства мозга человека, и мне хотелось самой поговорить с тобой». - «Для науки, значит, ну да».

«ПРЕДСКАЗАЛА СМЕРТЬ МУЖА»

Наталья Бехтерева признавалась, что с каждым словом прорицательница поражала все сильнее. Она знала о Бехтеревой и деловое, и личное.

«Помолчала Ванга, откинулась на стуле, что-то недовольно пробормотала (кажется, о науке) и вдруг слегка отклонилась влево, лицо стало заинтересованным: «Вот сейчас твоя мать пришла. Хочет тебе что-то сказать. И ты ее можешь спросить», - писала Бехтерева. - Зная, что Ванга нередко говорит о том, что ушедшие в иной мир родственники сердятся из-за невнимания детей к их могилам, я ожидала того же ответа. Но Ванга вдруг говорит: «Она на тебя не сердится. Это все болезнь». Моя

мама при жизни часто именно так и говорила. И далее она показывала руками: «У нее же был вот такой паралич». Руки Ванги имитируют дрожание. «Паркинсонизм, - комментирую я. - Да, да, правильно. Так и было, мама двенадцать лет болела тяжелейшим паркинсонизмом».

Своими словами прорицательница захватывала Бехтереву все больше и больше. Научный интерес быстро перерастал в недоумение, а затем и в удивление. Ванга предсказала, что ученая сможет найти место захоронения своего отца (инженер и изобретатель Петр Бехтерев был расстрелян, а затем реабилитирован. - Ред.). Так и вышло, но и это еще не все.

«Дальше: «Что-то я очень плохо вижу твоего мужа, как в тумане. Где он?» Несколько месяцев спустя мой муж умер в весьма трагической ситуации. Имели ли слова Ванги отношение к страшным моим личным событиям? Не знаю. Не думаю», - рассуждала ученая.

Но больше всего Бехтереву поразило другое - то, как Ванга чувствует болезнь.

«И вдруг: «А ты, может быть, о себе беспокоишься? Так у тебя со здоровьем все в порядке. Вот сестра твоя не выздоровеет, так и будет болеть, не поправится никогда», - делилась впечатлениями эксперт по изучению мозга. - У сестры была хроническая язва голени. В давние времена про таких говорили - сглазили. И вот прошло 10 лет после моего разговора с Вангой. Моя сестра, слава богу, жива. Но она действительно не вылечилась. Как об этом могла знать Ванга? Ведь то, что я ей сказала о болезни сестры, было очень невинно: «Немножко приболела, скоро поправится». И мой муж, и моя сестра были от Ванги на одинаковом расстоянии. Откуда ясное видение событий, связанных с моей сестрой. Не знаю».

«НЕ ШАРЛАТАН»

Удивительно, но академик РАН после разговора с Вангой поверила в ее экстрасенсорные способности.

«Лица, претендующих на возможность видеть прошлое, настоящее и будущее, очень немало. Мои задачи не входили ни их оценка, ни сравнение, ни отделение «чистых» от «нечистых», истинных пророков от шарлатанов. Мне важно было убедиться самой: да, такое бывает. И далеко не все можно отвергнуть, как добытое «штатом осведомителей».

Встреча с прорицательницей в какой-то степени перевернула ее жизнь. Для себя академик убедилась, что бывает то, чего пока не может объяснить наука.

«Человек с особым видением существует, он живет среди нас - Ванга, - восхищалась Наталья Бехтерева. - Мне важно было лично убедиться, что такого рода феномен - видение событий прошлого, настоящего, отдаленного территориально и событий будущего - может существовать».

«Являлась ли Ванга пророком? Этого мне не дано знать. Но то, что я знаю -

«Комсомолка» рекомендует:

Твой лучший гороскоп

Вы узнаете, как подружиться со «своей» звездой, договориться с ретроградным Меркурием и достичь большой взаимной любви с любимым из знаков зодиака.

Удачные и позитивные личные прогнозы для каждого.

Приобретайте на shop.kp.ru/
А также в книжной сети
«Читай-город», chitai-gorod.ru



НЕ ПОДДАЕТСЯ РАЗГАДКЕ

Ванга не может быть отнесена к шарлатанам».

«УНИКАЛЬНЫЙ МОЗГ»

Для того чтобы понять размышления ученой после встречи с Вангой, мы обратились к ее сыну, который продолжает карьеру матери и тоже занимается изучением мозга. И Святослав Медведев тоже убежден в способностях болгарской ясновидящей.

- Мама была очень удивлена, что Ванга знала определенные факты о ее жизни. Как это получается? Неизвестно. Ванга говорила маме, что ей нужно сделать, к кому обращаться в Москве по деловым вопросам, давала общие советы, которые свидетельствовали об абсолютном понимании всего. Это действительно странно, - поделился с «Комсомолкой» Святослав Медведев. - К сожалению, Вангу практически никто не изучал. Поэтому с точки зрения научных вещей феномен никто не понимает. Но я тоже согласен с мамой, что Ванга вряд ли получила всю информацию от спецслужб.

Бехтерева оба пришли к одному выводу: мозг Ванги пока неподвластен науке.



Экстрасенсы обычно не любят, когда их способности пытаются проверить с помощью экспериментов. Ванга тоже была такой - на контакт с учеными шла с трудом.

- Я изучал много людей, которые считали себя экстрасенсами, но всегда это была липа! Однако могу сказать, что люди с паранормальными способностями существуют. Просто второй Ванги для изучения нет, - заключает академик.

При этом сын Натальи Бехтеревой признает, что до кон-

ца говорить о том, что Ванга - это чудо, пока нельзя.

- Что плохо со всеми экстрасенсами? Когда вы говорите: «Давайте проведем эксперимент», - они не хотят, им нужно поражать, удивлять, но не экспериментировать. И Ванга тоже. Она строила стену, вела себя очень отчужденно в разговоре с мамой. Идти с ней на контакт маме было очень трудно, и представить себе, что Ванга будет заниматься научными экспериментами, невозможно. Феномен Ванги не то чтобы вообще необъясним - его пока еще не объяснили...

