

В Калининград идут заморозки!



Александр ПОДГОРЧУК

Читайте на стр. 8 ▶

Как правильно обрезать кустарники на даче



Алексей БУЛАЧОВ

Читайте на стр. 14 ▶



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Среда, 24 сентября
№ 71-с (27719-с)/2025

Газета нашего города ★ Калининград

КР. RU 3 612 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Три дня в пионерлагере для взрослых



Корреспондент «КП» (та, которая с «рожками») ненадолго вернулась в детство и нисколько не пожалела.

Читайте на стр. 10 - 11 ▶



Личная страница Елены Блиновской в социальной сети



Елена Лядова сыграет Блиновскую?

Кирилл МИШИН

В сериале «Паучиха» она станет «королевой марафонов».

Актриса **Елена Лядова** примерит на себя образ «феи желаний», устроившей самый громкий обман в интернете. Сериал «Паучиха» расскажет о блогере-мошеннице, которая выходит из СИЗО и запускает еще более дерзкий марафон. Напомним, за реальной историей Блиновской (на фото) с апреля 2023 года наблюдает вся страна. Премьера же запланирована на 2026 год в онлайн-кинотеатре Premier.

Продолжение на стр. 16 ▶

Россиянам напомнили об оплате налога на доходы от вкладов

Семен ЗИМИН

Банки уже передали в ФНС данные о выплаченных процентах.

Федеральная налоговая служба России приступила к информированию граждан о необходимости уплаты налога на доходы от банковских вкладов за 2024 год. Закон о налогообложении процентов вступил в

силу в 2021-м, но два следующих года действовала отсрочка. Впервые жители нашей страны заплатили налог в 2024 году за доходы, полученные в 2023-м.

Налогом облагаются только проценты по вкладам, превышающие необлагаемый лимит. Он зависит от ключевой ставки Центробанка. По расчетам экспертов, в 2024 году необлагаемая сумма дохода составит 210 тысяч рублей.

Гражданам не придется



Олег УКОЛАДОВ

самостоятельно рассчитывать налог или подавать декларации. Банки уже передали в ФНС данные о выплаченных процентах. Налоговая в ближайшие месяцы определит сумму дохода и рассчитает налог для каждого вкладчика.

Оплатить налог на вклады нужно до 1 декабря 2025 года.

Мошенники обманывают под видом курьеров СДЭК

Алина КОЧНЕВА

Новая схема становится все более распространенной.

Россияне становятся жертвами новой мошеннической схемы. Злоумышленники начали звонить и представляться курьерами СДЭК. Мошенники крадут данные, получая от жертвы код подтверждения из СМС. Об этом предупредил депутат Госдумы Антон Немкин, пишет ТАСС.

Парламентарий объяснил, как действует схема. Мошенник звонит пользователю и представляется курьером. Затем злоумышленник получает от жертвы код подтверждения, якобы необходимый для

осуществления заказа. На самом деле он дает доступ к portalу «Госуслуг» или банковскому кабинету.

- Злоумышленники быстро адаптируют «легенды» под знакомые сервисы. Если раньше фигурировали представители банков, прокуратуры или Центробанка, то теперь под влиянием интернета компании, с влиянием мировых сообществ, регулярно взаимодействуют. Для мошенников это способ вызвать защиту - ведь почти у каждого из нас есть опыт получения посылки, - констатировал Антон Немкин.

Мошенники также обманывают россиян через сайты знакомств. Они придумывают трогательные истории и втираются в доверие.

Владимир ПУТИН: Горжусь нашими оружейниками

Президент России сообщил, что производство некоторых видов вооружений увеличилось в 30 раз.

Андрей ЗОБОВ

ОХОТА ЗА ИНЖЕНЕРАМИ

«Мотовилиха», как ее зовут местные рабочие, в годы Великой Отечественной выпустила четвертую часть всей артиллерии для Красной армии. Первый выстрел по Берлину был произведен из пермской 122-мм пушки А-19...

В огромном цеху издалека видны снопы искр из станков, вытачивающих дула современных орудий. У подножия импровизированной сцены посреди огромного ангара собрались лучшие инженеры - их с Днем оружейника вскоре поздравит глава страны.

Четыре года назад я, может, и мечтал бы в газету попасть, - сказал инженер с широкими плечами. - Сегодня могу немного рассказать. Сейчас за нами охотится враг. Вот в Петербурге на днях задержали мальчишку с бомбой, переодетого в старушку. А ведь его целью был наш, скажем так, знакомый (глава одного из российских оборонных предприятий. - Ред.).

ЦАРИЦА ПОЛЕЙ

Но вскоре оружейник увлекся рассказом...

- То, что случилось за время СВО с нашей обороной, - это подвиг, - сказал он. - В 2018-м наш завод то-

нул в долгах. А в 2022-м к нам приехали зампред Совбеза Медведев и глава Минпромторга Мантуров. Тогда мы встали с колен.

К приезду Владимира Путина в цеху приготовили целую арку из перекрещенных пушек. Боевая броня оцетирилась дулами и трубами реактивных систем залпового огня (РСЗО). Из того, что нам разрешили назвать, - артиллерийские установки «Гиацинт» и «Мальва», РСЗО «Торнадо»... А вообще конструкторы и технологи завода создали более 250 образцов военной техники.

- Остальное не стоит называть. Назовите их «перспективными образцами вооружения ракетной и артиллерийской техники». Они должны обеспечить превосходство над техникой нашего противника, - пояснил пермский инженер-аноним. - У нас задача стоит: выше, дальше, сильнее. Нам нужно преимущество в дальности, мощи, силе поражения. То есть нужны не только новые машины, но и новые снаряды, с такой силой поражающего вещества...

- А с беспилотниками это не уйдет в прошлое? - спросили мы.

- Беспилотники до цели сколько летят? А замеченный противник должен получить удар чем раньше и чем дальше, тем лучше. Быстрее всего врага накроет именно артиллерия. Она на современном поле боя не меньшая владычица полей, чем дроны.

СВО ПРОЙДЕТ, АРМИЯ ОСТАНЕТСЯ

Через пару часов характеристики пушек оценивал



Иван МАКЕЕВ/«КП» - Москва

Владимир Путин оценил то, насколько бойцу на СВО легко будет подхватить новый миномет и сменить свою позицию.

уже Верховный главнокомандующий. Со знанием дела. Большое внимание уделил «перспективным образцам» беспилотников - в соседнем цеху. Вникал в ТТХ зенитной «Деривации», чья задача - «косить» огнем автоматической пушки вражеские воздушные цели. Попробовал «перенести с позиции на позицию» миномет и, похоже, остался доволен тем, сколько это орудие весит.

Говоря с инженерами, президент с гордостью заметил: «По некоторым образцам вооружений за последние полтора-два года увеличилось производство в разы: в два, в три, в десять, в 15, а по некоторым изделиям - почти в 30 раз».

- У вас сегодня праздник, День оружейника. Я поздравляю вас и хочу поблагодарить за работу, - сказал глава государства. - Мы о врачах вспоминаем, когда заболеваем. Вот и об оборонке так же - когда тяжелые времена наступают. И гордимся обороной не напрасно. Рассчитываю,

что вот эти события, связанные со специальной военной операцией, пройдут. Но востребованность в современных Вооруженных силах на этом не закончится. Наоборот, мы будем и дальше развивать Вооруженные силы, делать их современными, компактными, мощными. Будем делать нашу страну независимой, суверенной.

Инженеры согласно кивнули.

- Спасибо вам большое, ребята! - сказал им на прощание министр обороны Андрей Белоусов.

БЕЗОПАСНОСТЬ ЛЮБИТ ТИШИНУ

Руководство страны отправилось на заседание военно-промышленной комиссии - прямо здесь, в здании завода.

- У нас сегодня много вопросов, - начал президент. - Первый - назначение генеральных конструкторов по созданию вооружений, руководителей приоритетных технологических направлений. Второй - вопрос о ходе раз-

работки новой Госпрограммы вооружения на 2027 - 2036 годы.

Владимир Путин еще раз отметил доблестный труд оружейников и Кулибиных из народного ВПК, которые в кратчайшие сроки оснастили нашу армию и дали ей возможность сегодня наступать по всем фронтам.

- Хотел бы повторить, что сейчас, в период проведения СВО, производственные мощности ОПК загружены по максимуму. Вместе с тем мы должны более четко и на долгосрочную перспективу планировать выпуск на оборонных предприятиях продукции гражданского и двойного назначения. Тем более что еще до начала специальной военной операции были набраны хорошие темпы в области диверсификации ОПК, создан приличный, хороший задел, - подытожил глава государства. И попросил журналистов удалиться.

И это правильно - вопросы безопасности государства любят тишину.

ГОРОДСКАЯ СРЕДА



Сергей Собянин пообещал: количество электрической коммунальной техники (как эти «пылесосы» на фото слева) будет увеличиваться.

Электрические пылесосы вышли на улицы Москвы

Александра БУДАЕВА

Мэр города рассказал о новой коммунальной технике.

Город засыпает, на улице выходят они... новые пылесосы. На самом деле это подметально-уборочная техника, которую город получил в рамках офсетного контракта (когда власти гарантируют инвесторам закупку товара на длительный срок). Производят их резиденты ОЭЗ «Технополис Москва».

- Благодаря тесному сотрудничеству завода-производителя с коммунальными службами эта техника хорошо адаптирована к городским услови-

ям, - рассказал мэр Москвы Сергей Собянин. - Летом машина работает как дорожный вакуумный пылесос. Зимой очищает территории с помощью фронтальной щетки и распределяет противогололедные материалы.

Модель компактная и полноприводная, поэтому ее можно использовать на улицах города и в парках. Работает на электродвигателе, а потому считается экологичной и экономичной. Шумит на 75% меньше своих «собратьев», которые «питаются» дизельным топливом. Поэтому-то и может работать ночами, не мешая отдыху москвичей.

- Сейчас на улицах работают 52 такие машины. В дальнейшем планируем увеличение их количества, - сообщил глава города.

Напоить летучую мышь, перекрасить корову в зебру и съесть на ужин сковородку

За что вручили Шнобелевские премии - 2025.

Лилия СОКОЛЬНИКОВА

Юбилейная церемония - премию вручают уже 35 лет! - прошла в Бостонском университете в США. И началась она с... гастроэнтерологической оперы. А также выступления специальной гостьи, Триши Пасрича из Медицинского центра Бет Израэль Диаконисс. Она доказала, что «зависать» в туалете с мобильным телефоном - вредная привычка, ведет к геморрою. И об этом исследовании «КП» недавно рассказывала (см. сайт KP.RU).

Впрочем, Шнобеля Триша не получила. Нашлись более достойные кандидаты.

Шнобелевскую премию (в оригинале Ig Nobel Prize) присуждают за самые курьезные и неожиданные исследования. Но не просто дурацкие. А за те, что заставляют нас сначала посмеяться, а потом - задуматься. Задуматься о том, что по-настоящему важно, а что нет. И в науке, и в жизни. Во всяком случае так объясняют суть Шнобелевской премии ее создатели. И цитируют американского фантаста Айзека Азимова (родившегося, кстати, в Смоленской губернии): самая волнующая фраза для ученого, превосходящего открытие, - вовсе не «Эврика!». А «Это забавно».

БИОЛОГИЯ: МЫ МЫЧИМ, И МЫ В ТЕЛНЯШКАХ

Шнобель по биологии достался японским ученым за смелый эксперимент. Они перекрасили коров в зебр - нарисовали на них черно-белые полосы. Оказалось, что полосатым коровам мухи не досаждают, в отличие от их однотонных сородичей. Коровы не отвлекаются на махание хвостом, сосредоточенно жуют траву и дают молоко.

Как это работает? Похоже, все дело в поляризации света, сбивающей с толку насекомых. Но это лишь предположение, важное исследование нужно продолжить.

АВИАЦИЯ: ПЬЯНАЯ КРЫЛАТАЯ

А что если напоить летучую собаку (так называют гигантских летучих мышей)? Это вам не корову в полосочку красить! Биологи из Колумбии, Германии и Израиля устроили египетским летучим собакам (они



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

же нильские крыланы) вечеринку - напоили их алкоголем. Эксперимент коварный, в дикой природе рукокрылые этого вида известны как трезвенники. Избегают забродивших фруктов. Но вот связались с учеными - и во все тяжкие... Подвыпивших крыланов биологи выпускали в полет по длинному коридору наперегонки с трезвыми рукокрылыми. Пьяные летели к цели дольше. И эхолокация у них работала хуже.

И что? А то, что в суровой естественной среде они могли бы удариться обо что-то или стать жертвой хищников. Поэтому и не пьют.

НУТРИЦИОЛОГИЯ: ЯЩЕРИЦЫ ПРЕДПОЧИТАЮТ «ЧЕТЫРЕ СЫРА»

А тем временем зоологи из Италии, Нигерии и Того кормили ящериц пиццей. И выяснили, что предпочитают они пиццу «четыре сыра». А вот пиццу «четыре сезона» не любят. В меню следующего этапа исследования - пицца с беконом и гаваяская, с ананасами. Что за бред? На самом деле изучают,

как меняется рацион ящериц, живущих рядом с людьми. Вместо привычных насекомых они начинают есть отходы с нашего стола - и как это скажется на их самочувствии, непонятно.

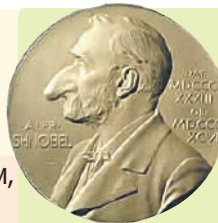
ПРЕМИЯ МИРА: ЯЗЫК РАЗВЯЗАН!

Голландские и британские ученые из университетов Маастрихта и Ливерпуля проверили житейскую мудрость: правда ли у слегка подвыпивших людей развязывается язык и они легче, увереннее и даже грамотнее говорят на иностранном языке. Не иначе «Особенности национальной охоты» посмотрели. Подопытными с радостью выступили немецкие студенты, изучающие голландский. Их диалоги слушали трезвые носители языка. И подтвердили - да, способ рабочий! Если слегка поддать, и правда начинаешь говорить на чужом языке лучше. Смысл, скорее всего, в том, что небольшие дозы алкоголя снимают излишнее напряжение.

А пьяные египетские крыланы нервно плачут в своем коридоре...

КТО ЕЩЕ

- Шнобелевскую премию по физике получили итальянцы, нашедшие идеальную формулу соуса для макарон.
- Премия по психологии ушла полякам - они проверили, что будет, если говорить человеку, что он умный.
- Шнобеля по педиатрии дали за исследование влияния чеснока в пище матери на вкус и запах грудного молока.
- Премию по инженерному дизайну увезли индусы - за солярий для обуви: ношенные ботинки облучают ультрафиолетом, чтобы не воняли.
- Премии по литературе удостоен американец Уильям Бин за сагу длиной 35 лет. Все это время он наблюдал, как растут ногти на его пальцах. И подробно записывал. Главный вывод: с возрастом ногти растут медленнее, а летом - быстрее, чем зимой.



Лауреатам вручают либо медали из фольги - пародию на официальную награду Нобелевской премии (на фото), либо статуэтку в виде клацающих челюстей.

ВОПРОС ДНЯ

Наш журналист Дина Карпицкая съездила в пионерлагерь для взрослых (ее рассказ на стр. 10 - 11) и приехала оттуда абсолютно счастливым человеком.

А вам часто хочется вернуться в детство?

Франц КЛИНЦЕВИЧ, лидер Союза ветеранов Афганистана:

- Изредка - хочется. Я родился и вырос в Западной Белоруссии. В лагерях, куда меня направляли, все соревнования были связаны со спортом, с бегом, с художественной самодеятельностью. Я пытался участвовать во всех номинациях, но в конкурсе пения я слышал такое: «Саша, Маша и Наташа - вы пойте погромче, а ты, Франц, потише пой!» Еще мне так нравилось, когда на дровах, в котелке, варили картошку, лук, макароны - и добавляли тушенку. Это было так сытно! И в палатках спалось так хорошо! Особенно после того, как подсунешь девчонкам ужа или жабу.



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

Леонид КАЛАШНИКОВ, глава Комитета Госдумы по делам СНГ, евразийской интеграции и связям с соотечественниками:

- Не хочу. Мое детство - это потеря родителей и побег из детдома в Бурятии. Мы пытались в колодцах затаиться, в славном городе Улан-Удэ. Они были обмазаны каким-то слоем белым, и когда мы вылезали с ребятами утром из этих колодцев, возникало светлое облако. Оно казалось дымком свободы, но никакой свободы для нас тогда не было.

Элина ЖГУТОВА, глава центра по защите традиционных семейных ценностей «Иван Чай»:

- В детство я хочу вернуться ненадолго - туда, где мне восемь - десять лет. В пионерлагере на Урале я была в отряде барабанщиков. Сейчас в Якутии у друзей на чердаке нашла барабан и сразу вспомнила, как надо держать палочки - как вилку и ложку. Наивная такая была...

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

- Бывает, но редко. Я в детстве заходил в кабину к отцу в его Ан-24, и мы с ним летели из Казахстана в Минводы. И там еще было две посадки. И я тогда находился в кабине пилота и видел всю работу летчиков. Это было в 1975 году, на моих летних каникулах, и отец тогда говорил: «Ну что, дальше летим в Сочи?!» Это было здорово, но этого не вернешь...

Семен АЛЬТОВ, писатель, сатирик:

- Нельзя вернуть ощущение абсолютного счастья, потому - нет. Когда мы выезжали на юг, куда-то в Новый Афон, это был полный выплеск чувств, в том числе для домашних животных. Собачка наша заходила от радости, и мы все вместе с восторгом неслись на пляж. Разве можно это вернуть?



