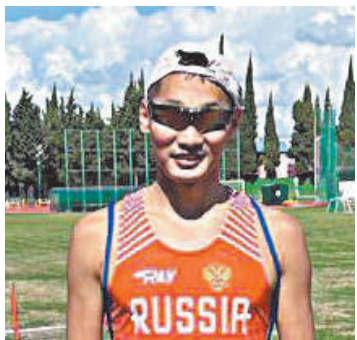


## «Самое приятное, я увидел любимую жену»

Паралимпиец из Бурятии восстановил зрение благодаря уколу за 49 млн рублей.

Читайте на стр. 17 ▶



Баясхалан БУДЯЕВ

## РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

Абакан **105,3 FM**  
Иркутск **91,5 FM**  
Красноярск **107,1 FM**  
Новосибирск **98,3 FM**

radiokp.ru



# КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



**4 560 000**  
уникальных посетителей  
за минувшие сутки

№ 71 (27621) 2024 год



Основана в мае 1925 года

Вторник  
24 сентября

Сибирь

## Каким профессиям в России недоплачивают



- И почему у одних специалистов доходы все время растут, а у других остаются низкими?

Читайте на стр. 8 ▶



Айнагуль Борбуева.

## Маша-растеряша или аферист?

Никита МАНЬКО  
 («КП» - Новосибирск)

В Новосибирском областном суде заново рассматривают дело уборщицы Айнагуль Борбуевой.

Напомним, три года назад местный предприниматель потерял сумку, в которой якобы лежали 7 млн рублей. Вот так запросто забыл ее на улице при выходе из ресторана. По камерам оперативники вычислили, что сумку с миллионами подобрала Борбуева. Ее обвинили в краже в особо крупном размере. Сначала осудили на 2,5 года колонии, но мигрантка обжаловала приговор. Новый суд пришел к выводу, что никаких миллионов в сумке не было! На каком этапе громкое дело сейчас и как из него исчез главный вещдок - в материале «КП» - Новосибирск».

Окончание на стр. 15 ▶

## Ударим кофеином по деменции

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Чашка кофе и несколько чашек чая в день защищают мозг гипертоников.

Люди с повышенным артериальным давлением, особенно те, кто страдает от него еще в возрасте 40 - 60 лет, имеют более высокие шансы закончить жизнь не в своем уме из-за хронического воспаления кровеносных сосудов. Китайские специалисты по

общественному здравоохранению проанализировали 453 913 медицинских карт из открытого британского биобанка данных в поисках средств, которые могли бы эти риски снизить. И обнаружили неожиданный эффект кофеина.

Оказалось, что те гипертоники, которые регулярно пили кофе или чай в умеренном количестве, реже страдали от деменции, чем те, кто избегал кофеина. Или те, кто злоупотреблял ароматными напитками.



Алексей СТЕФАНОВ

Максимальный эффект был у тех, кто пил полчашки - чашку кофе в день (или 4 - 5 чашек чая). Исследователи объясняют такой эффект тем, что кофеин снижает воспаления сосудов.

О других способах защититься от возрастных заболеваний - на стр. 15 ▶

## Залечили до смерти

Полина КЛИМЕНКОВА  
 («КП» - Красноярск)

В Красноярске после капельниц с психотропными веществами скончались три человека.

В МВД по краю рассказали, что девять человек из Красноярска, Сосновоборска, Канска и Железногорска оказывали платные услуги зависимым людям. Они выезжали по запросам на дом, где «помогали» справиться с ломкой. Правда, методы «медики» выбирали опасные не только для здоровья, но и для жизни.

Пациентам вводили сильнодействующие и психотропные вещества, которые в России ограничены к свободному обороту. Естественно, никаких разрешений на это у горе-врачей не было. «Лечение» про-

дилось без предварительной диагностики и закончилось необратимыми последствиями для трех человек. Вместо излечения людей просто свели в могилу.

При силовой поддержке ГУФСИН медики, оказывающие опасные услуги, были задержаны. У них нашли медицинские препараты, документы, бланки рецептов на лекарства и деньги. Известно, что подозреваемые начали свою деятельность с 2023 года. На всю группу «черных наркологов» завели уголовное дело по статье «оказание услуг, не отвечающих требованиям безопасности жизни или здоровья потребителей».

Как добавили в следкоме, все подозреваемые имеют медицинское образование - от среднего до высшего. Сейчас решается вопрос об избрании им меры пресечения и устанавливается точное число потерпевших. Следователи выясняют все обстоятельства.



**Мария ЗАХАРОВА:**

# Боевики киевского режима создали «концлагеря» для жителей Курского приграничья

Официальный представитель и директор Департамента информации и печати Министерства иностранных дел ответила на вопросы «КП».

**Александр ГАМОВ**

Повод - события в Курской области после вторжения ВСУ и реакция на них в России и в мире.

- Вы говорили, что есть прямые свидетельства о создании боевиками ВСУ в российском приграничье подобия «концлагерей». Можно ли подробнее рассказать?

- Наша информация основана на сообщениях, подтвержденных родными и близкими людей, которые насильственно удерживаются боевиками киевского режима на территориях Курской области, временно находящихся под их контролем. Многие пострадавшие были идентифицированы по видеороликам, снятым украинскими и западными пропагандистами, незаконно прибывшими на территорию России вместе с формированиями ВСУ. В этих районах существует как минимум несколько мест - подобий «концентрационных лагерей», куда под угрозой оружия были согнаны мирные жители из приграничных населенных пунктов Курской области.

- Где именно их создали?



Михаил ФРОЛОВ/«КП» - Москва

**Мария Захарова дала комментарий «Комсомолке» накануне открытия Генассамблеи ООН.**

- Самый крупный «лагерь», вероятнее всего, расположен в здании одного из социальных учреждений города Суджа. По словам очевидцев, там удерживаются от 70 до 120 мирных жителей. В том числе пожилые граждане, женщины, люди с ограниченными возможностями. По последним свидетельствам, среди них не менее 10 - 15 детей и подростков в возрасте от нескольких месяцев до

15 - 16 лет. Люди, которые находятся в «лагере», были принудительно доставлены туда членами вооруженных формирований киевского режима. Часть мирных жителей была вывезена за пределы России, их судьба на данный момент неизвестна.

- Наши правоохранительные органы работают по этим направлениям?

- Со всеми собранными сведениями работают российские следственные органы. Исчерпывающие данные о пострадавших гражданских жителях Курской области получить невозможно до полного освобождения ее территории от украинских боевиков.

Создание таких «лагерей» подтверждает неонацистскую сущность киевского режима, раскрывает его человеконенавистническую идеологию.

- Возникают и исторические параллели?

- Конечно, с нацистской Германией, применявшей самые шокирующие и изощренные способы унижения и уничтожения людей. Притом мы вновь наблюдаем полное отсутствие реакции на происходящее со стороны международных правозащитных организаций, в очередной раз убеждаемся в их состоявшейся деградации. Уверена, что задача в рамках специальной военной операции по искоренению процветающей сегодня на Украине «коричневой чумы»

будет выполнена ради будущего человечества.

- Готовятся ли нашим МИДом материалы на этот счет?

- Подготовлен и опубликован доклад посла по особым поручениям МИД России по преступлениям киевского режима Родиона Мирошника «Курская область. Террористическая вылазка киевского режима». Доклад распространен в международных организациях.

- Будут ли эти материалы представлены на сессии Генассамблеи ООН 28 сентября, когда планируется выступление Сергея Лаврова?

- Министр иностранных дел России **Сергей Викторович Лавров** не просто использует все имеющиеся возможности для привлечения внимания к этим чудовищным преступлениям, но и создает новые форматы доведения фактов до широкой мировой общественности.

С 2022 года министр регулярно проводит встречи с аккредитованными в России послами именно по теме ситуации вокруг украинского кризиса, в ходе которых демонстрирует видео- и фотоматериалы зверств убранцев. В ходе переговоров с зарубежными коллегами он передает подборки фактологических данных на этот счет. Генассамблея ООН не станет исключением.

## ЭМИГРАЦИЯ



Александр ВОЛЮЖАНИН

**Супруги Фейнстра и их восемь детей из Канады эмигрировали в Нижний Новгород в начале 2024 года. Говорят, что не разделяют новые ценности, которые возвели в культ на их родине.**



**Историю семьи, бежавшей из Онтарио в Нижний Новгород, читайте на KP.RU**



**Андрей БАРАНОВ**

**Опубликован список недружественных государств, жители которых могут в упрощенном порядке получить вид на жительство в нашей стране.**

Правительство России утвердило перечень недружественных стран, которые проводят политику, «навязывающую деструктивные неолиберальные идеологические установки» и противоречащую «традиционным российским духовно-нравственным ценностям».

В реестр (его состав - на сайте KP.RU) вошли 47 государств. Реестр появился после того, как 1 сентября вступил в силу подписанный Президентом РФ **Владимиром Путиным** указ об оказании гуманитарной помощи гражданам из тех самых недружественных стран. Если кто-то из них не согласен с навязываемой там неолиберальной политикой и видит в России духовную альтернативу этому порядку, то теперь сможет получить разре-

## На Западе задумались о переезде в Россию

шение на временное проживание в нашей стране - без учета имеющихся квот и подачи документа о владении русским языком.

Западные СМИ поспешили привычно обозвать указ «московской пропагандой». А вот в соцсетях новость была воспринята на ура. Люди принялись заинтересованно обсуждать открывшуюся возможность. Между тем посольство РФ в Великобритании сообщило, что к ним по этому вопросу уже официально обратились около сорока подданных Соединенного Королевства.

На тенденцию обратила внимание британская газета The Daily Mail, написавшая, что «за 10 дней 17 семей из Шотландии решились на переезд». «Устали от либеральной повестки дня», - объяснили они свое решение. Издание также рассказывает об американских и канадских многодетных семьях, которые уже переехали в Россию и нашли там работу. Конечно, публикация, как водится, щедро сдобрена пассажа-

ми о «диктатуре Путина» и «уловках режима». Но в читательских комментариях, которых набралось почти две с половиной тысячи, преобладают совсем другие настроения. Вот лишь некоторые отклики:

✓ Как и в других странах, в России есть хорошее и плохое, но, потратив много времени на изучение этой страны, скажу, что она мне импонирует. Их государственные службы работают хорошо, у них наряду с традициями есть красивейшая сельская местность и очень современные чистые города. (Дерби.)

✓ Это очень интересная перспектива. Мне иногда кажется, что Путина сильно недооценивают на Западе. (Бирмингем.)

✓ Мне посчастливилось путешествовать по России, и эти воспоминания остались на всю жизнь. Русские действительно прекрасные люди. (Нортумберленд.)

Вот таким неожиданным бумерангом обернулось для Запада решение «изолировать Россию».

**В контакте**

**Вступайте в нашу группу ВКонтакте VK.COM/KPRU**

<http://www.kp.ru/>

**ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU**

**ЗДОРОВЬЕ**  
Почему постоянно хочется есть: главные причины

**АВТОНОВОСТИ**  
Пять вопросов к китайским легковушкам



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





Владимир ПЕРЕКРЕСТ

По мнению законодателей, она не должна быть ниже прожиточного минимума.

В советские времена тринадцатой зарплатой называли премию, которую на некоторых предприятиях выплачивали в декабре - к Новому году. Размер ее зависел от результатов работы предприятия и от зарплаты самого работника, так что у всех выходило по-разному, но сумма была сопоставима с месячной выплатой - поэтому ее так и назвали.

Особенно весомой тринадцатая была на заводах - могло хватить и на подарки, и чтобы стол накрыть. К этой идее предложили вернуться в Госдуме. Только речь идет не о зарплатах, а о пенсиях. Депутаты готовят соответствующий законопроект.

- Сегодня бабушки и дедушки должны играть большую роль в воспитании внуков, - сказала в эфире Радио «Комсомольская правда» вице-спикер Госдумы Борис Чернышов. - Улучшение их благосостояния и социального самочувствия позволит им больше времени уделить подрастающему поколению.

Инициатива не нова. Еще в 2020 году подобный законопроект о предновогодних выплатах для пенсионеров был подготов-

## Депутаты предложили выплачивать тринадцатую пенсию

лен по инициативе Владимира Жириновского, но отклонен правительством.

- Сейчас ситуация изменилась: база, с которой выплачиваются пенсионные взносы, заметно увеличилась, что позволило получить дополнительные средства в бюджет Социального фонда, - пояснил «КП» председатель Комитета Госдумы по труду, социальной политике и делам ветеранов Ярослав Нилов. - Возможно уже на будущий год предусмотреть средства для выплаты 13-й пенсии. Причем выплачивать ее всем пенсионерам, в том числе и работающим.

Каким будет размер «добавки», пока окончательно не решили.

- Первоначально в том варианте, который был отклонен правительством, предусматривалось, что дополнительная пенсия будет равна той пенсии, которую человек получает, - сказал Нилов. - Сейчас рассматривается и другой вариант - всем пенсионерам поровну. И размер этой 13-й пенсии должен быть не ниже

общероссийского показателя прожиточного минимума для пенсионеров.

Сейчас это 13 290 рублей.

Поддержит ли правительство идею депутатов - вопрос. Но в Госдуме не сдаются.

- Мы считаем, что про пенсионеров нельзя забывать, в том числе и для реализации поставленных целей по увеличению продолжительности жизни, что напрямую зависит от качества жизни, - сказал Нилов. - А дополнительные меры материальной поддержки напрямую влияют на это.

### А В ЭТО ВРЕМЯ

Индексация пенсионных выплат с 1 октября коснется некоторых категорий пенсионеров. В частности, будут скорректированы суммы пенсий бывших военных, сотрудников МВД, Росгвардии, МЧС, а также Федеральной службы безопасности. Изначально планировалось, что индексация составит 4,5%, но повышение будет больше - на 5,1%. Повышение коснется 2,8 млн человек.

### ВОПРОС ДНЯ



Корреспондент «Комсомолки» попробовала закручивать банки на зиму и отдыхать дикарем (стр. 18). Мы спросили:

## А у вас какие привычки остались с советских времен?

Андрей ЛАМАНОВ, Герой России, летчик, посадивший в Ижме аварийный самолет:

- Осталась привычка встречать старый Новый год. Еще есть такая... не привычка, но, скорее, традиция: отмечать каждый год 18 августа День Советского воздушного флота. А также 9 февраля - День Аэрофлота. Это при Союзе была единственная авиакомпания, и я успел там полетать. Летчики, и не только те, кто еще в СССР был пилотом, в эти дни в застолье пьют и «Первым делом самолеты», и «Если б ты знала, как тоскуют руки по штурвалу».

Максим ЧЕРНИГОВСКИЙ, гендиректор Клуба профессионалов алкогольного рынка:

- Жива ленинградская привычка быть культурным. В метро мы обязательно уступали место старикам, но вот привычка в трамваях здороваться при входе - она, увы, ушла. Осталась привычка не материться в общественных местах - она была в Ленинграде, но ушла из Санкт-Петербурга в 90-е. Привычка встречать в белые ночи на балконе удивительные на фоне светлого неба салюты осталась. Ну и, конечно, приводить детей на крейсер «Аврора», хотя меня в пионеры принимали не там.

Леонид ГОЛОВКО, завкафедрой уголовного процесса, правосудия и прокурорского надзора юрфака МГУ:

- Наша семья с раннего моего детства на лето снимает дачу - это привычка? Еще выезд на море хотя бы недельки на три - набрать солнца и витаминов. Друзья в каникулы или отпуска ходили в турпоходы с байдарками, кострами и гитарами, но у меня эта привычка не сформировалась.

Леонид ХОЛОД, бывший замминистра сельского хозяйства РФ:

- Привычка на работу ходить - она советская, а сейчас все на удаленке. Еще все годы храним привычку тащить в лес по грибы. После чего корзинами их традиционно сушим и маринуем. Сбор грибов каждый сентябрь - это точно советская забава, которая укоренилась в поколениях.

Виктор ПОХМЕЛКИН, экс-депутат Госдумы:

- Я все эти 1 Мая и 7 ноября не отмечал никогда. Дачи сроду не было и нет. И летние поездки к морю не для меня. А вот путешествия на машине куда-то на запад или на север - это да, это мое. Бардовские песни любил, с авторами общался, сам стихи писал. Но посиделки в дыму у костра в сыром лесу - мне легко было от этого отказаться, потому что я к такому просто не привык.

Татьяна ВИЗБОР, бард и радиоведущая:

- Мои советские привычки просты. В лучших советских традициях отмечаю Новый и старый год, считаю праздниками и Международный женский день, и День солидарности трудящихся в Первоймай.

### ДЕРЖИ КАРМАН ШИРЕ

Владимир МАЗЕНКО

Почему в стране дорожают масло, сыры и йогурты.

Молоко в России дорожает. И не только молоко, прибавляет в цене вся молочка в целом - сливки, йогурты, мороженое... По данным Национального союза производителей молока («Союзмолоко»), молочная продукция в оптовом сегменте в августе 2024 года была на 11% дороже, чем в августе 23-го, а с начала года рост цен составил 6%. В лидерах оказались плавленые сырки - здесь, по оценкам экспертов, рост максимальный (+16%).

С чем это связано? Специалисты, как водится, называют сразу несколько причин.

Во-первых, увеличился спрос. По данным «Союзмолоко», потребление выросло за те же полгода на 6%. А по некоторым оценкам, даже выше - почти на 10%. Сказывается

## Молочные реки вышли из берегов



рост реальных доходов населения, которое перестает экономить на натуральных продуктах.

Еще одна причина - банальная инфляция.

- Увеличились издержки предприятий, увеличились затраты на сольерку, на трактора, сельхозтехнику, заработные платы начали подрастать. Все это пришлось закладывать в себестоимость произ-

водства молока, - рассказал в эфире Радио «Комсомольская правда» председатель совета Ассоциации «Народный фермер» Олег Сирота.

В-третьих, за растущим спросом не поспевает предложение.

- У нас производство молока растет не так быстро и не так хорошо, как хотелось бы. Мы не обеспечиваем себя молоком полно-

Утреннее шоу с Иваном Панкиным.

Он видит, что происходит, знает, как на это реагировать, и готов рассказать вам, что будет. С понедельника по пятницу в 8 (мск) утра.



**После побывки дома военкор «КП» вернулся в свой второй дом в ДНР.**

# Счастье наступать - и фронтовая киса

Дмитрий СТЕШИН

## «БЕНЗИНА ВСЕМ!»

Любимую вражескую заправку британской «Шелл» на Таганрогском шоссе наконец переименовали по-человечески. Все последние 10 лет я любил на нее заезжать за хот-догами и бензином. Любопытно, что дальше, по трассе на Крым, все заправки «Шелл» разбиты еще с наступления 2022 года. Некими добрыми людьми, верно.

Впрочем, смена бренда не повлияла на качество бензина - все те же 700 км на одном баке, как показывал мне прибор-экономайзер. В Донецке бензин дороже и жиже, не такой нажористый. Возможно, выдыхается по дороге...

Мне излаживали хот-дог «со всеми соусами по чуть-чуть», и в этот момент на заправку зарулили запыленные воины на трех драных «УАЗах». В дырках от осколков, с РЭБ на крышах и скатками маскировочных сеток. Тут же начались хаос и неразбериха, что составляет армейский порядок и нашу главную военную тайну. Чувствовалось, что люди в шоке от мирной жизни, особенно после солнечного Работина. И эта суточная командировка в Ростов для них большая радость и развлечение. У одного «УАЗа» потек бензобак, и его замазывали туалетным мылом, которое принесла уборщица. В туалетах, разумеется, мыло только жидкое, в дозаторах - бензобак заткнуть нечем! Потом подъехал какой-то до-

брый человек на жирной «Инфинити» и заявил, что он прямо сейчас «заправляет все эти «УАЗы»! Прозвучало, как «всем шампанского!».

Тепло стало, хотя ветер с Азова потягивал прохладный. Конечно же, один из «УАЗов» не завелся. Водителю, лежащему под машиной, принесли стаканчик с кофе, и он пил его лежа, не отвлекаясь от ремонта. До сих пор не знаю - как у него это получалось? Солдатская смекалка против физики. Я докусал хот-дог и тронулся в путь.

## ЖИЗНЬ НА ДВА ДОМА

Я поспешал, потому что в 23.00 начинался комендантский час, а его в ДНР традиционно соблюдают. На

границе махнул паспортом из окошка машины, пожелал здоровья пограничникам и через час въехал в город-мученик Донецк.

По асфальту текла вода - значит, водопровод работает! Рано я радовался, это была последняя вода на ближайшие трое суток. На фильтровальной станции наконец-то меняют оборудование. Теперь пятилитровки с «унитазной водой» перестанут взрываться на жаре с таким лютым сероводородным запахом. И в Донецке наконец-то смогут «махнуть водички из крана, как в детстве». Впрочем, я опытный дончанин, и у меня дома все было запасено с лихвой - и питьевая вода, и техническая.

Пока в дороге слушал новеллы

Голсуорси, покуривая в окошко, много думал. Думал, что у меня два дома, как две жены, извините. Не могу выбрать любимую, да это и не нужно... Сейчас приеду, а в доме все разложено по полочкам - комплекты масксетей, на зиму и лето. Теплые сапоги ПВХ «Нордик», четыре разные аптечки. Паек-рацион - вдруг оголодаю? Консервы и дошираки. Тапки мои стоят в коридоре. Есть теплый спальник и запас энергетиков. Сигары и трубочный

табак, надувной коврик и кое-какие книжки. Достану из коробки самый дешевый плоский телек, купленный в донецком клоне «Эльдорадо» - лишь бы фильмы с флешки показывал. Распакую и включу холодильник. По-хозяйски пододвину ногой коробку от сухпаев, чтобы штукатурка во время дождя туда падала четко.

В доме чисто, убирался и мыл месяц назад, перед отъездом. Киса встретит? Киса не встретит. Кисы очень практичные существа, если трехкратное питание прекратилось в связи с отъездом лысого, значит, нужно искать другую кормовую базу.

## ВСЕ В ОЖИВЛЕНИИ - ФРОНТ СДВИНУЛСЯ

Домик мой частично сложен из шпал, настоялся на жаре, питерским метро пахнет. Поэтому снился мне третий сон Анны Карениной. Не важно, что у Толстого никаких снов Анны Карениной не было, сны были у Веры Павловны. Все равно снилась Каренина. Проснулся от одиночных выстрелов из автомата, потом даже



Заправки западных, недружественных брендов на Юге России сменили названия. Но бензин и хот-доги остались прежними - военкор «КП» Дмитрий Стешин проверил.

А по следам от осколков на рекламных вывесках в Донецке до сих пор можно определить - прилетоопасный это район или спокойный.

## СТАНЬ СИЛОЙ, ЗАЩИЩАЮЩЕЙ РОДИНУ

Стабильные выплаты

Поддержка семьи от государства

Дополнительные льготы



# до 2 млн рублей

Единовременная выплата при заключении контракта с Минобороны РФ

включая 1,2 млн рублей от губернатора Краснодарского края

## 8 800 444 46 23

контракт23.рф

Администрация Краснодарского края информирует





Приезд хозяина донецкая киса почувяла сразу. И к утру уже стояла у порога, всем видом спрашивая: где мое трехразовое питание?

Дмитрий СТЕЩИН/«КП» - Москва

общем, прислали мне новый броник добрые люди. Класс защиты тот же, но легче и удобнее. Вот, доработал его чуть-чуть с помощью противника и героизма наших танкистов из батальона «Август». Они гадов вышибли так, что те броневоротник забыли...

«ПОДВОХ» 155-го КАЛИБРА

Киса пришла рано утром. Раньше она мне выговаривала, как бы пытаясь спросить: «Где ты был?» Потом поняла цикличность моих отъездов и возвращений и ругаться перестала. Сразу же кинулась на кровать, в ноги, на колючее трофейное одеяло из Мариуполя. И смотрит так:

- Ну, давно не виделись. Вот, это я, твоя киса. Что ты будешь теперь делать?

Ну что тут поделывать? Сливки и сосиски. Корм сегодня куплю. Все стабильно, только обстрелов стало меньше на порядок, все Горловке достается. Озверевшие укропы на дронах, не находя военные цели, врезаются в маршрутки, и в трамваи, и в обычные гражданские фуры. Больше всего меня потряс рассказ товарища из Горловки, как укропский дрон гнал по улице Горловки белый, дамский, корейский автомобильчик. Наконец из него выскочили две женщины в белых платьях и бросились бежать. Все равно догнал и убил... Зачем? Я сам себе ответил: чтобы мы знали и понимали, с кем воюем, а то, бывает, и забываем.

В Донецке по-прежнему под обстрелами Петровка, немного Киевский район. Сейчас бандеровцы сосредоточились на Куйбышевском районе, дотягиваются пока артиллерией. Товарищ дом покупал в этом районе. Продавали дешево. Можно сказать, подозрительно дешево. Он все искал подвох в этом доме. Сам строитель, все облазил-изучил, фундамент там, перекрытия... Искал трещины в стенах, замазанные штукатуркой. Не находил. «В чем же подвох?» - спрашивал он себя, пока этот «подвох» натовским калибром 155-мм не прилетел в соседний огород. Дом он, конечно, купил. Потому что сам из Донецка и верит в нашу победу.

тройками отсекали. Дрон, наверное, летал над городом.

Все наперебой говорят, что меньше стали обстреливать Донецк. Друзья рассказали, что наша авиация стала работать от окраин города, разворачиваться там. А раньше это делали с другой, «тыловой» стороны Донецка. Значит, линия фронта очень серьезно сдвинулась, укропы оползли и утащили вместе с собой свои РЭБ и ПВО. Наши двигаются, и я буду про это с удовольствием вам писать. За тем и приехал. Двигаются каждый день, командиры от этого в счастливом оживлении. Нашелся мой товарищ Стас Смагин, ушедший из политруков в штурмовики. Просто три недели не было связи. А я уже ему за упокой свечку поставил в одном из древних монастырей средней полосы. Значит, теперь будет жить сто лет.

Наконец-то я приспособил к своему броннику трофейный противосколочный воротник, найденный на позициях ВСУ под Северодонецком в марте 23-го года. Помню, долго из него песок выстирывал. Воротник во вражеском камуфляже, поэтому протер его щедро уайт-спиритом, положил слой оливкового грунта и еще пару раз прокрасил в два неярких защитных цвета.

Еще раз благодарочка за новый броник добрым людям из «Спецтехнологии», Челябинск. Это не реклама, а благодарность. Я встретил их на курсах «Бастион» в Новосибирске, читал там лекции юным военкорам. Меня спросили: какой бронезащитой я пользуюсь? Пользуюсь я старым подарком Дмитрия Рогозина, когда он был еще вице-премьером, и ношу его 10 лет, он уже распадаться начал на волокна... У армейского «Ратника» срок службы - 7 лет. В

ПРОДОЛЖАЕМ ТЕМУ

Как Владислав Бакальчук докатился до разборок в стиле 90-х:

«Он обмяк и вел себя, словно обиженный мальчик»

Владимир ПЕРЕКРЕСТ

Вместе с экспертами разбираемся, что же творится в голове у Владислава Бакальчука.

С ЧЕГО ВСЕ НАЧАЛОСЬ

История с семейным конфликтом основательницы Wildberries Татьяны Бакальчук и ее мужа Владислава, переросшим в вооруженное столкновение, заставляет по-особому взглянуть на личность «главы семейства». И на то, как порой решаются семейные и деловые конфликты.

Началось все с того, что весной Татьяна ушла из дома и подала на развод. Позже стало известно, что Wildberries объединяется с крупнейшим в России оператором наружной рекламы Russ в единую компанию «РВБ».

А в июле сор из избы вышвырнул Владислав: он записал видео с главой Чечни Рамзаном Кадыровым. Собеседники в кадре называют объединение компаний «рейдерским захватом» и призывают «вернуть Татьяну в семью».

Татьяна прокомментировала все это просто: «Это не рейдерский захват, это развод».

Однако муж (да, супруги все еще не разведены) Татьяна продолжал наступление. Во всех смыслах слова. Видео в его поддержку записали рэпер Тимати, продюсер Иосиф Пригожин. А днем 18 сентября Бакальчук явился в офис Wildberries в московском бизнес-центре «Романов двор». Прихватив с собой группу поддержки - толпу качков, чемпионов России, Европы и мира по разным видам единоборств.

Странную компанию пускать в офис отказались. Началась перестрелка. Погибли двое охранников офиса Wildberries, семь человек пострадали (среди них - стражи порядка).

После бойни Владислава задержали, ему предъявили обвинения по четырем статьям, включая «убийство» и «посягательство на жизнь



Благотворительный фонд «Друзья»

Владислав и Татьяна Бакальчук прожили два десятка лет, у них семеро детей.

сотрудника правоохранительных органов». Однако вскоре отпустили домой.

Впрочем, расслабляться ему пока рано. Следствие продолжается, дома у Бакальчука прошел обыск.

Тем временем в выходные суды арестовали 30 человек, задержанных после «битвы у Wildberries».

В ТЕНИ УСПЕШНОЙ ЖЕНЫ

Происшествие с компанией Wildberries - это крайняя степень варварства, пример того, как корпоративные конфликты могут выйти из-под контроля, если одна из сторон выберет неадекватные методы для решения разногласий, - комментирует эксперт по карьерному росту Гарри Мурадян.

Эксперт допустил, что действия Бакальчука обусловлены глубокими эмоциональными переживаниями и личным кризисом.

- Бакальчук, находясь в тени своей успешной жены, мог чувствовать себя униженным, неуверенным, - говорит Мурадян. - В таких обстоятельствах реакция может быть связана с поиском внешнего одобрения. Что и проявилось в обращении за силовой поддержкой.

Такое поведение часто наблюдается у людей, ищущих защиту у более влиятельных фигур. Словно обиженный мальчик, который бежит к «крутым пацанам»...

Вся эта история состоялась исключительно из-за высокомерного отношения Владислава к жене, сказал «КП» адвокат Александр Трещев, знакомый с ситуацией в семье Бакальчуков.

- Он называл ее такими словами, которые я приводить не буду, - рассказал Трещев. - Это было как минимум психологическое унижение.

А потом Татьяна ушла из дома, закрутилась история с объединением Wildberries и Russ, которая Владиславу не нравилась... И вот результат:

- Он обмяк, - констатирует Трещев. - Изначально достаточно грамотный человек, жил семейной жизнью, потом семья попала в свет софитов, и больше света приходилось на Татьяну. Не сказать, что его это задевало, он не хотел выходить на первый план, но доминировал над ней в семейных отношениях. Но когда жена начала вести себя самостоятельно, в нем выиграло мужское самолюбие, и произошла цепочка событий, которая привела к трагедии.

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

Развод и девичья фамилия

Вчера утром Татьяна Бакальчук сменила название своего Telegram-канала на «Татьяна Ким». Это ее девичья фамилия (напомним, по происхождению Татьяна кореянка). «Лучший выбор - оставаться собой всегда. Ваша Татьяна (с сегодняшнего дня - снова) Ким», - написала основательница WB.

А в компании Wildberries «Комсомолке» подтвердили, что Татьяна запустила официальную процедуру смены фамилии.



Полную хронологию событий и видео с места перестрелки в офисе маркетплейса публикуем на KP.RU





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

# Первый выпуск «Алого паруса» и звезда по имени «Комсомольская правда»

1963

Выходит первый выпуск «Алого паруса». На этой тематической странице газета обращается к проблемам, волнующим подростков, о которых им часто не с кем поговорить. Позже в редакцию начнут приходить мешки писем от школьников. А пока публикуется вполне литературное анонимное послание от девочки, которая дружит с «неправильными» ребятами. Например, подруга «Гая» много читала западноевропейских авторов, но не знала, кто написал «Войну и мир». Конечно, такая недалекая девушка не могла получить одобрение от мамы автора: «Мамин идеал - скром-



ненькие, чистенькие девочки, которые все время думают об уроках, первыми здороваются, помогают страшим и т. д.»

Но дальше - больше:

«Через Гая я познакомилась с несколькими юношами, чем-то очень похожими на нее. Они ярко одевались, всегда громко говорили, часто выпивали, рассуждали об абстрактной живописи, танцевали рок-н-ролл. Все в этих мальчиках для меня было необычно и привлекательно». Ну еще бы!

Тут автор письма идет на настоящее преступление - красит волосы. «Мама меня за это обидно наказала».

В общем, «мама» ведет себя точь-в-точь, как актив комсомольской организации.

Но уже то, что подобные заметки появлялись в прессе, было настоящей революцией.

1997

Наша газета засияла на небосклоне. Именем «Комсомольской правды» названа звезда в созвездии Близнецов.

«Звезда большая. Настолько, что ее даже видно с Земли. Правда, только в телескоп. Расстояние до «Комсомольской правды» примерно 40 световых лет, а размером она раза в два больше Солнца».

Вчера мы получили сертификат из Международного звездного регистра (США), где факт увековечивания нашего звездного имени зафиксирован документально».



1968

Знаменитый спецкор «КП» Леонид Репин продолжает свои легендарные зарисовки в жанре «испытано на себе». На этот раз «испыталка» - в честь юбилея комсомольской организации.

«Научно-исследовательский, агитационный полет аэростата «Комсомольская правда», посвященный 50-летию ВЛКСМ, успешно завершен. Программа полета полностью выполнена. Сегодня мы печатаем первый репортаж члена экипажа, нашего специально-го корреспондента Леонида Репина».

«...на шарах давно не летают. Изредка для сбора научных сведений поднимается кто-нибудь из этих людей на привязном аэростате, да ведь разве сравнить это с полетом во всех отношениях... Мы стояли с Иваном Шагиным - аэронавтом, поднявшимся в корзине лет восем-



«Комсомольская правда» в полете. Фото: Сергей Седов. (Фотопортрет: ТАСС).

надцать назад на высоту десяти километров (это стало мировым достижением), и он говорил, глядя с берега вниз, где готовили к полету наш шар: «Да... Гибнет аэронавтика... Гибнет, а жаль...»

«Оболочка ровно расстелена. Она безжизненна и похожа сейчас на бледную тень. От нее к баллонам тянется длинный и очень толстый шланг - пока он тоже плоский, похожий на огромный чулок».

Внезапно раздалось резкое шипение, «чулок» дрогнул и разом наполнился. И оболочка тут же начала шевелиться, будто

в нее проскользнул незаметно какой-то мелкий и юркий зверек. Вскоре она начала раздуваться, округляясь местами».

«Оболочка уже приняла форму шара, и ее приходилось удерживать с помощью нескольких длинных ремней - их зовут «поясники», которые обхватили шар со всех сторон. Так водят иногда диких животных: несколько человек тянут за ремни в одну сторону, и столько же - в противоположную. Вот зверю и некуда деться, кроме как вышагивать прямо».

Руководитель старта С. Г. Карамышев отошел в сторону, окинул взглядом всех подле шара и крикнул зычно: «На поясники! Внимание! Отпускай! Тихо...» Люди, держащие в руках поясники, отпустили разом - и наконец шар оторвался, повис над землей, опустив безвольные концы такелажка. К этим концам и подвешат нашу гондолу».

«Последние напутствия, пожелания, рукопожатия. Нам машут руками, кричат что-то веселое. И снова громкая, перекрывшая все голоса команда Карамышева: «Внимание экипажа! Держаться за борт!»

Пауза. «Отдать поясники!»

Отпущенные ремни расскоились в разные стороны, гондола дрогнула, метнулась было куда-то в сторону, потом повисла, сдавшись».

И мы полетели».

2004

Сергей Лукьяненко - частый гость «Комсомольской правды». В 2004 году он пришел в нашу редакцию на «Прямую линию»:

«Тиражи книг фантаста Сергея Лукьяненко только в этом году перевалили за миллион. Он стал лауреатом премии «Бестселлер года», а после нашумевшего фильма по его книге «Ночной Дозор» в современный язык прочно вошло выражение «выйди из сумрака». Один из самых рейтинговых российских писателей пришел на «Прямую линию» в «Комсомолку», чтобы лично пообщаться с читателями».

«- Сергей Васильевич, здравствуйте. Вам что-нибудь напоминает 1991 год, Алма-Ата, республиканская психбольница?»

- Да, я там работал.

- Я Нелли Константиновна Русакова. Когда вы увольнялись из клиники, то подарили мне свою книгу и сказали, что, наверное, из психиатрии уйдете в писательство».

- Так и получилось.

- Очень рада за вас.

- Меня зовут Кирилл, я начинающий писатель. Когда на гонорар можно жить?»

- Успех появляется, когда автор выдает несколько романов, продающихся тиражом хотя бы 20 тысяч каждый. И в течение года должны быть допечатки тысяч в десять. Лишь семь лет назад книги начали меня кормить. Имя стало мелькать на книжных полках, и читатель запомнил. Прочитав одну книгу, он брал другую. Когда тиражи перевалили за 40 тысяч, началась нормальная жизнь».

«- Вы были готовы к такому успеху фильма «Ночной Дозор?»

- К такому - нет. И никто такого успеха не ждал. Издательства соз-



дали какой-то запас книг к премьере. Но чтобы за три дня все было раскуплено?! Пришлось спешно на всех ближайших типографиях запускать «Дозоры». И до сих пор печатают.

- А то, что вы представляли, совпало с тем, что получилось в фильме?»

- Я видел эту историю более плавной, менее кровавой. Для близких друзей я как-то устроил предварительный просмотр нескольких кусков фильма. Один из них помолчал и произнес: «Никогда не думал, что ты такой кровавый».

- Вам полностью понравились актеры в фильме?»

- В основном да. Прекрасный Меньшов, Вержбицкий. Семья вам-

пиров - Чадов и Золотухин - очень похожи на моих персонажей. А Лагутенко - вампир просто от природы. Драка занимала в первоначальном варианте 20 минут. И все время Лагутенко бил Хабенского. Принес домой кассету с этим фрагментом. Жена была на седьмом месяце беременности.

Она посмотрела и говорит: «На этом месте все женщины из кинотеатра выбегут, а беременные не все успеют уйти». Пришел на Первый канал и говорю, мол, есть мнение независимого эксперта, что немного переборщили. Они и сами это поняли, но объяснили, что увлеклись».

«- Виктория из Москвы. Верите ли вы в тайное существование потусторонних сил?»

- Нет, не верю. Ауры над головами не вижу. Я, как бывший врач-психиатр, считаю, что взаимодействие человека с потусторонними силами ближе к диагнозу, чем к реальности. А в свой мир я верю, пока пишу. Потом нужно вовремя из него выйти, иначе это уже болезнь».

## «Приворотные зелья от мага Лукьяненко

**Для мужчин:** Заранее положить в морозилку бутылку мускатного шампанского. В момент, когда жена пришла с работы, встретить ее у порога с бокалом, полным восхитительного напитка. Любовь гарантирована.

**Для женщин:** Мужа, вернувшегося с корпоративной вечеринки, уложить спать, не произнося ни слова. Утром разбудить и немедленно влить в него стакан огуречного или капустного рассола. Безотказное магическое действие».

## «Рецепт «сумеречной курицы» от Сергея Лукьяненко

На противень положить кулинарный пергамент, сверху - слой сырого картофеля, нарезанного кружочками, вторым слоем - мелко нарезанные кусочки сырой курицы. Все залить соусом из майонеза, сметаны и пряных трав. Сверху посыпать клюквой. «Зарыть» слоем картофеля и тертого сыра, лучше пармезана. В духовку и запечь».



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





Губернатор Самарской области Вячеслав ФЕДОРИЩЕВ:

# «Программа - это решение проблем, которые волнуют людей»

**В Самарской области принята программа социально-экономического развития.**

Ирина ПОЛЬНИКОВА

Созданию программного документа, подготовленного в Самарской области по поручению президента страны Владимира Путина, предшествовала большая работа. Он охватывает все направления: социальную сферу, промышленность, сельское хозяйство, инфраструктуру, кадровый потенциал и многое другое.

## В ТРОЙКЕ ЛИДЕРОВ

Работа над программой велась на протяжении почти ста дней при участии депутатов Государственной Думы, областного парламента, экспертов различных отраслей, а самое главное - жителей Самарской области. К обсуждению было принято более 6 тысяч предложений, проведено более 100 стратегических сессий, которые помогли сформировать реалистичные решения проблем. В итоге Программа социально-экономического развития Самарской области на 2024 - 2029 годы получила одобрение главы государства во время личной встречи с Вячеславом Федорищевым, что подчеркивает ее значимость и стратегический характер.

- Для меня важно, что в нашей программе отражены решения проблем, которые волнуют людей, - сказал губернатор Самарской области Вячеслав Федорищев.

Отметим, что это касается семей с детьми, задачи народосбережения, повышения благополучия жителей области, а также поддержки участников специальной военной операции и их родных и близких.

- Самарская область - крупный индустриальный центр. Регион входит в тройку лидеров округа по объемам валового регионального продукта и промышленного производства. Надо продолжать эффективно работать, - отметил полномочный представитель президента Российской Федерации в ПФО Игорь Комаров.

И основным ориентиром в этой работе, отметил полпред, является достижение национальных целей, определенных главой государства: укрепление здоровья и повышение

благополучия людей, поддержка семей, модернизация системы здравоохранения, развитие образовательной среды, формирование благоприятного инвестиционного климата, рост сельского хозяйства.

## ПРИНЦИПИАЛЬНЫЕ РЕШЕНИЯ

Сегодня в регионе реализуется более 30 мер социальной поддержки участников СВО и членов их семей. И с 1 октября текущего года их станет еще больше. Члены семей бойцов получат право бесплатного проезда в общественном транспорте по транспортной карте «За победу!». Кроме того, статус многодетной семьи будет распространяться и на тех, у кого дети от 18 до 23 лет являются участниками СВО, военнослужащими по контракту и призванниками.

Уже в этом году женщинам от 18 до 25 лет, родившим первого ребенка, будет предоставлена единовременная выплата в размере 100 тыс. рублей. А при рождении или усыновлении третьего ребенка не придется собирать документы для получения региональной денежной выплаты «Семейный капитал», сумма которой также составляет 100 тыс. рублей.

Серьезный блок программы развития Самарского региона посвящен развитию здравоохранения.

- За пять лет мы построим и завершим строительство 13 поликлинических и 4 стационарных учреждений, 192 ФАПов, поставим автомобили скорой и неотложной помощи, - заявил глава региона. - Продолжим решать проблему нехватки кадров в системе здравоохранения за счет программ целевого обучения, развития системы стимулов, повышения уровня обеспеченности жильем.

Ректор Самарского медуниверситета Александр Колсанов отметил, что приобретение жилья для медиков, а это 35 квартир ежегодно, - очень серьезный шаг, который наряду с другими финансовыми инструментами сможет решить эти задачи.

## ВЗГЛЯД В БУДУЩЕЕ

Самарская область развивается уверенно: строительство дорог, транспортной и инженерной инфраструктуры идет непрерывно. Самара вошла в число волжских городов, наиболее посещаемых туристами.

И водные ворота города - речной порт - ожидает серьезная модернизация.

Сегодня те, кому предстоит двигать вперед науку и промышленность, создавая инновационные решения и прорывные технологии будущего, еще учатся в школе. И для них в регионе создаются все условия. За пять предстоящих лет будет построено не менее 500 объектов спорта, 10 детских садов, 20 школ. В 2027 году планируется завершить возведение международного студенческого кампуса в Самаре.

По мнению председателя совета регионального отделения «Движения первых» Самарской области Кристины Гнатюк, в программе заложена поддержка молодежных организаций и молодежной политики, что очень ценно.

## РОСТ ПРОИЗВОДСТВА

- Самарская область - один из флагманов научно-технологического развития, - считает полпред Игорь Комаров. - По доле инновационной продукции в общем объеме выпуска область входит в топ-10 регионов России.

И это ко многому обязывает. Неудивительно, что в пятилетней программе особый акцент сделан на науке, технологиях и промышленности.

Губернатор Самарской области Вячеслав Федорищев считает первостепенной задачей региона рост производства обрабатывающего сектора, который будет достигаться в том числе за счет развития ключевых отраслей промышленности: автомобилестроения, химии, авиационно-космического сектора, нефтепереработки и металлургии.

Ускоренными темпами по сравнению с традиционными отраслями экономики должны развиваться новые инновационные предприятия, которые будут формировать будущие отрасли российской экономики: БАС, производство медицинского оборудования, фармацевтика, станки и роботостроение, пищевая промышленность с глубокой переработкой сырья.

И это уже происходит: по словам генерального директора компании «Транспорт будущего» Юрия Козаренко, предприятия-инноваторы активно привлекают к созданию беспилотных авиационных систем не только выпускников вузов, но и работают на перспективу - со школами и детскими садами.



Пресс-служба правительства Самарской области

**Вячеслав Федорищев:**

**- У Самарской области есть все возможности для того, чтобы стать ключевой точкой роста экономики в ПФО и опорным регионом страны.**

## ИНВЕСТИЦИИ И ЦИФРОВИЗАЦИЯ

Для достижения амбициозных целей Самарской области необходимо наращивать инвестиционную привлекательность. По оценке главы региона Вячеслава Федорищева, в течение пяти лет инвестиции должны превысить 4 триллиона рублей.

Президент АВТОВАЗа Максим Соколов убежден, что всем крупнейшим предприятиям федерального уровня, работающим на Самарской земле, инвестиции необходимо сделать приоритетом:

- Это обеспечит рост промышленного потенциала, накопление необходимых ресурсов для совместного движения вперед по всем направлениям.

Нет ни одной сферы экономики, в которой не присутствовала бы «цифра». Депутат Госдумы РФ, председатель комитета ГД по информационной политике, информационным технологиям и связи Александр Хинштейн так прокомментировал обозначенные цели региона в этой сфере:

- Самарская область как регион промышленный, научный, образовательный должна максимально активно быть вовлечена в эту самую цифровую трансформацию. В соответствии с поручением президента и его указами у нас задача довести уровень цифровизации к 2030 году до 97%. И нам, бесспорно, по силам сделать уровень доступа граждан к широкополосному интернету выше, чем по стране.

## ОПРАВДАТЬ ДОВЕРИЕ

В Самарскую область верят, ставя перед ней высокие цели и оказывая поддержку. И она

это доверие должна оправдать. А доверие к работе команды развития региона можно обеспечить только делами, меняя ситуацию.

Председатель Самарской губернской думы, почетный гражданин Самарской области, академик РАН Геннадий Котельников убежден, что в программе социально-экономического развития региона для каждой сферы и отрасли указан конкретный путь дальнейшего роста.

- Сила региона - в его людях, в тесной связи органов власти и жителей. Обращения граждан, которые мы собрали в муниципалитетах, и легли в основу программы. Самарская область имеет все возможности для того, чтобы стать ведущим регионом Поволжья по темпам роста экономики и опорным регионом России в сфере образования, науки и технологий, - считает Геннадий Котельников

Комментируя программу развития региона на ближайшие пять лет, уполномоченный по правам человека в Самарской области Ольга Гальцова сделала акцент на преемственности, которая прослеживается в реализации ранее намеченных планов.

- Подобное вызывает большое уважение и поддержку со стороны жителей. Верю, что пятилетка, наполненная инициативами и ответственными решениями, будет для всех жителей ярким свидетельством активной, скрупулезной, профессиональной работы, направленной на реализацию конституционных прав и свобод человека и гражданина в Самарской области, - заключила Ольга Гальцова.



# Пробил час недоплаты

Наталья ВАРСЕГОВА

**Почему у одних специалистов доходы все время растут, а у других были и остаются низкими.**

Если брать в среднем, то реальные доходы россиян растут. По данным сервиса hh.ru, уровень медианных зарплат (сумма, меньше и больше которой получают равное число людей), который предлагали российские работодатели в 1-м полугодии 2024 года, составил 62,8 тысячи рублей в месяц. По сравнению с аналогичным периодом прошлого года уровень оплаты труда вырос более чем на треть.

Но зарплатные статистические показатели растут за счет востребованных специальностей.

Сегодня это айтишники, инженеры, военные, заводские рабочие и т. д. А на доньшке рейтинга расположились те профессии, представителям которых у нас в стране стабильно недоплачивают. Почему так происходит и кто в России мог бы получать больше?

- Есть две категории таких работников, - поясняет профессор Финансового университета при Правительстве РФ Александр Сафонов. - С одной стороны, это неквалифицированные кадры (дворники, уборщики, разнорабочие), с другой - высококвалифицированные, например, работники музеев, архивов, домов культуры, начинающие профессиональную деятельность учителя, врачи, санитарки и т. д.



Катерина МАРТИНОВИЧ / КП - Москва



## ВОПРОС - РЕБРОМ

### Как изменить ситуацию

Александр Сафонов назвал два реально действенных инструмента.

1 **Повышение МРОТ** (минимальный размер оплаты труда) выше темпов инфляции.

Сейчас он равен 19 242 рублям. Хотя еще три года назад был на уровне 12 792 рублей. То есть государство идет правильной дорогой, но, по мнению экспертов, медленно.

- Нужно, чтобы МРОТ составлял 2 - 2,5 прожиточного минимума (сейчас он равен 17 733 рубля), - говорит эксперт. - МРОТ должен гарантировать проживание двух человек (взрослого и иждивенца). Это подтолкнет рост зарплат по всем направлениям и сделает трудовые доходы экономически обоснованными.

2 **Рост налогов на сверхдоходы.**

Еще одна нынешняя стратегия правительства может привести к повышению доходов населения.

- Постепенное увеличение налогов на сверхдоходы заставит работодателей пересмотреть фонды оплаты труда и перераспределить деньги с огромных зарплат топ-менеджеров на «другие этажи», - уверен Александр Сафонов. - Например, у директоров школ оплата гораздо выше, чем у учителей. Колоссальный разрыв в зарплатах также у главврачей и среднего персонала.

## Почему так происходит

Причины, по мнению экспертов, как минимум две.

- Во-первых, работники бюджетных секторов, начиная с 1990-х годов, финансировались по остаточному принципу. Их доход зависит от бюджета, и если в бюджете денег мало, то и зарплаты соответствующие, - говорит Александр Сафонов. - При этом есть проблема бюджетной обеспеченности. В Москве бюджетники могут получать неплохие деньги, а в Калмыкии или Ивановской области за тот же труд - в 2 - 3 раза меньше.

Еще одну причину называет **руководитель направления маркетинговых исследований сервиса hh.ru Мария Игнатова**. В список низкооплачиваемых входят профессии, в которых достаточно широко распространен сменный график или занятость неполный рабочий день. К тому же их труд не требует специфических навыков.



- Это, например, мерчендайзеры, операторы ПК, специалисты контактных центров, продавцы, администраторы, - перечисляет Мария Игнатова. - Еще одна категория - специалисты, на которых сегодня нет повышенного спроса и острого дефицита, - артисты, психологи, делопроизводители, журналисты, режиссеры.

## Чиновники и педагоги в группе риска

**Ведущий эксперт Института фундаментальных проблем социогуманитарных наук Национального исследовательского ядерного университета «МИФИ» (Московский инженерно-физический институт) Яков Якубович** уверяет:

в России недооценены, как ни странно, чиновники.

- Когда я избрался главой муниципального округа Тверской в Москве в 2017 году, я должен был уйти из Почты России, - приводит пример Яков Якубович. - Моя потеря в доходах составила 3,5 раза: с 300 до 90 тысяч рублей в месяц (до вычета налогов).

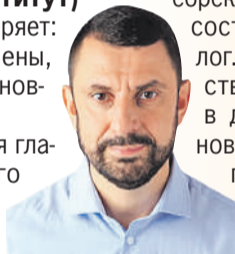
По словам эксперта, у рядового госслужащего в столице годовые доходы колеблются в пределах 1 млн рублей (неотягивая до 100 тысяч рублей в месяц). В регионах ситуация хуже, а на муниципальном уровне зарплаты специали-

стов местной администрации могут быть совсем скромными, так как привязаны к средним по региону.

Еще одна категория малооплачиваемых квалифицированных работников - профессорско-преподавательский состав, уверяет социолог.

Здесь налицо существенное расслоение в доходах опытных и новичков. Начиная преподаватель в Москве имеет ставку порядка 30 - 50 тысяч рублей,

а с учетом надбавки зарплаты 50 - 70 тысяч. Наличие степени и доцентской или профессорской должности намного повышает его доход. Однако должности доцента и профессора невозможны без наличия ученой степени. В результате, чтобы преподавание стало реальным источником дохода, необходимо наличие определенного опыта педагогической деятельности, ученой степени.



## КОНКРЕТНО

По данным hh.ru.

### САМЫЕ НИЗКИЕ ЗАРПЛАТЫ В КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПРОФЕССИЯХ

	Январь - июнь 2023	Январь - июнь 2024	Рост
Воспитатель, няня	33 900 рублей	39 800 рублей	17%
Оператор ПК	37 600 рублей	46 500 рублей	24%
Артист, аниматор	39 200 рублей	44 700 рублей	14%
Делопроизводитель	40 000 рублей	48 000 рублей	20%
Медсестра, медбрат	40 000 рублей	48 000 рублей	20%
Методист	41 900 рублей	48 200 рублей	15%
Лаборант	42 600 рублей	51 000 рублей	20%
Педагог	42 900 рублей	47 500 рублей	11%
Психолог	43 100 рублей	47 700 рублей	11%
Журналист	44 700 рублей	50 600 рублей	13%

### САМЫЕ НИЗКИЕ ЗАРПЛАТЫ В НЕКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПРОФЕССИЯХ

	Январь - июнь 2023	Январь - июнь 2024	Рост
Дворник	25 000 рублей	30 500 рублей	22%
Уборщица	28 300 рублей	35 700 рублей	26%
Мерчендайзер	35 000 рублей	43 300 рублей	24%
Оператор call-центра	36 200 рублей	44 800 рублей	24%
Кассир-операционист	37 900 рублей	45 400 рублей	20%
Охранник	38 000 рублей	45 300 рублей	19%
Продавец-кассир	38 600 рублей	47 000 рублей	22%
Администратор	39 100 рублей	47 400 рублей	21%
Офис-менеджер	40 300 рублей	50 000 рублей	24%
Хостес	40 400 рублей	49 600 рублей	23%

Дмитрий ПОЛУЖИН / Комсомольская правда

## Неравенство влияет на экономику

### БУДЬ В КУРСЕ

Увеличение разрыва в доходах населения замедляет темпы роста ВВП, а рост экономики, наоборот, сокращает неравенство. К такому выводу пришли эксперты Центробанка в статье «Неравенство и экономический рост в России: эконометрические оценки зависимостей».

Исследователи проанализировали показатели экономики в России с 1994 по 2020 год и обнаружили прямую связь между разницей в доходах населения и динамикой душевого валового регионального продукта (ВРП) - чем выше разница, тем ниже темпы роста.

Как именно влияет слишком большой разрыв в доходах на экономические показатели?

• **Во-первых**, он подрывает социально-политическую стабильность. Как результат - из-за социальных рисков снижается инвестиционная и деловая актив-

ность. А правительство вынуждено тратить бюджетные средства на финансирование дополнительных социальных программ.

• **Во-вторых**, снижается качество человеческого капитала. Небогатые граждане не вкладываются в образование и здоровье, в итоге - снижается производительность труда.

• **В-третьих**, сокращается потребительский спрос и, как следствие, замедляется развитие высокотехнологичных секторов экономики.

Кстати, степень неравенства в доходах между разными группами населения экономисты измеряют индексом Джини. Чем он ближе к 0, тем меньше неравенство, а чем ближе к 100 - тем выше. В России он долгое время рос, но с 2007 года начал снижаться и, по данным Росстата, достиг в 2022 году показателя 39,8. Правда, в 2023 году снова вырос - до 40,5.

Самые низкие показатели, по данным Всемирного банка, у Норвегии (22,7), Словакии (23,2) и Словении (24,0). Самые высокие - у ЮАР (63,0) и Намибии (59,1). Близкие к российским цифры демонстрируют Китай (38,5) и США (41,4).

- Высокий уровень коэффициента Джини означает, что в этой стране распределение доходов осуществляется нерационально, что плохо для экономики. Объем текущего потребления у бедного населения маленький, а большинство крупных владельцев капитала размещают свои средства в развитых странах, потому что именно там реализуются инвестиционные проекты, которые дают им возможность зарабатывать еще больше денег, - объяснил «КП» профессор Финансового университета при Правительстве РФ Александр Сафонов.



Что можно купить за рубежом по цене квартиры в России, читайте на сайте



# Мясные ряды

СПЕЦВЫПУСК

КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА  
СЕНТЯБРЬ 2024 ГОДА

Крупный бизнес инвестирует в науку



Министр сельского хозяйства России Оксана Лут (в центре) на открытии научно-образовательного центра.

## ■ ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Ректор Академии им. Скрябина Сергей ПОЗЯБИН:

— Очень важно, чтобы студенты чувствовали, что о них заботятся. Они должны видеть, что сегодняшнее сельское хозяйство — это красиво, престижно, модно, что здесь хорошие условия для обучения. Мы будем использовать это пространство вместе с Группой «Черкизово», с которой у нас развивается партнерство по научным и образовательным программам.

## ВАЖНО!

Визит министра в Академию — знаковый. Дело в том, что это самый старый ветеринарный вуз России — он создан в 1919 году. Более чем за столетнюю историю из его стен вышли тысячи квалифицированных специалистов из России и десятков других стран. Профессорско-преподавательский состав насчитывает свыше 250 человек. Среди них академики, члены-корреспонденты, профессора РАН, доктора и кандидаты наук. Сегодня в вузе учится более четырех тысяч российских и зарубежных студентов более чем из 30 стран.

В этом году Академия получила статус кандидата в Программе академического стратегического лидерства «Приоритет-2030». Ее цель — сформировать группу университетов, которые вскоре создадут фундамент для дальнейшего формирования нового научного знания, технологий и разработок для внедрения в российскую экономику и социальную сферу. Сегодняшние стратегические проекты Академии в первую очередь направлены на внедрение передовых способов лечения животных, ветеринарное благополучие страны и обеспечение населения качественными продуктами.

# Сельское хозяйство — это красиво, престижно и модно

В Московской государственной академии ветеринарной медицины и биотехнологии им. К. И. Скрябина начал работу научно-образовательный центр для студентов, созданный при участии Группы «Черкизово» — крупнейшего в России производителя мясной продукции. Центр состоит из современной научной библиотеки с читальным залом, коворкинга, пространства для проведения мастер-классов и локаций для самостоятельного обучения. Кроме того, центр оснащен оборудованием для дистанционных занятий и конференций. Занимаясь модернизацией части старинного здания Академии и капитальным ремонтом помещений, компания «Черкизово» удачно совместила современные технологии и историческую планировку.

Специально на открытие центра в Академию приехала министр сельского хозяйства России Оксана Лут. Перед церемонией перерезания красной ленточки глава Минсельхоза вместе с ректором Академии Сергеем Позябиным и директором по коммуникациям Груп-

пы «Черкизово» Анастасией Михайловой обошли территорию вуза, посетили лаборатории и вольеры с животными. Оксана Лут ознакомилась с условиями, в которых учатся и проходят практику студенты и абитуриенты, пообщалась с научными работниками.

Оксана Лут отметила, что сегодня именно бизнес должен ставить перед вузами креативные задачи, формировать заказ на научные разработки и компетенции выпускников, активно участвовать в образовательном процессе. Она напомнила, что со следующего года стартует новый национальный проект по технологическому обеспечению продовольственной безопасности, в котором будет уделено большое

внимание вопросам развития животноводства и ветеринарии.

Министр также приняла участие в церемонии подписания соглашения о вхождении Группы «Черкизово» в Национальный консорциум в сфере ветеринарии, зоотехнии и биотехнологии в рамках проекта «Приоритет-2030». Теперь компания сможет сама формировать запросы научно-педагогическим работникам сельхозакадемии для проведения фундаментальных и прикладных исследований с последующим заключением договоров на поставку тест-систем, диагностикумов, вакцин и др. Также «Черкизово» предоставит студентам Академии свою материально-

техническую базу с целью приобретения ими теоретических знаний и практических умений в сфере переработки и производства мясной продукции из свинины и птицы.

По словам директора по коммуникациям группы «Черкизово» Анастасии Михайловой, развитие аграрного образования сегодня одна из приоритетных задач не только для Министерства сельского хозяйства, но и для бизнеса, испытывающего острую нехватку кадров.

«Мы надеемся, что совместные проекты с МВА им. Скрябина дадут нашей компании и всей отрасли новые поколения высококлассных специалистов, которые упрочат престиж отечественной сельскохозяйственной продукции как внутри страны, так и на внешних рынках. В сотрудничестве с руководством Академии мы не ограничились только научной работой, а пошли дальше, постаравшись создать для студентов максимально комфортную среду для успешного учебного процесса», — сказала она.

## ■ КСТАТИ

Научно-образовательный центр не единственный проект Группы «Черкизово» в Академии им. Скрябина. В 2024 году совместно с вузом компания открыла базовую кафедру «Интегрированные системы менеджмента качества в пищевом производстве». На кафедре уже началась подготовка ветеринарных врачей, технологов и специалистов по контролю качества в птицеводстве, свиноводстве и мясопереработке.





Кондукторша знает, что счастливые билеты сегодня у всех.



«Машина времени» собирается навестить «Черкизово».

# От советского ГОСТа до сенсорных лабораторий

Валентина ФИЛИПОВА

Группе «Черкизово» - 50 лет. Экскурсия по первому предприятию компании - Черкизовскому мясоперерабатывающему заводу - позволила больше узнать о его прошлом и настоящем.

По Лесной улице Москвы двигался необычный для нашего времени автобус: ярко-красный «ЛиАЗ-677». Самая массовая модель Ликинского автобусного завода, советская до последнего винтика. Прохожие реагировали на него с ностальгической нежностью и, как в пионерском салюте, вскидывали смартфоны. В автобусе ехали мы, журналисты, и тоже фотографировали странную машину времени, переносящую



Экскурсия в цех обвалки - здесь делают полуфабрикаты для гриля, тушения или запекания.

нас на 50 лет назад, где громкая кондукторша отмащивает билетки и грозит зайцам милицией. И подножки на входе так высоки, что ни одна лужа им не страшна - ни деревенская, ни городская. Кстати, в Советском Союзе у них было прозвище «луноход».

«Луноход» с журналистами появился в современности специально и к очень серьезной дате: в этом году исполняется 50 лет Черкизовскому мясоперерабатывающему заводу (ЧМПЗ). Именно он дал название и начало Группе «Черкизово». Как вы понимаете, держать марку половину столетия - серьезный вызов.

Инструктаж перед походом в цеха завода впечатляет. Гостей предупреждают, что, если кому-то вдруг захочется поговорить с кем-то из обвальщиков, следует помнить: длина лезвия его ножа - 32,5 см, и если обвальщик внезапно обернется, то лучше быть от него где-то на расстоянии метра. Тем более что там и пилы в ходу.

## ЛИРИЧЕСКОЕ ОТСТУПЛЕНИЕ

Обвалка - это отделение мяса от костей. Можно назвать и разделкой, но главное в том, что обвальщик получает в свое распоряжение половину туши свиньи и за считанные минуты разделяет эту массу на то, что потом мы покупаем: карбонад, корейку, ребра, вырезку. В октябре прошлого года

## БОЛЬШИЕ ЧИСЛА

### Группа «Черкизово» - это:

- 1-е место в России по производству мяса.
- 20 свиноводческих комплексов.
- 14 птицефабрик.
- 13 предприятий по мясопереработке.
- 13 комбикормовых заводов.
- 355 тыс. га сельскохозяйственных земель.
- 45 тысяч сотрудников.

именно обвальщик ЧМПЗ Максим Лукьянчев победил на «Шоу профессионального мастера обвальщиков» в московском Экспоцентре. Показанное на соревновании время обвалки - 2 минуты 19 секунд. Видимо, это выглядело почти как «Танец с саблями» Хачатуряна.

## СВЕРХУ КАСКА, НА ЛИЦЕ МАСКА

Особое внимание - переодеванию. Спецформа сотрудников комбината ослепительно белоснежная. Костюм таков: жилет, китель, брюки, ботинки на специальной подошве, не позволяющей скользить по мокрому полу. На голове - шапочка, укрывающая волосы. Сверху каска. На лице - маска. На руках -

перчатки. Никаких сережек, браслетов, цепочек и часов. Интересная деталь - жилет надевается под китель. Жилет сохраняет тепло, он уплотнен, избавляет от случайных травм, а китель легче стирать. И все карманы на кителе - внутренние. Ничего постороннего не должно случайно попасть в цех, выпав из внешнего кармана.

## ОБВАЛКА - ДЕЛО МУЖСКОЕ

Экскурсии по ЧМПЗ - дело и серьезное, и интересное. С одной стороны, видишь все операции, предшествующие покупке в магазине лотка с твоим будущим обедом. По конвейеру к мастерам подъезжают частично обработанные полутуши. Дальше за дело берутся обвальщики - элита мясопереработки. То место в кадровом составе, куда женщин не берут, как бы это ни возмущало феминисток. Здесь нужно быть сильным, выносливым, быстрым. Где женщины могут работать, так это на следующем этапе - жилровке, когда мясо отделяется от мелких костей, сухожилий и далее сортируется.

В другом цеху главная достопримечательность - куттеры. Это оборудование похоже на гигантский блендер или мясорубку: огромная машина с большим количеством ножей и громадным жерлом превращает мясо в однородную массу, чтобы на выходе получить сырье для колбас и сосисок.

## НЕМНОГО ИСТОРИИ

Черкизовский мясоперерабатывающий завод заработал в Москве рядом с Лосиным Островом в 1974 году. Приказ о приеме предприятия подписали в Министерстве мясной и молочной промышленности СССР.

Тогда за смену производилось 33 тонны колбасных изделий (сейчас отгружается до 550 тонн продукции в сутки). В 80-х ЧМПЗ возглавил Игорь Бабаев, впоследствии создавший группу «Черкизово». Сегодня компания является крупнейшим по объемам производителем мяса в России, а ее бренды - «Черкизово», «Петелинка», «Пава-Пава», «Куриное царство» - известны, без преувеличения, всем россиянам.





Ретростоловая: все колбасы изготовлены по ГОСТу.

### О ЕДЕ С НЕЖНОСТЬЮ

Самые интересные запахи возникают, когдаходишь до колбасного цеха. Там встречает аромат специй, копченого мяса. Видишь длинные ряды почти готовой продукции и в какой-то момент понимаешь масштаб производства и то, насколько большое место в нашей жизни занимает еда.

Было приятно слышать, с какой нежностью сотрудники говорят о рецептах и своей продукции. Например, о сальчичоне. Этот испанский деликатес - сырокопченая колбаса со специями, добавленными в нежный фарш, - стал гордостью «Черкизово». Основа специй обычна - соль и перец, рядом сосуществуют чеснок, мускатный орех, гвоздика, кориандр. И розовый перец вносит отдельную остроту и свежесть ноту.

После экскурсии мы отправились в ретрокафе - там специально для мероприятия все было организовано как в старые добрые времена: помещение с плакатами на стенах, за стойкой - развеселая буфетчица, громкая оптимистка. Такие знакомые песни, когда улыбающиеся парни в пиджаках поют: «Мир не прост, совсем не прост...» А еще - перевернутые конусы с краниками внизу, а в конусах самые популярные соки - томатный, яблочный, виноградный. И, конечно, колбаса, сделанная по ГОСТу, еще советскому ГОСТу. Докторская, любительская, сырокопченая. И еще много-много деликатесных сортов.

По залу сновали буфетчицы, разносящие оливье, мимозу, пирожки, сосиски в тесте и другие хиты советского общепита. Так было в моем студенчестве... На этом путешествии в прошлое закончилось.



Повар дает современный мастер-класс: как готовить вырезку от «Черкизово».

### КУХНЯ БУДУЩЕГО

Завершалась наша экскурсия уже в совсем не ретроместе. R&D Innovation Kitchen - отдельное помещение, где проходят дегустации, презентации и мастер-классы для партнеров Группы «Черкизово». Открылось это чудо совсем недавно - летом этого года. Под него отдали 500 квадратных метров на территории ЧМПЗ. Центр этого великолепия - гигантская кухня. Она оснащена духовками всех типов и размеров, грилями и миксерами, где можно устроить мастер-класс, презентацию, протестировать продукцию или на глазах у изумленных экскурсантов приготовить, например, вырезку а-ля Веллингтон, которой потом вас еще и угостят.

Немаловажная часть R&D Kitchen - лаборатория сенсорной оценки продуктов. Здесь дегустаторы пробуют то, что приготовлено буквально за стеной от них. Дегустируют практически вслепую: специальное оборудование не позволяет им видеть, что за кусок колбасы или сосиски им положили, красиво ли он выглядит. Важен только вкус. Внешним видом займется позже. «Машина времени» всегда под рукой.

### БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ

# 52 бургера в час

Группа «Черкизово» накормила участников финала марафона «Земля спорта».

После встречи ребята получили памятные призы и сфотографировались с воронежской командой.

Группа «Черкизово», крупнейший российский производитель мясной продукции, выступила партнером финала Всероссийского марафона «Земля спорта». Он прошел в городе Светлогорске Калининградской области под патронажем Минсельхоза России в рамках госпрограммы комплексного развития сельских территорий. Цель марафона - повысить качество жизни людей в селах и малых городах, в том числе за счет строительства современных спортивных объектов для продвижения физкультуры и здорового образа жизни. В этом году марафон охватил 57 регионов России, участие в нем приняли 13 тысяч человек.

Группа «Черкизово» открыла для участников и посетителей марафона брендированную лаундж-зону, где можно было попробовать бургеры с котлетами, произведенными на «Отечественном продукте» - калининградском предприятии компании. За десять часов марафона было съедено 520 бургеров. Гости зоны «Черкизово» могли не только утолить голод, но и весело провести время, играя в настольный футбол, дженгу или корнхол. Посетителями площадки «Черкизово» стали в том числе министр сельского хозяйства **Оксана Лут**, министр спорта **Михаил Дегтярев** и губернатор Калининградской области **Алексей Беспрозванных**.

Финал «Земли спорта» привлек более 10 тысяч зрителей. Спортсмены приняли участие в массовом забеге, соревнованиях по силовому экстриму, семейным эстафетам, мини-футболу и другим видам спорта. Среди участников соревнований по волейболу была и команда сотрудников «Отечественного продукта».



ХОРОШИЕ ДЕЛА

## «Черкизово» реализует благотворительные проекты в 19 регионах России

То есть везде, где у компании есть собственные предприятия.

Группа помогает в ремонте и благоустройстве детских образовательных учреждений, спортивных, культурных и исторических объектов, мест проведения досуга; «Черкизово» поддерживает ветеранов, многодетные семьи, людей, страдающих тяжелыми заболеваниями, и так далее; спонсирует спортивные мероприятия; участвует в подготовке местных праздников. В прошлом году на благотворительные цели компания потратила 69 млн рублей.

Вот например...

### ЭТО БЫЛ ПРОСТО КОСМОС!

Воронежская волейбольная команда «Кристалл-Черкизово», имеющая в активе бронзу российской Высшей лиги, весной 2023 года

провела показательный матч с онкобольными детьми - подопечными благотворительного фонда UNITY. Перед игрой ребятам рассказали об истории волейбола.

Мероприятие проходило в воронежском Дворце творчества детей и молодежи при поддержке администрации Воронежской области. Дети приняли участие в волейбольном мастер-классе - поучаствовали в показательной игре и конкурсе на точность бросания мячей.

«Мы благодарны команде «Кристалл-Черкизово», что ее игроки нашли время в плотном графике тренировок для встречи с детьми, которых поддерживает наш партнер - фонд UNITY. Общаясь с профессиональными спортсменами, ребята получили не только новые знания об одном из самых популярных видов спорта, но и много положительных эмоций», - отмечал руководитель отдела корпоративной социальной ответ-

ственности и устойчивого развития Группы «Черкизово» **Всеволод Грибченков**.

Группа «Черкизово» несколько лет сотрудничает с UNITY. В 2022 году компания поддержала арт-проект «Спутник», в рамках которого на протяжении года больные раком дети в больницах по всей России рисовали свои мечты вместе с космонавтом **Сергеем Кудь-Сверчковым** и психологами. Затем их рисунки нанесли на специальные металлические пластины, закрепили на спутнике и запустили в космос. Двадцать юных художников могли наблюдать, как результат их творчества оказался на космической орбите. Такие акции помогают ребятам поверить в то, что даже самые нереализуемые мечты можно воплотить в жизнь. А помощь взрослых дает им дополнительные силы для того, чтобы противостоять тяжелым заболеваниям и верить в лучшее.



# Мясо - это повод поесть овощи

Обычно в качестве гарнира к курице, индейке или свинине мы используем картофель, макароны, рис или гречку. Но ведь гарниры могут и должны быть разнообразнее - фрукты, грибы, мед... Расскажем об этом подробнее.



## Свининка любит кислинку

Свинина содержит невероятное количество незаменимых аминокислот и витаминов, которые сложно найти в других продуктах. Это мясо способствует активизации клеток мозга и тонизирует нервную систему. То есть свинина - природный антидепрессант.

Звучит странно, но оптимальное для свинины соседство - фрукты. Они придают мясу свежесть и остроту, а фруктовые кислоты помогут в нейтрализации лишних жиров, если кто-то беспокоится за фигуру.

### Для приготовления понадобится:

- мякоть свинины - 500 г;
- крупная красная луковица;
- сливы, виноград, яблоки (или другие фрукты) - по 100 г;
- оливковое масло;
- черный молотый перец.

### Для маринада:

- мед - 1 ст. ложка;
- горчица - 1 ст. ложка;
- оливковое масло - 2 ст. ложки;
- соевый соус - 1 ст. ложка.

Мякоть свинины (лучше всего свиной окорок «Черкизово») вымыть, обсушить и нарезать кусочками. Для маринада смешать мед, горчицу, оливковое масло и соевый соус. Залить мясо маринадом, перемешать и оставить на два часа. Лук нарезать полукольцами. Яблоки, сливы, виноград - дольками. На небольшом количестве оливкового масла обжарить свинину до румяной корочки, переложить в кастрюлю. В той же сковороде обжарить сначала лук до золотистого цвета, затем добавить нарезанные и очищенные от косточек сливы, яблоки и виноград, обжарить все вместе до мягкости, не забывая помешивать. Если остался маринад, добавить его в сковороду и немного выпарить. Обжаренные фрукты переложить к мясу, перемешать, долить воды примерно до середины, довести до кипения и тушить на медленном огне около 40 минут. Напоследок добавить черный молотый перец.

## Индейка с грибами и тыквой

Правильно приготовленная индейка может быть сочной и пикантной (при добавлении специй). Для верности возьмите бедро или филе индейки - это самые мясистые и нежные части птицы, поэтому отлично подходят для маринования, тушения и запекания в духовке.

Тушеная картошка с индейкой, тыквой и грибами - сытное и вкусное блюдо. Грибы делают его вкус богаче и ароматнее, а тыква привносит яркие вкусовые и визуальные штрихи. Всё дополняется терпким и аппетитным ароматом чеснока и свежей петрушки.

### Для приготовления понадобится:

- индейка (филе) - 300 г;
- картофель - 500 г;
- тыква (очищенная) - 200 г;
- лук репчатый - 100 г;
- шампиньоны - 200 г;
- чеснок - 2 - 3 зубчика;
- масло растительное - 30 - 40 мл (2 - 3 ст. ложки);
- соль - 0,75 ч. ложки (по вкусу);
- перец черный молотый - щепотка;
- петрушка свежая - 10 - 15 г.

Лук очищаем и нарезаем кубиками. В казане или толстостенной кастрюле разогреваем растительное масло и обжариваем лук на среднем огне 5 - 7 минут до мягкости, добавляем кусочки тыквы. Филе индейки «Пава-Пава» также некрупно нарезаем, перекладываем к луку. Обжариваем все, перемешивая, 5 - 7 минут. Картофель нарезаем средними ломтиками и добавляем в казан. Вливаем 300 мл воды. Тушим на маленьком огне под крышкой 10 минут. Грибы промываем, обсушиваем и нарезаем средними ломтиками, добавляем в кастрюлю. Тушим все под крышкой еще 15 минут, до готовности. Затем солим и перчим. Добавляем измельченную петрушку (оставив немного для подачи) и чеснок, очищенный и пропущенный через пресс.



Овощи с мясом - это не только вкусно, но и красиво.



## Курица в меду

Помимо фруктов и овощей, к осени в продажу поступает свежий мед - пчеловоды собирают его с середины июля по август. С медом лучше всего сочетается курятина. И блюдо получается очень вкусным.

### Для приготовления понадобится:

- курица - 1 кг;
- соевый соус - 5 ст. ложек;
- мед - 2 ч. ложки;
- чеснок - 4 зубчика.

Курицу «Петелинка» или «Куриное царство» хорошо промыть и вытереть бумажными полотенцами от влаги. Для маринада нужно смешать соевый соус, мед и измельченный чеснок. Затем хорошо натереть им птицу снаружи и внутри. Оставить на полчаса. Застелить фольгой противень или емкость, в которой будет запекаться курица. И отправить ее в предварительно разогретую духовку на 50 минут при температуре 190 °С. Получится мягчайшая карамелизированная птица с румяной хрустящей корочкой и сладко-соленым вкусом.

### ЦИТАТА

«Мясо, в сущности, всего лишь предлог поесть овощей».

Британская писательница Айрис Мёрдок.



# Приоритеты во всем: стало чище и на воде, и на суше

ЭКОЛОГИЯ  
НАЦИОНАЛЬНЫЕ  
ПРОЕКТЫ  
РОССИИ

Ирина ИЛЬИНА

В России по нацпроекту «Экология» идет генеральная уборка: расчищают реки, ликвидируют свалки и объекты накопленного вреда, утилизируют затонувшие суда.

Еще совсем недавно на окраине небольшой Жиздры (около 5,5 тысячи населения) было весьма неприглядно. Вид омрачала городская свалка, на которую свозили мусор с середины 1960-х. Строительные и древесные отходы, бумага, полиэтилен, пластик... С годами полигон вышел далеко за первоначальные пределы, увеличившись более чем в два раза. Здесь скопилось около 505 тысяч кубометров отходов, в том числе горючих. Из-за них не раз возникали пожары. Ядовитый дым отравлял всю округу. Особенно страдали жители близлежащих домов, которые находятся всего в 600 метрах от свалки. Недовольные люди обращались с жалобами в администрацию города, оставляли негативные комментарии в социальных сетях. И их услышали. В 2016 году свалку закрыли, а недавно закончилась ее рекультивация.

- На протяжении многих лет наши летние каникулы сопровождалась дымом от горящего мусора, неприятным запахом, постоянными летающими пакетами, сворой собак и рассыпавшимися по дороге к свалке бытовыми отходами. Довольно неприятная картина. Теперь же мы будем дышать свежим воздухом, видеть, как растут новые деревья, гулять и ездить вдоль чистой дороги. Спасибо за долгие изменения в экологической среде нашего любимого города, - рассказала местная жительница Людмила Тишкина.

## ЗА РАЗДЕЛЬНЫЙ СБОР!

Реформа системы обращения с твердыми коммунальными отходами (ТКО) началась несколько лет назад. Пришла пора уменьшить объемы мусора на полигонах и сами полигоны. По нацпроекту «Экология»



### ТОЛЬКО ФАКТ

С 2019 года в стране рекультивировали 135 несанкционированных свалок в границах городов. До конца года закончат работы еще на 56 объектах. Это улучшит жизнь более 20 миллионов людей.

Эковолонтеры спасают водоемы, убирая с берегов мусор.

проводится большая комплексная работа. Строятся мусоросортировочные комплексы и мусороперерабатывающие заводы, создается инфраструктура, чтобы людям было удобно сортировать отходы, особое внимание уделяют экопросвещению. Без этих составляющих формирование экономики замкнутого цикла невозможно.

Современная система обращения с ТКО рассчитана на два потока отходов - мокрых (неперерабатываемые) и сухих (будущее вторсырье). Контейнеры для обустройства хозяйственных площадок появляются по всей стране, что делает идею раздельного сбора доступной и понятной. За время реализации нацпроекта в 78 регионах России установили более 327 тысяч контейнеров.

Так, в Тамбовской области местные жители активно используют контейнеры для сбора вторсырья. Регион закупил 781 емкость для раздельного накопления мусора. Только в 2023 году собрано 296 тонн вторсырья. В семье Тимофеевых, которые живут в рабочем поселке Новая Ляда, раздельный сбор отходов

стал неотъемлемой частью жизни.

- Конечно, это требует некоторых усилий, но мы уже привыкли, - говорит Надежда Тимофеева. - К тому же это не отнимает много времени. Раздельный сбор отходов - это необходимость для сохранения нашей планеты.

В свою очередь, губернатор области Максим Егоров отмечает, что Тамбовская область уже несколько лет сохраняет лидерство в Национальном экологическом рейтинге.

- Мы делаем все для сохранения статуса одного из самых экологически чистых регионов России, выполняем целевые показатели нацпроекта «Экология» по переработке мусора, - сказал глава региона. - Мы завершаем рекультивацию трех мусорных полигонов в регионе. Теперь на их месте в городах Мичуринск, Уварово и Жердевка будут расти луговые травы. От нашей работы зависит сохранность тамбовских черноземов, чистота населенных пунктов, рек и озер, санитарное благополучие, а главное - качество жизни населения, а значит, мы сделаем для этого все необходимое.

## ЗАБОТА О ПРИРОДЕ

За последние пять с половиной лет при поддержке нацпроекта в России восстановили здоровое состояние более 418 км рек и других водных объектов и 21 тыс. га водохранилищ, которые чаще всего служат источниками питьевой воды. Водоемы снова становятся глубокими и чистыми, улучшается их биологическое состояние, а условия проживания для людей, живущих поблизости, становятся комфортнее. От чистоты малых рек и других водоемов зависит весь водный каркас, а значит, сельское и городское хозяйство, судоходство и множество других отраслей.

В этом году в Пензе расчистили городской пруд. Он появился в 1984 году, после строительства на ручье узла гидротехнических сооружений. И с тех пор его ни разу не чистили!

- Процессы заиления начались сразу после образования пруда. В теплое время года он цвел, вода была мутной и практически не обновлялась. Восстановительные мероприятия позволят сохранить положительный эффект на несколько ближайших десятилетий, - рассказал руководитель Верхне-Волжского БВУ Росводресурсов Александр Баринев.

Специалисты восстановили участок протяженностью 1,2 км. За время расчистки со дна пруда подняли 94 тыс. кубометров донных отложений. В результате открылись заиленные родники, циклы обновления воды в водоеме ускорились.

- Городской пруд является единственным местом отдыха у воды в Октябрьском районе Пензы. Уверены, что расчищенный водоем привлечет внимание жителей всего города,

- отметил министр лесного, охотничьего хозяйства и природопользования Пензенской области Рихат Алтынбаев.

**КСТАТИ**

**Акции «БумБатл» Движения «Экосистема» - 5 лет!**

Это Всероссийская акция по сбору макулатуры в поддержку национального проекта «Экология». «БумБатл» - забота о природе через сбор и переработку бумаги. А еще соревнование по количеству собранной макулатуры, где можно побороться за первенство в командном или индивидуальном зачете.

**КАТЕГОРИИ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ: ДЕТСКИЕ САДЫ, ШКОЛЫ, ССУЗЫ, ВУЗЫ, БИЗНЕС, РЕТЕЙЛ, ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ЗАЧЕТ И СЕМЕЙНАЯ НОМИНАЦИЯ.**

**Пять шагов до победы:**

Шаг 1. Зарегистрируйтесь на сайте [бумбатл.рф](http://бумбатл.рф)

Шаг 2. Укажите организацию или подтвердите самостоятельное участие.

Шаг 3. Затем выберите на интерактивной карте ближайший пункт приема.

Шаг 4. Отнесите бумагу туда.

Шаг 5. Загрузите акт в личный кабинет.

**Акция продлится до 15 ноября.** По итогам оргкомитет «БумБатла» определит лидеров по объемам сданного бумажного сырья в каждой из номинаций. Всех участников акции ждут подарки. Также будут объявлены самые результативные регионы страны.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда





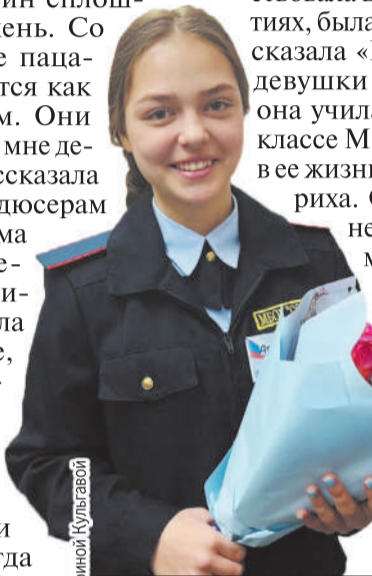
# Гибель отца и натянутые отношения с мамой

**Анастасия КУРЕНОВА**  
(«КП» - Иркутск)

Шоу «Новые пацанки» с тремя участницами из Иркутской области показали в эфире федерального телеканала. Одной из них стала 18-летняя Софья Кульгавая.

**«ПАРНИ ОБЩАЮТСЯ КАК С БРАТАНОМ»**

- Я - один сплошной стержень. Со мной даже пацаны общаются как с братаном. Они не видят во мне девочку, - рассказала о себе продюсером проекта сама Соня. Девушка родилась и росла в Ангарске, что в 46 километрах от Иркутска. Ее отец трагически погиб, когда девочке было всего три месяца. Мужчина утонул во время рыбалки.



Предоставлено Мариной Кульгавой

**Девушка училась в кадетском классе и профильном классе МВД.**

Машина, в которой он находился, ушла под лед. Об этом Софья узнала только в школе. По словам близких, отчасти ее решение поступить в кадетский класс было связано с желанием пойти по папиным стопам, ведь он был военным.

- В школе Соня была очень активной, постоянно участвовала в разных мероприятиях, была отличницей, - рассказала «Комсомолке» тетя девушки Марина. - Также она училась в профильном классе МВД, но в 8-9 классе в ее жизни началась неразбериха. С военной сферой не сложилось, и племянница поступила в колледж в Иркутске.

Участница «Пацанок» призналась, что всегда хотела освободиться от маминого «тотального контроля». Родительская строгость не раз становилась при-

чиной ссор. Из-за скандалов школьница даже уходила из дома. Но сейчас Софья благодарна за то, что в ней «воспитали характер».

- Отношения действительно натянутые. О том, что улетает в Москву, Соня сообщила маме, позвонив прямо из аэропорта, - говорят родственники. - Мы надеялись, что психологи проекта помогут ей решить эту проблему. Однако зачем еще ей понадобилось участвовать в шоу, мы не понимаем.

**МАМА О СЪЕМКАХ НЕ ЗНАЛА**

Пользователи сети, которые называют себя подругами Софьи Кульгавой, описывают девушку как добрую, веселую и дружелюбную.

- В жизни она не ведет себя, как те пацанки, которых показывают по телевизору, - прокомментировал знакомый участницы из Ангарска.

Как стало известно «Комсомолке», съёмочная группа реалити



Телеканал «Пятница»

приезжала в Приангарье в июле. Вместе с девушкой они посетили кладбище, где похоронен ее отец, и дом, где прошла часть ее детства. При этом мама Софьи о съемках не знала. От общения с журналистами «Комсомолки» она также отказалась.

**СПРАВКА «КП»**

**О ПРОГРАММЕ**

Цель проекта - внутреннее и внешнее преображение участниц с непростым прошлым. Пятнадцати девушкам из разных регионов страны помогают побороть страхи, отказаться от зависимостей и найти себя в жизни. Победительницей социального реалити станет та, кто справится с испытаниями и сможет измениться в лучшую сторону.

В новом сезоне участницы будут жить в диком лагере, окруженном джунглями. Наставником «новых пацанок» стал блогер и телеведущий Дмитрий Масленников. Премьера состоялась 19 сентября.

**КСТАТИ**

**В СПИСКАХ ПРЕТЕНДЕНТОК НА ПОБЕДУ - ЧЕТЫРЕ СИБИРЯЧКИ**

Помимо иркутянок, в новом сезоне участвует девушка из Омской области.

От Иркутской области кроме Софьи Кульгавой кастинг прошли 25-летняя Лейла Ключевская из Иркутска и 20-летняя Александра Крючкова из поселка Лесогорска.

Лейла родилась в семье наркозависимых, попала в детский дом. Трудные подростковые годы оставили свой отпечаток. Лейла стала воровать, чтобы прокормить себя, а в 15 лет родила, но малыш не дожил и до двух лет...

Александра появилась на свет без руки. Ей приходилось мириться с издевками и насмешками от сверстников.

Участница проекта из Омской области - 23-летняя Ангелина Терехина. Отец девушки был алкоголиком, после его смерти к бутылке пристрастилась и мать. Жизнь в родительском доме стала настолько невыносимой, что Ангелина сбежала. А вскоре девушка узнала, что мама умерла от бесконечных запоев.

- Я виню себя. Не было дня, чтобы я не думала и не вспоминала о ней, - рассказала девушка.

От глубочайшего потрясения Ангелина перестала получать удовольствие от жизни.

Все участницы надеются, что проект поможет им начать жизнь с чистого листа.

## ■ БЫВАЕТ ЖЕ!

**Надежда РЫЖКИНА**  
(«КП» - Новосибирск)

История, достойная мексиканских сериалов, случилась в Новосибирске. Ветеран войны в Афганистане оказался совсем другим человеком. Его родство с дочерью Лилией Дорожкиной подтвердил тест ДНК. Но другая сторона продолжает настаивать - никакой он не Дорожкин, а Поляков.

Чуть больше года назад интернет облетела новость о том, что в Новосибирске живет ветеран войны в Афганистане Евгений Поляков, офицер ВМФ, который потерял свой паспорт, а потому из-за его отсутствия не может получить медпомощь. Восстановить документы тоже не получалось долгие 6 лет из-за того, что полицейские не могли установить личность мужчины.

Историю с утраченным паспортом предала огласке сожительница Евгения Полякова, медсестра Наталья Хливецкая. И вот теперь в этой истории появился новый поворот. Летом 2024 года на Евгения Полякова вышла девушка Лилия Дорожкина, живущая в Крыму. Она утверждает, что за его именем скрывается совсем другой человек - ее отец, которого на самом деле зовут Александр Дорожкин.

**«БРОСИЛ НАШУ СЕМЬЮ, КОГДА МНЕ БЫЛО ДВА ГОДА»**

Лилия вместе с бабушкой живет в Севастополе. О том, что у нее есть родственник в Новосибирске, она узнала в апреле 2024 года, когда на них вышел уголовный розыск.

# Сибирский «клон»



Предоставлено Лилией Дорожкиной

**Лилия Дорожкина утверждает, что на этом фото ее родителей изображен ветеран из Новосибирска, он же Александр Дорожкин.**

- Следователи нам объяснили, что в Новосибирске есть Евгений Поляков, который может быть нам родственником. Взяли образец ДНК на анализ, и родство подтвердилось - это оказался мой отец, - рассказала Лилия Дорожкина.

Девушка отца плохо знала, ведь он рано ушел из семьи. На матери Лилии он женился, когда та еще не достигла совершеннолетия.

- Я знаю его биографию только по рассказам. Мама о нем не особо распространялась из-за обиды. Но упоминала, что они познакомились в Таганроге. Ему на тот момент был 31 год, а маме 17. Свадьбу играли в декабре 1998 года, когда мама забеременела мной. В 2001 году отец сказал, что уедет на заработки, и все, пропал. Бабушка рассказы-

вала, что он ей последний раз звонил из Орска еще 20 лет назад, говорил, что у него забрали паспорт, просил перевести ему денег. Бабушка с того момента с ним больше не общалась. Он окончательно исчез и не выходил на связь, - говорит девушка.

Крымчанка утверждает, что никакого героического прошлого в биографии ее отца нет. Она пробовала связаться с ним, но говорил, что сам Александр никак не заинтересован в общении с дочерью. Все вопросы она решала через его сожительницу.



**Евгений Поляков в 2000-х.**

Предоставлено Натальей Хливецкой

**ДОКУМЕНТЫ НА ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА?**

В качестве доказательства Дорожкина представила свадебное фото своих родителей. Однако медсестру Наталью Хливецкую фотография не убедила. Она уверена, что это фотошоп, и рассказывает совершенно другую историю.

Евгений Поляков, по ее словам, окончил Черниговское высшее летное училище, в 1987 году служил на территории Афганистана. Там он получил ранение, через несколько лет поступил в Питерскую военно-морскую академию, с 1990-х до 2008 года служил в составе Тихоокеанского ВМФ. А когда получил увольнение, друг позвал его работать в Толмачево. Евгений переехал в Новосибирск. Здесь в кафе у него и украли сумку с документами.

Сейчас Евгению Полякову уже выдали документы на имя Александра Дорожкина. Но женщина уверена - пропавший 20 лет назад человек не имеет никакого отношения к ветерану-афганцу.

- У Евгения было два катапультирования, сейчас развился некроз тазобедренных суставов.

Мы взяли этот паспорт потому, что надо экстренно готовиться к операции. А так не собирается он быть никаким Дорожкиным! - говорит Наталья. - У человека есть кители, есть ранения, есть партбилет, что он Поляков!

Две недели назад женщина отправила запрос главе СК России Александру Бастрыкину с просьбой помочь.



# Маша-растеряша или аферист?

Из дела с потерянными миллионами исчез главный вещдок: владелец сумки, в которой якобы лежали деньги, снова ее потерял.



Окончание.  
Начало < на стр. 1

## ПРОПАВШИЕ МИЛЛИОНЫ

Скандал случился в ноябре 2021 года недалеко от гостиницы River Park. 35-летний предприниматель **Владимир Лисивцев\*** отдыхал вечером с другом в ресторане. Потом вызвал такси и поехал домой, забыв на тротуаре сумку от ноутбука.

О сумке с миллионами он вспомнил только через сутки! Пришел в полицию. Сумку нашли прямо на работе у 45-летней Айнагуль Борбуевой, в подсобке. Но Айнагуль клялась: внутри не было миллионов, только медицинская маска, ручка и флешка. Уборщица даже прошла тест на полиграфе, который показал: не врет. Но мигрантку все равно отправили в СИЗО.

Ее юристы заявляли, что она могла стать жертвой мошеннической схемы бизнесмена Лисивцева. Оказалось, он взял кредиты в банках, а потом мог инсценировать, что его обокрали, чтобы заявить о банкротстве. Но суд первой инстанции не поверил этим доводам. Мигрантку осудили на 2 года и 6 месяцев колонии общего режима.

## СУД: СУМКА БЫЛА ПУСТОЙ

Уборщица подала апелляцию, и Новосибирский областной суд изменил приговор. Там согласились, что доказательств о наличии миллионов следствие не предоставило. Но Айнагуль все равно осудили - на этот раз за кражу пустой сумки. Ее суд оценил в 10 тысяч рублей. Уборщицу приговорили к штрафу в 60 тысяч рублей и выпустили на волю. Пустую сумку из-под ноутбука тогда вернули предпринимателю Лисивцеву. Но мигрантка продолжила подавать жалобы на решение суда - виновной Айнагуль себя не считает.

## ИСЧЕЗНУВШИЙ ВЕЩДОК

Восьмой кассационный суд общей юрисдикции отменил приговор апелляционной инстанции. Дело отправили заново в тот же Новосибирский областной суд. Главный вопрос - это стоимость сумки, за которую судят уборщицу.

- Она не стоит 10 тысяч рублей, имеет потертости. Мы доказывали, что нужно провести товароведческую экспертизу. Судьи в кассации согласились, что ранее она была проведена некорректно. Также в жалобе я писала, что сумка не была

украдена, что это находка и никакого состава преступления тут нет. В этой части кассация нам отказала, - рассказала **Наталья Коломбет**.

Новосибирский областной суд вызвал бизнесмена Лисивцева. У него затребовали сумку, которую якобы украла уборщица. Но предприниматель заявил, что снова ее потерял!

- Поэтому экспертизу делаем по фото сумки, в августе мы заказали новую справку у экспертов, они посчитали, что сейчас такая сумка стоит около 1,5 тысячи рублей. С этим документом дело ушло в суд. Сейчас оно на стадии экспертизы. Если суд признает стоимость в 1,5 тысячи рублей, то Айнагуль оправдают по обвинению в краже, так как уголовная ответственность наступает при сумме от 2,5 тысячи рублей, - рассказала Наталья Коломбет.

Сама Айнагуль съездила к себе в Киргизию и вернулась в Новосибирск, вновь устроилась на работу уборщицей. Она намерена добиться компенсации морального вреда за уголовное преследование.

\*Имя и фамилия бизнесмена изменены.

## ГРОМКОЕ ДЕЛО

### Крайним остался участковый

Надежда РЫЖКИНА  
(«КП» - Новосибирск)

Мать 17-летней школьницы из Новосибирска, погибшей от рук мигранта, требует 5 миллионов рублей с бывшего полицейского. Его обвиняют в том, что не смог предотвратить убийство.

## ДОГНАЛ И УСТРОИЛ РАСПРАВУ

Жестокие кадры расправы над девушкой летом 2022 года потрясли весь Новосибирск. Хушнуд Хамроев убил Олю (имя изменено. - Прим. ред.) прямо посреди улицы в Нижней Ельцовке. Преступление попало на видеорегистраторы. Проезжавшие мимо водители пытались помешать мигранту, но не успели.

В 2024 году Хамроева приговорили к 15 годам колонии строгого режима. Помимо умышленного причинения смерти, его признали виновным еще по трем статьям УК - угроза убийством, истязания, половая связь с лицом, не достигшим 16 лет. Также присудили почти 3 миллиона рублей компенсации материального и морального вреда семье потерпевшей.

## РОМАН ПООЩРЯЛА СЕМЬЯ

Оля не была случайной жертвой мигранта. Роман с парнем на 10 лет старше нее начался, когда школьнице было всего 15. С Хушнудом они жили по соседству. Что интересно, родители девушки об этом знали, но против отношений дочери со взрослым парнем не возражали. Напротив, даже помогли Хушнуду устроиться грузчиком в местный супермаркет.

Тот заботы не оценил - в паре то и дело разгорались скандалы. В припадках ревности Хамроев не раз поднимал на Ольгу руку.

Родители девушки вспоминали, что в последние полгода перед смертью Оля приходила домой в слезах и синяках. Однажды она призналась, что Хушнуд сильно избил ее. А когда она захотела его бросить, он начал ее преследовать и угрожать. Девушка молила о спасении, родители несколько раз обращались в полицию, вот только помощи не было. Дела не были возбуждены.

## КТО МОГ СПАСТИ ДЕВУШКУ?

Итогом расследования убийства школьницы стало еще одно уголовное дело - против теперь уже бывшего участкового Анатолия Саушкина. Его обвинили в халатности за то, что не давал хода заявлениям родителей Ольги.

Судебный процесс над Саушкиным начался в июле нынешнего года. Кроме того, мать погибшей девушки предъявила экс-полицейскому иск на 5 млн рублей в качестве компенсации морального вреда.

У Саушкина в этом деле своя правда. Он считает, что инициировал все необходимые проверки.

Прокуратура трижды признавала действия участкового законными и утверждала постановления об отказе в возбуждении уголовного дела.

По словам мужчины, мама девушки первый раз обратилась в полицию в ноябре 2021-го, обвиняя Хамроева в том, что он угрожал ее дочери убийством. Но подтвердить это якобы ничем было нельзя, а значит, оснований для возбуждения уголовного дела не было.

- С Хамроевым была проведена профилактическая беседа, и я написал отказ в возбуждении уголовного дела. А потом сама же мать девочки рассказала, что была девушка-свидетель, которая видела, как Хамроев угрожает школьнице. Я посоветовал тогда матери обращаться в прокуратуру и добиваться возобновления дела, - рассказал Саушкин в разговоре с корреспондентом «КП» - Новосибирск».



Школьница встречалась со своим будущим убийцей несколько лет.

Прокуратура действительно вернула материалы на дополнительную проверку. Но тут, как объясняет участковый, сама мать девочки отказалась от дальнейших разбирательств.

- Я составил справку о том, что мать отказалась от общения, новое постановление об отказе в возбуждении дела прокуратура согласовала. Опрашивал Хушнуда, предостережения ему выносил. Свидетели, которые были, не подтверждали фактов угроз. Семья обращалась с заявлениями не сразу, когда он угрожал, а через какое-то время, поэтому побоев видно не было. После первого заявления я позвонил матери, попросил ее приехать, чтобы опросить ее, она сказала, что у них уже «все нормально», - уверяет полицейский.

Тем не менее после резонансного убийства школьницы руководство объявило участковому выговор, а следователи СКР возбудили уголовное дело. Майору, служившему в органах МВД с 2005 года, пришлось уйти на пенсию. Его адвокаты готовы добиваться оправдания.

## ВОПРОС - РЕБРОМ

### А где же миллионы?

Уголовное дело о пропаже денег не было закрыто, и полиция продолжает расследование. Детали пока не разглашаются.

По видеозаписи известно, что сумка пролежала на тротуаре под камерами всю ночь, пока ее не подняла уборщица. При этом никто, кроме бизнесмена, денег в сумке не видел. Если предприниматель обманул следствие и это

будет доказано, то он сам рискует попасть под уголовное дело о ложном доносе с искусственным созданием доказательств обвинения. Это до 6 лет колонии.

- Но если расследование дела приостановят за необнаружением доказательств, то вопрос повиснет в воздухе, - сообщил «КП» - Новосибирск» адвокат **Константин Зиновьев**.



# Сумасшедшие виды, от которых захватывает дух

**Волонтеры показали места, где в тайге среди диких зверей выживает 79-летняя отшельница Агафья Лыкова.**

**Ася ЖУКОВА**  
(«КП» - Красноярск)

Горы-гиганты, звездное небо, чистый воздух - первозданная красота! А до ближайшего жилья - 250 километров. После экспедиции к отшельнице Агафье Лыковой в Хакасию волонтеры поделились потрясающими фото.

## ОДНА В ГЛУШИ

Напомним, Агафья Карповна живет одна в глухом лесу уже больше 35 лет, в местечке на крутом берегу реки Еринат, куда привел семью ее отец, старовер-беспоповец Карп Осипович. Было это еще в 30-е, почти век назад. Лыковых нашли только через 40 лет: в 70-е на их заимку наткнулись геологи. Постепенно - один за другим - ушли все родные Агафьи. Последним, в 1988-м, умер отец. С тех пор она управляется одна.

Когда могут, помогают инспекторы заповедника «Хакасский» (на его территории расположена заимка Лыковых), отшельнице отправляет помощников Русская православная старообрядческая церковь. Очень много делают для нее благотворители. А еще каждый год навещают Агафью друзья из Москвы. Это волонтеры, студенты и преподаватели технологического университета (РТУ МИРЭА).

На заимку Лыковых, находящуюся в труднодоступном уголке тайги, они прилетают вот уже 14-й год подряд, с 2011-го. По традиции, бывают у Агафьи дважды в год - перед зимними праздниками и на исходе лета.

## БАЙКА О ПРЫТКОМ МЕДВЕДЕ

Пожалуй, это самая важная для нее пора. Ведь в августе нужно хорошень-



Евгений ЕСЕНГАЛИЕВ

ко подготовиться к зиме, а она в горах может наступить рано. Поэтому работы было хоть отбавляй: помогли Карповне заготовить побольше дров и сена для коз, ловили рыбу, собирали грибы да ягоды. Главное, чтобы хватило на долгую зимовку!

Поэтому себя не жалели, трудились на износ. В перерывах беседовали с «хозяйкой тайги», а она им открывала свои секреты.

- Помню, шли по берегу реки недалеко от заимки, и Агафья Карповна рассказывала, следы каких животных мы встретили - буквально в паре сотен метров от ее жилья. Было интересно узнать, что за звери подходят так близко к заимке! - сообщает один из волонтеров, Святослав Вязов. - Во время экспедиции мы смогли увидеть следы марала, барсука и медведя с медвежатами!

Кстати, о медведях. Как-то Агафья поведала ребятам такую историю о хитром косолапом:

- Это было у реки. Там пихта, мы под той пихтой обедали. Была у нас там сушилка, сушили мясо. Принесли братья мяса к Пасхе, ну и положили на ту сушилку. Хвать - нету! Спрашиваем: «Лежало

мясо-то убрали, нет?» Сказали, нет. Это медведь пришел и за речку, за мостик утащил туда в мешке и съел!

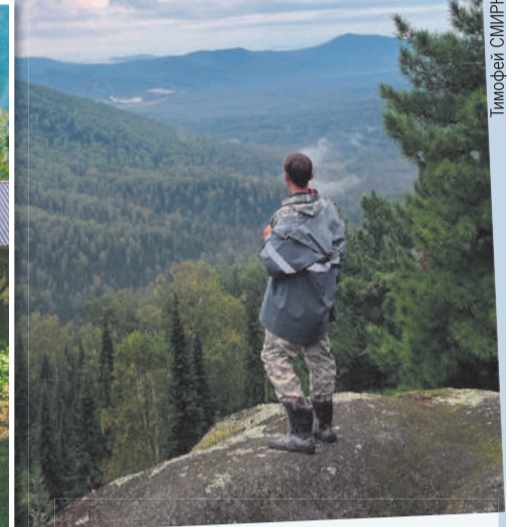
Да так прытко, никто его и не приметил. Этот бабушкин рассказ волонтеры даже сняли на видео. Такой у нее говор, певучий, мягкий. Будто из Древней Руси с ее укладом.

## НАВЕСТИЛА СВОИХ

Кто не знает, в жизни Лыковых было время, когда они уходили еще дальше от цивилизации, за реку - в гору. Но климат в тех краях еще суровее, долго не протянули, вернулись. Тем не менее там чудом сохранился старый домик, а рядом похоронена вся семья Агафьи, мать с отцом, братья, сестра. Ходу туда несколько часов, за день не успеешь обернуться.

Так что отшельница посещает святое для нее место только с okazji, когда прилетают гости. Одной уже трудноვა-то - возраст! Недавно она побывала там вместе с волонтерами. Помолилась, повспоминала.

А по дороге - как запасливая хозяйка - набрала еще грибов и ягод! Такая уж выучка, когда-то она перенесла страшный голод. От него умерла ее мать.



Тимофей СМИРНОВ

## ДОСТОЙНО ЭКРАНИЗАЦИИ

Ну а что же волонтеры? Кроме помощи по хозяйству и общения с отшельницей, их ждало еще одно открытие - потрясающая природа Хакасии! От сумасшедших видов тех мест, где с самого рождения живет Агафья Карповна, захватывало дух.

- Для обычного горожанина наблюдать природу Хакасии - головокружительное удовольствие, - поделился волонтер Тимофей Смирнов. - Необъятные пышные леса, гигантские горы, невероятное звездное небо, чистейший воздух. Виды, достойные экранизации!

- Каждую ночь мы любовались звездным небом! - вторит ему студентка Маша Гагарина. - Как еще успевали выспаться.

- Хакасия в сердце навсегда, обязательно вернемся! - В этом сходятся все участники экспедиции.

- Спасибо огромное за вашу бесценную помощь нашей Агафьюшке, - благодарят в соцсетях.

- Такие люди, как Агафья Карповна, - это жизненные маяки! И пока они есть, следующим поколениям есть на кого и на что ориентироваться. Дай Бог здоровья и душевных сил!



Тимофей СМИРНОВ

Волонтеры запечатлели звездное небо над заимкой Агафьи. Снимки - восторг, будто сделаны через телескоп.



Егор МАЛЫСИН



# «Самое приятное, я увидел любимую жену»

**Виктория КУДАЕВА**  
(«КП» - Иркутск)

**Паралимпиец из Бурятии восстановил зрение благодаря уколу за 49 млн рублей.**

Еще несколько месяцев назад спортсмен из Бурятии, член паралимпийской сборной России Баясхалан Будаев практически ничего не видел из-за редкого генетического заболевания «амавроз Лебера». Но сейчас его жизнь кардинально изменилась. Все благодаря проведенной операции. Врачи сотворили настоящее чудо!

## ЗРЕНИЕ ПАДАЛО ПОСТЕПЕННО

Проблемы со здоровьем появились у Баясхалана, когда ему было три месяца. Родители заметили, что сын слабо реагирует на движения и предметы. Обратились к офтальмологам. Они поставили диагноз - «пигментная дегенерация сетчатки». Зрение у сибиряка падало постепенно.

Учился в специальной коррекционной школе по учебникам со шрифтом Брайля, - вспоминает Баясхалан. - Видел все очень размыто. Не мог разглядеть лица людей. Не понимал, женщина стоит передо мной или мужчина. Все было в чернотных тонах.

Также у Баясхалана был выявлен дальтонизм и астигматизм. Врачи предложили использовать трость, но сибиряк научился передвигаться без нее. Дома справлялся легко: знал, где расположены привычные предметы, как стоит мебель. Прогулки по улице в своем районе - тоже не проблема. А в незнакомых местах без посторонней помощи было уже не обойтись.

## ИСТОРИЯ БОЛЕЗНИ

### Еще и на юбилее станцует!

**Вячеслав КУИМОВ**  
(«КП» - Красноярск)

**В Красноярске врачи успешно прооперировали 84-летнюю женщину с тазобедренной грыжей.**

Она стала самой возрастной пациенткой с такой патологией в истории Федерального Сибирского научно-клинического центра.

Валентина Григорьевна страдала из-за проблем с грыжей более 10 лет. Ей было тяжело ходить, а позже к этому

прибавились проблемы со сном. В 2015 году горожанке провели операцию, однако спустя несколько лет у нее случился рецидив. Мучительная боль вернулась.

Уже в этом году встал вопрос о повторном оперативном вмешательстве. В этот раз за операцию взялся хирург **Виктор Кайрыш**.

Сейчас 80% грыж мы удаляем лапароскопически, через небольшие проколы, с установкой сетчатого протеза. Так

было и в этом случае. Справились за 50 минут, чтобы минимизировать воздействие наркоза, - говорит врач.

Пожилую красноярскую уже выписали, она чувствует себя хорошо. Единственное ограничение - нельзя поднимать тяжести на протяжении трех месяцев.

Мой лечащий врач - просто золотой человек, который практически не

Мальчик учился в пятом классе, когда его дедушка предложил внуку заняться вольной борьбой. Баясхалану понравилось, затянуло. Однако от постоянных падений заболевание прогрессировало. Врачи запретили тренироваться.

Я осознавал, что найти обычную работу с таким зрением практически невозможно, поэтому решил посвятить себя профессиональному спорту - легкой атлетике.

Баясхалан добился немалых результатов: на сегодняшний день он мастер спорта, победитель многочисленных чемпионатов по легкой атлетике, а также член паралимпийской сборной России. На трассах он рука об руку бежит со зрячим и специально обученным человеком, который называется «ведущий спортсмен-лидер». Вместе они покоряют дистанции.

## РЕШИЛСЯ НА ОПЕРАЦИЮ

Три года назад зрение паралимпийца начало ухудшаться. Мужчина перестал видеть даже очертания предметов. В 2020 году Баясхалан участвовал в соревнованиях в Москве и проходил тщательный медосмотр. Врачи предложили взять анализ крови, чтобы провести генетическое исследование, и выяснить, что именно стало причиной потери зрения. Через два месяца со спортсменом связались.

У меня подтвердилось редкое генетическое заболевание «амавроз Лебера», - говорит Баясхалан. - Это одна из разновидностей пигментной дегенерации сетчатки. Передается по наследству, носителями «сломанного» гена являются родители, поскольку болезнь проявилась также у младших брата и се-



Баясхалан БУДАЕВ

стры. Хотя они видят намного лучше, чем я в их годы. Сестра может читать обычные книги, а брат видит четкие очертания, но все равно передвигается с тростью.

Баясхалану рассказали, что с 2017 года, врачи помогают людям с таким диагнозом блокировать развитие заболевания с помощью генотерапевтического препарата, так как в итоге болезнь чаще всего приводит к полной потере зрения. Мужчина встал в очередь на терапию.

Стоимость двух инъекций препарата составляла 49 миллионов рублей. Собрать такую сумму Баясхалан не мог. На помощь паралимпийцу пришли неравнодушные люди, волонтеры и благотворительные организации. Один из фондов помог с лечением сестры спортсмена. А министерство здравоохранения Республики Бурятия выделило средства на покупку препарата и проведение операции для самого Баясхалана.

Хирурги оценивали мои шансы 50 на 50, случай был не совсем операбельный, не совпадали какие-то показатели, - говорит Баясхалан. -



ФСНЦ ФМБА

отходил от меня после операции. Большое ему за это спасибо, - говорит женщина.

Кстати, в этом году красноярская отметит 85-летний юбилей. Медики пожелали ей крепкого здоровья и, конечно же, долголетия.



ми, какие они есть на самом деле. Вижу очертания предметов, лица людей, их мимику, жесты. Вижу номера маршруток. Теперь я могу самостоятельно передвигаться по городу.

Баясхалан рассказывает, что с каждым днем он видит лучше.

Врачи радуются результату, как и семья. Жена, конечно, бывает, проверяет меня, вижу я или нет. Может язык, например, показать. Но теперь от меня ничего не скроется (смеется).

После Нового года сибиряку придется бросить спорт. Дело в том, что мужчине противопоказана какая-либо физическая нагрузка, выступать на соревнованиях он больше не сможет.

Пока я нахожусь в составе паралимпийской сборной, продолжаю получать зарплату по результатам рейтинга предыдущих достижений, - объясняет Баясхалан. - Но как только перестану выступать, контракт расторгнут. Ищу другие варианты. Интересно политика, возможно, найду себя в этой сфере.

Меня предупреждали: существует риск, что сетчатка лопнет, произойдет полная потеря зрения. Но я решился!

Когда через несколько дней Баясхалану сняли повязку, он увидел яркий свет. Заметив динамику, спортсмену прооперировали второй глаз.

## ВИЖУ ЭМОЦИИ И МИМИКУ ЛЮДЕЙ

Но самое приятное, я увидел любимую жену! - рассказывает Баясхалан. - Мы познакомились с Сарданой в 2017 году через соцсети. Общались с помощью голосового помощника в телефоне. А когда встретились, я делал вид, что здоров. Конечно, потом она все равно узнала о болезни, но осталась со мной. Мы поженились, родились две дочери. Сейчас им 3 и 2 года.

После операции прошло уже почти четыре месяца. Баясхалан признается: его жизнь разделась на «до» и «после».

Исчез дальтонизм. Теперь я воспринимаю цвета так-

## НЕДУГ

### Сердце билось, как у птицы

**Алина МОСКАЛЕВА** («КП» - Омск)

**Омские врачи спасли пациента с редким видом аритмии**

В Клиническую медико-санитарную часть №9 54-летний омич обратился, совсем было отчаявшись. От аритмии он страдал уже больше 10 лет, лечился в федеральных центрах, но опасное заболевание вернулось снова.

Сердце пациента билось, как у птицы - сокращалось до 200 раз в минуту при норме в 60-80 раз. Из-за этого кровь хуже циркулировала по венам, в любой момент мужчине грозил инфаркт или инсульт.

Для выявления очага аритмии медики МСЧ №9 завели внутрь сердца специальный катетер, считывающий за 1 секунду около 100 электрических внутрисердечных сигналов. Это позволило всего за несколько минут построить анатомическую и электрическую карту правого и левого предсердия и определить источник, а также путь распространения аритмии. Как оказалось, аритмия у пациента необычная. Ее очаг располагался не в правом предсердии, где чаще всего наблюдается, а в нижней левой легочной вене.

Медики выполнили радиочастотную изоляцию опасной зоны и восстановили нормальный сердечный ритм. Омич благополучно выписался из больницы уже на третий день после операции.



# По-советски проживу, пусть меня обучат

Виктория КУДАЕВА  
(«КП» - Иркутск)

Еще пару лет назад я не одобряла бабушкины закупки впрок: списывала все на советское прошлое - опыт покупки по талонам, дефицита, диких очередей сказывался. А недавно, зайдя в магазин, поймала себя на мысли: «Хорошая скидка на растительное масло, возьму-ка 5 бутылок впрок!». А какие из советских привычек могут еще прижиться сегодня? Решилась на эксперимент и готова рассказать, что из него вышло.

## Привычка № 1

### Продукты про запас

В сетевом магазине увидела акцию: купи две шоколадки и получи третью в подарок. Интересно! Смутило название марки, которую я не знала, но все равно закинула плитки в корзину.

Шоколад оказался несъедобным и отправился в ведро. Пытаясь получить выгоду, потеряла 250 рублей. Дальше выработала стратегию: поставила на телефон приложение, которое показывает акции в магазинах. Ищу дешевые макароны, специи, чай и кофе, крупы, бытовую химию и корм для кошек и покупаю сразу оптом. Раньше макароны кончались

Как я жила две недели с привычками граждан СССР и что из этого вышло.



Теперь нашей Вике запасов масла, крупы и сахара точно хватит до весны.

внезапно, а цены скакали: то 54 рубля за пачку, то уже 86. Со скидкой удается купить и за 42 - 48. Растительное масло без скидки любимой фирмы обходится в 180 рублей, по акции - 119.

Вердикт: выгодно покупать впрок бытовую химию, крупы - рис, гречку, макароны, чай и кофе, главное, найти дома место для хранения.

## Привычка № 2

### Отдых дикарем

- Поехали на Байкал? - предложили как-то родители мужа. У них есть традиция, которой вот уже больше 30 лет. Каждое лето загружают автомобиль под завязку туристическим снаряжением, выбирают на берег озера, обустраивают палаточный лагерь и живут не меньше недели. Рассказывают, что привыкли к этому еще в детстве, в советские годы, когда хотели уйти от цивилизации и не подчинять-

ся режиму дня на курортах или в санаториях.

Я сомневалась, но поехала. Оказалось, что все не так страшно, а походная романтика привлекает: вечерами мы сидели у костра, пели под гитару, а простая уха, приготовленная на огне, оказалась гораздо вкуснее, чем гастрономические изыски шведского стола!

С годами наш арсенал туристического снаряжения пополняется: биотуалет, походный душ, удобные спальные зон-

ты от солнца и т. д. Благодаря этому удобства ничем не хуже, чем в отеле. Теперь у нашей семьи есть новая мечта - дом на колесах.

Вердикт: выгода налицо. Палатка - в среднем 5 тысяч рублей, продукты - 7 тысяч на двоих на неделю, матрас - 2,5 тысячи. А домик в гостинице на Байкале - от 7 тысяч рублей в сутки плюс питание от тысячи в день на двоих. На палатку потратился раз, на отель - каждый раз, и цена только растет.

## Привычка № 3

### Ходить в библиотеку

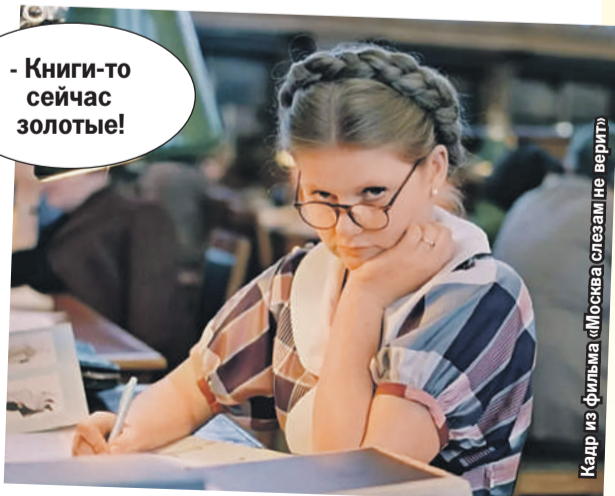
Люблю почитать, но цены на книги вы видели? Томик в твердом переплете - 1500 рублей!

В советское время в библиотеку ходили все - книги были дефицитом. А сейчас они стоят, как бриллианты. Ситуация похожа, решаю! Абонемент оформить оказалось просто, я зарегистрировалась в городской библиотеке своего района. Оказывается, там не только классическая литература, но и много новинок, известных бестселлеров. Брать можно на 30 дней.

Еще один лайфхак: с абонементом библиотеки можно зарегистрироваться в книжном онлайн-сервисе, и там брать бесплатно доступные интернет-версии популярных книг.

Вердикт: привычка выгодная. Взяла в отпуск

- Книжки-то сейчас золотые!



Кадр из фильма «Москва слезам не верит»

Варенье готовить долго, а вот с засолкой огурцов справится и зумер.

## Привычка № 4

### Солить и варить на зиму

Заготовки на зиму - отдельная песня. Я решаю повторить подвиг бабушки и закатать банки солений и сделать малиновое варенье. На 10 банок сладкого десерта угрожала выходной: а ведь ягоду покупала, не сама собирала. С солеными помидорами и огурцами засада: где все хранить? На балконе у меня зона отдыха... Хотя я уже подумываю об организации холодной кладовки: за год цены на соленья у бабушек на рынке выросли в три раза...

Вердикт: совсем отказываться от заготовок не стала. Ягоды и зелень заморозила, зимой можно достать, сварить компот или перетереть с сахаром - вот и аналог варенья. А огурцы сделала малосольные, кадку из пластика заказала на маркетплейсе. Получилось - пальчики оближешь. Задумалась о своем огороде или дачке. Ой, кажется это еще одна привычка.

## Привычка № 5

### Боремся за звание дома высокой культуры быта

Мой ЖК выглядит не всегда опрятно: грязь на стенах подъезда, бумажный мусор. Избалованные жители надеются только на дворников. Решила проявить инициативу и написала в общедомовой чат, предложив устроить субботник, раз у управляющей компании не доходят руки. Увы, соседи идею не поддержали. Не вышел ни один! В итоге в одиночку подмела полы, донесла залежавшиеся корбки до мусорки, заменила коврик у входной двери, помыла почтовые ящики, разместила разбросанные рекламные листовки на информационный стенд, а на подоконники поставила цветы в горшках. Через несколько дней ждал приятный сюр-

приз. Зайдя в тамбур подъезда, увидела, как семья из соседней квартиры красит стены.

- Решили последовать вашему примеру и внести свой вклад, - улыбнулись. - Как раз краска залежалась после ремонта. Действительно ведь хочется жить в чистоте и красоте!

Также нам удалось собрать деньги на покупку камеры видеонаблюдения для автомобильной парковки. А несколько женщин оборудовали во дворе дома клумбы, сейчас там растут яркие георгины.

Вердикт: дом не заканчивается только квартирой и вместе легче поддерживать порядок и красоту в своем дворе или подъезде.

## КОММЕНТАРИИ ЭКСПЕРТОВ

### «Раньше человек больше проявлял себя творчески»

Оксана САВЧУК, клинический психолог:

- Все эти занятия, как, например, посадить дерево в саду, сварить компот, отправиться дикарями на отдых, сшить самому платье, выйти всем вместе на субботник, были выстроены для того, чтобы при наличии жесткого государственного контура у каждого внутри была свобода творчества. Поэтому советские привычки, конечно, не стоит забывать - они не про экономию, они про общение.

### «Чем больше семья, тем больше экономия»

Инна БАНАЙТЕНЕ, финансовый советник, экономист с 12-летним стажем работы:

- Экономия в советские годы была вынужденной мерой, но полезной и выгодной. Например, сшив платье в ателье или самому, а не купив в магазине, человек мог выделиться или проявить себя. Раньше было принято считать, что огород помогает экономить на питании. Но сейчас, сравнивая расходы на тот же садовый инвентарь, удобрения, банки для консервации и какие-то прочие необходимые траты для семьи, скажем, из двух человек, овощи проще купить в магазине. Выгоднее выращивать урожай тем, у кого большая семья, в которой силы и расходы распределяются равномерно. То же самое можно сказать и о покупке продуктов впрок.



# Отжимаясь, ты борешься с Альцгеймером

**Ученые доказали: чем стройнее и крепче руки, тем меньше грозит старческое слабоумие.**

**Оксана НАРАЛЕНКОВА**

Болезнь Альцгеймера - одна из главных причин слабоумия у миллионов людей во всем мире. По данным ФГБНУ «Научный центр психического здоровья», в России около 1,5 - 1,8 млн человек живут с этим недугом. И вместе со старением населения число людей, страдающих болезнью Альцгеймера, будет расти. Новое исследование Центра медицинских наук Техасского университета в Сан-Антонио показало, что ожирение может быть одним из ключевых факторов развития деменции и болезни Альцгеймера в частности. Более высокий уровень лептина - гормона, который помогает поддерживать нормальный вес тела, - связан с лучшей передачей сигналов белым веществом мозга у людей среднего возраста, говорится в научной работе.

- А если на пальцах, как я, - то мозгу ничего не страшно!

## ЖИР НА БОКАХ, КАК ОН СВЯЗАН С МОЗГОМ

Ученые посмотрели на жировую ткань не просто как на хранилище запасов энергии в организме, но как на часть эндокринной системы. Жир на боках связан с повышенным содержанием гормона лептина - так называемого гормона сытости. Но это «простое» название совсем неточно отображает разнообразные функции, за которые отвечает в организме лептин. В первую очередь он «рулит» энергетическим балансом, а кроме того, участвует в различных нейрофизиологических функциях, включая развитие мозга, нейрогенез и нейропротекцию (развитие и защиту нейронов).

- Исследование подтверждает роль лептина в риске развития деменции в пожилом возрасте. Низкий уровень лептина связан с изменениями в структуре белого вещества - предвестниками тяжелых когнитивных нарушений (сложности с концентрацией, памятью, мышлением, речью. - Ред.), вызванных болезнью Альцгеймера или сосудистой деменцией, - отмечает автор научной работы **Клаудия Сатисабаль, доцент Института Гленна Биггса при Медицинском центре Техасского университета в Сан-Антонио.**

## ГОРМОНА БОЛЬШЕ - ТОЛКУ МЕНЬШЕ

Казалось бы, раз низкий уровень лептина плохо для мозга, то жирок в складках, повышающий количество гормона, только в плюс? Не тут-то было. Ожирение приводит к снижению чувствительности организма к гормону лептину.

- Уровень лептина повышается после приема пищи, снижая аппетит. Это его нормальная работа. Но когда жира в теле, а значит, и лептина, много, этот механизм нарушается. Можно провести аналогию с инсулином. Когда у человека накапливается слишком много жировой ткани, организм становится менее чувствительным к инсулину. В случае с лептином это называется лептинрезистентностью - гормона много, а толку мало, - отмечает в своем телеграм-канале «Доктор Павлова, эндокринолог» **врач-эндокринолог, доктор медицинских наук и старший научный сотрудник факультета фундаментальной медицины МГУ Зухра Павлова.**

## ВСТАЛИ В ПЛАНКУ, А ПОТОМ ОТЖАЛИСЬ

В журнале Американской академии неврологии опубликовано исследование китайских ученых, которые посмотрели пристальнее на то, какое из отложений жира на нашем теле наиболее сильно повышает риск развития болезни Альцгеймера.

Оказалось, что нейродегенеративным заболеваниям, в том числе и слабоумию, более подвержены люди с заплывшими жиром мышцами рук. Дряблые плечи с избытком жира повышают риск развития когнитивных недугов аж на 18% по сравнению с людьми, у которых руки подтянутые.

Абдоминальное ожирение (большой живот) также повышало риски развития проблем с памятью, мышлением, речью и познавательными способностями мозга на 13%.

- Важно регулярно задействовать все группы мышц. И если с ногами дело обстоит проще (ходить всем приходится), то живот и руки требуют отдельного внимания. Делайте отжимания, хотя бы от стены или подоконника, или, например, стойте в планке - тут и руки задействованы, и пресс работает. Главное - начать и повторять упражнения регулярно. Постепенно можно будет увеличивать нагрузку, и вы точно заметите результаты. Особенно если еще и придерживаться правильного питания, - отмечает врач Зухра Павлова.

## ■ СКАЖИТЕ, ДОКТОР!

**Татьяна РУСИНОВА**

Чем будем болеть этой осенью и есть ли способы избежать серьезных осложнений ОРВИ, «КП» рассказал зав. кафедрой инфекционных болезней и эпидемиологии Института клинической медицины РНИМУ им. Н. И. Пирогова, Д. м. н. Владимир Никифоров.

### ГРИПП И НЕ ТОЛЬКО

Предстоящий эпидемический сезон обещает быть непростым. И причина тому - несколько факторов: и тренд на восстановление типичной, допандемической картины сезонных возбудителей, видоизмененной в предшествующие несколько лет из-за беспрецедентных профилактических мер в связи с пандемией COVID-19; и появление новых вариантов вируса гриппа ввиду присущей ему изменчивости; и наблюдаемый в течение нескольких лет рост вклада в заболеваемость острыми респираторными вирусными инфекциями (ОРВИ) возбудителей, поражающих преимущественно нижние дыхательные пути, особенно

## Новая тенденция: подхватить сразу несколько вирусов



Николай ОБЕРЕМЧЕНКО/«КП» - Пермь

**Предстоящий эпидемический сезон обещает быть непростым.**

у детей и пожилых, - метапневмовирус, бокавирус. Кроме того, у лиц с вредными привычками (алкоголь, табакокурение), хроническими болезнями, частыми ОРВИ на фоне ослабленного иммунитета может быть развитие эпизодов респираторной ин-

фекции, вызванной несколькими вирусами одновременно. Так что если будем болеть, то как традиционными сезонными ОРВИ, вызванными риновирусом, аденовирусом, респираторно-синцитиальным вирусом и другими, так и с высокой долей вероятности высокозаразным гриппом, вызванным вирусами гриппа А, включая пандемический грипп А(H1N1)pdm09, и В, продолжая тенденцию

прошлого года. Поэтому непременно стоит вакцинироваться от гриппа - это необходимая и доступная всем профилактическая мера (при отсутствии ограничений и противопоказаний, которые можно обсудить со специалистом).

- Что там с ковидом?

- В отношении COVID-19, к сожалению, наблюдается стабильный рост заболеваемости уже на протяжении нескольких месяцев. Он постепенно теряет свою хватку, становясь одним из возбудителей банальных ОРВИ. Циркулирующие в настоящий момент три разновидности новой коронавирусной инфекции вызывают меньшее количество тяжелых случаев заболевания.

### ТОЛЬКО БЫ НЕ РАЗБОЛЕТЬСЯ

- Какие есть действенные способы переболеть ОРВИ в легкой форме, что говорит ваш опыт?

- На протяжении многих лет я придерживаюсь комплексного подхода к лечению ОРВИ с применением

как противовирусных средств широкого спектра действия, так и симптоматических препаратов. Например, Эргоферон. Он подходит для всей семьи: для детей с 6 месяцев и взрослых; его легко принимать - достаточно рассосать таблетку во рту.

### А ЧТО С ВИТАМИНАМИ

- Нужно ли пить витамины и прочие добавки, если уже заболел?

- С витаминами и добавками всегда нужно быть очень осторожными - принимать их просто так, не посоветовавшись со специалистом, ни для лечения, ни для профилактики ОРВИ точно не стоит. Все содержащиеся витамины биологически активные добавки к пище предназначены для восполнения их дефицита с питанием.

На данный момент известно о полезных свойствах витамина D для укрепления иммунитета, а вот роль витамина С - достаточно спорна. Тем более что аскорбиновая кислота и «нативный» витамин С - отнюдь не одно и то же. Именно аскорбиновая кислота входит в ряд препаратов от простуды в качестве одного из компонентов. Берегите себя и будьте здоровы!



## МИСС КУПАЛЬНИК «КП»

**Яна БАДАКОВА,**  
26 лет,  
Москва:  
- Увлекаюсь  
рисованием,  
танцами,  
путешествиями  
и книгами.



**Виктория  
АНДРЕЯНОВА,**  
модельер:

- Мини-юбка  
и бюстье -  
отличная база  
для коктейльного  
образа.  
Может быть,  
сверху накинуть  
рубашку и пойти  
на вечеринку?

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



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



Владимир ВЕЛЕНГУРИН/«КП» - Москва

### АНЕКДОТЫ

В людях найдена уязвимость, позволяющая котам получать доступ к бесплатному питанию.

\* \* \*

**Хрен, конечно, редьки не слаще. Но часто ли вас посылают на редьку?..**

\* \* \*

- Представляешь, просыпаюсь в 10 утра, а жена мне подает прямо в постель кофе со сливками.

- Что ты врешь? Я тебя сегодня в восемь утра видел в магазине.

- Но кто-то же должен купить сливки!

\* \* \*

**Психологическая зрелость - это понимание того, как много вещей в мире не нужны тебе, ни в твоих комментариях, ни в твоём мнении.**

\* \* \*

Ресторан быстрого питания - это там, где ты должен быстро жрать, а не повара быстро готовить!

\* \* \*

**- Если в водоеме есть раки, значит, вода чистая!**

**- А если раки больше метра?**

### СТИХИ-ХИ-ХИ!

Эх, найти бы принца  
Дивной красоты!  
Чтоб такой,

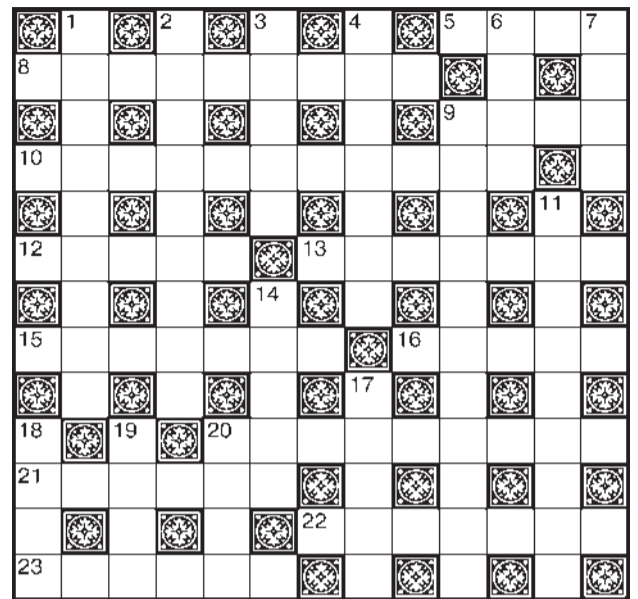
как ты, был,  
Только чтоб не ты.

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

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



### КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



#### ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5.

Пафосный наставник. **8.** Минусовая операция у математиков. **9.** Какая река, с точки зрения индусов, спустилась с небес на землю? **10.** Компьютерная программа, позволяющая пользоваться в работе символами кириллицы. **12.** Что банку доверяют хранить? **13.** Чем ныне стал, согласно версии историков, некогда легендарный Малый Китеж? **15.** Лимонная, но не долька. **16.** «Серое преосвященство» и друг Ришелье из романа «Три мушкетера». **20.** Кто жизнь проводит в шелесте страничном? **21.** Основа раствора, чтобы делать примочки при укусах ядовитых змей. **22.** Безвластие античных времен. **23.** «Квантовый скачок».

#### ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.

Предтеча абитуриента. **2.** Управляемый азростат. **3.** Какую скульптуру Петрыкин показывает Ляпишеву из телефильма «Большая перемена» в качестве образца для подражания? **4.** Античный гений, учивший математику у египетских жрецов. **6.** Реализация хука. **7.** Сапожки из овчины. **9.** Тренажер сообразительности. **11.** «Генеральная ...» перед премьерой. **14.** Кремль, а не человек. **17.** Кому роль в фильме «Подкидыш» лично пробила Фаина Раневская? **18.** Какую планету земляне планируют колонизировать первой? **19.** Снайпер с любовными стрелами. **20.** Отдыха или данных.

Марс. **19.** Амур. **20.** База. Ломка. **11.** Репетиция. **14.** Стоик. **17.** Плянт. **18.** «Давид». **4.** Пифагор. **6.** Удар. **7.** Угги. **9.** Голово- ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.** Выпускник. **2.** Директор. **3.** Библиофил. **21.** Аммиак. **22.** Атаксия. **23.** Сериал. Вклад. **13.** Горюшек. **15.** Кислота. **16.** Жозеф. **20.** Гур. **8.** Вычитание. **9.** Ганг. **10.** Русификатор. **12.** ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **5.**

### Прогноз погоды на завтра, 25 сентября

	Осадки	Ночью	Днем	Давление*	Влажность**	
Абакан		+1...+3°	+10...+12°	738	44	ясно
Иркутск		+4°...+6°	+9°...+11°	722	76	дождь
Красноярск		+4...+6°	+8°...+10°	743	52	облачно
Кызыл		+5°...+7°	+10°...+12°	707	46	гроза
Омск		0°...+2°	+8°...+10°	757	50	пасмурно
Новосибирск		+2°...+4°	+6°...+8°	747	53	снег
Томск		+3°...+5°	+5°...+7°	748	65	* мм рт. ст. ** %

**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  
Олеся Вячеславовна  
НОСОВА.

■ Автор современной  
версии издания -  
Владимир Николаевич  
СУНГОРКИН.

■ Ведущий  
редактор номера  
А. ИВАНОВ.

■ Шеф-редактор  
Е. САЗОНОВ.

■ Учредитель, редакция и издатель - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».  
■ Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

■ НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда»,  
Новодмитровская, д. 2Б, 8-й этаж, пом. 800,  
Москва, 127015.  
Ценные почтовые отправления не доставляются.  
ТЕЛЕФОНЫ: отдел связи с читателями -  
(495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22  
e-mail: kp@kp.ru  
Web-сервер: www.kp.ru  
отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82  
e-mail: advert@kp.ru  
служба распространения - (495) 777-02-82

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

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

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА»,  
«ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС»,  
«ВЫБОРЫ-2024», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ»,  
«ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ»,  
«ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО»,  
«РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 171 587 экз.

Цена договорная

© АО ИД «Комсомольская правда», 2024. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами  
в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru

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



#### Адреса редакций:

■ 664047, г. Иркутск, ул. Партизанская, 75  
■ 660022, г. Красноярск, ул. Никитина, 3 «б», пом. №78  
■ 630091, г. Новосибирск, ул. Советская, 64

#### Газета отпечатана:

■ на удаленном производственном участке АО «Советская Сибирь», г. Иркутск, бульвар Рябикова, 96, стр. 1. Заказ № 483335  
■ на удаленном производственном участке АО «Советская Сибирь», г. Красноярск, ул. Шахтеров, 33. Заказ №483302  
■ в типографии АО «Советская Сибирь», г. Новосибирск, ул. Немировича-Данченко, 104.