ДРУГОЕ МНЕНИЕ

«Все было подготовлено»

Евгений АЛЕКСАНДРОВ, руководитель комиссии по борьбе с лженаукой РАН, доктор физико-математических наук:

- Наталья Бехтерева не знала физики и была очень наивным человеком, как и ее сын. Они легко поддавались мошенникам и аферистам. Ванга, как уже писали в бюллетене «В защиту науки», была под контролем болгарских служб безопасности, которые находились с нашими службами в полном контакте. Они собирали сведения о людях, которые едут к Ванге, и создавали ей славу великой предсказательницы. Об этом писал, например, **Николай Китаев** в своей статье «Болгарская прорицательница Ванга как характерный пример несостоятельности «криминалистических экстрасенсов». Китаев - кандидат юридических наук, доцент факультета права, социологии и СМИ Иркутского государственного технического университета. Сама же Бехтерева писала в СМИ, что получить разрешение говорить с Вангой можно только с помощью компетентных органов. Все было прекрасно подготовлено. А Ванга поставляла и получала информацию.

Впрочем, версия о том, что провидица пользовалась исключительно информацией спецслужб и работала только в их интересах, тоже не выглядит убедительной. Трудно представить, сколько бы ресурсов отнял у КГБ Болгарии и СССР сбор информации о нескончаемом потоке людей, которые ехали навестить ясновидящую. К тому же эту информацию ей нужно было бы постоянно передавать, а пожилая и слепая женщина должна была удерживать в голове невероятное количество деталей и фактов биографии своих гостей, и при этом никого ни с кем не перепутать. И главное - зачем все это могло понадобиться столь серьезным ведомствам? Поэтому объяснить феномен Ванги лишь вселием спецслужб, на наш взгляд, тоже неправильно, хотя факт их сотрудничества не является секретом.



Кто из наших знаменитостей обращался к Ванге и с чем уехал - читайте на сайте. Там же у нас есть целый раздел, посвященный Ванге.



НЕВЫДУМАННАЯ ИСТОРИЯ

Поездка в автобусе обогатила школьника на 2 миллиона рублей

Татьяна СОЛОВОВА («КП» - Новосибирск)

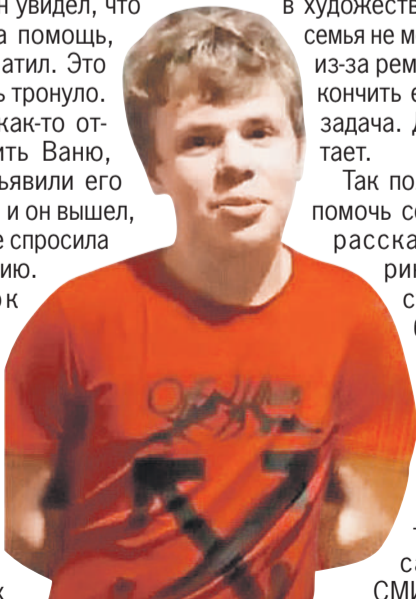
Подросток заплатил за маму с ребенком, и парня отблагодарили невероятной суммой!

Историю 13-летнего Вани из Камня-на-Оби страна узнала с легкой руки блогера Наташи Мишиной. Два года назад она приехала к родителям с маленьким сыном.

- В городе особо нет развлечений для моего Миши, но он любит кататься в автобусах. Вот мы и поехали, - рассказала «Комсомолке» Наташа. - С ребенком в автобусе быстро не усядешься, а водитель начал нервничать, что мы не платим за проезд. Когда я усадила сына, достала деньги и подошла к водителю, он сказал, что за нас уже парнишка какой-то заплатил. Я удивилась и подсадила к подростку. Узнала о нем совсем немного: его зовут Ваня,

учится в 3-й школе. Сказал, что живет вдвоем с мамой, что его папа погиб. В их семье принято заботиться друг о друге. Он увидел, что мне нужна помощь, вот и заплатил. Это меня очень тронуло. Я хотела как-то отблагодарить Ваню, но тут объявили его остановку, и он вышел, а я даже не спросила его фамилию.

Городок Камня-на-Оби не велик - чуть больше 40 тысяч жителей. Через старых знакомых Наташа нашла классного руководителя Вани, она и подсказала



Ваня исполнил мечту и поступил в художественную школу.

зала адрес подростка. Блогер пришла в гости к маме семиклассника и узнала, что Ваня любит рисовать, но занятия в художественной школе семья не может потянуть из-за ремонта. Да и закончить его - сложная задача. Денег не хватает.

Так появилась идея помочь семье. Блогер рассказала историю на своей страничке, и буквально за несколько часов для Вани собрали два миллиона рублей!

Об этом тогда написали многие СМИ, но ни на какие телешоу, куда их зывали разные каналы, Татьяна и Ваня не поехали. Не хотели публичности.

Что изменилось в жизни подростка за два года?

Сейчас мальчику 15 лет, он пошел в художественную школу.

- Ваня мечтал об этом, и теперь все случилось! Сын любит аниме, сейчас рисует аниме-романы, - поделилась с «КП» Татьяна, мама мальчика. - И за компьютер большое спасибо Наташе и ее подписчикам: очень помогает Ване!

А еще семья наконец-то сделала ремонт. И не только.

- У нас теперь есть баня, беседка, - радуется Татьяна.

Часть денег женщина положила на счет - на учебу сыну.

- Ваня сейчас оканчивает девятый класс, будет поступать в техникум или училище, - объясняет Татьяна. - Когда все станет понятно с его поступлением, тогда и решим, как расходовать средства. Может, потом он захочет в другой город поехать и учиться в университете. Пока готовится к выпускным экзаменам...



Подписчики Наташи собрали круглую сумму за несколько часов.

Как сбросить
набранные
за новогодний
отдых килограммы.



Александр СЛАВУЦКИЙ

Оливье и селедка под шубой, рождественский гусь, холодец... Уже и не вспомнить, сколько всего вкусного за эти пару недель было съедено. И даже месяц спустя перед многими во всей широте стоит нелегкий вопрос: как сбросить накопившийся жир на боках? С этим вопросом «Комсомолка» и обратилась к известному врачу-диетологу, постоянной участнице различных телевизионных программ Елене СОЛОМАТИНОЙ.

В ЧЕМ СОЛЬ-ТО? ДА ВО ВСЕМ!