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



Лейтенантская проза «Адлера»

Александр КОЦ, военкор «КП»

Первые тексты бойца батальона «Кубань» с позывным «Адлер» Олега Цыбульского попали ко мне летом 2023-го. Он писал о самых обычных вещах, которые происходят с бойцами на фронте. Но в его строках сразу улавливались отголоски «лейтенантской прозы» времен Великой Отечественной. Чувствовалось, автор рассказывает о том, что действительно знает, что видел и пережил лично...

«Адлер» - из солнечного Сочи. Окончил Военную инженерно-космическую академию имени Можайского, 10 лет служил в радиотехнической разведке. Уволившись из армии, работал инженером связи.

А осенью 2022-го сам пришел в военкомат и попросился на фронт. Попал на Запорожье в батальон «Кубань», где прошел путь от командира взвода до зама командира батальона по боевой подготовке. Награжден орденом Мужества и даже прошел по Красной площади в строю участников СВО на параде Победы.

И вот он снова на фронте, уже в другом качестве. Репортажи пишет теперь как журналист. Публикуем один из них.



Личный архив



У дрона-разведчика должны быть острый глаз и большие крылья.

По следу «Бабы-яги»

Олег ЦЫБУЛЬСКИЙ

Оказывается, воевать в наши дни можно не грубо и кроваво, а хитро, тонко и красиво. Как герои этого не менее красивого очерка - дронаводы и артиллеристы - старые и новые боги СВО.

ВЛАСТЕЛИН НЕБА

Небо на высоте нескольких тысяч метров - таинственное и манящее, необъятное, почти пустое пространство... Где-то там, далеко внизу, - земля. А здесь - бескрайний океан, наполненный солнечными бликами. Редкая птица поднимается так высоко...

Но вот в воздухе вырисовывается силуэт. Размах крыльев и скорость полета впечатляют. Орел? Ястреб? Нет, это дрон-разведчик Supercam S350. Его полет бесшумен, его зрение ничуть не хуже, чем у хищных птиц. И он тоже на охоте: облетает свои владения, наблюдает, что творится далеко внизу, ищет цели и тут же их распознает...

На землю опускаются сумерки, облепляют лесопосадки, стелятся вдоль дорог. Но здесь, в небе, еще светло, лишь лазурные цвета обретают кремовый оттенок. Впрочем, за счет тепловизора Supercam S350 способен видеть и в полной темноте.

Вот далеко внизу обнаружены две движущиеся точки. Они летят над землей на высоте 100 метров. Данные об этом тут же передаются в пункт управления. Командир расчета с позывным «Сава» идентифицирует цели как ударные дроны ВСУ со сказочным названием «Баба-яга». Информация уходит в командный пункт, и через минуту поступает приказ: «Сопроводить дроны противника до точки посадки».

- Умно, - одобряет такое решение «Сава». - Если получится вывезти вражеский пункт управления дронами, это будут о-о-очень ценные сведения.

Supercam S350 скользит в небе. Он опустился чуть ниже - разглядеть с земли его по-прежнему невозможно. Теперь все его внимание на двух маленьких точках, пробирающихся к российским позициям. Но там уже все предупреждены: «Дроны противника не сбивать, спрятаться в укрытие».

Тяжелые беспилотники кружат в воздухе, ищут место для сброса своего смертельного груза. «Сава» на мониторе наблюдает за их перемещением.

- Зарядя аккумуляторов у «Бабы-яги» хватает на 30 минут полета, не больше, -

раздо выше. Он барражирует над чужими дронами, не выпуская их из вида.

«Давайте же, покажите мне, где вы живете!» - мысленно обращается к ним «Сава». И те, словно услышав оператора Supercam S350, резко меняют свой курс - летят к строениям на краю леса. Самое крайнее - полуразрушенный ангар, туда и залетают «Бабы-яги».

«Есть! - ликует «Сава». - Пункт управления БПЛА противника вскрыт!» Он фиксирует координаты ангара и передает их в командный пункт. Меньше чем через минуту расчету дрона-разведчи-



Пресс-служба Минобороны

Гаубица замаскирована так, что кажется, бьет врага из подземелья.

вспоминает характеристики вражеского дрона командир расчета и смотрит на часы. - Скоро «бабки» должны направиться в обратную сторону, к своим.

Но украинские дроны не спешат, они ищут цели. Так ничего и не обнаружив, скидывают заряды в пустые траншеи. Supercam S350 отмечает тепловую сигнатуру разрывов. «Сава» довольно потирает руки, наступает ответственный момент - «Бабы-яги» возвращаются к точке взлета.

Их скорость - 40 километров в час. У Supercam S350 она го-

ка Supercam S350 поступает новая вводная: «Скорректировать удар артиллерии! Подтвердить поражение цели кадрами объективного контроля!»

- С кем работаем? - уточняет «Сава». Следует ответ: «С «Лешим»...

«ЛЕШИЙ» ПРОТИВ НЕЧИСТИ

Странно: металл холодный, но прикосновение к нему согревает. Была у «Лешего» такая привычка или даже ритуал - провести ладонью по стволу орудия, пожелать ему

доброй ночи. Позицию окутали сумерки, силуэт гаубицы Д-30, укрытой маскнетью, на фоне быстро темнеющего неба вырисовывался черным расплывчатым пятном. Где-то вдалеке звучат несколько разрывов.

«Леший» решил вернуться в блиндаж. На полпути его встретил «Соль».

- Ты рацию забыл. Только что передали: «Баба-яга» летает». Но велели не сбивать, - в голосе наводчика читалось удивление. - Как же так?

«Леший» лишь усмехнулся: - Если требуют не сбивать, значит, наши разведчики ее контролируют с воздуха. И надеются, что «Баба-яга» приведет в свою избушку на курьих ножках.

Дальше они шли молча, каждый думал о своем. Не успели зайти в блиндаж, как рация в руках «Лешего» ожила, настойчиво выдавая его позывной:

- «Леший» - «Граниту», «Леший» - «Граниту».

- «Леший» на связи, - отозвался командир орудия.

- Поднимай расчет, есть срочная работа...

Расстояние до позиции, несмотря на темноту, они преодолели бегом. Как и велел «Гранит», «Леший» сменил частотный план на своей рации и теперь напрямую поддерживал связь с оператором дрона воздушной разведки, которому предстояло координировать работу гаубицы Д-30.

- «Сава» - «Лешему», - в темноте голос артиллериста казался особенно громким. - Мы на месте. Через пару «малых» начнем.

- Принял, - отозвался неведомый «Сава».

- Работаем, парни, - обратился командир орудия к номерам своего расчета.

Подносить снаряд к ору-

дию и укладывать его в камеру ствола в полной темноте очень сложно. Еще труднее наводчику: чтобы выставить нужные установки на прицельном механизме, ему приходится подсвечивать себе фонариком.

Работа артиллеристов ночью полна нюансов. Вспышки выстрелов орудий видно издалека, поэтому очень важны скорость и точность стрельбы. Нельзя затягивать с поражением цели, желательно попасть первым или вторым снарядом. К тому же метеоусловия ночью разительно отличаются от дневных: влажность воздуха, температура, даже ветер по ночам дует иначе. На первый план выходят опыт и мастерство артрасчета и в первую очередь наводчика орудия...

Казалось бы, «Соль» должен волноваться, но он остается совершенно спокойным. Его позывной взят не по названию природного минерала, а в честь одной из музыкальных нот. Работа с прицелом всегда доставляла ему удовольствие: она чем-то напоминает игру на фортепьяно, которой он посвятил несколько лет своей юности. Ноты давно выучены, пальцы двигаются на автомате. Закрываешь глаза и слышишь каждый звук по-другому... И здесь так же...

- Выстрел! - дает команду «Леший» и тут же связывается с «Савой»: - Наблюдай!

Секунды томительного ожидания, и наконец следует заветная фраза от воздушного разведчика: «Туда же!»

Артиллеристы маскируют орудие и убывают в укрытие. Над огневой позицией расплывается тишина. Постепенно в нее вплетаются звуки работы винтов беспилотников разных типов. Но специфического гула «Бабы-яги» уже не слышно...



Письма, которые с боевых полей солдаты отправляли родным людям, - на сайте



Мария БЕРК

Год назад канал простого парня из Техаса взорвал русскоязычный YouTube. Его видео с честными признаниями, как семья из США осваивается на Волге, преодолевая бытовые трудности, нашел отклик в сердцах не только русских пользователей, но и иностранцев. «Для меня было важно поделиться реальной жизнью в России, хотелось разрушить миф, что это какое-то страшное беспросветное место, и у меня получилось», - признается Эрик.

Больше половины его зрителей - жители США и Европы, некоторые из них вдохновились примером Пиччоне и всерьез задумались о переезде в Россию.

«ЖЕНА НАУЧИЛА ДАРИТЬ ЦВЕТЫ»

У Эрика Пиччоне сицилийские корни. Когда в начале прошлого века в Италии разразился экономический кризис, особенно сильно ударивший по южным регионам, тысячи семей отправились на поиски лучшей жизни за океан. Предки юноши осели в США.

Эрик вырос в Техасе, отец - фельдшер скорой помощи в Хьюстоне, мама - косметолог и массажист. Сам парень с детства занимался американским футболом и, поступив в университет в Луизиане, стал выступать за студенческую команду. Его жизнь поделилась на «до» и «после» в момент знакомства с однокурсницей Полиной из России. Точная спортивная фигура, огромные серые глаза, светло-русые волосы. Девушка из старинного русского города Ярославля могла бы с легкостью сделать карьеру на подиуме, но это явно не входило в ее планы. «Меня привлекли ее очаровательный акцент, чувство собственного достоинства, ум и самодисциплина. Познакомившись с Полиной, я понял, что никогда не встречал никого подобного», - вспоминает Эрик.

Вместе они уже почти 10 лет и до сих пор учатся преодолевать межкультурные барьеры. - Мой первый культурный шок случился накануне 8 Марта. Международный

Любовь до Ярославля доведет

Американец Эрик Пиччоне рассказал «КП» о своей жизни в России, которая стала для него родным домом.

женский день в США не считается праздником. Но Полина мне объяснила, что для мужчины важно подарить женщине цветы в этот день, - рассказывает американец.

Сегодня пара растит двоих детей: старшей дочке Тее четыре года, младшему сыну Итону всего полгода.

«УЛЫБКУ РУССКОГО НАДО ЗАСЛУЖИТЬ»

О переезде в Россию Эрик и Полина не думали. Жили в Техасе, потом в Огайо. О России у Эрика были смутные представления, но первая же поездка разрушила все стереотипы о хмурых русских.

- Американцы дарят улыбку всем без разбору. А у русских все по-другому. Они, правда, не улыбаются просто так, потому что их улыбку надо заслужить. Для меня русские - это душевные и щедрые люди, готовые всегда помочь, - говорит Эрик.

Решение перебраться в Ярославль зрело постепенно. Нараставший беспорядок в Америке, перестрелки в школах, вооруженные нападения на магазины (буквально на соседней улице, куда семья ходила за продуктами) - все это тревожило Эрика и Полину. Не меньше беспокойства вызывала система здравоохранения.

- Живешь с мыслью: «Не дай бог травму получить», потому что придется обращаться в скорую, а это может стоить две, а то и пять тысяч долларов, - объясняет Эрик. - Когда появилась Тея, Полине пришлось задержаться еще на один день в больнице. В итоге



Личный архив героя публикации

Эрик и Полина хотели бы прожить вместе с детьми в России всю оставшуюся жизнь.

мы заплатили за роды около 17 тысяч долларов. Это полугодовая зарплата какого-нибудь американца!».

Конечно, не нравились молодым родителям и гендерные ухищрения - требование от учителей при воспитании игнорировать пол ребенка.

Решающим фактором для переезда в Россию стал вопрос близости родных, что важно во время воспитания детей. Сегодня семья Эрика устроилась так, что их родственники по линии жены живут буквально в 10 минутах ходьбы.

«БЕЗ СТРАХА ОБЩАЮСЬ ПО-РУССКИ»

Первая пробная поездка в Россию продлилась две недели, следующая - месяц, и уже через полгода пара окончательно утвердилась в мысли обосноваться в Ярославле. Первые впечатления от города превзошли все ожидания. Для того чтобы передвигаться по городу, не нужна машина, в любую точку можно доехать на общественном транспорте или такси. Много парков,

мест, где можно погулять и с детьми, и с друзьями.

- Я был в шоке от удобства городской инфраструктуры. Удивляло, что в России для каждого товара есть специальный магазин: продуктовый, мебельный, хозяйственный, строительный. В США обычно все можно купить в одном месте, - отмечает американец.

Привыкнуть к быту в незнакомой стране оказалось задачей нетрудной, а вот освоить русский язык... Эрик признается, что сегодня уже без страха ходит самостоятельно в магазин за продуктами, делает заказ в ресторане, смотрит телевизор и общается с друзьями и родными.

- Иногда достаточно жестов, чтобы наладить с человеком общение, - поясняет Эрик.

Сегодня ему помогает осваивать язык дочка Тея, кото-

рая, как признается Пиччоне, уже лучше папы говорит по-русски. Хотя и английский в семье не забывают. Помимо основной работы в американской компании, Эрик подрабатывает репетитором и проводит занятия в языковом клубе.

«ТУТ НЕ ЗАБЫВАЮТ СВОЮ ИСТОРИЮ!»

В планах у Эрика освоить не только язык, но и русские просторы. «Номер один в нашем списке - это озеро Байкал. Хотим побывать в Казани, Нижнем Новгороде, Владивостоке, Сочи, Крыму, Иркутске, Калининграде. Недавно мы проехали через тайгу, и эта поездка открыла мне глаза на то, насколько разнообразна Россия», - признается Пиччоне.

Месяц назад Эрик подал документы на ВНЖ. Процесс оказался очень долгим и утомительным. «Нам пришлось не меньше 17 раз обращаться в миграционный центр, оформить кучу переводов, заверить их у нотариуса, заказать справки из Америки. Хотя и в США уровень бюрократии не меньше, если даже не выше. Мы больше трех лет ждали, когда Полина получит грин-карту (документ, дающий право иностранцу постоянно проживать в США. - Ред.)», - говорит американец.

На вопрос, где он себя видит через 10 лет, Эрик говорит:

- В идеале мы хотели бы прожить в России всю оставшуюся жизнь. У нас здесь есть все, что нужно, - друзья и семья. Мы очень довольны тем путем, по которому идет Россия, и тем, какое значение она придает защите своих ценностей и культуры. Здесь не забывают свою историю, отстаивают то, во что верят...

■ ОБРЕТЕННЫЕ НАВЫКИ

Собрался в дорогу - присел, вошел в дом - разулся

«С тех пор, как я встретил Полину, я дома стал разуваться - у меня появились собственные тапочки. Я полностью перестал свистеть в помещении, хотя это далось сложнее всего, потому что мне нравилось что-нибудь напевать и насвистывать. Каждый раз, когда мы уезжаем куда-нибудь далеко, я сажусь на 15 секунд. Если я что-то забыл, то, вернувшись, обязательно смотрю в зеркало. Когда мы пьем вино, я слежу, чтобы пустая бутылка не оставалась на столе. Так что я перенял очень много русских привычек», - смеется Эрик.

Главной новоприобретенной традицией (самой любимой) американец считает поход в русскую баню. По нраву ему приглянулась и русская кухня, пусть и с небольшими оговорками. «Холодец - это не самое мое любимое блюдо, - неожиданно переходит на русский Эрик. - А вот селедку под шубой я люблю, как и борщ, и салат оливье».

Читатели рекомендуют

Книга Александра Коца «500 дней поражений и побед»

★★★★★ Алексей:

Начал читать военкора Коца в его Телеграме. Там вся правда про СВО. И книга очень честная. На грани литературы и публицистики. Но главное - Коцу мы верим.

★★★★★ Олег:

Книгу можно рекомендовать для изучения в школах России как исторический документ.

★★★★★ Лика:

Личный опыт очевидца событий - конкретно и правдиво.

Книгу можно заказать на shop.kp.ru и приобрести в книжных магазинах и на маркетплейсах

АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781



Реклама, 16+



Звездные истории любви: как успешные иностранцы решили жить с женами в России - читайте на сайте



В России несколько лет подряд дешевеет самая популярная крупа. Мы спросили экспертов, в чем причины и чего ждать дальше.

Кто без гречки, пусть бросит в меня камень

Наталья ВАРСЕГОВА

Вообще-то вопреки стереотипам гречка никогда не была истинно русским продуктом. Ее родословная началась много тысяч лет назад в Гималаях. И только потом - то ли через Византию, то ли с татаро-монголами - попала она на Русь.

И постепенно гречка стала здесь своей.

- В СССР скачок в производстве гречки произошел в 1969 - 1970 годах. Тогда были увеличены и площади под засев, и переработка. Гречка сама по себе культура неприхотливая, поэтому ее начали активно выращивать. Как следствие, дефицита в ней не было. И народ ее полюбил: постепенно для многих она стала основным продуктом и в качестве гарнира, и как самостоятельное блюдо, - рассказывает **алтайский предприниматель Игорь Пляко**, руководитель двух предприятий - по выращиванию и переработке. Он выращивает гречку с 1998 года.

И вот результат: сегодня больше половины мирового объема гречки производится в России! А самым «гречневый» краем России считается Алтай.

