

Отец Илона Маска:

Украинцы должны стать частью России

Читайте на стр. 7 ▶



Иван МАКЕЕВ/«КП» - Москва

РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА

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

«Мифы о церкви на Кубани»

Без алкоголя и застолий: священник Евгений Игнатов расскажет, как лучше помянуть родных - 13:30



100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Вторник, 21 апреля
№ 29 (27775)/2026 год

Газета нашего региона ★ Кубань

КР. RU 1 734 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Что мы могли купить на среднюю зарплату в 2000 году и сейчас

«КП»
посчитала,
как
изменилось
благосостояние
россиян
за 25 лет.

Читайте на стр. 8 ▶



Михаил ФРОЛОВ/
«КП» - Москва

Григорий Лепс пообещал усыновить троих детей

Мария РЕМИЗОВА

Певец готов взять на воспитание сирот.

У Григория Лепса появилась новая отдушина - гастрономическое заведение с азиатской кухней «Лепс». Тут музыкант планирует не только кормить гостей, но и создать творческую лабораторию, где будет время от времени сниматься клипы (в том числе и Лепса), фильмы и различные шоу.

Продолжение на стр. 12 ▶

Центробанк:

Комиссии за перевод денег по СБП не меняются

Владимир НИКОЛАЕВ

«С 1 мая переводы россиян по СБП в пользу самозанятых, юрлиц и ИП станут платными!» - раструбили в выходные некоторые СМИ. Но, как выяснила «Комсомолка», это не так.

- Условия переводов по СБП для граждан и бизнеса остаются прежними, - сообщили нам в Центробанке. - Все размеры тарифов остались без изменений.

Так откуда сыр-бор? А вот откуда. На днях ЦБ опубликовал решение совета директоров, в котором действительно говорится о комиссиях за переводы по СБП. Однако, как пояснили нам в ЦБ, изменения коснулись только документов и формулировок в них.

Например, ранее действовавшие тарифы сведены в один документ, добавлено уточнение, что переводы НДС не облагаются.

Однако в документе есть фраза: «Ввести в действие с 1 мая 2026 года тарифы на услуги за перевод денежных средств, уплачиваемые клиентами Банка России в СБП». И прилагаются те самые тарифы - например, за перевод самозанятому свыше 6000 рублей и отправитель, и получатель платят комиссию в три рубля.

Но ключевая фраза здесь - «тарифы, уплачиваемые клиентами Банка России». А клиентами ЦБ являются банки, расчетные центры и т. п. Они и раньше платили такие комиссии, и дальше продолжат. Физические лица клиентами ЦБ не являются. И как не платили никаких комиссий за перевод денег самозанятым, так и не будут.

Субботник вне закона

Юлия КРУТОВА
«КП» - Тверь»)»

На станции Кулицкая в Тверской области ищут виновников в слишком «чистом» субботнике, который провели жители. Дело в том, что после уборки канавы исчезли... заросли ивы.

- Эту канаву я помню с детства, - говорит инициатор субботника Матвей Куреев. - Она уже тогда была загажена. И этому мусору в ней столько же лет, сколько и мне, то есть 30. Канавы проходят вдоль дороги, и сюда стекают сточные воды.

работ должно быть отдельное разрешение.

Директор муниципальной организации «Северо-Западные территории» Галина Подобуева объясняет, что благое дело не отменяет соблюдение законов:

- Никто не имеет права спиливать деревья по своему желанию. Убраны были не только кусты, но и деревья. Для этого необходимо уведомить ответственные органы, сделать фото дерева, написать заявку на ликвидацию. В данном случае это сделано не было.

Делом занимается природоохранная прокуратура, вероятно, организаторов субботника ждет штраф.



В понедельник губернатор Пензенской области Олег Мельниченко отчитался перед Владимиром Путиным. За 5 лет его работы валовой продукт в регионе вырос почти в 3 раза, развивается промышленность и сельское хозяйство.

- Наша стратегическая задача - чтобы 70%

сельхозпродукции, которую мы производим, сами и перерабатывали. Это даст устойчивый рост, потому что это совершенно другой уровень добавленной стоимости, - говорил глава региона.

- И дохода для фермеров, - согласился президент.

Владимир ПУТИН - о странах СНГ:

У нас много взаимных интересов

Игорь ЯКУНИН

На Совбезе обсудили дела СНГ.

В конце недели президент провел совещание с постоянными членами Совета безопасности. Разговор состоялся после выхода Молдавии из СНГ. Открывая по видеосвязи обсуждение, президент указал, что работой с республиками СНГ Совбез «занимается на постоянной основе».

- У нас к этому всегда было, есть и, уверен, будет особое отношение. И в силу исторических соображений, и в силу того, что очень большой объем работ, в том числе и в сфере экономического взаимодействия, с этими странами... - подчеркнул российский лидер.

Путин напомнил, что с соседями по СНГ у нас сложились особые отношения.

- И в гуманитарных сферах, и в человеческом измерении: у нас много

смешанных браков, много взаимных интересов в сфере культуры, в других областях, представляющих первостепенное значение, - сказал он.

Президент предложил начать дискуссию главе МИДа:

- А потом, я уверен, коллегам по направлениям работ будет что добавить к тому, что подготовлено министром иностранных дел.

Дальше обсуждали в закрытом режиме.

■ ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Александр ЛУКАШЕНКО:

Ракеты быстрее закончатся, чем территория России

Игорь ЯКУНИН

Президент Белоруссии в интервью ведущему RT Рикку Санчесу рассказал много интересного.

О ЯДЕРНОМ ЩИТЕ

Как полагает Лукашенко, мир знает, что Москва применит весь арсенал для защиты Минска.

- Ну как вы думаете, зачем мне было это тактическое ядерное оружие сюда завозить? Да нет, это фактор нашей безопасности, - заявил белорусский лидер.

О ДОЛГЕ СОЮЗНИКОВ

Говоря об отношениях двух наших стран, Лукашенко подчеркивал тесные союзнические связи:

- Столкновение с Беларусью - это столкновение с Беларусью и Россией. Мы ближайшие союзники. Потерять Беларусь для России неприемлемо. Как у нас раньше говорили, значит, враг будет стоять в Смоленске, под Москвой.

О ГРУППИРОВКЕ НА ЗАПАДЕ

Лукашенко указал, что на западе России создана группировка, которая «мгновенно поддержит белорусскую армию».

- Ну а какое оружие у них, вы знаете. Поэтому мы не хотим войны, -

миролюбиво добавил белорусский президент.

О СУПЕРДЕРЖАВАХ

По мнению Лукашенко, последние события показали, что не все решают ракеты и есть надежда, что США, осознав это, будут считаться не только с Китаем и Россией.

- Россия - огромная территория, там они ничего не сделают ракетами. Ракеты быстрее закончатся, чем территория России. Иран тоже это показал... - сказал Лукашенко.

Белорусский лидер полагает, что если Штаты, имея такую огромную мощь, не смогли справиться с Ираном, то уж с Китаем - тем более.

- Руководство Америки поняло, что они супердержава, но не сверхсила. Это главное. Не лезьте в Китай. Там такая мощь, с которой США справиться никогда не смогут, - заявил Лукашенко.

О ПРОТИВОСТОЯНИИ ЗАПАД - ВОСТОК

На вопрос о том, когда наступит день, когда Белоруссия и Россия, Северная Корея и Иран, Китай и Бразилия не будут противостоять Западу, прозвучал такой ответ:

- Дай бог, чтобы это время наступило. Мне трудно, исходя из нынешней обстановки и ситуации, поверить, что такое время придет.

■ ТРАДИЦИЯ

«Они завоевали наше право жить»

Игорь ЯКУНИН

В Ленинградской области почтили память жертв геноцида советского народа в начале 40-х.

Мемориал «Мирным жителям СССР - жертвам нацистского геноцида в годы Великой Отечественной» в деревне Зайцево Владимир Путин открыл 27 января 2024-го. Была 80-я годовщина полного снятия блокады Ленинграда. 19 апреля 2026-го здесь встречали рассвет Дня памяти жертв геноцида советского народа (подробнее об этом > стр. 6). Этот памятный день в России отмечался впервые. Помощник президента Владимир Мединский и губернатор Ленинградской области Александр Дрозденко принесли цветы. Они легли к Вечному огню. Его обрамляет плита с названиями лагерей, которые во Вторую мировую нацисты рассеяли по оккупированным



Владимир Мединский почтил память советских людей, замученных фашистами, у мемориала «Мирным жителям СССР - жертвам нацистского геноцида».

землям (только в лагерях Гатчины фашисты заморили 80 тысяч наших людей).

- Мы закладываем новую традицию здесь, у главного мемориала памяти геноцида наших граждан в годы Второй мировой. У каждого из нас есть отцы,

деды, воевавшие на войне. И есть родные, погибшие на войне. Своей смертью они завоевали наше право жить. Мы должны жить так, чтобы нам не было стыдно, а им - не было стыдно за нас... - сказал Мединский.

■ ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Полку Героев прибыло

Игорь ЯКУНИН

«Золотую Звезду» получил бывший 1-й заместитель главреда «Комсомолки».

19 апреля гендиректору Общественного телевидения России Виталию Игнатенко исполнилось 85 лет. Президент Путин присвоил Виталию Никитичу звание Героя Труда России. В указе отмечается, что он награжден «за особые заслуги перед государством и выдающийся вклад в развитие отечественной журналистики, культуры и искусства». Уроженец Сочи и выпускник журфака МГУ, с 1960-го он 15 лет проработал в «Комсомолке», где от стажера дорос до 1-го заместителя главного редактора. Позже руководил пресс-службой Президента СССР и главным информагентством страны ТАСС.

От всего «комсомольского» сердца поздравляем Виталия Никитича с днем рождения и заслуженной наградой!



Интервью с Виталием Игнатенко читайте на сайте



http://www.kp.ru/

ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

ЗДОРОВЬЕ

Можно ли самим оценить, во что выльется восстановление зуба

ВОКРУГ РУЛЯ

Как вы тачку назовете: что означают названия известных автобрендов

Вступайте в нашу группу ВКонтakte
VK.COM/KPRU

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



Наши читатели рассказали, как именно они копят деньги.

Сбережения банк бережет

этого держать часть сбережений в наличном виде даже рекомендуется. Например, хотя бы сумму, которой хватит на две недели. Но остальные свободные деньги все же должны работать - в банке или на рынке акций.

- Почти треть опрошенных пожаловалась, что у них нет сбережений. Какой совет можно дать тем, кто никак не может накопить?

- Надо начать вести учет доходов и расходов. Поискать возможности для дополнительного заработка и для сокращения ненужных трат. Высвободившиеся деньги откладывать на депозит и сформировать финансовую подушку безопасности (которой хватит на три - шесть месяцев жизни). А потом поставить перед собой какую-то большую финансовую цель (покупка квартиры, дачи, путешествие, образование и т. д. - Ред.). С ней копить будет проще.

Евгений БЕЛЯКОВ

«Граждане, храните деньги в сберегательной кассе! Если, конечно, они у вас есть», - полвека прошло с выхода незабвенного «Ивана Васильевича», инструментов для выгодного вложения средств стало больше, а россияне все так же следуют этому мудрому инвестиционному совету.

Такой вывод можно сделать из опроса, который «Комсомолка» провела в соцсетях. Мы спросили подписчиков, в чем они держат свободные деньги. И выяснилось, что больше половины предпочитают хранить их на рублевых вкладах (см. «Опрос «КП»).

На втором месте в списке предпочтений - наличные рубли. Валюта, ценные бумаги, драгметаллы, - все

эти и другие варианты безнадежно отстали (см. «Опрос «КП»).

- Почему россияне выбирают именно такую модель поведения? - спросили мы главу Национальной ассоциации специалистов финансового планирования Андрея Паранича.

- К этому стимулируют высокие ставки по депозитам. Они

сильно выше инфляции (сейчас банки дают по вкладам 12 - 14 процентов годовых. - Ред.).

- А почему многие держат сбережения в наличке?

- У большинства россиян не очень большие сбережения в принципе. Плюс сказываются отключения мобильного интернета. По-



ВЕЛИКИЙ И МОГУЧИЙ

Анна ЛУКЪЯНОВА

Подведены первые итоги популярной просветительской акции «Тотальный диктант».

Почти три миллиона участников, написавших текст про Пушкина 18 апреля, - это рекорд за все время существования диктанта. В прошлом году было вдвое меньше - чуть более 1,3 млн.

УРОЖАЙ ПЯТЕРОК

Автор текста-2026 **Алексей Варламов** - писатель, доктор филологических наук, ректор Литинститута - во вступительном слове пошутил:

- Не знаю, каким вам покажется текст, - трудным или сложным. Но я выбрал Пушкина не только потому, что мы все его любим и для всех он важен, но и чтобы вы не боялись ошибиться. В «Евгении Онегине» есть замечательные строки: «Как уст румяных без улыбки, без грамматической ошибки я русской речи не люблю».

Текст действительно был непростым, и ошибки, конечно, были. Тем не менее подбадривающая мантра

Краб Петра Великого

от Пушкина сработала: в этом году ожидают много отличников. По некоторым прогнозам, их может быть до 20%. В прошлые годы - не больше 10%. На момент подписания номера проверка еще не была завершена.

УКАТАЛИ СИВКУ ПУШКИНСКИЕ ГОРЫ

На чем же косячили участники? - Главная трудность была связана с написанием прилагательного «пушкинский», которое многие участники писали с заглавной буквы в контексте сочетаний, не являющихся именами собственными: пушкинские места, язык, поэзия, - рассказал **председатель Филологического совета «Тотального диктанта», ученый секретарь Орфографической комиссии РАН Владимир Пахомов.** - Во многих случаях только из-за одной этой ошибки слетали пятерки.

Сложности вызвали и наречия насколько, вдали, впрочем, ненадолго - их писали раздельно, хотя надо было слитно. Спотыкался народ и в словарных словах: ассоциация,

аннулировать, созидательный. Обидно, что некоторые из самых сложных были объявлены в рубрике «12 слов Тотального» и перед диктовкой о них напоминали. Но все равно кто-то недосмотрел-недослышал.

Встречались и неожиданные ошибки: в первой части текста сложным оказалось имя первой жены Ганнибалы - Евдокия (писали через «а»). Также забывали кавычить названия литературных произведений «Евгений Онегин» и «Дубровский».