Эксперт первым делом предостерегла: самое главное, после зажорных недель не бросаться в другую крайность, голодая и питаясь исключительно салатными листиками. Такой резкий переход является для организма стрессом и ни к чему хорошему не приведет.

Набранные в праздники два-три кило, поголодав, конечно, можно сбросить за неделю, но затем они не только довольно быстро вернуться, но и «приведут за собой других». Поэтому правильно худеть нужно постепенно, не пугая организм жесткими диетами, а сбрасывая по полкилограмма в неделю. И таким образом за месяц-полтора вернемся в прежнюю форму.

Тем более, что **значительная часть набранных в праздники килограммов связана с задержкой жидкости. В праздники мы едим большое количество соленых блюд, а соль, как известно, затрудняет вывод воды из организма.**

Поэтому первым делом важно ограничить именно количество соли в рационе. Но пить воды надо много, поскольку иначе организм компенсаторно будет задерживать жидкости еще больше. Поставьте себе напоминалки на телефон или будильник, чтобы целенаправленно пить

Хорошего человека должно быть меньше



- А я думала, у меня просто кость широкая!

большинстве диет не рекомендуется, но все-таки один банан в сутки, как считает Елена Соломатина, позволить себе можно.

ПОДКОРМИМ БАКТЕРИИ

Самый главный принцип - **уменьшить общее количество потребляемой пищи**, поскольку наш желудок за праздники растянулся, и мы должны помочь ему уменьшиться. Также стоит **исключить из своего меню и картошку.**

Дело в том, что она содержит много крахмала, из-за которого мы поправляемся. Поэтому на гарнир картофель заменяем овощами, которые не содержат крахмал. Это прежде всего зеленые овощи - капуста, брокколи, огурцы, салат, сельдерей. Из гарниров также оставляем фасоль, чечевицу, бобовые, гречку.

(На всякий случай: для тех, у кого подагра, фасоль, чечевица и бобовые не рекомендуются.) Для сброса веса очень полезны продукты, богатые клетчаткой. Организм ее не усваивает, зато грубые волокна служат кормом для полезных бактерий микробиома - совокупности бактерий, живущих в нашем организме. Здоровый микробиом является основой иммунитета и борется с патогенной микрофлорой.

А еще клетчатка **забирает излишки жира, способствует их выводу из организма.** Дело в том, что организм все-таки пытается переварить грубые волокна. И хотя у него не получается, на это тратятся дополнительные калории. Клетчаткой богаты овощи. Прежде всего сельдерей, капуста, зелень, все виды салатов, огурцы.

воду 5 - 6 раз в день. В идеале

врачи рекомендуют в сутки пить из расчета 30 г жидкости на кило вашего веса.

Также наш эксперт рекомендует **ограничить в меню булочки, конфеты, печенье и фастфуд.**

Но! Если полностью сразу их исключить из меню, то для организма это будет стресс, поэтому сладости мы оставляем, но в виде фруктов или сухофруктов, ягодных смузи, одного банана в день. Этот фрукт, калорийный и крахмальный, при

Неделя для разгрузки

ПОНЕДЕЛЬНИК

• На завтрак:

Овсяная каша. Важно использовать не геркулес быстрого приготовления, а тот, который необходимо варить хотя бы минут 15. Варим на воде, перед готовностью можно добавить немного молока.

К этому завтраку неплохо добавить какой-то белковый продукт. Например, ломтик сыра 30 - 45% жирности. Его можно потереть на крупной терке прямо в кашу.

Через пару часов - **перекус.** Яблоко или полстакана ягод или пригоршня орехов.

• Обед:

Овощной суп, сдобренный ложкой нежирной сметаны (10 - 15%).

Можно взять кусочек цельнозернового хлеба.

На второе: полтарелки овощей, курица (только без кожи, порция должна занимать примерно четверть тарелки). Не жареная, а запеченная, отварная или приготовленная на пару. Кусок цельнозернового хлеба.

• Полдник:

Груша, можно апельсин или пара мандаринов или несладкий йогурт, если фрукты ели утром.

• Ужин:

Творожная запеканка. Перед сном, рекомендует Елена Соломатина, можно выпить стакан кефира или протеиновый коктейль, либо съесть два яичных белка.

Желтки на ночь не едим, а оставляем на утро или обед. Поскольку организм ночью должен отдыхать, а не тратить силы на переваривание пищи.

Белки же, по словам нашего эксперта, перед сном могут быть полезны. Перевариваются они легко и сразу идут в дело: ночью вырабатывается соматотропный гормон, отвечающий за ремонт наших тканей. У взрослых людей он также отвечает и за похудение. А вот углеводы на ночь не нужны.

ВТОРНИК

• Завтрак:

Омлет из двух белков и одного желтка с тушеными или вареными овощами. Такой завтрак получится очень сытным, есть долго не захочется.

• Перекус:

Поскольку на первый завтрак у нас были белковые

продукты, то на второй имеет смысл подзаправиться углеводами. Это может быть горсть сухофруктов.

• Обед:

Овощной суп-пюре заедем кусочком цельнозернового хлеба.

На второе: полтарелки овощей (не таких, как вчера). Индейка, запеченная, отваренная или приготовленная на пару (кусочек на четверть тарелки). Кусок цельнозернового хлеба.

• Полдник:

Банан или несладкий йогурт, если фрукты ели утром.

• Ужин:

Рыба с тушеными овощами. Перед сном - творожная запеканка.

СРЕДА

• Завтрак:

Творог с ягодами, сверху полить ложкой нежирной сметаны. Перемешать.

• Перекус:

Яблоко.

• Обед:

Овощной суп. Хлеб. На второе - овощи с рыбой (отварной, на пару, запеченной). Салат из овощей. Кусок цельнозернового хлеба.

• Полдник:

Несладкий йогурт или горсть сухофруктов.

• Ужин:

Спагетти с морепродуктами и банан.

Перед сном - стакан кефира, протеиновый коктейль, два яичных белка (что-то одно на выбор).

ЧЕТВЕРГ

Возвращаемся к меню понедельника, затем - вторника и так далее.

Как считает эксперт, такое меню позволит сбрасывать примерно по полкилограмма в неделю.

