

Владимиру ПУТИНУ - 70 лет

Где и как проведет президент свой день рождения

Читайте на стр. 4 ▶



Михаил МЕТЦЕЛЬ/ТАСС

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА 99,3 FM

Вести с фронта

Самые оперативные данные о ходе СВО - круглосуточно

radiokp.ru



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



5 653 000

уникальных посетителей за минувшие сутки



Основана в мае 1925 года

Пятница - суббота
7 - 8 октября

Газета нашего города ★ Тверь

№ 78 - 79с (27425 - 27426с)
2022 год

Интернет-магазины наживаются на мобилизованных:

Бронежилеты с наценкой до 2000 процентов



Нужно ли покупать экипировку самому?

Читайте на стр. 6 ▶

А на ошибки военкомов теперь можно пожаловаться на «Госуслугах» - стр. 6 ▶

Борис КУДРЯВОВ/Экспресс газета



Пугачева и Галкин* ищут богача со странностями и лишним миллиардом

Ирина ВИКТОРОВА

Найдутся ли желающие приобрести замок в деревне Грязь.

Алла Пугачева с семьей переехала в Израиль. Певица с мужем планируют покупку недвижимости в этой стране. А пока семья живет в доме брата **Максима Галкина**. Сбережений в семье достаточно: глава семьи в год зарабатывал около \$3 млн (по данным последнего рейтинга русского Forbes) и продолжает колесить по миру с концертами.

*Минюст РФ включил **Максима Галкина** в список физлиц-иноагентов.

Продолжение на стр. 14 ▶

Суббота в Твери будет погожей, а воскресенье - ненастным

Виктория ТУШКОВА

Капризная погода меняется почти ежедневно, давление скачет.

Осень в Твери шуршит опавшей листвой... То заплачет дождями, то вдруг подарит луч солнца, улыбнется: «Не хмурься!» - Да, в субботу мы как раз увидим солнышко! - пообещала **доктор географических наук, профессор ТвГУ Наталья Сердитова**. - День будет хороший: +14, без осадков, переменная облачность. Атмосферное давление 754 миллиме-

тра. А в воскресенье нас ждёт провал... Давление упадет до 747 мм рт. ст. Это очередной циклонический атмосферный фронт заденет нас своим хвостом. Опять дожди, температура понизится до +11. Но в ночь на понедельник тучи разойдутся, и в первый рабочий день мы опять ждем хорошую погоду - солнечную, хоть и не жаркую: +12. Атмосферное давление поднимется до 753-755 мм рт. ст. Вторник существенных перемен не обещает, а вот со среды атмосферное давление пойдет на понижение. - Скорее всего, характер погоды опять поменяется, - вздыхает Наталья Сердитова. От этого каждый благодатный денек еще краше. Остановитесь на секунду и просто полюбуйте, как падают осенние листья...

Премиальное спиртное мы меняем на коктейль

Владимир МАЗЕНКО

Проверяем слух о том, что в нынешней сложной ситуации в России стали меньше пить.

Американец в тяжкие времена идет к психологу. Француз - в кафе за чашечкой душищеспасительного кофе с круассанами. А русский... В общем, по свежим данным **«Клуба профессионалов алкогольного рынка»**, про-

дажи спиртного в России с марта по август нынешнего года **выросли на 4,5%**. Коньяка стали продавать на 5% больше, водки - на 8%. А сильнее всего слабоалкогольных коктейлей (типа джин-тоника и т. п.) - на 59%. - Любые кризисные явления обычно сопровождаются ростом потребления спиртного, - констатирует **гендиректор «Клуба профессионалов алкогольного рынка» Максим Черниговский**. - Российского

алкоголя стали покупать больше, а вот импортного - меньше. Растет доля алкогольной продукции эконом-класса, при этом реализация премиального спиртного существенно снизилась. Остается только напомнить, что алкоголь - мягко говоря, не самый лучший антидепрессант.



«Не было желания что-то подправлять»

Олег АДАМОВИЧ

Президент прокомментировал результаты референдума в Новороссии.

В День учителя (5 октября) Владимир Путин поговорил с финалистами конкурса «Учитель года». Обсудили и прошедшие референдумы, и отсрочку от мобилизации, и военную операцию.

«Поздравляю работников школ всех 89 регионов России», - Путин сразу напомнил, что в стране стало на 4 региона больше.

РЕЗУЛЬТАТ САМОГО УДИВИЛ

Учительница из ДНР Юлия Бахмутская порадовалась на этой встрече, что ее республика стала частью России.

- Результат референдума самого удивил. Не было никакого желания что-то подправлять, подчищать. Мы для себя решили: будет так, как люди скажут, - признался в ответ глава страны.

Путин заметил, что конфликта с Украиной могло и не быть, если бы не желание Киева «подправить историю». Украинские политики решили возвеличить подвиги Гитлера.

- Я частенько дискутирую со своими коллегами, в том числе европейскими, которые мне говорят: «Ну и что, ну есть там элементы неонацизма, ну а что, у нас нет, что ли, и у вас есть в России какие-то неонацисты, и у нас, в европейских странах». Каких уродов только нет! Каких идиотов и даже преступников, ну и что теперь? Ведь разница в том,

что на Украине их возвеличивают, поднимают на пьедестал, - возмутился российский лидер.

ОРДИНАТОРАМ - ВЫЙТИ ИЗ СТРОЯ

Президента попросили уточнить детали отсрочки для студентов.

- Сегодня я уже отдал на выпуск указ, он уже подписан (читайте ниже. - Ред.), где вносятся эти самые коррективы, - ответил Путин.

Изменения в указ «О предоставлении отсрочки от призыва на военную службу по мобилизации» 6 октября опубликовали на сайте Кремля. Вот кого еще не должны призывать:

✓ Студентов, которые учатся впервые, в образовательных и научных организациях (с госаккредитацией) среднего профессионального и высшего образования (в том числе по программам ординатуры и программам ассистентуры-стажировки).

✓ Аспирантов образовательных и научных организаций по программам подготовки научных и научно-педагогических кадров.

✓ Студентов организаций с высшим и средним профобразованием (в том числе в аспирантуре, ординатуре и ассистентуре-стажировке) на территориях инновационных научно-технологических центров.

✓ Семинаристов духовных образовательных организаций, где готовят служителей и религиозный персонал.

В указе отмечено, что он вступает в силу с 21 сентября 2022 года. То есть, если кого из уточненного списка успели мобилизовать, его должны будут вернуть назад доучиваться.

ВАЖНО



Сергей Шойгу сам проверил амуницию мобилизованных на полигоне в Кубинке.

200 тысяч человек уже в строю

Александр БОЙКО

Мобилизованных обучают офицеры с боевым опытом.

Всех мобилизованных приказано отправлять на фронт только после подготовки на полигонах и боевого слаживания. Об этом на селекторном совещании в Минобороны объявил Сергей Шойгу. И сообщил, что в Вооруженные силы прибыло уже свыше 200 тысяч человек.

Вот что еще он сообщил.

ДОБРОВОЛЬЦАМ НЕ ОТКАЗЫВАТЬ!

- После объявления частичной мобилизации в военные комиссариаты пришло большое количество добровольцев. Крайне важно внимательно подходить к каждому такому обращению. Никому не отказывать, если на то нет серьезных оснований!

ОДЕЖДА И ДОЛЖНОСТИ

- Должностным лицам обеспечить мобилизованных необходимыми комплектами одежды и другим имуществом, назначить на воинские должности.

УЧЕБА НА 80 ПОЛИГОНАХ

- Обучение сформированных (из мобилизованных и добровольцев. - Ред.) подразделений проходит на 80 полигонах и в 6 учебных центрах. Его должны проводить офицеры с боевым опытом. А в районы боевых действий военнослужащие должны направляться после подготовки и боевого слаживания.

ПРИЗЫВ БУДЕТ МЕНЬШЕ

- Призыв граждан России на (срочную. - Ред.) военную службу начнется в ноябре и будет на 7,5 тысячи человек меньше, чем прошлой осенью. Всего 120 тысяч человек.

СРОЧНИКИ НА СПЕЦОПЕРАЦИЮ НЕ ПОЙДУТ

- Вновь призванные осенью военнослужащие срочной службы будут направлены в подразделения, не задействованные в спецоперации на Украине. А закончившие службу по призыву возвращаются по домам.

Еще о мобилизации > стр. 6.

НА ЗАМЕТКУ

Игорь ЯКУНИН

Здесь же можно записаться добровольцем.

Идет частичная мобилизация - и сервис «Госуслуги» открыл форму для подачи жалоб от тех, кто не согласен с решениями призывных комиссий. На сайте в разделе «Частичная мобилизация» в два клика можно найти баннер «Обжаловать призыв...». Перейти в

На ошибки мобилизации жалуйтесь на «Госуслугах»

раздел можно с помощью цифрового ассистента. Подать заявление на возможное нарушение может тот, кого мобилизовали (как он, вероятно, считает, по ошибке). Либо его близкий родственник.

В форме, которая откроется из списка оснований для отсрочки,

можно выбрать то, что может относиться к вам. Надо подтвердить свои личные данные, загрузить фото или скан повестки, внести данные военного билета. Плюс - это важно - сканы документов, которые могут являться основанием для отсрочки.

Данное заявление (жалоба) ав-

томатически идет в региональную комиссию. И рассматривается в самые короткие сроки.

На сайте госуслуг заработал и другой сервис. Как сообщил вице-премьер Дмитрий Чернышенко, он предназначен для тех, кто хочет стать добровольцем и участвовать в специальной

военной операции. Для подачи заявления надо заполнить анкету и выбрать военкомат, куда удобнее прийти. Уведомление с датой посещения военкомата и списком необходимых документов приходит в течение двух суток.

По словам Чернышенко, запросов на запись в добровольцы со дня объявления частичной мобилизации зафиксировано более 70 тысяч, а за первые два дня работы данного сервиса принято более двух тысяч заявок.

одноклассники



Давайте дружить на ok.ru/kp.ru

http://www.kp.ru/

ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

НАУКА
Нострадамус предсказал мирное завершение конфликта на Украине



ШОУ-БИЗНЕС
Тяжелобольной Борис Корчевников расплакался в эфире

ОБЩЕСТВО
Как в стране поддерживают семьи мобилизованных

Главные вопросы о кредитных каникулах для участников военной операции и членов их семей

Елена КРИВЯКИНА

В правительстве разъяснили условия отсрочек по займам.

Правительство хочет смягчить россиянам тяготы и лишения воинской службы.

В частности - за счет кредитных каникул. О том, что участники специальной военной операции (СВО) и члены их семей имеют право на такие отсрочки, рассказала во вторник первый замминистра труда и социальной защиты **Ольга Баталина**. И раскрыла все подробности.

Напомним, кредитные каникулы - это возможность не платить по займу в течение определенного времени.

Отвечаем на главные вопросы.

КАКИХ ЗАЙМОВ ЭТО КАСАЕТСЯ?

- Каникулы касаются всех кредитов - ипотечных, потребительских, которые были взяты индивидуальными предпринимателями для развития бизнеса... Собственно, любых кредитов и займов. Речь идет и о займах, которые получены в кредитных кооперативах, в кредитных сельскохозяйственных кооперативах, в микрофинансовых организациях, - пояснила Баталина.

Займы должны быть взяты до момента заключения контракта на воинскую службу или до момента мобилизации.

НА КОГО ОНИ ДОЛЖНЫ БЫТЬ ОФОРМЛЕННЫ?

Кредит может быть оформлен как на самого участника СВО, так и на членов его семьи. К ним относятся:

- ✓ супруги,
- ✓ дети старше 18 лет, которые стали инвалидами до достижения этого возраста,
- ✓ дети до 23 лет, которые учатся очно,
- ✓ люди на иждивении (это могут быть родители, братья или сестры, а также другие родственники).

НА СКОЛЬКО ДАЮТСЯ КАНИКУЛЫ?

Отсрочка предоставляется на весь период мобилизации или службы по контракту плюс 30 дней. Если после мобилизации человек лечится в госпитале, то весь срок лечения также войдет в период кредитных каникул.

ЧТО С ПРОСРОЧЕННЫМИ ПЛАТЕЖАМИ?

По словам замминистра, во время кредитных каникул пени и штрафы на них начисляться не будут.

- Просроченные платежи будут заморожены и уплачены позже, после завершения кредитных каникул, - сказала Ольга Баталина.

КАК ПОЛУЧИТЬ ПРАВО НА КАНИКУЛЫ?

Мобилизованным и добровольным участникам СВО нужно подать заявление в банк, где был оформлен кредит. Решение банк должен вынести в течение 10 дней. Если за 15 дней гражданин не получил от банка ни подтверждения, ни отказа в оформлении каникул, то они считаются действительными с момента подачи заявления.

При этом, как уточнила Баталина, мобилизованные имеют право вносить платежи во время кредитных каникул. Это позволит им снизить размер основного долга в дальнейшем.

ВАЖНО!

Вернут деньги за билеты

Получившие повестку россияне смогут получить обратно деньги за авиа- и железнодорожные билеты (в том числе приобретенные по невозвратному тарифу). Но только за те, что были куплены заранее. В этом случае отказ от перевозки считается вынужденным, пояснили в Минтруде. Вот как можно вернуть деньги за билет...

...НА ПОЕЗД

Надо обратиться в железнодорожную кассу с документом, удостоверяющим личность, и повесткой. Там сделают возврат в полном объеме. Если человек уже уехал в часть, средства за билет могут вернуть его родственнику по письменной доверенности.

Вернуть деньги могут и третьи лица, которые планировали путешествие с призванным (например, его друзья и другие попутчики). Для этого билеты надо будет предъявить в железнодорожную кассу, представив паспорта на всех путешественников и повестку. Билеты должны быть на одну и ту же поездку, поезд или оформлены в одном бронировании.