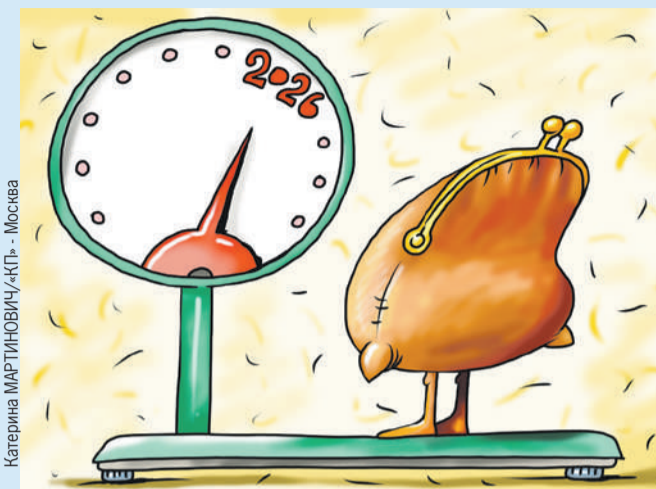
СЛИШКОМ ХОРОШО ВОСПИТАНЫ

В четвертой части участники массово срезались на фразе «была хорошо воспитана, весьма образованна и начитанна». Владимир Пахомов назвал ее «орфографическим зарядом». Правило тут такое: краткие формы страдательных причастий прошедшего времени пишутся с одним «н», а краткие формы прилагательных с качественным значением - с двумя: девочка воспитанна (получила хорошее образование), но девочка хорошо воспитана. Вот так-то.

Что касается пунктуации, тут без сюрпризов: больше всего косячили с обособлением вводных слов.

Ослышки-опыски? А как же без них. - Прилагательное «всеобъемлющий» не все участники правильно услышали, встречаем в работах очень интересные интерпретации, включая ненормативные, - деликатно отметил Владимир Пахомов. - Также вместо «по велению императрицы» писали «повеление императрицы», а вместо «арап» - «краб».

ВОПРОС ДНЯ



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

Россияне прожили первую четверть XXI века. Согласно данным Росстата, за 25 лет мы стали в четыре раза богаче (подробнее - на стр. 8). Мы спросили:

А вам за минувшие 25 лет в чем стало лучше жить?

Ирина ЗАРИПОВА, председатель Общественного совета по развитию такси:

- Мобильность населения выросла. В 2000-е, чтобы купить билет на самолет, нужно было ехать в кассы, стоять очередь, потом еще на рейс очередь... Сегодня можем принять решение о поездке за 5 минут, купить билет онлайн, вызвать такси и помчаться в аэропорт. Пройти регистрацию по биометрии, прилететь, взять каршеринг и поехать путешествовать по стране.

Константин БАБКИН, президент ассоциации «Росспецмаш», председатель Московского экономического форума:

- Наши тракторы и комбайны стали гораздо более производительными - меня вот что радует! Еще общество стало более стабильным и менее конфликтным. Это проявляется во многом. Элементарный пример: пешеходов на зebre пропускать стали. Впечатляют компьютеризация, мобильная связь, доступность информации. Меньше фильтров на ее пути.

Евгений ТИШКОВЕЦ, ведущий специалист центра погоды «Фобос»:

- Мне во всем стало лучше! С точки зрения качества жизни родина никогда не жила так хорошо. Единственное, не хватает больших побед: как полет в космос или Победа в Великой Отечественной. Последние 25 лет моей биографии делятся поровну. Первые 12,5 года я служил в Вооруженных силах. Ушел в запас и начал с чистого листа. Каждый день моя творческая работа приносит огромное удовольствие.

Шура, певец:

- Мне очень нравятся соцсети. Без них, конечно, тоже было хорошо: больше встреч, разговоров на кухне, во дворах... Но с ними есть возможность моментально получать обратную связь. Я каждое утро читаю комментарии, которые мне пишут. Например, долго сомневался, выпускать ли книгу. А сразу после выхода получил много приятных сообщений из разных городов. И с песнями так же!

Илья СМЕРНОВ, подмосковный фермер, сооснователь первой в России фермы альпак:

- Как предприниматель отмечу все «кассовые штуки» - с ними реально удобно! Чеки онлайн, бухгалтерия... А как гражданин замечу, что люди стали добрее и лучше. Исчез мордобой на улицах, люди из окна мусор почти не выбрасывают. Видишь непорядок и не пройдешь мимо. Надеюсь, мы и дальше будем становиться лучше.

Анатолий КАРПОВ, чемпион мира по шахматам:

- А мне не нравится, что политика вмешалась в спорт. Что нравится?... Пройдет турнир моего имени (23 мая гроссмейстеру исполняется 75 лет. - Ред.). Будем считать это приятным событием.

ТОЛЬКО ФАКТЫ

72 страны участвовали очно

109 стран - онлайн

- Больше всего участников было в Москве, Санкт-Петербурге, Казани.
- Из зарубежья чаще всего писали в Узбекистане, Кыргызстане, Молдове.

• По числу городов с очными площадками рекордсменом стал Китай - аж 46. В этом году в акцию мощно влились африканские страны.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



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



Масло дешевле, а детское питание растет

Что происходит в молочной сфере на Кубани.

Галина КОПЫЛОВА

На прилавках краснодарских магазинов сложилась парадоксальная ситуация: традиционно растущая в цене молочка внезапно начала демонстрировать разные векторы движения - от «ползучего» роста на питьевое молоко до резкого удешевления творога и масла.

КАК ПО МАСЛУ

Главной неожиданностью начала года стало поведение цен на сливочное масло. После стабильного 2025 года, когда цена держалась на отметках в 1130-1150 рублей за килограмм, в первом квартале 2026-го начался заметный спад. Если в январе килограмм стоил 1113 рублей, то к апрелю цена опустилась до 1000 рублей.

Заметно снизились цены и на творог. Почти не изменились в стоимости сметана и кефир.

А вот с питьевым молоком ситуация иная. Здесь отмечается классический «ползучий» рост. По данным Краснодарстата, пастеризованное молоко (2,5-3,2% жирности) за 12 месяцев подорожало почти на 10%, достигнув 94,14 рубля за литр. Ультрапастеризованное подорожало за год со 116 до 125 рублей. Не отстают и сыры: твердые и мягкие



Юлия ПЫХАЛОВА

сорта обновили исторический пик, достигнув в среднем 951,58 рубля за килограмм. И лишь национальные сыры и брынза после прошлогоднего скачка немного «остыли», их можно купить сейчас в среднем за 898 рублей.

ЦЕНЫ НИЖЕ ИЗ-ЗА СПРОСА

Но причина снижения цен на ряд продуктов кроется не в избытке молока, а в падении покупательской способности.

- Если брать в целом готовую молочную продукцию, то в связи с тем, что спрос на нее падает, у предприятий образуются складские остатки. На этом

фоне идет снижение цен на молоко-сырье. Масло по 1000 рублей - это цена без акций, а по спецпредложениям оно бывает еще дешевле, потому что на опте цена доходит до 500-600 рублей. Творог со скидками тоже в магазинах можно встретить в два раза дешевле, чем в прошлом году, - говорит гендиректор Южного молочного союза Константин Синецкий.

ИМПОРТНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕТСКОМ ПИТАНИИ

В отличие от обычного молока, сухие детские смеси дорожают опережающими темпами: с 1271 рубля в начале прошлого года до 1402,72 рубля в марте 2026-го.

Специалисты объяснили, что привязывать стоимость детского питания к цене обычного молока бессмысленно.

- Детское питание к молоку практически не имеет отношения. Там цену формирует не сырье, а технологии. Основной компонент - молочная сыворотка высокой степени очистки. Технологии, оборудование, фильтры - все это в высокой степени импортозависимо. Даже если сыворотка наша, она производится на импортном оборудовании, которое постоянно дорожает в обслуживании, - пояснил Константин Синецкий. - А вот предпосылкой для подорожания кефира, масла или молока пока нет, но это продлится до определенного момента: пока не начнут резать коров. Сельхозтоваропроизводители уже говорят, что выпадают за пределы рентабельности. Им становится невыгодно производить молоко: себестоимость производства выросла, а закупочная цена падает.

ПРОЕКТЫ

Строительство трамвайной ветки в Краснодаре остановлено

Оксана КАДОЧНИКОВА

На Западном обходе решают земельные вопросы.

Реконструкция Западного обхода Краснодара включает в себя расширение трассы до шести полос. Но, кроме нового дорожного полотна, на этом участке должна появиться трамвайная ветка, которая соединит быстроразвивающийся микрорайон с центром. Этот вид транспорта поможет жителям не стоять в пробках, которые давно стали привычными и в будни и в выходные.

И на сегодняшний день построено уже 1,7 км трамвайных линий. Но работы пока застыли в районе Толбухина - Заполяной. Именно здесь решается вопрос с земельными участками - линия уперлась в гаражи, которые необходимо убрать, чтобы дальше продолжить строительство.

- В настоящее время процесс передачи земельных участков еще идет, мы находимся на постоянной связи с органами власти Краснодара и видим, что предпринимается все возможное для скорейшего решения данного вопроса, - рассказали в пресс-службе «Синара - ГТР Краснодар», которая и строит трамвайную линию.

Земельные вопросы, возможно, решат летом. С этого момента можно будет продолжить возведение путей для трамвая.

- Говорить о конкретных сроках завершения строительства линии до Немецкой деревни и «Баскет-Холла» станет возможно только после непосредственного начала строительных работ. Вопрос поставки трехсекционных трамваев также будет решаться после выделения финансовых средств со стороны ВЭБ.РФ, - отметили в компании.

Сроки строительства второго этапа уже переносились по этой же причине. Ранее заявлялось, что линию до ЖК «Немецкая деревня» протянут до конца 2024 года. Однако сроки сдачи проекта пришлось сдвинуть, и теперь строительство планируют завершить в декабре 2026 года.

На третьем этапе специалисты дотянут ветку от Немецкой деревни до «Баскет-Холла» - заключение экспертизы ожидают получить летом, а затем выйдут на участок от Дзержинского до Московской.

Рустам НАРХОДЖАЕВ/«Комсомольская правда»

Как менялись цены с начала года (* руб.)	По данным Краснодарстата.		
	Январь	Февраль	Март
Масло сливочное, кг	1113,11	1101,11	1080,92
Мargarин, кг	299,89	298,04	295,29
Молоко питьевое цельное пастеризованное 2,5-3,2% жирности, л	93,30	93,35	94,14
Молоко питьевое цельное ультрапастеризованное 2,5-3,2% жирности, л	124,10	123,97	124,71
Молоко питьевое цельное пастеризованное более 3,2% жирности, л	127,49	127,39	127,59
Сметана, кг	360,14	359,91	359,56
Кефир, кг	114,53	114,36	115,35
Кисломолочные продукты, кг	178,18	179,69	179,49
Йогурт, кг	335,09	330,57	331,73
Сливки питьевые, л	405,42	410,10	403,96
Творог, кг	431,22	425,37	420,46
Сырки творожные, глазированные, кг	1124,51	1127,53	1149,98
Молоко сгущенное с сахаром, кг	429,93	422,36	429,73
Молоко для детей, л	196,03	191,10	191,45
Творожок детский, кг	435,26	433,52	452,22
Смеси сухие молочные для детского питания, кг	1360,84	1370,78	1402,72
Сыры твердые, полутвердые и мягкие, кг	940,37	931,45	951,58
Сыры плавленые, кг	739,16	746,62	753,66
Национальные сыры и брынза, кг	910,54	907,57	898,00

«Комсомолка» рекомендует:

Обман веществ

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

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

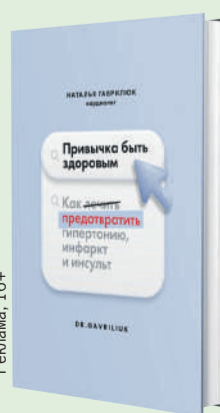


«Комсомолка» рекомендует:

«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, разъясняя, что важно, а что не принесет пользы здоровью.

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



Вернувшийся с СВО боец стал вышивать

Ветеран спецоперации получил от центра занятости деньги на развитие бизнеса и открыл свою мастерскую.

Оксана КАДОЧНИКОВА

23-летний **Валерий Тимофеев** из станицы Медведовской Тимашевского района, несмотря на возраст, уже ветеран СВО. Парень отправился на спецоперацию после срочки - подписал контракт и вместе с другом **Егором** уехал на передовую. Оба хотели стать дронаводами, но в части им нашли не менее важное дело - перехватывать беспилотники противника и сбивать их прямо в небе.

- Всегда мечтал о службе. У меня на СВО был к тому времени дядя. Вот хотел быть рядом с ним и ни в чем не уступать, - говорит Валерий.

Вдвоем с другом боец выбирался на задания. У Егора - антидроновое ружье, у Валерия - автомат. Приноровились быстро, приближение беспилот-



Особой популярностью пользуются толстовки с гербом России.

ников узнавали по звуку за несколько метров.

- Мы выходили по необходимости на «охоту». Сопровождали машины с продовольствием на передовую, прикрывали груз, чтобы ни одна муха рядом не пролетела. Это важное дело - если технику разбомбят, люди останутся без еды. Вот один раз припустили дрон противника, его еще называют Бабой Ягой. Улетел от нас, даже приближаться не стал, - вспоминает Валерий.

МАМА ПРИВЕЗЛА ГУМАНИТАРКУ, КОГДА СЫН НАТКНУЛСЯ НА МИНУ

В 2024 году кубанского бойца сильно ранило. Вместе с неразлучным другом они вновь шли на задание, когда наткнулись на мину. Она забрала Егора и ноги Валерия.

- Мы шли к командиру, отчитались о работе, а еще я хотел отпроситься - в нескольких километрах в зеленой зоне меня ждала мама. Она привезла гумани-

Валерий Тимофеев «за ленточкой» перехватывал БПЛА. После тяжелого ранения вернулся домой и начал бизнес.

тарку бойцам от земляков и хотела повидаться со мной, - рассказывает Валерий.

Встретились родные уже позже, в госпитале, где бойцу отняли обе ноги. Целый месяц Валерия по утрам вводили в наркоз, чтобы вычистить раны, - он подхватил инфекцию после ранения.

- Хотел вернуться на службу, думал обучать бойцов, раз на передовую мне уже было нельзя из-за травмы. Но здоровье не позволило, вернулся домой, - говорит Валерий.