Однако, как известно, для сброса веса важна и физическая активность. Хорошо, если у вас есть возможность покататься на коньках или лыжах. Но, даже не выходя из дома, можно нагрузить себя физически. Встать из-за компьютерного стола и сделать 15 приседаний, несколько раз отжаться, 5 минут побегать на месте. Это займет совсем немного времени, но организм нагрузит. А если делать такие 10-минутные зарядки 5 - 6 раз в день, достаточно спать, то это будет прекрасным подспорьем правильному питанию. И позволит сбрасывать вес еще быстрее.

ВНИМАНИЕ!

Есть наш эксперт рекомендует **дробно (то есть небольшими порциями) и часто - 5 - 6 раз в день.**

«Комсомолка» рекомендует:

Обман веществ

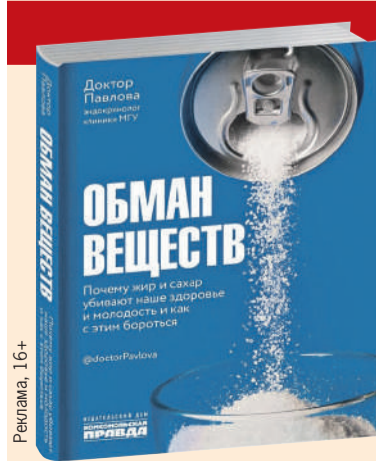
Как мед, сахар и соль заставляют нас стареть быстрее? Есть ли связь между лишним весом, иммунитетом, болезнью Альцгеймера и воспалениями? Опасно ли принимать гормоны и можно ли их заменить «травками»? Как начать двигаться, если «спорт - вообще не мое»? Подробная инструкция для тех, кто хочет улучшать здоровье и не бояться старости, - в нашей книге. А еще теперь можно купить и электронную версию!

Приобретайте на shop.kp.ru!

А также в книжной сети «Читай-город», chitai-gorod.ru



АО «ИД «Комсомольская правда», Москва ОГРН 1027739295781,
ООО «Новый Книжный Центр», Москва, ОГРН 1027700282763



Год родные жертвы аварии добивались возбуждения дела, еще год ждали отставки со статусного поста ее виновника.

Судный день

Оставляйте ваши мнения на сайте

Ева МУР

В большинстве смертельных аварий виновник, еще и трусливо удравший с места ДТП, гарантировано лишается прав и хорошо, если не свободы. Только не в этой истории.

В апреле 29-летний велосипедист **Данил Юханов** ехал в аптеку для беременной жены, когда сзади в него резко воткнулся черный Land Cruiser. От удара парень отлетел на несколько метров и подняться уже не смог. К Данилу подбежали прохожие, а водитель внедорожника дал по газам. От многочисленных травм молодой мужчина почти сразу впал в кому. Спустя четыре месяца он умер в больнице, не приходя в сознание.

СВИДЕТЕЛИ - ЛЮДИ И КАМЕРЫ

У Данила был перелом основания свода черепа, открытая черепно-мозговая травма, - рассказывают «Комсомолке» родственники.

Свидетели драмы вызвали полицейских и скорую. Они же, к счастью, запомнили номера машины. От «крузака» на месте аварии остались следы - накладка с правого зеркала и подкрылок. Трагедия попала на уличные камеры видеонаблюдения.

Надо отдать должное полицейским, в считанные минуты автомобиль

■ КСТАТИ

Ушел с поста

Судью Краснодарского краевого суда Юрия Захарчевского уволили. Такое решение приняла квалификационная коллегия судей в Краснодарском крае 28 января. А с первого февраля он уже не числится в штате инстанции.

- Полномочия судьи прекращены по его письменному заявлению об отставке, - пояснили «КП» в Объединенной пресс-службе судов Краснодарского края.

Решение о своей отставке Юрий Захарчевский принял перед заседанием Высшей квалификационной коллегии судей РФ, где рассмотрят вопрос о возбуждении уголовного дела в отношении него.

Судьбоносное для Юрия Захарчевского заседание коллег по мантии назначено на 7 февраля.

нарушителя они нашли на соседней улице. Когда выяснилось, кто им управлял, правоохранители оторопели. Судья Краснодарского краевого суда **Юрий Захарчевский** отпираться не стал. Но на опросе, просмотрев видео момента аварии, сказал, что не помнит столкновения. Он, по его словам, вообще часто теряет сознание, и, возможно, так было и в этот раз. Казалось бы, картина ясна. Но...



Водителя-судью полицейские остановили, но потомпустили.

В ВОЗБУЖДЕНИИ ДЕЛА ОТКАЗЫВАЛИ

- Было вынесено несколько постановлений об отказе в возбуждении уголовного дела. Под предлогом того, что разрешение на это дает только Квалификационная коллегия судей. Но есть механизм, который в данном случае просто не был запущен. Статусный водитель - судья Захарчевский - так и остался только свидетелем аварии, но не ее фигурантом, - говорит адвокат потерпевшей семьи **Алексей Иванов**.

В сентябре 2020 года уголовное дело все-таки возбуждали, но почему-то «на неустановленное лицо». Более того, виновником аварии числился только автомобиль, но не человек.



Данила Юханов с супругой. Они строили большие планы на будущее. Пока не случилась эта страшная авария.

Даже несмотря на то, что в материалах проверки имелась нотариально заверенная копия соглашения Юрия Захарчевско-

го и матери потерпевшего Данила Юханова о том, что лечение парня будет происходить за его счет. Это косвенно доказывало признание его вины.

Справедливости ради, Юрий Захарчевский все-таки извинился перед семьей парня за ту аварию и даже участвовал в лечении Данила, перечислив потерпевшим, по их словам, 150 тысяч рублей. Но после смерти парня связь с ним и вовсе оборвалась.

НЕ ЗАМОЛЧАЛИ

После публикации в «Комсомолке» резонансное дело передали в Центральный аппарат Следственного комитета России. Ход расследования взял на контроль глава ведомства **Александр Бастрыкин**. Чтобы исключить любое давление на следствие, проводилось оно в Ростове-на-Дону.