...НА САМОЛЕТ

Вернуть деньги за авиабилет можно в месте его приобретения, предъявив паспорт и повестку. Если человек уже уехал к месту службы, за возвратом могут обратиться третьи лица, представив весь пакет документов и нотариально заверенную доверенность. Ее может удостоверить командир или начальник воинской части, где проходит службу мобилизованный.

ВОПРОС ДНЯ



Владимир Путин был в головной машине «КамАЗ», которая первой пересекла Крымский мост.

7 октября главе государства - 70 лет, и мы спросили:

Что для вас стало главным за время президентства Путина?

Светлана ЖУРОВА, депутат Госдумы:

- Был совместный проект с президентом по олимпийской заявке Сочи. Мы были с ним на финальной презентации в Гватемале в 2007-м - и Россия там победила! А в феврале 2006-го Путин смотрел мой победный олимпийский забег в Турине - и позвонил с поздравлением. Потом было возвращение Крыма, сейчас - еще четырех областей. Страна прирастает своими же землями - разве это не главное?

Вадим КОЖЕНОВ, глава Федерации мигрантов России:

- Самое важное - мы смогли вернуть себе статус мировой державы. Сейчас мы на равных с любым сильным государством. Что касается массового притока мигрантов, который при нем произошел, - это объективный фактор, таковы общемировые процессы перетекания рабочей силы.

Иосиф ЛИНДЕР, глава Международной контртеррористической ассоциации:

- Восстановление достоинства страны и ее жителей. Нормальные, здоровые люди в России стали по-другому себя ощущать за эти годы. То хорошее чувство, что было у советских людей в СССР. Которое пытались из нас выжать в 90-е. А подъем духа немислим был без решения всего комплекса общегосударственных задач - в том числе поднятия ВПК и энергокомплекса.

Виктор ЗАБОЛОТСКИЙ, заслуженный летчик-испытатель СССР:

- Я при Путине ушел на пенсию - для меня лично вот такой итог. А если серьезно - в авиации произошли подвижки, но пока недостаточные. Есть обещания развития - нет их полного исполнения.

Александр МИХАЙЛОВ, генерал-майор ФСБ в запасе:

- Путин не тасует кадры, как карты. Отсутствие кадровой чехарды давало возможность наводить порядок в ведомствах, которые эффективно работали. Также Путин отметился тем, что всегда принимал очень нестандартные и нередко невероятно точные решения.

Лев ЛЕЩЕНКО, народный артист СССР:

- Это очень всеобъемлющий вопрос. Выделить главное тут очень сложно.

Продолжение > стр. 4 - 5.

Вы тоже можете дать свой ответ на «Вопрос дня» на нашем сайте - самый интересный мы опубликуем в «Комсомолке».

Главные темы дня и другие новости

ЧИТАЙТЕ НА САЙТЕ **KP.RU** СЛУШАЙТЕ НА Телефон прямого эфира 8-800-200-97-02 (звонок бесплатный!) **РАДИО КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА** radiokp.ru **99,3 FM**

За последние сутки наш сайт посетили 5 миллионов 653 тысячи человек



ФОТОФАКТ

Россиянка **Анна Кикина** полетела в космос на корабле Crew Dragon **Илона Маска**, цель - МКС.

Чтобы показать, что сотрудничество сильнее конфликтов, «Роскосмос» и НАСА устраивают совместные полеты (недавно американец полетел к МКС на «Союзе»). Кикина проведет в космосе полгода. В экипаже с ней еще трое астронавтов: американцы **Николь Манн** и **Джош Кассада**, японец **Коити Ваката**.

Не давал в обиду учительницу

Роман ЛЯЛИН
(«КП» - Санкт-Петербург)

Одноклассники, друзья и учителя Владимира Владимировича рассказали, каким они запомнили его в юности.

«РАСКИДЫВАЛ НАГЛЕЦОВ ПО СУГРОБАМ»

Детство будущего президента ничем не отличалось от других ленинградских мальчишек. Его родители были обычными рабочими. А во дворе ребята уважали только тех, кто мог за себя постоять.

- Путин сравнивал обстановку во дворе с фильмом «Генералы песчаных карьеров», - рассказал «Комсомолке» друг детства и одноклассник Путина (он попросил не публиковать его имя. - Ред.). - Между подростками возникали ссоры, драки, властвовали сильнейшие. При этом Володю не трогали, хотя он был далеко не самый сильный. Просто все знали, что Путин ответит всегда, какой бы хулиган ни напал. Меня там тоже чуть не поколотили, но, когда узнали, что я с Путиным, не тронули. Помню, как перед моим лицом махали кулаком, угрожали, должна была начаться драка. Но от меня отстали.

Не давал в обиду Владимир Путин и любимую учительницу - классного руководителя Веру Гуревич.

- Слышал, что он наказал как-то одного из старшеклассников, который негативно отозвался о Вере Дмитриевне, - вспоминает одноклассник президента. - Я не знаю, как Путин разговаривал со второгодником, но тот уже никогда не позволял себе подобного.

«ИГРАЛ НА БАЯНЕ ДЛЯ ОТЦА»

Своим характером Путин, как говорят его друзья детства, обязан в первую очередь родителям.

- Мария Ивановна и Владимир Спиридонович старались делать все, чтобы Володя общался со сверстниками из класса, а не со двора, - от-



Характером, как вспоминают друзья, Владимир Путин обязан родителям - Владимиру Спиридоновичу и Марии Ивановне.

мечает друг детства. - Владимира Спиридоновича мы, школьники, побаивались, выглядел он строго. Когда отец приходил с работы, то наши игры у них дома прекращались, мы занимались уроками. Это потом, когда мы стали взрослыми и приезжали к ним на дачу, узнали его отца как добрейшего и гостеприимного человека.

Мать Володи сильно беспокоилась из-за того, что он занимался борьбой. «Ну что он все на это самбо ходит?» При этом держала в порядке его спортивную одежду, чтобы Володя был опрятно и чисто одет. А Владимир Спиридонович любил, когда сын занимался игрой на баяне, что было далеко не часто, хвалил и тут же делал замечания. Сам же Володя увлекался книгами о разведчиках.

«СПАЛ НА ВОКЗАЛАХ»

Тренироваться же Путину приходилось по-настоящему в спартанских условиях.

- Папа говорил, что им не мешали ни сырость, ни холодный зал, ни

■ ИЗ ПЕРВЫХ УСТ

Вера ГУРЕВИЧ, любимая учительница Путина:

Будьте полезны!

- Я всех своих ребят учила: «Будьте полезны людям, не занимайте чужое место, найдите свое призвание». Во Владимире Путине честность, справедливость, ответственность от папы, от мамы - доброта и забота. Его отец не терпел разгильдяйства. Поощрял собранность и добросовестность. С хулиганами не общался. Приятели у него были обычные дворовые мальчишки. Он был самым младшим среди них, но его никто никогда не обижал. Сам же Владимир Владимирович своих позиций не раскрывал, был сдержан в общении, но пользовался авторитетом.

даже отсутствие света, - вспоминает сын тренера президента Михаил Рахлин. - У них было много испытаний, тренировались даже на улице: в грязь и дождь. Им было тяжело, но ребята молодые, им это было в

■ ДОСЛОВНО

Где и как отметит глава государства свой юбилей

Об этом политобозревателю «Комсомолки» Александру ГАМОВУ ответил пресс-секретарь Кремля Дмитрий ПЕСКОВ.

- 7 октября президент будет работать в Санкт-Петербурге, - рассказал Дмитрий Песков. - Много международных телефонных разговоров будет. А в середине дня запланирована неформальная встреча глав государств СНГ в Константиновском дворце.

- А будут как-то поздравлять Владимира Путина главы государств? - попросил уточнить журналист «КП». - Как это предусмотрено протоколом? Что-то будут дарить?

- Как правило, - пояснил пресс-секретарь, - протокол этого не предусматривает (то есть напрямую подарки президенту не вручаются. - Авт.). Но, разумеется, там все друг друга не первый год знают, знакомы. Наверняка чисто по-человечески будут поздравлять.

- А традиционные встречи с близкими, которые у президента обычно бывают в этот день, они же тоже не отменяются? Вдруг внуки захотят поздравить? Друзья?..

- Ну, вы видите, какой у президента будет день напряженный, все-таки главы государств и правительств будут в гостях. А что касается семейных дел, это - отдельно. Вы знаете, мы об этом обычно говорить не любим.



С юных лет будущий президент занимался спортом.



Президент во время тренировки со сборной России по дзюдо в спортивно-тренировочном комплексе «Юг-спорт» в Сочи.

Иван ГРАЧЕВ

10 главных изменений страны за время правления действующего президента.

7 октября исполняется 70 лет Владимиру Путину. Человеку, который не просто изменил Россию, он ее построил такой, какая она есть. И чтобы ответить на вопрос, какими словами опишут в учебниках истории путинскую эпоху, давайте просто сравним страну, доставшуюся ему 22 года назад, и сегодняшнюю.

В БОЙ БЕЗ КОЗЫРЕЙ

С самого начала Путину пришлось действовать без козырей. Например, мы считаем золотым время правления Екатерины Великой, но оно началось, когда Россия была на подъеме, а соседи - Османская империя и Польский проект рушились.

Путин же пришел к власти, когда рушилась Россия. Средняя зарплата \$50, пенсию задерживали по несколько месяцев. Армия не реформирована, население в демографической яме. А главное - сама страна сыпалась на глазах - война на Кавказе и готовые отделиться другие республики.

Так что же изменил президент?

ПОБЕДА В ЧЕЧНЕ

1999-й, Россия унижена и раздавлена Хасавюртовским миром - проигрышем в первой чеченской войне. Боевики уже идут на захват Дагестана. Путин не только провел быструю и жесткую операцию, разбив террористов, он сделал так, что Чечня стала одним из самых преданных Рос-

Только факты:

Какой Путин принял Россию и какой сделал

ПОДСЧИТАНО

	Было, 1999 год	Стало, 2022 год
Средняя зарплата	1500 рублей (\$50)	55 000 рублей (\$900)
Средняя пенсия	450 рублей (\$15)	19 000 рублей (\$315)
Продолжительность жизни	65 лет	73 года
Численность населения	145 млн	156 млн*
Построено жилья	32 млн кв. метров	93 млн кв. метров**
Автомобилей в стране	18 млн	64 млн
ВВП	4,8 трлн рублей (\$160 млрд)	139 трлн рублей (\$2300 млрд)
Золотовалютные резервы	\$12 млрд	\$550 млрд

*С учетом новых территорий РФ. **Прогнозная оценка.

сии регионов. И сейчас в операции на Украине чеченские отряды - заметнее многих других подразделений.

РЕФОРМЫ В ЭКОНОМИКЕ

Путин начал с того, что собрал команду, которая придумала налоговую и другие реформы, давшие бурный рост экономики начала 2000-х. Сейчас кажется, что плоская шкала подоходного налога в 13% была всегда. Но ее ввели именно в его время.

СШИВАНИЕ СТРАНЫ

Вольница региональных князьков, то и дело грозивших выходом из России, бодрила страну, но грозила разрушить ее, как Советский Союз. Казалось, брось спичку - и вспыхнет Татарстан, Башкирия, Якутия... Путин ввел институт полпредов, которые добились от регионов, чтобы их законы не противоречили российским. А князьков посте-

пенно заменили губернаторы-технократы.

НАКОПЛЕНИЕ ЖИРКА

Вот здесь без исторических сравнений никак.

Правители в России всегда были либо воителями, либо строителями, либо просто давали народу пожить - накопить жирок. Когда царь или генсек совмещал сразу два качества, он входил в историю. Например, Петр Первый или Сталин много воевали и строили. Но и Петербург, и Беломорканал построены на костях, не говоря уж про

потери в войнах. А правители, дававшие народу раздышаться, пожить без опричнины с ГУЛАГом, да еще с маслом в каше, великими почему-то не считались, но люди вспоминают о них с ностальгией. Как Брежнев.

Путин удивительно соединил все три качества.

Пожалуй, никогда еще в России у людей не было одновременно столько свобод и достатка. Раньше ведь как: либо талоны на колбасу в довесок к гласности, либо репрессии в придачу к снижению цен.

А материнского капитала, а льготной ипотеки, а поездок в Египет, Турцию и Таиланд почти как на дачу, а приличных иномарок почти в каждой семье никогда не было.

ХЛЕБ, ЗОЛОТО, «КАЛИБР»

Внезапно третьим союзником России и флота стало сельское хозяйство. СССР грозил голод без закупки хлеба у проклятого Запада. Ельцинской России - без американских куриных окорочков («ножек Буша»). А теперь мы - сами мировые лидеры по экспорту зерна.

И кто бы мог предсказать, что у России будет столько золотовалютных резервов (см. «Подсчитано»).

И что мы обгоним Запад в военных технологиях. Сталин догонял с атомной бомбой. Хрущев - с ракетами. А цари - и вовсе с ружьями, которые «песком не чистят».



Анатолий ЖДАНОВ

Кстати, свою первую «Прямую линию» в 2000-м, накануне выборов президента, Владимир Путин провел в «Комсомолке».

И вдруг у нас «Кинжалы» с «Посейдонами», которые США не могут ни перехватить, ни скопировать. Теперь они нас в этом догоняют.

ОЛИМПИАДА И ЧЕМПИОНАТ МИРА

Высшей точкой расцвета СССР считается Олимпиада-80 в Москве. Страна здорово потратилась и рискнула открыться всему миру. Но праздник того стоил.

Путин провел сразу два таких мегасобытия. Олимпиаду в Сочи и чемпионат мира по футболу. Да что там. Это был чемпионат внутри нашей страны по улыбкам и открытости. Он дал нам понять, что мы можем быть лучше!

ВЕЛИКИЕ СТРОЙКИ

Многие не верили, что Крымский мост вообще может быть. На Украине до сих пор не верят. Его пытались построить и цари, и Сталин. А дороги, которые в России всегда были бедой, и только сейчас - приличными? Вплоть до автобанов.

