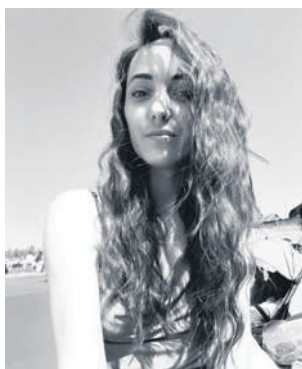


Сибирячка спасла
жизнь генетического
близнеца, которого
никогда не видела

Читайте на стр. 4 ▶



Личный архив героини публикации

РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ **FM.KP.RU**
ПРАВДА Иркутск 91,5 FM | Братск 99,5 FM

«ТЕМА ДНЯ»

Обсуждаем главные события
четверга - 18.00

radiokp.ru



КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

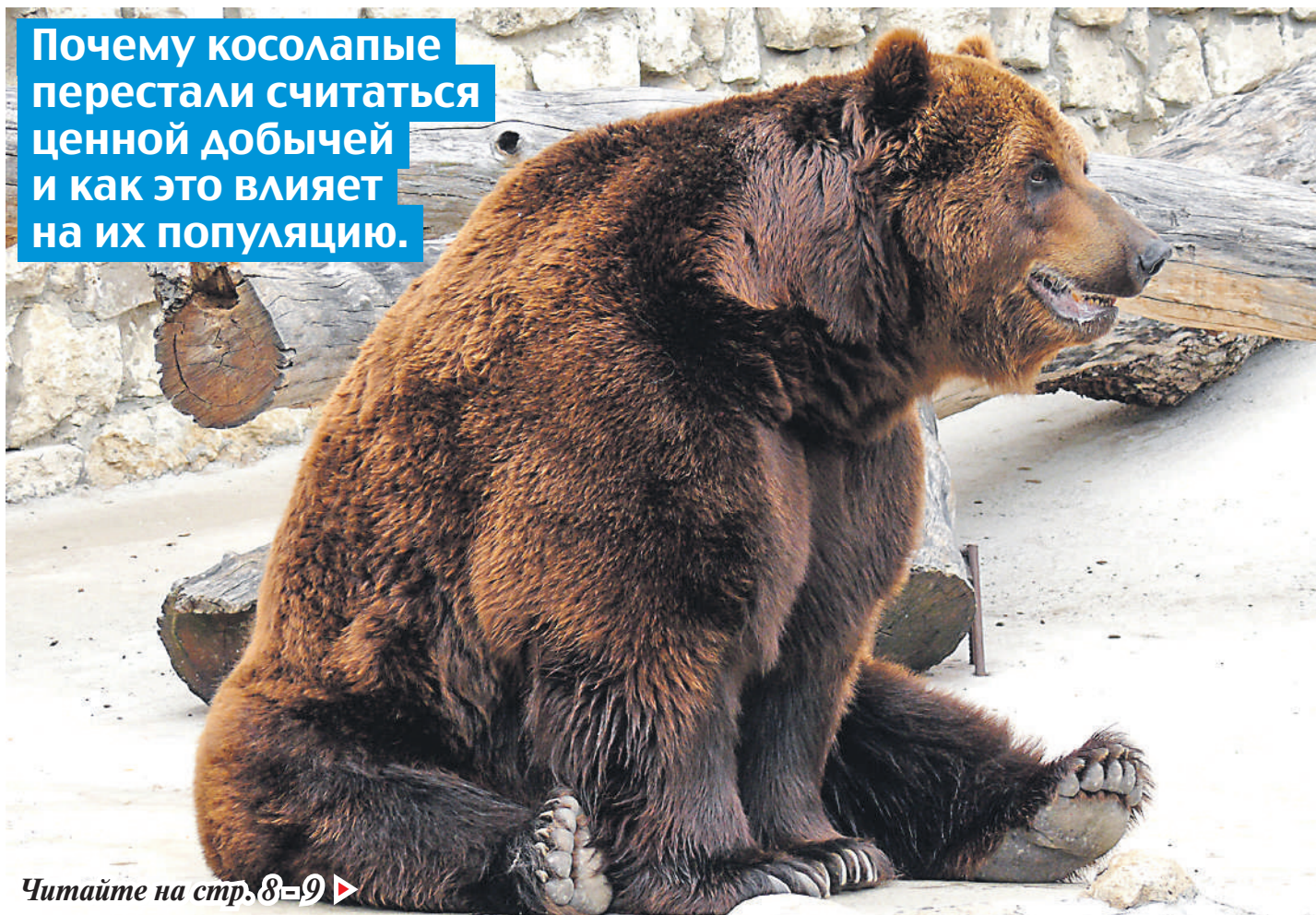
Четверг, 8 октября
№ 75-ч (27821-ч)/2026 год

Газета нашего города ★ Иркутск

KP.RU 1 216 057
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Неохота на медведя

Почему косялапы
перестали считаться
ценной добычей
и как это влияет
на их популяцию.



Читайте на стр. 8-9 ▶



Алексей БУЛАТОВ/«КП» - Санкт-Петербург

Все, что вы хотели знать о прививках

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Гид «Комсомолки»
по сезонной
вакцинации.

Сейчас самое время привиться от гриппа тем, кто еще не успел сделать это нынешней осенью. Специалисты предупреждают, что предстоящий холодный сезон принесет нам опасные варианты этой инфекции и защититься не помешает. Особенно детям, пожилым и людям с хроническими болезнями - для них грипп может быть по-настоящему опасным.

Продолжение на стр. 12 - 13 ▶

Средняя зарплата в Приангарье достигла 100 227 рублей

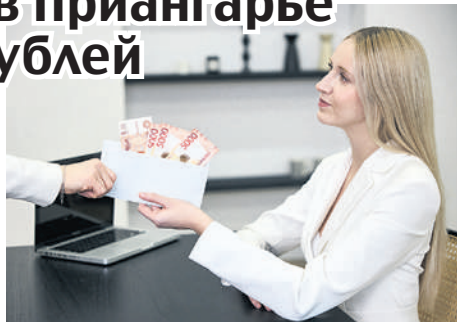
Ольга БУРДУКОВСКАЯ

За год показатель вырос
на 6,6%, а в целом
по России - почти на 10%.

Средняя зарплата в Приангарье в июле 2026 года составила 100 227 рублей. По сравнению с июлем 2025 года она выросла на 6,6% - такие данные приводит Росстат.

За январь - июль 2026 года среднемесячная номинальная начисленная заработная плата работников организаций в регионе составила 101 971 рубль. В годовом выражении показатель увеличился на 7,2%.

По России средняя зарплата в июле 2026 года выросла на 9,5% в годовом выражении и составила почти 110 тысяч рублей. Ра-



Николай ОБЕРЕМЧЕНКО

ботники пяти отраслей экономики получали в среднем свыше 200 тысяч, а наиболее высокооплачиваемыми сферами стали финансовая и страховая отрасли.

Также стоит отметить, что Иркутская область заняла 12-е место в рейтинге российских регионов по уровню медианных зарплат. Во втором квартале 2026 года этот показатель в Иркутской области составил 74 964 рубля.

Китай стал главным направлением лета у туристов из Иркутска

Вероника РЖАНОВА

На втором месте
в рейтинге
популярности
оказался Таиланд.

Лето прошло, таможенники подвели итоги - куда чаще всего летали на отдых за границу иркутяне.

- Лидером стал Китай: в среднем ежедневно выполнялось до 6 перелетов в Пекин, Шанхай, Гуанчжоу, Маньчжурю и Харбин. Пассажиропоток на направлении в города Поднебесной показал самый

высокий рост - плюс 35% к показателям прошлого года, - рассказали в Федеральной таможенной службе.

На втором месте по числу рейсов оказался Таиланд с Бангкоком и Пхукетом. Третью строчку разделили Узбекистан, куда летали в Ташкент, Наманган и Фергану, и Монголия с рейсами в Улан-Батор.

Интерес к китайским направлениям вырос во многом из-за безвизового режима с КНР и расширения полетных программ авиакомпаний. В этом сезоне появились пря-



Александр БОЙКО

мые рейсы в Гуанчжоу и Сянью, а общее число перелетов в Китай увеличилось на 20%.

Кстати, осенью активность туристов не спадает, а только растет. Уже в сентябре стало больше рейсов в Пекин, Камрань, Бангкок и на Пхукет.

Как не попасть в сети вербовщиков.



ДМИТРИЙ СТЕШИН,
военкор «КП»

Деструктолог Роман Силантьев объяснил нашему корреспонденту страшную, парадоксальную и обескураживающую реальность - завербованные украинскими спецслужбами «диверсанты» являются искренними патриотами и совершают преступления в интересах России...

ПСИХООТМЫЧКИ

Несколько дней назад в Белгороде сотрудники ФСБ задержали женщину, готовую совершить теракт - подорвать взрывное устройство в толпе людей в центре города. В сухом пресс-релизе спецслужбы описана стандартная схема работы с жертвой: «Под влиянием мошенников перевела крупную сумму на «безопасный счет»...», а дальше самое главное: «...после чего с ней связались неизвестные, представившиеся сотрудниками российских правоохранительных органов, и под предлогом возврата похищенных денег убедили принять участие в мероприятиях по задержанию преступников».

Сработала хитрая психототмычка. СБУ или ГУР давно уже убедились: найти граждан России, готовых совершать теракты и убивать людей ради интересов бандеровской Украины, весьма непросто.

Михаил СИНИЦЫН/ТАСС



У 20-летнего футболиста Секача было большое будущее. Но он поддался мошенникам.

«Биодрон» - это а обманутый

КНИЖНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО
**КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА**



КУПИТЬ
ЗДЕСЬ

НЕ СВОДКИ И НЕ ПЕРЕСКАЗЫ

ЖИВЫЕ ДЕТАЛИ ВОЙНЫ, КОТОРЫЕ
ОБЫЧНО СТАНОВЯТСЯ ИЗВЕСТНЫ
ТОЛЬКО СПУСТЯ ГОДЫ

от журналиста и пропагандиста, редактора
и корреспондента «Комсомольской правды»
Дмитрия Стешина



Даже самые активные предатели предпочитают гавкать из-за границы. А на земле, в России, большинство перспективных агентов - городские сумасшедшие, с ними каши не сварить. Почти 99,9% соотечественников откажутся помогать вражеским спецслужбам. А скорее всего, сообщат о вербовке «куда надо», и начнется «оперативная игра», причем с потерями для бандеровцев - будут выявлены тайники с оружием и самодельными бомбами, возможно, задержаны курьеры-закладчики, вскрыты каналы связи... Достаточно примеров, когда такие «двойные агенты» рушили целые разведывательные сети и резидентуры.

Выход они нашли, и хитрость, которую применил противник, можно занести в категорию «дьявольская». Роман Силантьев подтверждает, что «биодроны» - это совершенно новый вид преступников:

- Первые «биодроны» были выявлены в 2022 году после начала СВО. Их количество не превышает тысячи человек и увеличивается не так быстро. То есть очень небольшой процент населения может быть трансформирован в «биодрон».

Но преступлений, подготовленных украинскими спецслужбами, на порядок больше! И Силантьев объясняет:

- Это просто преступники, верящие, что их не поймут. «Биодроны», наоборот, искренне верят, что защищают свою страну. Верят, что работают на ФСБ. Это их радикально отличает от неумных товарищей, которые поджигают релейный шкаф за 15 тысяч (которые в

итоге не получают) и пополняют контингент ФСИН на 15 лет (их дают гарантированно). Но «биодроны» релейные шкафы не жгут, их специализация - резонансные теракты.

ДРАМАТУРГИЯ ТЕРАКТА

Еще один деструктолог, Яна Амелина, очень точно описывает один из технологических приемов превращения добропорядочного гражданина в «машину убийства», управляемую врагами. Он называется «Счастье в исполнении миссии»:

«...применяется к людям с высоким уровнем доверия и уважения к сотрудникам правоохранительных органов, любовью к своей стране, потребностью в одобрении. В подобных схемах мошенники зачастую внушают жертве, что она помогает в раскрытии крайне важного для государства уголовного дела, а также что совершение преступления парадоксальным образом является актом любви к своей стране, к Родине».

То есть они любят Россию и верят, что работают во благо Родины (именно так, с большой буквы), что помогают доблестным спецслужбам.

Роман Силантьев делал десятки экспертиз к уголовным делам, возбужденным по «биодронам», и подробно описывает драматургию перепрошивки нормального, обычного человека.

Есть два варианта «работы».

Самый распространенный - жертву с помощью мошенничества лишают всего, заставляют продать

не террорист, гиперпатриот

ЦОС ФСБ России



Даже самодельную бомбу
перепрошитые «биодроны»
делают убежденными,
что помогают спецслужбам.

недвижимость, буквально вгоняют в долговую яму: вынуждают брать кредиты, бегать по друзьям и родственникам, занимая деньги. Все собранное передается курьеру якобы для «помещения на безопасный счет» или «в безопасное место». Еще один вариант - в качестве «вещественного доказательства».

В какой-то момент человек осознает, что он лишился всего имущества, дотла! Дальше только жизнь в нищете и в долговой яме. И на этом этапе с жертвой можно делать все что угодно.

В этой схеме есть тонкие места. Как часто бывает, спецслужбы и банковские «безопасники» могут отследить все эти лихорадочные, истеричные переводы, продажи, обналичивание больших сумм. На заказчиков, скорее всего, не выйдут, они сидят на Украине. Главное, пресекут преступление, не дадут его совершить.

Но есть еще одна, не оставляющая следов методика подготовки «биодрона»:

- Жертву проверяют на устойчивость и исчезновение критичности мышления, - объясняет Роман Силантьев. - Долго проверяют, в течение нескольких недель. В форме доверительных бесед и переписки с сотрудниками спецслужб. И в какой-то момент, понимают: жертва созрела. Обработанные люди настолько верят этим «сотрудникам спецслужб», что по их распоряжению готовы совершать даже прямые убийства.

Вот типовой сценарий работы с «биодроном», в который превратили пожилую женщину.

- Бабушка с помощью лжесотрудника ФСБ лишается всех накоплений, «гробовых», под видом того, что «участвует в спецопера-

ции по поимке украинских террористов». И вот на последнем этапе ей сообщают, что искомые «террористы» засели в ближайшем военкомате и единственный способ их задержать - имитация поджога. Они буквально начнут выбегать из здания в ужасе, тут их наши спецслужбы и возьмут. А вам, бабушка, за это вернут все похищенное и еще медалью-грамотой поощрят за службу Отечеству, - рассказывает Роман Силантьев.

- ???
- В 22 - 23-м годах «биодроны» поджигали военкоматы, был целый вал таких преступлений. Схема перепрошивки работала. И среди жертв было много стариков старше 75 лет...

Я киваю:
- Помню, эту атаку наш противник медийно отработал очень плотно. Мол, смотрите, в России протестуют против частичной мобилизации! Когда западная пресса подключилась к этой информационной кампании, в Киеве даже перемену справляли.

«ШАХИДЫ» И «КИЛЛЕРЫ»

Терактов, совершенных «биодронами-шахидами», меньше десяти. И во всех случаях людей использовали втемную: бабушки куприли передатчик офицеру заминированную баночку с медом. Или подложить в машину полицейских заминированную колонку с «Алисой» для их прослушки.

Оказалось, что под чутким руководством «биодрон» может приготовить взрывчатку и собрать бомбу...

Рассказывает эксперт-деструктолог:

- В этом году «биодроны» начали совершать убийства. Убийство матери и изнасилование ее доче-

ри в Строгине - 20-летний футболист, которого вели по телефону с территории Украины, приехал в Москву и проник в квартиру жертв под видом участкового. Или подросток в подмосковном Пушкине зарезал двух пенсионеров - ему внушили, что они «украинские шпионы». Потом «биодрон» покончил с собой.

Роман Силантьев на память перечисляет десятки примеров, когда люди, находящиеся под чужим управлением, совершали дикие поступки и даже членовредительство. Можете представить, до какого состояния нужно довести немолодую, образованную женщину, чтобы она, повинаясь голосу из телефона, отдала все свои сбережения, а потом взорвала у себя... внутри петарду?! И такое было. Врачи спасли чудом. Как с ней работали? Роман Силантьев говорит, что ничего фантастического в этом нет:

- Ни НЛП, ни гипноза или еще каких-то фокусов. Занимающиеся перепрошивкой людей просто достигли в этом совершенства, отточив старые технологии. У них есть специализации по категориям жертв: военные пенсионеры, духовенство, педагоги. При этом 85% людей не стали их жертвами. Хотя они обзвонили, наверное, все население России и не по одному разу. Уму непостижимо, но мошенники смогли ограбить на 10 миллионов рублей даже одного профессионального борца с телефонными мошенниками!

Мой дежурный вопрос «Как уберечься?» буквально повис в воздухе. Ответ может быть такой:

- Все люди по-своему одиноки, всем не хватает любви, все люди

СПРАВКА «КП»

Технологии перепрошивки, или 13 причин, чтобы насторожиться

Классификация по материалам
деструктолога Яны Амелиной.

- ✓ **Сбор данных из открытых источников.** Это начальный этап работы с жертвой. Люди, услышав свои паспортные данные, ИНН, СНИЛС, сразу начинают доверять говорящему. Автоматически.
- ✓ **Претекстинг.** Преступник готовит для жертвы «коммуникативный сценарий», прорабатывает речевые стратегии и тактики. Использует известные ему интересы жертвы.
- ✓ **Три «да».** Техника, при которой сначала добиваются от жертвы согласия с некоторыми короткими утверждениями: «Вас зовут Александр?», «Вы проживаете по адресу ул. Московская, д. 10, кв. 32?», «Вы сейчас пытаетесь зайти в «Госуслуги»?». Утверждения, очевидно, верны, но жертва сразу испытывает расположение и доверие.
- ✓ **«Обратная социальная инженерия».** Мошенник заставляет жертву добровольно обратиться к нему за помощью, утверждая, что против нее работают вымышленные мошенники.
- ✓ **Эмоциональные качели.** Смена доброжелательного отношения на скрытую агрессию.
- ✓ **Эффект ореола.** Говорящий с жертвой к месту и не к месту использует звания и должности сотрудников известных крупных государственных учреждений или организаций.
- ✓ **Социальная изоляция.** Жертву вынуждают соблюдать «конфиденциальность». А в состоянии социальной изоляции психоэмоциональное состояние дестабилизируется и жертвой легче управлять.
- ✓ **Контроль сознания.** Несколько подставных личностей находятся в непрерывном общении с жертвой, сменяя друг друга, не ослабляя контроль.
- ✓ **Внушение безвыходности.** Жертве дается установка, что ее жизнь уже не будет прежней, она утратила свой покой и комфорт.
- ✓ **Ограничение времени.** Жертву все время торопят.
- ✓ **Давление на усталость.** Долгие, изнурительные переговоры сужают сознание.
- ✓ **Примитивизация.** Очевидно, что сотрудник банка не может по прямому телефону переключить на сотрудника ФСБ, это разные организации.
- ✓ **Проработка возражений.** Например, собеседник жертвы в соцсетях изображен на аватаре в полицейской форме. Разумеется, нарисованной в фотошопе. Жертве, находящейся в истероидном состоянии, все кажется убедительным и разумным.

Дневник дезертира ВСУ
читайте на нашем сайте
KP.RU



бояться смерти и любят поговорить о себе. Интересуйтесь близкими, проявляйте к ним сочувствие, и тогда перепрограммировать, перепрошить, перехватить управление человеком будет почти невозможно.



Сын Алены очень гордится мамой, всем во дворе рассказал о ее поступке.

Виктория КУДАЕВА

Алена Полонская стала донором костного мозга для женщины из другого города.

«Ваша кровь идеально подходит пациенту. Вы можете спасти чью-то жизнь», - услышала в феврале этого года Алена Полонская из Улан-Удэ по телефону, когда ей позвонили с незнакомого номера...

А в сентябре 2025 года сибирячка также вступила в регистр доноров костного мозга.

- В один из дней обратила внимание на плакат с призывом стать донором костного мозга, - вспоминает Алена. - Там была краткая информация о самой процедуре. А внизу слоган: «Стань донором, спаси чью-то жизнь». И подумала: почему бы и не попробовать? Везде открыто говорят, что вреда для здоровья от этого нет.

сути, - вспоминает Алена. - Сначала подумала: «Наверное, это мошенники, которые получили доступ к базам». Но в процессе разговора поняла, что действительно кому-то требуется моя помощь. Произошло совпадение. К горлу подкатил ком. Было и страшно, и в то же время волнительно: «Я действительно могу помочь кому-то, могу спасти жизнь!».

Близкие Алены, узнав о том, что она станет донором, отреагировали по-разному. Супруг поддержал, коротко сказав: «Все получится». 9-летний сын Алены сначала надулся, узнав, что мама уезжает надолго. Но,

услышав, что без ее помощи человек может умереть, восхитился.

- Всем друзьям во дворе хвастался. Больше всех переживали родители. Но они знают: если я что-то решила - переубедить бесполезно.

В начале июня Алена отправилась в Санкт-Петербург. Подготовка к донации заняла несколько недель.

- Сдала необходимые анализы, прошла обследования. Затем были пять дней уколов, которые стимулируют выход стволовых клеток, - рассказывает Алена. - Сама процедура донации заняла три часа. Это похоже на диализ: с одной руки кровь забирают, отделяют стволовые клетки, смешивают с лекарственным препаратом, а все остальное возвращают. Я лежала, слушала музыку. После процедуры проспала несколько часов. Утром - уже как будто ничего и не было. Только небольшая слабость, как после долгого перелета на самолете.

ей около 50 лет, - говорит Алена. - По правилам, донор и реципиент могут познакомиться друг с другом не ранее чем через два года после трансплантации. А не раньше чем через полгода мне ничего не скажут о состоянии пациентки. Первые полгода идет приживание клеток. Теперь я жду Новый год, чтобы узнать, как она.

После донации Алене и пациентке дали открытки, которые они могли передать друг для друга.

- Я написала: «Нельзя жить без мечты. Моя мечта - услышать, что вы полностью здоровы». А она ответила мне: «Спасибо за подаренную мечту. Я верю, что ваша кровь мне поможет».

Недавно Алену пригласили на награждение почетных доноров. Ей вручили благодарность.

- Честно говоря, чувствую себя некомфортно, потому что сейчас обо мне пишут в СМИ, - признается сибирячка. - Даже не представляла, что будет такое внимание ко мне. А ведь я ничего особенного не сделала. Помогла и помогла. Я делала это от чистого сердца, просто хотела помочь, потому что могу.

Примеру Алены уже последовали ее знакомые.

- Коллега стала донором крови, а племянница тоже вступила в регистр. Это здорово!

А еще Алена признается: к своему «генетическому близнецу» она относится очень тепло, хотя никогда ее не видела.

- Некоторые люди нам не нравятся, даже если мы с ними разговариваем. А я к ней почему-то очень тепло отношусь. Мне кажется, она очень хороший человек!

РЕШИЛАСЬ ЗА КОМПАНИЮ

Алена родом из Усть-Илимска Иркутской области. Но уже два года она живет в столице Бурятии, Улан-Удэ, - переехала вслед за мужем-военнослужащим. Сибирячка работает в компании, которая занимается продажей автозапчастей. Вместе с супругом они воспитывают 9-летнего сына. В свободное время Алена увлекается походами, спортзалом и чтением книг. А еще она - донор крови.

- Супруг долгое время является донором, сдает кровь еще со студенчества, - рассказывает Алена Полонская. - Мне тоже стало интересно и в один из дней я пошла с ним за компанию. С тех пор сдала кровь раз в три-четыре месяца.

«НАВЕРНОЕ, ЭТО МОШЕННИКИ»

И меньше чем через полгода сибирячке позвонили из Федерального регистра доноров костного мозга. К тому моменту Алена жила своей жизнью. Про регистр она даже немного забыла.

- Я сначала не ответила. Мне написали сообщение, представились, рассказали о



Самые важные новости, фото и видео - в канале «КП» - Иркутск» в MAX



Алена и та, кому она помогла, смогут увидеться только через 2 года, а пока просто обменялись открытками.

■ БЛАГОЕ ДЕЛО

Коту извлекли пулю из переносицы

Ольга БУРДУКОВСКАЯ

В Барсика выстрелили из пневматической винтовки во время прогулки на улице.

Как так случилось? Хозяйева пятилетнего кота Барсика шотландской породы и сами хотели бы узнать. Питомец ушел гулять, семья живет в Боханском районе, и любимец часто выходит из дома один, а вернулся с пулей в переносице. Застреляла так, что вытащить ее самостоятельно хозяйка не смогла, хотя пыталась. Не медля, Барсика повезли в ветклинику.

- Пуля, к счастью, не задела сосуды и не повредила зрение,

а застряла в коже, - рассказала замруководителя Боханской ветстанции Татьяна Голубчикова.

В клинике пулю аккуратно извлекли, а рану обработали. Сейчас жизни и здоровью Барсика ничего не угрожает - кот идет на поправку. Как оказалось, стреляли в Барсика из пневматической винтовки. Кто и почему, так и не выяснили.

- Мы напоминаем: самовыгул для животных - серьезный риск, - говорит Татьяна Голубчикова. - При этом кошки, которые ходят по улице без присмотра, чаще становятся жертвами жестокого обращения, попадают под машины, травятся и ввязываются в драки с другими животными.



Барсику повезло - пуля не задела важные органы.

Иркутск читающий

Надежда ИВАНОВА

Появились новая библиотека и новый том учебника по истории города.

В книжном мире Иркутска произошло сразу два значимых события: открылась новая детская библиотека и вышел новый том по истории областного центра.

БИБЛИОТЕКА ПО ИНИЦИАТИВЕ ГОРОЖАН

Новый филиал Централизованной библиотечной системы, а именно - детская библиотека №25 - открылась на 1 этаже дома №78 по улице 4-я Советская. В торжественной церемонии приняли участие губернатор Иркутской области Игорь Кобзев, министр культуры региона Олеся Полупнина, мэр города Руслан Болотов, депутат Законодательного собрания Дмитрий Мясников, председатель Думы Иркутска Евгений Стекачев и митрополит Иркутский и Ангарский Максимилиан. И все же красную ленточку перерезали главные герои торжества - юные читатели.

- Новое учреждение появилось здесь по инициативе горожан - они озвучили свое предложение на личном приеме полномочного представителя Президента России в Сибирском федеральном округе Анатолия Серышева, и вместе с городом мы реализовали эту идею. Предлагаем учреждению подать заявки на уча-

стие в программах по пополнению книжного фонда и дальнейшей модернизации, - отметил Игорь Кобзев.

Пространство разделено на несколько многофункциональных зон:

- ✓ холл со стеллажами для акции «Книговорот»;
- ✓ информационный зал с компьютерами и доступом к электронным каталогам и библиотеке «ЛитРес»;
- ✓ семейная творческая гостиная с детской литературой, настольными играми и интерактивной панелью;
- ✓ основной зал, объединивший абонемент и площадку для мероприятий.

Мобильная мебель и трансформируемые столы позволяют быстро менять пространство под разные задачи.



Руслан Болотов поздравил юных читателей.

«РАДИ НАШИХ ДЕТЕЙ»

- Показательно, что библиотека появилась именно благодаря местным жителям: они бережно относятся к традициям и при этом думают о том, что останется потомкам. Особенно важно, что сейчас, когда все внимание сосредоточено на победе, мы не забываем о созидании: в этом году идем с опережением графика капремонта детских садов, уже обновили более 100 объектов образования. Все это - ради наших детей, ради того светлого будущего, которое мы вместе строим для Иркутска, - сказал Руслан Болотов.

Помещение для библиотеки было передано в оперативное управление ЦБС в 2024 году. В 2025-м здесь провели текущий ремонт: отремонтировали и покрасили стены, смонтировали новое потолочное покрытие, установили сантехнику. Библиотека укомплектована по модельному стандарту публичной библиотеки: современное оборудование, компьютерная и оргтехника, интерактивные панели. Во входной группе установлен козырек, оборудовано крыльцо, покрашен фасад и заасфальтирована прилегающая территория. Все работы проведены за счет бюджета города.

ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

- Нашими читателями могут стать жители любого возраста: по просьбам бабушек мы поставили полку детективов, для дедушек - фантастику, есть литература и для мам, и для пап. Это библиотека не только для детей, но и для всей семьи, - поделилась заведующая библиотекой №25 Ольга Вишнякова.

Книжный фонд нового учреждения составляет 1500 экземпляров. Жители могут пополнить его - подаренные издания регистрируют и учтут.

Режим работы: с 10:00 до 18:00, выходные дни - воскресенье и понедельник.



На полках - современные и яркие издания.

■ А В ЭТО ВРЕМЯ

Второй том истории родного города

Доктор исторических наук, профессор Станислав Гольдфарб представил мэру города второй том учебного пособия по предмету «Иркутскоеведение». Первый том был презентован в ноябре 2024 года.

В новое издание вошли разделы, охватывающие:

- ✓ историю Иркутска 1930-х годов, политические репрессии;
- ✓ развитие промышленности, транспорта и городского хозяйства;
- ✓ становление образования, здравоохранения и спорта;
- ✓ жизнь города в военные годы и послевоенное восстановление;



Учебник отправится во все школьные библиотеки.

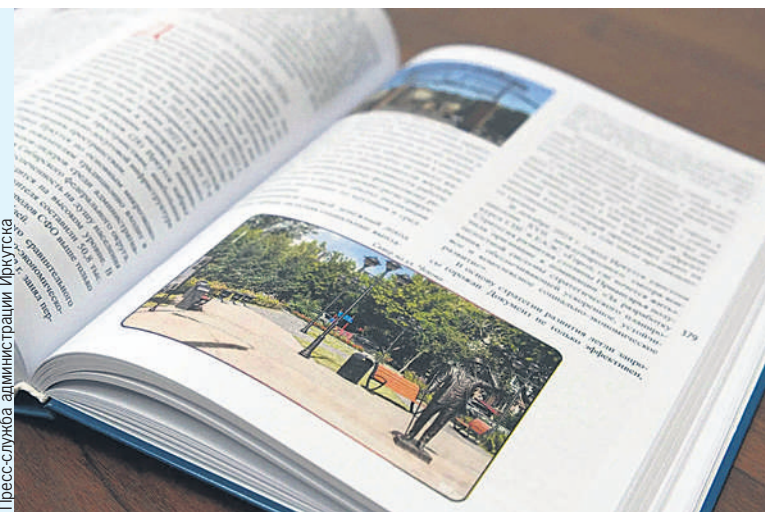
- ✓ жилищное строительство, возведение Иркутской ГЭС;
- ✓ пятилетки 1960-1980-х годов

и празднование 300-летия областного центра;

- ✓ развитие Иркутска в 1991-2024 годах: политические перемены, работа мэров и городской Думы.

Отдельный блок посвящен формированию комфортной городской среды, науке и высшей школе, а также культурной жизни города.

- Книга охватывает период вплоть до современности. Появилось очень много новых материалов, которых раньше не было. В издании представлены многие действующие лица последних 35 лет: председатели Думы, мэры, депутаты, участники молодежного парламента. Все как положено, все по фактам, - подчеркнул Станислав Гольдфарб.



На страницах - современная история до наших дней.

Глава города отметил, что второе издание посвящено людям, которые вписали свои имена в героическую летопись страны:

- Значительный блок учебника повествует об Иркутске и иркутянах в контексте проведения специальной военной операции. Здесь расска-

зывается о героях, защищающих Родину, о помощи наших жителей фронту, системе поддержки семей участников СВО. Все это история, которую должны знать и понимать дети. Именно им предстоит строить будущее нашего города, области и страны.

Наплевать, наплевать, надоело выгорать

Елена КРИВЯКИНА

Кажется, все мы время от времени устаем и выгораем. А потом кажется: отчалим в отпуск, отдохнем – и жизнь снова налаживается. А вот и нет! Усталость от работы и выгорание – разные вещи,



с этим делать и можно ли этот неприятный процесс предотвратить.

КАК РАСПОЗНАТЬ

– Выгорание чаще всего происходит у людей «помогающих и эмоцио-

Что делать, если служебные обязанности стали нелегкими.

нальных профессий»: врачи, учителя, рекрутеры, психологи, журналисты, – объясняет Елена Владимировская. –

Потому что в ходе работы ты принимаешь на себя чужие проблемы, переживания. Со мной это начало происходить в пандемию, а окончательно я поняла, что выгорела в конце 2022 года. Человек в таком состоянии постоянно чувствует, что на него что-то давит: это может быть токсичный начальник или какая-то нерешаемая проблема на работе. И одна из главных ошибок – пытаться убедить себя, что все рассосется. Нет! С выгоранием надо работать. Это как с болезнью. И чем позже ты начнешь его лечить, тем будет сложнее.

Но для начала надо разобраться, а точно ли вы выгорели? Может, все

не так глобально? Консультант предлагает выполнить простое упражнение для диагностики своего состояния: если вы чувствуете, что работа стала поперек горла, начальник и коллеги раздражают, а сами вы все чаще считаете себя недооцененным, просто возьмите три дня отпуска.

– В эти три дня не стоит делать ничего, что ассоциируется с работой. Нельзя отвечать на рабочие звонки, поддерживать рабочую переписку и прочее, иначе отвлекаться не получится. И еще: в эти три дня вы должны отдыхать непривычным для себя способом. Если привыкли к интеллектуальной работе, то возьмите и поклейте обои в какой-нибудь бытовке на даче. Вам надо переключить мозг, чтобы он перестал жевать вот эту вашу обычную жвачку, когда вы недовольны работой и все вокруг «козлы».

Если через три дня вы пришли на работу и все нормализовалось, то никакого выгорания в профессии у вас нет, считает эксперт.

– Вы просто устали, надо себя разгрузить: учиться говорить «нет», когда вам накидывают работу сверху, рационально планировать рабочее время. А вот если после трехдневного мини-отпуска ощущение «все опротивело» осталось и даже усилилось, то вы карьерно выгорели, – дает диагноз Елена Владимировская.

УХОДИТЬ В НИКУДА НЕЛЬЗЯ!

– Борьба с выгоранием – это смена работы? – уточняю я у Алены.

– В 90% – да. Но не надо срочно бежать и увольняться. Рынок труда сейчас сложный, поиск занимает среднем от трех до шести месяцев. Это требует много ресурсов, а когда человек выго-

ПРИМЕР ИЗ ЖИЗНИ

Мечты сбываются!

– В карьере есть два смысла: ближний (или короткий) смысл – это горизонт планирования от года до трех лет. А большой (длинный), – в промежутке от 3 до 10 лет. Ближний смысл в основном про обязательства и возможности: ипотека, дети, отпуск, новая машина, должность повыше. А дальний – это размышления над вопросами «кто я?», «что останется после меня?». С возрастом для нас более значимыми становятся именно дальние, глубинные смыслы. И важно эти смыслы в себе раскопать. Можно взять большую детскую мечту и преобразовать ее в карьеру, – рассказывает Елена Владимировская. – У меня была клиентка, которая возненавидела свою работу. Ее считали профи, хорошо платили, но она устала от своей деятельности. Я спросила, какая у нее в детстве была мечта, и она рассказала, что хотела заниматься балетом, но ее некому было возить в балетную школу. Для понимания: передо мной сидела зрелая женщина под 100 килограммов. И вот как она в итоге реализовала свою детскую мечту: нашла тренера, помещение и открыла студию балета для взрослых. Вложила в это 300 тысяч рублей, за три месяца их отбила и вышла в прибыль. Теперь у нее студия, мини-журнал на эту тему, поездки с коллективом и клиентами на спектакли по всей стране.

рел, то никаких ресурсов у него просто нет. Поэтому уходить в никуда нельзя! Перед тем как уволиться, вы должны быть уверены, что ваших денег хватит на то, чтобы спокойно прожить без работы минимум 6 месяцев. Если таких денег нет, не увольняйтесь. Но при этом ваше отношение к текущей работе должно поменяться. Вы воспринимаете ее как свой финансовый парашют, уже понимая, что со временем уйдете. При этом вы хорошо выполняете все свои обязанности, просто меняете отношение внутри себя.

А перед тем как выйти на новое место, обязательно возьмите паузу месяца на два, чтобы разобраться, от чего именно вы выгорели. Нужно осознать для себя вещи, которые для вас в карьере недопустимы. Например, вы не можете вставать на работу очень рано или вам нужно уходить с работы строго не позднее 18 часов, потому что вам крайне важно проводить время с семьей, но раньше вы не могли в этом признаться. Теперь это нужно сделать, иначе новое выгорание неизбежно, – предупреждает эксперт.

СОВЕТЫ СПЕЦИАЛИСТА

Рекомендации карьерного консультанта Алены Владимировской.

1 Многие причины карьерного выгорания после 45 лет кроются не в карьере, а в возрастных особенностях. Поэтому важно регулярно проходить медицинский чекап (диспансеризацию) и обязательно посетить эндокринолога. Часть проблем, включая постоянную усталость, после выполнения рекомендаций врачей может просто исчезнуть.

2 Чаще всего выгорание происходит от того, что наши ожидания не соответствуют реальности.

– Люди сами себе многое надумывают в карьере. Например: «через год я точно стану начальником департамента». А когда этого не происходит, человек начинает ненавидеть начальство и гнобить себя самого. На самом же деле ему никто не обещал подобного карьерного роста, – поясняет Елена Владимировская.

Поэтому, по словам эксперта, надо хотя бы раз в год четко сверять свои ожидания с реальностью.

3 Важно понимать свою востребованность на рынке. Для этого поддерживать общение с коллегами по сектору, чтобы про вас помнили, а также раз-два в год ходить на собеседования в другие компании. По их итогам вы поймете: если вас на работу приглашают, значит, вы востребованы. Если нет – надо что-то доработать, чему-то поучиться, чтобы в случае увольнения не пополнить ряды безработных.



ПОДПИШИСЬ!

НА ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ 2027 ГОДА
январь - июнь

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ МОЖНО В ОТДЕЛЕНИЯХ СВЯЗИ «ПОЧТЫ РОССИИ»
В ПЕРИОД С 1 СЕНТЯБРЯ ПО 20 ДЕКАБРЯ 2026 ГОДА

ИЗДАНИЕ
ЕЖЕДНЕВНАЯ ГАЗЕТА
подписной индекс
П1101

ИЗДАНИЕ
ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК
С ТЕЛЕПРОГРАММОЙ
подписной индекс
П3700

ИЗДАНИЕ
ЕЖЕДНЕВНАЯ ГАЗЕТА
+ ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК
С ТЕЛЕПРОГРАММОЙ
подписной индекс
ПН051

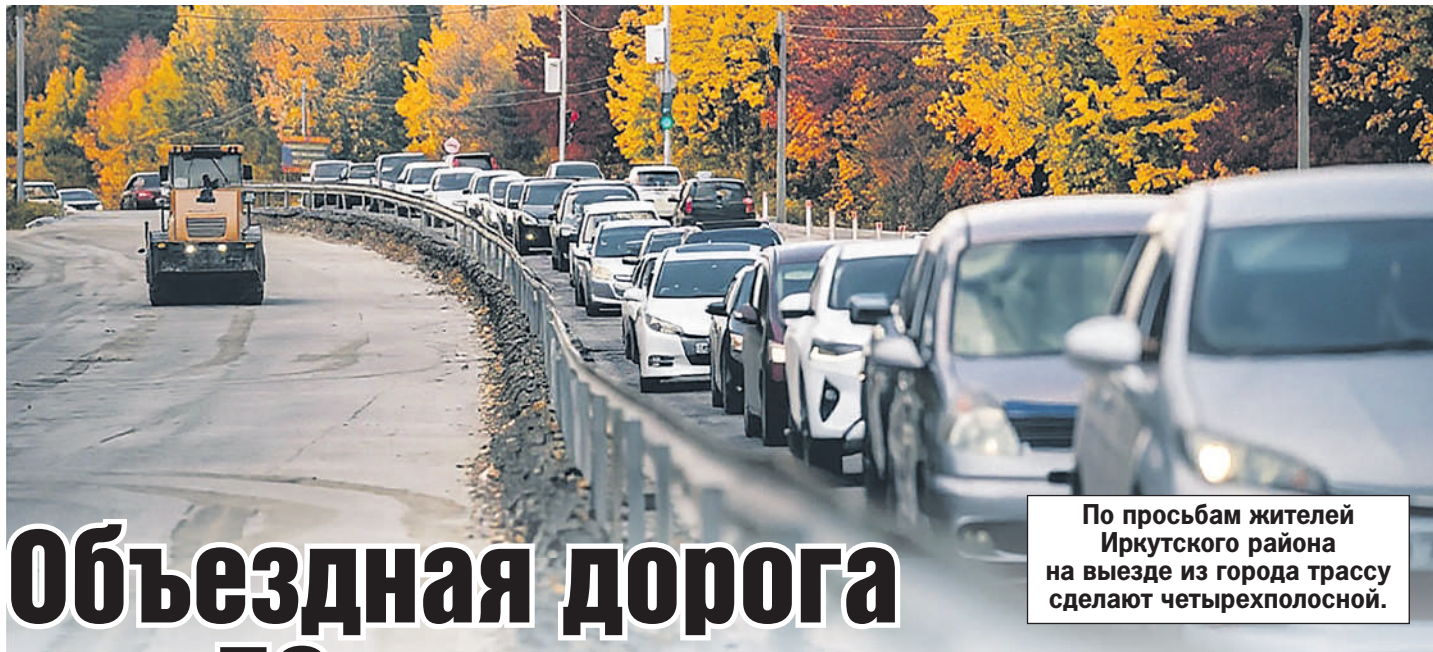
ВЫЗОВ ПОЧТАЛОНА НА ДОМ В Г. ИРКУТСКЕ



280-680, ДОБ.2714

12+

ЦЕНЫ ДЛЯ ЛЬГОТНЫХ ПОДПИСЧИКОВ УТОЧНЯЙТЕ В ПОЧТОВОМ ОТДЕЛЕНИИ
РЕКЛАМА



Объездная дорога для 50 тысяч машин в сутки

По просьбам жителей Иркутского района на выезде из города трассу сделают четырехполосной.

Анастасия Куренова

«Комсомолка» выяснила, когда на Качугской развязке начнут рассасываться пробки.

- Расстояние от Хомутово до Иркутска - 25 километров, а ехать всегда не меньше часа. Волшебство, да и только! - иронично шутят жители Иркутского района.

Раннее утро понедельника или вечер пятницы - дорога через пересечение Качугского и Александровского трактов в Иркутске полна препятствий. В западне оказались не только жители пригорода, но и микрорайоны Лесной, Зеленый, а также желающие рвануть к западному побережью Байкала. В часы пик на северо-восточном выезде можно простоять 2-3 часа.

«ОБЛАКО ПЫЛИ И ПРОБИТЫЕ КОЛЕСА»

К слову, проблема с пробками стала более ощутимой с начала года. Здесь закипела работа: съехалась тяжелая техника, стянулись рабочие. Была объявлена масштабная реконструкция, которая обещала увеличить пропускную способность важного транспортного узла до 50 тысяч автомобилей в сутки при нынешних 20. Завершить проект планировали к октябрю 2027-го.

В результате должна была появиться современная двух-

уровневая кольцевая развязка с выделением прямого направления: на выезде на Качугский тракт - путепровод. Под ним - транспортное кольцо с выездами на остальные направления. Плюс ко всему: освещение, системы водоотвода, очистных сооружений и пешеходных тротуаров.

Казалось бы, ради таких перспектив можно и потерпеть, но этим летом строительство встало на паузу на неопределенное время. При этом о сдвиге сроков официально не сообщалось.

- И без того узкая дорога местами сужена из-за ремонта, - сетует жительница Хомутово Анна. - В прошлую пятницу мне сказочно «повезло». Менялось реверсивное движение, а чуть дальше произошла авария - все стояло намертво. В итоге к селу я подъехала только через два часа, затемно. Благо, старшие дети

могут забрать младших из детсада. Иначе не знаю, что бы делала.

По словам женщины, не радует и состояние дороги.

- Грейдер здесь проходит редко, а из-под накатанного гравия то и дело торчат острые камни. Моя сестра недавно пробила колесо. Стоило чуть съехать на обочину. В яму тоже легко попасть. Из хорошего: в сухую погоду по участку, где снят асфальт, всегда ездит «поливалка», чтобы машины не поднимали пыль. Иначе появляется огромное облако, даже на расстоянии метра видимость нулевая.

- Самая жесть была летом и продолжится зимой, - подхватывает подруга Анны Надежда. - На солнцепеке в пробке ты буквально жаришься, словно под лупой, а зимой молишься, лишь бы машина не встала на обочине в самый мороз.

Получается, что неудобства есть

здесь и сегодня, а прогнозы весьма туманны. Чего же теперь ждать?

ПОЕДЕМ В ОБХОД

Пока в салонах машин тихо играет радио, а в пробках гудят клаксоны, тяжелая техника работает не на самой развязке, а у временной объездной дороги, которая соединит областной центр, Качугский и Александровский тракты. Как корреспонденту «Комсомолки» сообщил генеральный директор компании-подрядчика Николай Двоеглазов, первый этап практически готов - остались последние штрихи.

- До конца октября планируют запустить 50% объездной дороги. Она будет четырехполосной, с асфальтобетонным покрытием и освещением. Всего на ее строительство мы заготовили 15 тысяч кубов щебня. Чтобы привезти его, самосвалы сделали тысячу рейсов. Начало дороги пойдет от АЗС налево на Александровский тракт. Проезд будет регулироваться светофорами: сейчас мы ждем их поставку и последующую установку.

Всего в проекте предусмотрено две объездные дороги. Вторая, двухполосная, будет вести из Иркутска на Качугский тракт по Лучевому переулку.

- Строительство второй половины объездной пока невозможно, - поделился Николай Двоеглазов. - Ее возведение зависит от выкупа заказчиком земель у частных собственников. Сколько времени займет этот процесс, сказать сложно. Однако даже имеющаяся временная дорога должна заметно разгрузить зону пересечения трактов. Параметры рассчитаны исходя из существующего трафика - до 50 тысяч автомобилей в сутки. Когда движение транспорта будет перенаправлено, мы сможем приступить к основному этапу - строительству путепровода.

■ А В ЭТО ВРЕМЯ

Тракт расширят

Работы по расширению Качугского тракта стартовали летом текущего года по просьбам жителей села Хомутово и деревни Грановщина. Основание дороги увеличили до четырех полос на выезде из Иркутска, с 6-го по 11-й километр. Этот участок длиной пять километров считается самым загруженным в этом направлении. Также специалисты укрепляют откосы, заменяют водопропускные трубы, делают водоотведение, остановку транспорта у СНТ «Мечта». Разделительная полоса, которая разведет встречные потоки, повысит безопасность. Основная работа происходит ночью, чтобы не мешать автомобилистам. В следующем году уложат асфальт, сделают освещение. На втором этапе расширение тракта проведут с 11-го по 14-й километр, на третьем - с 14-го по 18-й.



Так будет выглядеть транспортный узел после масштабной реконструкции.

РИККО
ПИЦЦА

Звони и
заказывай
доставку

48-09-39

Сканируй
и заказывай
на нашем
сайте



ПИЦЦА В ПОДАРОК
по промокоду газета

*акция действует при заказе на доставку от 1200р. Действует в зале в одни руки. Не суммируется с другими акциями.

Неохота

В народной медицине особенно ценятся медвежий жир и медвежья желчь.

Елена АРАКЕЛЯН

Почему косолапые перестали считаться ценной добычей и как это влияет на их популяцию.

...Снять с лап кожу, положить в маринад (уксус с пряностями, луком, солью и перцем) минимум на сутки, затем обдать кипятком, очистить, сварить с тушеными овощами и травами (морковь, лук, корень петрушки, сельдерей, порей, пряности) на легком огне до мягкости, разрезать по суставам, запанировать и обжарить.

Угадаете, что за рецепт? Не угадаете. Так в XVIII - XIX веках готовили медвежьи лапы, считавшиеся в дореволюционной России деликатесным блюдом. И не только лапы шли в дело. Мясо медведей солили, вялили, копти-

ли. Медвежьи окорока и колбаса еще во второй половине XIX века продавались в городских колбасных лавках. Использовался также жир. Он считался отличным средством от простуд и для укрепления сил, особенно при долгой физической активности на морозе.

А еще куча народу зарабатывала на жизнь, вода по деревням дресированных медведей. Действо это попало под запрет только в декабре 1866 года, при Александре II, как сейчас бы сказали, из-за негуманного отношения к животным: для безопасности людей косолапым артистам вырывали зубы и когти и водили на цепи.

Так или иначе, до начала XX века Михайло Потапыч был не только частью обычной российской жизни, но и плотно вписывался в российскую экономику. Почему же сейчас былой символ России превратился в беду - шастает по дачным и даже городским помойкам, громит дома, убивает людей?

«ЭКОНОМИЧЕСКИ НЕИНТЕРЕСЕН»

Медведь совсем потерял страх перед чело-

веком, предупреждают специалисты. Люди для мишек нынче - источник доступных вкусняшек, а никак не «человек с ружьем». А все потому, что в глазах человека медведь перестал быть ценной добычей - интерес к охоте на хищника резко упал.

«В последние годы, несмотря на значительный рост численности (популяции медведей. - Ред.), популярность охоты на медведя снижается, а лимиты добычи осваива-

ются менее чем на 30%. Помимо падения экономического интереса охотников к добыче медведей, одной из причин этого, очевидно, являются административные барьеры при оформлении разрешений на добычу», - это выдержка из свежего, сентябрьского письма ассоциации «Росохотрыболовсоюз» в Минприроды.

То есть из того количества медведей, которое официально разрешено добыть в целом по стране, охотники отстреливают меньше трети.

- У нас в течение уже, наверное, лет 20 идет недопромысел медведей. Катастрофический, по всей стране. Когда управление охотничьего хозяйства какого-то региона говорит, что надо отстрелять, скажем, 100 медведей, оно говорит это не просто так. Оно исходит из определенных данных - квота прописывается таким образом, чтобы медвежья популяция росла, но не очень сильно. А поскольку квота не выбирает-ся,

медведей становится больше, больше и больше. И конфликтов будет больше, больше и больше, - рассказал в эфире Радио «Комсомольская правда» (97,2 FM) зоолог-охотовед, кандидат биологических наук, главный редактор «Русского охотничьего журнала» Михаил Кречмар.

Но почему же медвежьи трофеи перестали быть «экономически интересны»? Казалось бы, раз уж в России обнаружилось растущее число медведей, которые уже и города в осаду берут, вот она, новая нефть - бурая!

ПРЕПОНЫ И ЗАТРАТЫ

В письме «Росохотрыболовсоюза» в качестве препон называются сбор в 3000 рублей, который надо уплатить для получения разрешения на отстрел мишки (плюс еще 650 рублей госпошлины), короткий срок действия этой лицензии - один месяц (не успел - надо все оформ-

КАРТА АКТИВНОСТИ КОСОЛАПЫХ

Где в России самая опасная ситуация по хищникам и как с ними борются



*Нападений не было, но зафиксировано 150 выходов к людям - в два раза больше, чем в 2025 году.

Смертельные случаи

1
2

Общее количество нападений

Приведено количество официально подтвержденных нападений. Не учитываются встречи с медведями и выход их к людям без проявления агрессии. В большинстве регионов не ведется статистики по конкретному числу нападений без летального исхода.



Популяция медведей

Нормативы, установленные на местном уровне. В федеральных масштабах количество медведей в стране в целом не регулируется нормативами.

Отстреляно

По данным местных властей, департаментов охоты и рыболовства. Учитываются дополнительно отстрелянные медведи не в лимитах охоты.

На медведя

лать по новой и снова платить) и короткий срок охоты (в осенний период это с 1 августа до 31 декабря - продлить бы еще на пару месяцев).

На первый взгляд все выглядит не слишком страшно.

Но на форумах охотников приводят другие, сопутствующие траты - которые уже существеннее. Хорошее оружие и экипировку считать не будем - оно покупается разово, а не на каждый выезд. Но к месту охоты еще надо как-то попасть. В таких регионах, как Камчатка или большая часть Красноярского края, не всегда поможет даже внедорожник, зачастую требуется заброска вертолетом (это если все делать правильно, а не когда косолапые уже сами в город пришли). Из постоянных расходов, кроме трат собственно на организацию выезда, - еще патроны, привада для мишки (подтухшая рыба, овес, мед, карамель - медвежьих деликатесы, которые выставляются в качестве приманки). В целом накладные расходы на каждый выезд, в зависимости от ситуации, оцениваются в 20 - 50 тысяч рублей с охотника.

Дополнительными расходами может обернуться и сама добыча. Расхояжая проблема - медвежье мясо часто оказывается заражено трихинеллезом (такие опасные паразиты). Поэтому просто так его использовать даже для себя нельзя, нужен ветеринарный контроль. А если паразиты будут обнаружены, уничтожить опасный продукт должен сам охотник за

свой счет - а это никак не меньше 100 кило мяса, а чаще больше.

И главное - охота на медведя все же требует серьезных навыков, которым еще надо обучиться. И если вы не потомственный охотник, это тоже не бесплатно.

А что можно получить взамен, не считая адреналина?

ЧЕМ ПОЛЕЗЕН ХИЩНИК

Достаточно посмотреть «медвежий» ассортимент российских маркетплейсов, чтобы тут же возник вопрос ребром: то есть как это добыча медведя потеряла экономический смысл? Баночка 30 - 40 граммов с сухой медвежьей желчью (судя по аннотациям, «лекарство от 100 болезней») - от 10 000 до 12 000 рублей. 30 капсул с чем-то на основе этой самой желчи - больше 1000 рублей. Медвежий жир - от 1500 рублей за баночку 100 мл.

Спрос, судя по отзывам, есть. Но с предложением как-то не очень - в основном оно от пары небольших заготовительных кооперативов с Алтая и из Сибири, которые занимаются всякой таежной экзотикой, от трав до той самой медвежьей желчи. Есть и еще один вариант: в названии - что-то «медвежье» и «от всех болезней», а как дочитаешь до состава, там «жир барсучий».

Спрос на медвежьи лапы и желчь вроде бы есть и за рубежом. В Южной Корее и ряде других стран Юго-Восточной Азии медвежья желчь - популярное средство народной медицины. А в Китае медвежьи лапы - любимый деликатес. В



Владимир ВЕЛЕНТУРИН/«КП» - Москва

Из шкуры медведя почти не шьют меховую одежду - она слишком тяжелая, толстая и жесткая. Зато есть немало любителей использовать ее как элемент интерьера.

■ КОММЕНТАРИЙ ЭКСПЕРТА

«Как товар - неликвиден!»

Зоолог, кандидат биологических наук, главный редактор «Русского охотничьего журнала» Михаил КРЕЧМАР:

- Почему исчез интерес к охоте на медведя? Медведь неликвиден, он охотнику не нужен, поскольку не представляет никакого коммерческого интереса. Мясо в большинстве случаев есть нельзя. Шкуру еще надо правильно выделывать, чтобы не воняла и не лезла - это вместе с оформлением (когда из шкуры делается ковер. - **Ред.**) стоит от 20 до 70 тысяч рублей. С желчью и жиром тоже проблемы, нужно иметь каналы сбыта. А охотников, которым медведь интересен исключительно как личный трофей и источник адреналина, очень мало - хорошо, если тысяча человек на всю страну. На фоне недопромысла в десятки тысяч медведей - а то и больше - с их помощью проблему никак не решить.

1990-е и 2010-е из-за этого на территории граничащих с Поднебесной регионов России речь шла не об увеличении числа медведей, а о том, чтобы браконьеры вообще всех косолапых не извели. В сводках 2013 - 2018 годов фигурируют изъятые таможенниками партии в 200 - 500 медвежьих лап. Была даже партия в 870 лап общим весом более тонны - их обнаружили у контрабандистов в районе озера Ханка в январе 2018 года. Это же более 200 убитых медведей!

Но браконьеров поприжали. Ко второй по-

ловине 2010-х усилиями и России, и Китая контрабандный вывоз от нас в Поднебесную «частей медведя» был практически перекрыт (в Китае сейчас официальная продажа медвежьих лап запрещена, а за контрабанду - наказание вплоть до смертной казни).

Весной 2024 года Россельхознадзор сообщил о первой официальной партии желчи бурого медведя (3,7 кг), отправленной по экспорту в Южную Корею. В ведомстве особенно подчеркивали, что желчь была законно, по разрешению, добыта в Ха-

баровском крае. Но о продолжении поставок ничего не слышно.

УБИВАТЬ МОЖНО, ПРОДАВАТЬ - НЕТ

Как можно у нас законно продать какие-то части медведя, разбираться пришлось долго.

- Это классический пример сферы, где формально разрешительное законодательство вступает в противоречие с крайне запутанной правоприменительной практикой, - «радует» адвокат по экологическим делам Евгений Жаров.

А теперь на пальцах. Формально бурый медведь в Красную книгу у нас не занесен, охотиться на него в рамках установленных квот (тех, которые сейчас не выносятся и на 30%) и с официальным разрешением можно.

- Однако когда речь заходит о коммерческом обороте и продаже за границу частей добытого медведя, вступает в силу Конвенция СИТЕС (она призвана защитить дикие виды растений и животных, которые находятся под угрозой исчезновения. - **Ред.**), где бурый медведь включен в Приложение II (виды,

Почему в этом году медведи так часто нападают на людей, читайте на нашем сайте



которые пока не под угрозой, но могут оказаться под угрозой исчезновения, если торговлю ими не регулировать. - **Ред.**) Любое перемещение через границу, скажем, медвежьих лап или желчи требует специального экспортного сертификата. На практике получить необходимые для этого сертификата подтверждения - практически нерешаемая задача, - объясняет юрист.

С продажей чего-нибудь медвежьего внутри России тоже не все просто.

- Владелец должен документально подтвердить, что животное добыто на законных основаниях, а разрешительная форма для внутренней продажи таких дериватов (частей животного. - **Ред.**), как лапы или желчь, законодательно вообще не установлена. Это создает правовую неопределенность и позволяет правоохранительным органам квалифицировать практически любую сделку как незаконный оборот, - утверждает Евгений Жаров.

Понятно, что строить на этой «неопределенности» какой-то неконтрабандный бизнес желающих крайне мало.

Впрочем, неопределенность - не только в этом вопросе. В комментариях на одном из охотничьих каналов наткнулась на интересную дискуссию: посадят ли тебя как браконьера (по статье 258 УК РФ за незаконную охоту грозит до двух лет тюрьмы, а при особо крупном ущербе - до пяти лет) за отстрел медведя, если тот шляется возле детского сада, но пока никого не съел. К единому мнению участники так и не пришли. В «Росохотрыболовсоюзе» предлагают в случаях, когда речь идет об угрозе жизни людей, разрешить оформлять лицензию на отстрел постфактум - но понятие «угроза жизни» остается размытым.

И это страшнее 3000 рублей за лицензию.

■ КСТАТИ

«Отец сражался со зверем в воде больше часа»

Сергей КИРИЛЛОВ

Хоккеист Андрей Кузьменко поделился подробностями гибели отца.

Нападающий «Питтсбург Пингвинз» Андрей Кузьменко, вернувшийся из Москвы в свой клуб после похорон отца, рассказал о том, как он погиб. Напомним, что трагедия произошла в Тоджинском районе Тувы, куда 62-летний Александр Кузьменко, работавший хоккейным тренером, отправился на рыбалку.

«Я расскажу о случившемся сейчас и только



один раз... Мой отец отправился на рыбалку с друзьями. Он оказался в воде, а за ним пошел медведь и напал на него. Мой отец сражался с

этим медведем в воде 1 час и 10 минут. После этого он еще был жив. Через два дня он умер. Это была обычная рыбалка.

Хочу поблагодарить всех, кто меня поддерживал. Спасибо каждому. Я вижу множество сообщений в социальных сетях, но, простите, я не могу ответить всем.

О моем номере (Андрей недавно взял в «Питтсбурге» номер 62. - **Ред.**) Я подумал о действительно значимых вещах в моей жизни. Моя мама родилась в 1962 году. Моему отцу было 62, когда он умер. Сейчас 2026 год. Поэтому я хочу взять цифры шесть и два... - приводит слова Кузьменко американская пресса.

Как получилось, что наши ученые так редко становятся лауреатами?

Евгений АРСЮХИН

С 5 октября началась Нобелевская неделя, и часто слышишь: а почему нашим дают так мало премий?

СЧЕТ НЕ В НАШУ ПОЛЬЗУ

Нобелевская премия учреждена в 1901 году, и за все это время вручили 527 наград (не считая премий мира). И из этого числа наших ученых (Российская империя, СССР, Российская Федерация) всего 19 человек, даже если считать с теми, кто на момент вручения премии был гражданином другой страны. Для сравнения, в США - 400 человек, в Великобритании около 150.

Чтобы разобраться, рассмотрим для начала два примера: Менделеев и Эйнштейн. Они блестяще покажут, как там все устроено.

КРУГОМ ИНТРИГИ

Менделеев номинирован, конечно же, был, но против вручения ему Нобелевски стеной встал коллега-химик Сванте Аррениус. Получив премию в 1903 году, Аррениус взял в Нобелевском комитете громадную власть. А у него с Менделеевым был конфликт.

Комитет не раз рекомендовал труды Дмитрия Ивановича заметить. Но Аррениус выдвинул сомнительный аргумент, будто сам Альфред Нобель завещал вручать за свежие свершения, а Таблица элементов открыта, мол, еще в 1869 году.

Но ведь, по сути, без Нобелевки остался и Альберт Эйнштейн. Да, ему награду все-таки дали (в 1922 году), но за что! Теория относительности была проигнорирована (современники ее просто не поняли). И Эйнштейну дали приз за... теорию фотоэффекта. Небольшую, и не самую важную, работу гения. Сам Эйнштейн на вручение не приехал.

В наши дни Нобелевский комитет действует крайне консервативно. Очень часто за тем или иным «нобелевским результатом» стоит советская разработка. И

Почему Менделееву и другим русским гениям не досталось Нобелевской премии

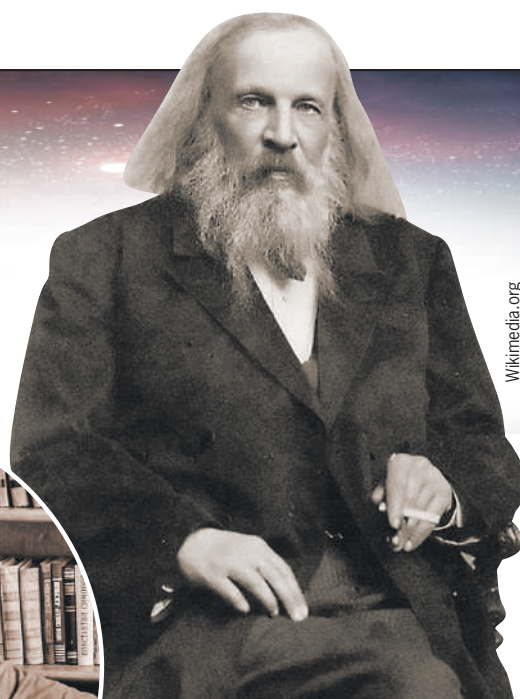
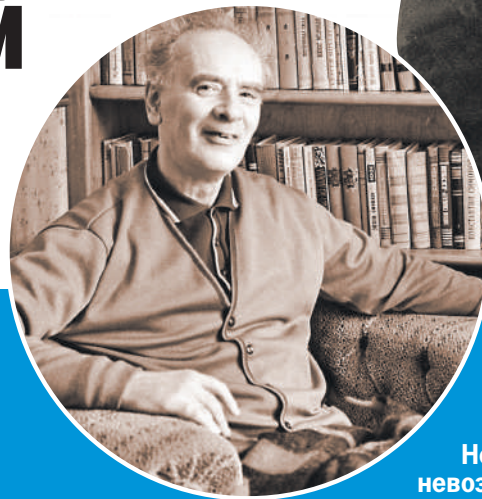
комитет мог бы отметить это обстоятельство. Но, как правило, не делает этого.

Вот несколько примеров.

В 2017 году комитет наградил за открытие гравитационных волн Райнера Вайсса, Кипа Торна и Барри Бэриша. Существование гравитационных волн предсказал Эйнштейн, а схему прибора, который мог бы их обнаружить, предложили в 1962 году Михаил Герценштейн и Владислав Пустовойт. Но Нобелевский комитет этого «не заметил».

Другой пример. Все слышали про бозон Хиггса. Это частица, которая порождает массу всего сущего. Нобелевка 2013 года Питеру Хиггсу и Франсуа Энглере совершенно заслуженна. Ведь они его предсказали. Но до них это открытие фактически сделали Лев Ландау и Виталий Гинзбург.

Валерий ГЕНДЕ-РОТЕ/ТАСС



Для Дмитрия Менделеева, который придумал Периодическую систему химических элементов, Нобеля не нашлось. Но заслуги Льва Ландау (слева) невозможно было проигнорировать.

Чего, собственно, сам Хиггс никогда не скрывал.

Когда в 1964 году Питер Хиггс взялся за проблему массы, он понял, что советские коллеги, по сути, уже все придумали, осталось добавить детали. Забавно, что за эти труды и Ландау, и Гинзбургу премию дали. Ландау - в 1962-м, Гинзбургу - в 2003-м. Где тут логика? Ее просто нет. Впрочем, дали - и спасибо.

САМИ ВИНОВАТЫ?

Вы удивитесь, статью под названием «Почему советские ученые не всегда получали заслуженные ими Нобелевские премии» опубликовал в 1998 году нобелиат Виталий Гинзбург. Лучше, чем он, не скажешь, поэтому просто почитаем.

В те годы (да и сейчас) была популярна версия «политических интриг». Но Гинзбург видит причины не только в этом.

Во-первых, пишет он, советская «высокая» физика развивалась в изоляции и секретности. Далеко не все публиковалось. Работая на нужды военной машины, сами ученые понимали: международное признание не придет к ним, скорее всего, никогда.

Во-вторых, русский язык для международного научного сообщества оставался экзотикой.

В-третьих, советские ученые почему-то не рвались номинировать товарищей. Логика такая: «Я его выдвину, ему дадут. А меня кто выдвинет?»

Впрочем, превращать науку в гонку за Нобелевскими премиями тоже как-то глупо. Никто не получал Нобелевку за первый спутник и полет человека в космос. Нобелевки или ее тогдашнего аналога не было у Ньютона, Декарта, Циолковского - но их имена мы будем помнить всегда. А фамилии многих лауреатов забудутся.



Андрей Гейм в 2010 году разделил премию по физике с Константином Новоселовым. Они одни из последних наших лауреатов.



Кто они, наши лауреаты?

Мы перечислили всех, но опустили премии по литературе и премию мира (все-таки они заслуживают отдельного разговора).

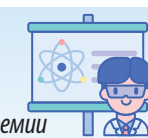
Мы не забыли и тех, кто формировался у нас, но премию получил как гражданин другого государства. Ведь мы ими тоже гордимся.

Физика

- 1958:** Павел Черенков, Игорь Тамм, Илья Франк (1958) - за открытие «эффекта Вавилова - Черенкова»;
- 1962:** Лев Ландау - за теории конденсированного состояния веществ и газов;
- 1964:** Николай Басов, Александр Прохоров - создание лазера;
- 1978:** Петр Капица - за открытия в физике низких температур;
- 2000:** Жорес Алфёров - разработки в полупроводниковой технике;
- 2003:** Алексей Абрикосов, Виталий Гинзбург - за вклад в развитие теории сверхпроводимости и сверхтекучести;
- 2010:** Андрей Гейм, Константин Новосёлов - за открытие графена;

Химия

- 1956:** Николай Семёнов - за теорию цепных реакций;
- 2023:** Алексей Екимов - за «квантовую точку»;



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Getty Images

■ НАХОДКА

Под Питером нашли древний клад с медальоном Одина

Дмитрий РОЖДЕСТВЕНСКИЙ («КП» - Санкт-Петербург)

Ученые Кунсткамеры сорвали археологический джекпот.

В Ленобласти обнаружили самый крупный в истории Северо-Запада клад с серебром X - XIV веков в Тиверском городке на берегу реки Вуокса, где находятся руины древней крепости.

Ученые наткнулись на настоящую сокровищницу. Общий вес

найденных серебряных изделий составляет более двух килограммов.

В составе клада есть круглые медальоны, гривна с орнаментом, привески-монеты, наголовное украшение карельского типа и серебряные цепи из тонкой проволоки, а также перстень, подковообразная фибула и кожаная повязка, - рассказали в Минобрнауки.

Кроме того, в кладе было три монеты. Самой старейшей из них является арабский дирхем.

Нумизматы посмотрели наши фотографии и предварительно определили, что он датируется 907 - 912 годами, - поделился старший научный сотрудник отдела археологии Музея антропологии и этнографии РАН **Станислав Бельский**. - Две другие монеты - это крупные брактеты уппсальского типа конца XI. Они имеют одностороннюю чеканку. Монеты уникальные, в мире таких всего лишь четыре.

Еще ученых заинтересовало изображение птиц на серебря-

ном медальоне. Предположительно, это вороны бога Одина - Хугина и Мунина. Там же набито волшебное копы Одина - гунгнир.

Это ставит нас в тупик, потому что имеется языческий мотив изображения скандинавского мифа, и он находится среди предметов с абсолютно христианской символикой, - заметил Бельский.

Качество найденного клада оценили как очень высокое. Археологи считают, что почти все изделия произвели в Древней Руси или в Скандинавии.



Богатый клад сейчас исследуют ученые.

Гордость Приангарья



Лесные уроки

Нина Петрова - учитель природоведения «Экспериментального лицея им. М.М. Батербиева» города Усть-Илимска, бессменный руководитель школьного лесничества «Лесовик». Вот уже 27 лет она возглавляет объединение, чья история неразрывно связана с Северным лесничеством - территориальным управлением министерства лесного комплекса Иркутской области. Под руководством Нины Александровны «Лесовик» прошел путь от трудовых отрядов старшеклассников до признанного победителя всероссийских и международных экологических конкурсов.

Нина Александровна приехала в Усть-Илимск много лет назад и устроилась по профессии, в лесничество, где и проработала 20 лет. Но в 1990-е годы решила заняться тем, к чему всегда лежала душа - преподаванием. Благодаря ее усилиям в школе была организована профессиональная подготовка мастеров лесного хозяйства: первые 72 выпускника получили дипломы государственного образца. Позже на базе объединения появились лесной экологический центр, музей Байкаловедения и экологическая тропа «Удивительное рядом». С 2001 года, после перевода профильных классов в профучилище, Нина Александровна создала школьное лесничество из учащихся 6-9 классов, за которым закрепили участок леса площадью 1067 гектаров и лесной питомник.

Особое внимание Петрова уделяет практической работе. За 25 лет юные лесоводы посадили сосну на площади более 200 гектаров, вырастили свыше 20 миллионов саженцев, ухаживали за лесными культурами на 500 гектарах, очистили от мусора десятки гектаров леса. Ежегодно под ее началом проводятся акции «Сохраним лес», «Живи, лес», «Ель в обиду не дадим», городской слет «Сохраним леса Приангарья».

«Лесовик» неизменно побеждает в областных и всероссийских конкурсах, удостоен 15 Зеленых флагов международной программы «Эко-школа». Выпускники Нины Александровны поступают в лесные вузы и работают в отрасли. Ее труд - пример преданности делу и воспитания настоящих защитников сибирской тайги.

За каждым успехом Иркутской области стоят люди - их труд, талант и неравнодушие. Специальный проект «Доска почета» от «Комсомольской правды» создан для того, чтобы рассказать о тех, кто составляет славу нашего края. Наши герои - разные. Но всех их объединяет любовь к родной земле и желание сделать ее лучше. Их истории - пример для молодых и гордость для старших.

Мы говорим спасибо тем, кто не жалеет сил для процветания Приангарья. Возможно, вы знаете того, кто достоин стать героем следующего выпуска - расскажите нам о нем! Вдохновляемся и гордимся своими земляками вместе!



Андрей Онищенко - преподаватель Детской школы искусств № 7 города Иркутска, единственный в учреждении педагог по классу балалайки, заведующий отделением струнно-щипковых инструментов. Его общий педагогический стаж - 35 лет. В этом году Андрей Николаевич стал лауреатом премии Министерства культуры Российской Федерации, которая ежегодно вручается лучшим преподавателям в области музыкального

Балалейка на новый лад

искусства детских школ искусств, творческих училищ и вузов за достижения в педагогической деятельности. Премия учреждена указом Президента России в 2022 году.

В 2026 году награду получили четверо педагогов от Иркутской области - из Братска, Саянска, Областной школы искусств и ДШИ № 7 Иркутска. Кандидатов оценивали по трем критериям: результаты обучения учеников, участие в творческих мероприятиях в качестве исполнителя и использование авторских методов в образовательном процессе. Всего вручалось 100 премий участникам со всей страны.

Андрей Николаевич - большой профессионал, сам концертирует, играет в профессиональных ансамблях. С 2003 года он является участником музыкального коллектива Иркутской областной филармонии «Небесный дуэт» вместе с пианисткой Ольгой Ершовой. Выступает экспертом профессиональных конкурсов среди юных исполнителей на народных инструментах в Иркутске и за его пределами, входит в состав жюри районных и городских состязаний.

Любопытный факт: с приходом Андрея Николаевича в ДШИ №

7 детей не нужно уговаривать заниматься балалайкой - желающие есть всегда. Во многом благодаря современному репертуару: звучит не только классика, но и произведения, близкие юным музыкантам. Его ученики регулярно становятся лауреатами конкурсов и продолжают обучение в профильных учреждениях. Только на городском конкурсе «Звонкая струна» в 2026 году воспитанники класса Онищенко завоевали половину всех призовых мест школы. Азы мастерства у него постоянно перенимают не менее 15 учеников.

Начальник управления культуры администрации Иркутска Ольга Стрекаловская отметила: «Победа в таком конкурсе - признание высокого профессионального мастерства педагога и его вклада в музыкальное образование детей. Андрей Николаевич много лет работает с юными музыкантами, его ученики регулярно становятся лауреатами конкурсов и продолжают обучение в профильных учреждениях». Педагогическое мастерство, личный исполнительский опыт и умение увлечь ребенка народной музыкой - все это делает Андрея Онищенко достойным признания на самом высоком уровне.



В «Гнезде» всем хватит места

Ольга Амосова - социальный предприниматель, основатель и руководитель инклюзивного пространства «Гнездо» в Братске. Живет в городе 11 лет и называет его своей второй малой родиной. В 2020 году Ольга Николаевна с единомышленниками объединила благотворительные проекты в инклюзивный кластер, который сегодня включает благотворительный магазин, ресторан с пекарней, гончарную мастерскую, арт-гараж, оранжерею и пункт переработки вторсырья. Главная миссия «Гнезда» - дать людям с ментальными особенностями возможность работать, творить и жить полноценной жизнью. Сегодня в организации создано 15 рабочих мест для людей с инвалидностью, а после запуска новых цехов появится еще десять.

Губернатор Иркутской области Игорь Кобзев, посетивший центр, отметил: «Благодарю руководителя Ольгу Николаевну Амосову, которая много лет помогает людям с ментальной инвалидностью. Организация дает право выбора людям с ментальными нарушениями. Они могут работать, заниматься тем, что им нравится. И это не только работа, это социализация».

«Гнездо» стало серебряным призером Международной премии #МЫВМЕСТЕ (2023), победителем конкурса «Мой добрый бизнес» (2024) и конкурса «Губернское собрание общественности Иркутской области». В 2026 году проект вошел в число лучших инициатив форума АСИ «Сильные идеи для нового времени» и получил поддержку для тиражирования модели в другие регионы. За три года в проектах «Гнезда» приняли участие 50 человек с ОВЗ, проведено более 400 терапевтических занятий.

Особое место в деятельности Ольги Николаевны занимает семейный арт-фестиваль «Дубыня», который она организует в деревне Дубынино Братского района. Фестиваль посвящен сохранению исторической памяти о деревнях, ушедших под воду при строительстве Братской ГЭС. Впервые он прошел в 2024 году, а в 2026-м собрал уже более десяти тысяч гостей - вдвое больше, чем годом ранее! Этномузыка, ремесленные мастер-классы, ярмарка народных промыслов, арт-галерея под открытым небом, катания на лодках по Ангаре, инклюзивные спектакли - на фестивале приезжают семьями и он становится заметным событием, на которое приглашают гостей издалека.

- Когда некоммерческие организации и крупные компании объединяются, получается создавать такие вот душевные и важные мероприятия на действительно хорошем уровне, - говорит Ольга Амосова.

Что нужно знать перед уколom вакцины

Окончание.
Начало < стр. 1.

Самые популярные утверждения о формировании прививочного иммунитета (в том числе после прививки от гриппа) нам прокомментировал **иммунолог, руководитель контрактно-исследовательской компании Николай Крючков**.

Если после прививки нет температуры, значит, вакцина не сработала?

- Это неправда. Температура и недомогание - это просто реакция организма на компоненты препарата, а не показатель того, как успешно формируется защита.

От одних вакцин (например, живых) такая реакция бывает у 30 - 40% людей, у других (современных субъединичных вакцин, то есть содержащих только небольшую частичку патогена) - крайне редко. Человек без каких-либо поствакцинальных симптомов может получить крепкий иммунитет, а тот, кто пролежал с жаром, - наоборот. Прямой связи здесь нет.

Прививаться разрешено только при идеальном здоровье. Малейший насморк - повод для отвода от вакцинации?

- При легких проявлениях ОРВИ без повышения температуры тела прививаться можно. Если есть возможность, можете подождать 2 - 3 дня до полной нормализации самочувствия. Но вообще при нетяжелых острых респираторных вирусных инфекциях (ОРВИ), острых кишечных заболеваниях и подобных состояниях прививку вполне делают сразу после падения температуры.

Временными противопоказаниями для вакцинации являются острые заболевания и выраженные обострения хронических болезней. Тогда прививку следует отложить до нормализации самочувствия.

Жар после укола сбивать нельзя?

- Сбивать можно, но по правилам. Если у взрослого или ребенка нет тяжелых сопутствующих болезней, с температурой до

38,5 °С ничего делать скорее не нужно. Если самочувствие совсем плохое, можно принять жаропонижающее уже при 38 °С.

Важно: строго соблюдайте дозировку жаропонижающих. Помните, что детям нельзя давать аспирин, а передозировка популярного парацетамола (даже у взрослых) - одна из главных причин тяжелого поражения печени.

Есть риск заразиться болезнью во время вакцинации?

- Для неживых вакцин такой риск практически равен нулю. Они содержат лишь отдельные частицы вируса, которые физически не могут «ожить».

При использовании живых вакцин в редчайших случаях (например, один случай на миллион доз при каплях от полиомиелита, оральная полиомиелитная вакцина) могут возникнуть осложнения. Обычно это связано со скрытыми тяжелыми нарушениями иммунитета у человека, при которых такие прививки изначально противопоказаны. Задача современной вакцинации - сформировать иммунитет, не вызывая саму болезнь.

От редакции: с вакциной от гриппа гораздо чаще происходит следующее. Пока после прививки вырабатывается иммунитет (в течение двух-трех недель), мы успеваем схватить инфекцию и заболеть. И кажется, что болезнь - из-за вакцины. Но это просто совпадение.

После прививки нельзя в баню, спортзал и к косметологу?

- Если вы чувствуете себя хорошо, жестких запретов нет. Но при слабости или повышенной температуре перегружать организм спортом, баней или, напротив, холодом не стоит.

Сложные косметологические процедуры (глубокие пилинги, большие объемы введения гиалуроновой кислоты или ботокс) лучше отложить. Не потому, что это опасно, а скорее чтобы не перепутать возможный отек от укола красоты с реакцией на вакцину.

Если у вас планируется операция или серьезное стоматологическое вмешательство - прививку необходимо отложить. Это прямо прописано в большинстве инструкций к препаратам.

Но если же вакцинация уже проведена, самочувствие нормальное и никаких реакций нет, плановую операцию или лечение зубов обычно не переносят. Но окончательное решение всегда принимают совместно лечащий врач, хирург и анестезиолог, оценивая общую пользу и риски именно в вашем случае. И недавняя вакцинация - лишь один из факторов.

Прививка от гриппа немного защищает и от обычной простуды?

- Нет, не защищает. Иммунитет формируется строго против тех штаммов гриппа, которые заложены в вакцину. Защита от тяжелого течения гриппа составляет около 50 - 65%, от смертельного исхода - еще выше. Привитый человек может подхватить обычный риновирус, парагрипп или аденовирус - что мы обычно подразумеваем под простудой. Он даже может переболеть гриппом,

но в легкой форме - главное, что защищен от худшего сценария.

Ни капли алкоголя после укола?

- Жесткого запрета нет, но лучше - без. Спиртное в больших количествах может ослабить выработку антител и усилить любое недомогание. Чтобы не портить самочувствие и помочь иммунитету, в первые дни после укола алкоголь лучше исключить.

Иногда лучше переболеть вирусом - так иммунитет крепче?

- Это опасное заблуждение. Инфекция может убить или сделать инвалидом. После «натуральной» кори можно получить тяжелейшее поражение мозга спустя годы, полиомиелит коверкает суставы и парализует легкие, а ротавирус - главная причина детской смертности от обезвоживания в мире. К тому же естественный иммунитет не всегда лучше. Например, после столбняка он вообще не возникает, в то время как после столбнячной прививки держится годами.

Оксана НАРАЛЕНКОВА.

ВОПРОС - РЕБРОМ

Прививки по календарю перегружают иммунитет ребенка?

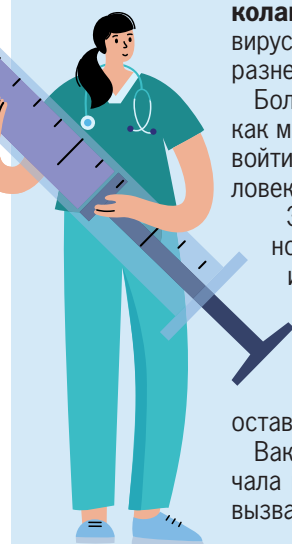
- Понятия «перегрузка иммунитета» в медицине нет, - говорит **иммунолог Николай Крючков**. - Наша иммунная система ежедневно сталкивается с тысячами вирусов и бактерий. Дозы в вакцинах микроскопические, а сами прививки четко разнесены по времени.

Более того, российский национальный календарь давно пора расширить. Есть как минимум несколько вакцин, которые уже сейчас обоснованно могли бы туда войти - против менингококковой инфекции, ротавируса и вируса папилломы человека (ВПЧ).

Эти препараты высокоэффективны не только на уровне отдельного человека, но и на популяционном, относительно недороги, хорошо изучены и позволяют избежать тяжелых последствий - инвалидности и летальных исходов. Бороться с осложнениями потом обходится государству и семьям гораздо дороже.

Ротавирусная вакцина, например, защищает от одной из ведущих причин тяжелых диарей и детской смертности в мире. Менингококковая - от инфекции, которая хотя и не у всех поражает мозг, но у тех, у кого поражает, оставляет пожизненную инвалидность или приводит к смерти.

Вакцина против ВПЧ особенно показательна. Если сделать полный курс до начала половой жизни, она практически полностью предотвращает заболевания, вызванные наиболее распространенными и онкогенными типами вируса.



Shutterstock

По календарю у нас - день прививки

Анна ДОБРЮХА

Большинство курсов вакцинации мы проходим в детстве. Но защита от некоторых инфекций со временем ослабевает. Также научные исследования показывают: ряд прививок, сделанных именно в совершенном возрасте, заметно повышают шансы на долголетие. Как нужно вакцинироваться взрослым людям и на каких условиях это доступно сегодня - в нашем материале.



10 вакцин для взрослых, которые дадут максимальную защиту здоровья

Бесплатно

О с - новной документ, в котором прописаны прививки как для детей, так и для граждан старше 18 лет, - Приказ Министерства здравоохранения РФ от 6.12.2021 г. № 1122н. Он устанавливает Национальный календарь профилактических прививок (НКПП). Все вакцины из такого перечня полагаются россиянам бесплатно.

Для защиты от инфекций взрослым людям рекомендуются:

1 Вакцинация (ревакцинация) против кори.

Это инфекция с крайне высокой заразностью. Время от времени она поднимает голову в разных регионах нашей страны. Поначалу симптомы похожи на простуду, но корь может дать тяжелейшие осложнения на легкие, сердце, мозг, другие органы.

НКПП предписывает прививку от кори во взрослом возрасте таким категориям:

- лица от 18 до 35 лет, не болевшие, не привитые, привитые однократно. Либо не имеющие сведений о прививках против кори;
- лица от 36 до 55 лет, относящиеся к группам риска (медработники, сотрудники образовательных организаций, организаций торговли, транспорта и др.), не болевшие, не привитые, привитые однократно, не имеющие сведений о прививках против кори.

Как узнать, нужно ли прививаться именно вам? По правилам информация обо всех ранее сделанных прививках хранится в медкарте пациента, но всякое бывает (документы утеряны, вы переехали и т. д.). В таком случае можно пойти двумя путями,

рассказал «КП» врач-вакцинолог Евгений Тимаков. Первый - за свой счет сдать анализ на антитела к кори. Он покажет уровень иммунитета к инфекции. Второй вариант - сразу отправиться на вакцинацию. Даже если иммунитет против кори еще в силе, прививка не навредит. «На практике я советую ревакцинироваться от кори всем своим пациентам в возрасте от 25 лет и старше», - отметил доктор Тимаков.

2 Против дифтерии.

Эта инфекция поражает органы дыхания. Взрослые люди переносят болезнь очень тяжело, предупреждают врачи. НКПП предусматривает: прививку от дифтерии нужно делать каждые 10 лет с момента последней ревакцинации.

3 Против столбняка.

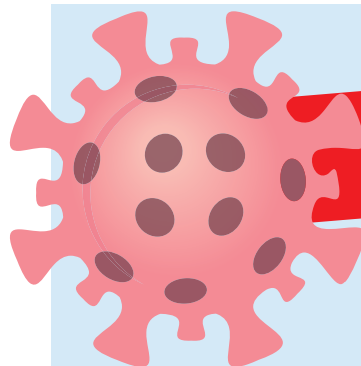
Им можно заразиться при дачных работах, каких-либо травмах - если в рану попадает грязь, земля и т. п. Столбняк - тяжелейшая инфекция, которая нередко заканчивается летальным исходом либо опасными осложнениями, включая паралич.

По Национальному календарю профилактических прививок ревакцинацию от столбняка, как и от дифтерии, нужно проводить взрослым каждые 10 лет.

4 Против вирусного гепатита В.

Угроза заразиться им очень высока при незащищенных половых контактах, а также при пирсинге, татуаже, маникюре, педикюре, если косметологические салоны игнорируют правила санобработки инструментов. К сожалению, рискуют и пациенты стоматологов. Болезнь поражает печень, у каждого десятого больного развивается рак.

В России с 1996 года введена всеобщая бесплатная вакцинация против



Противостоять пневмококку

7 На долю этого возбудителя приходится до 76% случаев внебольничных пневмоний у взрослых. Особенно уязвимо старшее поколение. При этом бесплатная вакцинация от пневмококка сегодня гарантируется не всем взрослым. В Календаре профилактических прививок по

эпидемическим показаниям (утвержден тем же приказом Минздрава, что и НКПП) говорится, что прививка полагается:

- лицам, подлежащим призыву на военную службу;
- людям старше 60 лет, страдающим хроническими заболеваниями легких;
- пенсионерам, которые живут в организациях социального обслуживания (дома престарелых, интернаты и т. п.).

В то же время с 2026 года постановление Правительства РФ от 29.12.2025 № 2188 (Программа государственных гарантий бесплатной медицинской помощи) впервые закладывает отдельное финансирование на вакцинацию от пневмококка за счет ОМС для людей старше 65 лет с тремя и более хроническими заболеваниями. В Нацкалендаре такое дополнение еще не появилось. Но эксперты по ОМС отмечают: пациенты 65+, у кого в медкарте указаны 3 и более хронических диагноза (например: гипертония, диабет, хроническая болезнь почек и т. д.), имеют полное право обратиться за бесплатной вакцинацией.

Взрослым более молодого возраста врач-вакцинолог Евгений Тимаков также рекомендует прививаться от пневмококка: курильщикам и лицам с болезнями органов дыхания - каждые 5 - 7 лет, остальным людям моложе 60 достаточно одного раза.

вирусного гепатита В для детей. Если человек не попал в эту программу и ему от 18 до 55 лет, то по НКПП также полагается бесплатная прививка. В более старшем возрасте можно вакцинироваться за свой счет после консультации с врачом-инфекционистом (он оценит, насколько высок индивидуальный риск заражения).

5 Против гриппа.

Национальный календарь прививок гарантирует бесплатную вакцинацию в любом регионе страны:

- беременным женщинам;
- лицам старше 60 лет;
- лицам с хроническими заболеваниями (сердечно-сосудистыми, заболеваниями легких, метаболическими нарушениями и ожирением);
- студентам профессиональных образовательных организаций и вузов;
- медработникам, соцработникам, сотрудникам образовательных организаций, организаций торговли, транспорта, коммунальной и социальной сферы;
- государственным гражданским и муниципальным служащим;
- лицам, подлежащим призыву на военную службу;
- сотрудникам правоохранительных органов и органов погранслужбы.

- лицам, подлежащим призыву на военную службу;
- сотрудникам правоохранительных органов и органов погранслужбы.

Также во многих регионах закупаются вакцины для взрослых, не входящих в эти категории (как узнать, полагается ли вам бесплатно - см. ниже «На заметку»).

6 Против краснухи.

Эта инфекция наиболее опасна для беременных женщин. На сегодня НКПП предусматривает вакцинацию/ревакцинацию от краснухи для девушек от 18 до 25 лет (включительно), если они не болели, не привиты, привиты однократно или не имеют сведений о ранее сделанных прививках против краснухи.



Тем временем в России зарегистрировали уникальную вакцину от аллергии на березу - читайте на сайте KP.RU



ИРКУТСКАЯ ШКОЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Газета для тех, кто учится и учит

«Комсомольская правда» - Иркутск» запускает новый проект - школьную газету.

- ✓ О новостях в сфере образования Иркутска
- ✓ О талантливых учениках и педагогах и их достижениях
- ✓ О нескучной внеклассной жизни

Обо всем, что касается школ города, «Комсомольская правда» будет рассказывать на своих страницах!

Новый выпуск выйдет в печать 22 октября.

ВАЖНО!

По вопросам сотрудничества звоните по телефону (3952) 208-004

Реклама.

КСТАТИ

Пришлите заметку, и мы ее напечатаем

Уважаемые школьники, у вас есть уникальная возможность - напечатать свою заметку в нашем издании. Для этого свяжитесь с нами, расскажите, о чем хотели бы написать. Если в вашей школе есть собственная редакция или медиацентр, мы уверены, вам есть что рассказать. Милости просим!

ЗАПИШИТЕ ТЕЛЕФОНЧИК

Если у вас есть интересные истории, которыми вы хотите поделиться с нами, смело звоните. Номер редакции: +7-952-636-47-73.



ПРОЕКТ

Любовь АРБАТСКАЯ

Ирина ВИКТОРОВА

Звезды забирают кошек и собак из приютов к себе домой. Мы собрали самые трогательные истории.

Дима Билан:

Привез кота из Донбасса, назвал Шахтером

Певец Дима Билан три года назад забрал своего котика из приюта для бездомных животных в Донецке. Незадолго до этого умер его кот Соломон. В приюте к Диме подошел такой же черный (как его Соломон) кот - потрогал лапой и начал лизать руки. Сердце Билана растаяло. И питомец из приюта получил имя Шахтер и быстро освоился в загородном доме звезды.

Однажды котик заболел - стал отказываться от еды и воды, начались проблемы с координацией. Ветеринары диагностировали острое воспаление - лечение антибиотиками и другими препаратами не давало эффекта. Было необходимо дефицитное импортное лекарство. Билан попросил помощи у подписчиков в соцсетях - и откликнулись сердобольные москвичи, препарат был найден. Полтора месяца в ветклинике обошлись артисту в несколько миллионов рублей, но жизнь кота была спасена. Сейчас Шахтеру около 11 лет.

Билан продолжает помогать бездомным животным:

- С кошачьими приютами у меня связано много личных историй, которые до сих пор не заканчиваются. Кошки - это моя отдушина...



Личная страница Димы Билана в социальной сети

Наталья Гулькина:

Из 11 хвостатых - семеро «приемыши»

Наталья Гулькина и предположить не могла, что у нее будет столько питомцев, а теперь рада: у нее 11 кошек, 7 из них певица забрала из приютов.

- Они все потрясающие, - рассказала Наталья «КР». - Я их обожаю. И они и меня обожают, и дочку мою: когда я на гастролях, Яна с ними остается. Вот такой мини-приют, из которого никого и никому не отдадут. Есть миф, что, если в квартире животное, появляется запах, грязь. Неправда. У нас кругом чистота и никаких запахов! Когда «добрые» люди пишут в соцсетях: «представляю, чем вы там дышите» - мне просто смешно... Конечно, кошки действуют на человека терапевтически - отлично влияют на настроение. Я стараюсь помогать животным: по возможности перевожу деньги в приюты, отвожу корм, игрушки. Часто подбирала бездомных котиков на улице, потом несла в ветклинику, после чего их пристраивала, и до сих пор меня благодарят хозяева этих питомцев.



Личная страница Натальи Гулькиной в социальной сети

Ольга Орлова:

Ветклиника вернула деньги за Соню... Они пошли на лечение двух собак

Ведущая «Дома-2», певица Ольга Орлова много лет помогает спасать бездомных животных. У нее дома живут и собаки, и кошки, она помогает приютам, постоянно размещает соответствующие объявления в соцсетях. Недавно, увы, случилось ЧП. Кошка Соня была любимицей всех членов семьи, но она была больна синдромом Аддисона, это редкое врожденное заболевание. Поэтому Соня нуждалась в пожизненном приеме гормонов. В какой-то момент кошка стала вялой, перестала есть. В ветеринарной клинике 3-летнюю кошку спасти не смогли, причина смерти - «остановка сердца на фоне кровотечения в брюшную полость и сопутствующего коморбидного состояния». В клинике Соня была три дня, за это время Орлова заплатила 180 тыс. руб.

Но руководство ветлечебницы приняло решение эти деньги Ольге вернуть, а она переве-

ла всю сумму на лечение двух собак из приюта для бездомных животных.

Орлова очень переживает:

- Стараюсь отвлечься на что-то, но мысли все равно меня точат изнутри. Хочу посадить на участке красивое дерево, под него в биоурне поместить прах Сони. Мне кажется, что это экологичный способ почтить память питомца. Биоурна - это биоразлагаемая емкость, внутри она разделена на 2 камеры - в нижнюю засыпается прах, а в верхнюю помещают семена дерева и питательную среду. Между камерами есть съемный элемент, он создает буферную зону. Это важно, потому что сам по себе кремационный прах довольно щелочной, и прямой контакт с молодыми корнями мог бы их повредить. Со временем пробковая оболочка урны разлагается, а минералы из праха становятся для дерева удобрением. Просто насыпать прах в землю нельзя - это навредит и дереву, и экологии.

Ксения Бородина два месяца назад подарила Орловой котенка породы мейн-кун, сообщив, что спасла его на улице.



Личная страница Ольги Орловой в социальной сети

Виктория Боня:

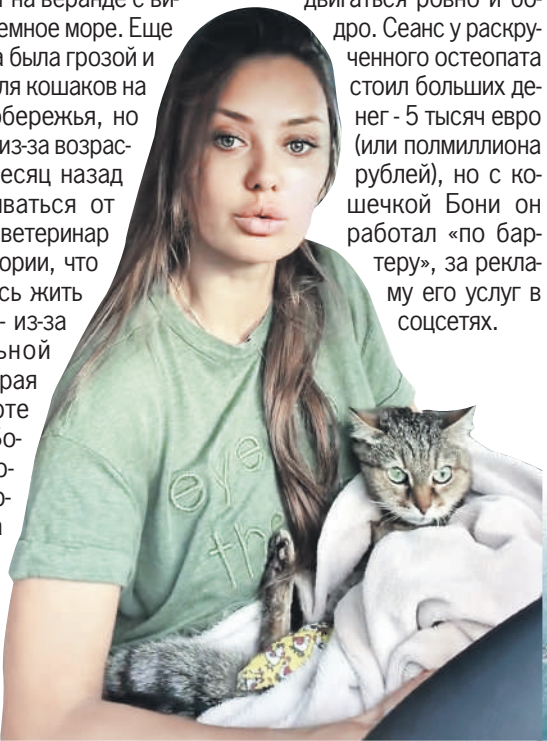
Буду бороться за каждый день с Мурочкой!

У блогера, экс-звезды «Дома-2» Виктории Бони живет кот Мусик, которого она год назад забрала из приюта в Москве. И еще 19-летняя Мурка, которая тоже когда-то была «бездомной москвичкой». Подписчики Бони наблюдают за их жизнью с хозяйкой в апартаментах во французском курортном городке Кап-д'Ае на границе с Монако.

Воздушные ванны Мурка и Мусик принимают на веранде с видом на Средиземное море. Еще недавно Мурка была грозой и авторитетом для кошек на этой части побережья, но последний год из-за возраста «сдала». Месяц назад стала отказываться от еды и воды, и ветеринар сообщил Виктории, что Мурке осталось жить считанные дни - из-за неоперабельной опухоли, которая мешает работе кишечника. Боня сутки проплакала, а потом решила бороться: неделю возила питомицу на капельницы в ветклинику, дома кормила из пипет-

ки. «Буду бороться за каждый день, проведенный вместе с Мурочкой!» - сообщила Боня.

И Мурочка ожила! Появился аппетит и настроение. Боня тут же воспользовалась ситуацией и осуществила давнюю договоренность: с Муркой поработал и ветеринар-остеопат - провел два сеанса. Вика считает, что у ее кошки был перекошен из-за возраста таз, из-за чего ей было больно ходить. Теперь она стала двигаться ровно и бодро. Сеанс у раскрученного остеопата стоил больших денег - 5 тысяч евро (или полмиллиона рублей), но с кошечкой Бони он работал «по бартеру», за рекламу его услуг в соцсетях.



Личная страница Виктории Бони в социальной сети



Собаки Ольги Орловой спят вместе с ней, а малышу Гузеевой спасает хозяйку от стресса - на сайте KP.RU



Личная страница Сергея Лазарева в социальной сети



Сергей Лазарев:

Забота о животных дисциплинирует

Дома у певца две собаки, которых он забрал из приюта. С Дейзи Лазарев познакомился на съемке социального ролика о бездомных животных. Лиса - второй питомец артиста, которого он увидел на выставке бездомных животных. Сын Никита и дочь Анна обожают питомцев.

Певец рассказал нам:

- Конечно, забота о животных тоже дисциплинирует детей. Они порой сами напоминают, что собак надо покормить, выгулять. И дети учатся понимать, что такое ответственность, забота.

Ирина ВИКТОРОВА

На Московской неделе моды прошли показы российских и зарубежных дизайнеров, маркет локальных брендов, лекторий. Участвовали 350 дизайнеров из 24 регионов и 10 стран! Показываем самые обсуждаемые образы, которые можно смело повторять, а не только разглядывать.

Ищи-свищи двуслойные плащи!

Виктория Андреянова:
вторая жизнь белых рубашек

Постоянный комментатор нашей рубрики «Мисс «КП» назвала свою коллекцию «В себе». Большая часть образов стилизована двуслойно - сверху на пальто, платья, костюмы и рубашки **Виктория Андреянова** накидывает плащи-пыльники из тонкой плащевки (нейлон с жатым эффектом). Из этой же ткани отшиты костюмы.

«Это технологичная ткань, которая не требует утюга, - объясняет модельер. - С ней можно делать все что хочешь». В коллекции много пальто - из шотландского мохера, шинельного сукна. Также плащи - между полупрозрачной плащевкой хлопок с принтом в виде белочек, отсылающих к конфетам, которые любит Виктория.



Личная страница Виктории Андреяновой в социальной сети

Главный элемент коллекции - белые рубашки, которые были отшиты как униформа для высшего состава РЖД. Но требования к одежде в ведомстве изменились, и они долгие годы лежат на складе - теперь их модернизировали: перешили в платья, плащи, из отрезанных лоскутков пошили броши. Оригинально и опять же практично.



Личная страница Виктории Андреяновой в социальной сети

Яркие
идеи
со столичной
Недели
моды.

Евгения Гусева / «КП» - Москва

Игорь Гуляев:
свободу натуральному меху

На показе коллекции **Игоря Гуляева** было много натурального меха. Он реабилитирован! Модель **Елена Кулецкая** вышла в эффектной шубе из светлой лисы. Без натурального меха нашей зимой холодно, синтетика не спасет. Гуляев создает не бесформенные «чехлы», а красивые меховые изделия.



Пресс-служба Московской недели моды

Янис Чамалиди:
любимчик
Филиппа
Киркорова

Филипп Киркоров пришел на показ дизайнера **Яниса Чамалиди** в одежде этого бренда. Киркоров отметил: «Я сегодня в черном. Пришел к интересному неординарному дизайнеру, одежда на мне сегодня - его рук дело. Черный цвет - это всегда и строго, и дорого, и лаконично. В моей жизни было столько карнавала и на сцене, и в жизни,

что порой хочется надеть что-то монохромное. Я всегда ухожу на шаг вперед и в выборе вещей тоже».

Дизайнер показал коллекцию «Путь света»: «Московская неделя моды - это профессиональная сборная, которая показывает олимпийских чемпионов, и мы, глядя друг на друга, выискиваем свои сильные стороны».

**Пятничные купоны
«Комсомолки»:
ловите свои скидки!**

«КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»
ВНОВЬ ЗАПУСТИЛА ЛЮБИМУЮ
У ГОРОЖАН АКЦИЮ. В ПЯТНИЧНЫХ ВЫПУСКАХ ГАЗЕТЫ
МЫ БУДЕМ ПУБЛИКОВАТЬ КУПОНЫ НА СКИДКИ.
ВЫРЕЗАЕТЕ ИХ - И ПОЛУЧАЕТЕ СКИДКУ.

Как это работает:

Купите газету
в пятницу
(не каждую)

Найдите
купон

Вырежьте

Придите по адресу,
указанному
на купоне

Предъявите вырезку -
**ПОЛУЧИТЕ
СКИДКУ**

ВАЖНО!

С помощью наших купонов вы можете получить скидки на книги и другую продукцию, которую выпускает медиагруппа «Комсомольская правда».

НЕ ПРОПУСТИТЕ - ВЫГОДА В КАЖДОМ НОМЕРЕ.

Что важно знать:

Размер скидки и условия (сумма покупки, срок действия) - на каждом купоне. Копии не работают, нужна именно вырезка из газеты.

Ближайший выпуск - 9 октября.
Следующий - 23 октября.

Иван ПРОХОРОВ

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

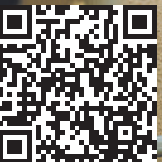
Анастасия АНАНЬЕВА, Самара:

- Я учитель начальных классов. Больше всего на свете люблю свою работу и детей - в этом моя радость и вдохновение! Обожаю активный отдых, заряжаюсь энергией на прогулках: вместе с верным другом псом Бушей исследуем самые красивые уголки природы. А быть в гармонии и каждый день приходить к ребятам с хорошим настроением помогает музыка, с удовольствием слушаю и классику, и поп-хиты.



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Темно-шоколадный сарафан с крупными рукавами-крыльями поверх белой водолазки - прекрасная аллюзия на школьную форму. Глубокий V-образный вырез сарафана уравновесил закрытый верх водолазки. Элегантно и легко.



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

Перед отпуском уходил с работы боком. Улыбка в дверь не пролезала...

* * *

Работа в службе занятости, наверное, очень нервная: даже если тебя уволят, на следующий день все равно придется туда прийти.

* * *

Некоторые женщины - удивительные создания. Говорят: «Почему мужчины не подходят?» А как подойдешь к ней - так сразу: «Мужчина должен...» Ну где вы видели, чтобы должник сам подходил к кредитору? Во все времена было наоборот - это кредиторы бегали за должниками! Кому должны - тому и бегать за теми, кто им должен!

* * *

Стиральная машина уже пятнадцать минут показывает «осталась 1 минута». Кажется, она раньше работала про-рабом.

* * *

- Девушка, вы кто по гороскопу?
- Рыба, а вы?
- Рыбак!

* * *

Совет путешественнику: перед поездкой разложите на полу одежду и деньги. Возьмите половину одежды и вдвое больше денег.

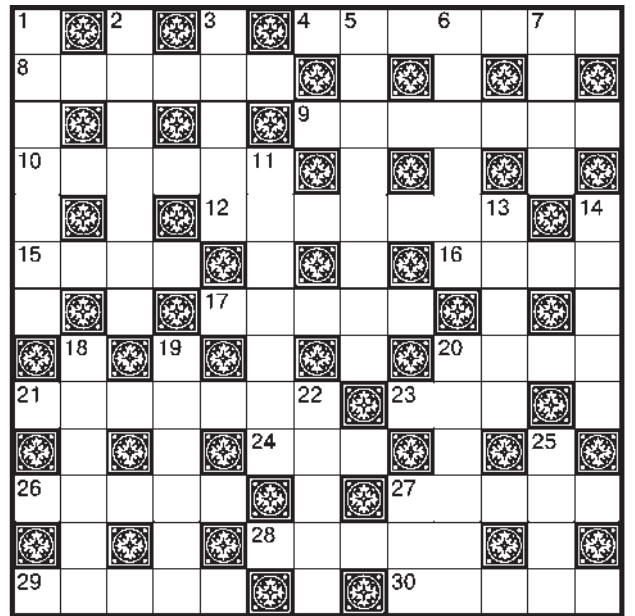
* * *

Зумеры не понимают, где связь между магнитофонной кассетой и карандашом. А как сочетаются лампочка и носки, даже спрашивать не стоит.

* * *

Осень в дождливый, Хмурый, серый день
Зря с командировки
Прискакал олень.

КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4.

Что для сладкоежки в пирожке самое вкусное? 8. «Выпускница» с космодрома. 9. Кто примеряет вызывающие сапоги в «Служебном романе»? 10. При ком служит герой Василия Ланового из драмы «Дни Турбиных»? 12. Патриарх Московский и всея Руси, отец первого царя из рода Романовых. 15. Прореха в кармане. 16. Дровяной прах. 17. Сигнал паровоза. 20. Причинить ... 21. Не издание, а стыд и срам. 23. Топливный, но не элемент. 24. Синоним интуиции. 26. Борьба за стройность. 27. Искусство Илзе Лиепы. 28. Вклад свиньи в яичницу. 29. Хулиганская стычка. 30. «Кооперативная комедия» у

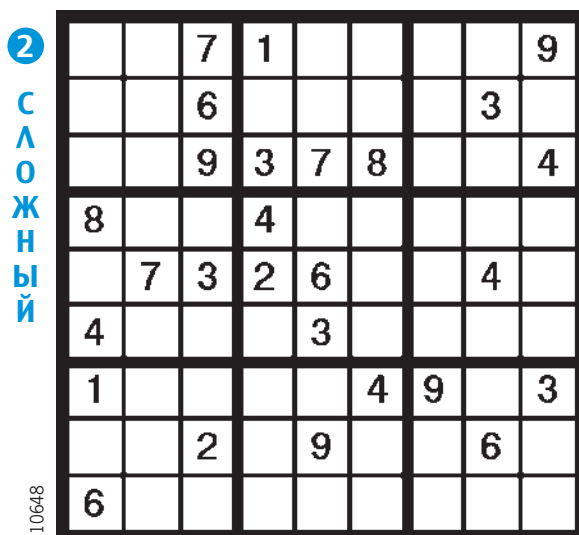
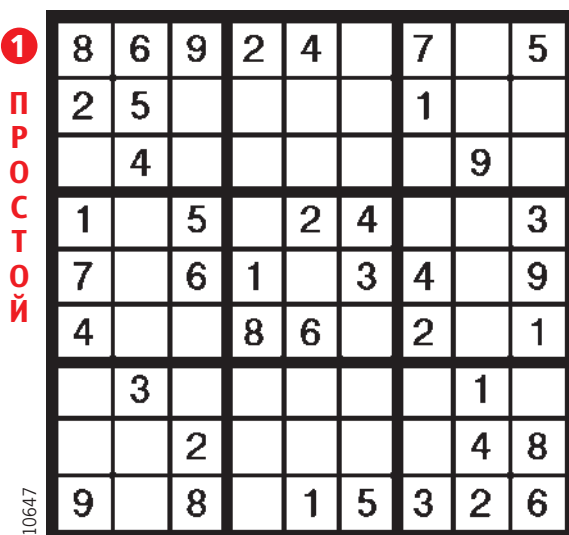
Эльдара Рязанова.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.

Коллектив строителей. 2. Кто оканчивает учебное заведение «раньше времени»? 3. Взыскание с нарушителя. 5. Кто снимает то, что режиссер велел? 6. Какая прическа стала символом панков? 7. Основа лаптей. 11. Под кого изначально писали сценарий комедии «Бриллиантовая рука»? 13. Одежда для занятий тхэквондо. 14. Где прописаны одалиски? 18. Диаметр в убийственном смысле. 19. Что может быть общего у воды со свежим воздухом? 20. Столица на карте Кубы. 22. Сериальная звезда Дмитрий ... 25. Дочь святой Софии. 27. Высший судья.

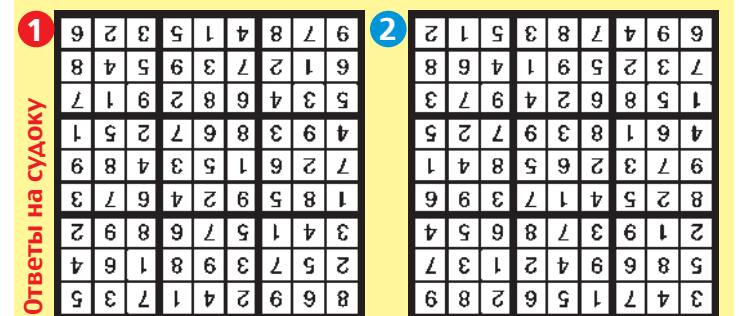
ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Лавана. 22. Люжков. 25. Вера. 27. Бор. 13. Тобок. 14. Гарем. 18. Калибр. 19. Глоток. 20. 5. Оператор. 6. Прокеш. 7. Лыко. 11. Никитин. ВЕРТИКАЛИ: 1. Бригада. 2. Экстерн. 3. Штраф. 27. Балет. 28. Бекон. 29. Дресс. 30. «Гаржак». ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Фигарет. 15. Дыра. 16. Зона. 17. Гудок. 20. 4. Повидло. 8. Ракета. 9. Верочка. 10. Гетман.

СУДОКУ ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



Прогноз погоды на завтра, 9 октября

	Осадки	Ночью	Днем	Давление*	Влажность**	
Иркутск	☀	+2...+3	+7...+11	723	51	ясно ☀
Бодайбо	☀	-3...-1	-1...+4	740	62	дождь ☁
Братск	☁	+2...+3	+5...+6	719	65	облачно ☁
Ербогачен	☁	-2...-1	0...+3	738	70	пасмурно ☁
Тайшет	☁	+1...+2	+7...+10	731	79	снег ❄
Усть-Илимск	☁	0...+2	+4...+6	730	59	снег ❄ с дождем ⚡



ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.
Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
Директор иркутского филиала С. И. ГОЛЫДФАРБ.
Главный редактор «КП» - Иркутск - Н. Г. ЛЫТКИНА.
E-mail: natalya.lytkina@phkr.ru www.irk.kp.ru
Учредитель, редакция и издатель - АО «ИД «Комсомольская правда».
Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

Адрес редакции, издателя: «Комсомольская правда», Новодмитровская, д. 25, 8-й этаж, пом. 800, Москва, 127015.
Телефоны: отдел связи с читателями - (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22, e-mail: kp@kp.ru
ISSN 0233-433X

Индексы П1101, ПМ976
Тип. №

Газета отпечатана на удаленном производственном участке АО «Советская Сибирь» в городе Иркутске, 664043, г. Иркутск, бульвар Рябикова, д. 96, строение 1.
Тираж регионального выпуска - 4000 экземпляров.
Распространяется в Иркутской области, Республике Бурятия, Забайкальском крае и Республике Саха (Якутия)

Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30

Адрес местонахождения: г. Иркутск, ул. Партизанская, 75. Для писем: 664009, г. Иркутск, а/я 194.

Телефоны: репортёрская группа - (3952) 208-008; рекламная служба - (3952) 208-004, 208-979; отдел распространения и продвижения - (3952) 208-770.

Тираж этого номера: 169 302 экз. Рекомендуемая цена - 25 руб.

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