■ КОНКРЕТНО

Экспертиза ответила на главные вопросы

Специалисты провели не одну экспертизу (имеются в распоряжении редакции) и даже следственный эксперимент. Выводы были исчерпывающими: водитель Land Cruiser Юрий Захарчевский все-таки нарушал правила дорожного дви-

жения в тот вечер, когда сбил Данила Юханова. Хотя скорость судейского автомобиля по прошествии многого времени установить уже невозможно, у Захарчевского была возможность затормозить.

- Водитель мог предотвратить

ДТП, - говорится в экспертном заключении.

Более того, водитель «крузака» не имел права покидать место происшествия. А обязан был остановиться и включить аварийные огни.

Во время допроса в качестве свидетеля Юрий Захарчев-

ский утверждал, что не помнит момента аварии. Он говорил, что почувствовал себя плохо и почти потерял сознание аккурат в том месте, где получил смертельные травмы Данила Юханов. Но именно это, считают эксперты, является наруше-

нием еще одного пункта правил дорожного движения, где говорится, что садиться за руль в таком состоянии Захарчевскому было нельзя.

Как ни странно, несмотря на жалобы на плохое самочувствие, на своем Land Cruiser Юрий Захарчевский продолжал ездить даже после резонансного ДТП. Его не лишили возможности управлять автомобилем до окончания разбирательства.

Поправки в закон о туризме помогут легализовать гостевые дома на Кубани

Он позволит узаконить аренду жилья, повысить безопасность и уровень отдыха на курортах.

Иван ДЕМИДЧЕНКО

Губернатор Краснодарского края Вениамин Кондратьев обсудил с уполномоченным по правам предпринимателей России Борисом Титовым законопроект, предлагающий узаконить работу гостевых домов в курортных городах.

Бизнес-омбудсмен сказал, что в туристической сфере Краснодарского края у предпринимателей есть большой потенциал для развития. Для этого необходимо снять законодательные барьеры, мешающие владельцам гостевых домов. На это и рассчитаны поправки, разработанные Ростуризмом.

- Решается вопрос о том, чтобы гостевые дома получили легальный статус и были избавлены от избыточного контроля. Добровольная классификация, в



Вениамин Кондратьев поддержал законопроект о закреплении порядка работы гостевых домов.

свою очередь, позволит повысить качество предоставляемых ими услуг, - добавил Борис Титов.

КОМФОРТНЫЕ УСЛОВИЯ

Вениамин Кондратьев отметил, что поддерживает законопроект. Он даст возможность вывести аренду жилья в курортных городах в правовое поле, повысить качество услуг

и безопасность отдыха.

- Мы должны создать все условия собственникам, чтобы они могли легализовать свою деятельность, качественно оказывать услуги, открывать рабочие места, платить налоги. Это сделает малый и средний бизнес более устойчивым, позволит развивать санаторно-курортную отрасль и экономику региона, - ска-

зал Вениамин Кондратьев.

В малых и средних компаниях работает около трети всего населения края или более миллиона человек. Подобных показателей регион добился впервые. Глава Кубани добавил, что поддержка МСП - одно из приоритетных направлений. В прошлом году на эти цели выделили 4,3 млрд рублей.

ПОДДЕРЖКА МАЛЫХ И СРЕДНИХ КОМПАНИЙ

- Это льготные займы, поручительства и субсидии. Сохранили антикризисные программы - кредиты по ставке от 0,1% до 1% на выплаты зарплаты, пополнение оборотных средств, оплату услуг ЖКХ, - сказал Вениамин Кондратьев.

Кроме того, в крае зарегистрировано порядка 160 тысяч самозанятых. Это пятый показатель в России. Губернатор отметил, что план профильного национального проекта перевыполнен в 4,5 раза.

В Краснодарском крае в прошлом году открылась школа «Бизнес молодых», которая стала первой в стране. Глава Кубани отметил, что проект перспективен и эффективен. Свое дело открыли 155 ее выпускников.

Поддержка малого и среднего предпринимательства в крае смягчила негативные последствия от коронавирусных ограничений, сказал Борис Титов. По мнению бизнес-омбудсмена, политика в области МСП в регионе продуманная и эффективная.

■ А В ЭТО ВРЕМЯ

Студентам предложили создать свой стартап вместо защиты дипломной работы

В регионе заработала программа по запуску бизнес-проектов учащихся вузов.

Глава Кубани Вениамин Кондратьев встретился с участниками программы «Стартап как диплом», которая реализуется в рамках национального проекта «Малое и среднее предпринимательство и поддержка индивидуальной предпринимательской инициативы». Она позволяет студентам защитить свой бизнес-проект вместо дипломной работы.

- Благодаря программе дипломная работа может стать настоящим стартапом для талантливых студентов. Но для нас важно, чтобы идеи не остались на бумаге, а продолжали развиваться и после защиты в вузе. Поэтому студенты смогут получить дополнительную поддержку - пообщаться с эксперта-

ми, доработать свой проект и презентовать его реальным инвесторам. Мы должны поддерживать молодых людей, способных создавать и внедрять инновации, - это одно из ключевых условий конкурентоспособности экономики региона, - сказал Вениамин Кондратьев.

РЕАЛИЗАЦИЯ ИДЕЙ

В регионе, добавил губернатор, действует целый ряд программ поддержки проектов студентов. В их число входит школа «Бизнес молодых», которая в апреле планирует набрать третий поток учащихся. Кроме того, молодые предприниматели могут получить средства на реализацию своих инициатив в Кубанском научном фонде.

Поддержка инициатив молодых бизнесменов, отметили на круглом столе, - одно из условий развития экономики. Поэтому в ре-



Студенты кубанских вузов продемонстрировали губернатору свои бизнес-проекты.

гионе разработан целый ряд мер внедрения студентов-предпринимателей в процесс обучения.

Для этого в Краснодарском крае создаются оптимальные условия на уровне законодательства, способные помочь молодым людям продвигать свои инициативы, отметили на встрече. Это краевые фонды поддержки бизнеса, бесплатное об-

учение школьников программированию, которое планируют запустить в этом году.

IT-отрасли на Кубани уделяется особое внимание. Депутаты Законодательного собрания края приняли соответствующий закон, направленный на ее развитие и продвижение инициатив талантливой молодежи в сфере цифровых технологий.