А расширение БАМа? А новые аэропорты? А новый космодром?! А трубопроводы «Сила Сибири», «Южный» и «Северный» потоки? Одних газопроводов построено больше, чем при СССР.

СИРИЯ

Впервые после развала Советского Союза Россия показала, что может вести успешные крупные военные операции по всему миру. Причем вопреки и

американцам, и французам, и туркам, и террористам.

ЦИФРОВОЕ ГОСУДАРСТВО

Еще одна вечная беда России - стояние в очередях к чиновникам за справками. При Путине ввели сервис Госуслуги, который разом обуздал бюрократию. Все (ну почти) можно сделать, не выходя из дома.

А еще есть МФЦ. Плюс много других госсервисов буквально в кармане - в смартфоне.

Уже признано, что Россия в цифровизации госуслуг сегодня первая в мире.

ВОЗВРАЩЕНИЕ ЗЕМЕЛЬ

Ни одно государство в XXI веке не увеличилось. Да и Россия после Сталина ничем не прирастала. От нее лишь откалывали - то Хрущев отдал Крым, то Ельцин махнул рукой на союзные республики вместе с русским населением...

А при Путине Россия - возвращает. Исторически свое.

Сначала Крым с Севастополем. Теперь - и Донбасс с Херсоном и Запорожьем.

Глобальность этого поймут и оценят, видимо, уже следующие поколения. Но то, что в учебниках истории достижения Путина будут начинаться с Крыма и Новороссии, уже абсолютно ясно.

«Вопрос дня» о главных вехах в жизни страны в эпоху Путина
< стр. 3.



Владимир РОДИОНОВ/ТАСС

А отпуск Путин любит проводить в Сибири - на сплаве или в горах.

Крымский мост, как и сам Крым, уже стал символом путинского времени.



Виктор ГУСЕИНОВ

Интернет-магазины наживаются на мобилизованных:

Бронежилеты с наценкой до 2000 процентов

Андрей АБРАМОВ

После объявления частичной мобилизации цены в российских военторгах на часть товаров выросли в 3 - 4 раза. А есть предприниматели, которые накручивают на бронежилеты до 2000%. Изменения можно отследить через сайты, которые мониторят ценники онлайн-магазинов.

Например, раньше бронежилет 6Б45 из состава экипировки «Ратник» продавали за 7000 - 15 000 рублей, то сейчас по 60 000 - 150 000. Сервис Price.ru подсчитал, что за неделю с 21 сентября, когда был опубликован приказ о частичной мобилизации, спрос на бронежилеты вырос почти в пять раз. В топе покупок также берцы, термобелье, спальные мешки, наборы аптечек. Хорошо берут коллиматорные прицелы (упрощают наведение оружия на цель) и дульные насадки, которые глушат звук выстрела и гасят яркий всполох.

СПЕКУЛЯНТЫ ОПРАВДЫВАЮТСЯ

Ажиотаж толкает цены вверх. Увы, нашему потребителю не привыкать: в начале пандемии тюбик антисептика стоил, как французский коньяк. После ухода иностранных брендов техники айфоны несколько недель продавали за 1 млн рублей,

При этом военная экипировка, купленная онлайн, может оказаться подделкой.

пока не выяснилось, что их везут параллельным импортом. Но без гаджета выжить можно, а вот спекулирование амуницией вызывает возмущение.

Военторги оправдываются: - Раньше у нас по большей части покупали софтшел экипировку (камуфляжная одежда: практичная, непромокаемая, эргономичная. - Авт.). Брели те, кто походы любит, охоту, страйкбол. Она иностранная. Сейчас всю разобрали, где параллельным импортом доставать? Что же касается амуниции - брони, шлемов... Поставок от наших предприятий в ближайшее время не будет: все пойдет на госзаказ. Мне как работать? Поэтому цены подняли, не хочется потом голодными сидеть, - на условиях анонимности рассказал «КП» один из предпринимателей, который торгует снаряжением.

С ним не согласен основатель магазина-военторга, инструктор федерации служебно-прикладной подготовки силовых структур Марат Сутаев:

- Неприятно это! Одни - мужественно на фронт,

другие наживаются. Мне поставщики отказываются поставлять товары. Объясняют: зачем розничным предпринимателям по оптовому цене отдавать, когда через свои интернет-магазины сами продадут с наценкой!

А ТОТ ЛИ ЭТО «РАТНИК»?

- Я не думаю, что в военторгах закончатся товары, - говорит Марат Сутаев. - Даже если что-то сами недостаточно выпускаем, то импорт налаживается. Ботинок в Беларуси много делают, из Китая спальники и прочее везут. Многие в этой сфере делали с импортными компонентами, сейчас запускают наше.

Но проблема, по словам Сутаева, - продажа подделок. Например, китайские каски перекрашивают под наши только так. Или взять тот же бронежилет 6Б45. Он относится к комплекту экипировки «Ратник» - самой актуальной сегодня версии снаряжения, которую Минобороны выдает бойцам. Когда амуницию презентовали в 2013 - 2014 годах, ее называли «солдат будущего». Потому что характеристики изделий - выдающиеся. Над комплектом работали десятки НИИ, НПО и оборонных предприятий.

- Вы уверены, что в жилетах из интернета та самая бронеплита, а не привезенная из некоей азиатской страны? Опасность еще в том, что у нас и в других странах по-разному считаются классы бронезащиты. Например, натовский класс защиты 5, как наш 4 (чем выше класс, тем надежнее «броня». - Авт.). И еще вопрос: откуда в продаже настоящий «Ратник»? У него есть военный индекс, ведь для государства эта экипировка так же важна, как оружие. Вы же не можете торговать боевым



Кто-то идет Родину защищать, а кто-то спешит нажиться в сложную минуту.

ВОПРОС - РЕБРОМ

А разве амуницию не дают бесплатно?

Дают. Портал «Объясняем.рф» отвечает: «Мобилизованный будет обеспечен всем необходимым для несения службы. Но при желании он может взять с собой: предметы личной гигиены, термобелье, батарейки, подшлемник (спортивная шапка), перчатки тактические, теплоиды (химическая грелка), мультитул (пассатижи с дополнительными функциями. - Ред.). Мобилизованный также может брать с собой элементы экипировки, однако Минобороны рекомендует взять только самое необходимое». Добровольцы и профессиональные военные за время СВО рассказывали, что после очередного боя снаряжение может прийти в негодность, а получить замену сразу не всегда удается. Поэтому по возможности стараются иметь что-то про запас. Но надо помнить: на марше или в бою полный рюкзак лишает солдата мобильности.

оружием. Если это ворованный «Ратник», значит армия что-то недополучила - надо разбираться, - подытожил Сутаев.

ГОСРЕГУЛИРОВАНИЯ ЦЕН ТУТ НЕ ПОЛУЧИТСЯ

Антимонопольная служба (ФАС) разослала запросы по крупным маркетплейсам и сетям спорттоваров - ведь спрос вырос также на спальники, туристическое снаряжение. Прокуроры собираются проводить рейды по регионам.

Офицер запаса, специалист тылового обеспечения, а сейчас известный юрист Юрий Капштык объясняет: ФАС и другим ведомствам вряд ли удастся добиться снижения цены в коммерческих военторгах. Процедура долгая: проверять

сотни бизнесменов, завести дела, пройти суды, ...Да и приструнить предпринимателей трудно.

- Купил ботинки за 2000, продаешь - за 10 000 рублей на фоне ажиотажного спроса. Раньше это называлось спекуляция, а сейчас - предпринимательство, - говорит Капштык. - Военторги проверок не испугаются. На фоне рекордной выручки смогут нанять хороших юристов, которые докажут в суде: предприниматель имеет право устанавливать цену, а покупать или нет - дело гражданина. Ведь Минобороны призывает всех обеспечивать, остальное - выбор человека (см. «Вопрос - ребром»).



Телефон горячей линии правительства РФ по вопросам частичной мобилизации

122



Все о частичной мобилизации: репортажи, комментарии экспертов, ответы на вопросы - в специальном разделе на сайте



Бронежилет "6Б45"

***** 14 отзывов / Написать отзыв

6900 Р

Цена на броник до объявления частичной мобилизации (вверху) и после (внизу).

Бронежилет "6Б45"

***** 14 отзывов / Написать отзыв

106700 Р

ОБЛОМ

Ни денег, ни снаряды

Ажиотаж с экипировкой стали использовать и онлайн-аферисты. Об одном таком инциденте «КП» сообщил источник в правоохранительных органах. На сайтах с объявлениями москвич увидел предложение о продаже бронежилета за 60 тыс. руб. Списались с продавцом, тот скинул номер карты и предупредил: пока оплата не поступит, товар не отправит. Мужчина перевел деньги, а торговец перестал выходить на связь. Силовики ведут проверку.

Мы ждем максимально подробных историй с контактными данными на нашу горячую линию на электронную почту

priziv@kp.ru

и в телеграм-бот «Горячая линия «КП» по мобилизации».

«Зелёный патруль»:

Позиция области в Национальном экологическом рейтинге ухудшилась

Виктория ТУШКОВА

Хотя оценка, поставленная специалистами региону, повысилась.

Тверская область ухудшила свою позицию в Национальном экологическом рейтинге. По итогам лета 2022 года мы оказались на 47-м месте среди 85 субъектов РФ. По сравнению с предыдущим рейтингом (за весну-2022) наш регион спустился вниз на две позиции. Однако за год ситуация изменилась позитивно: летом 2021 года мы были только на 49-м месте.

Напомним, регулярный Национальный экологический рейтинг составляет общероссийская общественная организация «Зелёный патруль» с 2008 года. Рейтинг обновляется каждый сезон: четырежды в год. Специалисты не дают оценку экологии как таковой, они больше характеризуют экологическую обстановку, основываясь на теории ноосферы Владимира Вернадского (она утверждает, что на развитие биосферы первостепенное влияние оказывает разумная деятельность человека).

В сентябре «Зелёный патруль» опубликовал рейтинг по итогам минувшего лета. Лучшие позиции - у Тамбовской и Белгородской областей, Республики Алтай. Худшей признана экологическая ситуация в регионах Урала и

Сибири: Омской, Свердловской и Иркутской областях.

НАШ ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ИНДЕКС ВЫРОС

Место в общем рейтинге каждый регион занимает исходя из баллов сводного экологического индекса. Несмотря на то, что в общем рейтинге Тверская область заняла место в нижней половине списка, наш балл вырос (просто у некоторых регионов он рос эффективнее).

64 балла (из ста) - таков наш сводный индекс по итогам лета. Балл стал наивысшим за всю историю рейтинга, он последовательно увеличивается начиная с лета 2016 года.

Сводный индекс составляется из оценок по трём направлениям: природоохранному, социально-экологическому и промышленно-экологическому. Каждое из направлений оценивается исходя из событий, произошедших на территории региона, которые повлияли (или повлияют в дальнейшем) на экологическую ситуацию.

ПРИРОДООХРАННЫЙ ИНДЕКС - 58

Здесь оцениваются состояние воздуха, водных и биоресурсов, почвы, климата, биологическое разнообразие в регионе и т.д.

Такой балл нам позволили набрать события, связанные с уборкой мусора и пополнением биологического разноо-

Природа у нас богатая, вредных производств немного, но позиция в рейтинге невысока.

А КАК У СОСЕДЕЙ

	место	сводный индекс
Вологодская область	12	70
Новгородская область	16	70
Ярославская область	17	70
Смоленская область	43	64
ТВЕРСКАЯ ОБЛАСТЬ	47	64
Псковская область	50	53
Московская область	74	57

бразия, в частности прошедшие в июне экологические выходные, посвящённые Дню Волги, пополнение Волги молодьёю стерляди и обнаружение редкого вида мха на территории Центрально-Лесного заповедника.

Снизилась оценка из-за происшествий на реке Нерли: в конце июня на ней появилась маслянистая пена с химическим запахом. Та же ситуация, отметим, наблюдалась в Ярославской области. Происшествием занимались специалисты Роспотребнадзора, но результаты пока широко не оглашались.

СОЦИАЛЬНО-ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ИНДЕКС - 78

Оцениваются экологический комфорт для людей, животных и растений, экологическая позиция власти

и гражданского общества, место, которое вопросы экологии занимают в информационной, культурной и образовательной среде, экологические события в сфере ЖКХ, эффективность действий по недопущению экологических преступлений.

Позитивно повлияли: уборка свалки в Калязинском районе, работа по паспортизации особо охраняемых природных территорий, реконструкция очистных сооружений в Горшне Калязинского района, лидирующие позиции региона в работе по лесовосстановлению, а также различные мероприятия, направленные на повышение интереса детей и молодёжи к природе и экологии.

Негативно на оценке отразился случай в Торжокском районе, где было обнаружено загрязнение сельхозземель

порубочными остатками.

Ни позитивной, ни негативной активности исследователи не заметили в деятельности экологических некоммерческих организаций и местной власти.

ПРОМЫШЛЕННО-ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ИНДЕКС - 47

Оцениваются экологичность промышленности, обращение с бытовыми и промышленными отходами, экологическая модернизация и инновации, разрабатываемые или применённые в регионе в целях улучшения экологической ситуации, степень экологической ответственности бизнеса.

Непонятно, откуда именно такой балл, так как по итогам лета-2022 ни позитивных, ни негативных событий в данной сфере исследователями отмечено не было. Вероятно, оценка перекочевала из предыдущих рейтингов.

ПОДСЧЕТ



Популяция речных выдр катастрофически снизилась, животные оказались на грани вымирания.

Михаил ФРОЛОВ

В области посчитали речных выдр

Ольга ТРОФИМОВА

И выявили более 3500 особей.

В Тверской области специалисты регионального Минприроды посчитали речных выдр. По результатам зимнего маршрутного учета, в Верхневолжье обитает около 3500 особей выдр.