ПРЕДЛОЖЕНИЕ ВЫШЕ СПРОСА

- В советской системе здравоохранения гречка входила во все диетические столы. Из гречки готовили не только каши, но и вареники, пампушки, супы и даже алкогольные напитки, - напоминает **ведущий эксперт Института фундаментальных проблем социогуманитарных наук Национального исследовательского ядерного университета МИФИ Яков Якубович**.

Но сегодня все эти «гречневые деликатесы» не в моде. Потребление гречки не растет, и это одна из причин снижения цены.

- Начиная с 2021 года, когда цены на гречку достигали пиковых значений на фоне пандемийных ограничений и ажиотажного спроса, наблюдается последовательное удешевление крупы, - говорит **профессор кафедры экономической безопасности и управления рисками Финансового университета при правительстве РФ, доктор экономических наук Надежда Капустина**.

Но ведь в начале пандемии люди сметали с полок и рис, и сахар... Почему же именно гречка дешевеет так сильно - аж на треть с 2021 года (см. «Только цифры»)?



Наш человек знает: в сложные времена надо покупать гречку! Она и вкусная, и полезная, и хранится долго, и стоит недорого (пока еще)...

- Во-первых, гречка - продукт длительного хранения. Можно взять впрок несколько кило и хранить до двух лет. Во-вторых, российские аграрии, воодушевленные высокими ценами предыдущих периодов, существенно расширили посевные площади под гречихой. В сочетании с благоприятными погодными условиями это обеспечило рекордные сборы и, как следствие, запасы и перепроизводство, - объясняет Надежда Капустина.

ЧТО БУДЕТ С ЦЕНОЙ?

Перепроизводство - вот она, современная боль аграриев. Проблему решают сокращением посевных площадей. Росстат подтверждает: в 2025 году по сравнению с 2024-м они уменьшились на 31,7%.

- Снижение площадей выращивания гречихи может привести к росту цен на гречневую крупу, - полагает **профессор Финансового университета при правительстве РФ Марина Мельничук**.

В рейтинговом агентстве АКРА подтверждают: цены на гречку могут в ближайшие годы вырасти из-за снижения посевных площадей. Но! На складах России накопилось очень много гречки - 210 тысяч тонн на 1 сентября 2025 года. Из-за этого цены не должны вырасти резко. Так что недорогая

картоны или рис в качестве альтернативных источников углеводов.

И САМИ ЕДИМ, И ДРУГИХ НАКОРМИМ

При этом Россия активно экспортирует гречку - это спасает наших аграриев от убытков.

- Статистика последних лет свидетельствует о многократном увеличении поставок гречки за рубеж. Основными направлениями экспорта традиционно остаются страны СНГ. Большим спросом пользуется гречка и в Китае, - рассказывает Надежда Капустина.

В 2024 году экспорт гречки из России в Китай составил 221,9 тысячи тонн, отмечает Главное таможенное управление КНР. По оценкам экспертно-аналитического центра агробизнеса АБ-Центр, это на 78,8% больше, чем в 2023 году.

- Сейчас около 40% урожая нашего предприятия отправляется в Киргизию, Таджикистан и Узбекистан, - говорит предприниматель Игорь Пляко.

Однако, несмотря на всю пользу, за пределами Восточной Европы и Азии гречка особым спросом не пользуется. Яков Якубович называет две основные причины:

➔ вкусовые предпочтения: европейцы и американцы часто считают вкус гречки «слишком жестким, горьким и химическим»;

➔ исторически сложившиеся традиции: в Европе основными гарнирами считаются картофель, макароны и рис. Поэтому в США и Западной Европе гречку чаще можно купить в аптеках или магазинах здорового питания как диетический продукт, чем в обычных супермаркетах.

- Зато в Азии гречка пользуется популярностью: в Ки-

КСТАТИ

Русский чудо-продукт

В кризисные моменты россияне знают: гречка, спички, соль и сахар - наше всё. Замаячили на горизонте трудные времена и неопределенность - беги в магазин за гречневой крупой. Почему? Социолог Яков Якубович уверен, что феномен «гречневой паники» имеет глубокие социально-психологические и экономические причины:

1 Длительный срок хранения крупы: до 2 лет в герметичной упаковке и 15 - 20 месяцев в обычных условиях. Что делает ее идеальным продуктом для создания запасов.

2 Экономичность: одна порция каши требует всего 80 г крупы, так что килограммовая пачка может две недели кормить одного человека.

3 Память поколений: исторически гречка ассоциируется с выживанием в трудные времена. Во время Великой Отечественной войны она была основой солдатского рациона - «гречка с тушенкой».

4 Гречка стала одним из символов национальной идентичности. Она у нас вторая после щей. Покупка гречки - не только рациональное решение, но и акт приобщения к «своим».

тае она вторая после риса, а в Японии и Корее из гречневой муки делают лапшу (соба) и выпечку, - перечисляет Яков Якубович. - К слову, неожиданно крупным производителем и потребителем гречки стала Бразилия, куда ее завезли русские и польские эмигранты в начале XX века.

гречка с нами, похоже, еще надолго.

К слову, запасы эти могут и вырасти.

- Минсельхоз сообщает, что средняя урожайность культуры в этом году составила 17,2 центнера с гектара, это на 3,7 ц/га выше 2024 года, - уточняет Марина Мельничук. - Кроме того, сдерживать повышение цен на гречку будут и изменившиеся предпочтения покупателей, которые стали чаще приобретать ма-

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

КАК МЕНЯЛАСЬ СРЕДНЯЯ ЦЕНА ГРЕЧКИ

Год	Цена (руб/кг)
• 2015	70,42
• 2016	85,23
• 2017	57,47
• 2018	48,47
• 2019	64,26
• 2020	91,27
• 2021	117,69
• 2022	109,62
• 2023	87,97
• 2024	82,81
• 2025	77,61

Данные Росстата. По 2025 году информация за сентябрь.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

КОММЕНТАРИЙ ВРАЧА

А еще она полезна!

- В гречке есть сложные углеводы, они делают питание полезным, - объясняет **врач-диетолог, доктор медицинских наук Михаил Гинзбург**. - Исследования показывают: если доля сложных углеводов составляет около 50% от суммарной суточной калорийности, такой продукт прибавляет 2 - 3 года жизни. Плюс такое питание снижает вероятность сердечно-сосудистых и опухолевых заболеваний. Гречка богата витаминами B₁, B₂, P, PP и микроэлементами (калий, магний, железо).

Гречка - общепризнанный здоровый продукт, отмечают врачи. Многие даже считают его русским суперфудом, то есть чудо-продуктом. Однако при всей ее полезности и способности хорошо насыщать, не нужно забывать: чтобы питаться правильно и получить весь спектр необходимых микроэлементов и витаминов, еда должна быть разнообразной. То есть питаться одним и тем же изо дня в день - все же не лучший выбор.

Губернатор встретился с лидерами фракций Заксобрания



Алексей Беспрозванных выслушал предложения депутатов и ответил на вопросы.

Николай ЛИТВИНОВ

Главной темой обсуждения стали приоритеты совместной работы.

Встреча прошла в стенах правительства области и собрала представителей партий «Единая Россия», КПРФ, «Справедливая Россия - За правду», ЛДПР и «Партии пенсионеров». Обсуждались итоги прошедших муниципальных выборов и дальнейшие приоритеты совместной работы органов исполнительной и законодательной власти.

Напомним, голосование проходило с 12 по 14 сентября в восьми муниципальных образованиях. На 162 участках за места в бюллетенях боролись 454 кандидата: 443 от девяти партий

и 11 самовыдвиженцев. Наибольшую активность избиратели проявили в Славском муниципальном округе.

Алексей Беспрозванных поздравил коллег с проведенными выборами.

- Новоизбранным депутатам в этом году желаю успехов. Главное - никогда не забывать о высокой ответственности перед жителями, которую вы на себя взяли, - напомнил губернатор.

Глава региона также выслушал предложения депутатов о приоритетах в деятельности властей и ответил на вопросы.

- Вижу, что мы идем вместе, сообща решаем те вопросы, которые доносят до депутатов избиратели, - резюмировал Алексей Беспрозванных. - В этом и есть суть постоянного развития - диалог и учет мнений. И это основа нашего взаимодействия,

которое длится уже более года.

В конце встречи губернатор выразил уверенность в дальнейшем конструктивном сотрудничестве правительства и Законодательного собрания Калининградской области, поблагодарив всех за плодотворное взаимодействие и проделанную работу.

От имени депутатов и от себя лично председатель Законодательного собрания Андрей Кропоткин в свою очередь поблагодарил Алексея Беспрозванных и его команду за ежедневный труд.

- Все, что сделано, - результат совместной работы правительства, муниципальных депутатов, депутатов корпуса и, главное, самих жителей, - подчеркнул Андрей Кропоткин. - Продолжаем уверенно идти вперед на благо Калининградской области.

■ НОВШЕСТВО

Николай ЛИТВИНОВ

Программа будет проводиться на постоянной основе.

О начале обучения по образовательной программе «Эффективное государственное и муниципальное управление в интересах жителей муниципалитета» объявил Алексей Беспрозванных. Участниками трека стали лидеры муниципалитетов, являющиеся опорой для глав администраций и местных жителей. - Именно главы и сотрудники муниципалитетов находятся на передовой, непосредственно общаются с населением и лучше всех знают просьбы и стремления жителей. Поэтому так важно, чтобы команды в муниципалитетах были высоко-

Заработал образовательный трек для муниципальных лидеров

профессиональными, эффективными и открытыми, - отметил губернатор.

Цель обучения - развитие профессиональных компетенций участников управленческих резервов муниципалитетов.

- Принимая решения о назначении на руководящие должности, мы будем в первую очередь использовать именно этот ресурс, - заявил Алексей Беспрозванных.

Участники программы поделились идеями и эффективными практиками, предложив, в частности, меры по оптимизации процессов оказания госуслуг

на примере управления коммунального хозяйства Черняховска. Кроме того, во время тренингов лидеры учились применять нейросети как новый инструмент в управлении.

По поручению губернатора данная образовательная программа будет проводиться правительством области на постоянной основе для повышения компетенций управленческих команд.

Напомним, что в 2024 году проходили обучающие мероприятия по вопросам реализации государственной национальной политики на муниципаль-

ном уровне, реализации молодежной политики в органах местного самоуправления, по основам муниципальной службы для вновь поступивших. Чиновники также обучались по трехдневной программе по противодействию коррупции и профилактике коррупционных правонарушений в системе муниципального управления. Она рассчитана на повышение квалификации муниципальных служащих администраций, глав муниципальных образований, депутатов представительных органов местного самоуправления.

■ ВАКЦИНАЦИЯ

От гриппа привили больше 150 тысяч человек

Николай ЛИТВИНОВ

Медики призывают жителей области защитить себя и близких.

Прививочная кампания против гриппа стартовала в нашей области 25 августа. На сегодняшний день привиты уже около 115 тысяч взрослых и около 36 тысяч детей. Всего, по прогнозу, в регион доставят порядка 600 тысяч вакцин. Она закупается за счет как федерального, так и регионального бюджета.

Калининградские медики приглашают всех жителей области привиться против гриппа до 15 октября.

- Сделать это необходимо для сохранения собственного здоровья, а также для того, чтобы сформировать иммунологическую прослойку, которая в нужный момент остановит волну гриппа в нашей области, не даст вирусу разгуляться. Для этого 60 процентов населения региона должны быть охвачены вакцинацией. В эту цифру входят и дети, и взрослые, - говорит заместитель министра здравоохранения области Елена Кудряшова.

В первую очередь вакцинируются де-



Врачи принимают всех желающих в поликлиниках региона и трех мобильных пунктах.

ти от шести месяцев, а также жители области, посещающие организованные коллективы. В их числе: дошкольники, школьники, студенты, педагоги, медработники, сотрудники торговли, транспортной сферы, лица, работающие вахтовым методом (уезжающие в отдаленные районы, где нет медицинской помощи), сотрудники правоохранительных органов, госслужащие, работники организаций социального обслуживания. Это все те, чья деятельность связана с предоставлением услуг, с высоким уровнем коммуникаций. А также неработающие пенсионеры - наиболее незащищенная категория, кому очень важно сделать прививку против гриппа.

- Вакцинация - это гарантия, что пациент будет более защищен, и если и встретится с вирусом, то перенести заболевание ему будет легче, без тяжелых последствий, - отмечает Елена Кудряшова.

Привиться можно в поликлиниках и трех мобильных пунктах Калининграда (на площади Победы, в Южном парке и на Верхнем озере).

Минздрав Калининградской области обращает внимание на необходимость иммунизации взрослого населения не только от гриппа, но и от пневмококковой инфекции. Особое внимание - лицам старше трудоспособного возраста, страдающим хроническими неинфекционными заболеваниями.

Сергей ЧЕРНОМАЗ:

Готовность к отопительному сезону - 98 процентов

Николай ЛИТВИНОВ

Министр строительства и ЖКХ Калининградской области ответил на вопросы в прямом эфире в Центре управления регионом.

ПРО ОБОГРЕВ

- Когда в этом году может начаться отопительный сезон?

- Мероприятия по подготовке к отопительному сезону идут по графику, созданы запасы топлива, на ресурсоснабжающих предприятиях проходят тренировки по отработке аварийных ситуаций. Степень готовности - 98%.

Отопительный сезон начнется при достижении показателей температурного режима, когда среднесуточная температура воздуха держится на отметке +8 градусов или ниже в течение пяти дней подряд. В нашем регионе этот период обычно приходится на первую половину октября. В некоторых муниципалитетах сезон может начаться раньше, если будут обращения от жителей.

- Как будет отапливаться Балтийск? От чего сейчас зависят сроки долгожданной газификации округа?

- Отопительный сезон в Балтийске начнется по старой схеме на угольно-мазутной генерации. С мая следующего года начнутся подготовительные пусконаладочные процедуры, чтобы к октябрю запустить отопление на газовой генерации. Важно, что в этом сезоне субсидирование со стороны правительства области продолжит существовать в том же объеме.

Сейчас идет транспортировка газа до сетей, постепенное заполнение газопровода и выход на рабочее давление. Предстоит заполнить более 100 км трубопровода от Черепаново до Балтийска и далее по округу.

ПРО БЛАГОУСТРОЙСТВО

- В каких муниципалитетах ожидается благоустройство общественных территорий?

- Правдинск, Советск, Неман, Пионерский, Краснознаменск победили в десятом Всероссийском конкурсе малых городов, исторических поселений. Выбрали пять из семи поданных на конкурс заявок. Эти проекты реализуют в 2026-2027 годах по нацпроекту «Инфраструктура для жизни».

Сейчас работы по благоустройству идут также в Калининграде, Балтийске, Ян-



Коммунальщики проходят даже тренировки по отработке аварийных ситуаций.

тарном, Черняховске. На этот год плановый показатель - 42 общественные территории, 14 из них уже завершили.

- Ведутся ли сейчас работы по реконструкции променада в Светлогорске?



Сергей Черномаз.

- Реконструкция приостановлена, идет процедура расторжения контракта с генподрядчиком. Параллельно ведется работа по оценке выполненных работ. После расторжения контракта приступят к конкурсным процедурам по поиску нового подрядчика, чтобы как можно скорее завершить реконструкцию объекта.

ПРО РЕМОНТ

- Как устроена программа капремонта?

- У фонда в программе порядка 15 тысяч многоквартирных домов. Она разбита на трехлетние периоды - краткосрочные планы. Узнать сроки по конкретному дому можно на сайте фонда. На каждый рубль жителя Калининградской области добавляется рубль областного бюджета.

Это позволяет отремонтировать большее количество домов или отремонтировать сразу несколько конструктивов одного дома.

Фонд выполняет только комплексный ремонт целого конструктива, то есть полностью его меняет. Если необходимы точечные работы - это ремонт текущего характера. С таким вопросом необходимо обращаться в управляющую компанию.

- Когда начнут расселять аварийные дома, признанные таковыми после 2017 года?

- Программа расселения запущена, работа идет по правилам, которые были определены в предыдущем периоде. Сейчас в программе до 2026 года - два аварийных дома в Калининграде и один в Пионерском округе. В дальнейшем с увеличением финансирования в программу будут входить новые дома.

- Какие льготные жилищные программы предусмотрены для семей участников СВО?

- У семей участников СВО есть приоритет в очереди на участие в программе «Молодая семья». Мера поддержки оказывается в виде социальной выплаты, размер которой зависит от количества членов молодой семьи. Возраст обоих супругов при этом не должен превышать 35 лет. Всю подробную информацию можно получить в органе социальной защиты населения администрации муниципального образования по месту постоянного проживания. Условия участия также доступны на сайте министерства.

МЕДИА

«Радио без границ» объединило 120 участников

Николай ЛИТВИНОВ

В нашей области стартовал IX Международный фестиваль.

Во вторник в Калининграде состоялось открытие масштабного события, которое проводится для обмена опытом и обсуждения актуальных профессиональных вопросов представителями ведущих радиокompаний России и стран СНГ. В нашем городе собрались более 120 участников из всех федеральных округов России, а также из Белоруссии. В течение двух дней им предстоит обсудить важные для радиоиндустрии вопросы в форматах выступлений, дискуссий и мастер-классов.

- Радио - это, в первую очередь, про командную работу, про дружбу, про коллектив и про высокие творческие достижения, - поприветствовал участников фестиваля вице-президент Российской Академии Радио Юрий Костин. - Я точно знаю, что в рамках нашей замечательной конференции «Радио без границ» в Калининграде вы обменяетесь интересными проектами, многому научитесь друг у друга и в очередной раз поймете, что радиоиндустрия - это самое замечательное место, где только можно работать, творчески развивать себя и делать этот мир и нашу страну лучше и счастливее.

- Фестиваль «Радио без границ» зарекомендовал себя как актуаль-

ное и важное событие медиасферы, - сказал министр по культуре и туризму Калининградской области Андрей Ермак. - Отраднo, что в этом году местом проведения авторитетного медиамероприятия выбрана именно Калининградская область. Уверен, фестиваль послужит площадкой для плодотворного профессионального диалога и откроет новые таланты.

Участники и гости фестиваля смогут познакомиться с наиболее успешными радиoproектами. Для повышения профессионального уровня и обмена опытом, выявления и поддержки авторов наиболее значимых проектов, стимулирования к поиску новых форм и жанров социально значимых радиoproграмм в рамках фестиваля проводится конкурс радиoproектов. В этом году подано рекордное количество работ - 178 из 39 регионов России, а также из Белоруссии и Канады. Победителей наградили 23 сентября на торжественном приеме от имени Российской Академии Радио.

«Радио без границ» проходит с 2016 года в разных городах России: Уфе, Санкт-Петербурге, Казани, Екатеринбурге, Нижнем Новгороде, Туле и Костроме. Фестиваль организован при поддержке Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций России, Российской телевизионной и радиовещательной сети при содействии правительства Калининградской области.



В двухдневной программе - выступления, дискуссии и мастер-классы.

ЭКОЛОГИЯ

В реке Тильжа не нашли загрязнения

Николай ЛИТВИНОВ

Но пробы воды взяли.

Информация о загрязнении реки Тильжа, которая протекает на востоке области, появилась в соцсетях. На место выехали специалисты регионального министерства природных ресурсов и экологии совместно с представителями ЕКАТ.

- В ходе рейда выпусков сточных вод или следов техники обнаружено не было, - сообщили

в пресс-службе министерства. - Для получения полной картины были взяты пробы воды, результаты будут известны на днях.

Выезд экспертов в любом случае был не напрасным. На реке обнаружили затор из веток, опавшей листвы и бытового мусора. Все это оперативно убрали при помощи специальной техники.

Тильжа (Тильзе) упоминается еще в документах Тевтонского ордена. От реки произошло название города Тильзит - современный Советск.

Калининградка завоевала золото Кубка мира по боевому самбо



Анжела Гаспарян (в центре) подтвердила статус одной из сильнейших спортсменок планеты.

Александр КАТЕРУША

Соревнования прошли в Душанбе.

Столица Таджикистана принимала Кубок мира по боевому самбо на протяжении двух дней. Борьба за награды шла в 28 весовых категориях. Соревнования состоялись в спортивном комплексе при Таджикском национальном университете и собрали сильнейших самбистов планеты.

В весовой категории свыше 80 кг в полуфинале сильнее всех оказалась наша землячка Анжела Гаспарян. В

полуфинале наша землячка оказалась сильнее спортсменки из Узбекистана. На победу со счетом 8:0 Анжеле Гаспарян потребовалось всего 25 секунд. В решающем поединке в упорной борьбе россиянка превзошла соперницу из Белоруссии - 4:3.

На сегодняшний день Анжела Гаспарян возглавляет рейтинг спортсменок свыше 80 кг, выступающих в боевом самбо, а также входит в тройку самбисток в этой весовой категории. За последний год она одержала победы на трех Кубках мира и выиграла первенство

планеты. За спортивные успехи губернатор Алексей Беспрозванных наградил спортсменку медалью «За заслуги перед Калининградской областью».

- Для российских спортсменов Кубок мира в Душанбе - это важный этап подготовки к чемпионату мира, который пройдет в ноябре в Бишкеке. Этот турнир также имеет большое значение для популяризации самбо в Центральной Азии, что делает его особенно значимым событием, - отметил президент Всероссийской федерации самбо Сергей Елисеев.

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

В кикбоксинге - серебро

Еще одна радостная новость прилетела из Минска, который принял Кубок мира по кикбоксингу. Наша землячка Ксения Морозова сумела завоевать серебро.

Как сообщает пресс-служба областного минспорта, девушка выступала в весовой категории до 57 кг дисциплины «К1». В финале она боксировала с Еленой Охупкиной

из Владимира, но удача была на стороне соперницы.

Российская сборная, которую представляли 85 бойцов, всего выиграла 45 золотых, 26 серебряных и 20 бронзовых медалей и заняла второе место в командном зачете. Всего участвовали более 600 спортсменов из 24 стран.

АО «Калининградгазификация» с 1 по 30 октября 2025 года проводит

МЕСЯЧНИК ПО ПРОПАГАНДЕ ПРАВИЛ БЕЗОПАСНОГО ПОЛЬЗОВАНИЯ ГАЗОМ В БЫТУ

Во время месячника проводятся консультации населения по безопасному пользованию бытовыми газовыми приборами и аппаратами, индивидуальными баллонными установками СУГ.

Инструктаж населения проводится при проведении плановых работ по месту установки газового оборудования.

Для справок обращаться в оперативно-диспетчерскую службу по телефонам **99-60-99, 8-800-200-39-04** и в Центр обслуживания клиентов (г. Калининград, ул. Ст. л-та Сибирякова, 17а). Информация о сроках проведения технического обслуживания ВДГО и ВКГО, а также режим работы Центра обслуживания клиентов размещены на официальном сайте АО «Калининградгазификация» <https://gaz39.ru>.

ПОГОДА

Ожидаются ночные заморозки

Александр КАТЕРУША, Михаил ЯНОВСКИЙ

Низкие температуры обещают до 27 сентября.

В нашу область вслед за теплыми днями пришло похолодание. МЧС региона предупреждает о том, что с 24 по 27 сентября в ночные и утренние часы ожидаются заморозки - от 0 до -2

градусов по Цельсию. Всех просят быть осторожными и внимательными на дорогах.

Виновник холодной погоды - антициклон. Впрочем, он же вскоре может вернуть нам тепло.

- По мере пребывания антициклона на его периферию постепенно затянется более теплая южная умеренная воздушная масса с юго-запада, а значит, к концу недели, к выходным, мы можем рассчитывать на

Александр ПОДГОРЧУК



Особенно не позавидуешь сейчас растениям.

дневные +17...+18 градусов, возможно и чуть выше, - прогнозируют авторы телеграм-канала «Погода и метеоявления в Калининградской области».

ФОТОФАКТ



В Зеленоградске продолжают рисовать котов. Очередные рисунки на электрические распределительные шкафы в районе городского парка Плантаже на улице Московской и на улице Октябрьской нанес художник Кирилл Гейнц.

КОМПЕНСАЦИЯ

Александр КАТЕРУША

Прокуратура и суд встали на сторону пострадавшего ученика.

Охранник, напавший на пятиклассника в «Классической школе» Гурьевска, заплатил по решению суда семье мальчика.

Об этом сообщает пресс-служба областной прокуратуры.

Инцидент, который произошел в 2022 году, попал

Охранника, который напал на ребенка, заставили выплатить 35 тысяч

на видео. Мужчина схватил ребенка, когда тот выходил с уроков. Охранник ЧОП применил удушающий захват, вывел мальчика в фойе школы и перекинул через турникет.

Прокурор района обратился в суд с иском о взыскании с частного

охранного предприятия компенсации морального вреда.

Суд постановил выплатить в пользу ребенка 35 тысяч рублей.

Позже школа расторгла договор с охранной организацией, в котором работал агрессор.

ЧИТАЙ, ЗВОНИ, ВЫБИРАЙ!

Рекламные объявления

По вопросам размещения рекламы обращаться: kp.kaliningrad@mail.ru или по тел. 310-340

НЕДВИЖИМОСТЬ

КУПЛЮ

КОМНАТУ. Долю в квартире. Тел. (4012) 37-35-52.

УЧАСТОК, дачу. Тел. (4012) 37-35-52.

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА, РЕМОНТ

«РЕМБЫТТЕХНИКА». Ремонт стиральных машин на дому. Гарантия. Тел.: (4012) 39-19-49, 8-921-710-01-43.

«РЕМБЫТТЕХНИКА». Ремонт холодильников на дому. Гарантия. Тел.: (4012) 39-19-49, 8-921-710-01-43.

КАЧЕСТВЕННЫЙ ремонт холодильников и стиральных машин на дому. Гарантия. Область. Тел. 8-921-710-11-17.

ТЕЛЕРЕМОНТ. Тел. (4012) 76-38-49.

СТРОИТЕЛЬНЫЕ И РЕМОНТНЫЕ УСЛУГИ

САНТЕХНИК. 24 часа. Тел. 8-921-611-74-40.

САНТЕХНИК. 24 часа. Тел. 8-963-738-10-96.

ЭЛЕКТРИК. Круглосуточно. Тел. 8-921-611-74-40.

ЭЛЕКТРИК. Круглосуточно. Тел. 8-963-738-10-96.

РАЗНОЕ

КУПЛЮ

ТЕЛЕВИЗОР неисправный. Тел. (4012) 76-38-49.

ПОЛЕЗНЫЕ СТРАНИЦЫ

Разместить объявление

ОЧЕНЬ ПРОСТО!

310-340

Дина КАРПИЦКАЯ

Взрослые тоже плачут. Особенно когда приходится возвращаться из лагеря. Оказывается, погрузиться в детство может любой желающий. Достаточно купить путевку в детский лагерь для взрослых. Пусть и на три дня, но все-таки.

Понравилось ли мне это путешествие во времени? У такого отдыха есть очень серьезные побочные эффекты. Но давайте обо всем по порядку.

НОСТАЛГИЯ ПО ГАЛСТУКУ

Лагерь для взрослых - тема довольно молодая, такому виду увлечений всего несколько лет. Разных тематических лагерей на рынке немало. Но сколько я ни искала, все как-то не то - коворкинги, нетворкинги, йоги и медитации, арт-ретриты, сплавы... Тьфу. А как же зарницы, кружки по рукоделию и конкурсы талантов? Утренние зарядки, тихий час? Вечерняя дискотека?..

Интересно, что таких полно, но для молодежи около 30. А что же делать тем, кому уже 40+? Разве разделят со мной эти зумеры, выросшие уже с интернетом, ностальгию по пионерскому прошлому?

И вот, ура! «Первая смена в истории «Взрослого малого» для участников чуть-чуть старше (38+ годиков)». В программе: костры, конкурсы, игры, строгие вожатые. В анкете для «пионеров» даже мелькнул вопрос о предпочтениях в алкоголе. Удивительно! Хватаю путевку, собираю рюкзак - и в путь!



Дина КАРПИЦКАЯ/«КР» - Москва

Не «Хилтон», конечно, но жить можно. И как показала практика - очень весело и душевно!

ШОК № 1: РАЗВЕ НОРМАЛЬНЫЕ ТУДА ПОЕДУТ?

Ближе к отъезду энтузиазма поубавилось: пятница, вечер, хочется полежать дома на диване с сериалчиком. А тут какие-то «Смешарики». Такая была заявлена тема смены. В голове крутились странные картинки: взрослые дяди и тети, переодетые в мультяшных кругляшковых. Они вообще в себе?

- Куда ты собралась? - подливали друзья масла в огонь. - Ну какой адекватный человек в такое поедет? Явно у них что-то с головой. Плунь ты! Давай на дачу лучше.

Но отступать некуда. Путевка оплачена, еду на точку сбора у станции метро «Алексеевская». Господи, а народу-то сколько!

Я оказалась далеко не самая возрастная. Были и экс-пионеры явно предпенсионного (а может, и не пред-) возраста. Женщин, как водится, большинство. Но и мужчины вполне солидного вида мелькают. Занимались все эти люди странным делом - показывали друг другу языки. Оказывается, это вожатые уже начали развлекать



Как журналист «КР» боролся с кризисом среднего возраста по совету нейросети - на KP.RU



Корреспондент
«Комсомолки»
вспомнила детство
и купила себе
путевку
в пионерский
лагерь.

Пионерская

ВЗРОСЛЫЙ МАЛЫЙ

лагерь для взрослых

Наша Дина только по паспорту взрослая. А в душе еще совсем малая.



Личный архив Дины Карпицкой

человека - мальчики отдельно, девочки отдельно. Моими соседками оказались 43-летняя адвокат, а в прошлом сотрудница полиции, и 49-летняя менеджер интернет-школы.

- Я вообще не знал, куда еду, - ворчал за ужином программист из Астрахани Саша. - Друзья подарили жене сюрприз-поездку в Москву. Думал, будем по ресторанам гулять, ну или в загородном отеле отдыхать. А тут...

ШОК № 2: А ЭТО ВЕСЕЛО!

Нас распределили по отрядам. В нашем вожатой была молоденькая Полина. Она нам честно призналась: «Я долго думала, как мне будет с вами взаимодействовать, тем более руководить. Вы же, извиняюсь, ровесники моих родителей».

Полина была в шапочке Совуны и предложила называть себя именно

своих НЕдетей игрой. Я тихонько постояла в сторонке от этой вакханалии.

Но в автобусе от общего тимбилдинга увильнуть не удалось - вожатые так старались, что как-то неудобно стало сидеть с отрешенным видом. Играли в викторину про мультяк «Смешарики». «Ну, - думаю, - приехали...»

А приехали мы в самый настоящий оздоровительный лагерь, откуда только что разъехались дети. Палаты по три

КАК ЭТО РАБОТАЕТ

Идейные вдохновители лагеря - Слава Мелёшкин и его девушка Настя. Раф, Макс, Полина присоединились к команде позже.

- Мы с Настей решили поиграть в пейнтбол, - рассказывает Слава. - Надо было набрать команду, и мы стали думать, кого позвать. И вдруг поняли, что у нас очень мало друзей. Мои детские друзья остались в Мордовии. Школа, институт - где обычно заводят товарищей, давно в прошлом. Сейчас только дом - работа, работа - дом. А если просто выйти на улицу и сказать кому-нибудь: «Давай дружить!», - тебе психушку вызовут. Вот мы и придумали устроить лагерь, просто чтобы найти дру-

зей. И такой спрос оказался, что теперь каждые 2-3 месяца смены проводим. Ребята общаются и после смен, вместе путешествуют, находят пары.

- Это для вас заработок или хобби?

- Точно не заработок. Я - педагог-диффектолог. Каждый день с утра и до вечера я «на службе». Настя - директор по маркетингу. А лагеря мы придумываем вечерами, после работы. Потому и не можем проводить их чаще - надо же и конкурсы придумать, и концепцию разработать, и реквизит собрать. Бывает, после работы приходится тащить куда-то на склады и закупать все необходимое.

- Много таких лагерей для

20 - 30-летних. Как вы решились на смену «38+»?

- Мы тоже на ребят помоложе изначально ориентировались. Но стало приходить много заявок от людей постарше. Писали: «Почему у вас лагерь для взрослых, а на фото ни одного взрослого?» И вот мы решились: была не была. Опасались, сомневались - у взрослых же столько заморочек. Смогут ли они играть в детство? Соберется ли народ? А собралось больше, чем мы ожидали. Поверьте, ваша смена оказалась в чем-то даже интереснее, чем 25-30-летние. Все-таки взрослые более осознанные и внимательные.

- А вам самим как с нами было?

так. А еще тут же раздала нам гетры с куриными лапками. И заявила:

- Ребятки, я для вас спрятала по всему корпусу маленькие бусинки. Вот подсказки (на окне висела бумажка с загадками типа «Там, где крутится время и стираются следы», «Не дайте потушить залп победы тому, кто молча охраняет створки врат») Найдете все, вас ждет сундук с сокровищами.

Придумав название и девиз отряда (все как в настоящем лагере), мы отправились на общий сбор: контакта пока нет, все смотрят друг на друга настороженно.

- Главное, что вы должны сделать в эти три дня, - отключить взрослую голову, - проводил инструктаж главный организатор Слава. В обычной жизни он 31-летний логопед. - Вы теперь дети! Вам не надо думать, что есть, что пить и чем заниматься. Мы все за вас уже решили! Поехали.

Не представляю, в каком пединституте учился этот Слава, но вдруг стало так весело и комфортно: мы на скорость делились по цвету глаз, по возрасту детей; что-то про себя друг другу рассказывали, показывали, смеялись! И уже через час мы, взрослые люди, бегали по залу как угорелые.

Выяснилось, кстати, что все наши организаторы - самые настоящие зумеры! Одному из них - Рафу - всего 19. Другому - Макс - около 25. Слава у них тут старейшина.

И даже стало жалко, что обещанные в расписании «Игры на знакомство» так быстро закончились. Но грусть длилась недолго: это в детских лагерях отбой строго в 21.00, а во взрослом-то - нет! Ближе к 22 мы высыпали на улицу к костру, кто-то принес гитару, вкусные сосиски и... Оказалось, у многих с собой горячительное...

- А разве можно? - неожиданно даже для самой себя я вжилась в роль послушной пионерки.

- Лучше бы побережь силы на завтра. С самого утра у вас не будет ни одной свободной минуты. Рекомендую пораньше лечь спать, - мудро и по-взрослому ответил мне зумер-вожатый, но тусовку было уже не остановить.