ДЕМОНСТРАЦИЯ ВОЗМОЖНОСТЕЙ

Студенты вузов Краснодарского края продемонстрировали Вениамину Кондратьеву свои проекты. Они разработали обогащенные продукты питания, универсальные аппараты для сева различных сельхозкультур, обучающие программы для людей с нарушением слуха и так далее.

На встрече озвучили, что Краснодарский край стал первым регионом страны, где реализуется программа единого запуска для студентов вузов региона. Она позволяет бесплатно добиться равного доступа для участия. В нее вошли порядка 20 студентов КубГУ, КубГАУ, КубГТУ и Сочинского госуниверситета.

Сканворд с изображением Джарвиса Пайта. Вопросы и ответы:

- ЛЫЖНАЯ «СВОБОДА» → КАК ПЕРЕДНЯЯ, ТАК И СРЕДНЯЯ → ЧЕМ СЛЕДУЮТ? → МАРСО ПО ИМЕНИ → КЛИМАТИЧЕСКИЙ → ФАЗА АКТИВНОСТИ → СТЕПНАЯ ЗЕБРА → «РАЗМАЗНЯ» НА ПАЛИТРЕ → КОРЕННОЕ НАСЕЛЕНИЕ КАНАРСКИХ ОСТРОВОВ
- ЛОПУХ С ЧЕЛОВЕЧЕСКИМ ЛИЦОМ → «КРАСНАЯ ТРЯПКА» ДЛЯ КОНСЕРВАТОРА → СКОТИНА ИЗ ОТАРЫ → АПОСТОЛ ИЗ ВИФСАИДЫ → СМОТРИТЕ ФОТО → ЯБЛОЧНЫЙ, НО НЕ ПИРОГ
- НАЧИНКА В ТЕСТЕ → ГОНКИ АВТОМОБИЛЬНОГО ЗВУЧАНИЯ → «ТВОЯ ТОРЖЕСТВЕННАЯ ... НА БАБЬЕ ГУЗНО ТАК ПОХОЖА» → НАТАЛИ КУК ИЗ «АНГЕЛОВ ЧАРЛИ» → ОТКУДА РАДИУС НАЧИНАЕТСЯ?
- ЧЕРНАЯ БАБОЧКА, ПРИТВОРЯЮЩАЯСЯ МЕРТВОЙ, ЕСЛИ ВЗЯТЬ ЕЕ В РУКИ → ОСТРОВ, НАГРАЖДЕННЫЙ ГОЛУБЫМ ФЛАГОМ ЕС ЗА ЧИСТОТУ И БЕЗОПАСНОСТЬ → ПЕРВЫЙ НУДИСТСКИЙ ... АНГЛИЧАНЕ ОТКРЫЛИ В 1979 ГОДУ → «ПРИБОР В СИСТЕМЕ СИГНАЛИЗАЦИИ» → КАКОМУ ЦВЕТКУ ПОСВЯЩЕН ПРАЗДНИК В ПЕРВОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ МАЯ У ШВЕЙЦАРЦЕВ? → ПОРТУГАЛЬСКИЕ КУПЦЫ ВПЕРВЫЕ ВСТУПИЛИ НА ЗЕМЛЮ ... В XV ВЕКЕ
- ЛОВЕЦЬ МЯЧЕЙ → ВЫХЛОП ТВОРЧЕСТВА → СЕРДЕЧНЫЙ КРИЗИС → ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ МИНИМУМ → С КАКИМ ГОРОДОМ СВЯЗАНО РОЖДЕНИЕ И ГОДЫ УЧЕБЫ РОМАНА БИЛЬКА – ЛИДЕРА ГРУППЫ «ЗВЕРИ»? → КАТЕГОРИЯ КУПЛИ-ПРОДАЖИ
- КЕФИР ИЗ ВЕРБЛЮЖЬЕГО МОЛОКА → «ПЕРВЫЙ ГОНОРАР» УОЛТА ДИСНЕЯ ЗА РИСОВАНИЕ МУЛЬТФИЛЬМОВ → ЧТО УМЕЛ МАСТЕРСКИ ВЫРЕЗАТЬ ИЗ ДЕРЕВА ВИКТОР ЦОЙ? → ОТ КОГО КАЛЛИОПА РОДИЛА ОРФЕЯ? → ТАБАЧНАЯ ГИЛЬЗА → ДОЩЕЧКИ НА ПОЛ → «ПРАЗДНИК ОГНЕЙ» У ИУДЕЕВ
- КАКУЮ ДЕТАЛЬ ПЛАТЬЯ СДЕЛАЛА ПОПУЛЯРНОЙ СРЕДИ АРИСТОКРАТОВ АГНЕССА СОРЕЛЬ? → КАКАЯ ВЫПИВКА МОЖЕТ БЫТЬ ТОЛЬКО СРЕДНЕГО ИЛИ МУЖСКОГО РОДА? → ХОЗЯЙКА СЕМЕЙНОГО ПАНСИОНА ИЗ РОМАНА «ОТЕЦ ГОРИО» ФРАНЦУЗА ОНОРЕ ДЕ БАЛЬЗАКА → «КОГДА ... ЗАКАНЧИВАЕТСЯ, ВСЕ ЕГО ПЕРИПЕТИИ НАЧИНАЮТ КАЗАТЬСЯ СНОМ»
- РАЙСКИЙ СИНОНИМ → КАКОЕ ЕДИНОБОРСТВО ИЗУЧАЛА В СВОЕ ВРЕМЯ АНГЕЛА МЕРКЕЛЬ? → БАНКЕТ СВЕТСКОГО ЗВУЧАНИЯ → АТАМАН «СИБИРСКОГО ЗНАЧЕНИЯ»
- ПО КАКОМУ ПРИЧИНЕ СЪЕЗЖАЮТ ПО ПЕРИЛАМ ВМЕСТО ТОГО, ЧТОБЫ ИДТИ ПО СТУПЕНЬКАМ? → СИЛЬНОЕ ПЕРЕЖИВАНИЕ ОТ НЕВЗГОД → «СТОПОР» ДЛЯ БУТЫЛОЧНОЙ ПРОБКИ → КАКАЯ БАРБЕ-НИКОЛЬ ПЕРВОЙ ПРИДУМАЛА, КАК ИЗБАВЛЯТЬ ШАМПАНСКОЕ ОТ МУТНОГО ОСАДКА?