Речная выдра относится к редким и по-

степенно вымирающим видам животных. Живут зверьки преимущественно около лесных рек, богатых рыбой, реке селятся около озер или прудов. Основной рацион питания - рыба. Особь вырастает до 95 см без учета хвоста (до 55 см), весит от 6 до 11 кг. Выдры хорошо плавают и ныряют, добывают пропитание в реках и озерах. Средняя продолжительность жизни варьируется от 9 до 11 лет.

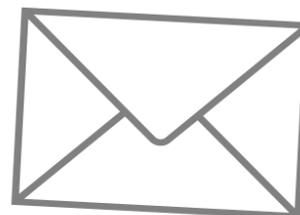
ЧУДЕСА ПРИРОДЫ

Оторвитесь от суеты урбанизма, напишите зверю лесному письма!

В регионе проходит трогательная акция от Центрально-Лесного заповедника.

Центрально-Лесной государственный биосферный заповедник предлагает жителям Тверской области участвовать в очень интересной и трогательной акции «Напиши письмо лесному жителю».

Условия просты: напишите письмо лесному жителю - любому обитателю заповедных лесов, например ежу, кроту, зайцу, белке, норке или горностаю, медведю. Тема письма свободная. Пишите всё, что хотите сказать зверю. Задавайте вопросы, кото-



рые вас интересуют, или расскажите, почему вы его любите.

Акция приурочена к Всемирному дню животных (отмечался 4 октября), который ставит своей целью помочь людям осознать необходимость защиты животных и окружающей среды.

Шлите письма до 1 декабря 2022 года. Заповедник принимает послания в

формате word на электронную почту forestprosvet@gmail.com с пометкой в теме «Письмо лесному жителю». Также можно послать письмо по адресу: 172521, Тверская область, Нелидовский городской округ, п. Заповедный, д. 22.

Не забудьте указать ФИО участника акции, возраст и обратный адрес с индексом!

Итоги акции подведут 9 декабря 2022 года на сайте заповедника и его страничке в соцсети. Все участники получат сертификаты, а авторы пяти наиболее интересных работ - памятные призы от Центрально-Лесного заповедника.

Виктория ТУШКОВА.

Чтобы собрать минимальную аптечку для мобилизованного, потребуется около 9000 рублей

Некоторые перевязочные средства уже в большом дефиците, и цены на них выросли.

«КП»-Тверь уже сообщала, что необходимо собрать перед отправкой к месту дислокации мобилизованному резервисту (читайте на сайте kp.ru). Одно из главных, о чём нужно озаботиться, - это армейская аптечка.

Рассказываем, во сколько обойдётся аптечка для мобилизованного, а также даём советы, где лучше всё купить.

Большое количество медицинских товаров, конечно, лучше заказать в интернете. Это дешевле, а кроме того, поможет избежать потери времени на беготню по разным аптекам. Тем не менее в одном месте всё купить не получится. Многие товары уже оказались в дефиците. Особенно самое нужное - средства первой помощи.

Так, раскуплены жгуты «Альфа» (оранжевые, гармошкой). Аналог - жгуты Эсмарха (розовые, гладкие) - на момент написания этого материала ещё были в наличии в интернет-аптеках и на торговых сайтах. Уже не везде в продаже есть турникетные жгуты, элементарные нестерильные бинты, а также крайне необходимые в армейской аптечке гемостатические (кровостанавливающие) перевязочные средства и индивидуальные перевязочные пакеты. Можно побегать и поискать их в обычных аптеках либо заказать на известных торговых площадках: там кое-что ещё осталось,

правда, по бешеным ценам. Например, кровоостанавливающий бинт «Гемофлекс», который удалось найти лишь на одной торговой площадке, стоит 3258 рублей. Аналогов подешевле найти невозможно - всё раскуплено. Есть только ещё более дорогие, кроме того, с долгой доставкой.

И ещё кое-что. Многие армейские и туристические магазины, где можно было купить некоторые составляющие

армейской аптечки (те же гемостатические бинты и перевязочные комплекты), встречают посетителей своих сайтов объявлением о том, что приём заказов временно приостановлен из-за ажиотажного спроса.

Поэтому, если вы не успели заказать что-то необходимое, придётся туго. Наш совет: обзванивайте аптечные сети и штудируйте торговые площадки в интернете как можно быстрее.



Виктория ТУШКОВА

Аптечку всегда необходимо иметь при себе - в полевых условиях врача рядом может не оказаться.

Цена составляющих армейской аптечки и где всё проще купить

Жгут медицинский (Эсмарха)	648 руб.	торговые интернет-площадки
Жгут турникетный (самый простой)	388 руб.	торговые интернет-площадки
Перманентный маркер, пишущий на всех поверхностях (для записи времени наложения жгута)	168 руб.	торговые интернет-площадки
Индивидуальный перевязочный пакет (ИПП-1), две штуки	1118 руб.	торговые интернет-площадки
Кровоостанавливающий бинт «Гемофлекс»	3258 руб.	торговые интернет-площадки
Стерильный бинт, 16 см на 10 м, две штуки	80 руб.	интернет-аптека
Бинт нестерильный, 10 см на 7 м, набор из трёх бинтов	259 руб.	торговые интернет-площадки или обычные аптеки
Бинт эластичный самофиксирующий, 8x4 см	201 руб.	интернет-аптеки
Хлоргексидин, флакон 100 мл	13 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки
Стрептоцид, порошок, 20 г	132 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки
Пластырь фиксирующий, 2,5 см на 5 м	93 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки
Лейкопластырь мозольный гидроколлоидный (для влажных мозолей)	279 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки
Лейкопластырь бактерицидный	73 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки
Мелоксикам (нестероидное противовоспалительное и обезболивающее)	151 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки, продажа по рецепту
Парацетамол	40 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки
Кеторол экспресс (таблетки обезболивающие)	108 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки
Кеторол в ампулах	138 руб.,	интернет-аптеки, обычные аптеки,
шприцы 2 мл	124 руб.	продажа по рецепту
Энтеросгель	486 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки
Активированный уголь	66 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки
Суспензия от изжоги	468 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки
Цетиризин (или другое антигистаминное средство второго поколения, не вызывающее сонливости)	161 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки
Сосудосуживающие капли в нос	30 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки
Сульфацил натрия, капли глазные противомикробные бактериостатические	130 руб.	интернет-аптеки, обычные аптеки
Пенка для заживления ожогов	512 руб.	торговые интернет-площадки или обычные аптеки

Итого, минимальную армейскую аптечку можно собрать за 8868 рублей.

Отметим, тут не учтена стоимость повседневных лекарств, которые может принимать мобилизованный. Мы также посчитали по одной упаковке каждого вида медикаментов и минимальное количество перевязочных материалов.

В стоимость также не вошло средство «Нефопам», которым советовал пополнить армейскую аптечку врач анестезиолог-реаниматолог, работавший с ранеными в ЛНР, Максим Петрушин.

Это эффективный, но недешёвый анальгезирующий и жаропонижающий препарат в шприц-тюбиках.

На момент написания данного материала ни в интернет-аптеках, доставляющих медикаменты в Тверь, ни в нескольких обычных аптечных сетях мы его не нашли.

Подготовила
Виктория ТУШКОВА.

■ ЛЮБИМЕЦ

Александр ЖМУЛИН

Помочь в этом вопросе вызвались зооволонтеры.

Назрел вопрос: что делать, если человек подпадает под объявленную в стране частичную мобилизацию, а у него есть домашнее животное (а то и не одно) и оставить его просто некому? Не выкидывать же на улицу. Помочь в этом вопросе в нашем регионе взялись активисты тверской Инициативной группы по защите животных.

Зоозащитники создали в соцсети площадку, где неравнодушные жители Верхневолжья могут предложить на время забрать к себе питомцев мобилизованных граждан, а последние, соответственно, найти выход из сложившейся ситуации.

Сами волонтеры взять к себе животных не

Куда в нашей области деть домашних животных мобилизованному гражданину

могут: передержки переполнены, так же, как и несколько имеющихся приютов в регионе.

Обращаться можно в этот канал в Телеграм: https://t.me/help_pets_mobilized. Заявку нужно разместить по шаблону для упрощения поиска:

- ✓ приму/отдам (приму - если вы готовы предоставить животным передержку; отдам - если вам нужно передержку найти);
- ✓ город;
- ✓ животное (каких животных вы готовы принять или отдать);



Михаил ФРОЛОВ

Неравнодушные граждане готовы на время приютить домашних питомцев мобилизованных.

- ✓ дополнительная информация (возраст, сведения о вакцинации, кастрации, характере и привычках);
 - ✓ контакты (ник в Телеграм, страница в соцсети или телефон).
- Зоозащитники предупредили: это не пло-

щадка для пристройки животных с улицы! Все подобные сообщения будут удаляться модераторами.

- Уже около 40 человек откликнулись, предложив взять животных на передержку, - рассказали «КП»-Тверь в Инициативной группе по защите животных. - При этом пока поступила лишь одна заявка от соседки мобилизованного мужчины, которого быстро призвали, а у него во дворе частного дома остались две довольно крупные собаки. Вроде есть женщина, которая готова

взять их к себе в вольеры и заботиться о собаках. Сейчас над этим идет работа.

Если вы ищете передержку в другом регионе, Всероссийская группа помощи животным мобилизованных <https://t.me/pomohvsem>

Ограничений по возрасту нет:

30 звонков в день принимает отделение ОНФ по вопросам частичной мобилизации

Виктория ТУШКОВА

Жалуются резервисты в основном на отсутствие медкомиссий и превышение возрастного ценза при призыве.

Исправлять все ошибки, возникающие в процессе частичной мобилизации, распорядился 29 сентября Верховный главнокомандующий, президент страны Владимир Путин.

«От граждан поступает много информации о призыве, качестве снабжения, возникает много вопросов. Нужно исправить ошибки и не допускать их впредь. По тем гражданам, например, которые имеют право на отсрочку. А если допущена ошибка - вернуть домой», - сказал глава государства на заседании Совета России.

На что жалуются мобилизованные в Тверской области и как решаются эти проблемы, «КП»-Тверь рассказали в региональном отделении Общероссийского народного фронта. Ранее ОНФ объявил о том, что принимает жалобы и обращения относительно частичной мобилизации по телефонам и в соцсетях.

- На сегодняшний день нам пришло более 60 обращений в соцсетях, и ежедневно поступает около тридцати звонков по телефону относительно частичной мобилизации, - сообщили в региональном ОНФ.

Самые частые обращения - о возрасте мобилизованного и об отсутствии медицинской комиссии. Таких подавляющее большинство.

- Мы стараемся помочь разобраться в проблеме,



Резервисты пока продолжают заниматься военной подготовкой.

ВОЗРАСТ МОБИЛИЗОВАННЫХ

Как сообщалось официально, частичной мобилизации подлежат рядовые и сержанты до 35 лет, младшие офицеры до 50 лет, старшие офицеры до 55 лет. Тем не менее на сборных пунктах сейчас находятся рядовые 37-40 лет. Об этом сообщали читатели «КП»-Тверь». Мобилизованные такого возраста занимаются боевой подготовкой на полигоне под Тверью (журналисты «Комсомолки» были на этих учениях).

Как пояснили в ОНФ, данные возрастные рамки - только рекомендация:

- Согласно закону «О воинской обязанности и военной службе», мобилизации могут подлежать граждане любого возраста и любого разряда. Очерёдность призыва законом не установлена...

оказываем консультационную помощь, говорим, куда обратиться. Но о решении конкретных вопросов рассказать не можем. У нас пока нет взаимодействия с правительством Тверской об-

ласти и военкоматом из-за их большой загруженности, - говорят в Тверском отделении Общероссийского народного фронта. - Хотя в других регионах положительные примеры разрешения проблем есть.

ЕСЛИ ПРИЗВАЛИ РЕЗЕРВИСТА С ПРОБЛЕМАМИ ЗДОРОВЬЯ

- Да, нам поступает много вопросов, почему не организуют медкомиссии, - говорят в тверском ОНФ. - Жалобы на то, что справки о состоянии здоровья были у резервиста на руках, но медосмотра так и не было. Ответить, почему это происходит, мы не можем, но можем порекомендовать обращаться в военную прокуратуру. На сайте военной прокуратуры есть специальная форма для обращения. В других регионах есть случаи, когда ошибочно призванных резервистов с плохим здоровьем отправляли домой.

Добавим также, что относительно работы медкомиссий написала на своей страничке в соцсети уполномоченный по правам ребёнка в Тверской области Лариса Мосольгина. Омбудсмен сообщает, что медкомиссии начали работать 26 сентября.

КАКИЕ СПРАВКИ СОБРАТЬ МОБИЛИЗОВАННОМУ

Прежде чем отправиться в военкомат, соберите все необходимые документы или попросите родственников передать их вам:

- ✓ справки о болезнях;
- ✓ документы о брони, предоставленные организациями;
- ✓ свидетельства о рождении детей (отсрочка предоставляется при наличии четырёх и более детей в возрасте до 16 лет, находящихся на иждивении мобилизованного);
- ✓ справка о беременности жены (на сроке не менее 22 недель);
- ✓ справка из вуза об обучении на очной или очно-заочной форме (отсрочка при обучении на заочной форме не предоставляется).

Если у вас отказываются принимать документы, вы или ваш родственник можете написать заявление на имя военного комиссара призвавшего вас военкомата. Если заявление принимать отказываются, пишите обращение в военную прокуратуру.

КУДА ОБРАЩАТЬСЯ С ЖАЛОБАМИ НА ОШИБОЧНУЮ МОБИЛИЗАЦИЮ

- 1 Сайт военной прокуратуры: www.gvp.gov.ru.
- 2 Тверское региональное отделение ОНФ также продолжает принимать обращения в «Одноклассниках», «ВКонтакте», по телефону 8 (4822) 66-62-53 или по адресу: Тверь, Вагжановский переулок, дом 9, офис 310.

