

Цены на ремонт достигли потолка

На сколько подорожали работы этим летом.

Читайте на стр. 6 - 7 ▶



VIDI Study/Shutterstock/Fotodom

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

Краснодар 91,0 FM
Сочи 91,2 FM
Анапа 89,5 FM

Как ключевая ставка влияет на рынок недвижимости

В эфире кубанский экономист Александр Полиди - 17:00
radiokp.ru



100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Среда, 30 июля
№ 55-с (27703-с)/2025 год

Газета нашего региона ★ Кубань

KP.RU 3 248 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Врачи бьют тревогу: Люди глупеют из-за общения с «умными» устройствами



Читайте на стр. 10 - 11 ▶



Кадр из фильма «Нулевой километр», 2007 год

Этюд в постельных тонах

Константин ГЛЫБА

«Комсомолка» выяснила, как в нашем кино снимаются интимные сцены.

Не секрет, что существуют целые любительские сайты, на которых особенно внимательные зрители собирают кадры из фильмов и сериалов, где российские актрисы предстают неглиже. Не знали? Ну разумеется. А они есть. Ведь тема постельных сцен всегда была и остается крайне деликатной и интимной.

Продолжение на стр. 15 ▶

Кот Бурак из Турции нашел новую семью в Краснодаре

Оксана КАДОЧНИКОВА

Скиталец наконец обрел дом.

Долгие скитания кота Бурака наконец завершились. Необычный путешественник удивительным образом оказался на судне, которое совершало рейс из Турции в Новороссийск. Любопытный кот шмыгнул в трюм и сидел там тихо, пока в один из дней не подал голос. Моряки отыскали животное и накормили. А когда добрались до конечной точки маршрута, передали таможенникам.

Выпускать просто так на волю приезжего кота сотрудники таможни не стали. Решили оформить ему все документы, чтобы отправить в новую жизнь с ветпаспортом. Кот, названный в честь известного турецкого актера Бурака Озчивита, находился в порту. О нем заботились и кормили, провели все необходимые анализы, а потом решили искать новый дом. Не мог же черный красавец остаться без хозяев!

Через три месяца коту подобрали семью. Сотрудница таможни решила при-



Лусине КОРШУНОВА

ютить усатого бездомыша. Да только прижиться в новой квартире жилец не смог - орал по ночам и кидался на клетку, за-

Проказник стал спокойнее и перестал буянить по ночам.

такое поведение кота попросили из дома. Бурака забрала к себе волонтер

из Геленджика, которая занялась поисками подходящих хозяев.

- Ему нужно было адаптироваться к новой обстановке. А времени не дали. Он ведь пережил сильный стресс, не привык к жизни в квартире, - говорит зооволонтер Лусине Коршунова.

В скором времени к Бураку в гости приехала семья из Краснодара. К тому моменту кот уже успокоился, стал ти-

ше и спокойнее. После знакомства Бурак еще оставался у волонтера, а потом его посадили в машину и повезли в новый дом.

- У кота все замечательно! Он обосновался, его там любят, а значит, он быстрее адаптируется к месту, - рассказала Лусине Коршунова.

KP.RU Видео - на сайте



Пляжи в Анапе не открывают:

Магазинов стало больше, отелям заплатят

Как ситуация с мазутом отразилась на бизнесе и туристах.

Галина КОПЫЛОВА

7,5 месяца прошло с момента ЧП в Керченском проливе, когда после крушения двух танкеров на берега Анапы и Темрюкского района выбросило мазут. Все это время берега активно приводили в порядок. И уже сейчас визуально все пляжи после уборки чистые - вместо пластов нефтепродуктов можно найти лишь мелкие черные вкрапления, и то лишь на одном участке. Но Роспотребнадзор по-прежнему не разрешает открывать территории для пляжного отдыха. В ведомстве заявили о плохом состоянии пляжей, результаты исследований не соответствуют санитарным нормам.

- Оснований для открытия пляжей пока нет, и улучшения динамики не наблюдается. Гарантировать, что в августе или сентябре пляжи смогут от-

крыться, сейчас невозможно, - сказала **руководитель краевого Роспотребнадзора Мария Потемкина**.

Сейчас в Анапе отдыхает около 24 тысяч туристов. Когда в прошлом году в июле курорт принимал около 100 тысяч гостей. Средняя заполняемость отелей и гостиниц летом 2025 года составляет около 30%.

ПОДДЕРЖИВАЮТ ЛЬГОТАМИ

Владельцев отелей поддерживают льготными займами. Фонд микрофинансирования дает деньги по минимальным ставкам, от 2% до 3,25%, - на выплату зарплат, оплату аренды и коммунальных услуг, ремонт, строительство бассейнов и зон отдыха. Также до конца 2025 года в пострадавших от выбросов мазута районах ввели отсрочку по налогам и страховым взносам - эту льготу получили 72 предприятия.

- Мы не имеем права оставить людей один на один с проблемой, поэтому с первых дней ЧС поддерживаем организации санаторно-курортной отрасли, - сказал **губернатор Вениамин Кондратьев**.



Оперативный штаб Краснодарского края

Мешки с нефтепродуктами продолжают поднимать со дна моря водолазы.

Туристический налог с отдыхающих в Анапе тоже не берут. Еще на курорте продлили срок действия всех лицензий на розничную продажу алкоголя.

- Несмотря на сложность ситуации с турпотоком, количество субъектов малого и среднего бизнеса в Анапе выросло, с начала года на 4,6%, и составляет 13,8 тысячи субъектов - это четвертое место в крае, - сообщил **вице-губернатор Александр Рупель** и добавил, что ухудшение ситуации по итогам ЧС может сложиться через 1,5-2 года. Так как сейчас бизнес занял выжидательную позицию и рассчитывает на меры поддержки.

КСТАТИ

25% вернут за отмененные бронирования

Отелям и гостиницам возместят расходы - но только частично.

- Возмещению подлежит не более 95% операционных расходов или не более 25% от заявленных к возврату средств по отмененным бронированиям. На одного участника отбора предусматривается не более 15 млн рублей. Заявки принимают до 3 августа, - сообщили в администрации Краснодарского края.

Дополнительно регион планирует ввести компенсацию до 50% расходов на текущий ремонт и оснащение номерного фонда, возмещение затрат на выплату зарплаты работникам детских здравниц.

Но не только анапские пляжи проверяет Роспотребнадзор. С начала года специалисты ведомства взяли в Сочи около 4000 проб морской воды.

- Роспотребнадзор провел исследование 3920 проб морской воды на

городских пляжах Сочи по санитарно-химическим, микробиологическим, паразитологическим и вирусологическим показателям. Все результаты соответствуют санитарно-гигиеническим нормативам. Морская вода прогрелась до 28 градусов, - сообщили в мэрии Сочи.

Напомним, купаться в море нельзя лишь в Анапе и на части пляжей в Темрюкском районе. В остальных городах Черного и Азовского морей запретов нет.

ГРОМКАЯ ТЕМА

Маме помогут деньгами и вернут дочь

Оксана КАДОЧНИКОВА

В Краснодаре за одну ночь собрали помощь семье, где трехлетнюю малышку оставляли дома одну, чтобы прокормиться.

Не всегда тому, что демонстрируют соцсети, нужно доверять. И случай с 38-летней **Натальей** и ее трехлетней дочерью **Евой** тому яркий пример...

28 июля общественность Краснодара взорвалась новостью: нерадивая мать оставляет одну девочку-дошкольницу, которая плачет навзрыд за дверью квартиры. На обед у ребенка - фруктовое пюре, с самого утра малышка одна, а мать бродит неизвестно где. Об этом рассказала одна из

соседок и даже сняла на камеру скромную обстановку в доме маленькой семьи - из мебели кровать, стол и кухонный шкаф, детская коляска и кот.

Видео быстро разлетелось, посыпались гневные комментарии в адрес женщины. «Мать-кукушку» потребовали растерзать, ребенка отправили на реабилитацию, а следователи завели дело об оставлении в опасности.

Но в реальности все оказалось по-другому...

Наталья с Евой в Краснодар переехали недавно. Женщина воспитывает дочь одна, без мужа. Но она смогла взять ипотеку на небольшую квартиру в новом ЖК. А вскоре у семьи начались трудности с деньгами. Их скромный бюджет составлял всего 12 тысяч - пособие матери-одиночки. Как выжить



Личный архив

Крохотной семье собрали за ночь 300 тысяч рублей.

на такие деньги? Наталья нашла работу в поле. Деньги, хоть и небольшие, платили сразу, да вот только уходило из дома приходилось чуть свет - в 4 часа утра.

- Она недавно туда устроилась, несколько дней ходила, поэтому девочка была одна. Водить в садик ребенка она не успевает - он открывается в 7 часов. Пока она нашла такой выход. Крутится сама, мужа и родственников нет, - рассказала совсем другую историю соседка по дому **Марина**.

Соседи стали наводить справки и поняли, что Наталья - не маргинал, не пьет, дочь любит и заботится. Просто у женщины большие проблемы с деньгами. Поэтому люди сами организовали сбор, чтобы поддержать маму-одиночку.

- За ночь собрали 300 тысяч, купили технику, мебель. Наталья сможет закрыть долг по ипотеке - он около 20 тысяч, еще надо страховку оформить и за коммуналку заплатить. Ей сейчас на все хватит, - сообщил «КП» - Кубань» **депутат Сергей Климов**.

А В ЭТО ВРЕМЯ

Новая работа и девочка рядом

Ребенок вернется домой из реабилитационного центра.

Но самое главное - Наталье вернут дочь, она сейчас находится в социально-реабилитационном центре. Сотрудники опеки приезжали, квартиру посмотрели, остались довольны.

Женщина планирует найти другую работу, возможно, устроится нянечкой в сад - зарплата хоть и небольшая, но стабильная, и дочь рядом.

В Роскачестве рассказали, как выбрать безопасную форму для школьника.

Главное - чтобы костюмчик сидел

Анна ЛУКЪЯНОВА

Впереди остался последний месяц лета. Пора подумать о покупках для учеников. В том числе и формы, ГОСТ на которую вступает в силу 3 сентября этого года.



Форма должна быть не только красивой, но и удобной и безопасной.

БУДЬ В КУРСЕ

Требования нового ГОСТа

- Строгий деловой стиль
- Сдержанные расцветки
- Удобство (сидя и в движении)
- Патриотическая символика (герб, флаг РФ)
- Ткани - дышащие, гигроскопичные (впитывают и держат влагу), гипоаллергенные, износостойкие
- Безопасная фурнитура
- Маркировка

НЕЛЬЗЯ:



- Яркие декоративные элементы и принты
- Символик неформальных и запрещенных объединений

В ПОМОЩЬ ПОКУПАТЕЛЮ

Ловись, скидка!

Пять подсказок, где и когда закупаться, чтобы не переплачивать.

✓ В мае проводите ревизию школьных вещей, составляйте список необходимого на новый учебный год. Распределите, что нужно купить к сентябрю (необходимый минимум), а что позже. Сейчас ведь нет дефицита, не нужно приобретать по 30 тетрадей сразу.

✓ Ловите скидки. Чаще всего самые выгодные цены (-50% и больше) случаются зимой и весной, на верхнюю одежду - в начале лета. Или к праздникам. К примеру, школьный комбинезон для девочки известной марки в августе прошлого года стоил 8500 рублей (да-да, качественная брендовая одежда стоит дорого!), а в январе на распродаже - 2500 рублей, дешевле, чем б/у.

✓ Персональные скидки фирмы и магазины дают ко дню рождения ребенка (маленькая хитрость - в разных магазинах указать разные даты). Есть допскидка за подписку. Или при оплате онлайн.

✓ Интернет-магазины и маркетплейсы. Тут традиционно цены ниже, чем у производителя или в рознице. К тому же можно сравнить предложения и выбрать наиболее выгодное. Важный момент: изучите условия возврата и доставки, а также отзывы. Еще подсказка: брендовую вещь можно примерить в магазине, а купить на маркетплейсе дешевле.

✓ Сайты б/у одежды. Вещи проверенных фирм можно купить в разы дешевле с рук. Еще выгоднее покупать одежду пакетом. Если у вас остались вещи в хорошем состоянии, тоже попробуйте продать.

✓ Оптовые закупки. Скооперировавшись с другими мамами (или даже всем классом), можно здорово сэкономить.

ГОСТ - ДЕЛО ДОБРОВОЛЬНОЕ

У многих родителей, а особенно дедушек и бабушек, была надежда: теперь наконец все-все производители станут шить сарафаны-пиджаки по стандарту, то есть достойного качества. А мы, взрослые, будем спокойно выбирать в магазине то, что нравится внешне, не переживая, что попадется какое-нибудь типичное не то. Увы, это не совсем так.

- ГОСТ носит добровольный характер, - объяснили «КП» в Роскачестве. - Однако если производитель заявил на маркировке, что форма соответствует национальному стандарту, то все его требования обязан соблюдать.

Получается, если ГОСТ не заявлен, то качество одежды может быть и плохим, и хорошим. И, понятно, эти требования не предъявишь к китайским недорогим товарам, которых полно на маркетплейсах.

С другой стороны, в одной из компаний, отшивающих школьную одежду среднего ценового сегмен-

та, «КП» сообщили, что на ярлыках не указывают «изготовлено по ГОСТу», хотя по факту товар ему полностью соответствует. И только если ГОСТы сделают обязательными, надписи на ярлыках откорректируют.

Есть еще такой нюанс, на который обратила внимание «КП» юрист Елена Крылова: ГОСТ легко обойти, назвав черную юбку и белую блузку не школьными, а просто юбкой и блузкой. А требования к простой дет-

ской одежде мягче, чем к школьной.

В общем, на ГОСТ надейся, но сам не плошай.

СПРОСИТЕ СЕРТИФИКАТ

Самый простой способ подстраховаться от покупки некачественной формы, советуют в Роскачестве - спросить в магазине документ о соответствии на понравившуюся вещь. Его отсутствие - повод отказать от покупки.

Предоставили? Хорошо. Для подстраховки сфото-

графируйте на телефон документ, подтверждающий безопасность товара. Если что-то случится - ребенок в форме стал обильно потеть, начал чесаться или появилась сыпь, - обращайтесь в тот орган по сертификации, который указан в документе, описав проблему. Копию направьте в Федеральную службу по аккредитации (электронная приемная ФСА - <https://fsa.gov.ru/feedback/reception/>). Поскольку нарушения в выдаче документа могут грозить закрытием органа по сертификации, такое обращение обязательно рассмотрят, и небезопасная продукция не будет больше продаваться.

КСТАТИ

Новый госстандарт не распространяется на спортивную одежду и обувь.

ПЕРВАЯ ПРИМЕРКА: НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ

- 1 Ребенку должно быть удобно сидеть, ходить, наклоняться, поднимать руки.
- 2 На маркировке: указание «для детей», возрастная группа, данные о производителе, уходе и составе ткани. Указание на новый стандарт будет выглядеть так: «Блузка школьная, ГОСТ Р 71582-2024» (слово «школьный» обязательно).

Состав ткани

- Для блузок/рубашек - ≤35% синтетики.
- Для костюмов - ≤55% синтетики.



- Подкладка - только натуральные материалы.
- Швы - без грубых рубцов, нитки не должны торчать.
- Фурнитура - без острых краев.
- Проверьте фиксацию молнии и пуговиц.
- Брюки выбирайте с защитной тесьмой по низу штанин - она предотвратит быстрое изнашивание.

Дмитрий ПОЛУХИН / Комсомольская правда

НА ЗАМЕТКУ

Собирайте капсульный гардероб

Капсула - это несколько вещей, которые между собой komponуются так, чтобы получилось не менее пяти разных образов. Например: юбка, шорты или брюки, платье или сарафан, а к ним жакет, рубашка, водолазка, блузка с коротким рукавом, кардиган. Когда все продумано, не придется каждое утро ломать голову, что надеть. Главное - в магазине не купить на эмоциях лишнее, только строго по списку. Ориентир: выбирая вещь, мысленно представьте минимум три образа с ее участием.

Варианты школьных капсул для мальчиков и для девочек от стилистов или производителей есть в интернете. Однако учитывайте личный опыт. Например, в вашем классе обычно жарко (солнечная сторона летом, зимой - отопление),

и ребенку комфортнее с коротким рукавом. Шорты удобны в сентябре с гольфами, но зимой придется поддевать теплые колготы. Или вам некогда стирать среди недели, значит, блузочка-рубашечка-водолазка должно быть пять - на каждый день. Плюс одна праздничная. Дочка не очень аккуратная? Не покупайте блузку с бантом или завязками на воротнике - вся эта красота часто ныряет в борщ или кашу, не настирается.

Блузки-рубашки нужны хорошего качества, пусть и подороже, чтобы не потеряли внешний вид из-за частых стирок. Вообще правильный уход за вещью (см. бирку) - тоже вид экономии.

Подпишите все вещи (особенно младшеклассникам): проще будет найти потерявшееся и не придется тратиться на замену.

Читатели рекомендуют

Книга Алексея Раншакова «Мамочек жалко!»

★★★★★ 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.

★★★★★ Никита:

Книга помогла моей жене справиться с послеродовой депрессией. Не знаю, что бы мы делали, если бы не советы автора, который сам стал врачом.

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



Константин КОСАЧЕВ:

Века господства развратили Запад

В эфире Радио «Комсомольская правда» мы побеседовали с заместителем председателя Совета Федерации Константином Косачевым. До работы в законодательном органе он долго находился на дипломатической службе, а сейчас курирует в верхней палате российского парламента деятельность Комитета по международным делам. Поэтому наш разговор не случайно был посвящен наиболее актуальным вопросам мировой повестки.



Светлана МАКОВЕВА/«КП» - Самара

Андрей БАРАНОВ

ИДЕТ ЛИ ДЕЛО К БОЛЬШОЙ ВОЙНЕ?

- Запад уже откровенно называет Россию своим врагом. Политики самого верхнего эшелона заявляют, что надо готовиться к большой войне с нашей страной. Мы действительно подошли к порогу катастрофы?

- Давайте разделим это «мы» на «мы - Россия» и «они» - те, кто нас в эту пропасть толкает. Россия умеет побеждать в войнах, но для нас война не служит средством собственного развития. Мы до последнего пытаемся этот крайний сценарий предотвратить. Пример тому - СВО. В декабре 2021 года Москва передала Западу предложения по безопасности, но их с ходу отвергли, не оставив нам шансов. А теперь с той стороны делается все, чтобы превратить конфликт на Украине в запал для некоей глобальной схватки.

Запад был развращен пятью столетиями доминирования. Обеспечивал свое процветание тем, что бесстыдно грабил почти весь остальной мир, относясь к нему как к кормовой базе, источнику ресурсов. Госдолг Америки - 37 триллионов долларов. И каждые сутки он возрастает на \$4 миллиарда! А теперь возникают другие мощные центры силы, одним из которых вновь становится Россия, которую западники всегда рассматривали как опасную альтернативу, как единственную страну, которую за все эти века им не удалось подчинить. Допустить своего геополитического заката они не могут, поэтому не исключают крайних мер.

ЗАЧЕМ ЕВРОПЕ КОНФЛИКТ С РОССИЕЙ

- Трамп посмеивается: мол, Америка от конфликта далеко, за океаном. Но Европе - то зачем нужна драка с Россией?

- Трудно объяснять поведение людей, если в нем отсутствуют здравый смысл и логика. Все эти безумные деятели в ЕС рассматривают Россию как новое издание Советского Союза - пусть и меньшую по размеру и

потенциалу, но все равно огромную самодостаточную страну. В отличие от большинства других постсоветских государств она объединяет многие народы, а значит, по представлениям европейцев, является империей, цель которой - экспансия. Сегодняшние Макроны, Мерцы, Стармеры абсолютно убеждены, что наша страна заведомо агрессивна. Эти люди завязаны на своих политических программах и уже не могут вести себя по-другому. Если завтра они вдруг скажут, что с русскими необходим нормальный диалог, избиратели спросят: а зачем вы нас до этого водили за нос? Зачем рвали торговые связи, вредили собственной экономике и создавали нам проблемы? И вынесут вон этих господ на первых же выборах.

- Может, они рассчитывают, что, несмотря на зигзаги Трампа, Америка придет на помощь?

- Не факт, что это случится. Еще в начале этого века Европа точно нужна

была Соединенным Штатам, чтобы обеспечивать их гегемонию в мире. Лидерство Вашингтону во многом подарили европейцы, которые по поводу и без повода твердили, что Америка - свет в окошке. Но ведь действительно - 70% бюджета НАТО покрывали американцы. Трампу это надоело, и он внаглую переложил все эти расходы на Старый Свет. Тем более что роль европейских стран в обеспечении безопасности Штатов существенно снизилась. Войны поменяли свой характер: уходят в прошлое армады танков, куда большее значение имеет защита киберпространства...

УБЕДИТЬ ТРАМПА

- Значит, нам надо договариваться напрямую с США. Но у Трампа же семь пятниц на неделе. Ему поменять мнение - все равно что переобуться. И главное - он искренне верит, что может повелевать миром. Как иметь с ним дело?

- С моей точки зрения, самое разумное - и я вижу, что именно такую позицию занимает сейчас Россия - это реагировать не на слова, а на дела. Надо глубже выявлять подлинную мотивацию действий Трампа. То, что он пытается скинуть с себя Европу и конфликт на Украине, - нормальная предпосылка для налаживания долгосрочных отношений между РФ и США. Нам Европа многие годы мешала их выстраивать. Если этот фактор уйдет в сторону - а Трамп занимается тем, чтобы так оно и случилось, - наши связи приобретут несколько более понятную перспективу.

- Вы говорите - мотивация. Но говорят, что президента США против России настраивает его супруга Мелания...

- Я бы не стал к этому относиться как к истине в последней инстанции. Но действительно, Трамп очень часто реагирует на аргументы своего крайнего, как принято говорить, собеседника. Но тогда почему бы в этом ряду собеседников не быть и представителям российского руководства? Зачем прерывать диалог просто из-за того, что Трамп где-то что-то не так, как нам кажется, сказал? Нужно обязательно удерживать этот диалог в той логике, которая отвечает нашим национальным интересам.

ЧЕМ ЗАМЕНИТЬ «ОСКАР»?

- Трамп выступает с угрозами против БРИКС. Насколько жизнеспособно объединение, чтобы противостоять таким ультиматумам?

- Ответ лежит в плоскости того, насколько будет эффективен БРИКС. Его главная миссия для меня заключается в институализации многополярности. Что я имею в виду? Наши оппоненты обеспечивали свое лидерство тем, что оформили его институты. Они придумали сначала одну, а затем две мировые валюты. Создали систему межбанковских расчетов SWIFT и систему страхования морских перевозок Lloyd's. Основали международные финансовые институты - МВФ и Всемирный банк. Они, наконец, придумали кинопремию «Оскар», конкурс «Евровидение», на которые молятся другие страны.

Говоря, что на смену мировой гегемонии должна прийти многополярность, мы пока часто оставляем это на уровне лозунгов. Но их придется наполнять реальным смыслом. Интеллектуальный вызов для БРИКС - предложить такую новую конструкцию мировых институтов, которая будет комфортна для всех без исключения государств, включая западные.

- Осталось убедить в этом Запад.

- Сейчас и по демографии, и по экономике Запад оказывается в положении меньшинства. И сохраняет свои доминирующие позиции только за счет существования институтов однополярности. Но если возникнут другие институты, в которые уйдет мировое большинство, Западу девать будет некуда.



Глава Еврокомиссии Урсула фон дер Ляйен не прочь поговорить с Россией. Немка забыла, чем это обычно кончается...

ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

Нужен возврат к первоосновам

- Не могу не спросить о нашем ближнем зарубежье. Увы, некоторые из этих стран скатились в откровенный национализм, окрашенный в русофобию. Россию обвиняют в «вековом угнетении», «колониализме». А мы все как-то мнемся: «Давайте не будем, не надо так». Может, стоит наконец проявить твердость и исправить ситуацию, которую многие в России считают оскорби-

тельной для нашей страны, глубоко несправедливой?

- Соглашусь, что ситуация в ряде случаев действительно такова. Когда антироссийской политикой начинают грешить страны, народы которых мы всегда считали братскими, я это воспринимаю как предательство. Но не согласен с тем, что мы на это должны отвечать категорично, грубо и наотмашь.

- Но американцы так и делают.

- Считаю, что нашей стратегией должно быть не подчинение, не запугивание наших соседей, но возврат к первоосновам. Потому что подавляющее большинство этих народов выжили в истории при поддержке русского народа и благодаря тому факту, что находились в составе Российской империи, а потом СССР. Уверен, что нам

надо работать вдолгую. Мы упустили последние 30 лет, полагая, что наши соседи куда не денутся, потому что у них с нами общий язык, общая история, общая география. Выяснилось, что за это время у них укрепились связи с другими силами, которые все эти годы активно работали на их отрыв от России. Это нужно срочно исправлять, не щадя ни сил, ни живота.

РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА
91.0 FM

Особенности
межнациональных
отношений
и менталитетов
разных наций, конфликты
и противоречия, которые мешают
нам жить дружно. По воскресеньям
в «Национальном вопросе»
в 16.00 на Радио «КП»

Спецкор «Комсомолки» увидела, как люди, потерявшие ноги в боях, не отчаялись, а научились бегать заново сами и делают чудо-протезы для таких же, как они.

Юлия АНДРИЕНКО

Я еще помню времена до СВО, когда, чтобы получить протез, раненому в Донбассе требовались недюжинные усилия армии волонтеров. Те объявляли сбор в интернете, а собрав «с миру по нитке», пациентов вывозили в большую Россию на протезирование.

ДЕВЧОНКИ НА КОСТЫЛЯХ

Однажды привезла в предновогодний Питер двух девушек. Одной оторвало ногу, когда она стояла в очереди к водовозке. А вторая в марте 2022 года трое суток выползала из-под завалов многоэтажки в Мариуполе и отморозила ноги. Пришлось ампутировать ей левую до колена и часть правой стопы, - вспоминает волонтер Ольга Крыгина. - Когда люди видели моих девчонок на костылях, у них слезы наворачивались...

Вместе с ней мы приехали в Донецкий республиканский протезно-ортопедический центр, который был открыт по видеосвязи Владимиром Путиным в прошлом году. Здесь не просто вручают протез человеку, но и учат этим протезом пользоваться. И первое, и второе - бесплатно.

Принимаем и военных, и гражданских. Последних у нас даже больше, - руководитель центра Юрий Покин-телица показывает мне просторную палату уровня неплохого отеля.

САПОЖНИКИ С САПОГАМИ

А скульпторами человеческих тел нередко становятся бывшие военнослужащие и пациенты центра.

В 2022-м, прямо накануне Нового года, под Соледаром мне оторвало ногу. Был слякотный декабрь, грязища непролазная, вот и не за-



Сергей Литвиненко потерял ногу под Соледаром и теперь помогает другим пострадавшим. В руках - будущий культеприемник.

метил, как наступил на «Лепесток», - вспоминает бывший военный, а ныне - механик-протезист Сергей Литвиненко.

После ампутации боец впал в отчаяние. До войны он был легкоатлетом, вся квартира - в наградных кубках и дипломах. Что теперь? А потом посмотрел на других бойцов без рук и ног и запретил себе ныть, да и жена поддержала: «Люблю тебя любого».

Пока мне делали тут протез, со всеми в центре подружился и узнал, что есть вакансия протезиста. Решил - почему не попробовать? Пришлось освоить много тонкостей: как правильно гипсовать, как сделать точный слепок, изготовить культеприемник, какой лучше материал использовать и в какой последовательности собирать, - рассказывает Сергей, не отрываясь от работы.

А что ты можешь делать на своем протезе? - интересуюсь у Сергея. - Ходить, подниматься и спускаться по ступенькам. Даже танцевать! Но для спорта у меня другой - новый специальный «беговой» протез: легкий, карбоновый, с пружинящей стопой. Его тоже в нашем центре сделали, - Сергей признается, что мечтает побить собственный рекорд, когда он пробегал 10 км за 36 минут 50 секунд.

Такой протезист прекрасно понимает пациентов, оставшихся без ног, в чем у них могут быть сложности, когда только учишься ходить с протезом, что может вызывать дискомфорт или боль.

В соседнем цехе работает его коллега Александр Труфанов. Саша пошел воевать еще до СВО, был артиллеристом, пока не наступил на противопехотную мину где-то под Авдеевкой. - Повезло, что осталось целым колено. Приехал сюда делать протез, а тут народ душевный. Так я и остался. Научился и сам не стесняться протеза, учу теперь этому других раненых, - деловито рассуждает он.

Штурмовал Волноваху на новой ноге

У еще одного протезиста - Бориса Горбунова - целое портфолио пациентов, которым он изготовил новые руки-ноги.

Это уже как мой семейный альбом. Идешь с работы - душа радуется: кому-то сегодня ты дал возможность ходить, - улыбается он. Разглядываю станки, на которых «выпекаются» будущие протезы, а в голове крутится детское-чуковское: «И доктор пришил ему новые ножки! И он опять побежал по дорожке!» Помню, в детстве это казалось чудом. Мне показывают, как это чудо де-

Маресьевы XXI века



Наш корреспондент испытала один из тренажеров.

лается: сначала снимается гипсовый слепок культы - негатив, который заливается гипсом, - это позитив, и только потом приступают к изготовлению культеприемника. От того, насколько точно он будет сделан, зависит, как быстро человек сможет встать на «новую» ногу. Один мой знакомый боец даже штурмовал Волноваху на протезе.

А во сколько бы в среднем обошелся человеку протез, если бы он его оплачивал сам? Ну, например, для ноги? - интересуюсь я.

Сложно сказать, очень много факторов играют роль: высота ампутации, уровень активности, рост, вес, возраст. Только протезов голени мы в этом году создали 38 разновидностей. Цена колеблется от 400 тысяч рублей за самый простой протез до 2 миллионов за сложный.

«ОПУСКАЮТСЯ РУКИ» - ЭТО НЕ ПРО НИХ

В зале кибератлетики мне показывают тренажеры.

Давайте мы на вас испытаем наши волшебные аппараты? - предлагает мне реабилитолог Андрей Пруцких.

Хитрой системой ремней и карабинов меня цепляют за какой-то кронштейн и предлагают пройтись по беговой дорожке.

А теперь попытайтесь упасть, потеряйте равновесие, не бойтесь, - командует Андрей Владимирович.

Спотыкаюсь, заваливаюсь на бок, но ремни держат.

Еще на одном аппарате мне предлагают поиграть в виртуальную реальность и поверить, что я - пингвинчик, который должен собирать рыбу и уворачиваться от елок. Потом нужно собирать в корзинку падающие яйца. При этом приходилось работать всем корпусом, ловить баланс, переносить вес тела с одной ноги на другую и сохранять равновесие. Получилось у меня это на слабую троечку. А каково парням, которые это все выполняют на протезе или даже двух?!

Тренировки тут регулярные, без выходов и перерывов, и ты понимаешь, что выражение «опускаются руки» или «ноги подкашиваются» могут позволить себе те, у кого эти самые руки и ноги есть. А тут сполна знают цену выражению «крепко стоять на ногах».

ОТДЕЛ ДОБРЫХ ДЕЛ

«Мама! Я сам умею прыгать!»

Юлия АНДРИЕНКО

Тяжелобольной мальчик из Краснодарского края первым в России получил передовой препарат за счет «налога на богатых».

Когда Арсену было около месяца, я заподозрила неладное - животик у сына был «лягушачьей» формы, думали - рахит, кинулись к врачам, - вспоминает Евгения Мхитарян.

Педиатры рекомендовали «излишне тревожной» Жене выкладывать сына на солнышко, назначили витамин D. И только когда Арсен не пошел вовремя и ползать мог исключительно сидя, опираясь на руки, врачи заподозрили миопатию. Тут Евгения и вспомнила: от такой болезни когда-то умер ее 18-летний брат...

Генетический анализ показал, что у мальчика - мышечная дистрофия Дюшенна. Мама оказалась носителем «поломанного» гена, который вызывает прогрессирующую слабость мышц исключительно у мальчиков. Ходить Арсен начал только в 3 года и 3 месяца. Родители искали любую информацию об этом диагнозе и везде наткнулись как на приговор: «Неизлечимо».

Познакомилась с «Родительским проектом» - объединением семей, где были дети с таким же диагнозом. Они и подсказали про фонд «Круг добра». В мае прошлого года мне перезвонили из фонда и рассказали про препарат «Элевидис», который не зарегистрирован в России, но успешно прошел испытания в США.

Фонд только принял решение о закупке лекарства стоимостью более 200 млн рублей, а через несколько дней препарат уже прибыл. Нас пригласили стать «пионерами».

28 июня Арсену сделали инъекцию «Элевидиса», а 4 июля мальчику исполнилось 6 лет.

Теперь мы отмечаем два дня рождения! Улучшение мы заметили сразу: после длительных прогулок он уже не падает без сил, хватает энергии еще играть дома. Начал подниматься по лестнице двумя ногами, раньше, чтобы одолеть ступеньку, Арсен приставлял одну ножку к другой и подтягивался руками. Показатели всех тестов на подвижность выросли.

Уже осенью мальчик пойдет в пер-



Мама Евгения и ее Арсен с оптимизмом смотрят в будущее.

вый класс, и вся семья ждет этого события.

Он у меня парень компанейский, любит познавать все новое. А недавно смеется: «Мама! Я сам умею прыгать двумя ногами!» - рассказывает счастливая Жена.

СПРАВКА «КП»

Именно для лечения детей с редкими заболеваниями в 2021 году президентом России был создан фонд «Круг добра». Бюджет фонда формируется из части (2%) от повышенной ставки НДФЛ на доходы граждан России, превышающие 5 млн рублей в год. На помощь детям в 2021 - 2024 гг. уже направлено 413,4 млрд рублей.

Сегодня на учете фонда - более 30 000 детей с угрожающими заболеваниями.

Цены на ремонт достигли

На сколько подорожали этим летом работы и к чему готовиться тем, кто все же надеется привести в порядок свою квартиру или дачу.

Обои за пять лет подорожали втрое, а краска - «всего» в два раза. Решено: стены будем красить!

Елена АРАКЕЛЯН

В ТРИ РАЗА ЗА ПЯТЬ ЛЕТ

Обожаю этот вирусный ролик из интернета. Мужик, сложив ладони в знак мольбы, просит Вселенную дать ему знак: упадут ли наконец в этом году цены на стройматериалы. И знак Вселенной появляется: облачко в виде кулака с издевательски вытянутым средним пальцем. Мол, и не надейтесь.

Ростом цен нынче никого не удивишь. Но стройматериалы - особая боль. С одной стороны, вроде бы не товары первой необходимости. А с другой - попробуй отложи ремонт еще на пару лет, если в квартире все уже разваливается и грозит коротким замыканием или заливом соседей.

А началось все несколько лет назад, когда на фоне пандемии некоторые базовые материалы типа обычных досок неожиданно подорожали сразу в 1,5 - 2 раза. Тогда куча моих знакомых зависли с начатыми и брошенными ремонтами и недостроенными дачами. Эксперты утешали: все стабилизируется, должен быть хотя бы небольшой отскок. Но дальше свалились санкции, проблемы с импортом, рост ставок по кредитам...

Если отставить в сторону эмоции, а смотреть только данные Росстата, рост цен

на самые ходовые и отнюдь не экзотические материалы за последние пять лет составил от 45 до 200 с лишним процентов (см. «Только цифры»).

- Мы наконец сделали ремонт на кухне, - похвалился недавно коллега. - Поэтому кушать едим к маме - на кухонную мебель и технику пока копим.

А если мамы с запасной кухней нет, но сделать ремонт надо - к чему готовиться в этом сезоне?

ЖДЕМ СТАБИЛИЗАЦИИ

Начнем с хорошего. Специалисты строительной отрасли в этом году говорят о

стабилизации цен. В переводе для обычного покупателя: нового взлета на 50 - 100% не наблюдается.

В компании «Лемана ПРО» (экс-«Леруа Мерлен») в ответ на запрос «КП» даже нашли материалы для строительства и ремонта, которые за последние 12 месяцев подешевели:

- Стоимость товаров в сегменте «Инструменты» снизилась на 3%, а в «Освещении» - на 1%. Также наблюдается стабилизация цен на скобяные изделия (мелкая металлическая фурнитура типа ручек, шурупов, ограничителей и т. п. - Ред.), электротовары и водоснабжение: рост стоимости товаров в этих категориях за последний год не превышает 1 - 3%.

В целом же, по данным «Лемана ПРО», средний чек покупки товаров для ремонта за год вырос на 5,7% - причем

именно из-за роста цен, поскольку покупают примерно то же самое и в том же количестве. Прогноз же на нынешний сезон - «умеренный» рост цен в разных категориях товаров для строительства, в пределах 10% по году.

С материалами для загородного строительства - примерно то же самое. В основном все «немножко» подорожало, хотя есть и исключения.

- С начала года на бетон, цемент, арматуру цены повысились примерно на 200 - 800 рублей за куб, - рассказывает основатель бренда строительных материалов «АрхитектурНО» Дмитрий Михеев. - Практически не изменились цены на блок ПСБ (полистиролбетон), металлочерепицу.

До конца лета эксперты ждут сезонного увеличения цен - в среднем в пределах 10 - 15%. И объясняют это ро-

стом затрат производителей. Налог на прибыль повысили с 20% до 25%, электроэнергия и газ дорожают, зарплаты в строительной отрасли за год поднялись примерно на 21%...

В «Лемана ПРО» отмечают и высокую ключевую ставку ЦБ - из-за чего подскочили ставки по кредитам для бизнеса. А кроме того, подорожали аренда складов, доставка - как по стране, так и из-за рубежа. Сильнее всего, как объясняют в пресс-службе компании, на ценах сказалось подорожание перевозок из Китая - их стоимость за 2024 год увеличилась на 40%.

ЧТО С МАСТЕРАМИ

То же, что и везде, - кадровый голод. Поэтому именно на услуги бригад в разгар сезона взлет цен ожидается более серьезный, чем на материалы. Специалисты прогнозируют, что по сравнению с прошлым годом стоимость работ может увеличиться в среднем на 20%. В большей степени - на услуги квалифицированных и хорошо организованных бригад с опытом и понятным портфолио. Тут, если не договориться заранее, еще и придется постоять в очереди.

- Хорошие специалисты востребованы и загружены. Цены на работы с начала года уже выросли примерно на 15%. Но ситуация разная, - рассказывает питерский предприниматель, эксперт в сфере строительства и мебели Максим Лумпов. - В регионах - дефицит кадров, особенно комплексных бригад. А в больших городах есть нюанс: рынок перегрет «полумастерами», которые берут дешево, делают быстро, а потом за ними переделывать приходится. Поэтому сейчас, как никогда, важно проверять репутацию, смотреть портфолио, читать отзывы и заключать официальный договор с прописанными сроками и штрафными санкциями.

ВОПРОС - РЕБРОМ

Можно ли сэкономить, покупая отечественное?

Специалисты утверждают, что можно и даже нужно. Это выигрыш и по срокам поставки, и по стоимости логистики, и зачастую по цене (как минимум, можно обезопасить себя от сюрпризов, связанных со скачками валют). Под отечественными тут понимаются и материалы под марками типа Tarkett или Knauf, которые с «отечественными» у большинства не очень ассоциируются и связаны с импортными технологиями, но выпускаются в России.

- Могут сказать, что наши производители за последние годы шагнули далеко вперед. Особенно это видно в ЛДСП (ламинированная древесно-стружечная плита), МДФ (древесно-волоконистая плита средней плотности), лакокрасочных материалах, напольных покрытиях, - утверждает Максим Лумпов. - Главное - не понимать под «отечественным» безмянную продукцию с рынка, а выбирать проверенные бренды.

- Отечественные материалы - это уже не «компромисс», а полноценный выбор, - согласна гендиректор студии дизайна Genesis Interior Марина Ендовицкая. - Но отечественный сегмент хорош в базовых решениях: ламинат, плитка, межкомнатные двери, сантехника. В случае со встроенными инженерными механизмами или видимой электрикой пока все еще предпочтительны европейские или проверенные турецкие бренды.

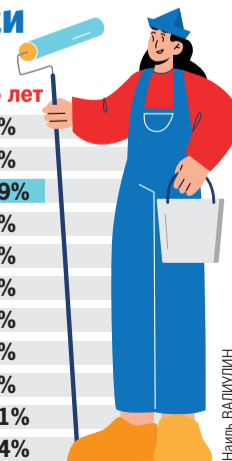
ТОЛЬКО ЦИФРЫ

Изменение цен на товары для ремонта и стройки

(В среднем по стране на весу каждого года, руб.)

Материал	2020	2021	2022	2023	2024	2025	За 5 лет
Ламинат, кв. м	750	808	1035	969	1020	1070	+43%
Линолеум, кв. м	538	539	746	697	722	780	+45%
Обои виниловые, 10 м	531	553	637	1491	1618	1692	+219%
Плитка керамическая, кв. м	612	667	786	795	831	888	+45%
Краски масляные, эмали, кг	202	218	334	361	357	389	+93%
Плиты ДСП, ОСП*, кв. м	244	318	469	305	337	400	+64%
Стекло оконное, листовое, кв. м	535	615	855	885	896	992	+85%
Светильник потолочный, шт.	1328	1393	1750	1880	2086	2323	+75%
Цемент, 50 кг	339	348	430	474	572	658	+94%
Доска обрезная, куб. м	9716	12 223	21 236	16 285	18 908	22 415	+131%
Металлочерепица, кв. м	368	518	691	543	697	751	+104%

*Древесно-стружечные, ориентированно-стружечные плиты.



По данным Росстата.

ПОТОЛКА

Сберечь деньги без потери качества



Специалисты единодушны - **НЕЛЬЗЯ экономить на:**

- ✓ сантехнике, гидроизоляции, электрике и вообще инженерных коммуникациях,
- ✓ окнах и дверях,
- ✓ скрытых черновых работах.

Любые ошибки тут стоят дорого. А выгрыш по стоимости может обернуться неожиданными тратами уже через два-три года.

Но вполне **МОЖНО**

оптимизировать бюджет за счет более дешевых отделочных материалов и решений.

✓ Например, вместо модной импортной инженерной доски использовать надежный российский ламинат 32-го класса.

✓ Или вместо сплошной плитки по всей ванной оставить плитку только в мокрых зонах, остальное - под покраску или моющиеся обои. Это уже

позволяет сэкономить до 20 - 30% бюджета на отделку.

✓ Для крупных работ стоит заранее забронировать мастеров, чтобы избежать повышения цен на услуги «за срочность».

✓ Заранее планировать смету и заключать договор с фиксированными расценками, по ее заверениям, - еще один путь избежать лишних затрат, а заодно и неприятных сюрпризов.

Где надежнее закупаться

Тут эксперты практически единодушны: как правило, лучшее соотношение цены/качества сейчас у крупных торговых сетей, специализирующихся на материалах для строительства и ремонта. А вовсе не у контор, которые рекламируются объявлениями типа «Керамогранит дешево». В последнем случае велик риск нарваться на мошенников или на необязательных поставщиков, что определенно не поможет сэкономить.

В любом случае надежный продавец:

- ✓ дает гарантию на купленный товар;
- ✓ у него реально работающая линия поддержки покупателей, на которой можно получить содержательный ответ на свои вопросы.

Не забывайте, что при строительстве и ремонте часто возникает необходимость вернуть излишки материалов. Поэтому еще один аргумент в пользу крупного продавца, у которого все официально, - это возможность быстро и без проблем вернуть в магазин неиспользованные стройматериалы.

Как вас будут обманывать

БДИ!

Липовые сайты

Об этой схеме обмана нас предупредили в Союзе производителей цемента «Союзцемент». Но в целом такое же может быть и с другими материалами.

Смысл в том, что мошенники создают фейковые сайты или странички - копии веб-ресурсов настоящих производителей, но с ложными контактами. Дальше возможны варианты. Либо после получения денег с клиентов «продавцы» перестают выходить на связь. Либо поставляют фальсифицированную продукцию. Причем на сайте представлено фото настоящей продукции, а вот привозят подделку.

Меры предосторожности здесь, как и во всех других случаях с подобными интернет-мошенничествами. Не заходите ни по каким ссылкам, присланным вам в почту или мессенджер или через рекламу в интернете «чего-то задешево». Как минимум, найдите сами официальный сайт нужного вам производителя, зайдите туда через главную страницу и посмотрите, какие там на самом деле контакты и реквизиты.

Если стоимость предлагаемого цемента или других материалов ниже рыночной на 15% и больше, с высокой вероятностью вы попали на мошенников. Тут важно помнить, что вы рискуете не только деньгами. Контрафакт чреват опасностями для жизни и здоровья. Например, может давать повышенный радиационный фон. Или банально не обеспечивать нужную прочность конструкции.

Махинации со сметой

По понятным причинам, общая стоимость сметы для многих - главный фактор при выборе компании, которой будет доверен ремонт или стройка. И опять же вполне логично, что заказчики стремятся выбрать из нескольких вариантов - кто предложит дешевле.

Вот одна из распространенных схем, о которой рассказали нам эксперты. Недобросовестные компании, стремясь предложить минимальную цену, могут указывать реалистичную стоимость только на первые этапы (например, фундамент или подготовительные работы). А стоимость остальных работ и материалов - занижать. Это делает их предложение самым выгодным на первый взгляд.

Однако затем подрядчик разбивает контракт на несколько этапов, объясняя это гибкостью или иными причинами. После завершения первого этапа, при подписании договора на следующий, бригадир резко повышает стоимость до рыночных расценок. И заказчик в итоге платит столько же, сколько изначально предлагали конкуренты. Или отказывается от услуг бригады - но другая-то все равно возьмет рыночную цену, так что сэкономить в итоге не выйдет.



Ждать ли резкого падения стоимости жилья, читайте на нашем сайте



ОГРН: 1027739295781. АО «ИД «Комсомольская правда», г. Москва. Реклама 18+

ИЗДАТЕЛЬСТВО
КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

Читай, узнавай, твори!



Николай МЫСИН,
автоэксперт «КП»

На жаре ты ее заведи

Топ-15 советов автомобилистам по спасению машины от пекла.

Ждали лета? Получите! Во многих регионах жара за 30 градусов плавит асфальт, дышать тяжело, в машину сесть почти невозможно... Зато обжечь руку, просто взявшись за ручку двери, - запросто! Летнее пекло в равной степени испытывает и людей, и машины. Тем не менее с ним можно бороться (и побеждать).



Подготовительный этап

Лучший способ быстро охладить салон - сделать так, чтобы он раскалился несильно. Есть несколько нехитрых приемов, как добиться того, чтобы внутри автомобиля после долгой стоянки было более комфортно, чем в духовке.

1. Старайтесь парковаться в тени. Но лучше - не в тени деревьев. Лето - пора не только пекла, но и дождей, сильного ветра и гроз. Любый шторм чреват тем, что растение, под кроной которого вы припарковались, может быть вырвано с корнем и раздавит вашу «ласточку». Или как минимум ветка на крышу или капот рухнет. По той же причине не стоит парковаться у шатких металлических конструкций и рекламных столбов.

Лучше всего искать тень от дома либо поставить автомобиль под навес. Чем меньше солнечных лучей хотя бы какое-то время будет попадать на машину, тем лучше.

2. Светоотражающие экраны - штука полезная. Стоят недорого (можно купить в пределах 1000 рублей), имеются всех видов и размеров, плюс борются не только с перегревом, но и защищают пластик салона. А он под воздействием прямых солнечных лучей иссыхает, портится и - самое страшное! - выделяет токсичные вещества.

Кстати, размещать экраны можно не только под лобовым стеклом, но и под задним.

3. Тонировка - это хорошо! Плохо, если затонировать «в ноль» лобовое и передние стекла - за такое гаишники выпишут штраф и плюс заставят снять пленку. Однако можно заказать атермальную защиту стекол - она почти на 100% снижает проницаемость ультрафиолетовых лучей, в полноту уменьшает теплопроводность, при этом слабо влияет на проницаемость света. То есть использовать ее можно на всех окнах по кругу - без опаски нарваться на штраф.

Цены могут сильно отличаться в зависимости от машины и самой пленки. Но в среднем атермальная защита всех стекол автомобиля может стартовать от 10 тысяч рублей.

4. Не слишком дорого и обработать кузов «лаком». А именно - специальными полимерами, которые не только защитят лакокрасочное покрытие от быстрого налипания грязи, но и - что гораздо важнее - сделают его более глянцевым. А значит, блестящим. Чем больше «блеска» - тем лучше отражаются лучи и меньше нагревается салон автомобиля.

В автомагазине можете так и сказать: мне нужен полимер для блеска кузова, продавцы поймут.

5. Следить за техническим состоянием автомобиля нужно всегда. Но если говорить о жаре, то особое значение имеют пара моментов.

- Не перекачивайте шины! Лучше, наоборот, снизить давление в покрышках на 0,1 - 0,2 атмосферы от нормы. Так меньше риск, что колесо «разнесет» от пекла и появится грыжа (а то ведь и взорваться может), - отмечает директор станции техобслуживания Владимир Марков. - Заливать бак под «пробку» тоже лучше не стоит - чтобы не повышать давление в топливной магистрали.

Кузов стоит держать в чистоте - любые загрязнения повышают теплопроводность.

- И главное - проверяйте исправность систем охлаждения. Как минимум следите за чистотой радиатора. Если он засорен, это и вероятность перегрева двигателя повышает, и на работу кондиционера влияет негативно, - добавляет вице-президент Национального автомобильного союза Ян Хайцэр.

О чем еще стоит помнить, если хотите избежать проблем, связанных с солнцепеклом?

1. Не оставляйте в салоне людей и животных без работающего кондиционера! Ни при каких обстоятельствах. Ни с «приоткрытым окошком», ни «я на пять минут за минералкой». Даже за 5 минут температура внутри автомобиля повысится на 5 - 10 градусов. За полчаса на жаре в +30 она раскалится в 50 - 60 градусов! И если в очереди за минералкой случится «Гая, у нас отмена!», запертые пассажиры - особенно дети и пушистые четвероногие - получат тепловой удар. В худшем случае могут погибнуть - такое, к сожалению, время от времени случается.

2. Следите за предметами в салоне. Любая емкость с жидкостью или газом, которые находятся под давлением, в условиях солнцепека превращаются



- Так, кондиционер включила, веер - тоже, осталось построить маршрут до ближайшего бассейна...

DimaBerlin/Shutterstock Fotodom

Если машина стояла на жаре и сесть в нее страшнее, чем оказаться в парилке банщика-чемпиона, вот ряд простых рекомендаций, как максимально быстро охладить салон.

1. Проветрить, открыв двери и окна. В идеале - открыть и багажник. Имеется люк - еще лучше! Ведь раскаленный воздух всегда стремится вверх, так что машина быстро продуется даже при штиле.

Если что-то мешает, откройте двери лишь с подветренной стороны, а с противоположной - опустите окна. Процесс займет немного больше времени, зато пыли и грязи внутрь попадет меньше.

2. Только после того, как температура в салоне сравнялась с температурой на улице, включайте кондиционер.

Борьба с пеклом



Логика подсказывает, что лучше выставить температуру на минимум, а мощность - на максимум. И она не обманывает. Только потоки системы вентиляции стоит направить вниз (как и дефлекторы обдува). Снова матушка-физика: чем изначально ниже окажется холодный воздух, тем быстрее он вытеснит из салона горячий.

Плюс избежите риска, что от критичной разницы температур треснут стекла в машине.

3. Не забывайте про режим рециркуляции. Если его включить, то кондиционер будет по кругу использовать только тот воздух, что уже есть в салоне. А не «всасывать» с улицы новый - горячий. Температура упадет быстрее.

4. Пока кондиционер пашет в поте лица, сидеть без дела тоже не стоит. **Полезно протереть пластик панелей влажной салфеткой или смоченным в воде куском ткани.** Плотные детали интерьера раскаляются еще больше, чем воздух в салоне, а охлаждаются значительно медленнее. Но «влажная уборка» существенно ускорит процесс.

5. Не ждите слишком долго перед началом движения. Минутку-две можно постоять с включенным двигателем, а потом лучше ехать.

- На современных моделях с продвинутыми системами микроклимата это уже не так принципиально - и можно посидеть в теньке, пока температура внутри автомобиля упадет до комфортных значений. А если кондиционер уже старенький либо его нет вовсе, салон быстрее охладится на ходу - за счет набегающих потоков воздуха, - делится опытом Владимир Марков.



Опасности перегрева

во взрывоопасный объект. Лопнуть способна и бутылка с газировкой. Но это ладно - просто салон забрызгает. А вот забытая зажигалка или «походный» баллончик с дезодорантом нанесут куда больший ущерб - вплоть до возгорания автомобиля.

3. Бутылочки/канистры с автомобильной/бытовой химией летом в машине лучше не хранить. Им и прямых солнечных лучей не нужно, чтобы протечь/расплавиться/воспламениться. Для многих из них предельная температура - 50 - 60 градусов даже в тени. То есть взорваться баночка аэрозоли WD-40 способна и в темном багажнике.

4. Даже бутылка с водой (обычной, не газированной) способна натворить бед, если она прозрачная и

оставлена неудачно. Под прямым воздействием солнечных лучей она превращается в линзу, фокусируя пучок света в самых неожиданных местах. А стекла автомобиля этот пучок лишь усиливают...

- Случаев, когда подобным образом прожигался пластик в салоне - полно! Бывают истории и похуже - когда луч света, пройдя через бутылку, поджигал, например, ткань на креслах, и случался пожар, - рассказывает Владимир Марков.

5. И, конечно, нельзя за- бывать в салоне продукты. В лучшем случае они просто испортятся и запах пойдет в салон. В худшем - испортятся «незаметно», а вы схватите отравление.

В общем, учитывайте каждую мелочь. С солнцем шутки плохи.

РАДИО
КОМСОЛЬСКАЯ
ПРАВДА
91.0 FM

Машина - это не только средство передвижения. Новые автозаконы, технологии, тест-драйвы, лайфхаки, дорожные истории и многое-многое другое - в программе «Мой автомобиль» с понедельника по четверг в 7.00 на Радио «КП»



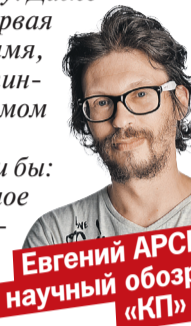
Полезные советы для автолюбителей читайте на сайте в специальном разделе KP.RU/AUTO

Российский астроном Геннадий Борисов открыл свою 15-ю «небесную страничку».

Он профессиональный астроном, но свои открытия делает дома, на телескопах, которые от оптики до последнего винтика изготовил сам.

Теперь за Борисовым - второе место в мире по числу открытых комет, но до первого немного осталось. Рекордсменом считается Уильям Брэдфилд, ныне покойный, и у него 18. Есть и другая причина считать Борисова номером один на все времена. Именно он обнаружил первую и пока единственную межзвездную комету. Даже если найдут вторую, первая останется первой: ее имя, 2I/Borisov, высечено латинскими буквами на невидимом граните.

В Средние века сказали бы: есть у Борисова волшебное зеркало, откуда нашептывают ему космические тайны небесные духи. А может, и есть, давайте спросим.



Евгений АРСЮХИН, научный обозреватель «КП»



Чемпион мира по кометам

Геннадий Борисов воздвиг себе нерукотворный памятник: открытые им космические объекты названы в его честь и навсегда останутся в истории астрономии.

то движущееся. Если и в базе нет, и выглядит, как «пушистый комочек», - то, скорее всего, она! Новая комета.

РОМАНТИКИ НЕТ, РУКИ ОПУСКАЮТСЯ

- В мае вы открыли свою 15-ю комету. Цифра круглая. Что вы испытываете?

- Это хороший результат. Мы, любители, не можем соперничать с большими обзорными телескопами, где задействованы громадные вычислительные мощности и работают сотни людей. И стоят они в местах с хорошим астроклиматом: Гавайи, Чили...

- А вообще, сколько народу в России пытается встать с вами в ряд?

- Мало. Возможно, многих отпугнул «эффект Борисова». Только Борисов, дескать, открывает кометы. «Он маг, чародей, а у меня не получится», - думает энтузиаст. Но никакого «эффекта Борисова» на самом деле нет: каждый упорный и знающий в состоянии открыть комету.

Возможно также, что у людей опускаются руки, когда они видят, как огромные обзорные телескопы «выгребают» небо. Скоро в Чили заработает телескоп имени Веры Рубин, это будет монстр даже по сравнению с нынешними монстрами. Он окончательно прихлопнет не только любителей, но даже профессиональные обзорные проекты.

- Что же остается любителям?

- Снимать красивые картинки. Глазами смотреть на Луну, планеты. Это, наверное, останется навсегда. Красота - это посмотреть на кратеры Луны, на планеты, туманности. Тут нет цели что-то открыть, чистая эстетика и удовольствие.

МЫ - ПОТОМКИ ЖИТЕЛЕЙ ИНЫХ ЗВЕЗД?

- Вы - первооткрыватель единственной на сегодня межзвездной кометы. Вообще пока известны всего два межзвездных тела - это ваша комета и астероид Оумуамуа. Гарвардский астроном Ави Леб верит, что Оумуамуа - это корабль пришельцев. Спит в анабиозе экипаж, безмолвной машиной управляют роботы. Пронеслись сквозь Солнечную систему и полетели дальше. Верите в это?

- Оумуамуа - это странный объект. Открытая мной межзвездная комета

выглядит, как комета, и ведет себя предсказуемо. А вот Оумуамуа имеет странную форму, вытянутую или дискообразную. Мы таких астероидов в Солнечной системе не наблюдаем. К тому же, когда объект стал удаляться от Солнца, он ускорился, глубоко изучить его не получилось, хотя наблюдений в принципе немало.

Убедительных теорий, как естественным путем могла получиться такая форма, нет. Первое, что приходит в голову, - так, может, это инопланетный корабль? Исключать нельзя.

Но объект-то пока один. Статистики, чтобы делать выводы, нет. Будем ждать телескопа имени Веры Рубин. Они обещают открывать 10 - 15 межзвездных объектов в год. Я, правда, сомневаюсь. Но ждем! Между 2017-м (Оумуамуа) и 2019-м (межзвездная комета Борисова) прошло два года. И говорили: наверное, мы влетели в зону, богатую межзвездными объектами, сейчас они посыплются на нас. Но с тех пор прошло шесть лет, и больше ничего. Хотя в год открывают около 10 тысяч астероидов. Но межзвездных среди них нет.

- Есть убеждение, что именно кометы занесли на Землю жизнь. Но если кометы бывают и межзвездными, значит, теоретически мы - потомки существ с иных звезд?

- Весьма вероятно. И на астероидах, и особенно на кометах - множество органических соединений. Это «кирпичики», из них строится живая материя.

Облако Оорта (скопление «спящих» комет и иных тел очень далеко от Солнца, названо в честь астронома Яна Оорта. - Ред.), откуда «поступают» к нам долгопериодические кометы, простирается чуть ли не на половину расстояния до ближайшей звезды. А у тех, других звезд свои облака. Значит, мы с другими звездами соприкасаемся кометными облаками.

Звезды движутся, их гравитация нет-нет да взбаламутит облако Оорта. И комета из нашего облака полетит к другим звездам, а от других звезд - к нам. Между звездами идет обмен веществом. Как мы со звездами меняемся кометами, точно так же мы меняемся «семенами жизни».

В ДЕТСТВЕ РИСОВАЛ СОЗВЕЗДИЯ

- С чего все началось?

- Школьником я запоем читал в «Науке и жизни» раздел «Созвездия», даже перерисовывал рисунок звезд в тетрадку. Завод, армия, отслужил, поступил на физфак МГУ, отделение астрономии. Окончил вуз и распределился на Южную станцию Государственного астрономического института им. Штернберга, в поселок Научный в Крыму. Тут до сих пор и работаю. Со временем стали у нас получаться очень приличные телескопы, и я подумал: «Они же отлично подходят, чтобы найти комету». А поиск комет - это святая тема. Ведь объект получит твоё имя, и оно навсегда войдет в историю астрономии.

И вот в 2012-м я открыл комету, но оказалось, что ее уже обнаружил космический телескоп WISE. Прошло полгода, и вот в июне 2013-го, в созвездии Возничего, я наконец вижу свою первую комету. Через неделю выходит циркуляр Центра малых планет (международная структура, курирующая открытие новых тел Солнечной системы. - Ред.). Это и есть официальное подтверждение открытия.

И НИКАКОГО ИИ

- А как именно вы открываете, просто глазами в телескоп смотрите?

- У меня телескоп, в котором стоит матрица, «цифровой фотоаппарат». И снимаешь - часто всю ночь. Главное - решить, куда направить взгляд. Туда, куда смотрят большие телескопы, наводиться бессмысленно, ты не выиграешь конкуренцию с ними. Приходится смотреть в области, которых большие телескопы избегают. Это, например, Млечный Путь, где очень много звезд, и алгоритмы серьезных инструментов просто виснут.

- И вот у вас очень-очень много кадров за ночь...

- Да, много кадров, и это все обрабатывается на следующий день. Запускаю анимацию. Звезды как были, так и останутся на своем месте, а сдвинувшийся объект «прыгнет». Внимательно, кусочек за кусочком, просматриваю изображения в надежде увидеть на фоне неба, в шумах что-

ИЗДАТЕЛЬСТВО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

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

КУПИТЬ ЗДЕСЬ

Эти карты — как тихая поддержка каждый день. Тяну одну — и всё внутри становится на место. Рекомендую от души всем, кто хочет чуть больше тепла и ясности в жизни!

Личный архив героя публикации

Правда ли, что человечество тупеет и сходит с ума из-за общения с искусственным интеллектом.



Анна ДОБРЮХА,
медицинский журналист

Мозг современно-го человека усыхает, «разжижается», деградирует - поток таких пугающих новостей захлестнул СМИ и соцсети. Главной причиной бед объявлены чат-боты с искусственным интеллектом (ИИ). Это «умные» компьютерные программы-болталки, в которых имитируется диалог с ИИ. Хочешь - спрашивай рецепт пиццы или жалуйся на жизнь и получай сочувствие. Хочешь - давай задание написать сочинение или курсовую работу.

У студентов, злоупотребляющих последним, заметно меняется работа головного мозга. Это выводы эксперимента, проведенного недавно специалистами Массачусетского технологического института, MIT (США). Что именно происходит? Насколько сильно может влиять ИИ на центр управления нашим организмом? Правда ли, что из-за частого общения с виртуальным собеседником слабеет способность мыслить, страдает память? Грозит ли увлечение ИИ взрывным ростом психических расстройств? «Комсомолка» обсудила с экспертом подробности научных исследований.

«ТУТ ПОМНЮ, ТУТ НЕ ПОМНЮ»

Ученые MIT пригласили 54 студента-добровольца и разделили их на три группы. Первой разрешили выполнять письменные задания с помощью ИИ - популярной на Западе модели ChatGPT и других. Вторая группа имела доступ к поисковой системе Google. А третьей пришлось полагаться только на собственный мозг.

Всем участникам эксперимента проводили ЭЭГ - электроэнцефалографию. Это обследование позволяет оценивать когнитивную (мыслительную) активность и некоторые другие параметры работы мозга.

Сначала студентам поручили написать эссе на заданную тему. Затем проводили тесты для оценки памяти, «чувства авторства» в отношении текста и проч. На заключительном этапе 4-месячного исследования участникам из групп с ChatGPT и «только свой мозг» предложили поменяться местами. И снова подготовить эссе и пройти тестирование.

Что же выяснилось?

✓ У студентов, применявших ИИ, обнаружили «сниженную когнитивную нагрузку и более слабую память». Мыслительная активность, по данным ЭЭГ, была меньше, чем в третьей группе («только свой мозг») почти в половину - на 42%. И подавляющее большинство (83,3%) не смогли достоверно процитировать недавно написанное эссе. Ощущение причастности к тексту (чувство авторства) было слабым.

✓ Когда таким добровольцам дали задания, лишив поддержки ИИ, результаты их работы оказались куда хуже, чем у группы, которая изначально полагалась только на свой мозг.

- В то же время ребята, сначала работавшие самостоятельно, тоже

Поговори хоть ты со мной, болталка электронная...



СОЗДАНО ИИ

Виктория АСЕЕВА/Нейросеть

изменились не в лучшую сторону, получив доступ к искусственному интеллекту. Запоминание и чувство авторства у них ослабли, хотя и не настолько сильно, как было у первой группы с ChatGPT.

«Наше исследование подчеркивает потенциальные риски снижения навыков обучения при активном использовании ИИ», - сообщают авторы научной работы. И уточняют: эксперимент ничего не говорит о том, как долго могут сохраняться последствия влияния ChatGPT и других подобных моделей на мозг студентов. Также неизвестно, будут ли аналогичные эффекты у взрослых людей, которые уже получили образование и используют ИИ не для учебы. А, скажем, для работы или решения бытовых вопросов.

НОВЫЕ ВЫЗОВЫ: УГРОЗА ИЛИ ПОЛЬЗА?

О результатах нашумевшего исследования мы поговорили с ведущим телеграм-канала «Психиатрия. Канал доктора Гилева» врачом-психиатром Артемом Гилевым.



Психиатр
Арте́м Гилев.

- Артем Андреевич, о чем говорит этот эксперимент?

- О том, как важна тренированность - хоть мышц, хоть памяти, хоть навыков написания текстов. Если тренировки нет, орган или функция будут слабеть. Так происходит с ногами, если человек меньше двигается и больше ездит на машине. А мозг будет хуже усваивать знания, если переваливать учебные задания на ChatGPT - ровно так же, как при покупке готовой курсовой или диплома.

- Несут ли чат-боты с ИИ новые, неизведанные угрозы для человеческого мозга?

- Вспомните, как у нас появился доступ к поисковым системам в интернете. Сразу пошли разговоры: теперь все легко можно загуглить, люди не будут сами собирать информацию и отупеют. Но оказалось, что нужен тот, кто умеет грамотно искать. С появлением ИИ повышается востребованность тех, кто умеет правильно делать запросы, критично оценивать, анализировать ответы «умных» чат-ботов.

По сути, все это новые вызовы, подчеркивает эксперт. Справляясь с ними, люди получают новые навыки. А значит, мозг развивается. Формируются нейронные сети, которые увеличивают когнитивный резерв - запас прочности нашей центральной нервной системы.

КСТАТИ

Когда мы получаем любой новый навык - будь то изучение языка, курсы кройки и шитья, новые движения в танцах или спорте, - происходит нейрогенез. То есть появляются новые нервные клетки, нейроны, которые сосредотачиваются преимущественно в гиппокампе (участке мозга,

отвечающем за память, ориентацию в пространстве и эмоции), поясняет Артем Гилев.

- Чем больше клеток в гиппокампе, тем выше наша стрессоустойчивость. А также проявляется антидепрессивный эффект. Поэтому приобретение новых навыков очень полезно для психического здоровья, - отмечает врач.

РАЗУЧИМСЯ ЛИ МЫ УЧИТЬСЯ?

- Чат-боты с искусственным интеллектом и другие формы ИИ - данность современной жизни, - продолжает доктор Гилев. - Применяя новые технологии, человек начинает по-другому действовать, приспосабливаясь к изменившимся обстоятельствам окружающего мира. Если ИИ позволяет быть хорошо адаптированным в современном обществе, это эволюционно выигрышный вариант.

- Но когда студенты в эксперименте (см. выше) просто перебрасывали учебные задания чат-боту, у них снижалась мыслительная активность и запоминание полученного материала. Насколько критичными и долгосрочными могут быть такие последствия? Есть ли риск, что человек в конце концов полностью

В ТЕМУ

Ждет ли нас взрывной рост психических расстройств

- Искусственный интеллект не должен стремиться понравиться, он должен быть объективным. А для этого нужны строгие принципы, регулирующие обучение нейросетей. И в любом случае людям, имеющим тревожно-депрессивное расстройство и другие психические нарушения, нельзя обращаться за помощью и советами к чат-ботам с ИИ, - подчеркивает врач-психиатр Артем Гилев. - Потому что есть веро-

ятность получить вредные и даже опасные рекомендации. А способность их критически оценивать, анализировать снижается даже в условиях сильного стресса, не говоря уже о заболеваниях.

- Есть ли угроза, что из-за ИИ в мире вырастет число психических расстройств?

- Нет, я так не думаю. Все психические нарушения обусловлены генетически. Человек рождается с предрасположенностью к ним

(или отсутствием такой склонности. - Ред.). Чат-бот с ИИ может стать одним из триггеров, провоцирующих факторов. Но если не он, то «выстрелит» что-то другое. Не стоит преувеличивать масштабы влияния искусственного интеллекта.

- А если человек более-менее здоровый приходит с работы и каждый вечер утыкается в переписку с чат-ботом?

- Здесь то же самое, что при замене живого общения

компьютерными играми, зависанием в соцсетях и т. д. Все зависит от конкретного человека и от обстоятельств. При определенных чертах характера, особенностях психики может быть более комфортным онлайн-общение в разумных пределах. Для кого-то это возможность расслабиться, развлечься. А кто-то из людей начинает слишком сильно погружаться в виртуальную реальность, тогда это создает проблемы.

ГЛАС НАРОДА

ВЦИОМ провел опрос россиян об их отношении к применению искусственного интеллекта в школьном образовании.

46% родителей не разрешили бы своим детям использовать ИИ для выполнения школьных заданий.

30% допускают применение ИИ по отдельным предметам.

10% признались, что их дети используют нейросети в учебном процессе.

Топ-5 рисков, которые несет ИИ в образовании для школьников, по мнению взрослых:

- 36% - снижение умственной нагрузки, деградация.
- 31% - отсутствие «живого» общения.
- 27% - снижение мотивации к обучению, лень.
- 26% - риск плагиата и списывания.
- 25% - ухудшение критического мышления.

Плюсами нейросетей в образовании россияне считают:

- 34% - помощь детям с инвалидностью.
- 29% - повышенную доступность образования для жителей удаленных регионов.
- 26% - развитие цифровых навыков.

Кроме того, **24%** родителей убеждены, что ИИ улучшает освоение нового материала.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

или частично лишится способности к обучению, запоминанию?

- Нет, конечно. Эти студенты просто не получали новых навыков (как и при делегировании заданий другому человеку, покупке дипломов и т. п.). У них не нарабатывались новые нейронные связи. Но повредить мозг, разорвать уже существующие связи, используя для учебы ИИ, невозможно.

Вообще, наш мозг очень пластичен, имеет большой запас прочности для восстановления своих функций, отмечает эксперт. «Даже когда у человека деменция и часть нервных клеток погибла, здоровые нейроны берут на себя функции поврежденных. Можно тренироваться и даже формировать новую память, - рассказывает доктор Гилев. - Например, есть пациенты с деменцией, у которых уже произошли глубокие изменения. Им 85 лет, и они не могут повторить элементарный стишок Агнии Барто. Но мы начинаем тренировки, учим такой стишок. Потом добавляем еще две строчки от второго стиха. Затем два стиха полностью, три. И со временем у тяжелобольного человека может частично восстановиться способность запоминать - настолько, чтобы он не забывал поесть или сходить в туалет, мог более-менее себя обслуживать. Это очень важно».

УДАР ПО УЯЗВИМЫМ

Недавно зарубежные СМИ опубликовали подборку душераздирающих историй. Люди, столкнувшись с проблемами на работе или в личной жизни, делились своими переживаниями с ChatGPT. Со временем они подсаживались на общение с виртуальным собеседником, некоторые влюблялись в «ИИ-сущность». Заканчивалось все плохо. Кто-то едва не покончил с собой - чат-бот подтвердил, что можно «обрести свободу», прыгнув с крыши 19-этажного здания. Кто-то разрушил свою семью, чтобы «соединиться с ИИ-возлюбленным».

- Артем Андреевич, создается ощущение, что в виде чат-ботов с ИИ появился манипулятор, который очень ловко влезает в душу. Поскольку нейросеть успешно обучается на вопросах и высказываниях собеседника-человека, идеально подстраивается под него.

- Главная проблема, что сейчас обучение ряда моделей, включая ChatGPT, заточено на то, чтобы понравиться пользователям. Проще говоря, ИИ строит диалоги с целью «подлизаться» к людям. И это может привести к плохим результатам. Например, у моей супруги, психолога, в практике был случай, когда ее клиенту с мыслями о суициде чат-бот с ИИ заявил: «Да, это твое право и действительно выход, решение проблемы». К счастью, человек не стал руководствоваться такой «поддержкой». А если бы послушался?..

- То есть ИИ стал новой угрозой для психически уязвимых людей?

- Ну, влезть в душу может и человек-мошенник, и сектанты.

- Но чат-боты с искусственным интеллектом, наверное, могут натворить намного больше бед - из-за очень широкой распространенности и доступности таких нейросетей-болталок?

- На самом деле у разных моделей отличается то, что я условно назвал бы моральностью (нравственная обоснованность действий). - Ред.). Например, ChatGPT больше склонен говорить то, что человек хочет услышать. А вот в обучении китайского чат-бота DeepSeek используются куда более строгие моральные принципы. Например, если заговорить с ним о том, что у человека есть жена, но он задумывается об отношениях с другой женщиной, DeepSeek настойчиво советует сохранить семью, не заводить или разорвать контакты с другим партнером. А вот ChatGPT поддерживает: «Конечно, понимаю твои переживания, ты имеешь право попробовать вступить в другие отношения» и т. п. Зато чат-бот Microsoft Copilot удаляет все запросы со словом «секс». Сообщает, что не может продолжать разговор на такие темы.

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

ИЗДАТЕЛЬСТВО КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА

Полезные советы ведущих врачей страны

Здоровье
РАБОТАЮЩИЕ СОВЕТЫ ВЕДУЩИХ ВРАЧЕЙ СТРАНЫ

Сохранить молодость мозга и настроиться на лучшее

Защитить ребенка от болезней

Уберечь старшее поколение от инфарктов и инсультов

ОЗНАКОМИТЬСЯ И ПОЛУЧИТЬ ПОЛЕЗНЫЕ ЗНАНИЯ ТУТ

Встреча на дороге с черным джипом изменила жизнь

Повар стал автомастером, а потом реставратором дверей.

Ольга КИРОВА

Для Лазаря Щербакова двери - не просто часть интерьера, а метафора собственной жизни. Когда-то он стоял у плиты, затем красил автомобили, но только работа с деревом дала ему ощущение настоящего дела.

ПЕРВАЯ ДВЕРЬ: КУХНЯ

Середина 90-х, Москва, гостиница «Россия». Молодой повар Лазарь Щербаков, выпускник кулинарного техникума, варит кофе для Тура Хейердала, кормит известных политиков и артистов.

- Мне нравилось, что среди гостей были знаменитости, - вспоминает он. - Много работал, спал по четыре часа, два года продержался на должности шефа - по тем временам рекорд. Повар - как алхимик: создаешь вкус из ничего, но еда исчезает в тот же день. А мне хотелось оставить что-то после себя.

ВТОРАЯ ДВЕРЬ: ЖЕЛЕЗО

Потом был гараж в родном Кисловодске, куда Лазарь вернулся после столицы. Он всегда любил машины - водить, чинить, даже таксовать. Главное - быть за рулем.

- Эрик, мой наставник, научил всему: ремонтировать, красить, выправлять вмятины. Открыл мастерскую, которая стала «Мишленом» среди авто-



Дверь в доме на улице Рашпилевской в Краснодаре. Здание, построенное в начале XX века, тогда принадлежало купцу Ивану Горчакову. Дверь - с тех времен, а Лазарь Щербаков ее отреставрировал.

сервисов, - рассказывает Лазарь. - Захотелось большего, поэтому снова переехал в Москву, арендовал большой гараж и открыл СТО.

Поток клиентов, деньги - все шло хорошо, но в один момент что-то изменилось. Может, конкуренция, может, стал выдыхаться, но случилось так, что перед Новым годом нечем стало платить аренду. Клиенты предпочитали тратиться на шампанское, а не на покраску авто. Лазарь сидел в пустом салоне, курил и думал, не пора ли сдаться.

ТРЕТЬЯ ДВЕРЬ: ДЕРЕВО

В отчаянии зашел в церковь, подошел к иконе Матроны Московской и, не зная молитв, от всего сердца попросил: «Ну помоги изменить жизнь!» На обратном пути - скрип тормозов, черный джип, опускающееся стекло:

- Ты мастер?
- Да.

- Двери надо покрасить. Шесть штук.

Лазарь кивнул, не понимая, откуда в машине шесть дверей. Но Москва давно отучила удивляться. На следующий день приехал по адресу и увидел не автомобильные, а массивные межкомнатные деревянные двери, испорченные неумелой покраской.

- Я растерялся, привык к металлу, а тут - дерево. Но взялся, счищал кра-

ску, кряхтел, матерился и чувствовал, как под пальцами дерево оживает, - вспоминает мастер.

Когда работа была закончена, хозяева удивились: «Это совсем другое дело!»

ЧЕТВЕРТАЯ ДВЕРЬ: РЕСТАВРАЦИЯ

Так началась новая глава. Щербаков погружился в мир старины: читал, пробовал, ошибался, но главное



- не боялся делать. Сарафанное радио быстро разносило: есть мастер, который работает качественно и быстро.

- Мои клиенты - богемы с Рублевки, интеллигенция из московских высоток. Общаться было в удовольствие: начинали с дверей, а заканчивали разговорами об искусстве, истории, - вспоминает Лазарь.

Позже был переезд в Краснодар: жена не хотела в Москву, а он не представлял жизни без нее - нашли компромисс.

- Краснодар - город старинных дверей, которые так хочется сохранить. Купцы в прошлом веке соревновались, у кого дверь красивее. Делали их резными, с изящными

В своей мастерской Лазарь Щербаков восстанавливает не только двери, но и старинную мебель.

ручками, словно они были не просто входом, а душой здания, - рассказывает реставратор.

Щербаков с энтузиазмом взялся за дело. Он восстановил двери со львами на ул. Рашпилевской, привел в порядок зеленую дверь дома Цырульниковой (Октябрьская, 163), дверь в доме врачей Мееровичей (Карасунская, 65), бордовую дверь дома мещанина Петренко (Буденного, 157). Сейчас работает над дверями на ул. Гимназической.

КСТАТИ

Старая вещь помнит все

Восстановление одной двери может занять до восьми месяцев.

Мастер разбирает ее на детали, снимает покрытие, оценивает утраты древесины, шлифует и красит. Раньше Лазарь сравнивал это с починкой машины, теперь говорит: «Лечу «старушек».

- Старая вещь пом-

нит все: каждый вздох, каждую руку, что к ней прикасалась. Если в работе ненароком порежешься до крови - это знак. Уходит печаль, обида, может, грех чей-то смывается. Обнуление идет. Будто сама вещь через рану отдает тебе последнюю тайну и отпускает, чтобы заново родиться, - рассуждает мастер.

Теперь у него своя

мастерская «Лазарь-ни». Он возвращает к жизни не только двери, но и старую мебель - буфеты, стулья, зеркала. Говорит, что работа с деревом изменила его.

- Автомобили - это скорость, а дерево - стабильность. Каждая трещина - часть истории. Я не просто реставрирую - возвращаю вещам душу. А они - мне, - улыбается мастер.

Для Лазаря Щербакова двери - не просто вход или выход, а философия жизни: одни открываются, другие закрываются, третьи скрипят, но все равно ведут дальше.

Его история - пример того, что призвание можно найти даже там, где не искал. Иногда судьба стучится к тебе в виде случайного заказа, важно услышать - и открыть.

«Комсомолка» рекомендует:

«Привычка быть здоровым»

Можно ли бегать в городе, есть сало, пить крепкий кофе, ходить в сауну и почему занятия спортом не компенсируют вред долгого сидения на стуле? Иногда кажется, что человек ведет здоровый образ жизни, но с точки зрения врачей - ровно наоборот. Инфаркты и инсульты не случаются внезапно. Автор анализирует множество бытовых привычек, разясняя, что важно, а что не принесет пользы здоровью.

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



«Комсомолка» рекомендует:

Спецоперация Крым-2014

Книга Виктора БАРАНЦА уникальна. В ней впервые раскрыты многие тайны мирного возвращения полуострова в состав России. Автору удалось заглянуть за политические и военные кулисы «крымской весны» и найти там много сенсационных фактов и сведений, о которых читатель наверняка узнает впервые.

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



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

И рыбий скелет на груди у нее

Аксессуары звезда - отдельный вид искусства. Так чем же они украшают себя? И сколько это стоит?

Ни один образ не будет завершенным без украшений. Если бижутерия эффектно украсит вас на один раз, то ювелирные изделия прослужат долгие годы, да еще и вырастут в цене. Актуальные украшения мы посмотрели у наших звезд. Рассказываем про последние тенденции.

Образы звезд комментирует журналист «КП», стилист Ольга РОДИНА.

Личный архив Ольги Родиной



Личная страница Стефании Маликовой в социальной сети

Стефания Маликова

Стефания - поклонница «змеиной» коллекции от итальянского люксового бренда Bulgari. Многие повседневные образы дизайнер дополняет колье из розового золота 18 карат с бриллиантами (на голове и хвосте) из знаменитой линейки Serpenti. Цена ожерелья, которое украсит любой наряд, составляет 2 млн 136 тыс. рублей. А если речь о сплошном бриллиантовом паве, то стоимость вырастает до 5 млн рублей. (Паве - метод закрепления камней, при котором металл практически невидим, а камни идентичны друг другу и по весу, и по качеству. - Ред.).

На руке Маликовой браслет из той же коллекции. Цена украшения, если на нем нет камней, - 586 тысяч рублей. Отмечу, что универсальные изделия от Bulgari удачно впишутся и в кэжуал-образы с джемперами и джинсами, и в вечерние - с платьями и лодочками.



Личная страница Виктории Бони в социальной сети

Виктория Боня

На руке Виктории золотой браслет от Bulgari из все той же коллекции Serpenti. Видно, что на голове и хвосте «змейки» имеются бриллианты, а значит, цена украшения - более 1 млн рублей. Отдельного внимания заслуживают часы Cartier из желтого золота, о которых мне рассказывала сама Боня на одной из кинопремьер. Аксессуар подарил ей на 45-летие очень состоятельный друг, вместе с которым блогер ходила в горы. Часы стоят примерно 2 млн рублей.



Личная страница Ксении Бородиной в социальной сети

Ксения Бородина

Ксения - явная поклонница Cartier. На ее руке золотые часы, похожие на те, что у Бони (примерно 2 млн рублей), а также браслеты бренда. Бородина носит два браслета из желтого и розового золота из популярной линейки Love. Цена каждого - 500 - 600 тысяч рублей. И третий браслет - из желтого золота с фактурным узором и кластерами в форме гвоздей - из капсулы Clash de Cartier стоимостью около 1 млн рублей.



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



Ольга Бузова

Ольга одинаково любит украшения от люксовых брендов и яркую бижутерию, которая всегда выручает ее на съемках. Кстати, нередко эффектные и при этом дешевые изделия по цене 500 - 600 рублей с маркетплейсов смотрятся в кадре ничуть не хуже, чем дорогая ювелирка. Образы для съемок шоу «Сокровища императора» в Китае Ольга дополняла необычными крупными колье и многочисленными браслетами.



Личная страница Ксении Собчак в социальной сети

Ксения Собчак

Ксения предпочитает акцентные украшения, зачастую дорогую бижутерию от премиальных брендов. На Собчак часто можно видеть массивные серьги. Крупными ломаными кольцами от бренда Colville (от 100 тысяч рублей) она дополняет и пляжные образы с купальниками и накидками, и деловые с костюмами. Еще я отметила эффектные серьги-люстры от Tom Ford. Они не из новой коллекции, но предположу, что цена начинается от 1000 долларов.

Ну и, конечно, у Ксении Анатольевны много украшений от одного из ее любимых брендов - Schiaparelli. Например, ожерелье, которое выглядит как скелет рыбы. Цена «рыбного колье» - более 310 тыс. рублей.



Личная страница Ксении Собчак в социальной сети



Личная страница Ксении Собчак в социальной сети

Татьяна Брухунова

Украшения молодая жена Петросяна использует не с таким рвением, как головные уборы. Однако точно можно сказать, что Татьяна любит жемчуг.

Классическими жемчужными колье от Chanel (примерно 2000 долларов) и Celine (от 1000 долларов) она дополняет романтические платья, а вот к костюмам и кедам супруга юмориста подбирает более «авангардные» бусы из жемчужинок. В ушах Татьяны красуются неизменные пусеты (серьги, которые крепятся к мочке уха с помощью гвоздика. - Ред.).

Личная страница Татьяны Брухуновой в социальной сети



МОДА, СТОП!

Лабуу умер. Да здравствует Вакуку!



POPmarket.ru

Кажется, сумасшествие по Лабуу подходит к концу. И не только потому, что оригинальных монстров нет даже на официальном сайте Pop Mart. Оказывается, у мехового монстра появился конкурент, причем, тоже из Китая. Вакуку (Wakuku) - это новая дизайнерская игрушка, созданная компанией Letsvan из Шэньчжэня.

Вакуку - меховая кукла, ко-

торая выглядит как воин, но с детским лицом и недетской монобровью. Она уже захватила ТикТок и умы зумеров. Кстати, новые меховые игрушки доступны в российских онлайн-магазинах. И Вакуку почти в 5 раз дешевле, чем Лабуу: примерно 2000 рублей. Пока непонятно, есть ли у Вакуку карабин и можно ли его повесить на сумку.

Как избавиться от агрессивного сорняка, чтобы не попасть под штраф.

Госдума на прошлой неделе приняла закон о борьбе с опасными инвазивными растениями, но все уже окрестили документом о борьбе с борщевиком Сосновского, который считается в этой группе самым опасным в наших широтах.

- Если на участке выявлены заросли растения, признанного опасным, собственник получает от региональных органов власти предписание об обязательной его ликвидации, - объяснил **председатель Комитета по вопросам собственности, земельным и имущественным отношениям Сергей Гаврилов** механизм действия нового закона. - В случае неисполнения могут быть применены меры административной ответственности.



Сергей Гаврилов.

Собственником может быть как юридическое лицо - предприятие, муниципалитет, так и физическое - в том числе дачник.

Во многих регионах уже действуют местные законы, направленные на борьбу с борщевиком Сосновского. Например, в Кодексе Московской области об административных правонарушениях за неудаление с земельных участков этого растения гражданин должен заплатить 5000 рублей. Эта норма действует с 9 июня 2025 года, а раньше для наказания предусматривалась вилка от 2500 до 5000 рублей.

В федеральном КоАП есть статья 8.7 - «Невыполнение обязанностей по рекультивации земель, обязательных мероприятий по улучшению земель и охране почв». Там если поработал на земле и не привел ее в порядок, для физлиц предусмотрен штраф от 20 тысяч до 50 тысяч рублей. На юрлиц - от 400 тысяч до 700 тысяч.

- Одними только законами и постановлениями борщевик не победить, - прокомментировал нововведение **руководитель общественной организации «Садоводы России» Андрей Туманов**. - Нормативной базы для борьбы с этим растением



Андрей Туманов.



Борщевик: от чуда селекции - до Черной книги

ем и так хватает. Борщевик растет там, где за землей не ухаживают. Это не только частные земли или земли сельхозпредприятий, но и земли, находящиеся в муниципальной и региональной собственности, вдоль дорог, например. И что, чиновники себя будут штрафовать?

Но нам самим бы не попасть в кампанию! Так что будем бороться с пришельцем. Это сложно, но возможно.

ОТКУДА ОН ВЗЯЛСЯ

Еще 70 лет назад борщевик Сосновского в Центральной России не знали. Его родина - Кавказ, где он в естественных условиях растет на субальпийских лугах и в горных лесах. Вид был открыт в 1944 году. Растение поразило ученых своими размерами, и им пришла в голову мысль, что борщевик можно культивировать - на силос для скота. В нем ведь столько зеленой массы! Селекционер Петр Вавилов из Института биологии Коми АССР убедил руководство Всесоюзной ака-

ВАЖНО ЗНАТЬ

Сейчас к борщевик Сосновского относятся едва ли не с ужасом - мол, он настолько опасен, что лучше не подходить. Но переоценивать врага тоже не стоит. Растение опасно своим соком, который повышает чувствительность к ультрафиолету. Если сок попадет на кожу, а вы потом окажетесь под солнечными лучами, возникнет сильный ожог. Поэтому на прополку надо выходить в защитной одежде - тело, руки и ноги должны быть закрыты. Длинные штанины и рукава, капюшон для защиты шеи, маска - чтобы скрыть лицо. И перчатки лучше использовать прорезиненные.

демии сельхознаук, что борщевик - растение будущего, поможет восстановить сельское хозяйство после войны. Проблема обнаружилась вскоре. Силоса борщевик действительно давал много. Да только скотина ела его неохотно. Но параллельно растению находили и другие применения - его высаживали вдоль дорог, чтобы дикие животные не выбегали на проезжую часть. Разводили в ботанических садах в качестве декоративного.

Однако очень быстро стало ясно, что борщевик не только бесполезное кормовое растение, но еще и опасное. Его сок под воздействием ультрафиолета вызывает сильные ожоги на коже. А главная опасность в том, что он быстро захватывает новые территории, вытесняя местные растения.

И теперь это один из самых злостных сорняков - в европейской части России им заросло уже более 1 млн га земель - это 15% территории!

ИЗ ДОСЬЕ «КП»

Борщевик Сосновского (Heracleum Sosnowskyi),

а именно этот вид засоряет поля и дачные участки, - двулетнее растение из семейства зонтичные (Umbelliferae).

Это очень мощное растение, часто достигает в высоту 3 - 5 м.

Но поражает у него не только высота. Толщина побегов - с руку взрослого человека. Листья тоже гигантские - длиной до 1,9 м. И соцветия огромные - диаметром 50 - 80 см. Корни у борщевика могут уходить в глубину на 2 м, но, к счастью, единичные - основная масса находится на глубине 30 см.

Цветет борщевик Сосновского в июле - августе. На одном растении образуется до 20 000 семян! Всхожесть у них сохраняется в течение 2 лет.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Выходить на борьбу с сорняком нужно хорошо экипированным.

В 2012 году борщевик Сосновского исключен из реестра селекционных достижений и внесен в Черную книгу флоры Средней России - список опасных инвазивных растений.

КАК С НИМ БОРОТЬСЯ

Борщевик запросто переживает зимние морозы до -40 °С, легко переносит заморозки до -7 °С, а всходы появляются еще под снегом. С учетом того, что каждый куст производит по 20 тысяч семян, борьба с ним - та еще задача. Но справиться с ним все-таки можно.

● **Прополка.** Если на участке появились единичные растения и в округе их немного, взрослые, уже цветущие кусты нужно срезать, а затем выкопать корень лопатой. Этого будет достаточно.

А в дальнейшем нужно выпалывать молодые растения - они все равно будут появляться, поскольку семян это растение образует много, они могут налететь с соседних участков.

● **Профессиональные средства.** Борщевик можно вывести с помощью гербицидов. Они предназначены для обработки больших массивов. Если весь участок в сорняках - тогда лучше использовать именно их.

Многие системные гербициды, рекомендованные для личных подсобных хозяйств и дач, могут справиться с борщевиком, поскольку предназначены для истребления в том числе и многолетних сорняков. Среди них Грейдер, Диастар, Магnum, Форвард. Разрешены для участков, где в текущем году не предполагается выращивать культурные растения. То есть в год обработки ничего сажать на этом месте нельзя. Лишь на следующий.

Но есть еще один гербицид, в котором конкретно указан борщевик Сосновского, и он также рассчитан для дачных участков. Это Грант. Им рекомендуется опрыскивать растения по листьям, когда они достигнут высоты 20 - 30 см. Разводить препарат надо из расчета 20 - 40 мл на 3 л воды. Норма расхода - 3 л на 1 сотку. И после этого гербицида, так же, как и после других, в текущем году ничего сажать нельзя. Можно только будущей весной.

УЧЕНЫЙ СОВЕТ

Топинамбур против сорняка

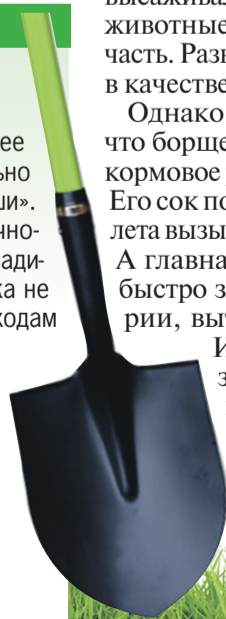
Борщевик - агрессивный сорняк и плодится со страшной силой, но есть еще более агрессивное растение, причем культурное. Это топинамбур. Если участок сильно зарос борщевиком, прямо в его заросли можно высадить клубни «земляной груши».

Эксперимент с топинамбуром поставили ученые Агрофизического научно-исследовательского института в д. Меньково Ленинградской области. Они посадили клубни в сплошные заросли опасного сорняка, и уже к осени от борщевика не осталось и следа. Разрастаясь, топинамбур вытесняет с участка сорняк. И всходам борщевика не оставляет никаких шансов.

Сам топинамбур, правда, тоже может сильно разрастись, но от него избавиться гораздо проще - достаточно выкопать клубни из земли (делать это придется, скорее всего, не один раз - но ведь при этом вы будете с урожаем!).



«Мой урожай» - телеграм-канал «Комсомолки» для увлеченных дачников, заядлых садоводов, азартных огородников и вдохновенных цветоводов



Владимир ПЕРЕКРЕСТ, Алексей ВОЛОДИХИН, агроном.

Этюды в постельных тонах:

Ходченкова хохочет, Исакова закрывается

Окончание.
Начало < стр. 1.

Режиссеру нужно суметь убедить актрису пойти на это: донести, что только так можно по-

казать и раскрыть героиню. При этом на площадке все относится к подобным эпизодам так же, как и к другим, - просто работа. Зато у актрис отношение к процессу разное.

Светлана Ходченкова «тупо ржет»

Светлана Ходченкова в кадре не прочь лишний раз сверкнуть эффектной фигурой - и в дебютной мелодраме «Благословите женщину» 12+ Станислава Говорухина, и в голливудском блокбастере «Росомаха: Бессмертный» 12+, и в сериале «Домашний арест» 16+ артистка появлялась то

полуголой, то в экстремально коротком, то в избыточно обтягивающем. И позже признавалась, что ничего зорного не видит в том, что надо раздеться перед камерой. Иногда это очень даже весело.

- Если эти сцены оправданы сценарием, то я нормально к этому отношусь, - считает Светлана. - Иногда прибегаю к помощи дублеров - и это нормально. А вообще обожаю постельные сцены.

Мне очень нравится. И мне везет на партнеров с хорошим чувством юмора. Если зритель видит негу и сексуальность в кадре, то мы тупо ржем! Иногда до такой степени, что потом собраться в фокус невозможно. Мы относимся к этому не как к отношениям мужчины и женщины, это игра. И если нам верят, что эмоции были неподдельными, значит, я хорошая актриса. Бывает и так, что актер неприятен, как и в жизни, но это работа - идешь и целуешь его во все местечки.

2003 г.
Плакат фильма «Благословите женщину» со Светланой Ходченковой.



Афиша картины «Благословите женщину»

Лукерья Ильяшенко мокнет и отвлекается

Обаятельная роковуха Лукерья Ильяшенко тоже не прочь подчеркнуть собственную сексуальность в кадре. Лукерья и с Владимиром Машковым целовалась в кадре («Налет» 18+), и с Александром Кузнецовым сближалась («Химера» 18+), и от других откровенных сцен обычно не отказывалась. Актриса не стремится скидывать с себя все в кадре, но если долг зовет - относится с пониманием.

- Если человек смеется во время таких сцен, то от зажима, потому что это всегда очень неловкий момент, - полагает Ильяшенко. - Надо играть любовь, и хорошо бы в интимной обстановке, но ее же нет. То звуковики просят: «Стони погромче, а то у нас брак по звуку!» То водитель забредет, то буфетчица еду принесет. А надо вообще-то достоверно сыграть человече-

скую страсть. Вот вы сидите - два го-лых человека, вам очень неудобно друг перед другом. Никакого секса в этом нет. А еще потеете под светом осветительных приборов. Это все жутко неловко. Еще я стараюсь не есть лук или чеснок перед съемкой, жевать жвачку, чтобы партнеру не было неприятно.



Кадр из сериала «Химера», 2022

Лукерья Ильяшенко в сериалах «Сладкая жизнь» (вверху) и «Химера».

Кадр из сериала «Сладкая жизнь», 2014

Мария Шумакова отдается полностью



Кадр из сериала «Сладкая жизнь», 2014

2014 год.
Мария в сериале «Сладкая жизнь».

Мария Шумакова, которую 20 лет назад называли сибирской Моникой Беллуччи, блеснула (и еще как!) в сериале «Сладкая жизнь» (18+) и прекрасно понимает, чем может пленить зрителя. Особенно мужского пола. Так что глубоких декольте и сцен в купальниках вовсе не стесняется. Более того, признает, что получает от этого удовольствие.

- До «Сладкой жизни» я снялась в одном проекте («Счастливый конец» 18+ - Авт.), после чего все говорили мне, что на этом моя кинокарьера начнется и закончится, потому что это были очень откровенные скетчи для мужчин, - вспоминает актриса. - Но для меня этот сериал был хорошим опытом - отличная команда, школа, и там я научилась раздеваться без проблем. Наверное, я и психологически склонна к эксгибиционизму, потому что нормальный человек не пойдет в актерскую профессию. Все девочки в «Сладкой жизни» отлично справились с откровенными сценами. А вот мальчикам было сложнее. Мужчинам всегда труднее дается раздевание.

2000 г.
Виктория Исакова и Евгений Цыганов в сериале «Нежность».



Кадр из фильма «Нежность», 2018

Виктория Исакова концентрируется и изолируется

Американский сериал «Родина» 18+ в свое время потряс огромную аудиторию. Да так, что в России решили снять адаптацию патристическо-шпионского проекта. Ответственное дело доверили опытному Павлу Лунгину, на главные роли позвали Владимира Машкова и Викторю Исакову - именно они должны были разыграть контуженного морпеха, то ли предавшего Родину, то ли нет, и оперативницу ФСБ (с которой у него закручивается роман).

Так вот, когда понадобилось отснять постельную сцену, Лунгин попросил всех удалиться со съемочной площадки. Остались только он, оператор, а также Виктория Исакова и Владимир Машков. Сцену снимали в гробовой тишине и в сумасшедшем напряжении, которые помогли раскрепоститься очаровательной Виктории. Впрочем, сериал это не спасло. На выходе получилась скучная клюквя, которую прикрыли, несмотря на запредельное число звезд, после первого же сезона (американский Homeland прожил восемь сезонов).

А еще в кадре Виктория разыгрывала любовь в холодрыгу в антуражах усадьбы Кусково, где нельзя топить, с Александром Петровым (сериал «Мата Хари» 18+) и с меланхоличным Евгением Цыгановым - в монохромной короткометражке Анны Меликян «Нежность» 18+, где, судя по кадрам со съемочной площадки, все прошло более чем гладко и приятно.

Александра Ребенок превозмогает и доверяется

После выхода сериала «Школа» 16+ Валерии Гай Германики в героине Александры Ребенок все старшешклассники (и их родители) с радостью обнаружили объект как минимум платонического вожделения. Многие героини Александры (как в театре, так и в кино) формировали харизму на шарме легкого эротизма и манящем обаянии порочности. А иногда даже и не очень легкого - как в сериале «Содержанки» 18+, детективе «Налет» 18+ (снова повезло Владимиру Машкову), комедии «Против всех» 18+ (опять переспала с молодым мальчуганом!) или экранизации романа «Обитель» 12+. При этом постельные сцены артистка считает производственной необходимостью и соглашалась на них, даже будучи в положении.

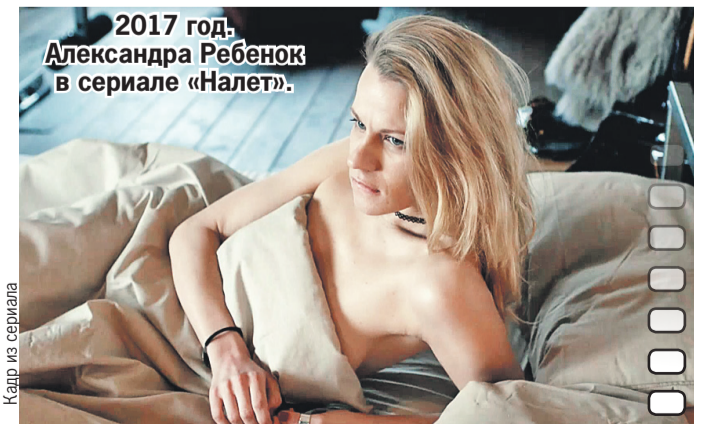
- И вот мне нужно на про-

бах в «Обители» играть сцену страстного разговора с Сергеем Безруковым - начальником лагеря, - рассказывала актриса. - А вторую сцену с Женей Ткачуком, заключенным. Я его допрашиваю, и в конце тоже случается страсть. Представьте картину: актриса на пятом месяце беременности должна сыграть любовные сцены с двумя мужчинами (смеется). Я очень благодарна своим партнерам, что они с уважением отнеслись к моему положению - безо всяких комментариев и шуточек.

Сразу же после выхода из декрета Александра «разделила ложе» с Евгением Цыгановым. Дело было на съемках сериала «Мертвое озеро» 16+.

- Рядом с ним невозможно играть плохо, - пояснила Ребенок. - Так вышло, что мы начали с откровенных сцен, и это было непросто. Зато мы быстро сработались.

2017 год.
Александра Ребенок в сериале «Налет».



Кадр из сериала

МИСС КУПАЛЬНИК «КП»

Марина КЛЕМЕНОВА, Пермь:
- Я владелица женского фитнес-клуба. Увлекаюсь инвестициями, торгами на бирже. Мечтаю посетить Австралию и построить дом.



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Четкий принт, уверенная осанка, ироничный взгляд. Марина знает, что леопард - это не агрессия, а смелость. И добавляет к нему доброжелательную улыбку. Такой принт требует баланса, так что дополняйте его черными, бежевыми или золотыми деталями. Отличным решением станет плотный пляжный халат или кимоно - они добавят графичности силуэту.



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

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

АНЕКДОТЫ

- Какой билет знаешь?
- Билет Государственного банка России.
- Давай сюда. Молодец. Сдал.

Водку пить не люблю, но лучшего применения для нее пока не могу придумать.

Я и подумать не могла, что в 32 года не смогу уснуть потому, что не сделаны уроки.

Купила мужу костюм-тройку - трусы и два носка. Люблю его, балую.

Сын профессора филологии и заслуженной учительницы по русскому языку в течение 12 часов удерживал Дедушку Мороза, рассказывая стихи.

Отец 16 детей ищет ту скотину, которая на свадьбе пожелала деток, как на небе звезд.

Самый лучший фэншуй - это когда один холодильник стоит возле компьютера, второй - возле телевизора, а третий - возле кровати.

Славяне были вольнолюбивым народом. Их часто угоняли в рабство, но и там они не работали.

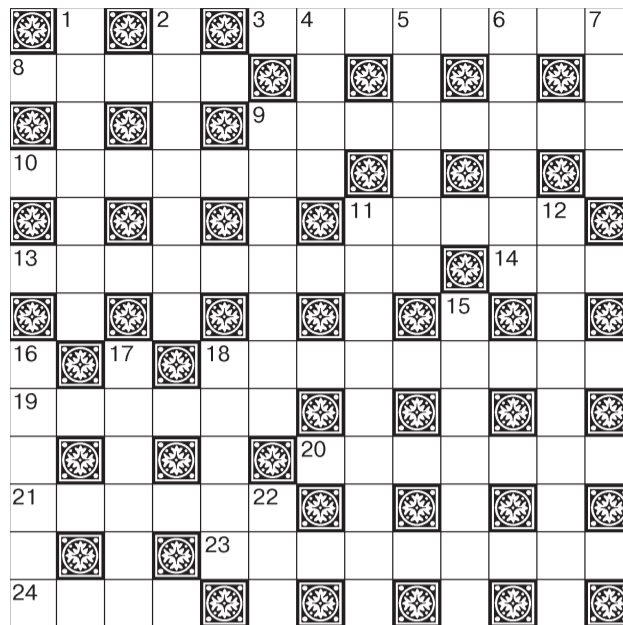
Есть люди редкого таланта. Есть люди дивной красоты. И, вероятно, для баланса

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. Как Петр Великий окрестил первые русские тракторы для дворян? **8.** Юнец из послушников. **9.** Комический танец у древних греков. **10.** Бескрайний. **11.** Сото в стае саблезубых тигров из мультфильма «Ледниковый период». **13.** Витрина у «коробки передач». **14.** Суп по армянскому рецепту. **18.** Что выкладывают в RuTube? **19.** Расходный материал для печника. **20.** Кто сгубил Елену из пушкинских «Песен западных славян»? **21.** Царство легендарного короля Артура. **23.** Кого изначально приглашали на главную роль в драме «Большие глаза»? **24.** В каком напитке, согласно

латинской пословице, скрывается дикость?

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Доктор чеховского описания. **2.** Рак для толстосума. **4.** Выхлоп вышивальщицы. **5.** Покрытие, чтобы котлеты не пригорали. **6.** Масштаб свершений. **7.** Начинка рта. **9.** Российский бренд автомобилей. **11.** Какое стихотворение Эдгара По представляет собой шараду, в которой спрятано имя Фрэнсис? **12.** Опора в виде дамы. **15.** Соус в харчо. **16.** Какое летчика воспели в своих стихах Михаил Светлов и Александр Твардовский? **17.** Стихийная группа в зодиаке. **18.** Кто открыл дворец гимнастики на территории комплекса «Лужники»? **22.** Бог ярости у египтян.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. 22. Сет. 15. Ткемали. 16. Чкалов. 17. Тритон. 18. Винер. 9. «Москвич». 11. «Валентина». 12. Карпатка. 2. Лобстер. 4. Узор. 5. Телфон. 6. Размах. 7. Язык. Рейнольдс. 24. Вино. **ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.** Стрелец. 11. Кирпич. 20. Стамати. 21. Лорес. 23. 11. Вожак. 13. Тенезкран. 14. Хаш. 18. Видео. Аустерия. 8. Отрок. 9. Морфазма. 10. Простор.

Погода на завтра, 31 июля

	день	ночь	
Краснодар	+32...+34	+23...+25	Давление - 752 мм рт. ст. (норма - 771 мм рт. ст.) Относительная влажность воздуха - 44% Ветер - 6 м/с, юго-западный Восход - 05:08 Заход - 19:52 Растущая Луна
Майкоп	+31...+33	+22...+24	
Ейск	+28...+30	+24...+26	
Сочи	+28...+30	+25...+27	
	ясно ☀️	облачно ☁️	пасмурно ☁️
	дождь 🌧️	гроза ⚡️	снег ❄️

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР! Звоните нам! **(495) 777-02-82** Ваше мнение для нас важно!

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

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

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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
 Индексы П1101, ПМ976 Тип. №
 ■ Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30
 ■ ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2025», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.
 Тираж этого номера: 172 200 экз.

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

ВЫПУСК ПОДГОТОВЛЕН КРАСНОДАРСКИМ ФИЛИАЛОМ АО ИД «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Директор филиала - Д. Г. МИХЕЕВ
 Главный редактор - О. В. СУХОВА
 kuban@phkp.ru www.kp.ru

350020 г. Краснодар, ул.Одесская, 26/1.
 Телефон многоканальный - 8 (861) 205-66-77.
 Телефон студии радио - 8 (861) 205-56-56.

Отпечатано: НАО «Печатный двор Кубани», 350072 г. Краснодар, ул. Тополияна, 19. Заказ № 1681. Цена свободная.