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД: КУРС - Ляса - Кавга - Разява - Ова - Пётр - Шкаф - Лоза - Абрамс - Пестрянка - Ира - Диас - Нарцисс - Голки - пер - Татанор - Ланпроса - Стрижка - Петух - Шлеиф - Вина - Нацка - Виски - Роман - Быстрота - Дзюдо - Звук - Горе - Клико - Ермак - Отвар - Мюзле - Райт - ПО ВЕРТИКАЛИ: Пирот - Шубат - Огус - Фристайл - Кипр - Ралии - Инфаркт - Азия - Пляж - Новое - Квант - Рожа - Зарп - Каша - Эдем - Софи - Пана - Во - ке - Спад - Теплоvisor - Краска - Паркет - Центр - Гуанчи - Олт - Спаз - Гоа - Ханька.

Сканворд с изображением Анастасии Жданов. Вопросы и ответы:

- ПИСТОЛЕТ ФРИЦЕВ → БАТАЛИЯ ЧЕМПИОНАТА → ТОЧНАЯ → ГЕНЕРАЛ ИЕЗУИТСКОГО ОРДЕНА У АЛЕКСАНДРА ДЮМА С ПЕРСОНАЛЬНЫМ АСТЕРОИДОМ → С КЕМ БЕЗОСТАНОВЧНО РУГАЛСЯ АЛЕКСАНДР ПУШКИН, НАХОДЯСЬ В МИХАЙЛОВСКОЙ ССЫЛКЕ?
- ЧТО «НА ПОТОМ» ОСТАВЛЯЮТ? → ВЫСТАВИТЬ НА ... → ОСТРОВ В КОРАЛЛОВОМ ОБРАМЛЕНИИ → КАКОЙ КИЛЛЕР ЖАНА РЕНО ПРОСЛАВИЛ? → ГРЫЗУН КОМПЬЮТЕРНОГО ЗВУЧАНИЯ → ПЕРВЫЙ ПРЕЗИДЕНТ США, СТАВШИЙ НОБЕЛЕВСКИМ ЛАУРЕАТОМ ПРЕМИИ МИРА → «... НЕ ДОЛЖНА БЫТЬ СПОСОБОМ УТЕШЕНИЯ»
- ДЕПУТАТСКИЙ ОПУС → КАКАЯ ПТИЧКА «НИКАК НЕ МОЖЕТ СОГРЕТЬСЯ»? → СМОТРИТЕ ФОТО → «... ИМЕЮ КЛАНЯТЬСЯ!» → ОДЕЖДА ПРОТИВ МОРОЗА → ЗАКОНЧЕННЫЙ ПОДОНОК → ГОЛОЛЕД СУГРОБНОГО ЗВУЧАНИЯ → ЧТО В КАСТРЮЛКЕ БУЛЬКАЕТ?
- КАКОМУ ПРОДУКТУ ПИТАНИЯ БЛАГОДАРНЫЕ ЧЕХИ УСТАНОВИЛИ ПАМЯТНИК? → «ЖОНГЛЕР ЗА СТОЙКОЙ» → ЧТО ШТОРМ БУДОРАЖИТ? → ЦИРКОВОЙ НОМЕР С «ЖИВОЙ КУКЛОЙ» → НА КАКОМ ЯЗЫКЕ «КАМА-СУТРА» НАПИСАНА? → «ЛИШЬ СОЗНАТЕЛЬНОЕ И ОБДУМАННОЕ ВОЗВРАЩЕНИЕ К ДАННЫМ ИНТУИЦИИ» ДЛЯ АНРИ БЕРГСОНА → КАКИЕ КАРТЫ ГАДАЛКУ КОРМЯТ?
- СОВЕЩАНИЕ УЧЕНЫХ УМОВ → НЕМЕЦКИЙ «ТАНЕЦ ПРЫГУНОВ» → ДНЕВНАЯ ГОЛУБЯНКА → КУЛИНАРНЫЙ ОПУС ИЗ КАСТРЮЛИ → «ВОЗРОЖДЕНЕЦ» ИЗ ПЕПЛА → КТО НА СЦЕНЕ БЛИСТАЕТ? → НА ЧТО СМЕНЯЛ КОЗУ ГЕРОЙ РАССКАЗА «ЗАГАДОЧНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ» МИХАИЛА ЗОЩЕНКО? → СОДЕЯННОЕ ...
- «МОЯ ОТРАДА» ИЗ ПУШКИНСКОГО СТИХОТВОРЕНИЯ «К МОЕЙ ЧЕРНИЛЬНИЦЕ» → ОСНОВА ПОЖАРА → ПРЯНИЦЫ ГОРОДА → ФЕТИШ ГУРМАНА → «ГОЛУБОЙ ...» ИЗ ФИЛЬМА «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ» → ЗОЛОТОЕ → ВОЛЧЬЯ
- КАКОЙ ОСТРОВ ГОРДИТСЯ САМЫМ БОЛЬШИМ В МИРЕ НОЧНЫМ КЛУБОМ? → ЧТО В КРЕМАТОРИИ ВЫДАЮТ? → БОЛЬШЕГРУЗНЫЕ ВЕСЫ → «КОГДА ЖЕНЩИНЕ ЕСТЬ, КОМУ КУПИТЬ ...» ЗНАЧИТ, ЛИЧНАЯ ЖИЗНЬ УДАЛАСЬ» → ПРИЧИНАЮТ → БЛОНДИНКА ИЗ СЕРИАЛА «ДРУЗЬЯ»
- УКРАИНСКАЯ ... ПРЕСЛЕДУЕТ ГЕРОЯ КУЛЬТОВОГО БОЕВИКА «БРАТ-2» → ЧТО БОГАЩАЮТ? → КРУЧИНА, НО МЕНЕЕ ПАФОСНО → «ЛЮБИМОЕ ЛОЖЕ» НАТАЛИИ ВАРЛЕЙ → ВЕЧЕРЕЕТ → СНАРЯД БЫЛЫХ ВРЕМЕН

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД: «Парабеллум» - Мера - Афины - Рузвельт - Законопроект - Шуба - Честь - Мерзавец - Зяблик - Санскрит - Сахар - Море - Суп - Мотофозо - Феникс - Медальон - Леро - Прах - Стая - Вкус - Правильно - Ивица - Тула - Носки - Фиги - Горе - Сумерки - Мафия - Руда - Гала - Ядро - Мотофозо - Занас - Симпозиум - Показ - Хюпфер - Бармен - Пламя - Атом - Ликар - Актер - Каменских - Леон - Вата - Матч - Снет - Мышь - Писк - Арамис - Мука - Вред - Наст - Духи - Еда - Философия - Варево - Зло - Отец - Таро - Ярило.