Чтобы ускорить работу и сократить время обработки ваших обращений, в ОНФ просят указывать в них следующие данные:

- ✓ ФИО мобилизованного и дату его рождения;
- ✓ причину, по которой, по вашему мнению, мобилизация была проведена ошибочно;
- ✓ адрес военкомата, из которого была отправлена повестка;
- ✓ сведения о воинском учёте мобилизованного;
- ✓ контактные данные.

- 3 Эту же информацию с описаниями проблемы вы можете направить на горячую линию «Комсомолки». Мы ждём максимально подробных историй с контактными данными на электронную почту priziv@kp.ru и в телеграм-боте «Горячая линия «КП» по мобилизации».
- 4 Телефон 122.

Для жителей Твери и Тверской области

ПОДПИСКА НА I ПОЛУГОДИЕ

принимается на любой срок от 1 до 6 месяцев

ПОДПИСКА-2023
КОМСОМЛЬСКАЯ
ПРАВДА

Всероссийская декада подписчика

Только с 3 по 13 октября
Цены снижены!



Стоимость подписки с доставкой на дом, январь - июнь 2023 года

ПН051	Ежедневная + еженедельник с «Телепрограммой» (комплект)	1 месяц - 371,31 6 месяцев - 2227,86
ПЗ700	Еженедельник с «Телепрограммой»	1 месяц - 135,94 6 месяцев - 815,64
П1101	Ежедневная газета	1 месяц - 252,04 6 месяцев - 1512,24

ПОДПИСАТЬСЯ МОЖНО В ЛЮБОМ ПОЧТОВОМ ОТДЕЛЕНИИ

Спешите на почту! Справки по ☎ (4822) 34-46-60

По национальному проекту «Цифровая экономика» стартовал набор на бесплатные курсы по программированию для учащихся 8 - 11-х классов.

Не секрет, что рынок труда в нашей стране испытывает острый дефицит высококвалифицированных кадров. В первую очередь нехватка ощущается среди ИТ-специальностей. Эксперты считают, несмотря на высокий уровень зарплат, нам недостает от 500 тысяч до миллиона профессионалов в сфере информационных технологий, а отсутствие кадров в этой отрасли тормозит развитие экономики в целом.

Преодолеть кадровый дефицит призван комплекс мер национального проекта «Цифровая экономика». Причем о воспитании айтишников начинают заботиться еще со школьной скамьи. Так, российские школьники 8 - 11-х классов бесплатно изучат современные языки программирования по проекту «Код будущего». В любом из удобных форматов: онлайн или очном - на базе региональных площадок. Сейчас такие площадки открыты в 78 регионах, однако регионы продолжают присоединяться к проекту.

Записаться на курсы и получить ссылку на вступительное испытание можно на портале госуслуг. Программу школьники выбирают по уровню своей подготовки: начальный, базовый или продвинутый.

Два года ребята будут изучать современные языки программирования, что, несомненно, поможет им при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ по информатике, участия в олимпиадах и хакатонах. А кроме того, полученные знания пригодятся при разработке учебного проекта - основы профессионального портфолио.

Заявки на участие в проекте подали более 50 тысяч школьников, но набор пока открыт!

А УЧИТ КТО?

Логичный вопрос: если у нас не хватает ИТ-специалистов, кто будет преподавать программирование старшеклассникам по всей стране?

Благодаря национальному проекту «Цифровая экономика» в 2022 году приступить к обучению по проекту смогут 100 тыс. школьников по всей стране. «Мы видим, что навыки программирования востребованы в любой отрасли экономики - от медицины до сельского хозяйства, и с каждым годом необходимость знаний алгоритмики и программирования только растет, это серьезное преимущество при трудоустройстве. Чтобы каждый школьник смог углубиться в код и найти свое призвание, создан проект «Код будущего». Ученики

Крутых программистов начинают учить со школы

Стать участником проекта «Код будущего» могут граждане Российской Федерации, обучающиеся в 8 - 11-м классах школы и успешно преодолевшие вступительное испытание.



В онлайн-формате учиться могут жители всех уголков страны. Доступно ли в вашем регионе очное обучение, стоит уточнить на интерактивной карте на странице проекта на портале госуслуг.

КАК ПОПАСТЬ В ПРОЕКТ



• Первым делом необходимо выбрать форму обучения и курс нужного уровня подготовки <https://www.gosuslugi.ru/futurecode>.

- Подать заявление на участие может либо сам школьник, либо его родитель. Для этого нужна подтвержденная учетная запись на портале госуслуг.
- После проверки заявления школьнику придет ссылка на вступительное испытание.
- Не позднее чем через 5 рабочих дней с момента получения ссылки необходимо выполнить полученное задание.
- Если испытание пройдено успешно, родители заключают договор с образовательной организацией.



КУРС РАССЧИТАН НА ДВА ГОДА ОБУЧЕНИЯ И СОСТАВЛЯЕТ 144 АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСА.

ПО ИТОГАМ ОБУЧЕНИЯ ШКОЛЬНИК ПОЛУЧАЕТ СЕРТИФИКАТ.



ВСЕГО ЖЕ, КАК ЗАПЛАНИРОВАНО В ФЕДЕРАЛЬНОМ ПРОЕКТЕ «РАЗВИТИЕ КАДРОВОГО ПОТЕНЦИАЛА ИТ-ОТРАСЛИ», НЕ МЕНЕЕ 1,2 МЛН РОССИЙСКИХ ШКОЛЬНИКОВ ПРОЙДУТ ОБУЧЕНИЕ ПО ПРОЕКТУ «КОД БУДУЩЕГО» И СМОГУТ БЕСПЛАТНО ИЗУЧИТЬ СОВРЕМЕННЫЕ ЯЗЫКИ ПРОГРАММИРОВАНИЯ К 2030 ГОДУ.

8 - 11-х классов смогут изучить наиболее востребованные языки, такие как Java, JavaScript, Python, C#, C++, 1C, PHP, SQL, разработать первый продукт в проектных командах», - комментирует проректор, директор департамента координации федерального проекта «Развитие кадрового потенциала ИТ-отрасли» Университета 2035 **Евгения Швыркунова**.

Обучение проходит на базе образовательных организаций, программы которых прошли открытый отбор Университета 2035, оператора проекта «Код будущего»: Яндекс, Университет Иннополис, 1С Образование, Maximum Education, Учи.ру, Академия «Просвещение», Школа программистов, Алгоритмика, Мобильное электронное образование, Фоксфорд, Университет Синергия, МФТИ, СПбГУ, РЭУ им. Г. В. Плеханова, «Инжинириум» МГТУ им. Н. Э. Баумана. Участие некоторых предполагает как дистанционное, так и очное обучение.

- Проект «Код будущего» - большой шаг в сторону усиления учебной программы по математике и информатике, - подчеркивает **Сергей Веремко**, заместитель генерального директора образовательной онлайн-платформы Учи.ру. - Изучение современных языков программирования может стать для старшеклассников стимулом связать свою дальнейшую профессиональную деятельность

с ИТ-сферой. На курсах по программированию Учи.ру ребята смогут выбрать для изучения один из двух наиболее востребованных языков программирования - Python или C++. При этом курсы имеют несколько уровней сложности и будут доступны для учеников с разным уровнем подготовки.

«Обучение школьников программированию ведется за счет государственного вклада в обеспечение кадрового суверенитета России. Мы второй год участвуем в реализации данного проекта и видим, насколько востребованы языки программирования у молодежи. Детям, особенно из отдаленных регионов, стало доступно общение с квалифицированными педагогами и с практикующими программистами, работающими в компаниях - лидерах ИТ. Поэтому компания «МЭО» заявляет более 10 программ по различным языкам программирования. Это удовлетворит спрос на обучение в любом регионе», - комментирует генеральный директор компании «Мобильное Электронное Образование» («МЭО») **Александр Кондаков**.

НЕ РАНО ЛИ?

Восьмиклассники далеко не все еще определились, кем хотят стать. Конечно, их представления о будущей профессии уже гораздо более четкие, а не как в детском саду: сегодня мечтаю,

что стану космонавтом, завтра завидую дворнику, который хоть целый день может играть в снежки. И все же не все готовы четко сказать: стану тестировщиком ПО. Но это не значит, что «Код будущего» для таких неопределившихся - закрытая история.

- «Код будущего» дает неограниченные возможности детям из разных регионов страны не просто познакомиться с освоением языков программирования, но и получить компетенции начинающего профессионала для дальнейшего выбора своего пути и профессии, - говорит **Ольга Кузьмичева**, директор по развитию АО «Академия «Просвещение». - Проект направлен на мотивацию и вовлечение детей в сферу информационных технологий и повышение общего уровня знаний молодежи в этой области. Участвуют в нем лучшие образовательные организации страны, которые реализуют обучение по разным языкам программирования и уровням сложности. Мы уже видим большой интерес к проекту со стороны школьников и хотим показать им, что сфера ИТ является не просто востребованной, но и очень увлекательной.

Об этом же свидетельствует опыт прошлых выпускников онлайн-курсов по программированию, которые Университет 2035 проводил по федпроекту «Кадры для цифровой экономики».

При поддержке национального проекта «Цифровая экономика» старшеклассники 10 регионов России - Белгородской, Новгородской, Калужской, Тульской, Оренбургской, Нижегородской, Пензенской областей, республик Башкортостан, Татарстан, Саха (Якутия) изучали самые популярные языки программирования. Не все из них решились стать программистами. Но о полученных знаниях и умениях не жалеют.

Директор Школы программирования «Алгоритмика» **Павел Шклюдов** предполагает, что уже через четыре года 40% цифровых профессий будут принципиально новыми, при этом неизвестно, какие именно. Но, по мнению эксперта, уже сейчас детям можно дать набор навыков будущего.

«Программирование становится не просто написанием кода, а позволяет комплексно развить эти навыки наряду с общей логикой и системным мышлением, что пригодится в жизни как «гуманитариям», так и ребятам с «техническим» складом ума. Для проекта «Алгоритмика» предоставила ряд очных программ для школьников 8 - 11-х классов, которые позволят им не просто выучить языки программирования, но и развить комплекс навыков будущего и быстро применить их на практике во взрослой жизни», - комментирует исполнительный директор Школы программирования «Алгоритмика» Павел Шклюдов.

16-летний **Дмитрий Домнин** из Старого Оскола, например, прошел курс «Искусственный интеллект и машинное обучение» в Инжинириуме МГТУ им. Н. Э. Баумана. Выполнил проект по распознаванию нейросетью растений на основе заложенных датасетов. Это помогло ему повысить свой средний балл по информатике в школе. Но в планах у Дмитрия - поступление в Бауманку на факультет Специальное машиностроение. Он хочет стать инженером-конструктором, разрабатывающим на благо Отечества новое высокоточное оружие.

Большинство ребят, которые пришли год назад на курсы по программированию, уже четко знали, что ИТ - их будущая профессиональная сфера. И дискриминации по возрасту тут точно не место.

Егор Говоруха из Белгорода поступил в Инжинириум МГТУ в 14 лет. При этом пришел уже с опытом программирования. Хорошо знал Python, начал изучать C#. Говорит, что учиться было непросто, но интересно: парень был в 7-м классе, а на курсах оперировали математикой уровня 11-го класса и первого курса университета. Егор видит себя в будущем специалистом по Data Science или web-разработчиком.

За что дали Нобелевку по физике.

Алексей МОРОЗОВ

Запутанность? Распутаем!

Ален Аспе, Джон Клаузер и Антон Цайлингер получили Нобелевскую премию по физике за квантовую запутанность, и, пытаясь понять, за что нынче вручают премии, все окончательно запутались. А и немудрено. Квантовую механику не понимал и не принимал Альберт Эйнштейн.

БЕЗ ВЫВЕРТОВ НИКАК

Квантовая механика появилась в начале XX века. Она сразу показалась возмутительной. Она, например, утверждает:
✓ в мире нет ничего определенного, только вероятности.
✓ время свободно течет в ту и в другую стороны.
✓ мир меняется, только когда ты на него смотришь.
Эти странности наука как-то проглотила,

а вот квантовую запутанность, за что дали Нобелевку в 2022 году, не проглотила. Эйнштейн называл идею «жуткой». А суть ее очень простая.

О ЧЕМ РЕЧЬ

Возьмем две частицы. И «поженим» их определенным образом - «запутаем». А теперь одну погрузим

Центавра, повторяет движения первой. Мгновенно.

Что сделали наши конкретные нобелевские герои? Эксперименты, что запутанность есть, проходили еще в 1960-е, но подозревали, что тут просто ошибки какие-то. Они доказали, что ошибок нет, и квантовая механика работает.

АНЕКДОТ В ТЕМУ

Студентка перед экзаменом уткнулась в учебник. Приятель спрашивает:
- Что читаешь?
- «Квантовую механику».
- Так ты же держишь книжку вверх ногами!
- Да какая разница...

ЧТО БУДЕТ

Квантовая запутанность очень интересна военным. Разговор, который ведется между двумя запутанными частицами, невозможно подслушать. Не потому что он очень тихий или там сложный шифр. Это невозможно из-за законов природы.

Еще - межзвездные коммуникации. До звезд радиосигнал добирается годы и

на ракету и отвезем на Альфу Центавра. Теперь, если я двигаю ту частицу, что на Земле, та, которая на Альфе



Один из нобелевских лауреатов - Антон Цайлингер.

столетия. А с «запутанными» частицами - мгновенно.

Но пока ограничение такое: чтобы связываться, вам надо доставить ТУДА запутанную частицу. Но, говорят, и это дело разрешимое. Как можно работать в офисе удаленно, так и запутывать, вероятно, научимся удаленно.

И, конечно, квантовая телепортация. Она работает так: ты меняешь свойство той частицы, что у тебя под рукой. А там, далеко, парная превращается в нее. Это как если бы ты взял песок, а он превратился в золотой. Тоже неплохо. И вот такие опыты уже повсюду ставят.