СВОЕ ДЕЛО КАК МЕДИТАЦИЯ

Дома ждали мама и невеста. Валерий год назад сделал предложение своей любимой. Сейчас пара готовится к свадьбе. Ветеран СВО сначала работал в семейном кафе, а потом понял, что хочет попробовать свои силы в бизнесе.

- Решил открыть мастерскую по вышивке на одежде, чтобы каждый мог создавать образ по собственному вкусу. Мне присылают картинку, я ее обрабатываю и загружаю в машинку, а она может вышить все что угодно. Такая медитативная работа - наблюдать, как появляется рисунок, - говорит ветеран СВО.

Боец уже создал принты в виде герба России на одежду. Впереди заказ от производителя постельного белья. Деньги на покупку машинки начинающему предпринимателю выделило государство - он получил субсидию в 360 тысяч от Центра занятости. А еще у Валерия Тимофеева есть мечта - ходить в походы. И она обязательно сбудется. Для этого Валерий собирается получить протезы со специальными стопами.

ЗНАЙ НАШИХ

«Художнику» помогает внутренний «барометр»

Олег БЫКОВ

Айтишник из Краснодарского края в зоне спецоперации стал «новым незаменимым».

Боец СВО из Краснодарского края с позывным «Художник» начал с ракетных войск, потом в эвакугруппе вывозил погибших солдат. Но однажды начал готовить дроны к полетам и стал мастером ударов по ВСУ. И он, простой айтишник, стал «новым незаменимым».

- Вырос я в Краснодарском крае. Когда началась СВО, я просто не смог сидеть дома: боевые действия шли буквально за забором. Сперва был под Мариуполем в ракетных войсках. Впервые работал не по учебным целям на полигоне, а по реальному. Врагов «покуси-



Воин начинал в ракетных войсках, а сейчас командует расчетом БПЛА.

ли» немало, работали плотно и результативно, - вспоминает оператор-техник БПЛА.

Потом вывозил погибших с поля, далее служил в ремонтной части: вытаскивал уже поврежденную технику. Но это все было началом большой военной карьеры, ведь уже дроны на глазах меняли лицо СВО, и требовались «подкованные» в современных технологиях люди.

- Узнал, что есть ва-

кансия оператора-техника FPV-дронов. А я по образованию айтишник, для меня это был шанс применить мозги на полную мощность. Командование пошло навстречу - отправили на обучение, - говорит «Художник».

За прошедшее время через руки дронавода прошли БПЛА всех возможных типов: разведчики, ударники, комбинирован-

ные, камикадзе. И не только свои, но и вражеские. «Художник» их перепрошивает и готовит к полету по вчерашним хозяевам. Это для него особый азарт - залезть в мозг вражеской техники.

Сейчас «Художник» уже командует целым расчетом БПЛА, но при этом остается летающим.


- Часто сам выхожу на задачи, чтобы

не терять хватку. В нашем деле важно чувствовать дрон как продолжение собственной руки! - говорит «Художник».

Не раз воин был на грани смерти. И привык доверять своим ощущениям, инстинкту. Накануне обстрела, который двумя снарядами сложил и сжег дом, где гнездились операторы «Художника», он почему-то был спокоен, не мог спать при самой дикой усталости. Все выжили, но командир стал чутко отслеживать свой внутренний «барометр»: что нас завтра ждет?


«Художник» мечтает вернуться после окончания СВО в родной Краснодарский край и построить дом.

- Чтобы потом наблюдать спокойно со стороны эту суматошную жизнь! - улыбается командир расчета БПЛА.




Год СВО

НОВИНКА



день за днем, плечом к плечу с героическими бойцами и простыми людьми глазами легендарного военкора «Комсомолки»



Покупайте со скидкой на shop.kp.ru

Личный архив

Личный архив

Рисунки: Б.С., А.О. Илл.: Ю.С. Комсомольская правда, г. Москва, СПРН 10273925281

30 миллионов жителей СССР Гитлер планировал убить в первую же зиму войны

Игорь ЕМЕЛЬЯНОВ

В России впервые отмечали День памяти жертв геноцида советского народа. Он выпал на 19 апреля.

Зачем нам этот памятный день, мы спросили автора книги «Нацистский геноцид народов СССР», вышедшей в издательстве «Комсомольская правда», главу Комиссии научного совета РВИО и директора фонда «Цифровая история» Егора ЯКОВЛЕВА.



ПОЧЕМУ - ГЕНОЦИД?

- Почему действия Гитлера в СССР в нынешней России называют геноцидом?

- Не только в СССР, но и по отношению к нашим гражданам, угнанным в Германию. Речь идет об уничтожении народа. Это - преступление преступлений. К тому же вопрос о геноциде связан и со смыслом Победы. Что мы празднуем 9 Мая? Великая Отечественная была войной экзистенциальной - за само существование нашего народа как физической сущности. Установление факта геноцида показывает альтернативу - что было бы, если бы мы проиграли.

- Что? Поясните.

- Нас не было бы. В День Победы мы празднуем спасение от самой чудовищной угрозы, которая когда-либо нависала над нашим народом. Переживание того подвига, который совершили наши предки, спасая не только себя, но и будущие поколения, - это одна из объединяющих нас идей. Хотите народ разъединить - убейте эту идею. Отрицая геноцид, обесмысливаете и значение Победы. Это вопрос сохранения единства нации.

ЖИВОТНАЯ РУСОФОБИЯ

- Что фюрер думал сделать с нами?

- Его идея - до зимы 1941 - 1942 гг. захватить европейские пространства СССР и завозить туда немецких поселенцев. А с коренным населением поступить, как колонисты с индейцами. Детали Гитлер не прорабатывал - это должны были сделать его чиновники. Особую роль проявил Герберт Бакке, статс-секретарь министерства продовольствия и

сельского хозяйства рейха. Он написал «План голода». Я на русском опубликовал впервые в научной публикации «Директиву по экономической политике штаба Ост» от 23 мая 1941 года.

- Там планировали умерить в первую же зиму 30 миллионов?

- Там сказано «десятки миллионов». От 20 до 30 миллионов Бакке озвучивал в разговорах. Это цифры из показаний обергруппенфюрера СС Эриха фон дем Бах-Зелевски, начальника разведки Группы армий

«Центр» Рудольфа-Кристофа фон Герсдорфа. Назвал цифру и Герман Геринг в беседе с графом Галеаццо Чиано, главой МИД Италии, с ремаркой «некоторые народы нужно сокращать». А Чиано донес Муссолини.

- Рейх хотел не «избавить мир от большевиков», а уничтожить население СССР, захватив его землю?

- Их задача - ликвидировать государство и сократить население. Тогда им не было понятно, как уничтожить 140 миллионов. Идея концлагерей оформилась в процессе. Но радикально сократить - планировали. Оставшихся ждала участь рабов. Численность которых должна была сокращаться, а численность немцев на завоеванных землях расти.

- Бакке говорил про «имманентную враждебность славян к немцам»...

- Бакке учился в Тифлисе, в русской гимназии. В начале Первой мировой

как сын прусского подданного был интернирован на Урал. Это отразилось на его умонастроениях. В Германию в 1917-м он приехал законченным русофобом. Вся верхушка нацистов мыслила биологическими категориями: русские выбрали коммунизм потому, что они неполноценные.

ПЛАН ГОЛОДА

- Как массовый голод запустили?

- В директиве расписан план. Продовольствие и многие товары просто похитить. Часть продовольствия отправить на снабжение вермахта. После армии продовольствие, захваченное на советской территории, шло немецким обывателям. Потом «полезному населению» - фольксдойчам и коллаборационистам. И лишь потом - коренному населению. Которому не оставалось почти ничего. В результате умерли бы 30 миллионов. Частично план реализовался.

- В Ленинграде?

- Больше всего жертв, уничтоженных голодом, - это 3 миллиона советских военнопленных. Нацисты их просто не кормили. В первую же зиму убили 2 миллиона пленных и еще миллион - в дальнейшем. Второе - блокада Ленинграда. Город окружили не ради капитуляции, а чтобы уничтожить его население. Был чудовищный голод и в пригородах



Борис КУДЯКОВ/РИА Новости

По Невскому проспекту каждый день блокады несли и везли умерших от голода.

ЧТО СЕГОДНЯ

Соучастники-перевертыши

- В Европе переворачивают все с ног на голову - не признают геноцида немцев против славян, зато русских обвиняют во всех грехах?

- В Германии во время холодной войны уже господствовал миф о «чистом вермахте». Он гласил, что немецкая армия не совершала преступления - только СС. А вермахт вел «рыцарскую войну». Что касается действий

Красной армии на территории Германии - применяются технологии манипуляции. Отдельные факты представляются целенаправленной политикой, «не замечая», что советское командование жестко пресекало преступления против гражданского населения. У нас цели уничтожить немцев не было. Еще в феврале

1942-го Сталин сказал: «Гитлеры приходят и уходят, а германский народ остается».

Геноцид они не признают, потому что Россия была их противником во время холодной войны и они ввязались в военные действия против нее на Украине сейчас. Поэтому признать целенаправленное уничтожение русского и

других народов СССР со стороны немцев - это дать козырь противнику.

- Но некоторые части бывшего СССР, например, Прибалтика, присоединяются к позиции немцев.

- Прибалтийские нации были расколоты. Среди них были и Герои Советского Союза, и нацистско-коллаборационисты,

соучастники геноцида. Каратели из республик Прибалтики участвовали в уничтожении населения, проводимом Третьим рейхом. Нынешние правительства этих стран настроены против России.

И им важно отмыть себя от преступлений, в которых участвовали нацистские пособники, с которыми ныне связывают себя прибалтийские власти.



Книгу можно
купить на сайте
shop.kp.ru
и на маркетплейсах

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



Реклама 16+

Ленинграда. Третье - голод зимой 1941 - 1942 гг. в оккупированных городах - Харькове, Киеве, Курске...

- Был приказ Гитлера и о блокаде Москвы?

- В приказе от 7 октября 1941 года то же самое - окружение столицы и уничтожение московской бомбежками и голодом.

ЛАГЕРНАЯ ПЫЛЬ

- Какие еще методы геноцида применялись?

- Людей из прифронтовых зон загоняли в Дулаги - пересыльные лагеря, где переставали кормить. Бургомистр города Пушкина Золотухин признал, что система помещения жителей пригородов в Дулаг 154 была системой массового убийства. В Гатчинских лагерях погибли 80 тысяч человек.

- А принудительные аборты?

- В Германию вывезли около 3 миллионов женщин-остарбайтеров, оказавшихся беременными, заставляя делать аборты. И это нельзя рассматривать изолированно от остальных преступлений нацизма.

Отец самого богатого человека в мире рассказал о знакомстве с Лавровым и жизни до 120 лет.

Дмитрий БАБИЧ

79-летний Эррол Маск зачастил в Россию. Прилетел в третий раз за последний год. Отношения с сыном Илоном у него непростые, оба - натуры эмоциональные. К тому же Маск-старший женился в третьем браке на собственной падчерице, чего другие члены семьи не приняли.

Но Илон стал тем, кем стал, во многом благодаря отцу, который привил ему любовь к инженерному делу и науке.

Этот визит Эррола в нашу страну продлился две недели. Он участвовал в венчурном форуме в Казани и Блокчейн форуме в Москве, побывал в Нижнем Новгороде. И ходил на пасхальную службу в храм Христа Спасителя, где привлекает внимание тем, что сидел на стуле. Церковь это в случае пожилых людей предсудительным не считает, а Эррол не так давно перенес сложную операцию.

В эфире Радио «КП» мы поговорили с Маском-старшим накануне его отъезда домой, в Южную Африку.

- Вас называют инвестором, инженером, изобретателем, когда-то вы даже торговали изумрудами. Кто вы такой, Эррол Маск?

- В первую очередь меня интересуют новые технологии. Когда я был мальчиком, запустили первый спутник (в 1957 году в СССР. - Ред.), и восторг от этого события двигал мною всю жизнь. Детям приходилось выслушивать от меня долгие лекции о новостях науки и техники. Но это принесло пользу! Однажды у конструкторов возникла проблема с кондиционером в автомобилях Tesla, он требовал много электроэнергии. И тут Илон вспомнил, как я объяснял ему принцип работы теплового насоса. Он охлаждает большие объемы воздуха и обходится в разы дешевле. Теперь во всех Tesla работает тепловой насос.

ВСЕ НАЧАЛОСЬ С ПОТЕПЛЕНИЯ

- Как вы попали в Россию?
- У меня тут не было никаких знакомых. Год назад я выступил на ТВ и сказал, что, если наступит глобальное потепление, Россия лет через 50 - 80 станет центром всего развитого мира. Российский

Видеовersion интервью смотрите на сайте KP.RU



Маск-старший (справа) с обозревателем «КП» Дмитрием Бабичем. Эррол критикует демонию РФ и намерен еще не раз сюда вернуться.

Эррол МАСК:

Украинцы должны стать частью России

университет (Иннополис в Казани. - Ред.) связался со мной и пригласил выступить в Москве на «Форуме будущего». Потом меня канал Russia Today позвал на свой 20-летний юбилей. В Большом театре я присутствовал на выступлении президента Путина.

- В программе этой вашей поездки снова была Казань...

- Мне звонили из правительства Татарстана и спрашивали, что я думаю об идее предложить южноафриканским фермерам голландского происхождения землю там. В ЮАР сейчас люди сталкиваются с бандитами, убийцами... Я сказал, что идея хорошая. И мы это обсуждаем.

- Вы лично общались с Владимиром Путиным?

- Нет, я только слушал его в Большом театре. Больше всего запомнились его слова о том, что межконтинентальное оружие, которое может использовать любая страна, - это правда.

А вот с министром иностранных дел **Сергеем Лавровым** я подружился. Мы сидели рядом, прекрасно пообщались.

ЖИТЬ 120 ЛЕТ

- Обсуждается открытие в России Института Маска. Какие научные задачи там могут решаться?

- Нам надо изучать гравитацию, термоядерную энергию и взаимосвязь пространства и времени. Меня все время просили рассказать об этом побольше, так возникла идея открыть аналитический центр.

Россия хороша тем, что здесь очень сильная трудовая

этика и много людей с очень высоким IQ. Но для института надо собрать средства, ведь там нужно объединить молодых нетрадиционно мыслящих исследователей, которые смогут ответить на вопросы, не поддающиеся даже величайшим ученым.

- Полеты на Марс реальны?

- Да, но надо подумать, в чем будет их польза. По мере того как Илон занимался этой темой, создавая все более мощные ракеты, стало ясно, что с Марсом все сложнее, чем казалось. Главная проблема не в том, чтобы туда долететь, а в том, чтобы от туда вернуться.

В начале года Илон удивил меня, сказав, что он не рассматривает проект с полетом SpaceX в близком будущем и решил сосредоточиться на создании лунной базы. Думаю, это более разумно.

- Что-то более земное вас интересует?

- Долголетие. Вполне возможно добиться того, чтобы средний человек жил 120 лет. Расшифровка генома позволяет точно определить проблемы со здоровьем, которые могут возникнуть. Интересно, что до Первой мировой средняя продолжительность жизни европейской женщины была 39 лет (с учетом многочисленных младенческих смертей. - Ред.), а сейчас - 84 года!

«В ЕВРОПЕ ВЛАСТЬ ПЕРЕСТАЛА БЫТЬ ЭФФЕКТИВНОЙ»

- Что вы думаете об украинском конфликте?

- Я обсуждал эту тему с Лавровым. Он объяснил мне, что Россия должна была защитить русских в Донбассе.

А Украина стала страной по отмыванию денег для США, для таких персонажей, как Байдены. Я знаком с хорошими людьми с Украины, но я не фанат ее правительства. Тут я согласен с Россией, я хотел бы, чтобы это закончилось. Думаю, большинство целей России уже достигнуты. Встречаясь с украинцами, я заметил, что все они говорят по-русски. Для меня они все как русские, и я не совсем понимаю, в чем тут проблема. По-моему, они действительно должны быть частью Российской Федерации.

- Европейские политики не устают говорить о грядущей войне с Россией...

- Европейцам много лет внушали: «Русские идут, они хотят вас убить». То же самое внушали и американцам, и жителям ЮАР. В этом нет ни капли правды, это просто пропаганда для запугивания. Во многих странах Европы власти перестали быть эффективными. А в Южной Африке полиция вообще перестала справляться со своими обязанностями. Те, кто живет на фермах, остались без защиты и могут рассчитывать только на себя. На меня на ферме напали...

«Я УБИЛ ТРОИХ»

- Расскажите про это подробней.

- Я перекрашивал дом на одной из своих ферм, чтобы сдать его в аренду. Со мной была шестилетняя дочка (от второго брака, сводная сестра Илона Маска - Али. Дело было в 1998 г. - Ред.). На нас напала банда из восьми человек, они сразу начали стрелять - было 52 выстрела, потом по-

ИЗ ДОСЬЕ «КП»

Эррол МАСК родился в Претории, ЮАР, в семье англичанки и белого южноафриканца. В университете получил диплом инженера-электромеханика, занимался разнообразным бизнесом - от добычи замбийских изумрудов (ее потом подкосило изобретение в СССР технологии выращивания искусственных камней) до инвестиций в недвижимость. Параллельно служил в Citizen Force - Гражданской армии, военном резерве с периодическими сборами и тренировками.

К 30 годам Эррол стал миллионером. В браке с Мэй Халдeman родились трое детей: старший - Илон, средний - Кимбал и младшая дочь Тоска. Через девять лет супруги развелись.

Вторым браком Эррол женился на Хайде Безуиденхаут, родились две дочки. В 2010-х годах его женой стала падчерица Яна Безуиденхаут, она родила сына и дочку.

В последние годы Маск-старший занимается криптовалютными проектами и выступает консультантом различных компаний.

лиция посчитала гильзы. Мы убежали в спальню, где лежал мой магнум. И я убил троих. Дом был сильно поврежден, весь в крови. Окна были выбиты, дочка ухватилась за меня, мы выпрыгнули и убежали в лес.

- В какую часть России вы рекомендуете переселиться фермерам из ЮАР?

- Я пока не выбирал регион. Кроме Татарстана, я обсуждал этот вопрос во Владимире. Я бы начал с нескольких семей, а потом и другие приедут. Южноафриканцы с голландскими корнями - одни из самых опытных фермеров в мире, в ЮАР мало осадков и почва не очень хорошая, но эти проблемы за 300 лет им удалось решить.

САМ СЕБЕ ХОЗЯИН

- Вы отец семерых детей, какие у вас методы воспитания?

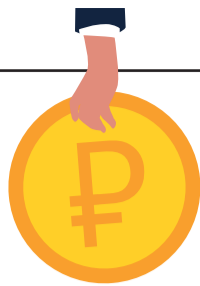
- Можно быть строгим с детьми, не будучи злым. И научить их поступать правильно, приучая их этим гордиться. Я бы сказал, что умею вселить уверенность в своих детей и сотрудников. Я 11 лет служил в южноафриканской армии, прошел путь от рядового до офицера, командующего 800 солдатами, и они иногда носили меня на руках просто потому, что я хорошо к ним относился.

- Вы учили детей рисковать?

- Да. Я почти никогда не был наемным работником, работал на себя. Когда Илон окончил университет, он подал заявку на работу в компанию Netscape на вакансию программиста, но ему отказали. И он открыл собственный бизнес. Так что тот отказ для него, считайте, стал удачей.

Максим БРУСНЕВ

Как изменилось благосостояние граждан за четверть века.



Росстат отчитался: в 2025 году средняя зарплата в России впервые превысила сотню тысяч. И составила 100 360 рублей в месяц. Конечно же, средний доход - это как средняя температура по больнице. Финансисты и страховщики зарабатывают больше 200 тысяч, а вот в образовании, здравоохранении и социалке заработка не дотягивают до среднего.

К тому же начисленная зарплата - это не те деньги, которые можно положить в карман. Прежде нужно вычесть налоги и обязательные удержания, например, алименты. А еще и инфляция не дремлет, в прошлом году она обесценила наши зарплаты на 5,6%. Но даже при таком раскладе реальные доходы россиян все равно выросли на 7,4%, утверждает статистика.

При всех условностях и допущениях, средняя зарплата позволяет сравнить - стали ли мы жить богаче и лучше. Вот мы и сравнили, что произошло с зарплатами и ценами за первую четверть XXI века, сколько самых востребованных продуктов, товаров и услуг можно было купить на средний заработок тогда и теперь. Благо статистика фиксирует цены по более чем 500 позициям.



ЕДА

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

Товар/услуга	Сколько можно купить на зарплату в 2000 г.	в 2025 г.
• Куриное мясо, кг	44,57	423,83
• Говядина, кг	39,63	148,4
• Свинина, кг	36,29	252,5
• Мороженая рыба, кг	74,82	303,6
• Вареная колбаса, кг	37,1	174,23
• Сливочное масло, кг	31,84	85,4
• Яйца куриные, 10 шт.	130	1073
• Сахар-песок, кг	139,72	1464
• Шоколад, кг	16,17	65
• Хлеб ржаной и ржано-пшеничный, кг	282	1003
• Картофель, кг	389	2311
• Яблоки, кг	95,61	649,5
• Бананы, кг	94,4	663,5
• Водка, 0,5 л	51,81	233
• Обед в ресторане, на 1 чел.	14	67

ОДЕЖДА

• Мужская рубашка	9,4	42
• Женская блузка	4,6	39
• Джинсы	3,7	30
• Рубашка для школьника	6,8	75,5
• Кроссовки для взрослых	5	27
• Кроссовки детские	8,8	49
• Носки мужские	107,5	726
• Стиральный порошок, кг	49,6	485

ТЕХНИКА

• Холодильник двухкамерный	0,15	2,3
• Телевизор	0,33	3

Алексей СТЕФАНОВ/Комсомольская правда

Если судить по самым ходовым продуктам, наше благосостояние скакнуло аж в 10 раз. Так, на среднюю зарплату теперь можно купить 400 с лишним кило курятины, 1200 кг гречки и больше тысячи десятков яиц, а в начале века - только 42, 144 кг и 130 десятков соответственно.

На зимнюю куртку в 2000-м уходила почти вся месячная зарплата, теперь же при желании их можно купить аж 11 штук.

Раньше пришлось бы копить полгода и больше на холодильник и телевизор, при этом отказывая себе даже в еде. Теперь с одной зарплаты можно купить два холодильника или три телевизора.

Что мы могли купить на среднюю зарплату в 2000 году и сейчас

УСЛУГИ

Товар/услуга

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

Сколько можно купить на зарплату в 2000 г. в 2025 г.

• Поездка на отдых в Турцию	0,2	1,6
• Проживание в гостинице 3*, сутки/чел.	10	40
• Поезд в купейном вагоне, км	6000	20 000
• Поезд в городском автобусе	832,5	2377
• Поезд в метро	502	1508
• Стрижка модельная женская	42	110
• Стрижка модельная мужская	47	143
• Билет в кинотеатр	89	230
• Курсы иностранных языков, час	69	216,5

Алексей СТЕФАНОВ/Комсомольская правда

25 лет назад в Турцию мотались в основном челноки. Отдых на средиземноморском курорте стоил пяти месячных зарплат! Сейчас же погреть бока на турецком берегу можно и за одну зарплату - деньги еще и останутся. А Росстат стал отслеживать цены на отдых в Таиланде, Арабских Эмиратах и, конечно же, на черноморском побережье России.

За ту же четверть века проезд в городском транспорте в среднем по стране подорожал более чем в 15 раз. Да, на одну среднюю зарплату поездок теперь можно купить больше, появились карты и абонементы, которые позволяют экономить. Однако даже при всем этом транспортные расходы - заметная часть наших затрат.



ЖИЛЬЕ

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

Сколько можно купить на зарплату в 2000 г. в 2025 г.

• Квадратный метр в новостройке	0,27	0,58
• Квадратный метр во вторичном жилье	0,32	0,9

ТРАНСПОРТ

• Легковой автомобиль отечественный новый	0,02	0,07
• Легковая иномарка подержанная	0,005	0,06
• Бензин АИ-95, л	233,7	1504

Алексей СТЕФАНОВ/Комсомольская правда

В нулевых стоимость новой отечественной легковушки - это зарплата среднего россиянина более чем за 4 года. Сейчас - за год и два месяца. Хотите новую иномарку - извольте копить на нее два года. А в начале века Росстат даже цены на новые иномарки не отслеживал - народ покупал исключительно секунд-хенд.

Стало ли доступнее жилье? С учетом ипотеки и материнского капитала - да. В 2000-м о таких возможностях мы даже не знали. Деньги приходилось долго и упорно складывать в кубышку, конвертировать в доллары, чтобы их не съела инфляция, а недостающую часть занимать у родных и друзей. Рабочим способом было откладывать с каждой зарплаты стоимость одного квадратного метра. Знаю коллег, которым удалось так накопить на квартиру за три года. Правда, их зарплата была выше средней. Сейчас же средней зарплаты хватит только на половину квадратного метра в новостройке.

ВАЖНО

Жить стало в четыре раза веселее

Конечно же, никто не тратит всю зарплату разом на покупку одной только курицы, гречки или даже телевизора. Поэтому Росстат, помимо прочего, считает стоимость «фиксированного набора товаров и услуг». Всего в нем 83 позиции: 30 видов продовольствия, 41 вид непродовольственных товаров и 12 основных услуг.

Четверть века назад цена такого набора в среднем по стране почти равнялась средней зарплате - 2254 рубля. А в конце 2025-го - 26 105,7 рубля. И если 25 лет назад на одну среднюю зарплату можно было купить 0,98 такого набора, то сейчас - 3,84. То есть жить мы, грубо говоря, стали почти в четыре раза богаче.

НЕ ВСЕ ТАК ОДНОЗНАЧНО

Зато ипотеки тогда не было

Безусловно, жить мы стали богаче и лучше, чем в нулевых. Возможностей стало больше. Но благосостояние все-таки измеряется не только количеством курицы, которых можно купить на одну полочку. Важно смотреть на структуру потребления, обращает наше внимание профессор Финансового университета при Правительстве РФ Александр Сафонов. Помимо покупки продуктов, значительная часть затрат - это расходы на жилищные и коммунальные услуги. На их долю, как в начале нулевых, так и сейчас у семей с разным уровнем достатка приходится от 8 до 14% ежемесячных трат.

- Если говорить о стоимости жилья и автомобилей, нужно иметь в виду, что в начале века не было ни ипотеки, ни автокредитов. Сейчас же большинство таких покупок совершается именно в кредит. И платежи по ипотеке и прочим займам - одна из самых больших статей расходов в семейном бюджете, - говорит Александр Сафонов.

Буквально на днях Центробанк опубликовал данные о закредитованности населения на начало 2026 года: объем займов достиг 45 трлн рублей. Это рекорд.

Так что жили мы беднее, но... Как-то проще, что ли. Или это ностальгия в глаз попала?..

КОНКРЕТНО

Сколько мы зарабатываем (руб)

Показатель	2000 г.	2025 г.	Рост за 25 лет
Среднемесячная зарплата	2223	100 360	в 45 раз
Средний размер пенсии	821,30	25 255	в 30 раз
Минимальный размер оплаты труда	132	22 440	в 170 раз
Прожиточный минимум трудоспособного гражданина	1232,28	19 329	в 15 раз
Курс доллара на конец года, руб.	28,16	79,73	в 2,8 раза

Алексей СТЕФАНОВ/Комсомольская правда

Как я чуть не стала жертвой обмана, приняв мошенника за председателя жилищного кооператива.



Елена КРИВЯКИНА,
спецкор «КП»

ВОТ ВАМ КОД И ОТВЯЖИТЕСЬ

Был полдень, сообщения в мессенджерах сыпались одно за другим, постоянно отвлекая от работы. В числе прочих прилетело сообщение из домового чата (которого у нас, кстати, отродясь не было). Председатель нашего жилищного кооператива просил уточнить личную информацию для какого-то учета жильцов: «Жду только Вас! Предоставьте данные!» Да еще и ссылку кинул - по ней нужно перейти для получения кода. В ответ пишу, что «персональные данные жильцов запрещено выкладывать в общий доступ и коды просить - тоже».

А дальше происходит то, чего я до сих пор не могу объяснить. Я перешла по указанной в чате ссылке, меня перекинуло в какой-то «бот «Госуслуг» в Телеграме, там мне пришел код, и я отправил его в личку председателю. В голове у меня в этот момент была лишь одна мысль: «Да отвяжитесь уже, дайте спокойно поработать!» Но не дали...

Через несколько секунд участники чата, которые маскировались под соседей (председатель тоже оказался липовым), стали поливать меня матом. Сообщили, что я предоставила код мошенникам и те уже вошли в мой аккаунт «Госуслуг» и оформили на себя некую доверенность. Вслед за этим в липовом «боте «Госуслуг» мне пришло сообщение о входе в мой аккаунт с незнакомого устройства и просьба сообщить, я это или нет. Я автоматически нажала кнопку «Это была не я. Связаться с оператором».

ФИНИТА ЛЯ КОМЕДИЯ

Раздался звонок. Тактичный молодой человек представился оператором «Госуслуг», который звонит мне, так как я оставила заявку.

- Приготовьте ручку и лист бумаги и запишите, какие ваши данные утекли: паспорт, СНИЛС, ИНН, регистрационные данные, сведения об имуществе. Мы сейчас направим информацию с вашего разрешения в Роскомнадзор, они будут отслеживать все, что происходит с вашим аккаунтом на «Госуслугах» и потерянными данными. Вам позвонят из Роскомнадзора и скажут, куда вам нужно будет лично сходить, чтобы себя обезопасить. На дан-

Чат меня попутал



1 Фейковые квитанции и коммунальные платежи. Мошенники рассылают «новые счета ЖКХ», делают «перерасчет платежей». Внутри будут поддельные реквизиты для оплаты (деньги уйдут мошенникам) или мошеннические ссылки, которые заражат ваше устройство вирусом либо дадут аферистам доступ к нему.

2 Сбор персональных данных под видом «организационных вопросов»: «обновляем базу жильцов», «подтвердите данные». В итоге жертвы сами передают мошенникам ФИО, телефоны, паспортные данные.

3 Сбор денег «на нужды дома»: ремонт, уборку, помощь соседям.

4 «Бесплатные вещи». В домовом чате появляется объявление из серии: «отдам диван», «бесплатная техника». Чтобы открыть объявление, нужно пройти по ссылке. А ведет она не к бесплатному дивану, а к краже личных данных или установке на ваше устройство вредоносной программы.

НА ЗАМЕТКУ

Самые популярные схемы обмана в чатах жильцов

Домовые и нечисть

5 Человеку приходит приглашение в домовый чат: ссылка «для входа», QR-код или просьба «подтвердить номер». В итоге жертва рискует потерять доступ к своему аккаунту, который захватывают злоумышленники и с него веерной рассылкой отправляют вашим контактам, например, просьбы о денежной помощи.

И еще один момент:
- Важно помнить, что «Госуслуги» не рассылают оповещения через телеграм-бот и сторонние мессенджеры, - заключает эксперт. - Это делают только мошенники.

6 Замена ключей от домофона. В чате объявляют о замене ключей, просят указать необходимое количество, а затем - «подтвердить бронь кодом». После передачи кода начинается вторая фаза: «Вас взломали», «Мошенники уже на «Госуслугах» и возьмут на ваше имя кредит» и т. д.

- Домовой чат - это не безопасное пространство, а удобная точка входа для мошенников. Фактически это цифровая среда, где люди доверяют друг другу, но не знают, кто на самом деле находится по ту сторону экрана. Именно на этом и играют злоумышленники. Они заходят в чат под видом жильцов или представляются старшими по дому, создают ощущение, что «все свои», - говорит руководитель группы информационной безопасности группы компаний InfoWatch **Роман Алабин**.
А главное правило защиты, по словам эксперта, простое:
- Если в домовом чате просят деньги, данные или коды - это повод насторожиться. Базовые меры безопасности: не переходить по ссылкам, не передавать коды подтверждения, проверять информацию вне чата, не доверять «срочным» просьбам, - объясняет Роман Алабин.

седница была недостаточной подкована - в отличие от молодого человека «с «Госуслуг». Во время нашего с ней разговора мне уже вовсе пытался дозвониться мой редактор, который, конечно же, сразу догадался, что меня взяли в оборот. Со стороны такое понимание приходит гораздо легче, чем когда ты болтаешься на крючке мошенников.

Потом еще несколько часов меня долбили звонками на телефон и в мессенджеры. Трубку я не брала. К вечеру мошенники отстали. Я соскочила с крючка. Задача мошенников была в том, чтобы я не полезла в поисковики и не прочитала, как действовать в таких ситуациях. Важно было изолировать меня от информации и от коллег (отсюда и требования уйти с работы).

Позже я проверила, заходил ли кто-то в мой аккаунт на «Госуслугах» - оказалось, что нет. Мошенники лишь разыграли видимость взлома. Ну а дальше, судя по всему, они собирались мне сообщить, как «обезопасить свои деньги и перевести их на безопасный счет» - то есть им.

Для себя из этой истории я сделала следующие выводы:
1. молниеносно! Не порите горячку, даже если вы очень заняты и вас торопят с решением. Возьмите паузу, отдышитесь, придите в себя.

2. Даже если мошенники действительно взломали ваши «Госуслуги» или завладели вашими данными (ИНН, номером паспорта и т. п.), помните: никто не сможет взять на вас кредит или продать вашу квартиру. Но чтобы быть в этом уверенным, нужно предварительно установить на «Госуслугах» самозащитный замок на займы и на сделки с недвижимостью без личного участия. Это делается в несколько кликов.

3. Позвоните другу, родственнику, начальнику, любому человеку - тем, кто сможет трезво оценить ситуацию со стороны и привести вас в чувство.

4. Зайдите в раздел «Безопасность» на «Госуслугах». Проверьте, входил ли кто-то в ваш аккаунт, заказывал ли какие-либо цифровые документы от вашего имени. При необходимости напишите в группу «Поддержка» на официальном сервисе.

5. Даже если никто не входил в ваш аккаунт, смените пароль - так вам будет спокойнее.

ный момент от вашего имени могут взять кредит, оформить ИП, сделать перевод. Надеемся, что больше вы не совершите таких ошибок и не будете делиться кодами с мошенниками, - сообщил мне молодой человек и повесил трубку.

У меня тряслись руки и, казалось, вот-вот хватит инфаркт. Было ощущение, что счет идет на минуты и надо срочно что-то делать: куда-то звонить, бежать. Я позвонила редактору - спрашивалась с работы.

В эту самую минуту мне кто-то пытался дозвониться с незнакомого номера.

- Роскомнадзор звонит! Я срочно должна ответить, - извинилась я и закончила разговор с начальником.

На проводе и правда был Роскомнадзор. Псевдо, разумеется. Девушка сообщила, что сейчас будет решать мой вопрос.

- В целях безопасности вы сегодня не должны пользоваться никакими сайтами и личными кабинетами, - сообщила она.

- Как это никакими сайтами? Даже Яндексом? - не поняла я.

- Конечно! Зачем он вам?! Или вам не нужно решить вопрос с утечкой данных? Если вы сейчас на работе, то нужно отпроситься, чтобы не отвлекаться и не нервничать, пока мы с вами работаем.

Это был очевидный бред. Я поняла, что на проводе мошенница, и бросила трубку.

ВАЖНЫЕ УРОКИ

По сути, меня спасло то, что моя последняя себе-

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Путешествия спасают от стресса и укрепляют сердце

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Даже мини-поездки полезны для здоровья, и психического в том числе.

Смена обстановки работает для нашей сердечно-сосудистой системы словно высокоинтенсивные интервальные тренировки, а путешествия лечат тело так же успешно, как и психику. Это доказали в Техасском университете на практике.

Для подтверждения тезиса о том, что отпуск в путешествии действительно полезен для тела и души, ученые отправили 20 участников эксперимента в круиз, попросив их носить умные часы с датчиками движения и пульса.

Оказалось, когда мы сталкиваемся с новыми впечатлениями, ищем дорогу в незнакомом городе или пробуем экзотическое блюдо, наше сердце бьется чаще. Затем наступает фаза расслабления, а это для организма - как шезлонг на пляже, закат над морем - релакс, и пульс замедляется.

Это похоже на тренировку хорошего спортсмена, считают ученые. Вы активничаете короткими интервалами, затем даете

сердцу отдохнуть, снова ускоряетесь, снова отдыхаете.

Именно такое чередование - подъем активности и плавное торможение - лучше всего укрепляет сердечную мышцу. Так что отпуск работает как естественный и очень приятный кардиотренажер, а вместо гантелей - новые эмоции и яркие впечатления.

При чем тут стресс? В основе работы лежит так называемая когнитивно-активационная теория стресса. Суть в том, что наше здоровье зависит не столько от вороха проблем вокруг, сколько от того, как хорошо мы умеем с ними справляться. Путешествия - это безопасная «эвакуация» из рутины, которая учит организм быстро восстанавливаться после любых жизненных трудностей.

Знакомство с новыми регионами и странами полезно, с какой стороны ни посмотри.

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Лететь за тридевять земель необязательно

- Главное в путешествиях - это не просто смена города или страны, а выход из привычной рутины. Именно это дает пользу для сердца и помогает

снижать стресс. Однако такой эффект можно получить, даже не уезжая далеко, - говорит **Нигар Алигаева, старший преподаватель кафедры юридической психологии и права факультета «Юридическая психология» МГППУ.**

Попробуйте привнести в свою жизнь немного новизны, рекомендует наш эксперт. **✓ Начните новое хобби - рисование, игра на гитаре, танцы, изучение языка или**

любой другой навык. Мозг и тело будут адаптироваться, как во время поездки.

✓ Измените привычные маршруты. Пойдите на работу другой дорогой, сходите на прогулку в дальний парк или устройте выходной посреди недели.

✓ Организуйте мини-приключения рядом с домом. Съездите в соседний город, прогуляйтесь по новому парку, посетите музей или просто исследуйте незнакомые улицы.

✓ Общайтесь с новыми людьми - это обогащает внутренний мир и дает свежие эмоции.

✓ Дома тоже можно «путешествовать». Сделайте перестановку, устройте тематический вечер (например, «итальянские выходные» с пастой, фильмами и музыкой Италии).

В ТЕМУ

Справиться с депрессией поможет... благоговение

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Восхищение красотой мира и своей к ней сопричастностью исцеляет.

Полезным для психики во время путешествий и поездок может быть и чувство благоговения. Не так давно американские ученые изучили эту сложную эмоцию. Под благоговением они понимали целенаправленное переживание красоты мира и ощущение своей сопричастности этой красоте.

Чувство возникает, когда мы восхищаемся величием гор, нежностью цветов в ботаническом парке, гармонией архитектурного ансамбля или чистой красотой пейзажа в картинной

галерее. В конце концов поражаемся беспримерному подвигу героев, услышав рассказ о нем на экскурсии. Мурашки по коже, слезы на глазах - признаки, что мы испытываем то самое благоговение. Важно, что мы при этом ощущаем наблюдаемые явления как истинную суть мира. Вот такой вот сложный замес.

Калифорнийские ученые не только сумели определить благоговение. Но и зафиксировали, что оно помогает восстанавливать психику людям с постковидным синдромом. Участники эксперимента, практиковавшие благоговение каждый день, сообщили о значительном уменьшении уровня стресса (на 12%) и симптомов депрессии (на 17%).

Результат достойный, чтобы перенять опыт. Для этого стоит внедрить в свою жизнь простую трехшаговую психологическую технику:

1 Найдите вокруг себя что-то удивительно прекрасное и грандиозное. Вид на природу, памятники, произведения искусства.

2 Сосредоточьтесь на созерцании красоты момента на 30 секунд, прочувствуйте все его величие во Вселенной. Отдайте все свое внимание происходящему в вас в эти мгновения.

3 Внутренне сконцентрируйтесь на своем состоянии, дайте эмоциональному отклику вас наполнить (внимание на дыхание и выдохе).

Для наилучшего эффекта повторяйте практику ежедневно.

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА

Не пытайтесь успеть сразу все

Самая лучшая импровизация, как известно, - заранее спланированная и отретированная. Как правильно распланировать отпуск, чтобы он максимально помог телу и психике?

✓ Сначала определитесь с главной целью: вы хотите спокойно восстановиться после изматывающих будней или, наоборот, получить яркие впечатления и приключения, встряхнуться от рутины? От этого зависит выбор места. Для восстановления лучше подойдет тихий спа-курорт, глэмпинг или дом в деревне, а для активности - горы, поход, большое количество перемещений, экскурсий.

✓ Обязательно оставьте день до отпуска и день после на адаптацию. Это поможет мягко войти в отдых и плавно вернуться в обычную жизнь. По возможности сведите рабочие дела на выезде к минимуму, чтобы действительно отдохнуть.

✓ Не пытайтесь успеть все. Лучше запланировать меньше активностей, но поучаствовать во всем с удовольствием, не галопом по европам. Распробуйте местную кухню, изучайте культуру, подышите местным воздухом. Оставьте место для спонтанности, чего-то, что захочется прямо в поездке, - именно это дарит самые яркие эмоции.

А можно ли как-то сохранить пользу от отпуска на долгие месяцы будней?

✓ Во-первых, старайтесь чаще проводить время с близкими. Отпуск часто сближает именно потому, что мы вместе переживаем приключения. Сохраняйте эту привычку: регулярно встречайтесь с друзьями, устраивайте семейные вечера, ходите вместе на прогулки или мероприятия.

✓ Во-вторых, добавляйте в жизнь маленькие дозы новизны. Каждую неделю пробуйте что-то новое: незнакомое блюдо, новый маршрут для прогулки, другой музыкальный жанр или книгу автора, которого раньше не читали. Такие микроприключения не дают рутине вас заесть.

✓ В-третьих, двигайтесь разнообразно, как в отпуске. Не обязательно изнурять себя спортом, просто чередуйте прогулки в парке, танцы, йогу или плавание. Это дает сердцу ту же полезную «интервальную тренировку» и поднимает настроение.

✓ И наконец, учитесь чаще останавливаться и наслаждаться моментом «здесь и сейчас». Именно это умение перезагружает нас во время путешествия и помогает оставаться устойчивым к стрессу в повседневности.

КОНКРЕТНО

КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ПОЛЕЗНУЮ ПОЕЗDKY

Рекомендации от авторов исследования.

1 На пользу идут даже мини-поездки.

Но в идеале все же для максимального эффекта отпуск должен быть заметным. Исследование показало, что недельный тур снижает уровень стресса намного лучше, чем трехдневная поездка.

Организму нужно время, чтобы войти в целительный режим «интервального отдыха».

2 Путешествия укрепляют отношения.

Круче, конечно, ездить в отпуск с любимыми. Общие приключения сближают сильнее, чем годы совместного просмотра телевизора. А близкие и теплые отношения - один из главных факторов долголетия.

✓ Подойдут и компании единомышленников - из клуба по интересам, например. Но если даже не с кем выбираться в поездку, это не повод сидеть дома: в организованном путешествии всегда можно познакомиться с такими же одиночками. Так можно даже завязать приятельские отношения для дальнейших поездок, например. Не стесняйтесь подойти к человеку - если он выбрал такую же поездку, как и вы, вероятнее всего, хоть в чем-то вы похожи.

3 Расширение кругозора очень полезно.

Новые знания о культуре, еде и географии запускают те самые полезные «скачки» пульса. Ленивый отдых на пляже такого эффекта не дает. Но важно и не загуляться! Оказалось, что слишком долгие путешествия (больше трех недель) могут дать обратный эффект. Рано или поздно мы начинаем скучать по дому и тревожиться о накопившихся там проблемах. Да и новые места становятся привычными и рутинными.



Дмитрий ПОЛУХИНИН/Комсомольская правда

grimmy/Shutterstock/Fotodom

10 способов убедить ребенка распробовать новую еду.

Анна КУКАРЦЕВА

Если ваш ребенок закатывает истерику от морковки, свеклы, рыбы, котлет (нужное подставить), добро пожаловать в ряды ошалевших родителей. Обнимаемся.

- У явления, когда ребенок отказывается пробовать незнакомую еду, есть научное название - пищевая неофобия (от греч. neos - «новый» и rhobos - «страх»), - дает определение к. м. н., доцент кафедры госпитальной педиатрии № 2 Института материнства и детства Пироговского университета Ольга Тарасова. И уточняет: - Это не каприз и не плохое воспитание. Это эволюционный механизм выживания, доставшийся нам от предков.



Kitirina/Shutterstock/Fotodom

Накормить «нехочуху»



Как расширять рацион **КОНКРЕТНО** без слез и скандалов

1 Многократное знакомство без давления
Исследования показывают: чтобы ребенок принял новый продукт, его нужно предложить от 8 до 15 раз. Не один, не два - до пятнадцати!

Важно: предлагать не значит заставлять. Просто кладите маленький кусочек на тарелку рядом с привычной едой. Без уговоров, без «попробуй хоть разочек». Ребенок должен видеть, что эта еда - обычная часть семейной трапезы.

2 Правило «одного укуса»

Некоторым детям помогает правило: «Ты можешь не есть, но должен положить кусочек в рот и выплюнуть, если не понравится». Это снижает страх: ребенок знает, что его не заставят глотать.

3 Овощной бутерброд (маскировка)

В возрасте 2 - 5 лет можно использовать «тактику разведчика»: добавлять новые продукты в привычные:

- пюре из цветной капусты - в картофельное пюре,
- тертый кабачок - в котлеты,
- мелко нарезанный шпинат - в макаронны с сыром.

Это не обман, а мягкое знакомство. Со временем можно уменьшать маскировку и предлагать овощи отдельно.

4 Еда как игра

Дети лучше взаимодействуют с едой, если это весело. Варианты: овощные «машинки» и «зверюшки», еда разного цвета на тарелке (принцип светофора). Можно предлагать соусы для макания (многие дети обожают макать!).

5 Участие в приготовлении

Дети охотнее едят то, что помогли готовить. Даже двухлетка может помыть огурец или положить помидоры в салат. Чувство собственности («Я это сделал!») творит чудеса.

6 Не использовать еду как награду или наказание
«Съешь брокколи - получишь конфету». Эта стратегия работает против вас. Мозг ребенка формирует связь: брокколи - это неприятная обязанность, а конфета - желанная награда.

7 Авторитет сверстников и героев

В мультках и книгах герои должны есть полезную еду. Фраза «Человек-паук тоже ест брокколи, чтобы быть сильным» работает лучше родительских нотаций.

8 Еда вместе с другими детьми

В компании сверстников или чуть старших детей, которые едят овощи, ребенок с большей вероятностью повторит за ними. Срабатывает социальное научение.

9 Не создавать отдельное меню

Если вы готовите ребенку отдельно «привычные макароны», а себе - нормальную еду, вы закрепляете его избирательность. Ребенок должен видеть, что вся семья ест одно и то же. На его тарелке могут быть те же продукты, но в меньшем количестве или в более привычном виде.

10 Терпение и спокойствие

Ваше спокойствие - главное лекарство. Чем больше вы паникуете из-за того, что ребенок не ест овощи, тем больше напряжения вокруг еды. А напряжение блокирует аппетит и усиливает неофобию.

ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ

✓ **Заставлять есть насильно**

«Пока не съешь - из-за стола не выйдешь». Это прямой путь к пищевой травме. Еда из обязанности никогда не станет любимой.

✓ **Угрожать и наказывать**

«Не будешь есть - останешься без мультиков». Еда становится полем боя, а ребенок учится использовать ее как инструмент манипуляции.

✓ **Стыдить и сравнивать**

«Все дети как дети, а ты...», «Вон Маша все ест, а ты капризничаешь». Стыд убивает аппетит и снижает самооценку.

✓ **Обманывать**

«Это не брокколи, это деревья». Когда обман раскроется (а он раскроется), доверие к вам и к еде упадет.

✓ **Перекусывать вредностями**

Если между приемами пищи ребенок может полакомиться печеньем или соком, к обеду он будет сыт и точно не захочет попробовать новое.

● Его непроизвольно рвет или у него начинается удушье при виде новой еды.

● Ребенок не дает даже положить еду на тарелку, кричит, убегает.

- В таких случаях может идти речь о расстройстве пищевого поведения (ARFID - избегающее/ограничительное расстройство приема пищи), и нужна помощь специалиста, - объясняет Ольга Тарасова.

ребенка она может быть неприятной.

2. Зеленый цвет - сигнал незрелости

В природе зеленые плоды часто незрелые и несъедобные. Дети интуитивно настороженно относятся к зеленой еде, боясь отравиться.

3. Консерватизм = выживание

Детский мозг устроен так, что безопасным считается то, что уже знакомо. Макароны, хлеб, сладкое - это проверенные источники энергии. А непонятная зеленая штука на тарелке вызывает тревогу: «А это точно вкусно?»

ПЕРЕРАСТЕТ ИЛИ НУЖНО ЛЕЧИТЬ?

Нежелание расширять свой рацион может быть обычным возрастным этапом, который ребенок перерастет. Вот как выглядит вариант нормы:

✓ ребенок отказывается от новых продуктов, но ест хотя бы что-то из основных групп (мясо, крупы, фрукты, молочка);

✓ его вес и рост при этом соответствуют возрасту, ребенок активен и здоров;

✓ со временем (месяцы, годы) рацион пусть постепенно, но расширяется.

Когда стоит беспокоиться и обратиться к врачу:

● Ребенок ест меньше 10 - 15 продуктов.

● Отказывается от целых групп продуктов (например, от всего мяса или всех овощей).

● Теряет вес или перестает расти.

БЫТЬ ОСТОРОЖНЫМ НЕПЛОХО

- В древности ребенок, который начинал ходить и исследовать мир, мог наткнуться на ядовитые ягоды или грибы. Врожденная осторожность к новой еде спасала жизнь. «Незнакомое = потенциально опасное» - этот алгоритм был вшит в мозг на генетическом уровне. Да, современные дети уже не рискуют отравиться на каждом шагу, но мозг продолжает работать по старым схемам. Поэтому новая еда вызывает у ребенка не любопытство, а настороженность и тревогу, - объясняет Ольга Тарасова.

Только несколько факторов о пищевой неофобии:

● Встречается у 20 - 50% детей в той или иной степени выраженности.

● Пик приходится на возраст 2 - 6 лет, а вот до 2 лет дети более открыты новому.

● После 6 лет неофобия обычно идет на спад.

ПОЧЕМУ ОВОЩИ НЕ В ПОЧЕТЕ

Вы замечали, что дети чаще отказываются от брокколи, шпината и цветной капусты, чем от сладких фруктов или макарон? Это не случайно.

1. Горький вкус - сигнал опасности

Растения часто содержат алкалоиды и другие вещества, которые на вкус кажутся горькими. В природе горечь - маркер ядовитости. Дети чувствуют горечь острее взрослых, потому что у них больше вкусовых рецепторов.

Брокколи, цветная капуста, шпинат содержат глюкозинолаты, которые придают легкую горчинку. Взрослый человек ее почти не замечает или даже любит, а для



РАБОЧИЕ ИНСТРУМЕНТЫ В РАЗНОМ ВОЗРАСТЕ

1 - 2 года (окно возможностей):

самый благоприятный период для знакомства с разными вкусами. Предлагайте разнообразные продукты, не закидывайте на «любимом».

Текстуры: пюре, кусочки, мягкое, твердое - чем разнообразнее, тем лучше.

2 - 4 года (пик неофобии):

не заставляйте, но регулярно предлагайте. Маскируйте овощи в привычных блюдах. Играйте с едой (в разумных пределах).

4 - 6 лет (постепенное расширение):

привлекайте к готовке. Объясняйте пользу еды простыми словами («морковка для глаз, чтобы видеть как рысь»). Используйте правило «пробуем, но не обязаны есть».

6+ лет (осознанный выбор):

обсуждайте меню вместе. Давайте выбирать из двух полезных вариантов (ты будешь брокколи или цветную капусту?). Объясняйте принципы здорового питания.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Григорий ЛЕПС:

Возьму на воспитание троих сирот. Подниму всех

Окончание.

Начало < стр. 1.

Впрочем, не роллами едиными, как говорится. Помимо кулинарных и творческих планов, у Григория Викторовича большие планы личные.

- Не хотел сначала об этом говорить, но все-таки скажу. Я обещал Господу (и я это обещание сдержу), что возьму на воспитание двоих, а может, и троих детей из детских домов. Подниму всех. В моем продюсерском центре (на территории загородного поместья Лепса есть два абсолютно зеркальных дома в тайском стиле - жилой и офис с музыкальной студией и гостевыми комнатами. - Ред.) есть три комнаты для них. Я дам ребятам свои отчество и фамилию, - рассказал журналистам Григорий Лепс.

По словам Лепса, на воспитание он возьмет троих мальчиков. Возраст детей от 4,5 года.

- Мне помогают сейчас найти ребят. Скорее всего, это будут дети с

Кавказа и из Донбасса, - заявил музыкант. - Почему мальчики? Девочек у меня и так много - три дочери. А сын один. И внук тоже один. Вот будут еще три сына! Я не боюсь генетики. Хотя мы проверяем биографию детей. В Донбассе, например, есть дети, у которых родителей убили. Они же в этом не виноваты. Важна не генетика, а прежде всего воспитание. В любом случае если возьму детей, я от них не откажусь.

- А как ваши старшие дети отнеслись к этой идее? - поинтересовалась «Комсомолка» у музыканта.

- Я с ними пока не разговаривал на эту тему. Пока только вчера был разговор с моей бывшей женой Аней, и она поддержала мою идею, сказала: «Ты давно этого хотел. Бери, конечно!» Аня сейчас живет в Италии, поэтому не сможет помочь мне с воспитанием детей. Помогать воспитывать ребят мне будет няня. С бывшей женой у меня прекрасные отношения, я убежден, что это я виноват, что потерял такую женщину. Я вообще считаю, что во всех разводах преимущественно виноваты мужчины. Такое у меня есть убеждение.

Мария РЕМИЗОВА.

КСТАТИ

«Отстаньте от Авроры!»

Плюс ко всему артист обратился к репортерам с просьбой не задавать провокационные вопросы его бывшей девушке, 20-летней Авроре Кибе.

- Она до сих пор моя девушка и моя невеста. Да, мы расстались, она так решила, но пока она в моем сердце и голове. И после нашего расставания других у меня не было и не будет. Кто знает, может, мы воссоединимся с ней когда-нибудь. Ребята (и мои подписчики в том числе), оставьте ее в покое, не трогайте ее, не оскорбляйте. Она умная, хорошая девушка. Единственная вина ее в том, что она пока слишком юная. Я прошу вас, если вы меня действительно уважаете, не обижайте Аврору, все-таки у нее есть мама, бабушка, младший брат, которые читают всю эту ерунду, мол, Лепс ее откуда-то вытащил. Она и сама очень талантливая, с прекрасными вокальными данными. Но петь Аврора, кстати, не хочет. Пусть идет своим путем, ей надо повзрослеть, разобраться в себе, даст Бог, еще будем вместе.



Певец собирается дать новым членам семьи свои отчество и фамилию.

Михаил ФРОЛОВ/
«КП» - Москва

■ ЯБЛОЧКИ И ЯБЛОНЬКИ

Аня Пересильд хочет бросить школу, потому что рано повзрослела

Кирилл МИШИН

16-летняя актриса собралась в институт сразу после 9-го класса.

Звезда сериала «Слово пацана. Кровь на асфальте» (18+) заявила, что хочет бросить школу, потому что она слишком взрослая для нее. Дочь актрисы Юлии Пересильд и режиссера Алексея Учителя вышла в прямой эфир с подписчиками и объяснила, почему не желает идти в 11-й класс.

«Я просто очень рано повзрослела. И на самом деле в школе я себя чувствую немножко странно. Не знаю, как это объяснить. Мне именно там вот как-то не по себе. Я конкретно поняла в какой-то момент, что я хочу закончить школу и поступать в институт. То есть уже начинать взрослую жизнь, уже учиться в институте, там дальше развиваться, чтобы оставить себе

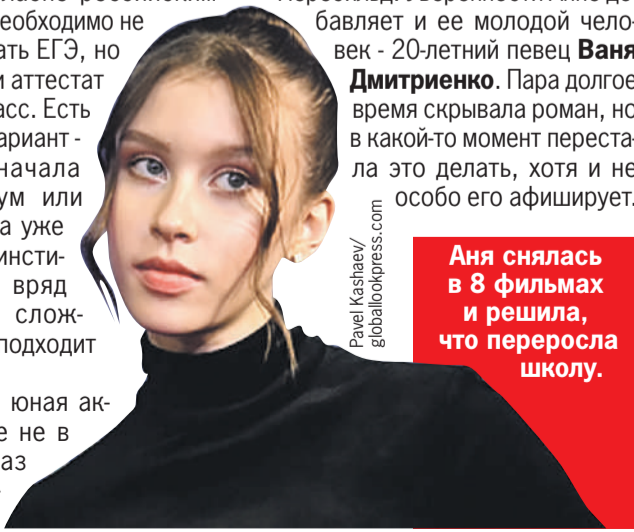
больше свободного времени», - объяснила Анна.

При этом Пересильд забыла уточнить подписчикам, каким образом она собирается попасть в университет, окончив лишь девять классов. Для поступления в вуз, согласно российским законам, необходимо не только сдать ЕГЭ, но и принести аттестат за 11-й класс. Есть и другой вариант - пойти сначала в техникум или колледж, а уже оттуда в институт. Хотя вряд ли столь сложный план подходит Анне.

Вообще юная актриса уже не в первый раз хвастается тем,

что ощущает себя взрослой. Когда-то этим же она объясняла свои довольно откровенные для ее возраста наряды. «Я считаю, что я одеваюсь абсолютно нормально. Просто я не позиционирую себя как ребенок», - говорила Пересильд. Уверенности Анне добавляет и ее молодой человек - 20-летний певец Ваня Дмитриенко. Пара долгое время скрывала роман, но в какой-то момент перестала это делать, хотя и не особо его афиширует.

Аня снялась в 8 фильмах и решила, что переросла школу.



Pavel Kashaev/
globalokpress.com

Любимая газета страны

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВ

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

ДА!

ЧИТАЙТЕ
В НОМЕРЕ!

Старший сын артиста обвиняет его вдову в неверности

Битва за миллиарды Градского



Мой лечащий врач - ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

Можно ли доверять медицинским советам ИИ

Главного развратника Кремля расстреляли по личному указанию Сталина



Имена для авто: Как вы тачку назовете, так она и поведет

В ПРОДАЖЕ С 22 АПРЕЛЯ

Константин ГЛЫБА

На каких машинах передвигаются знаменитости.

Все мальчишки любят играть в машинки. А когда вырастают, переживают на настоящие автомобили крутыми, мальчишки выбирают машинки подороже и поярче - так они демонстрируют другим мальчикам превосходство. Какой же должна быть машинка, чтобы на ней хотелось ездить не простому мальчику, а суперзвезде?

Понту ради рулят дяди

ТИМАТИ

Огромные охранники, кортеж из «Мерседесов» и амбре тяжелого люкса. Во всю эту комичную игру выпускник «Фабрики звезд» играет на полном серьезе.

Напоминая поклонникам, что он все еще номер один, Тимати снял обзор на раритетный «Мерседес» (это любимая марка рэпера) 1993 года - Mercedes Benz W124 Widebody Station Wagon японской сборки.

- Я считаю, что это музейный экспонат, - объясняет рэпер в ролике. - В мире существует всего пять таких машин. И

одна из них, с уникальным пробегом в 3 тыс. км, наконец-то в моей коллекции. Где приобрел? Это машина из коллекции одного из самых главных якудза.

Стоимость этого раритета специалисты оценивают в €700 тыс. (более 63 млн руб.). И это лишь один автомобиль из парка Тимати. Есть там и спорткар Koenigsegg Regera (350 млн руб.), и люксовая Lamborghini Veneno Roadster (750 млн руб.), солидный лимузин Mercedes-Maybach S650 Pullman (60 млн руб.), мотоцикл Harley-Davidson Softail (4 млн руб.) и проч.



Говорю «Тимати», подразумеваю «роскошь»!

vk.com/timatiofficial

АЛЕКСЕЙ ВОРОБЬЕВ

А вот участник «Евровидения» Алексей Воробьев поверил в китайцев! И еще в начале текущего года охотно пересел с BMW на Hongqi, который часто присылают агрегаторы такси в классе «бизнес».

Женившийся недавно на оперной певице и наставнице шоу «Голос» **Аиде Гарифуллиной**, артист взял семиместный кроссовер, стоимость которого превышает 5 млн руб. - модель Hongqi HS7 Deluxe. Явно с замахом на семейные поездки! Машина отличается просторным трехрядным салоном, турбодвигателем и интеллектуальным полным приводом. Теперь певец сможет комфортно путешествовать с женой и ее десятилетней дочкой от предыдущих отношений Оливией.



Кадр из сериала «Бригада», 2002

ДМИТРИЙ ДЮЖЕВ



Когда-то Дмитрий гонял на красивых тачках только в кино (фото сверху). А теперь и сам может купить авто по душе.

«Такая только у меня и у Майкла Джексона!» - сообщил друзьям по «Бригаде» Космос в исполнении Дюжева, презентуя американский седан Lincoln Town Car. И ему хотелось верить.

Сам артист тоже не против комфорта за рулем, поэтому гонял и на BMW X, и на Porsche Cayenne, которая тоже ушла через Авито, а в последнее время звезду видели за рулем Lexus GS второго поколения.

global.toyota



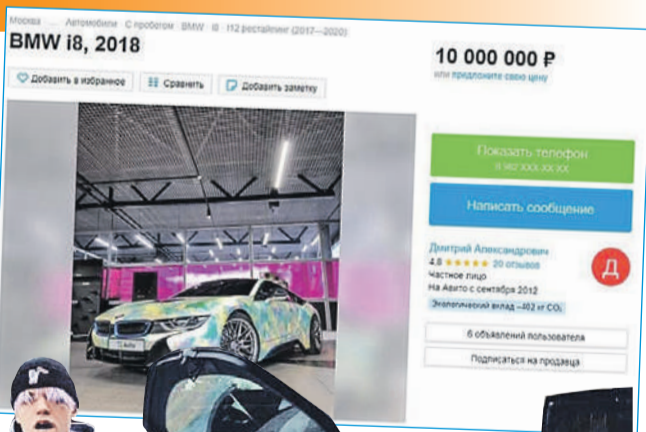
Михаил ФРОЛОВ/«КП» - МОСКВА

hongqimajor-spb.ru

ЭЛДЖЕЙ

В конце 2022-го на Авито нашли машину, спутать которую с другой невозможно - это BMW i8, «сыгравшая» в клипе рэпера Cadillac (на фото). Машина с пробегом, но от звезды! Поэтому цена, как у новой - 10 млн руб., - была оправдана. Лот ушел. Рэпер уверял, что так помог экс-супруге **Насте Ивлеевой** расплатиться с долгами.

В том же году Алексей сообщил, что разбил Lamborghini и пересел на «Гелендваген». А в 2024 году всплыла информация из баз ГИБДД, где числящийся за рэпером Himmer H2 (цена доходит до 20 млн руб.) на собирал за полгода полсотни штрафов - на нем он перемещается в России.



Личная страница Элджея в социальной сети

Макан стал пешеходом и построил в армии баню

А В ЭТО ВРЕМЯ

Рэпер Макан (Андрей Косолапов), как и Элджей, распрощался с любимой BMW, которую воспел в хите ASPHALT 8 («Подоймай М5, Asphalt 8» - более 120 млн прослушиваний в YouTube), но при совсем других обстоятельствах.

Он отдал «малышку» в хорошие руки перед уходом в армию. И теперь исправно тянет лямку в одной

из элитных воинских частей столицы - в Центре спецназначения «Витязь».

Именно там Макан и выступал перед дамами в форме на празднике 8 Марта. А ко Дню Росгвардии, 27 марта, рэпер помог части разобраться с некоторыми сложностями инфраструктуры: согласно инсайдам, Андрей вложил более 3 млн руб. в освежение казарм, обновление старой бани и постройку финской сауны. Остается только верить на слово, что это правда, потому что съемка помещений в части запрещена.



Личная страница Макана в социальной сети

BMW M5 Competition VI (F90) Рестайлинг, 10 499 000 Р. Выше оценки на 6% в 2020

История авто бесплатно. Планируем, и Авто.ru предложит варианты бесплатно.

Год выпуска	2020
Объем двигателя	70 063 см³
Скорость	4 и более
Цена	93 750 Р в год
Не требует ремонта	Оригинал/Электронный
Расход топлива	Рассмотреть варианты

Оригинальные запчасти

625 л.с., бензин



Стрaшная исповедь гадалок о клиентках-убийцах:

Василиса НИКОЛАЕВА

В беспокойные времена логика уступает суевериям: спрос на осиновыя кольца вырос в 4 раза, а гадалки получают в 5 раз больше психологов. Есть запросы, от которых стынет кровь даже у тех, кто с нечистой сталкивается чаще, чем мы в метро спускаемся. Например, навести порчу на мужа, воюющего на СВО. Зачем? Ради миллионных выплат за его гибель и новой жизни с любовником.

«КП» узнала, сколько стоят слезы будущей вдовы.

БАН ВЕДУНЬИ

«Черные вдовы» - страшное явление нашего времени. Мы уже писали о тех, кто обманом женит на себе мужиков и отправляет их на СВО, забирая все выплаты от государства, а потом еще и немаленькое довольствие. К счастью, таких бездушных женщин единицы. Но оказалось, что есть и «женушки», которые буквально отправляют своих мужиков на убой и потом призывают темные силы.

«Гадалка Валерия написала о том, что к ней обращались жены бойцов СВО - узнать, жив ли муж, - рассказала член СПЧ Марина Ахмедова. - Но скоро заметила, что некоторые (их немного) женщины расстраиваются, когда она говорит: «Жив. Ждите». И тогда некоторые из них стали просить Валерию сделать мужу... порчу на смерть!» Ведунья отправляет таких «клиенток» в бан - бойцы пользуются уважением у представителей магической индустрии.

Сама Ахмедова посоветовала экстрасенсам призывать к решению вопроса таких женщин полицию.

«Сделайте так, чтобы он с СВО не вернулся»



Станислав КРАСИЛЬНИКОВ/РИА Новости

Большинство жен молятся, чтобы их муж вернулся домой живым, но есть те, кто ворожит - свернул бы он шею...

туацию, в которой на такое соглашаются. Если только... на маньяка-педофила.

- Не все ваши коллеги по цеху столь принципиальные?

- Практики, которые недостаточно зарабатывают, бьются, берутся за любую работу. Но хвалиться подобным не будет никто. Они знают, как их примут. Такие нам не коллеги.

- Сколько наведение порчи стоит?

- Не знаю, но думаю, от 200 000 рублей. Это сложная подготовка и работа. Надо провести множество обрядов. Отвести бумеранг - все возвращается, в том числе и на того человека, кто наводит порчу... Тяжелый заказ.

ПСИХОЛОГ В ДЕЛЕ

Медиум из Москвы Анна Ильина, по образованию клинический психолог, рассказала, что за два года к ней с подобными запросами обращались трижды.

- Полтора года назад одна моя постоянная клиентка вдруг заявляет: «Наведи порчу на мужа, он на СВО». Он у нее тяжелый пассажир, и запрещенными вещами увлекался, и семейным хорошим его не назвать, и мама его невестку пилит. А так она будет вдовой погибшего героя, с крупной суммой и соцпакетом.

- Вы согласились?

- Я ее отговорила - помогло мое образование. Я ее запугала, сказала, что за такие действия пострадают ее дети, а в будущем и внуки. Они же его род, его продолжение. И порчу просто так не уберешь.

- А это правда?

- Чистая! Помогло. Она от-

ЖДИ БУМЕРАНГА

Мы изучили полицейские сводки. Сообщений, что за просьбу навести порчу на мужа - бойца СВО кто-то арестован, там нет. Надеемся, пока. Потому что сразу несколько медиумов «КП» подтвердили - такие запросы есть!

- Это бывает у кого-то, но очень редко, - рассказала архангельская экстрасенс Анна Печуева. - В основном женщины приходят, чтобы защитить.

- Дорого это?

- Я за такое денег не беру. Помогаю чем могу. Недавно прибежала бабушка - внук ушел со связи, три дня не отвечает. Я проводила ритуалы обережные, успокаивала женщину, уверяя, что ее внук жив. Так и оказалось. Он позвонил и рассказал, что они попали в засаду и еле выбрались.

- А кто приходит порчу наводить?

- Бывшие жены, тещи. В

семье иногда такие дела творятся, такая ненависть порой - вот и хотят зла зятю. Ну и выгоды для себя - чтобы денег получить за его гибель. Человек еще жив, а люди уже делят его гробовые.

Анна показывает переписку с одной из таких «жен». Дама пишет: «Можете отправить моего мужа на тот свет?»

- И что ответили?

- Конечно, отказала. Кто я такая, чтобы решать, кому умирать? Не представляю си-

КАМЕННОЕ ДНО



Юлия АНДРИЕНКО/«КП» - Москва

Вот так, с убитым кроликом на дне ведра, в зимнем подмосковном лесу кто-то гадал на смерть мужа-военного.

Юлия АНДРИЕНКО

«Черные жены» встают в один ряд с мракобесами-укронацистами и извращенцами типа Эпштейна.

Гуляя по заснеженному Подмосквовью, я фотографировала сугробы. И вижу: перья, связанные пучком. Они висели на веревке у тропинки. А поодаль на веревке - сверкающее на солнце ведро. На кормушку не похоже, на силки тоже. Ведро оказалось полным снега (видимо, давно висит). Я перевернула его, снег высыпался, а за ним... фото улыбающегося мужчины в военной форме. А на дне ведра примерз убитый белый кролик с остекленев-

С таким злом, как эти дуры, и бьются на передовой

шими глазами и оскаленной пастью.

Я поспешила оттуда, зимние пейзажи сразу потеряли былую сказочность. Но находку я сфотографировала и отправила знакомой, сведущей в подобных делах.

- Это ритуалили. Возможно, делали отворот, - объяснила она. - Но больше похоже на порчу, так делают «став на смерть». Кролик в черной магии символизирует жертву. А перья дикой птицы - это часть ритуала. Часто за подобное берутся недалекие дамочки, начитавшись рецептов в интернете, а потом удивляются, когда у них вскоре обнаруживают рак или дети начинают пить и наркоманить...

Но тот, кто верит в нечистую силу, априори должен признавать и Бога. Ведь если есть бесы, которым он служит, то есть и Тот, кто противостоит им. А значит, обратка будет. Непременно и многократно.

Другое дело, что сейчас немало психически нездоровых людей. Вот он, признак нестабильных времен.

- Человек, который заключил подобную сделку, продает свою душу дьяволу. Отныне он только оболочка человека, в которой поселяются алчные сущности, бесы. Это в обычном мире можно убить человека и не понести наказания. В потустороннем «система правосудия» работает куда как неотвратимее, и заказчи-

ца получает сполна, - говорит моя знакомая.

Если немного возвыситься над этими дурами и загубленными ими несчастными кроликами, то вот она - война темных и светлых сил, добра и зла, Господа с дьяволом. И борьба эта глупые - совсем не мелочи. Они где-то там, в одном лагере с сожженной Одессой, Зеленским, списками Эпштейна и прочим злом, которому сейчас противостоит вся Россия. А в лице России - тот самый опустыленный муж, на которого она наводит порчу, надеясь получить миллионы за его жизнь.

Который защищает в том числе и ее - дуру, бегающую с перьями и заклинаниями.



«Выскочить замуж за бойца, получать зарплату и льготы, а в случае смерти - забрать все»: кто такие жены-однодневки, охотящиеся за участниками СВО



казалась. Муж ее жив и скоро вернется домой.

- А другие две кто?

- Одна женщина очень взрослая, жила с бывшим мужем в одной квартире. «Давай, говорит, его на СВО отправим - не вернется, то и Бог с ним». Я предложила другой вариант: открыть ему дороги к другим женщинам, а к ней закрыть. В итоге он женился и переехал. А третий раз дама «с улицы» обрательлась.

- И где она вас нашла?

- Я в Сети в одной бесплатной группе по розыску пропавших без вести иногда комментирую. И там мне в личку написали: можно ли навести порчу на летальный исход? Я резко отказала. А теперь жалею. Надо было тоже ее запугать, чтобы желание такое отпало на корню. Ведь она пойдет к другой, а та вдруг согласится?

Не всегда уговоры и угрозы помогают. Для таких есть инструмент - космические суммы.

- Такое точно работает! - уверена психолог-экстрасенс. - Они жадные, ради денег на это идут. И своих кровных лишиться не захотят.

- Может, лучше все же в полицию сообщать?

- Согласна. И если увижу, что человек одержим идеей и пойдет до конца, то, возможно, сообщу куда следует. У меня лично до такого не доходило. Опять же помогает психологическое образование. Я знаю, как заставить человека отказаться от этой идеи.

Массового нашествия «черных вдов» все-таки, к счастью, нет. А те единицы, которые пытаются заказать смерть мужа через магический канал, натываются либо на отказ, либо на космические ценники.

Эзотерикам спасибо за принципиальность. А «черным вдовам» и осиноый кол не поможет. Пусть с ними работают другие специалисты - те, что в погонах и с Уголовным кодексом. В конце концов магия - это бизнес. А за попытку заказать убийство, пусть и через свечи и заговоры, отвечают не кармой, а статьей.

И вот у нее бумеранг самый настоящий - огромные сроки.



Дмитрий СТЕШИН,
военкор «КП»
Фронтной
священник рассказал
о чудесах и вере
на СВО.

Боец бежал, кричал псалом, и дроны их с товарищами облетали мимо

«ПОТОМ» НЕ БУДЕТ

Отец Максим (Яшин) служит священником 1-й гвардейской Славянской мотострелковой бригады святого равноапостольного великого князя Владимира. Без бронжилета и каски он выглядит как пастырь из небогатого, скромного прихода. Крест наперсный - стальной, чуть потертый. В Донецке холодно, поэтому поверх рясы черная, можно сказать «уставная», куртка на синтепоне. Я встречал такие куртки одинакового фасона и пошива на десятках священников и монахов. Голос у отца Максима на удивление молодой, теплый, но увещательный. Говорит так, что можно записывать, чем я и занялся. Потому что это был не разговор, а проповедь.

Отец Максим меня поправляет - «я не фронтной священник»:

- На фронте вы знаете какая сейчас обстановка... Я киваю:

- Заехать без потерь - великое везение, выехать - уже чудо. Если ты просто любопытничаешь, как положено журналисту, это может стоить жизни и твоей, и сопровождающих.

Отец Максим кивает:

- Технически, на передовой, где закрепились наши бойцы, находиться невозможно. И туда не доехать ни на чем и без потерь. Батюшка говорит, что служит сейчас на полигонах. Мы оба знаем, что полигоны давно уже не являются безопасным местом - они приоритетная цель для противника. Даже на фото и видео оттуда журналисты «размазывают» все, что только можно, четкими остаются только люди. Ведь за линией фронта десятки специально обученных вэсэушников будут изучать эти снимки и постараются привязать их к карте.

Мой собеседник объясняет:

- Я в штате бригады. Официально - помощник командира по работе с верующими. Нахожусь здесь постоянно. Вы же знаете расхожую фразу - «в окопах атеистов нет»?

Я киваю.

- Заполнит не может ответить на все вопросы, которые возникают у людей, уходящих воевать. У меня получается очень большой приход.

- Какие вопросы волнуют бойцов?

- Приведу пример. На крайнем полигоне на молебн пришли все, кто был там в этот момент, - 40 человек. Исповедовались и причастились примерно половина. И четыре бойца крестились.

- Почему?

- Кто-то в гражданской жизни думает: «Может, когда-то покрещусь, не покрещусь. Может, приду к этому. Потом...» А здесь все понимаешь и сразу. Завтра может и не быть. И решения здесь принимаются очень быстро.

РАЗГОВОР С БОГОМ

Разумеется, мы говорим с отцом Максимом о чудесах на войне. О том, что истинная вера - это большая духовная работа для человека. И если буквально, то любое необъяснимое происшествие, особенно если оно спасло тебе жизнь, служит подтверждением твоей правоты. Грубо говоря, это «обратная связь». Цитирую отцу

рвать это все физикой, примерно равна нулю:

- Ребята рассказывали, как их блиндаж бомбили, сбрасывая с тяжелого дрона «Баба-Яга» минометные мины (такой дрон может нести до десятка таких мин, сбрасывая их на цель последовательно. - Авт.). Первая мина разворотила половину блиндажа, но парни были в другом углу, выжили. Вторая мина почему-то не сдетонировала. Утром пришли на эту позицию собрать уцелевшие вещи и увидели почему. Мина носиком с детонатором воткнулась в шеврон со Спасом и не сработала. Есть история про 90-й псалом...



Отец Максим (справа) говорит с бойцами голосом молодым, но увещательным.

Максиму самого себя:

- Я просидел всю осаду Славянска - месяц в полном окружении. Нас, ополченцев, не больше пары тысяч, боеприпасов почти нет. Против нас - 15-тысячная группировка врага с авиацией, броней, артиллерией. У меня было твердое ощущение, что я не выберусь из Славянска живым. Я молился, все вокруг меня молились. И тогда я сформулировал: «Война - это разговор человека с Богом напрямую». И мы выбрались в итоге. Он услышал. Я прав?

Отец Максим задумывается крепко... И говорит, что для него чудо - в обычном парнишке, лица которого не запомнил, а он вдруг подходит к тебе и говорит: «Вы меня благословили год назад, научили молиться, и мне это помогло».

- Все просто и без богословских осознаний, - заключает батюшка. И рассказывает историю, которой нет рационального объяснения. Ее вероятность, если изме-

Я замечаю, что знаю его наизусть. Отец Максим кивает: «Да, все его знают». И продолжает:

- Парни заходили на позиции «по открытке», и на них налетела группа FPV-дронов, четыре или пять их было. Боец, рассказавший эту историю, в этот момент не читал, а просто кричал 90-й псалом! Ребята бежали, вилились, уклонялись, и ни один дрон в них не попал. С таким воодушевлением он мне это рассказывал. И не скажешь, что парень из верующих, как у нас говорят - «пороги церковные оббил лбом». Много таких примеров.

НЕ ОТКЛАДЫВАТЬ ЖИЗНЬ

В разговоре мы подходим, пожалуй, к самому главному. К объяснению причин, по которым в людях вдруг вера просыпается, разгорается и больше не гаснет. Из каких глубин она берется? Отец Максим считает, что мы все носим веру в себе, но до поры до времени ее не чувствуем, не осязаем:

Самые актуальные новости об СВО - на канале военкора «КП» Дмитрия Стешина в МАХ



- Боец рассказал, как попал под первый минометный обстрел. Для любого человека в первый раз это очень тяжелое испытание. Парень нашел какую-то нору, втиснулся в нее боком, вжался в землю и начал читать «Отче наш». И он признался мне, что никогда не знал этой молитвы полностью, только первую строчку, а тут - вспомнил и навсегда уже запомнил! Просто он был христианином по душе, и в критический момент это раскрылось. Самое большое чудо - это наша жизнь. И жизнь побеждает смерть.

Я замечаю, что людей сейчас убивают роботы, дроны, зачастую с самонаведением, донаводкой на цель с помощью искусственного интеллекта. И вижу в этом какие-то дьявольские происки. Отец Максим со мной не соглашается:

- И роботы эти все равно дело рук человеческих. Хотя, согласись, есть в этом что-то...

- Как же нам быть, как вести себя?

- Не жить «отложенной жизнью». Я очень много раз слышал вот эту фразу: «Вот СВО закончится - и тогда! И тогда заживем!» Но боевые действия жизни не рождают ни при каких обстоятельствах. И она не закончится, пока мы будем жить. Воскресение Христово нам это доказывает. Поэтому хочется, чтобы все жили сегодняшним днем, любили, детей рожали, семьи создавали. Вопреки смерти будем жить, и будет у нас все хорошо. Тогда и будет видна нам победа.

**БУДЬ СТИЛЬНОЙ
С «КП»**

**Анна КЕДРОВА,
21 год,
Самара:**
- Играю в театре,
пишу стихи,
говорю на трех
языках.
Не представляю
жизнь
без творчества.



**Виктория АНДРЕЯНОВА,
модельер:**
- Анна очень светлая,
по ощущению почти
фарфоровая. Черный
корсет с мягкой юбкой -
деликатный, хотя
и контрастный, выбор.
Из декора здесь лишь
фактурные колготки,
и оттого они берут на себя
много внимания.
Это не плохо, скорее
необычно.

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

Один ушлый танкер все-таки прошел Ормузский пролив со словами «мне только спросить»...

* * *

Психологи предупреждают: люди, которые по несколько дней не появляются в социальных сетях, слишком зависимы от реальной жизни!

* * *

Кто-то сегодня ошибся номером и написал мне: «Привет, босс! Я заболел и не смогу сегодня выйти на работу». Я дал ему две недели отпуска.

* * *

С какой же завистью смотрят на меня люди, когда я покупаю резиновые для денег. Они даже не подозревают, что этими резиночками я креплю к заварному чайнику крышечку, чтобы не слетала.

* * *

Требуются девушки для работы ландшафтным дизайнером! Лопата - за наш счет!

* * *

**- У вас есть вот такие мышинные копыта?
- Это зубочистки.
- Мне нужно не меньше тысячи. Мы выступим, едва сядет солнце!**

* * *

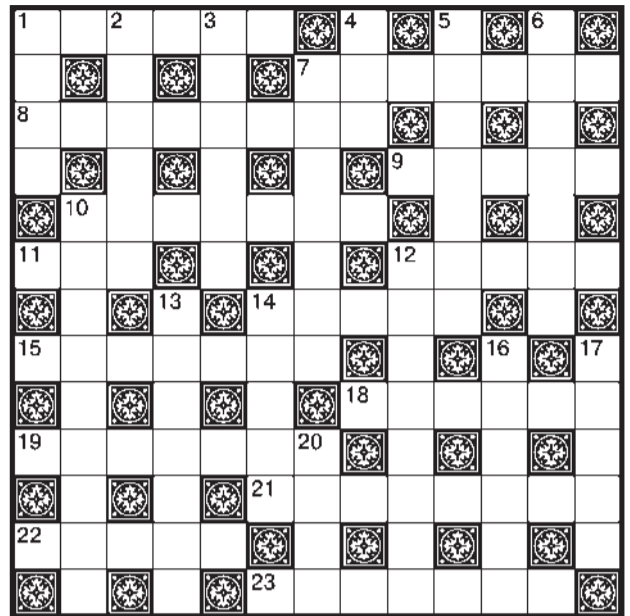
*День смеха, космос,
Пасха, Ленин,
Зима, весна,
дожди, метель
Феноменально уместились
В апрель.*

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Какой жгучий перец собирают, держа в другой руке красную палочку? 7. Правитель из восточных сказок. 8. Какую страну окрестили «Сердцем Америки»? 9. Что принимает касир? 10. Жрец, пытавшийся отговорить принимать в дар троянского коня. 11. Оружие былинного богатыря. 12. Русский взводень. 14. Кто трюмы заполняет? 15. Танец в основе белорусской игры «Селезень». 18. В какой город Печорин отправил нарочного, чтобы закупить разных персидских материй и ими соблазнить Бэлу? 19. Огромный типаж. 21. Какой сорт яблок отменился среди компьютерных брендов? 22. Мировой мюзикл о деревенской девушке, ставшей первой леди Аргентины. 23.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Раздвижной стенной шкаф. 2. Головная фракция при изготовлении самогона. 3. Закон рассуждений. 4. Кого вызволили из плена Снежной королевы? 5. Кто помогает купить дом? 6. Кто создал проект экраноплана? 7. «Ласточка» из «Жестокого романа». 10. Что выписывает врач? 12. Постоянная ... у математиков. 13. Прodelка проказника. 14. Финал в подвеме штанги. 16. Минимум выпитого. 17. «Королевская лилия» из сериала «Охотники за бриллиантами». 20. Дочь прачки Жервезы у Эмиля Золя.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Листья. 14. Дожим. 16. Глоток. 17. Брошь. 20. Нана. 7. Пароход. 10. Лекарство. 12. Величина. 13. Ша-Первая. 3. Логика. 4. Кай. 5. Риентор. 6. Бартини. «Эвита». 23. Табаско. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Купе. 2. год. 18. Кизляр. 19. Исполин. 21. Макинтош. 22. Лаокон. 11. Меч. 12. Волна. 14. Дюкер. 15. Кара-Купель. 7. Падишах. 8. Паратвай. 9. Плата. 10.

Погода на завтра, 22 апреля

по данным
pogoda.mail.ru

	день	ночь
Краснодар	+11...+13	+4...+6
Майкоп	+5...+7	+3...+5
Ейск	+9...+11	+6...+8
Сочи	+10...+12	+8...+10

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

Давление - 757 мм рт. ст. (норма - 771 мм рт. ст.)
Относительная влажность воздуха - 43%
Ветер - 5 м/с, восточный
Восход - 05:28
Заход - 19:17
Растущая Луна

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

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

Звоните нам!

(495) 777-02-82

Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

■ Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.
■ Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
■ Ведущий редактор номера Л. ЗАХАРОВ (зам. главного редактора).
■ 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.
■ Индекс 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-2026», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 169 297 экз.

© АО ИД «Комсомольская правда», 2026. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru



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

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:
ООО «Печатный двор Кубани»,
350010, г. Краснодар,
ул. Тополияна, 19.
Заказ № 921.
Цена свободная.