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

Татьяна ИСТОМИНА, 31 год, Аланья:

- Имею высшее экономическое образование, визажист-стилист, живу в г. Аланья (Турция) почти три года. Из интересов - моделинг (фото и видеосъемки), путешествия и активный отдых: кемпинг, волейбол, велосипед, плавание в море.



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Розовый бархат - это так смело, что захватывает дух. Татьяна играет по всем правилам. Такое платье должно быть на роскошной блондинке с пышными формами, идеальными локонами, соблазнительным макияжем, обувью на умопомрачительном каблучке с пушичками. Кукла Барби - как ролевая модель. У Татьяны получилось безупречно.

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



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

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

- А жить-то на что?..
- Живите на здоровье!

* * *

Он был старше ее на 10 лет. Но она села ему на шею и свесила ноги.

Смотрите 1 сентября во всех школах - первый звонок.

* * *

Объявление:

«Опытный актер без дублера снимется в откровенных застольных сценах».

* * *

Сегодня в нашем женском коллективе обсуждали, кто чем кормит мужей. Одна сотрудница с гордостью сказала: «Да что сами едим, то и ему даем!»

* * *

Только у нас фраза «поправить здоровье» означает нажраться еще больше, чем вчера.

* * *

Забавный факт.

Если все люди на планете возьмутся за руки, выстроившись вдоль экватора, то большинство из них утонут.

* * *

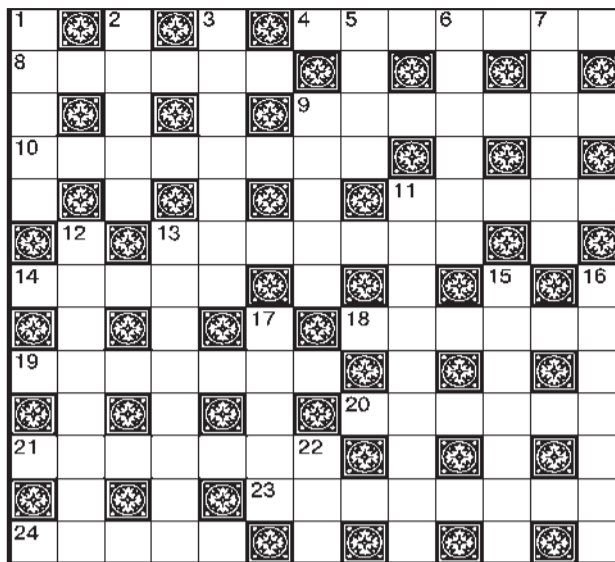
Странные люди. Маски они считают бесполезными намордниками, а иконки в машине - полезным оберегом.

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Какую гору Пемба Дордже в 2004 году покорил быстрее всех в мире - за восемь часов и десять минут? 8. Административный ... 9. Балерина с именным тортом. 10. Наш олимпийский чемпион по фехтованию, считавший своим первым учителем д'Артаньяна. 11. Где снимали фильм «Челкаш» по рассказу Максима Горького? 13. Кто наполовину конь? 14. «Мекка серфингистов» на карте Израила. 18. Новое наоборот. 19. Какой улице дал название Московский ипподром? 20. Популярный плод в гавайской кухне. 21. Герой корриды. 23. «Святой вурдалак» из романа «Пелагия и черный монах» Бориса Акунина. 24. Цитрус чайного значения.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Мураш-гневия. 16. Лексика. 17. Панов. 22. Раб. 9. Плитка. 11. Квятица. 12. Ашкеназ. 13. Колорадо. 15. дор. 23. Вазилис. 24. Лимон. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Дрожа. 14. Ашуд. 18. Старое. 19. Беловая. 20. Ананас. 21. Мата-Рурса. 9. Павлова. 10. Жданович. 11. Керчь. 13. Кетвар. 8. Зверест.

Погода на завтра, 3 февраля

по данным pogoda.mail.ru

	день	ночь	
Краснодар	+9...+11	+0...+2	Давление - 755 мм рт. ст. (норма - 771 мм рт. ст.) Относительная влажность воздуха - 66% Ветер - 3 м/с, южный Восход - 07:42 Заход - 17:33 Растущая луна
Майкоп	+10...+12	+2...+4	
Ейск	+4...+6	-1...+1	
Сочи	+12...+14	+7...+9	
	ясно ☀️	облачно ☁️	пасмурно ☁️
	дождь 🌧️	гроза ⚡️	снег ❄️

Евгений ЧУФАРОВ

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

Если у вас есть:

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

Звоните нам!

(495) 777-02-82

Ваше мнение для нас важно!



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



ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

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

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

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

НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», 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. № 2
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-2022», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 167 310 экз.

Учредитель, редакция и издатель газеты - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».

АО ИД «Комсомольская правда», 2022. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: (495) 970-19-51.

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



Директор филиала - Д. Г. МИХЕЕВ
Главный редактор - О. В. ШАХОВА
kuban@phkp.ru www.kp.ru
Служба рекламы:
reklama.krasnodar@phkp.ru

ВЫПУСК ПОДГОТОВЛЕН КРАСНОДАРСКИМ ФИЛИАЛОМ АО ИД «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

350000 г. Краснодар, ул. Октябрьская, 72.
Телефон многоканальный - 8 (861) 992-7-992.
WhatsApp, Viber, Telegram - 8 (908) 689-80-08.

Отпечатано:
НАО «Печатный двор Кубани»,
350072 г. Краснодар,
ул. Тополияна, 19.
Заказ № 287.
Цена свободная.