■ А В ЭТО ВРЕМЯ

Премия по химии: российский след

Ярослав КОРОБАТОВ

Нобелевскую премию по химии получили американцы Каролин Бертоцци, Барри Шарплесс и датчанин Мортен Мельдаль. Профессор, завкафедрой органической химии МГУ Валентин Ненайденко рассказал: в команде лауреатов работали и наши ученые.

- Вы ждали, что победит эта тройца?

- Давно. Клик-химия дала инструменты для создания принципиально новых лекарств и материалов.

- Что такое клик-химия?

- Представьте, что у вас два кубика. Один - лекарство, а второй - транспортное средство для его «доставки». Теперь вам нужно эти два кубика связать. Клик-химия позволяет создавать такую цепочку необыкновенно легко - фактически по щелчку пальцев.

Валентин Ненайденко акцентирует: в команде Шарплесса работал российский ученый Валерий Фокин, и он непосредственно участвовал в открытии клик-химии.

Сегодня он работает в США и является одним из самых цитируемых химиков-органиков.

- То есть и Россия приложила руку к двум нобелевским открытиям?

- Да. Тогда, в 2001 году, Валерий Валерьевич был только начинающим ученым, а теперь он профессор, работает независимо. Он один из ведущих ученых в этой области, стоял у истоков клик-химии, однако, к сожалению, в число лауреатов не попал.

- Насколько активно это направление развивается в отечественной науке?

- Наши химики подхватили эту тему буквально с первых работ. Например, у нас в Московском университете этим занимается лаборатория Ирины Петровны Белецкой. Ну и в моей команде мы тоже уже много лет изучаем клик-химию.

- Практическое применение эти открытия уже получили?

- Насколько я знаю, уже появились препараты, которые сделаны на основе клик-химии. Уверен, что мы получим практические плоды уже в самые ближайшие годы.

■ СКАЖИТЕ, ДОКТОР!

Сезонные ОРВИ - проблема всей семьи

На вопросы о предстоящем сезоне простуд «КП» отвечает доктор медицинских наук, профессор кафедры инфекционных болезней, профессор кафедры детских инфекционных болезней ФГБОУ ДПО РМАНПО МЗ РФ, отличник здравоохранения РФ, член Европейской ассоциации педиатров-инфекционистов (ESPID), член Национального научного общества инфекционистов (ННОИ) Татьяна Александровна ЧЕБОТАРЕВА.

ЧТО ЗА «СТРАШНЫЙ ГРИПП» НАМ ОБЕЩАЮТ

- Татьяна Александровна, в этом сезоне обещают какой-то особенно «страшный» грипп... Пугают, в общем. Как-то нужно специально готовиться?

- Пугаться в данной ситуации не стоит, так как спокойное отношение к ситуации - залог здоровья. Лучшая подготовка к встрече с вирусом гриппа - это вакцинация. До конца октября, до ожидаемого начала эпидемического сезона гриппа и других ОРВИ, еще можно и нужно успеть вакцинироваться. Это особенно важно для детей и пожилых членов семьи. Детей можно вакцинировать с шестимесячного возраста.

ЕСЛИ В ДОМЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ...

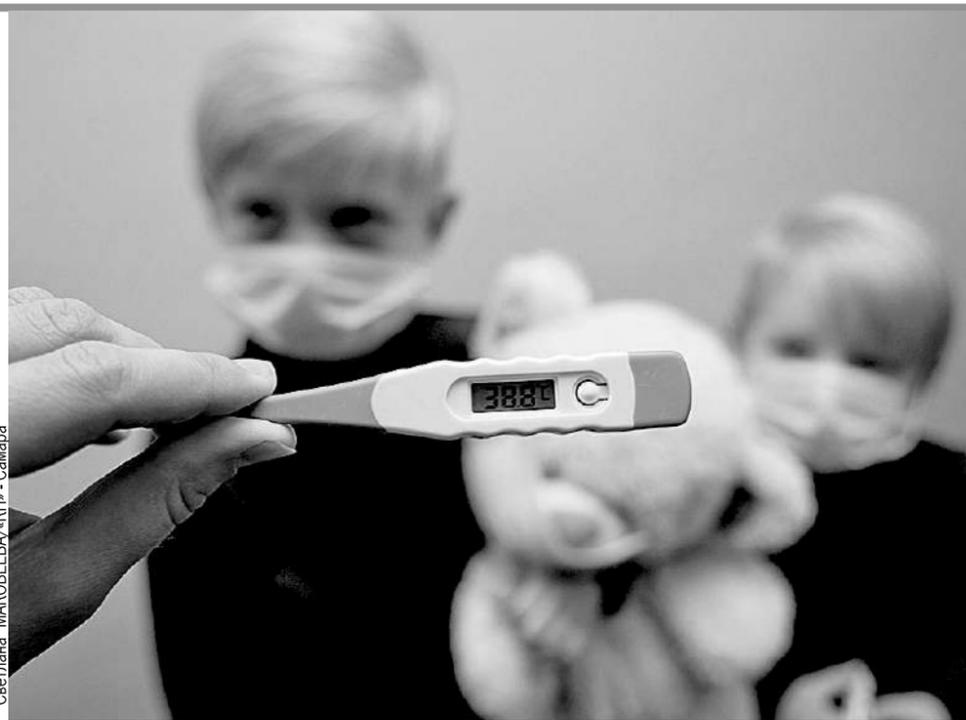
- Если в семье кто-то «подхватил» ОРВИ, что делать? Как лечить заболевшего и существует ли универсальный подход?

- Если кто-то заболел ОРВИ в семье, в первую очередь необходимо постараться изолировать заболевшего и уменьшить с ним контакты для всех членов семьи, кроме того, кто будет за ним ухаживать. Спектр лекарственных препаратов для лечения ОРВИ чрезвычайно широк. Я в своей практике стараюсь отдавать предпочтение противовирусным препаратам с доказанной эффективностью и безопасностью. И при этом способным обеспечить комплексное лечение заболевания, то есть тем, которые обладают максимальным из возможных набором свойств и эффектов, необходимых для успешного лечения, и способны справиться как с причиной, так и с симптомами ОРВИ. Это и есть критерии так называемого универсального подхода. Например, в моей аптечке всегда есть Эргоферон, который подходит детям с шестимесячного возраста и взрослым, а также вспомогательные средства, без которых в лечении ОРВИ не обойтись: капли для промывания носа, пластыри с эфирными маслами и другие.

О БЕЗОПАСНОСТИ ЛЕКАРСТВ

- Насколько безопасны лекарственные средства для лечения ОРВИ?

- Безусловно, при выборе лекарственного препарата для лечения ОРВИ, особенно у ребенка, безопас-



При лечении ОРВИ стоит отдавать предпочтение противовирусным препаратам с доказанной эффективностью и безопасностью.

ность - один из значимых моментов. Несмотря на то, что все зарегистрированные препараты подтвердили свою безопасность в ходе исследований и поэтому были официально зарегистрированы, профиль безопасности у каждого препарата индивидуален. Он характеризуется наличием/риском развития нежелательных явлений, включая серьезные. Главный критерий для выбора лекарственного средства - это всегда оценка соотношения «польза/риск», в ходе которой врач взвешиваются все за и против применения данного препарата у конкретного пациента. Одним из

показателей для оценки безопасности лекарства может служить возраст пациента для его приема - как правило, чем он более ранний, тем риски ниже. При выборе лекарственного препарата для меня, как для педиатра, также важен и механизм его действия - те мишени в организме, на которые он действует, и как именно он действует. Всегда стараюсь оценить, каковы будут возможные ближайшие и долгосрочные последствия применения того или иного препарата у ребенка.

Подготовила Александра КУЧУК.

Алкогольная независимость: пять

ДЕМОГРАФИЯ

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

КАК ЭТАНОЛ ВРЕДИТ ИММУННОЙ СИСТЕМЕ

Сейчас наш иммунитет подвергается особенно сильным испытаниям. Осень - сезон гриппа, простуд, обострения хронических заболеваний. Плюс количество заболевших COVID-19 остается на достаточно высоком уровне. Самое действенное средство укрепления и поддержки защитной системы нашего организма - здоровый образ жизни, подчеркивают врачи. А один из главных врагов иммунитета - алкоголь.

Эксперты официального портала Минздрава России о здоровом образе жизни takzdorovo.ru поясняют:

- Любой алкоголь, который содержит этанол, - это растворитель, грубое токсическое вещество, и оно растворяет мембраны [клеток]. На фоне этого подверженность инфекционным заболеваниям, в том числе вирусным, резко возрастает. Теряется клеточный иммунитет, клетки становятся восприимчивыми к любой инфекции.

Кроме ослабления иммунной системы, алкоголь наносит разрушительный удар по мозгу. Спирт буквально уничтожает нервные клетки. Из-за этого у людей нарушаются когнитивные функции: ухудшается память, концентрация внимания, падает работоспособность. Конечным итогом длительного злоупотребления спиртным может стать деменция. Или, говоря простым языком, слабоумие.

«Безопасной дозы алкоголя не существует!» - подчеркивают эксперты национального проекта «Демография». Если человек употребляет около 50 граммов крепкого алкоголя ежедневно в течение месяца, речь уже идет об алкоголизме. То есть требуется неотложное принятие мер для спасения здоровья.

Ученые и врачи предупреждают: алкоголь беспощадно бьет по всем органам и системам организма. А в период пандемии COVID-19 удар становится еще более тяжелым.

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

По данным ВОЗ, из-за употребления алкоголя в мире ежегодно умирают три миллиона человек. Это 5,3% всех случаев смерти.



Употребление алкоголя приводит к смерти и инвалидности даже молодых людей. В возрасте от 20 до 39 лет примерно 13,5% всех случаев смерти связаны с употреблением алкоголя.

В 2020 году в России каждая десятая авария случалась с участием нетрезвого водителя.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



ВАЖНО

На 42% снизилось потребление алкоголя в России с 2008 года по настоящее время.

Shutterstock

ЭТО НЕ МИФ: У ПЬЮЩИХ НАМНОГО ЧАЩЕ РАЗВИВАЕТСЯ РАК

О том, что при злоупотреблении алкоголем грозят цирроз и рак печени, знают многие. Однако большинство людей не в курсе, что этанол способствует развитию ряда других видов злокачественных новообразований. Каждая выпитая бутылка может стать черным вкладом в формирование и распространение опухолевых клеток, предупреждают врачи-онкологи.

- На сегодня доказана связь между потреблением алкоголя и раком не только печени, но и молочной железы, легкого, мочевого пузыря, простаты, матки, поджелудочной железы, - рассказал в одном из выступлений главный внештатный специалист-онколог Минздрава России, директор Национального медицинского исследовательского центра (НМИЦ) радиологии, академик РАН Андрей Каприн.

Ядовитые продукты распада этанола вызывают мутации в клетках. И если молодой, крепкий, здоровый организм способен до определенного предела обнаруживать и устранять неблагоприятные изменения, то с возрастом вероятность своевременного контроля, исправления «поломок» снижается. А риск развития рака при потреблении алкоголя соответственно растет, пояснил эксперт.

По международным данным, ежегодно этанол становится причиной около 45,5 тыс. случаев рака молочной железы у женщин, 12 тыс. из которых заканчиваются смертью. Также спиртное вызывает более 59 тыс. случаев рака ободочной и прямой кишки у женщин и мужчин.

В целом на сегодня известно, что злоупотребление алкоголем вносит весомый вклад в развитие около 200 видов болезней, включая нейродегенеративные заболевания нервной системы (болезни Альцгеймера, Паркинсона и др.).

К счастью, в последнее время отношение к здоровому образу жизни в нашей стране стремительно меняется. Активно реализуются мероприятия, направленные на популяризацию ЗОЖ и борьбу с зависимостями. В этом состоит важная часть задач национального проекта «Демография».

КОНТРОЛЬ НА ГОСУДАРСТВЕННОМ УРОВНЕ

НАГЛЯДНО



• Благодаря федеральному проекту «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография» внедряются корпоративные программы по укреплению здоровья работников, в том числе по борьбе с чрезмерным потреблением алкоголя. К 2024 году такие программы будут внедрены во всех регионах нашей страны.



• На сегодня благодаря нацпроекту в регионах работают более 730 Центров здоровья. Они организуют индивидуальную профилактику неинфекционных заболеваний, в том числе оказывают помощь в избавлении от алкогольной зависимости. Адреса центров, а также лайфхаки и советы специалистов по отказу от алкоголя вы найдете на официальном портале Минздрава России о здоровом образе жизни takzdorovo.ru.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

АЛКОГОЛИЗМ БЛИЗОК: ТРЕВОЖНЫЕ СИГНАЛЫ

1. НАУТРО НИЧЕГО НЕ ПОМНЮ...

Случалось ли такое, что, проснувшись, вы не можете вспомнить, чем закончился вечер? «Ой, да что такого, - махнете рукой вы. - Ну перебрал, с кем не бывает?»

Но регулярные провалы в памяти, и не только после вечеринок, - это серьезный признак проблем, связанных с употреблением алкоголя.

2. НАЧАЛ КОПИТЬСЯ ЛИШНИЙ ВЕС

Обычно считается, что алкоголики худые. Поэтому мы не придаем значения тому, что начинаем полнеть. По крайней мере никак не связываем это с алкоголем. Между тем регулярное употребление даже небольших доз (то есть не более 50 граммов крепких напитков) алкоголя приводит

к тому, что приостанавливается выработка гормона лептина. Этот гормон контролирует чувство голода и насыщения. Поэтому человеку начинает казаться, что он постоянно хочет есть. Причем обычно хочется самых калорийных продуктов: чипсов, печенья, снеков, фастфуда и прочего.