Тут у костра под песни мы все окончательно перезнакомились и подружи-

«Мы просто поняли, что негде искать друзей»

- Было очень интересно. Такие приятные моменты: вот чайный стол, например (в холле всегда стоял термос с кипятком, лежали полезные сладости. - Авт.), для молодежи это само собой разумеющееся. А вы все обратили внимание и благодарили. Или что сосиски для костра мы купили вкусные - тоже ваши все отметили. Для молодых все это база, а от ваших мы столько слов благодарности получили.

- Недовольных много?

- Не бывает. Это в детстве родители отправляют, как на отбывку. Я много раз был вожатым и видел, как ребенок сидит и всю смену считает дни до отъезда. А тут люди изначально настроены получить максимум от происходящего.

Зорька 38+

лись. Адвокатов и юристов оказалось несколько, еще были бухгалтер, банковский сотрудник, кулинар-кондитер, чиновница из сферы образования, ай-тишники, домохозяйки, дети которых уже служили в армии, преподаватели английского. И всем глубоко за 40. Большинство женаты и сбежали от своих вторых половинок на уик-энд в детство.

- Мой муж уверен, что тут будет один сплошной разврат. Еле его уговорила, - разоткровенничалась «пионерка» Катя.

И, как выяснилось, многие искали подобный лагерь не один год.

Вот вам и зумеры! Что там рассказывают, что они безответственные, скучные, безынициативные? Вранье!

И КТО ТУТ ДЕТИ?

Вставить после таких посиделок было... прекрасно! Взрослая часть меня осталась где-то во вчера вместе с похмельной головной болью. Светило солнце, пели птицы, атмосфера детского лагеря уже проникла во все подкорки подсознания. О каких-то взрослых делах я уже совсем, признаться, не думала. Настолько, что забыла где-то телефон и нашла его только к вечеру.

Игры уже были не психологическими, а самые что ни на есть детские. Мы скакали наперегонки с завязанными ногами, разворачивали на скорость ириски, перекидывали друг другу мячик. Мы носились по площадке и выполняли наперегонки детские задания Копатыча, Совуны, Пина и Кроша (Смешарики же!). Клянусь, я давно так беззаботно не проводила время. И не только я: мама двоих детей Катя с ума сходила в поисках тех самых бусин, заставила нас облизать весь корпус:

- Бусины! Бусины! Еще четыре не нашли! Думаем! Думаем!

Мы обсуждали эти загадки, спорили, ругались, лазили по полу, вытирая животами пыль. Второй отряд подозревал нас в подкупе судей (уж слишком резво мы прошли квест) и строил нам козни, обещая намазать на ночь зубной пастой.

А тихий час... Какое это было блаженство!

После него мы ставили сценки с исполнением желаний друг друга: ребятам изображали, как я доделала ремонт, Катю мы отправили на Мальдивы, Рину - в кругосветное путешествие, Мирославу построили экоферму с домиками на дереве, а Свете «нарожали» аж троих долгожданных внуков.

После ужина - снова детективный квест - найти спрятанные цифры и составить из них пароль от сейфа с конфетами. Битва не на жизнь, а на смерть!

А вечером - дискотека-маскарад. На меня нацепили костюм смешарика, и больше всего меня волновало, красиво ли мне нарисовали усы и достанется ли мне парик из огромного мешка с костюмами или придется мастерить его из цветной бумаги. Смущало дет-

ское веселье только то, что вместе с нами в этом лагере был слет кадетов. Настоящие, а не понарощечные дети в военной форме важно маршировали и махали шашками.

- Так странно: мы, взрослые, играем в детство. А они, дети, - во взрослых, - философски заметил мой товарищ по отряду, ай-тишный аналитик Мирослав.

СИНДРОМ ОТМЕНЫ

А теперь про минусы.

Во-первых, я поняла, что отвыкла от такой активности - душой была готова



Дина КАРПИЦКАЯ/«КП» - Москва

Днем играли в бассейне - вечером релакс у костра. Все как в лагере. Разница только в отбое - у взрослых он «плавающий».



Дина КАРПИЦКАЯ/«КП» - Москва

вольного воздуха. Вот и сейчас, чтобы закрыть этот гештальт, после завтрака я гордо вышла через КПП. За забором была прекрасная осень... но так скучно! Минутку я победошала взрослой жизнью и побежала в бассейн. Там начинался турнир по водному волейболу.

Расставались мы практически со слезами на глазах:

- Впервые за много-много лет меня называли не Марией, как на работе. Не мамой, как дома, а просто Машей. Я вспомнила, что я просто Маша, - сказала на прощальном сборе нашего отряда одна 40-летняя «девочка».

Я испытала те же чувства. Оказывается, и правда, в каждом до сих пор живет ребенок. И даже самым серьезным дядям и тетям порой нужно просто выйти на улицу и поиграть в мяч с незнакомыми ребятами. Просто надо вспомнить, как легко подружиться с любимым, невзирая на доходы, статусы, оконченное или неоконченное

высшее, что небо голубое, и впереди столько всего интересного, хоть лето уже и закончилось.

носиться еще сутки, но заболели вдруг колени и спина занула. К вечерней дискотеке многие уже были «в ауте». Директор лагеря даже объявил второй тихий час.

Во-вторых, я забыла, что заедать горю ирисок чипсами - не лучшая идея. И в разгар дискотеки так прихватило желудок, что я ушла в палату и тихо плакала, слушая, как все веселятся. В темноте, под отдаленные звуки веселых песен и топота ног, я осознала, как далеко я, уже взрослая Дина, от той девчонки с двумя огромными бантами. Так, расстроенная, и заснула.

В-третьих, очень не хотелось возвращаться обратно во взрослую жизнь.

Когда в детстве я ездила в лагерь, всегда мечтала выйти за территорию - так тяготили эти ограничения... И первым делом я всегда искала дыру в заборе и вылезала, чтобы вдохнуть

ИНСТРУКЦИЯ КАК СБЕЖАТЬ ИЗ ВЗРОСЛОСТИ



Где искать?

По запросам в соцсетях «взрослый лагерь ностальгический», «лагерь для взрослых», «детский лагерь для взрослых». Основные площадки - ВКонтакте, Telegram.

Сколько стоит?

От 18 900 рублей за смену (стоимость варьируется в зависимости от длительности, локации и программы).



Что входит?

Проживание, питание, анимация, пользование всей инфраструктурой лагеря (бассейн, спортплощадки). Трансфер из Москвы обычно оплачивается отдельно.



Питание

Полный пансион (завтрак, обед, ужин) в столовой лагеря - классическая «лагерная» еда (каши, супы, макароны с сосисками, котлеты, компот). Обязательный пункт - вечерние сосиски у костра. Есть возможность заказать вегетарианское меню.



Проживание

В комнатах по 2 - 4 человека, раздельное расселение.

Распорядок дня (примерный):

- 9.00 - Подъем, зарядка
- 10.00 - Завтрак
- 11.00 - 13.00 - Активные игры, квесты, мастер-классы
- 14.00 - Обед
- 15.00 - 16.00 - Тихий час (очень строго!)
- 17.00 - 19.00 - Творческие конкурсы, подготовка к вечернему мероприятию
- 20.00 - Ужин
- 21.00 - Вечернее шоу, дискотека, костер с гитарой
- 23.00 - 0.00 - (Неофициально) Общие посиделки, общение



Алкоголь

Официально запрещен правилами лагеря, но на усмотрение организаторов и компании.

Что брать с собой

Удобную одежду для активностей, купальник, кружку, хорошее настроение и готовность отключить «взрослую голову».

Главное правило

Не ждите курорта «все включено»! Вы едете за эмоциями, активностью и новыми знакомствами.

Читатели рекомендуют

Книга Алексея Раншакова «Мамочек жалко!»

★★★★★ Никита:

Книга помогла моей жене справиться с послеродовой депрессией. Не знаю, что бы мы делали, если бы не советы автора, который сам отец двоих и детский доктор.

★★★★★ Алина:

Почему, ну почему эта книга не попала мне, когда наш малыш только родился! Я бы гораздо меньше нервничала и не делала бы ошибок. Сейчас сыну 3, и книга все равно мне пригодилась. У нас проблемы с горшком и первый кризис взросления - читаю, как с этим справляться.

Книгу можно заказать на shop.kp.ru и приобрести в книжных магазинах и на маркетплейсах



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

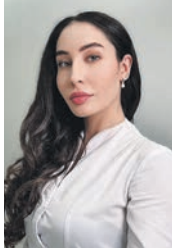


У вас подбородок двоится!

Анна КУКАРЦЕВА

Многие привыкли думать, что второй подбородок, поплывший овал лица - это признак лишнего веса. И в большинстве случаев это действительно так. Но есть и другие, менее очевидные причины, о которых нам рассказала **Роза Герлиани, пластический хирург, врач-дерматолог, косметолог.**

- ✓ Потеря эластичности кожи.
- ✓ Генетическая предрасположенность.
- ✓ Нарушение осанки и частое наклонение головы вниз (техношея).
- ✓ Отечность на лице.
- ✓ Плохая работа лимфатической системы.
- ✓ Снижение тонуса мышц нижней трети лица.



Как вернуть четкость овала лица.



Смотреть в телефон лучше снизу вверх - это хорошая профилактика от двойного подбородка.

ТЕХНОШЕЯ

Термин появился несколько лет назад. Среднестатистический человек сейчас проводит в телефоне до 5 часов в день. А это склоненная голова, напряженная шея. И как следствие - не только головные боли, но и появление второго подбородка.

Что делать? Держать телефон на уровне лица, хотя, конечно, это может показаться непривычным. И хотя бы раз в неделю выполнять комплекс простых упражнений на растяжку мышц шеи

и спины. Самый простой вариант, который можно практиковать и в офисе:

- ✓ встать у стены, прижать плечи, икры, ягодицы к стене и постоять так 2 - 3 минуты, почувствуйте, как распрямляется позвоночник и открываются плечи;
- ✓ положить ладони на макушку и как бы потянуться вверх, при этом слегка надавливая ладонями, не давая голове «оторваться»;
- ✓ прижав подбородок к груди, перекачивайте голову от плеча к плечу 20 раз;
- ✓ круговые вращения головой - 10 раз вправо, 10 раз влево.

ВАЖНО!

Все процедуры проводятся только после очной консультации с врачом, поскольку необходимо исключить противопоказания. Большинство методов требуют курса и регулярной поддержки.



Можно ли омолодить кожу без пластических операций - читайте на сайте



ЧТО ПРЕДЛАГАЕТ КОСМЕТОЛОГИЯ

Понятно, что гимнастика и диета - это способы профилактики второго подбородка. Но если его появление связано с возрастом или избыточным весом, то косметология предлагает сразу несколько методов (не считая пластической хирургии). Вот что рекомендует Роза Герлиани.

1 Липолитики (инъекционные процедуры). Это препараты, расщепляющие жировую ткань. Инъекции в область подбородка помогают улучшить кровообращение, улучшают овал лица. Подходит при лишнем весе. *Из противопоказаний - беременность, прием некоторых препаратов (например, антикоагулянтов), плохая работа лимфосистемы.*

2 Аппаратные процедуры: микроигольчатый RF-лифтинг (радиоволновой лифтинг). На насадках аппарата находятся микроиглы с крошечными электродами, которые внедряются в кожу. Это обеспечивает более глубокое прогревание тканей. Под действием радиоволновой энергии происходит разрушение старого коллагена и активируется синтез нового. Процесс регенерации на клеточном уровне активно поддерживается благодаря микротравмам, создаваемым иглами. Подходит при возрастной потере тонуса кожи, но не при жировых отложениях. *Противопоказаниями могут стать гипертония, диабет, кожные заболевания, аллергическая реакция на анестетики и т. п.*

3 Ультразвуковой SMAS-лифтинг. Воздействует сфокусированным ультразвуком на мышечно-апоневротический слой (SMAS), как при хирургической подтяжке. Импульсы проникают на глубину до 4,5 мм, стимулируя регенерацию и сокращение тканей. Подходит при вялости кожи и мышц. *Противопоказания (как и при других процедурах): различные аутоиммунные заболевания, онкология, беременность и кормление грудью. В некоторых случаях - имеющиеся на лице филеры.*

4 Микротоковая терапия. Это слабые импульсы тока, которые стимулируют мышцы лица, улучшают лимфодренаж и микроциркуляцию. Вместе со стимуляцией мышечного слоя происходит воздействие тока на клетки кожи, позволяя разгладить морщинки. Нормализуется кровообращение в зоне действия микротока. Хорошо подходит при отечности и слабости мышц, особенно в сочетании с другими методами. *Противопоказаниями могут быть некоторые заболевания сердца (особенно при наличии кардиостимулятора), брекет, штифты, армирование золотыми нитями.*

5 Массаж лица (скульптурный, буккальный, лимфодренажный). Массажные движения, особенно в области шеи и подбородка, могут улучшить лимфатический дренаж и стимулировать кровообращение, что помогает сократить жировые отложения, снять спазмы мышц, улучшить отток жидкости и очертить контур лица. Массаж является отличным способом поддержания здорового тонуса кожи и может выполняться как в салоне, так и дома. *Из противопоказаний - обострение кожных заболеваний.*

6 Биоревитализация и мезотерапия (с лифтинг-коктейлями). Биоревитализация - введение в кожу гиалуроновой кислоты, что повышает упругость. Это незаменимый компонент кожи, который отвечает за ее эластичность. Хорошо комбинируется с аппаратными методами. Противопоказания, как и для других процедур, - тяжелые хронические (в том числе аутоиммунные, онкологические) заболевания.

7 Сочетания процедур:

- ✓ SMAS + липолитики - если есть и жир, и птоз (слабость мышц, провисание).
- ✓ RF + микротоки - для мягкого лифтинга и работы с мышцами.
- ✓ Массаж + биоревитализация - при отечности и обезвоживании кожи.

Оксана ЗИЙКО

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

ИЗДАТЕЛЬСТВО
КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА

БЛОКНОТ ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА
От авторов бестселлера «Обман вещей»

Кто бы мог подумать, что в век цифровизации я возьму в руки карандаш и блокнот и буду каждый день вести дневник того, что я ем! Это реально работает, я перестала переедать.



КУПИТЬ ЗДЕСЬ

ОПАСНЫЕ ОТЕКИ

Отеки на лице могут появиться из-за нарушений диеты (слишком много соленого на ночь или злоупотребление алкоголем), из-за гормонов в определенные дни, из-за недостаточного сна. Но если они не проходят после коррекции питания и сохраняются несколько дней - это опасный признак. Он может говорить о проблемах с почками, сердцем.

Что делать? Если отеки случаются время от времени, помогут прохладные компрессы, лимфодренажный массаж, например, специальными массажными роликами. Или легкими массажными движениями - от центра подбородка к углам нижней челюсти, скулам, вискам, от нижней части шеи и ключиц к подбородку.

Допустимы растирания, похлопывания, но не слишком растягивайте кожу.

Поможет специальная гимнастика (фейслифтинг):

Положите указательный и средний пальцы рук на скулы, прищурьтесь на три секунды, затем расслабьтесь.

✓ Соберите губы в трубочку на пять секунд, затем улыбнитесь и расслабьтесь.

✓ Покажите язык на максимально возможную длину и попытайтесь достать им до кончика носа. В зоне под подбородком в это время должно чувствоваться сильное напряжение. Потом попробуйте коснуться языком подбородка. Повторите 5 - 10 раз.

Лилия СОКОЛЬНИКОВА

Сравниваем цены и нюансы отдыха в курортных странах, куда из России летают прямые рейсы.

Никогда еще у российских туристов не было такого изобилия вариантов отдыха на Красном море, как этой осенью. Конечно, в первую очередь это старый добрый Египет.

Но есть пляжи и на других берегах. В Иордании - с ней Россия только что подписала соглашение об отмене виз. В Израиле - МИД отменил рекомендации не ездить на Святую землю, и авиакомпании готовятся возобновить полеты в Эйлат. И в Саудовской Аравии - в августе впервые появились прямые рейсы из России в королевство.

Теплое море и кораллы с разноцветными рыбками есть везде. А в чем разница? Давайте сравним!



Четыре берега Красного моря

Какое же оно Красное? Оно самое разноцветное в мире!



Дмитрий ПОЛУХИН / Комсомольская правда

ИЗРАИЛЬ

● **Курорт:** Эйлат. Пляжи песчаные, галечные, а также коралловые рифы прямо у берега.

● **Как лететь:** рейсы в Тель-Авив из Москвы, Санкт-Петербурга, Сочи и Минеральных Вод, в общей сложности около тридцати в неделю. Летают израильский перевозчик EL AL и российские «Азимут» и Red Wings. Время в пути из Москвы - 5 часов прямым рейсом или 7,5 часа, когда он выполняется с технической посадкой.

Прямые рейсы в Эйлат авиакомпания Red Wings планирует открыть с 16 октября, летать будет из Жуковского раз в неделю.

● **Виза:** не нужна, но необходимо получить электронное разрешение на въезд ETA-IL, не позднее чем за 3 суток до полета заполнив анкету на сайте Управления миграции и народонаселения (israel-entry.piba.gov.il) и оплатив сбор 25 шекелей (около 700 руб.). Оплата российской картой не

проходит, только зарубежной. Но можно оформить разрешение через визовый центр VFS Global, оплатить 25 шекелей плюс 5 долларов сервисного сбора в рублях наличными или российской банковской картой.

● **Безопасность:** МИД РФ отменил рекомендацию не ездить в Израиль. «На фоне относительной стабилизации ситуации в регионе препятствия для посещения Израиля отсутствуют. Рекомендуется избегать районов, граничащих с Сирией и Ливаном, а также окрестностей сектора Газа», - сообщил директор консульского департамента МИД России Алексей Климов. Но решать в любом случае самим путешественникам. Если есть ощущение, что будете скорее тревожиться, чем расслабляться - отдых ли это?

● **Кроме моря:** Эйлатские горы с живописными каньонами, национальный парк «Тимна», Мертвое море, крепость Масада. А если лететь в Тель-Авив, то и старинный порт Яффо, и Иерусалим с его святыми местами.

● **Цена вопроса:** авиабилеты в Тель-Авив - от 90 тыс. руб. на человека, в Эйлат - от 63 тыс. руб. (туда и обратно, без багажа). Пакетные туры в Израиль на данный момент не продаются.

Месяц	Температура воздуха и воды	
	Сентябрь	Октябрь
Сентябрь	+32...+37	+28
Октябрь	+30...+33	+27
Ноябрь	+25...+27	+26

ИОРДАНИЯ

● **Курорт:** Акаба, пляжи как песчаные, так и каменистые.

● **Как лететь:** авиакомпания Royal Jordanian летает из Москвы (Домодедово) в Амман, столицу королевства, 3 раза в неделю. Время в пути - 5,5 часа. Из Аммана в Акабу можно долететь внутренним рейсом (55 минут), доехать на машине (335 км) или с экскурсионным автобусом, по пути посетив Мертвое море и другие интересные места.

- Туристам нужны пляж и море, все это - в Акабе, и прямые рейсы были бы полезны именно туда, - считает вице-президент Ассоциации туроператоров России Артур Мурадян.

● **Виза:** 20 августа Россия и Иордания подписали соглашение об отмене виз. Но! Документ еще не вступил в силу, и точной даты нет - в течение осени. Пока визу получают по прибытии в аэропорту за \$60.

● **Безопасность:** во время обострения обстановки на Ближнем Востоке в Иордании было спокойно и почти без сбоев в воздушном сообщении.

● **Кроме моря:** недалеко от Акабы Петра - впечатляющий древний город с вырубленными в скалах храмами и дворцами, живописная пустыня Вади Рам, Мертвое море и средневековые замки крестоносцев.

● **Цена вопроса*:** 120 тыс. руб. - отель 3★ с завтраками, 175 тыс. руб. - отель 5★ с завтраками.



В древний город Петра можно съездить из Акабы или соседнего израильского Эйлата.

Игорь КУЧЕНОВ

САУДОВСКАЯ АРАВИЯ

● **Курорт:** Ред Си - новый курорт на Красном море. Отели там в мальдивском стиле - роскошные, дорогие, с единенными виллами, в том числе на отельных островах. Пляжи песчаные. На территории отелей можно загорать в купальнике (а вообще в стране важно соблюдать дресс-код, одежда должна закрывать как минимум колени и локти). Алкоголь под запретом.

● **Как лететь:** с 1 августа полеты из Москвы (Внуково) в столицу королевства Эр-Рияд запустила саудовская авиакомпания Flynas. Летает трижды в неделю. С 10 октября добавятся еще и рейсы национального перевозчика Saudi Arabian Airlines, тоже три раза в неделю. Время в пути - 5,5 часа. От Эр-Рияда до Ред Си придется лететь внутренним рейсом 2 часа,

так что логистика непростая. И туристы чаще выбирают не пляжный отдых (есть места проще и дешевле на том же Красном море), а поездки в Эр-Рияд - сравнивают с Дубаем (тоже небоскребы и торговые центры) и Джидду.

● **Виза:** онлайн (сбор около 8300 руб.) или в аэропорту (порядка 6300 руб.).

● **Безопасность:** нет проблем.

● **Кроме моря:** древний город Хегра в скалах (похож на иорданскую Петру), исторический портовый город Джидда, чья прекрасно сохранившаяся восточная архитектура входит в Список Всемирного наследия ЮНЕСКО. Для мусульман - паломничество в Мекку и Медину. Но это все не близко от курорта.

● **Цена вопроса:** от 140 тыс. руб. - тур в Джидду или Эр-Рияд в отель 4★ с завтраками, на курорт Ред Си в отель 5★ - от 1,2 млн руб.

*Стоимость недельного тура на двоих в конце сентября с перелетом из Москвы, проживанием и питанием, трансфером и медстраховкой. По данным крупных туроператоров. Первой указываем минимальную цену, второй - более комфортный вариант. Но есть и более дорогие, конечно.



Китай с сентября отменяет визы для россиян: как теперь отправиться в путешествие в Поднебесную



Чтобы ягодники давали хорошие урожаи, их нужно обрезать. Причем ежегодно. И удобнее всего делать это осенью, сразу после того, как опадут листья - в голый кроне прекрасно видно, где молодые побеги, где старые, какие растут не в ту сторону.

Затягивать с обрезкой не нужно - чтобы раны затянулись, требуется пара недель, и в это время должно быть сухо и тепло.

Осенью обычно проводят так называемую формирующую обрезку - именно от нее зависит урожай. И у каждой культуры она своя. А еще в конце сезона можно омолодить старые кусты.

Наступает время формировать кустарники.

О том, как обрезать красную смородину, мы подробно рассказали в телеграм-канале «Мой урожай».

Смородина



Формирующая. Побеги черной смородины в среднем живут 6 - 10 лет, но могут и дольше. Однако самые плодовые веточки - в возрасте 2 - 3 лет. Впрочем, 4-летние тоже дают урожай, но уже меньше. На более старых в лучшем случае вызревает несколько ягод, причем очень мелких. Но они сильно загущают куст и отбирают у молодых побегов воду и питательные вещества. Поэтому схема обрезки смородины выглядит следующим образом:

1-й год - сразу после посадки побеги укорачивают так, чтобы на каждом осталось 2 - 3 хороших, жирные почки;

2-й год - из всех новых побегов, которые выросли в течение лета, оставляют 3 - 4 самых сильных, остальные вырезают, оставшиеся укорачивают, подрезая верхушки примерно на 10 см, чтобы веточки лучше кустились;

3-й год - оставляют еще 3 - 4 сильных побега (в плюс к тем, что были оставлены в прошлом году), у них также обрезают верхушки;

4-й год - план действий тот же, что и на 3-й год;

5-й год и дальше - все тоже самое, что и в прошлые годы, а вот побеги, оставленные на 2-й год, надо вырезать, в итоге в кусте должно остаться 9 - 12 побегов в возрасте 1 - 3 года.

Впрочем, можно оставить и 4-летние ветви - они хоть и менее плодовые, но в целом урожай с куста будет выше, правда, ягоды мельче. В данном случае смородина будет сформирована из 12 - 16 побегов разных возрастов. Но с 6-го года старые точно надо вырезать.

Омолаживающая. У старых, неухоженных кустов следует выбрать 9 - 10 наиболее молодых веточек, их оставить, а остальные вырезать вровень с почвой. Старые трухлявые пеньки, которые остались от предыдущих обрезок, выломать.

Если сложно понять, какого возраста побеги, можно не заморачиваться и оставить только однолетние - у них светлая кора и нет боковых веточек. А уже в последующие годы формировать куст по той же схеме, что и молодые.

Кто режет ветки в сентябре, тот поступает мудро

Крыжовник

Формирующая. Осенняя обрезка крыжовника зависит от возраста куста:

1-й год - сразу после посадки удаляют все слабые побеги, а оставшиеся сильные обрезают, оставляя 2 - 3 самые нижние почки;

2-й год - крыжовник не обрезают, в это время он активно наращивает молодые побеги, по 4 - 6 в кусте, их оставляют для формирования кроны, удаляют лишь самые хилые;

3-й год и дальше - все молодые побеги оставляют (за исключением слабых), а прошлогодние укорачивают на 1/3.

В итоге к 7 - 8 годам куст крыжовника должен состоять из 20 - 25 ветвей разного возраста, которые обеспечат ежегодный стабильный урожай.

Все ветви старше 8 лет вырезают.

Омолаживающая. При хорошем уходе крыжовник может плодоносить до 16 - 18 лет, а затем



рост и плодоношение резко падают. Чтобы вернуть растениям былую продуктивность, осенью (или рано весной до распускания почек) все старые побеги срезают на высоте 10 - 15 см от почвы, оставляя лишь однолетние приросты. Затем куст окучивают землей на высоту 10 - 15 см.

После кардинальной обрезки весной из спящих почек, которые расположены в основании побегов, начнут развиваться мощные стебли, которые уже в первый год дадут вам молодой куст крыжовника. А на второй год он начнет плодоносить.

Омолаживающая обрезка поможет продлить жизнь крыжовника еще на 8 - 10 лет.



Жимолость

Формирующая. Главная проблема жимолости в том, что она очень сильно ветвится, дает массу волчков в кроне и побегов от основания куста. А растение это очень светолюбивое. И со временем все ветки, которые оказываются в тени своих соседей, попросту засыхают. Поэтому главная задача обрезки - удалить все лишнее.

Первым делом сухие ветки. Затем все слабые - хорошего урожая они все равно не дадут. Далее - все, которые идут от основания куста. Исключение делают лишь в том случае, если куст надо омолодить. Тогда несколько «земляных» побегов оставляют в качестве замещающих.

Саму крону проредить тоже несложно: у жимолости основная масса плодов размещается на сильных годичных ветвях. Да и ягоды на них крупнее, чем на слабых и старых. Поэтому многолетние ветки надо вырезать, а прошлогодние приросты оставлять.

Первые 2 - 3 года жимолость съедобная растет медленно, поэтому обрезку следует начинать, когда растению исполнится 4 года.

Омолаживающая. Если же вам достался в наследство очень старый куст, который толком и прироста-то никакого не дает, то его лучше срезать, что называется, под корень. А из сильно молодой поросли сформировать новый куст.



Малина

Малина плодоносит на двулетних побегах. В первый год они отрастают, а на второй начинают ветвиться. И вот уже на боковых веточках появляются сначала цветки, а потом и ягоды. После того как урожай созрел, побеги отмирают.

Обрезку малины проводят в 4 этапа, удаляя побеги по очереди.

1 Отплодоносившие. Первым делом в малиннике нужно вырезать все двулетние побеги, с которых в текущем году уже собрали урожай.

2 Слабые. И слишком тонкие побеги тоже надо вырезать - должного урожая они не дадут, а посадки сильно загущают. Да к тому же конкурируют за воду и питание.

3 Пораженные вредителями. Дальше малинник надо внимательно осмотреть на предмет стеблевых вредителей. Заметить их просто - на побегах образуются утолщения, в которых обитают личинки. Вот все эти стебли с утолщениями надо тоже удалить. И обязательно сжечь.

4 Лишние. Следующий этап - подсчитать количества побегов. Их должно быть 10 - 12 на 1 кв. м. Это если малина растет сплошными посадками. А если ее сажали рядами, нужно оставить 30 - 40 побегов на 1 погонный метр. Все, что выше нормы, надо удалять, даже если стебли мощные и здоровые. В противном случае они будут затенять друг друга и хорошего урожая вы не получите.

Побеги необходимо вырезать вровень с почвой, чтобы не оставалось пеньков - в них часто зимуют вредители, например, малинная моль и споры патогенов.

Однако удалить ненужные стебли - это лишь полдела. У тех, которые остались, надо обрезать верхушку на 5 - 10 см. Это простимулирует весной рост побегов второго порядка, на которых, собственно, и формируется урожай. Без обрезки верхушек малина кустится гораздо хуже и урожая дает меньше.



«Мой урожай» - телеграм-канал «Комсомолки» для увлеченных дачников,

заядлых садоводов, азартных огородников и вдохновенных цветоводов



Как сохранить урожай овощей, грибов и фруктов оптимальным для здоровья образом.

Анна КУКАРЦЕВА

В прошлом номере «КП» мы рассказали, что россияне по-прежнему увлекаются домашними заготовками. Сегодня продолжим тему советами экспертов о том, как сохранить урожай максимально полезным образом. Роспотребнадзор отмечает, что россиянам не хватает витаминов: недостаток тех или иных нутриентов отмечается у каждого второго ребенка и у каждого четвертого взрослого. Обеспечены всеми витаминами только 14% взрослых и 17% детей.

Да, летом нехватка сглаживается, но с приближением зимы опять нарастает. А сейчас витамины можно законсервировать. Только как? Рассказали ученые Пермского политеха.

- Свои овощи и фрукты особенно хороши!

Ягоды, протертые с сахаром

+ Сохраняет больше витаминов, чем при варке.

+ Сахар!
✓ «При протирании ягод с сахаром все так же происходит потеря большого количества витамина С из-за окисления. Этот процесс неизбежен, так как начинается после контакта с кислородом. Кроме того, усилить его может соприкосновение с металлом, если протирание, например, осуществляют с помощью блендера или металлической посуды. К окислению так же чувствительны другие витамины и антиоксиданты», - объясняет Евгения Гладких.



Соление, квашение и мочение

- При засолке, квашении овощей, а также при мочении ягод и фруктов происходит процесс молочнокислого брожения, которое позволяет не просто сохранить, а даже приумножить их пользу, - говорит ассистент кафедры «Химические технологии» ПНИПУ **Никита Кифель**. - Натуральная среда на поверхности свежих плодов содержит молочнокислые бактерии, которые являются пробиотиком и поддерживают здоровье кишечника. Внутри банки нет кислорода, и полезные бактерии начинают активно размножаться и перерабатывать сахара, содержащиеся в овощах и фруктах, превращая их в молочную кислоту. Продукт их метаболизма и создает характерный вкус и аромат рассола.

+ «Такие виды консервации позволяют сохранить витамин С в больших количествах, чем, например, при вялении. Также удерживаются и даже дополнительно синтезируются молочнокислыми бактериями витамины группы В. В рассолах и заквасках их становится больше, чем в сырых продуктах», - говорит ассистент кафедры «Химия и биотехнология» ПНИПУ **Евгения Гладких**.

Также соление и квашение позволяют сохранить и другие витамины и минералы. Например, в огурце сохраняются клетчатка и натрий, фосфор, фтор, цинк, железо и магний.

- «Но стоит помнить про количество соли. Тот же небольшой огурец может содержать более 2,5 г соли при суточной норме 5 г. А высокая концентрация натрия провоцирует отеки, перегружает почки и повышает артериальное давление, что особенно опасно при гипертонии», - предупреждает Никита Кифель.

А вот квашеная капуста считается более полезным продуктом, потому что содержит меньше соли, а также она почти чемпион по содержанию витамина С.

В моченых ягодах и фруктах (например, яблоках, клюкве и так далее) уменьшается содержание природных сахаров, потому что молочнокислые бактерии питаются ими в процессе жизнедеятельности. При этом сохраняются почти в полной мере витамины и минералы.

Запасемся пользой

Маринование

- Маринование не всегда сохраняет пользу свежих овощей и грибов. После тепловой обработки и добавления соли с уксусом из продуктов полностью исчезают водорастворимые витамины С и В, - рассказывает Никита Кифель.

+ Все-таки в маринованных овощах сохраняются клетчатка, антиоксиданты и жирорастворимые витамины - А, Е, К, D. Часть минералов переходит из овощей и грибов в маринад.

- ✓ Большое количество уксуса, соли и сахара. Их вред может перевесить пользу сохранившихся в овощах и грибах витаминов. Особенно нежелательно употреблять такие продукты людям с заболеваниями желудочно-кишечного тракта и сердечно-сосудистой системы.

✓ Риск развития ботулизма, особенно в заготовках из грибов: им требуется более длительная стерилизация, чем овощам и фруктам.

- Можно мариновать вместе разные виды грибов, но важно подбирать их по общим характеристикам. Хорошо сочетаются, например, белые с подосиновиками и подберезовиками. Однако есть и исключения: опята и маслята лучше готовить отдельно, так лучше ощущается их вкус. Не стоит мариновать перезрелые, поврежденные или обработанные химией овощи - они быстро начинают гнить и могут испортить всю банку, - добавляет Никита Кифель.

Заморозка

Да, заморозить можно не все, и, конечно, для такого способа хранения нужна вместительная холодильная камера. Зато и плюсов много.

+ Позволяет сохранить большую часть витамина С, который пропадает практически при любом другом способе консервации. По разным подсчетам, даже при хранении свежих овощей и фруктов витамин С будет «уходить» быстрее, чем при шоковой заморозке.

✓ Сохраняет заморозка и другие витамины, минералы, клетчатку. По этой причине она считается самым полезным способом хранения овощей, фруктов, ягод и зелени.

- Некоторые потери полезных веществ могут произойти из-за неправильной заморозки, когда плоды плохо промыли или оставили влажными. Вода останется внутри, образуются крупные кристаллы льда, повреждая структуру тканей, и полезные соединения потеряются вместе с соком из разрушенных клеток. Такие продукты после разморозки становятся мягкими, водянистыми и теряют форму. То же самое может произойти из-за перепадов температур в морозильной камере. По этой причине не стоит сразу доставать слишком большую дозу продукта, так как с каждой повторной заморозкой в нем становится все меньше витаминов, - говорит Евгения Гладких.

Сушка

Сушить можно практически все: овощи, фрукты, ягоды, грибы, зелень.

+ Бережная (то есть естественная или в специальной сушилке, а не духовке) сушка позволит сохранить клетчатку, минералы, углеводы, антиоксиданты и витамины. Некоторые вещества даже приумножатся: например, антиоксидант ликопин лучше усваивается именно из вяленых (сушеных) томатов, так как при нагревании происходит разрушение хромoplastов, в которых он содержится.

- В наибольших количествах

- во время сушки теряются вещества, чувствительные к окислению, высокой температуре, свету. Так, например, будет происходить активное разрушение водорастворимого витамина С. Если проводить сушку на солнце, это может привести к дополнительным потерям некоторых полезных веществ и даже к разрушению молекул витаминов группы В, в частности, тиамина и фолиевой кислоты, которые удалось бы сохранить без воздействия яркого света, - объясняет Евгения Гладких.

Варенье

Обычное варенье и джем - это однозначно не самые полезные способы заготовки ягод и фруктов: слишком уж в них много сахара, а длительная варка уничтожает почти все витамины. Но тем не менее...

+ Евгения Гладких считает, что более полезным является варенье-пятиминутка (когда ягоды в прямом смысле слова варятся всего 5 минут. Особенно актуально для смородины. - Ред.). Благодаря непродолжительному нагреву термочувствительные соединения - витамины и антиоксиданты - сохраняются намного лучше, чем в классическом варианте. Так можно значительно снизить и потери аскорбиновой кислоты. Останется около половины того количества витамина С, что было в ягодах, в то время как из обычного варенья, которое может вариться часами, он исчезает практически полностью.

- Несмотря на то, что в пятиминутке остаются клетчатка, минералы, антиоксиданты, жирорастворимые витамины, устойчивые к высоким температурам, и органические кислоты, там содержится огромное количество сахара. В 50 граммах варенья - 25 граммов, это дневная доза для взрослого человека.



Скоро ли подешевеют фрукты и каким будет урожай - на сайте KP.RU



Блиновская может подать на УДО, а Лерчек светит 5 лет условно

Александр РОГОЗА

В марте 2023 года Валерии Чекалиной (она же Лерчек) вместе с супругом Артемом предъявили обвинение в неуплате налогов на 300 млн рублей и отмывании денег. Следом уголовное дело завели на Елену Блиновскую - та, по версии следствия, недоплатила в

казну без малого миллиард! Дальше - больше. Список популярных героев соцсетей, становившихся фигурантами, стал стремительно расти. И не всегда, кстати, претензии были только по финансовым нарушениям.

Рассказываем о самых известных персонажах и их текущих делах.

ЛЕРЧЕК: Дело уходит в суд

Возраст: 32 года.
Число подписчиков: суммарно в разных соцсетях до 15 млн человек.

Тема блога: продажа косметики, ЗОЖ, «денежные марафоны».

В СИЗО многолетних супругов не отпустили, но запретили пользоваться интернетом. До суда тогда не дошло - Чекалины погасили долг перед налоговой, и уголовное дело закрыли.

Вскоре Валерия и Артем развелись. Лерчек призналась в интервью, что романтики между ними давно не было и семья держалась на бизнес-партнерстве.

А осенью прошлого года экс-супругам

Лерчек обвиняют в валютных переводах по подложным документам.



Михаил ВОСКРЕСЕНСКИЙ / РИА Новости

предъявили новое обвинение. В Прокуратуре Москвы сообщили, что Чекалины вместе с бизнес-партнером переводили деньги от продажи своих марафонов на валютные счета за границей, используя подложные документы...

Супругов обвиняют в преступлении, которое является тяжким. Вилка наказания - от 5 до 10 лет лишения свободы, - объяснил «КП» адвокат **Вадим Багатурия**. - Предыдущее

уголовное дело закрыли, и судимость у них не возникла, поэтому оснований применить к ним правила рецидива нет. Думаю, в суде они будут признавать вину и постараются возместить ущерб. Это их первое преступление, плюс наверняка масса положительных характеристик - скорее всего, Чекалиным назначат наказание в виде 5 - 6 лет лишения свободы условно.

МАТЕРЬ БЛОЖЬЯ: Полгода домашнего ареста

Возраст: 31 год.
Число подписчиков: до 5 млн человек.

Тема блога: заработок в интернете. Александра Митрошина, известная в Сети как Мать блогья, тоже стала фигуранткой уголовного дела во второй раз.

После начала СВО Митрошина перебралась в ОАЭ, а в 2023 году ее обвинили в неуплате налогов на сумму 127 млн рублей. Эту задолженность Митрошина позже закрыла. Однако стоило блогерше весной 2025-го прилететь из Эмиратов в Сочи, как ее задержали. Оказалось, она является фигуранткой недавно возбужденного уголовного дела об отмывании денег. По версии следствия, на деньги, недоплаченные в казну, Александра купила квартиру в Москве. А это «легализация денежных средств».

На днях суд продлил домашний арест Митрошиной. Таким образом, она уже полгода сидит в квартире мужа с электронным браслетом на шее...



Максим БЛИНОВ / РИА Новости

Александру Митрошину задержали в аэропорту, когда она вернулась из ОАЭ. О новом уголовном деле, в котором она фигурирует, Мать блогья даже не знала.

Под домашним арестом запрещено пользоваться интернетом. Но несколько недель назад одна из страничек Митрошиной внезапно ожила. Там начали выходить новые фото и видео.

Страницу Александры взломали, - заявил «КП» адвокат **Митрошиной Михаил Мушаилов**. - По этому поводу подано заявление в полицию. Мошенники публикуют старые записи Александры, которые она когда-то сама выкладывала.

В окружении Матери блогья считают, что взломавшие ее соцсети люди хотят заработать на подписчиках, публикуя сообщения о сборе средств.

Если вина молодой женщины будет доказана, ей грозит до 7 лет колонии.

БЛИНОВСКАЯ: Вместо колонии останется в хозотряде?

Возраст: 44 года.
Число подписчиков: суммарно до 6 млн человек.

Тема блога: тренинги личностного роста.

В отличие от Чекалиных Елена Блиновская погашать задолженность перед ФНС не спешила и даже, наоборот, пыталась оспорить суммы в арбитраже. Впрочем, это ни к чему не привело.

В суде Блиновская доказывала, что в 2019 - 2021 годах, по которым у следствия вопросы, она была в декрете, а компанией управляли ее приближенные. Именно они, мол, придумали схему с дроблением, когда все заработки проводились через два десятка ООО и ИП, чтобы каждая из фирм не превысила лимит по доходам - благодаря этому налоги платили по минимальной ставке.

Приговор многих шокировал. Матери четырех несовершеннолетних детей дали 5 лет колонии. Прошло полгода, но, как стало известно «КП», Елена Блиновская по-прежнему находится в столичном СИЗО, в колонию ее не увезли. Дело в том, что апелляцию, поданную защитой интернет-дивы, пока еще не рассмотрели и приговор не вступил в силу.

А тем временем срок ее наказания стремительно сокращается по курсу 1 день в изоляторе = 1,5 дня колонии. На первом же этапе следствия Блиновская сидела под домашним арестом, 2 дня которого считают за 1 день колонии. А это значит...

- Если сложить домашний арест и СИЗО, получается 2 года 11 месяцев в колонии общего режима, - объясняет «КП» адвокат **Андрей Мишонов**. - То есть по факту половину срока женщина уже отсидела и имеет право подать ходатай-



Когда-то Елена Блиновская считалась самой богатой блогершей России и могла потратить на день рождения более 100 млн рублей.

ство об условно-досрочном освобождении. Но только после того, как приговор вступит в силу.

При положительных характеристиках от начальства изолятора и наличии на иждивении малолетних детей шансы, что суд разрешит УДО, довольно высоки. По одной из версий, адвокаты Блиновской сделают все, чтобы в колонию клиентка не попала. Например, она может попроситься оставить ее в хозяйственном отряде при СИЗО.

- Эти люди занимаются уборкой помещений, готовкой на кухне, их могут поставить на раздачу питания, - говорит **vice-президент Российского подразделения Международного комитета защиты прав человека Иван Мельников**. - Условия жизни у них, конечно, мягче, чем в СИЗО. Они живут не в камерах, а в отдельном корпусе на территории изолятора, тактом общежитии.

■ ОДИН В ОДИН

Елена Лядова сыграет Елену Блиновскую?

Окончание.
Начало < стр. 1.

По сюжету героиня Лядовой по имени Мила была популярным блогером, зарабатывала миллионы на «марафонах исполнения желаний», но в одночасье потеряла все. Влюбленная аудитория отвернулась, счета арестованы, муж, признанный погибшим, жив и нежится в объятиях новой возлюбленной, а против самой Милы завели

уголовное дело. Выйдя из СИЗО, она решает начать новую жизнь - и снова использует доверчивых подписчиков в свою пользу.

Мила очень напоминает скандальную «королеву марафонов» Елену Блиновскую.

Тем временем в реальной жизни Блиновская может выйти на свободу уже в этом году. Защита блогера рассчитывает на условно-досрочное освобождение. Получается, сериал может выйти как раз к условно-досрочному освобождению Елены.

Главное, чтобы она не восприняла его как наглядное пособие по жизни после возвращения на волю.

Кирилл МИШИН.



Василий КУЗЬМИЧЕНКО / Агентство городских новостей «Москва»

Актриса вживается в роль марафонщицы.

Грудь ее в камнях...

В Лос-Анджелесе состоялась 77-я церемония вручения премии «Эмми» за достижения в области телевизионных искусств. По ковровой дорожке прошли главные звезды сериалов и ТВ-шоу. А мы выбрали наиболее необычные наряды знаменитостей. Образы звезд комментирует журналист «КП», дипломированный стилист **Ольга РОДИНА**.

Самые необычные образы «Эмми».

Скарлетт Йоханссон

40-летняя Скарлетт вышла на дорожку в лимонном платье в пол. Светло-желтый оттенок очень идет блондинке Йоханссон. Образ актриса дополнила акцентными серьгами, а волосы распустила. В целом все неплохо, хоть и довольно просто. Многие отметили, что вид у звезды был уставший, и даже грим не смог это скрыть.



John Shearer/Getty Images

Дженна Ортега

Образ звезды «Уэнздей» (18+) стал одним из самых ярких на церемонии. 22-летняя Дженна появилась в необычном комплекте Givenchy, состоящем из юбки макси с разрезом и топа с камнями, едва прикрывающего грудь. Впрочем, все, что нужно, было деликатно закрыто. Макияж звезде сделали в тон страз, волосы уложили в небрежный хвост, а из украшений - аккуратные серьги-капли.



Jenna Ortega/Getty Images

Кэтрин Зета-Джонс

Кэтрин Зета-Джонс роскошно выглядела в платье с полупрозрачным лифом-ракушкой бренда Yara Shoemaker Couture. 55-летняя звезда не стала утяжелять образ и добавила лишь серьги. Волосы, как и многие другие звезды, Кэтрин распустила.



Daniel Cole/REUTERS

Селена Гомес и Бенни Бланко

33-летняя Селена, которая вот-вот выйдет замуж за Бенни Бланко, блистала на ковровой дорожке в алом платье на одно плечо и со шлейфом Louis Vuitton. Волосы актрисы были забраны назад. Из украшений она надела серьги и кольцо Tiffany & Co. 37-летний продюсер и автор песен выбрал для выхода черный костюм, который дополнил темной рубашкой с вышивкой камнями. Он решил отказаться от классической обуви и облачился в балетки.



David Swanson/REUTERS

Колин Фаррелл с сыном Генри

49-летний Колин Фаррелл вышел на дорожку вместе с младшим сыном, 15-летним Генри. Пожалуй, образ звезды «Александра» (18+) больше других соответствовал вечернему дресс-коду. Фаррелл был одет в бархатный пиджак, белую рубашку с бабочкой, брюки и лаковые туфли. Сын актера выбрал классический черный костюм и дополнил его галстуком.



Daniel Cole/REUTERS



Актуальные тенденции из мира моды, рекомендации по подбору гардероба и советы стилиста - в разделе «Женские секреты» на сайте KP.RU/WOMAN/MODA



Педро Паскаль

Любимец женщин Педро Паскаль вышел на дорожку в белом костюме Celine и солнцезащитных очках. И вроде все ничего, но не совсем понятно, почему вместо туфель 50-летний актер надел неуместные для подобного рода мероприятий тканевые кеды. В сочетании с роскошным белоснежным костюмом тапки смотрелись совсем не в тему.



Daniel Cole/REUTERS

Солнце шлет на Землю магнитные бури

Ученые выяснили, как это влияет на наш организм?

Евгений АРСЮХИН,
Лилия СОКОЛЬНИКОВА,
Владимир ЛАГОВСКИЙ

Сентябрь оказался богат на магнитные бури. Очередной всплеск произошел утром 16 сентября - скромный, уровня G1 (первого по пятибалльной шкале), но тем не менее. Еще два-три дня магнитное поле не могло успокоиться, рассказали в Лаборатории солнечной астрономии Института космических исследований РАН. Ученые предупреждают: магнитные бури будут чередоваться с периодами относительного затишья.

Специалисты с тревогой следят за потоками солнечного ветра, летящего из дыры в короне Солнца - собственно, он и взбудораживает магнитное поле. Ветер порой разгоняется до скорости 750 км/с, которая считается экс-



Мария Абунина.

тремальной. По аналогии с земным ветром - настоящий ураган. А значит, магнитные бури могут разгуляться до уровня G3, то есть сильных.

РАВНОДЕНСТВИЕ И ПЛАЗМА

Мы пережили уже четвертую бурю с начала сентября! Почему магнитное поле сходит с ума - о минувшем лете тоскует? Ожидать ли нам новых геомагнитных потрясений? Об этом «КП» рассказали исследователи, которые держат руку на солнеч-

ном и земном пульсе.

Связь между сменой времен года и активностью магнитных бурь действительно существует, считает Мария Абунина, кандидат физико-математических наук, сотрудник Института земного магнетизма, ионосферы и распространения радиоволн РАН:

- В среднем летом и зимой геомагнитная активность слабее, осенью и весной усиливается.

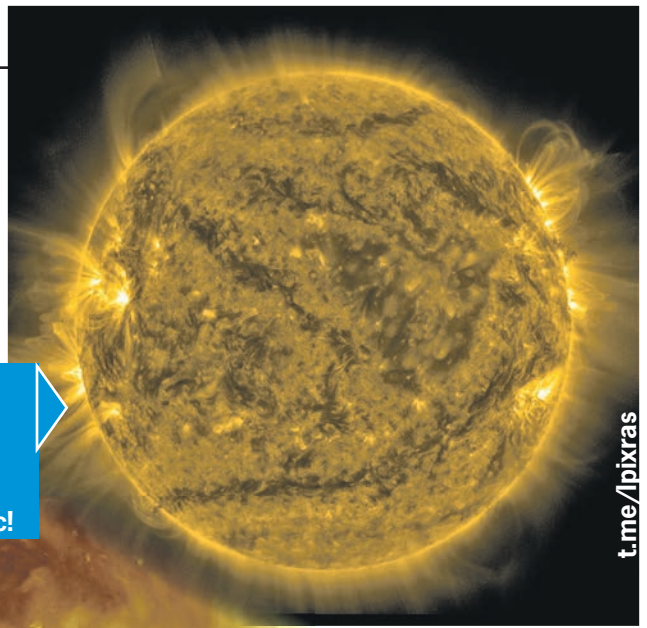
А объяснение такое. Во время равноденствия (осеннее наступило 22 сентября) земная ось «стоит» перпендикулярно невидимой поверхности, по которой наша планета движется вокруг Солнца, плоскости земного и солнечного экватора, по сути, совпадают. И заряженным частицам солнечной плазмы проще «затечь» внутрь магнитосферы Земли и устроить бурю.

Осенью светило разбушевало - летящий к нашей планете солнечный ветер разогнался до ураганных 720 км/с!

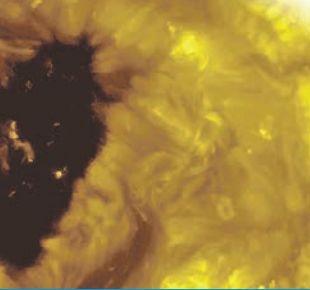
В недавней буре виновата дыра в короне Солнца в форме бабочки - с размахом крыльев в 500 тысяч километров.

СВЕТИЛО ПОЛЫХНЕТ С НОВОЙ СИЛОЙ?

Но есть еще один нюанс. По идее пик солнечной активности в нынешнем 11-летнем цикле пройден год назад - в октябре 2024 года, когда бушевали самые жестокие за 20 лет магнитные штормы. Однако ученые все чаще го-



t.me/pixras



ворят о том, что сейчас светило может снова взбодриться - и вместо положенного снижения вспышечной активности (а значит, и угасания

магнитных бурь) выйти на второй пик. И полыхнуть с новой силой.

С мая до августа 2025 года активность светила выросла почти на 70%, констатируют в Лаборатории солнечной астрономии Института космических исследований РАН. И напоминают: в прошлых двух циклах тоже было по два пика с интервалом в полтора-два года. Если ситуация повторится, то наша звезда «порадует» мощными вспышками и бурями в конце этого года или начале 2026-го.



Как устроено наблюдение за космической погодой - читайте на KP.RU



Ближе к телу

Исследователи из Шаньдунского, Пекинского и Тибетского университетов (среди них были как врачи, так и астрофизики) 6 лет наблюдали за давлением полумиллиона гипертоников. Основную массу испытуемых составили пациенты в возрасте от 30 до 60 лет. Параллельно следили и за геомагнитной активностью.

Наложили одни графики на другие. И обнаружили, что кривые изменения артериального давления и геомагнитной активности, по сути, совпали. Оба давления - «верхнее» и «нижнее» (систолическое и диастолическое) - повышались с увеличением индексов и понижались по мере их уменьшения. Весной и осенью, когда магнитные бури частят, скачки артериального давления приобретают более выраженный вид.

- Похоже, что между магнитными возмущениями и кровяным давлением существует реальная связь, - заявил Цюаньци Ши, один из авторов статьи в журнале Communications Medicine.

Исследователи подметили странность: реакция на сезонные изменения «космической погоды» запаздывает. Тенденция к существенному повышению артериального давления - в долгосрочной перспективе -

начинает проявляться примерно через три месяца после нарастания геомагнитной активности. То есть нынешняя бурная «магнитная действительность» аукнется гипертоникам ближе к зиме. Это - помимо возможной сиюминутной реакции.

Китайские ученые признаются, что пока не могут объяснить механизм феномена - собственно, как и никто в мире. Но гипотезу выдвигают, считая, что тут может участвовать резонанс Шумана. Так называют формирование стоячих электромагнитных волн сверхнизких частот между поверхностью Земли и ионосферой под влиянием заряженных частиц, прилетающих от Солнца. Волны обигают земной шар, входят в резонанс и долго не затухают.

Стоячие волны резонанса Шумана бывают разной частоты - от 7,8 Гц до 32,5 Гц. Примерно в таком же диапазоне находятся и волны человеческого мозга - альфа (8 - 12 Гц), бета (12 - 30 Гц) и гамма (30 - 100 Гц). По словам Ши, одно вполне может влиять на другое.

А вывод такой: медики не зря напоминают гипертоникам, чтобы те поберегли себя в плохую космическую погоду: снижали нагрузку, чаще отдыхали и не забывали принимать прописанные препараты.



У меня голова трещит, как fuga Баха, а ученые еще и про резонанс Шумана рассказывают.

100 ЛЕТ
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА



Ты точно
МОЖЕШЬ БЫТЬ В ЦЕНТРЕ
ВНИМАНИЯ!

Осталось только
заказать олимпийку
от «Комсомольской правды»



ОГРН: 102739295781. АО «ИД «Комсомольская правда» г. Москва. Реклама 12+

1 Первый канал

08.00 Новости.
08.20 Модный приговор. (0+)
09.10 Жить здорово! (16+)
10.00 Время покажет. (16+)
11.00 Новости.
11.15 Время покажет. (16+)
13.00 Большая игра. (16+)
14.00 Новости.
14.15 Давай поженемся! (16+)
15.05 Мужское / Женское. (16+)
16.00 Большая игра. (16+)
17.00 Вечерние новости.
17.30 Время покажет. (16+)
18.50 Пусть говорят. (16+)
20.00 Время.
21.00 БОЙ С ТЕНЬЮ. СЕРИАЛ. (16+)
Лена вынашивает новый план мести бывшему мужу. Наташа продолжает втираться в доверие к Ельцову. Руководитель боксерского клуба дает понять Юрию, что его ученик, Леша Овалов, должен сдать финальный бой. За это обещает хорошо заплатить, к тому же клуб всегда занимался устройством договорных поединков.
22.00 Большая игра. (16+)
23.10 Шоу Вована и Лексуса. (16+)
00.10 Подкаст.Лаб. (16+)
02.00 Новости.
02.05 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 Россия

04.00 Утро России.
08.00 Вести.
08.30 Калининград.
08.55 О самом главном. (12+)
10.00 Вести.
10.30 Вести. Калининград.
11.00 60 Минут. (12+)
13.00 Вести.
13.30 ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ. СЕРИАЛ. (16+)
15.30 Вести.
16.00 Малахов. (16+)
17.00 60 Минут. (12+)
19.00 Вести.
20.10 Вести. Калининград.
20.30 СПАСКАЯ. НОВЫЕ СЕРИИ. СЕРИАЛ. (16+)
У горного водопада обнаружен труп неизвестного мужчины. Прервав выходной с семьей, Спасская выезжает на место преступления. Жертву сбросили с высоты, но смерть наступила не от падения, а от удара острым предметом в основание черепа.
22.30 Вечер с Владимиром Соловьевым. (12+)
01.10 ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ. СЕРИАЛ. (16+)
02.00 Вести.
02.30 ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ. СЕРИАЛ. (16+)

НТВ НТВ

05.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
07.00 Сегодня.
07.25 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
09.00 Сегодня.
09.35 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
12.00 Сегодня.
12.25 Чрезвычайное происшествие.
13.00 Место встречи.
15.00 Сегодня.
15.45 За гранью. (16+)
16.50 ДНК. (16+)
18.00 Сегодня.
19.00 СТРАЖНИК. СЕРИАЛ. (16+)
Царев понимает, что брат использовал их с отцом. Журналист выкладывает в интернет заказанное Войцовским разоблачение Горского с утверждением, что дела мужа «крышевала» Борисоглебская.
21.10 ВАРЯГИ. СЕРИАЛ. (16+)
22.35 Сегодня.
23.00 ВАРЯГИ. СЕРИАЛ. (16+)
23.55 ПУЛЯ. СЕРИАЛ. (16+)
03.10 По следу монстра. (16+)
03.55 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)

ТВЦ ТВ-Центр

07.45 МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ. ОПАСНЫЙ ПЕРЕПЛЕТ. ХУД. ФИЛЬМ. (12+)
09.35 Русский шансон. Фартовые песни. Док. фильм. (16+)
10.30, 13.30, 16.50, 21.00, 23.00 События.
10.50 СТАРАЯ ГВАРДИЯ. ПРОЩАЛЬНАЯ ВЕЧЕРИНКА. ХУД. ФИЛЬМ. (12+)
12.45, 03.40 Мой герой. Александра Ревенко. (12+)
13.50 Город новостей.
14.05, 01.35 ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ В ПРИНЦИПЫ. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
15.55 Актерские драмы. В титрах не значился. (16+)
17.10 Петровка, 38. (16+)
17.20 ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ-3. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
21.35 Хватит слухов! (16+)
22.05 Хроники московского быта. Борьба с привилегиями. (16+)
23.30 Настоящий детектив. Инъекция смерти. (16+)
00.10 Знак качества. (16+)
00.50 Мифы о еде. (16+)
03.00 Русский шансон. Фартовые песни. Док. фильм. (16+)

СТС СТС

07.20 ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ. СЕРИАЛ. (12+)
12.00 В ГОСТЯХ У ЭЛИС. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
14.00 ПЛЮС ОДИН. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
16.00, 17.00 ВИНОДЕЛЫ. СЕРИАЛ. (16+)
18.00 ВЫЗОВ. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
21.25 СПУТНИК. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
23.40 Кино в деталях с Федором Бондарчуком. (18+)
00.40 НА ИГРЕ. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
После победы на турнире команде геймеров вручают диски с только что разработанной игрой. Запустив игру, каждый из них подвергается воздействию, переводящему их игровые способности в реальные - теперь и в жизни они лучшие бойцы, стрелки и гонимки. Некие авторитетные структуры путем шантажа, обмана и подкупа предлагают геймерам работу...
02.05 НА ИГРЕ-2. НОВЫЙ УРОВЕНЬ. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
03.25 КУХНЯ. СЕРИАЛ. (16+)
04.15 Три кота. Мультфильм. (0+)

5 Пятый канал

04.00, 08.00, 12.00, 16.00 Известия. (16+)
04.25, 05.05, 05.45, 06.25, 07.15 СВОИ-5. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
08.30, 08.35, 09.25, 10.20, 11.05 СВОИ-5. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
12.30 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+)
13.20 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+)
14.10 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+)
15.00 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+)
15.55 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+)
16.30 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+)
17.10 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+)
18.00 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+)
18.55 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+)
19.40 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+)
20.25 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+)
21.20, 00.20 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-7. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
22.05, 23.30, 01.05, 01.45 ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-4. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)
23.00 Известия. Итоговый выпуск (16+)
02.20 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+)
02.55 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+)

ПЯТНИЦА! Пятница!

04.00 Секреты на кухне. (16+)
04.50 Пятница News. (16+)
05.20 Кондитер. (16+)
06.50 Четыре дачи. (16+)
08.10 Четыре дачи. (16+)
10.00 Четыре дачи. (16+)
11.40 Битва шефов. (16+)
13.40 Битва шефов. (16+)
16.00 Битва шефов. (16+)
18.00 Полная посадка. (16+)
19.40 Полная посадка. (16+)
21.00 Черный список. На кухне. (16+)
22.00 Наследники. (16+)
00.40 Пятница News. (16+)
01.00 Черный список. (16+)
02.00 Черный список. (16+)
02.40 Секреты на кухне. (16+)
03.40 Пятница News. (16+)

4 РЕН-ТВ

04.00, 17.00, 00.30, 03.30 Самые шокирующие гипотезы. (16+)
05.00 С бодрым утром! (16+)
07.30, 11.30, 15.30, 18.30, 22.00 Новости. (16+)
08.00 Документальный спец-проект. (16+)
09.00 Засекреченные списки. Документальный спец-проект. (16+)
10.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым. (16+)
11.00, 15.00, 18.00 Информационная программа 112. (16+)
12.00 Загадки человечества с Олегом Шишкиным. (16+)
13.00 Невероятно интересные истории. (16+)
14.00 Легенды и мифы. (16+)
16.00, 01.20 Тайны Чапман. (16+)
19.00 СХВАТКА. ХУД. ФИЛЬМ. (18+)
21.00 Безумные факты. (16+)
22.30 СОЛОМОН КЕЙН. ХУД. ФИЛЬМ. (18+)

МУЗ Муз-ТВ

04.00 Муз'итив. (16+)
05.10 Новое Радио чарт. (16+)
06.00 Музэнерго. (16+)
07.10 Тееп чарт. (16+)
07.40 Pro-Новости. (16+)
08.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
09.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
10.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
12.00 Лихие хиты. (16+)
13.00 Плейлист. Осень. (16+)
14.00 Pro-Новости. (16+)
14.20 В десятку! (16+)
15.00 Хиты по-русски. (16+)
16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
17.00 Pro-Новости. (16+)
17.20 10 самых! (16+)
17.55 Плейлист. Осень. (16+)
18.45 Кто следующий? (16+)
19.35 Миллионер из Выхино. (16+)
20.05 Секрет успеха Стаса Михайлова. (16+)
20.40 Pro-Новости. (16+)
21.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)

РОССИЯ К Культура

09.00, 11.30, 16.00, 18.30, 22.55 Новости культуры.
09.15 Наблюдатель.
10.10, 23.10 XX век. Две жизни, две судьбы. Лидия Сухаревская и Борис Тенин.
11.45 Новости. Подробно. Кино.
12.00 Почему вымерли неандертальцы? Док. фильм.
12.55, 01.25 Рассекреченная история. СССР и Китай. Великая дружба. Док. фильм.
13.20, 21.30 МЕГРЭ И ЧЕЛОВЕК НА СКАМЕЙКЕ. Спектакль.
14.30 90 лет Герарду Васильеву. 2 Верник 2.
15.30 Библиейский сюжет.
16.15 Исторические концерты. Дирижеры.
17.00 Случай Понтекорво. Док. фильм.
17.45 Русские. Искусство быть. Док. фильм.
18.45 Главная роль.
19.05 Уроки мастерства.
19.30 Спокойной ночи, малыши!
19.50 Юбилей Ларисы Рубальской. Линия жизни.
20.45 Власть факта. Германский колониализм.
00.20 Конец эпохи динозавров. Сценарий одного апокалипсиса. Док. фильм.

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам.

ТРИЛЛЕР

США, 2022

«СХВАТКА» (18+)

На Аляске потерпел крушение самолет, и оставшиеся в живых пассажиры оказались в плену безлюдной снежной пустыни, где скрашивает пейзаж лишь волчья стая. Люди хотят выжить любой ценой, и теперь им предстоит смертельная схватка...

Режиссер - Джо Карнахан.
В главных ролях: Лиам Нисон, Фрэнк Грилло, Дермот Малруни.



СРЕДА, 19.00

ДРАМА

СТС Россия, 2023

«ВЫЗОВ» (16+)

Торакальный хирург Женя Беляева за месяц должна подготовиться к космическому полету, чтобы отправиться на МКС и спасти заболевшего космонавта. Ей придется преодолеть неуверенность и страхи, а также провести сложнейшую операцию в условиях невесомости, от которой зависят шансы космонавта вернуться на Землю живым.

Режиссер - Клим Шипенко.
В главных ролях: Юлия Пересильд, Милош Бикович, Владимир Машков.



СРЕДА, 18.00

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»



Анна ГУДКОВА, 48 лет, Екатеринбург:
- Занимаюсь коммерческой недвижимостью, обожаю театр, концерты, музыку, танцы, вкусную еду, прогулки в лесу возле воды, общение в семейном кругу с родными и близкими.

Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:
- В белой рубашке и прямых джинсах Анна элегантна и естественна. Базовые вещи правильного кроя почти гарантируют уместный образ в любой ситуации. А дальше можно экспериментировать с аксессуарами. Сюда подойдут и крупные часы, и металлический браслет, и яркая косынка, вплетенная в косу.



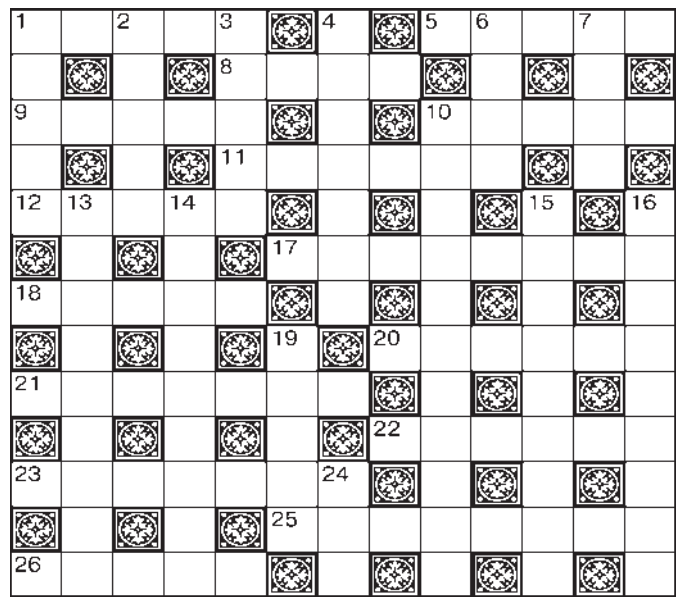
Ольга ЮШКОВА «КП» - Екатеринбург



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»!

КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Фиксик в пальто с шарфом. 5. Что довлеет над героем картины «Меншиков в Берёзове» Василия Сурикова? 8. Что в ясли накладывают? 9. Зажигательная, но не вечеринка. 10. «Шедевральный музей» Мадрида. 11. Ас морзянки. 12. Что закупоривает артерию? 17. С каким гением связано легендарное «проклятие девятой симфонии»? 18. «Правила неразглашения» у медиков. 20. Восточный фастфуд. 21. Конструкция часов с вращающимся механизмом. 22. Перекладина для сонных клуш. 23. Кто развелся с Майей Кристалинской из-за ее неумения вести дом? 25. Советский киномузикл «Лев Гурыч ...».

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Начало у шахматистов. 2. Кто из диснеевских героев выступает на арене цирка? 3. Всё, что нажито в доме. 4. ... обсуждения или интерьера. 6. Зурбаган из произведений Александра Грина. 7. «Хорошие ... приносят счастье, а плохие награждают опытом». 10. Терапевтические беседы по части душевных переживаний. 13. Враг просвещения. 14. Министр обороны из драмы «Секретное досье». 15. Кто из юмористов воткнул дюжину ножей в спину революции? 16. Музыкальный темп. 19. Опус осведомителя. 24. Иметь весьма озабоченный ...

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

Мат не украшает речь девушки, но делает ее просьбы более понятными.

Говорите, говорите... Я всегда зеваю, когда мне интересно!

Решила похудеть, попросила родителей морально поддерживать. Прихожу домой, а на холодильнике записка: «Жирная дочь - позор семьи».

Если вы считаете, что достигли вершин этикета, попробуйте при помощи ножа и вилки съесть стакан семечек.

Жизнь грустная, зато зарплата смешная.

Вот мужики ругают матом спортсменов, выступающих не под российским флагом, а потом едут на курорт, предварительно сняв обручальное кольцо...

Обожаю приезды в родной город. Один день отдыха здесь заряжает на годы усердной работы где угодно, только бы не здесь.

Если мне не спится, то мне обычно жретя...

Стала замечать, что прекрасные незнакомцы прекрасны, пока незнакомцы...

Ты прости нас, Юра, За такой расклад. Многим Марс известен Лишь как шоколад.

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

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



Прогноз погоды на завтра, 25 сентября.

	ночью	днем
Калининград	+4... +6	+11...+14
Советск	+2... +3	+11...+14
Балтийск	+9...+10	+12...+14
Правдинск	+2... +3	+12...+14
Светлогорск	+8... +9	+13...+14

Давление - 774 мм рт. ст. (норма 760)

Относительная влажность воздуха - 76 (норма 75)

Ветер - северо-восточный, тихий, 0-1 м/с

Восход - 6.29
Закат - 18.28

Луна в первой четверти

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

Если у вас есть: ● тема для публикации ● отклики на статью ● жалобы на доставку

Звоните нам!
Москва: (495) 777-02-82
Калининград: (4012) 310-350

Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.

Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.

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

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

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

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

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2025», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 174 541 экз.

Цена договорная

© АО ИД «Комсомольская правда», 2025. 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