Неудивительно, что уже спустя пару недель такого бесконтрольного поедания всего подряд вы заметите прибавку в весе и объемах. Обычно мужчины не придают этому значения, а вот девушки расстраиваются. Так что, если вы немного прибавили в весе, стоит задуматься: не злоупотребляете ли вы спиртным?

3. ПРОПАДАЕТ ЖЕЛАНИЕ БЛИЗОСТИ

Уровень либидо сильно зависит от количества выпитого алкоголя. И у мужчин, и у женщин при злоупотре-

треблении спиртным пропадает желание близости. А если секс и случается, то радости от него почти нет.

4. НАЧИНАЕТЕ ВЫПИВАТЬ В ОДИНОЧЕСТВЕ

«Сольное» злоупотребление спиртным, пожалуй, самый яркий признак того, что пора что-то делать.

Каждый человек должен знать и понимать, как на его организм влияет алкоголь. Об этом могут рассказать врачи в центрах здоровья, которые есть во многих городах России (список вы найдете на сайте takzdorovo.ru).



Шагов к трезвому взгляду на жизнь

ПОЧЕМУ ДЛЯ ЖЕНЩИН СПИРТ ОПАСНЕЕ

По статистике, на одну женщину, употребляющую алкоголь, приходится четыре таких мужчины. Однако не стоит думать, что женский алкоголизм более легкий и менее опасный, чем мужской. Важно развенчивать мифы о злоупотреблении спиртным среди прекрасной половины человечества, отмечают эксперты нацпроекта «Демография».

Официальный портал Минздрава России Takzdorovo.ru приводит такие данные об особенностях негативного влияния этанола на женский организм:

- алкоголь сбивает гормональный цикл. При частом употреблении спиртного в больших дозах у женщин начинается активная выработка мужских гормонов надпочечниками. Из-за этого голос становится более низким и хриплым, движения - угловатыми и резкими. Климакс у постоянно пьющих женщин, по оценкам врачей, наступает на 10 - 15 лет раньше;

- также под действием мужских гормонов перераспределяется жировая прослойка на теле. Вместо подчеркивания женственных изгибов бедер жир откладывается по мужскому типу - на талии. Со временем появляется настоящий пивной живот;

- регулярное злоупотребление алкоголем нередко приводит к бесплодию. Спиртное вызывает жирное

перерождение ткани яичников и проблемы с овуляцией;

- употребление алкоголя во время беременности может вызвать у ребенка пороки внутриутробного развития. А также приводит к преждевременному рождению малыша, дефициту веса новорожденного или даже его смерти.



Николай ОБЕРЕМЕНКО/«ИТ» - Пермь

ВНИМАНИЕ! ПРИЗНАКИ НАЛИЦО: КАК УВИДЕТЬ ПО ВНЕШНЕМУ ВИДУ, ЧТО ВЫ ПЕРЕБИРАЕТЕ

Посмотрите на себя в зеркало (у женщин эти приметы проявляются сильнее)

- Сухость и шелушение, которые сложно скрыть косметическими средствами.
- Отечность, мешки, темные круги под глазами.
- Расширенные поры (чаще на носу).
- Мелкие морщинки вокруг глаз.
- Складки вокруг рта и в области носогубной зоны.
- Покраснения на щеках и носу.



Если вы отметили у себя три-четыре признака, то, может, стоит завязывать со стопкой горячительного или бокальчиком вина «от нервов» по вечерам?

И помните: ноль - лучший градус для жизни!

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

НАРКОЛОГИ ГОВОРЯТ, ЧТО АЛКОГОЛЬНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ - ЭТО СЕРЬЕЗНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ

Но можно попытаться понять, насколько глубоко вы завязли. Попробуйте эти простые шаги.

ЧТО ДЕЛАТЬ

- 1 Откажитесь от алкоголя совсем как минимум на неделю, а лучше на две.** Проследите за своим состоянием. Можно записывать перемены в ощущениях, моменты, когда хочется выпить. Записи помогут понять и проконтролировать состояние.
- 2 Попробуйте изменить свой рацион.** Любые перемены вместе с отказом от алкоголя позитивно действуют на мозг (вы будто съезжаете с наезженной колеи). Пейте больше воды (не менее 1,5 - 2 литров в день). Откажитесь от соленой, жирной, острой и сладкой пищи, которая может активизировать желание выпить.
- 3 Займите себя работой и делами, приносящими удовольствие, выберите хобби.**
- 4 Постарайтесь по возможности избежать стрессовых ситуаций.** А при возникновении таковых не «запивать» стресс алкоголем.
- 5 Займитесь спортом.** Спорт и алкоголь несовместимы.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

«Такие зависимости, как курение и употребление алкоголя, несовместимы со спортом и тормозят ваше развитие», - подчеркивают эксперты портала Takzdorovo.ru.

Вот как выпивка мешает эффективным занятиям фитнесом и другими оздоровительными физнагрузками:



Shutterstock

ВЫПИВКА ВЕДЕТ К ТРАВМАМ И МЕШАЕТ ВОССТАНОВЛЕНИЮ

- из-за спиртного нарушаются координация и баланс, замедляются реакции. Тут недалеко и до травм;

- усиливается обезвоживание. Спорт и так заставляет потеть, а каждый грамм потребленного этанола увеличивает выделение жидкости почками. При наложении двух этих факторов выведение воды из организма происходит с невероятной скоростью, что провоцирует серьезное обезвоживание;

- избыточная нагрузка на сердце, особенно с похмелья: функция сердечно-сосудистой системы нарушена, что выражается в повышенной частоте сердцебиения, нарушении сердечного ритма и повышенном кровяном давлении;

- истощение энергетических запасов организма. Потребление алкоголя в больших количествах осложняет соблюдение диеты, и у спортсменов, ведущих нездоровый образ жизни, режим питания чаще

всего нарушен, что в конечном счете выражается в недостатке энергии;

- нарушение восстановления во сне. Регенерация после серьезных нагрузок - это важная часть тренировочного процесса. Во время глубокой фазы сна активируются процессы, отвечающие в том числе за рост мышц. Употребление алкоголя нарушает фазы нормального сна и затрудняет качественную реабилитацию;

- замедление процесса похудения. Не секрет, что алкоголь - весьма калорийный «продукт»: каждый грамм 96% этанола содержит 7 ккал. Кроме того, во многих алкогольных напитках большое количество сахара и других добавок. А значит, вместе с алкоголем человек употребляет много пустых калорий, которые не насыщают, а только создают организму дополнительную работу по выведению продуктов распада этанола. Ну и плюс калорийные закуски.

Подготовила Анна КУКАРЦЕВА.



Shutterstock

В ТЕМУ

ВРЕДИТ НЕ ТОЛЬКО ПЕЧЕНИ: КАК ЭТАНОЛ ВЛИЯЕТ НА ОРГАНИЗМ

• Сердце и сосуды

Повышает риск инсульта, кардиомиопатии, аритмии и может даже стать причиной внезапной смерти от остановки сердца.

• Репродуктивная функция

У мужчин: проникая в кровь, этанол попадает в ткани половых желез и повреждает сперматозоиды.

Также алкоголь вызывает сгущение крови, приводящее к тромбозу капилляров. Это грозит кислородным голоданием половых клеток и развитием бесплодия.

У женщин: употребление алкоголя в два раза увеличивает вероятность бесплодия. А также в 4,8 раза повышает риск выкидыша в течение беременности, внутриутробной гибели плода. Кроме того, алкоголь препятствует овуляциям и нарушает месячный гормональный цикл.

• Органы пищеварения

Чрезмерное употребление алкоголя влияет на активность пищеварительных ферментов и функцию поджелудочной железы. Возникает угроза развития хронического панкреатита - воспалительного заболевания поджелудочной железы, которое может привести к развитию опухоли.

• Воспалительные реакции

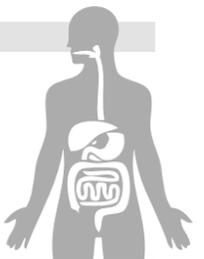
В первую очередь алкоголь провоцирует развитие воспалительных процессов в печени, так как именно она защищает нас от воздействия этанола.

• Онкологические заболевания

Люди, злоупотребляющие спиртным, подвержены риску рака пищевода, толстого кишечника, печени, полости рта, гортани, молочной железы.

• Характер и настроение

Алкоголь затрудняет взаимодействие между головным мозгом и всем остальным телом. Это проявляется в виде замедленной речи, нарушений координации и памяти, снижения способности ясно мыслить и принимать рациональные решения. Вызывает агрессию и депрессию.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Максим Галкин* ищет богача со странностями и лишним миллиардом



Свой замок Максим строил для Аллы...



...но на днях Примадонна закрыла за собой дверь: супруги решили, что в Израиле им будет лучше. Риелторы настроены скептически: дорожке 500 - 600 млн руб. замок не продать. Слишком уж специфическая красота.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда Соцсети

Окончание.
Начало на < стр. 1.

НА «КОММУНАЛКУ» И ЗАРПЛАТУ ПЕРСОНАЛУ - МИЛЛИОН В МЕСЯЦ

Жить в замке, должно быть, очень романтично. Но есть по крайней мере три причины, мешающие его скорой продаже.

1 Богатые люди обычно покупают жилье в подмосковных элитных поселках с развитой инфраструктурой.

Серьезная охрана исключает проникновение на территорию посторонних, там благоустроенная территория - фонтаны, детские и спортивные площадки, рестораны, спа-залы и т. д.; в соседях - избранная и весьма обеспеченная публика. Тогда как деревня Грязь - обычная, а не элитная деревня в 32 км от МКАД в Одинцовском округе.

2 «Коммуналка» за этот дворец с общей площадью всех строений 2467 кв. м зимой с учетом отопления составляет около 500 тыс. руб. К этим расходам прибавляем зарплату работников, поддерживающих в порядке небольшую территорию с садом площадью 2 га. Не забудем расходы на охрану, прислугу, специалистов, которые поддерживают функционирование всех инженерных систем, - выходит еще полмиллиона рублей. Таким образом, с учетом налогов на поддержание охраны и жизнедеятельности этой махины приходится тратить около 1 млн руб. в месяц.

3 Свой замок Максим напичкал дорогими скульптурами, картинами, железными рыцарями, гаргульями. Коллеги звезды давно посмеивались над вкусом хозяина диковинного строения: «вензеля на гипсокартоне, французский замок в русской деревне» (Ксения Собчак); «Даже если бы мне заплатили деньги, я выдержал бы сутки в этом доме, но не больше» (Андрей Малахов). Очень много всего - как в музее, где из каждого угла на тебя смотрят разные диковинки. Не факт, что найдется богач, у которого похожие - и очень нестандартные, даже странные - представления о прекрасном.

Галкин скупал землю постепенно - в собственности у него целых 16 земельных участков, объединенных в один большой. Так он хотел подчеркнуть масштаб своей шестиэтажной усадьбы на живописном холме. Хозяин замка с архитекторами и дизайнерами придумал постройку в романском стиле: по его словам, в деревне Грязь в XIX веке стоял похожий дом в стиле французской готики, построенный семьей Льва Толстого. И теперь в ста метрах от замка находятся остатки фундамента усадьбы Толстых.

Свои фантазии артист реализовал в нестандартных элементах декора дворца. Архитекторы Вера Горлицына и Анатолий Голев привлекли, помимо стандартных строительных бригад, специалистов узкого профиля - художников, скульпторов,

резчиков по камню и дереву. Работы растянулись больше чем на пять лет. Галкин и Пугачева стали обживать замок в 2011 году.

Галкин родился в год Дракона, поэтому хотел, чтобы вход в замок охраняла скульптура этого мифического существа. Но в итоге соорудили четыре гаргульи - их нарисовали и предложили архитекторы.

Внутри дома есть картины и лепнина, а в саду - скульптуры современных авторов: Ханса Гигера, Адриана Транкуилли, Андрея Налича. В парадном зале стоит рыцарь в антикварных доспехах XIX века - это копия доспехов Генриха II.

Подготовила
Ирина ВИКТОРОВА.

*Минюст РФ включил Максима Галкина в список физлиц-иноагентов.



Холл, в котором Алла Борисовна каждое утро провожала детей в школу.



Кто на самом деле владеет замком в деревне Грязь и другие секреты особняка звездных супругов - на сайте



Ванная в крыле Пугачевой: золотой купол, гобелен ручной работы, мраморный пол.



«Средневековая» столовая.

Объявления в этой рубрике являются рекламой:

Рекламные объявления

ЮРИСТЫ. СТРАХОВАНИЕ

РАЗНОЕ

ПРИГЛАШЕНИЕ НА судебное заседание. Ответчица: Рыбьякова Ирина, заг. паспорт Российской Федерации 51 №: 3834193В связи с тем, что Владимир Промеграц подал в суд по семейным делам в городе Хайфа иск № 15442-10-21 на расторжение брака, вам нужно подать заявление о защите в течение 60 дней со дня публикации этого приглашения в газете. К вашему вниманию, если вы не подадите заявление о защите, у истца Владимира Промеграца будет право получить решение суда в ваше отсутствие. Пьер Халуи, адвокат истца. Развод, tanyushka_yarho@mail.ru

Революционные изменения в синхронном плавании нам прокомментировала пятикратная олимпийская чемпионка, заместитель председателя правительственного комитета - министр спорта Калининградской области Наталья ИЩЕНКО (на фото).

Кирилл СЕРОВ

- Наталья, в таком прекрасном женском виде спорта, как синхронное плавание, революция - мужики наступают?

- Да, на конгрессе FINA (Международная федерация водных видов спорта) были приняты новые правила, и в том числе появился пункт, который позволяет теперь мужчинам выступать не только в дуэтах, но и в соло, и в групповых упражнениях. По-моему, мы сможем увидеть выступления одиночников на мировой арене уже в 2023 году. Кстати, наш единственный известный синхронист Саша Мальцев уже заявил, что он готов встать в группу, и теперь слово будет за главным тренером сборной Татьяной Покровской. Мне же пока очень сложно оценить эту новость. Вообще мужчины выступают в смешанных дуэтах с 2015 года, и сначала к этому относились очень по-разному, но сейчас, мне кажется, все привыкли, и конкуренция увеличилась, поэтому посмотрим, может быть, появится что-то новое и интересное.

- А как это на женском коллективе отразится, ведь кому-то места в команде не хватит?

- Ну знаете, все же рождается в конкуренции. То есть если мужчина будет конкурентоспособен и он будет лучше, чем какие-то девочки, то тут вопросов не возникнет. Но никто не будет, наверное, ставить молодого человека только из-за того, что он молодой человек.

Русалок приравняли к фигуристам



vk.com

- Появился новый вызов...

- Ну да, новое направление. Мужчины, они более сильные, тут можно делать какие-то серьезные выходы, показывать более сложную акробатику. Но просто не все этим правом смогут воспользоваться. То есть должно пройти какое-то определенное количество лет, для того чтобы мужское синхронное плавание стало конкурентным с женским. Я не говорю про Сашу Мальцева. В целом мужчины уступают женщинам в нашем виде спорта.

- Что еще изменится в нашем самом успешном виде спорта, где в этом веке российские спортсмены вообще выиграли все соревнования, включая Олимпиады?

- Теперь вообще по-другому будет судить. Каждый элемент будет оцениваться отдельно, на каждую программу будут составляться

Наш единственный синхронист Александр Мальцев (справа) теперь будет выступать не только в дуэте, но и в группе, а также соло.



globallookpress.com

так называемые карточки сложности, заявленные элементы из которой участники должны будут выполнить. И тут, наверное, очень важно, чтобы наш вид спорта не потерял артистичность, не потерял образы, потому что сейчас начнется гонка именно за сложными элементами. Ну и сейчас все будут подстраиваться, в том числе российская команда.

- В фигурном катании похожая ситуация?

- Да. Вот мне тоже показалось, что хотя бы сделать очень похоже на систему в фигурном катании.

- FINA берет пример с фигуристов?

- Вполне возможно. Все-таки у нас виды спорта чем-то похожи, и все хотят, чтобы была более понятная система судейства, в том числе и для зрителей. В фигурном катании мы смотрим и сразу понимаем - прыгнул или не прыгнул. Так же и здесь... будут определенные элементы, и зрителю будет ясно - выполнили их или не выполнили. Наверное, делается

это для того, чтобы убрать субъективную составляющую. Видимо, теперь появится определенный судья, который будет оценивать сложность подержек, другой судья будет оценивать синхронность, потому что синхронность теперь тоже выходит в отдельную оценку и каждый асинхрон идет в минус. То есть не в целом синхронность будет оцениваться, а прямо конкретно по элементам. Изменения в правилах глобальные.



Все новости спорта - на kp.ru/sports



ДОСЛОВНО



Clive Brunskill/Getty Images

Черная кошка между фигуристами пробежала еще на Олимпиаде-2002, где Ягудин (справа) выиграл «золото», а Плющенко досталось «серебро».

Тройной тулуп или тройной отлуп?

Два известных фигуриста вновь поссорились.

Алексей ЯГУДИН, олимпийский чемпион по фигурному катанию, комментатор:

- Я сделал заявку на покупку коньков, новых лезвий, и с Ильей Авербухом просматриваем музыкальное сопровождение. Потому что этот новый турнир (где могли бы выступить ветераны Ягудин и Плющенко. - Ред.) - очередной шаг к возрождению профессиональных турниров. Хотелось бы встретиться с Женей Плющенко вновь на льду. Какими были наши встречи более 20 лет назад!

Евгений ПЛЮЩЕНКО, двукратный олимпийский чемпион:

- Возродить соперничество с Ягудиным? Для чего? Он же кататься не умеет. Куда ему кататься? Пусть сидит комментирует. Для фанатов? Они меня видят на моих шоу.

Татьяна ТАРАСОВА, заслуженный тренер России, наставник Алексея Ягудина:

- Ягудин не умеет кататься? Что? Пускай Плющенко засунет свое мнение в одно место! Идиот! Просто идиот.

Евгений ПЛЮЩЕНКО:

- Года идут, но Алеша вместо работы все норвит помериться со мной медалями (да и не только медалями, видимо). Но статистика - вещь упрямая... Ну стыдно, честное слово, в твоих-то годах такую дешевую пыль людям в глаза пускать.

Алексей ЯГУДИН:

- Жаль, что из-за моей травмы и раннего завершения карьеры нам не удалось посоревноваться дольше. Но сейчас ты тренер. А тренерам надо меньше говорить и больше побеждать. Возьми пример с Этери Георгиевны Тутберидзе. Это я шоумен, могу много говорить. А ты работай, Женечка.

ЗАБУДЬТЕ ПРО ЗАПОРЫ РАЗ И НАВСЕГДА С НОВЫМ СРЕДСТВОМ РегуляторПРО!

Вопрос от читателя: «У меня хронический запор. Мучаюсь больше 10 лет. Из-за запора появился геморрой. Поэтому постоянно пью слабительные. Без них в туалет не хожу - очень боюсь обострений и кровотечений. Тут подруга рассказала о новом средстве РегуляторПРО. Скажите, в такой, как у меня, ситуации будет ли польза?»

Лидия Алексеевна, 74 года

Запор - это одна из самых частых проблем после 50 лет, когда простой поход в туалет становится настоящей пыткой! При этом яды и токсины копятся и гниют в кишечнике, всасываются в кровь и отравляют весь организм. Поэтому к запору может добавиться множество проблем: слабость, отеки, геморрой, головные и суставные боли, повышенное давление.

Главная причина запоров - разрушение микрофлоры. Количество патогенных бактерий растет, а полезных становится все меньше. Из-за этого нарушается перистальтика, развиваются воспаления, кишечник становится «ленивым» и регулярно не очищается. Поэтому, чтобы избавиться от запора, нужно прежде всего восстановить микрофлору кишечника!

Новейшее средство РегуляторПРО - это скорая помощь при проблемах с кишечником. Два натуральных компонента в составе, французская запатентованная формула Фибрегам и «золотой стандарт» пребиотиков лактулоза, работают сразу в трех направлениях:

- 1 стимулируют рост 22 видов полезных бактерий (это в 11 раз больше, чем обычные пребиотики), быстро восстанавливая здоровую микрофлору кишечника;
 - 2 способствуют нормализации перистальтики кишечника и регулярности стула. Результат Вы сможете почувствовать уже через 5-8 часов после применения;
 - 3 глубоко очищают кишечник, мягко и безболезненно выводя из него шлаки, яды и гнилостные вещества, что накопились годами.
- Вы забудете про проблемы с кишечником раз и навсегда! РегуляторПРО подарит Вам легкость и свободу!

ЗВОНИТЕ ПО БЕСПЛАТНОМУ НОМЕРУ

8 (800) 100-55-60

и назовите код Вашего подарка «КП - ПОМОЩЬ»

1 упаковка
БЕСПЛАТНО*
при покупке в течение
7 дней



* При покупке трех упаковок. ООО «Национальный центр здоровья», ОГРН 1167746824354, РФ, 127287, г. Москва, Петровско-Разумовский пр-д, д. 29, стр. 4, помещение 1, комната 24. ОГР № RU.77.99.11.003.R.002307.08.20 от 03.08.2020 г. Акция действует с 01.10.2022 по 01.05.2023 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по т. 8 (800) 100-55-60. Реклама.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»



Александра ГАРМЫШЕВА, 22 года, Санкт-Петербург:

- Я - профессиональная танцовщица. Имею звание кандидата в мастера спорта по художественной гимнастике. Увлекаюсь эстрадно-джазовым вокалом, импровизацией на фортепьяно. Люблю читать книги и узнавать о научных достижениях.

(Кстати, о том, за что ученых вчера наградили Нобелевкой <стр. 9.)



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Александра хочет, чтобы лето не кончалось, и ее образ об этом. Платье-рубашка алого цвета на фоне золотой осени смотрится как взрыв эмоций. Хочется рассердиться на фотографа, приведшего свою модель в недра парка на таких высоких каблуках, ограничив возможность позирования.

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



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

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

- Приступаем к сдаче зачета!
- А учебниками пользоваться можно?
- Можно. Итак, стометровка для ребят - 14 секунд, для девушек - 17 секунд.

Прямо на рабочем месте в зоопарке арестован ежик-коррупционер. Оперативники изъяли документы, по которым на его содержание ежегодно тратилось 14 миллионов рублей.

Британские ученые придумали зубные протезы, которые болят как настоящие зубы.

В фильмах жены всегда улыбаются, когда муж наливает к борщу рюмочку водки из графина. Перепробовал 5 жен, 18 графинов и 48 рюмок. Что-то здесь не так!

Жизнь прекрасна и удивительна!

А что глаз дергается, так от удивления и дергается!

- Алло. Это центр занятости?

- Да.

- Можно у вас денег занять?

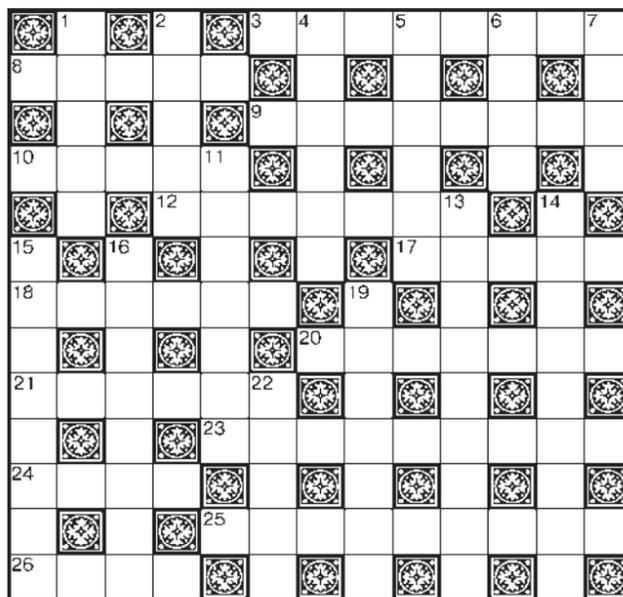
Если в субботу тебе ничего не хочется делать - значит, ты начинаешь постигать ценности иудаизма.

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. «Инфекция с манией величия». 8. Головной убор Льва Яшина. 9. «Молочное дерево». 10. Магический обморок. 12. Какая машина грунт срезает? 17. Молитва исламского содержания. 18. Подходящая закуска для фуршета. 20. Футбольный нападающий. 21. Восторженный. 23. Глава общаги. 24. Кем работает героиня телефильма «Мэри Поппинс, до свидания»? 25. Профессия героя Александра Филиппенко из детективного фильма «Противостояние». 26. Кто пригласил Гермину Грейнджер из поттерианы на святочный бал?
ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Лента «Последнее ...» из кинотрилогии Франсуа Трюффо. 2. Кто из американских зверей любит лакомиться пчелами и способен за ночь истребить всех обитателей улья? 4. Голливудский секс-символ, которому инопланетяне из фантастической комедии «Марс атакует!» отрезают голову. 5. У какой шансонье группа «Несчастный случай» одолжила свой хит «Если б не было тебя»? 6. Утопленная псина у Тургенева. 7. Красная ... прослыла любовным камнем. 11. Апостол Фома по складу характера. 13. Шпионский синоним. 14. «Сумка» для боеприпасов. 15. Ветер квартирного значения. 16. Такая змея, что длиннее не сыскать. 19. Что проложило финансовую дорогу к строительству Принстонского университета? 22. Последний предел.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. Эпидемия. 8. Кепка. 9. Бросимум. 10. Транс. 12. Скелет. 17. Намаз. 18. Канале. 20. Форвард. 21. Отклик. 23. Командант. 24. Няня. 25. Ветеринар. 26. Крам. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Метро. 2. Скульп. 4. Паркер. 5. Дасцен. 6. Муму. 7. Яшма. 11. Скелтик. 13. Разведчик. 14. Патронша. 15. Сквозняк. 16. Анаконда. 19. Лотерея.

Погода в Твери и области завтра, 8 октября

	ночью	днем	
Тверь	+7... +8	+13... +14	Давление - 751 мм рт. ст. (норма октября - 754) Относительная влажность воздуха - 86% (норма 85%) Ветер юго-западный, 5 м/с
Белый	+7... +8	+12... +13	
Бологое	+8... +9	+12... +13	
Осташков	+7... +9	+12... +13	
Весьегонск	+8... +9	+12... +13	

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

Восход - 6:53 Луна растёт 🌙
Закат - 17:54

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР! Если у вас есть: ● тема для публикации ● отклики на статью ● жалобы на доставку

Звоните нам! **(495) 777-02-82** Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Владимир Николаевич СУНГОРКИН. И.о. главного редактора О. В. НОСОВА. Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ: 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. ТЕЛЕФОНЫ: отдел связи с читателями - (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22; e-mail: kp@kp.ru; Web-сервер: www.kp.ru; отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82; e-mail: advert@kp.ru; служба распространения - (495) 777-02-82

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы П1101, ПМ976 Тип. №

Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30 ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-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: 168 874 экз. Цена договорная

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

РЕДАКЦИЯ И ИЗДАТЕЛЬ РЕГИОНАЛЬНОГО ВЫПУСКА ООО «ТВЕРЬ-ПРЕСС»

Директор - А. АНДРУСЕНКО
Редактор - О. ЗИНЧЕНКО
E-mail: gazeta@kptver.ru, www.kp.ru

Адрес: 170008, г. Тверь, ул. Озерная, 11а.
ТЕЛЕФОНЫ: редакция: (4822) 33-93-63, 33-93-10;
реклама: 58-35-28.

Газета отпечатана в ООО «Тверь-Медиа-Полиграфия»: г. Тверь, ул. Учительская, 54. Время подписания тверского выпуска - 17.30. Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты.