Дважды «Народный участковый» Тульской области оказалась на скамье подсудимых

Читайте на стр. 8



Поездки на работу в течение года стоят нам месячной зарплаты



Алексей СТЕФАНОВ

Читайте на стр. 9

101 ГОД

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

Основана в мае 1925 года

Пятница, 16 октября
№ 78 (27824)/2026 год

Газета нашего города ★

KP.RU | 1 173 000 УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Специальный репортаж Владимира Ворсобина:

Как вернувшиеся ветераны СВО привыкают к мирной жизни



Александр КОЦ/«КП» - Москва

Читайте на стр. 4 - 5



globallookpress.com

Кашпировского похоронили в Виннице

Ангелина ШАРЫПОВА

Сыновья решили продолжать дело известного психотерапевта.

Анатолия Кашпировского не стало 3 октября 2026 года, но похоронить его смогли только спустя 10 дней. Задержка связана со сложностями транспортировки тела в украинскую Винницу - родной город психотерапевта. Это была его последняя воля.

В последний путь Кашпировского проводил его внебрачный сын Алексей Фуштей.

Продолжение на стр. 12

Грецкие орехи продлевают молодость



Оксана НАРАЛЕНКОВА

Исследование показало, что их ядра полезны для сосудов и сердца.

Американские ученые выяснили: у людей старшего возраста, которые в течение двух лет ежедневно ели 30 - 60 г грецких орехов (1 - 2 горсти), снизились показатели хронического системного воспаления. Этот процесс напрямую связан со здоровьем сердечно-сосудистой системы и скоростью старения. Чем ниже уровень воспаления, тем медленнее дряхлеет организм. По данным исследования, орехи способствуют снижению нескольких маркеров воспаления в крови.

- Грецкий орех заслуженно считают одним из самых полезных, - соглашается **врач-диетолог Татьяна Солнцева.** - В нем содержатся уникальные вещества - эллаготанины. Попадая в кишечник, они под действием бактерий превращаются в уролитин А - мощный антиоксидант, поддерживающий работу «энергетических станций» наших клеток. Кроме того, грецкий орех богат растительной омега-3. Она помогает защищать сосуды.

Оптимальная порция - около 14 половинок ореха в день. И лучше не счищайте тонкую горьковатую кожицу: в ней больше всего антиоксидантов.

Снова о полку Игореве

Лев ЗАЙЦЕВ

По древнерусскому эпосу снимут кино.

Один из самых знаменитых текстов древнерусской литературы был написан в конце XII века, а затем утерян. Шесть столетий спустя его обнаружил граф Алексей Мусин-Пушкин, коллекционер старинных рукописей. В 1800 году «ироическая песнь о походе на половцов удельного князя Игоря Святославича» впервые была издана. А еще через 226 лет компании «Медиаслово» и «Газпром-Медиа Холдинг» взялись за его экранизацию.

Над сценарием работает Сергей Минаев - историк по образованию, писатель, телеведущий, бывший главный редактор журнала Esquire («Правила жизни») и нынешний - журнала «Чтиво». Он прославился 20 лет назад, выпустив роман «Духless», потом стал автором еще многих книг, писал сценарии к сериалам, выпустил цикл исторических проектов. По словам Минаева, идея сериала вызревала четыре года.

Напомним, в «Слове о полку Игореве» князь Игорь Святославич отправляется в поход против половцев вместе с братом Всеволодом. Сначала русское войско одерживает победу, но затем терпит сокрушительное поражение, а Игорь попадает в плен. Позже он бежит и возвращается на Русь. Произведение пронизано призывом к единству русских князей ради защиты родной земли.

Премьера фильма запланирована на осень 2028 года.

Чем выше цифровизация, тем выше угрозы

Валентин АЛФИМОВ

Владимир Путин провел совещание по цифровой безопасности. Сам президент назвал этот вопрос «крайне важным и актуальным».



Пресс-служба Президента РФ

С цифровыми угрозами, которые встают перед страной, не может бороться какое-то одно ведомство. Для этого нужно работать всем вместе - и спецслужбам, и правоохранителям, и операторам связи, и банкам, заявил президент.

- Россия сегодня последовательно укрепляет свой суверенитет, причем во всех областях: от базовой продовольственной и энергетической безопасности до цифровой инфраструктуры, - отметил **Владимир Путин** в самом начале совещания. - При этом очевидно, что с развитием цифровизации на новый уровень выходят и киберугрозы в отношении экономики, логистики, транспорта, социальной сферы и систем жизнеобеспечения и государственного управления.

Чтобы эти угрозы нейтрализовать, нужно «совершенствовать все составляющие отечественной системы цифровой безопасности», добавил Владимир Путин. Речь идет об оценке рисков, оперативного реагирования на кибератаки.

- Необходимо повышать координацию правоохранительных органов и спецслужб с операторами связи, финансовыми организациями, интернет-компаниями и другими структурами, - заявил он.

Первым докладывал **Герман Греф** - глава Сбера, по дата-центру которого под Саратовом только-только нанесли удар украинцы. Но эта часть совещания была уже закрытой - незачем выдавать наши секреты врагу.

■ ГОРЮЧАЯ ТЕМА

Двигатель дизеля

Елена КРИВЯКИНА

Вице-премьер Александр Новак сделал важные заявления о ситуации с топливом в России и в мире.

ОБ ИМПОРТЕ

Россия как минимум до конца этого года будет продолжать покупать бензин за рубежом. Об этом сообщил **вице-премьер Александр Новак** в кулуарах Международного форума «Российская энергетическая неделя».

По словам Новака, доля импортного бензина на нашем топливном рынке сейчас - примерно 10%. В ближайшее время такие объемы поставок будут сохраняться.

- Нам нужно и обеспечивать внутренний рынок, и, с другой стороны, увеличивать запасы, которые мы в летний период снизили для насыщения внутреннего рынка, - пояснил Новак.



Александр Новак отметил: российские компании готовы начать экспорт дизеля в любой момент.

ОБ ЭКСПОРТЕ

Также Новак сообщил, что Россия готова начать экспорт дизельного топлива в США и другие страны. Напомним, на прошлой неделе **Владимир Путин** и **Дональд Трамп** договорились о том, что Россия в ближайшие месяцы будет поставлять дизель на мировой рынок.

- Наши компании готовы к отгрузкам в любой момент, - подчеркнул вице-премьер. По его словам, сейчас нефтяные компании ведут переговоры.

Ранее Новак сообщил, что речь идет именно о прямых поставках российского дизельного топлива за рубеж. Проще говоря, поставки будут вестись без посредников, и маскировать российский дизель под какой-то другой никто не собирается. По словам вице-премьера, Россия начинает снимать ограничения на экспорт дизеля ранее запланированных сроков.

Американский минфин уже выдал лицензию, разрешающую закупать дизель у российских компаний до апреля 2027 года. Но поскольку крупнейшие нефтяные компании России находятся под санкциями Запада, сторонам требуется согласовать механизм поставок.

Новак также отметил, что в российском дизеле заинтересованы не только США, он «востребован во всем мире». И сообщил, что Россия имеет возможность ежемесячно экспортировать 3,5 млн тонн дизеля. Но на данный момент речь идет о поставках 300 тысяч тонн в октябре, 500 тысяч тонн в ноябре и 1 млн тонн в декабре. А в следующем году (об этом говорил уже Дональд Трамп) Россия может отправить на мировой рынок еще 3 млн тонн дизеля.

Российско-американские договоренности по дизелю Новак назвал позитивным сигналом для экономики нашей страны. Он пояснил, что возобновление экспорта российского дизеля за рубеж принесет дополнительные налоговые поступления в бюджет, увеличит объемы добычи и переработки.

По его словам, поставки российского дизеля в США помогут снизить цены на нефтепродукты во всем мире, включая Европу.

О ВНУТРЕННЕМ РЫНКЕ

Что касается обеспечения дизелем внутреннего рынка, то, по словам Новака, он остается в приоритете. Вице-премьер отметил, что дефицита дизеля в России нет, а мощности отечественных НПЗ значительно выше, чем потребности нашего рынка. Уже выполнены планы по поставкам в северные регионы, полностью обеспечены топливом аграрии.

- Поэтому сегодня мы имеем возможность обеспечить дополнительные поставки на мировые рынки, на рынки США в том числе, чтобы сбалансировать ситуацию, которая сегодня складывается достаточно сложной, что связано с проблемами в Ормузском проливе, - сообщил Новак.

Напомним, Ормузский пролив - важнейшая водная артерия, по которой на мировой рынок поступает львиная доля нефти и нефтепродуктов. Из-за войны США и Ирана она практически перекрыта уже много месяцев. Из-за этого на мировом рынке и возник дефицит горючего, что привело к росту цен.

■ ДОСЛОВНО

Попытки мирных переговоров разбиваются о нежелание мира Зеленским

Александр ГАМОВ



Глава Украины заявил, что снял запрет на удары по российским НПЗ. И это несмотря на призывы со стороны США прекратить бить по заводам. Как на эту новость отреагировали в Кремле, обозреватель «КП» спросил у Дмитрия Пескова.

- Киевский режим продолжает наносить удары по этим объектам, тем самым вступая в серьезные противоречия с мирными усилиями Соединенных Штатов, американских переговорщиков... - сказал официальный представитель Кремля. - Которые действительно прилагают очень энергичные усилия для того, чтобы как-то инициировать развитие мирного процесса. Но пока эти энергичные попытки разбиваются о нежелание киевского режима и лично Зеленского идти на мир.

- Как Кремль оценивает реакцию Запада на «дизельную сделку»? И почему ее называют все-таки «дипломатической», а не какой-то другой?

- В первую очередь это энергетическая сделка, - считает пресс-секретарь. - Я не знаю, почему ее называют дипломатической.

Сейчас энергетические рынки глобально находятся в очень напряженном состоянии. Много факторов влияет на это... В том числе, конечно, невозможность России выводить на рынок значительные объемы своей нефти и нефтепродуктов.

Сейчас освобождается достаточно большое количество дизеля. Этот дизель начал поступать на мировые рынки, и это будет иметь определенный позитивный эффект для стабилизации нефтяных рынков. Хотя и не сможет полностью их стабилизировать (тоже нужно отдавать в этом отчет).

Но мы по-прежнему видим деструктивную позицию европейских стран. Они не то что не приветствовали эту сделку, они подвергли ее достаточно жесткой критике, и лично президента Трампа, и подобное решение американской администрации. Но Европа традиционно за последний период проявляет себя как партия войны.

Не чихайте на простуду!

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Роспотребнадзор сообщил о сезонном росте пневмоний в России.

Самая банальная простуда, перенесенная на ногах, может обернуться пневмонией - воспалением легких, напоминают врачи. Сезонный подъем такой заболеваемости (в медицинской отчетности это называется «внебольничные пневмонии») наблюдается сейчас в России, сообщил Роспотребнадзор. Преимущественно страдают взрослые. При этом ситуация с ОРВИ, гриппом и ковидом «развивается в соответствии с прогнозами». Пока по-прежнему преобладают негриппозные возбудители. Лидируют риновирусы. Доля вирусов гриппа постепенно растет, среди них чаще всего встречается A(H1N1), известный как свиной грипп. **Глава Роспотребнадзора Анна Попова** отметила, что «осенний сезон развивается активно».

- Внебольничная пневмония связана не только и не столько с вирусами гриппа. Есть много других возбудителей, способных вызывать ее. До 70 - 90% всех бактериальных внебольничных пневмоний приходится на долю пневмококковой инфекции, - рассказал «КП» **директор Научного информационного центра по профилактике и лечению вирусных инфекций, врач-инфекционист, вирусолог Георгий Викулов**. - Есть и вирусные пневмонии, которые вызывают риновирусы, вирусы парагриппа, реже - метапневмовирус и респираторно-синцитиальный вирус. Могут быть и другие причины. Например, коревая пневмония у невакцинированных или пневмонии туберкулезной этиологии.

Поскольку сейчас идет подъем респираторных инфекций в целом, растет и число пневмоний, поясняет эксперт.

- А что сегодня с ковидом?

- Специалисты следят за всеми возбудителями, включая SARS-CoV-2. Доля коронавируса сейчас незначительна - меньше 0,5%. Даже на грипп приходится не более 2% заболеваемости ОРВИ. Лидируют риновирусы и другие *(см. выше)*.

- Почему пневмонии чаще развиваются у взрослых?

- Многие продолжают работать даже при симптомах, переносят болезнь на ногах. Это может приводить к осложнениям, включая развитие пневмонии.

У части населения нет иммунитета против респираторных инфекций, включая пневмококковую. Многие еще не сделали прививку от гриппа. Плюс хронические заболевания: сахарный диабет, болезни сердца и сосудов, хроническая обструктивная болезнь легких, бронхиальная астма. Вредные привычки - курение, в том числе электронных сигарет, употребление алкоголя - все это повышает риски осложнений после ОРВИ.

Как не залечить ребенка в сезон ОРВИ > *стр. 10.*

НА ЗАМЕТКУ

Как заподозрить осложнение на легкие

Обычно при пневмонии появляется одышка, потливость, постоянное ощущение усталости. Во время кашля может возникать боль в спине и в боках, под ребрами, пояснил «КП» **врач-инфекционист Евгений Тимаков.**

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ?

БУДЬ В КУРСЕ!

Георгий Викулов советует сделать прививки от гриппа и от пневмококка. Обе вакцины снижают риск тяжелого течения инфекций и развития осложнений, в том числе пневмонии (подробнее о вакцинации для взрослых - в разделе «Здоровье» на KP.RU).



Роспотребнадзор напоминает о мерах личной профилактики:

- тщательно мыть руки после возвращения из общественных мест;
- избегать массового скопления людей при первых признаках недомогания;
- ограничивать контакты с заболевшими;
- проветривать помещения и проводить влажную уборку;
- одеваться по погоде, не допускать переохлаждения;
- при появлении симптомов ОРВИ оставаться дома и обращаться к врачу, а не переносить болезнь на ногах.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

■ ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

Прививка против гриппа защитит от инфаркта

Анна ДОБРЮХА

В Минздраве назвали простой и доступный способ снизить риск сердечно-сосудистых катастроф.

- Доказано, что грипп может повышать число инфарктов миокарда и инсультов до 16 раз, - сообщил недавно **министр здравоохранения РФ Михаил Мурашко** на конгрессе «День борьбы с тромбозом в России». Тяжелые осложнения гриппа могут грозить, по его словам, в том числе тем, у кого нет серьезных сердечно-сосудистых заболеваний, таких как ишемическая болезнь сердца.

При этом есть простой и эффективный способ радикально снизить риск «постгриппозного» инфаркта. Это своевременная прививка от гриппа.

Вакцинация нужна не только для того, чтобы не заболеть или облегчить течение инфекции. Прививка - гарантированный метод защиты сердца. Она позволяет не получить такого грозного осложнения, как инфаркт миокарда, подчеркнул министр.

Напомним, ежегодная кампания по вакцинации против гриппа в России традиционно стартовала в сентябре. Эпидемия же обычно начинается в конце ноября - декабре, поясняют в НИИ гриппа. Для выработки иммунитета требуется 2 - 3 недели. **Поэтому лучшее время для прививки - с сентября до первой декады ноября.** Тогда к началу вспышки гриппа вы будете хорошо защищены.

Какие признаки могут сигналить, что ОРВИ или грипп дали осложнение на сердце?

- Появилось чувство нехватки воздуха, одышка.
- Ухудшилась переносимость физнагрузок. Например, раньше получалось спокойно подняться без лифта на 3 - 4-й этаж, а теперь уже при подъеме на второй вы задыхаетесь, сильно колотится сердце.
- Дестабилизировалось артериальное давление. При осложнениях на сердце и сосуды нередко давление начинает повышаться на фоне приема лекарств от гипертонии, которые раньше помогали.
- Появились нарушения ритма сердца - перебои, учащение или замедление сердечных сокращений.
- Возникает боль или чувство тяжести в груди.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Во всех этих случаях обязательно нужно обратиться к врачу. Начните с записи на прием к терапевту, при необходимости он выдаст направление к кардиологу.

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА
radiokp.ru

Все, что вы хотели знать о здоровье, новых лекарствах и даже врачебных тайнах, слушайте в программе «Медсовет» по субботам в 20.30 (мск) на Радио «КП»

■ ВОПРОС ДНЯ



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

Исполнилось 100 лет Винни Пуху (книга Алана Милна вышла в свет 14 октября 1926 года). В связи с этим мы спросили:

А кто ваш любимый герой детской книги?

Юрий КУКЛАЧЕВ, народный артист России, создатель Театра кошек:

- Мои заветные герои - они все из самых лучших советских детских книг. От Айболита Корнея Чуковского до зайки Агнии Барто. Конечно, мне был очень симпатичен Незнайка Носова. А сейчас мои любимые герои - персонажи из моих же «Уроков добра» для детей и взрослых.

Татьяна ВИЗБОР, теле- и радиоведущая, бард:

- Мой герой - Винни Пух от Заходера. Но иногда во мне пробуждается оттуда же ослик Иа или мудрая Сова. А еще с самого детства я обожала невероятного кота Тома из книги «Том в горах» Ингвалла Свинсоса. Когда я спустя годы читала это внуку, мне казалось, что там есть все-все: и трагедия, и детектив, и любовь...

Олег СИРОТА, глава Союза сыроваров России:

- Том Сойер от Марка Твена. Когда мы смогли привлечь наших соотечественников к активной работе на ферме, это лично мне показалось удивительным. Но это напомнило мне сюжет этой книги.

Екатерина СЕМЕНОВА, певица, композитор, актриса:

- Чертовка Пеппи Длинныйчулок мне с детства очень близка по духу. Ну и, конечно, я обожала лучшего друга необычных детей Винни Пуха.

Борис КУЗНЕЦОВ, директор издательства детской литературы «Росмэн»:

- Моим любимым героем сегодня стала умная собачка Соня от великолепного Андрея Усачева. А из своего детства я вспоминал «Землю соленых скал» - там мальчик Сат-Ок, настоящий сын правильного индейца, ловит рыбу не удочкой, а копьем. Сильнейшее мое детское впечатление.

Марина БУЛАЕВА, сказкотерапевт, психолог, Челябинск:

- Любимый герой сказок, женский архетип - Золушка. Это девушка, которая не жаловалась, не ныла, а училась. А выучившись, получила приз: принца и благословение крестной мамы. Еще кот Леопольд - оптимист по жизни. Сколько бы ему ни делали пакостей, он понимал, что это не со зла, - и все прощал. Это символ безусловной любви.

Алиса КУРАМШИНА, психолог, Уфа:

- Алиса в Стране чудес. Мне близко ее желание постоянно задавать вопросы и разбираться в происходящем, даже когда вокруг все нелогично.

Юлия ТРИФОНОВА, юрист городской больницы, Бугуруслан Оренбургской области:

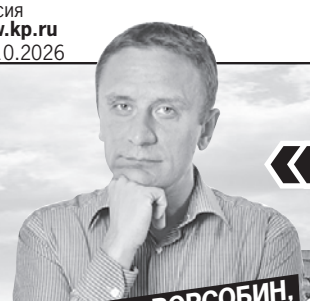
- Главный герой книги «Эмиль из Леннеберги» Астрид Линдгрен. Он хулиган, но добрый и справедливый. И не любит быть как все.

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

Портрет явления:

«На фронте все честнее,

Как ветераны, вернувшиеся с СВО, пытаются привыкнуть к мирной жизни? Какими глазами они смотрят на тех, кто не воевал?



Владимир ВОРСОБИН, обозреватель «КП»



Владимир ВОРСОБИН/«КП» - Москва

Бывший сапер Антон Бадрак построил дом, растит сына, работает, учится, но ему «иногда хочется обратно на фронт».

Так бывает с фронтовиками, когда какой-нибудь пиджак лезет в душу: «Как приняла гражданка?», «Какая нужна помощь?», «Как смотришь теперь на нас?», «Какой мир собираешься строить после войны?».

Сейчас же модно говорить о психологической помощи, посттравматическом синдроме. Сколько доброжелательных глаз - из вежливости или по должности - заглядывают в солдатские души...

Но фронтовики - люди нервные. Уверен, те, у кого вернулся сын, брат, муж, понимают, о чем я. Их крест - беспокойство. Тревога... На гражданке им не по себе. Волнуются измотанные, израненные. Сигарета за сигаретой.

И смотрят на тебя с сомнением: «Как же ему объяснить? Поймет ли?»

Как сказал герой этой истории, сапер, вернувшийся с медалью «За храбрость», но без ноги, Антон Бадрак:

«Иногда хочется обратно, на фронт. Чего-то не хватает. Когда ты в своей толпе варишься, среди пацанов, мужиков, абсолютно другое отношение друг к другу. Братское. В стиле: «Иди сюда, я тебя накормлю, сигарет возьми». А на гражданке люди, словно не от мира сего. Каждый сам за себя. Слова не вытянешь...

КОГО НАДО ЛЕЧИТЬ? ИХ ИЛИ НАС?

Мы сидели с Антоном под исполинским грецким орехом во дворе милого, аккуратно построенного по льготной ипотеке домика. В двух шагах Азовское море, из окна выглядывали его маленький сын и любимая жена.

Антона наконец-то окружал спокойный, счастливый мир - живи да радуйся.

Но Бадрак нервничал...

- Иногда хочется обратно. С гражданскими ни поговорить, ни пошутить. Не на твоей они волне. Смотрят будто из-подо лба. Какие то злые. И дело не в СВО - у меня отличный протез, не видно, что ноги нет... Просто гражданка (Антон задумался, открывая новую пачку) стала гнилой какой-то.

- Гнилой? Плохо приняли здесь?

- Нет-нет, - качает головой. - Меня не обижают, наоборот, взяли обратно на работу, все как полагается, с уважением, даже подготовили новую должность. Но я только месяц выдержал. Ушел. Не могу так работать, как они! Ходят, друг другу жопу лижут. Каждый выслужиться пытается перед старшим начальником. Знаешь, после возвращения я вдруг обнаружил, что у многих мужского не хватает. Как бабы себя ведут. Ненавижу такое!

- Папа! - сын стучит в окно, показывает игрушку. Словно чтобы папа не нервничал, улыбнулся.

- На фронте страшно, - послушно улыбнулся Антон. - Но все-таки жизнь там идет как-то по-другому. Правильно.

«Добро пожаловать в наш мир», - чуть не сказал я, но это было бы слишком цинично. По-граждански.

Мы долго пили с Антоном кофе под грецким орехом. Как два «Титаника», погружаясь в воспоминания о войне. Все глубже, глубже.

Солнце падало, и незаметно мальчик в окне исчезал. Мы спускались куда-то вниз, Антон снова шел на фронт, а я невидимо, молчаливо брел за ним.

Оказывается, чтобы понять фронтовиков, надо их послушать. Дать им выговориться. И если решиться на это, то придешь к жесткому ответу - кого следует лечить в первую очередь. Их? Или нас?

ОТ ПОВЕСТКИ НЕ БЕГАЛ: «НАДО ТАК НАДО»

Для Антона все началось со звонка из администрации. Причем, как назло, именно в тот момент, когда он устроился слесарем с удобным графиком «два на два».

Пришла повестка, можешь забрать. Если хочешь...

- Я мог потеряться куда-нибудь, - рассказывает. - Потому что всем остальным повестки домой принесли. Один товарищ дверь открыл, его спрашивают: вы такой-то? Нет, говорит, это мой брат, сейчас позову. И в окно. На следующий день совесть замучила, пошел в военно-учетный стол. А ему - все, дескать, поезд ушел, жди следующего... И он дождался. Сам в том же году пошел. А на фига бегать? Истерика бешеная у сестер, жены, мамы. Я говорю: а что вы ноете? Надо так надо. Поехал, забрал повестку и выехал в Темрюк к семи утра...

Антон в воспоминаниях уже там. На войне. Заулыбался. Расслабился. И я это почувствовал - не перебивал...

- Переночевали ночь в казарме, банковские карточки всем выдали, через день отправили пешочком на железнодорожную станцию, оттуда под Ростов, в 22-ю бригаду. Через неделю там наладил выход за территорию, чтобы в военторге затариться - форма, обувь потеплее (бабок оставил - капец!). Это сейчас с формой наладилось, а тогда, помните, бардак был. Привезли в полк, построили. Сержант кричит: есть саперы? Руку поднимаю. Я на срочке в Майкопе служил. 8 октября, когда Крымский мост пытались подорвать, нас всех отправили «за ленту», на полигон.

Большую часть определили в пехоту, сказали: а вы, саперы, ждите, машина за вами приедет. Нас попытались было загрести в пехоту, но наш майор приехал вовремя.

«МЫ БЫЛИ ПЕРВОПРОХОДЦАМИ»

Антон Бадрак был одним из первых мобилизованных, попавших на ЛБС (линию боевого соприкосновения). Путь «дом - первый бой» занял две недели.

Так фронту нужны были саперы...

«Командира полка мы заинтересовали как инструкторы по инженерке, - рассказывает. - Привезли на полигон мобилизованных. Красивые, в новой форме, комплектах «Ратник» (а нам дали форму старого образца - еще от Юдашкина). Помню, «Шторм Z» приехал, первая рота. С кайфом почти месяц пацанов обучали разным видам подрывов - электрический способ, огнепроводный шнур, тротил и прочее. Начали выходить на передок, пошли потери. Но потом стали делать хитро - скинулись, купили себе дронов. У нас задача была обеспечивать маршрут техники. А там в основном танковые мины. Обезвреживать их вручную мы задолбались. А так проще - залетаем, ищем, наметили, где что валяется. Залетели обратно, подцепили шашку с тротилом на шнурке, положили на мину, улетели. Взорвалась, подлетели, глянули, ищем дальше... Сейчас пацаны в основном так и делают, мы были первопроходцами.

По словам Антона, на фронте «мобики» (мобилизованные) от контрактников не отличались. Страшно, мол, всем одинаково. Разве что контрактники не любили уезжать «из-за ленты» в сторону Ростова - у них сразу же падала зарплата, у «мобиков» она везде одинаковая.

Война показывает, говорит Антон, кто есть кто. Особенно хорошо она рассказывает о тебе самом...

Историю с потерей ноги Антон рассказывает легко, словно страшный анекдот. Эту легкость гражданский не поймет. Точно. Спишет на психологическую защиту, не примет инстинктивно тот факт, что на фронте жаловаться на судьбу оставшемуся в живых - богохульно, да и нечего...

ЧЕРТОВА ЛОДКА

Рассказ Бадрака начинается с шуточного проклятия.

«Чертова лодка! - улыбается он. - До сих пор эту сволочь вспоминаю...»

- 1 января, - рассказывает. - Марьинка. Спонтанная задача (терпеть такие не могу, не успеваешь подготовиться!) - дотащить лодку до реки. В самом конце города - озеро, поделенное дамбой на две части. Наши забрали Марьинку, почти до дамбы дошли. Задача была интересная - командир вдруг решил штурмануть дамбу с помощью одной лодки с разведчиками. Дождь, темно, грязь, несем лодку и мотор. 15 человек. Вымокли. Спрятали лодку и мотор в воронке. На следующий день подготовились уже нормально - взяли стропы, носилки... Дошли, сбросили мотор, начали возвращаться за теми, кто с лодкой. И тут начинают класть минометом, потом кассетка прилетает. В первую же дырку нырнули. Сидим минут 30. Затихло. Слышу, наши с лодкой мимо пробегают. Выходим. Я первый. Темно. Но я вроде запомнил дорогу и шуранул. Бегу, за мной приятель Саня. И вдруг грохот, как будто ковшом экскаватора ударили по спине. Полетел, упал, не понял, ползу. Саня сзади орет: «Ползи в воронку!» Смотрю, у меня нога болтается. Жжет. Я с перепугу давай орать, как сумасшедший: «Помоги мне!» Саня орет: «Я за подмогой». Достаю турникет, мотаю ногу. Оказалось, я заполз ровно в ту воронку, откуда мы мотор забрали. Прибежали пацаны - молодые совсем, 21 год, не больше - жгут наложили. Нашли нефопам. Влепили укол. Я броню скинул, поскакал на одной ноге...

Бадрак потерял столько

а на гражданке - каждый за себя»

крови, что выжил чудом. Ампутация. Потом еще одна... Полгода по госпиталям.

- Самое интересное, - смеется, - лодку ту злосчастную донесли, накачали, а она сдулась. В итоге поступила команда - тащить эту проклятую лодку обратно...

«НЕТ У НИХ ВОЙНЫ»

Гражданка приняла Антона как положено. Лечение, ипотека, устройство на работу. Это послевоенная жизнь давалась фронтовику с трудом. И дело не в отношении к ветеранам, оно у народа хорошее. Война изменила парня. Она научила ценить жизнь.

- То, что раньше пугало, теперь смешно, - говорит. - До фронта начальник пальчиком пригрозит или грозно посмотрит - ты уже по стойке смирно. А сейчас понимаю: ну что они мне сделают? Поорут на меня. И что такого? Не убьют же. А то, что тебя не убивает...

- **... делает сильнее**, - соглашаюсь с Бадраком и Ницше.

- И все таки, - спрашиваю, - **к чему на гражданке привыкнуть труднее всего?**

И вот Антон опять встает. Нервишки. Ходит, ходит... Легко вышагивая протезом, словно терминатор.

- Понимаешь... - обрушивается на скамейку. - У людей мирная жизнь. У них все хорошо. А когда проблема - бензина нет, блин, все становятся козлами. Сразу претензии к власти. «Какого хрена, - кричат они. - Где мой бензин?» А то, что проблемы с бензином начались с той (машет в сторону Азовского моря) стороны, потому что начали бить по НПЗ, они словно не учитывают. Не связывается у них почему-то одно с другим. Нет у них войны...

- Чем все это закончится?

- Победой, наверное. Хотелось, чтобы уже побыстрее.

НОВАЯ «БОЕВАЯ ЗАДАЧА» - ЗАРАБАТЫВАТЬ

На самом деле Антон - пример безболезненной адаптации к мирной жизни, после возвращения не замкнулся в себе, как некоторые, кто пришел вместе с ним. Не спился. Не ушел на фронт снова. Труд спас поствоенную жизнь. Труд - панацея от всех психологических проблем. Да, у ветеранов и выбора нет - чтобы сохранить уровень обеспечения своих семей в 200 - 300 тысяч рублей (фронтовое денежное довольствие), им приходится выполнять новую «боевую задачу»: как-то найти эти деньги.

Бадрак параллельно со строительством дома занялся бизнесом - в прошлом году открыл магазин по продаже автохимии для детейлинга (химчистки, полировки машин). Но закрылся весной. Дело не пошло. Город маленький, клиентов нет. Устроился на работу к знакомому, тот открыл такой же салон, но у него получилось («Башка, видимо, по-другому варит»).

На полставки подрабатывает в спорткомплексе методистом-инструктором (в эту субботу, например, организовал местных погонять в стритбол). Учится заочно - пошел на предпринимательство, но теперь хочет поменять обучение - подумывает стать айтишником.

И я был рад за парня - молодец, бывший сапер. Не успокаивается, мчит по жизни вперед, как тогда - с лодкой, словно опасаясь - остановится, взорвется к чертовой матери.

Власти помогают, конечно. Общественные организации, например, пробивают лучшее лечение.

Не без шероховатостей, правда.



Сергей БОБЫЛЕВ/РИА Новости

Фронтовое братство меняет мужчин. Здесь они - один живой организм, не терпящий фальши. И на всех одна цель - победить и остаться в живых.

- Приехал в администрацию, - рассказывает. - Хочу участок, как участник СВО, получить. Чиновница спрашивает: «У вас госнаграды есть?» Я говорю: «Медаль «За храбрость» второй степени». - «Вы же знаете, участок положен тем, у кого орден Мужества или Звезда Героя». Я говорю: «А я недостойный, значит?». - «Я не это хотела сказать!» - испугалась чиновница.

- Я это запомнил, - морщится фронтовик, получивший от гражданских очередную занозу.

- Что будет после СВО? - спросил я его.

- Посмотрим, - говорит уклончиво.

И тут сын все-таки «взломал» дверь. Вооруженный игрушками, вихрем прокатился по двору и криком «Играть! Играть!» вернул нас с войны.

Антон спросил на прощание:

- Не случится с нами, как с ветеранами Афгана и Чечни? Не бросят нас, не скажут: «Вы теперь не нужны»?



Все, что осталось от Марьинки, пригорода Донецка. Бои здесь шли долгие и упорнейшие. Тут сапер Бадрак и получил ранение, оставшись без ноги...

Дмитрий ЯГОДКИН/ТАСС

ВЗГЛЯД НЕ ПОСТОРОННЕГО



Ответ Антону

Александр КОЦ, военкор «Комсомольской правды», член Совета по правам человека при Президенте России.

Антон, давай «по чесноку». Никто не застрахован ни от бездушного чиновника-формалиста, ни от равнодушного обывателя. Они будут, это неизбежно. У тебя же самого наверняка возникало чувство, что мы живем в двух Россиях. Одна воюет - вместе с госпиталями, ремонтниками, водителями фур на трассе «Новороссия» и бабушками, плетущими маскировочные сети. Другая наблюдает. Кто с сочувствием, кто со страхом - из окна кофейни. Я как-то спросил бойца в блиндаже, не обидно ли ему, что там, на гражданке, люди гуляют по площадям вокруг елки, пока он сидит в окопе. Он даже не удивился. «Так я для этого и сижу. Чтоб моя дочка на елке гуляла».

Горький пример Чечни и Афганистана подсказал, что к возвращению фронтовиков надо готовиться заранее. Ветеран не должен вернуться к закрытой двери собеса и выпрашивать себе протез.

Сегодня федеральный центр это понимает. На уровне государства созданы фонд «Защитники Отечества» и проект «Время героев». На уровне горизонтальных связей родились Комитет семей воинов Отечества и Ассоциация ветеранов СВО. Бойцу есть куда обратиться за помощью.

Но ты ж понимаешь, что судьбы у всех будут разные. Соврал бы, если бы сказал иначе.

Моему товарищу Алексею Свинину после тяжелого ранения говорили, что всю жизнь он пролежит. А он сидит. И уверен, что однажды пойдет. После конкурса «Время героев» Алексей стал замом гендиректора предприятия, которое работает на нашу победу. Мой друг Андрей Козлов, ветеран спецназа, был парализован практически по шею. Сейчас ходит с палочкой по кабинетам Госдумы - в сентябре его избрали депутатом.

Но я знаю и других. Тех, кто вернулся и не нашел сил бороться со своими внутренними демонами. А попросить помощи для них «стыдно» - они же Мужики. Увы, бывает, опускаются на самое дно, куда не дотянется ни фонд, ни социальный координатор, пока человек сам не протянет руку.

Регионы тоже разные. В одних ветерана встречают и ведут по новой жизни - от протеза до работы. В другом инвалиду два месяца не могут сделать пандус в подъезде. И человек каждый день смотрит на лестничный пролет, как на высоту, которую нужно взять штурмом.

Разница с 90-ми в главном. Сегодня государство заранее думает о возвращении бойца, пока он еще «за ленточкой»: реабилитация, учеба, работа, жилье. Система может где-то буксовать в силу человеческого фактора. Но она есть.

Поэтому, если какая-то тварь, Антон, скажет тебе: «Мы вас туда не посылали», - ты знаешь, куда идти за справедливостью. Есть фонды, есть ассоциации ветеранов, есть боевое братство. Да хотя бы и ко мне.

KP.RU

Истории о том, как любовь и семья поднимают с инвалидной коляски на ноги вернувшихся бойцов СВО, читайте на нашем сайте

Дороги - для жизни

НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОЕКТЫ РОССИИ

Истории тех, кто повышает безопасность и комфорт жителей.

Олег КАРПОВ

Ежедневно мы куда-то едем. И часто даже не задумываемся, что за привычным маршрутом стоит огромная работа дорожников. Только в прошлом году обновили более 28 тыс. км дорог по всей стране. Работы проводят при поддержке нацпроекта «Инфраструктура для жизни»: возводят мосты, строят обходы городов, укладывают дорожное покрытие, устанавливают освещение, оборудуют пешеходные переходы. Особый акцент - на социально значимых объектах.

За всем стоит труд, профессиональное мастерство и самоотдача российских дорожников. 18 октября они отмечают свой профессиональный праздник.



Министерство транспорта и автомобильных дорог Самарской области

В Самарской области завершился капремонт 5,5 км дороги Коммунарский - Яблоневый.

МАРШРУТЫ К ЗНАНИЯМ И МЕДИЦИНЕ

В Советском районе Брянска капитально отремонтировали улицу Спартаковскую. Здесь расположена средняя школа № 6. Специалисты привели в порядок инженерные сети и уложили высокопрочный асфальт. Кроме того, сделали тротуары, установили пешеходное ограждение и светофоры. На проезжей части нанесли разметку термопластиком со световозвращающими элементами и установили новые дорожные знаки.

Родители учащихся обновление оценили. «Наша школа расположена между улицами Спартаковской и Карачижской. Хорошо, что сделали искусственную неровность на пешеходном переходе, поставили новые светофоры. Это очень важно для безопасности школьников», - отметила мама ученика школы № 6 **Ирина Иванова**.



Ярослав Целовальников продолжает семейную династию дорожников.

Министерство транспорта и дорожного хозяйства Владимирской области

В столице Кузбасса отремонтировали улицу Кирова. Это основной подъезд к Кузбасской больнице скорой медицинской помощи имени М. А. Подгорбунского - одному из крупнейших медучреждений региона.

В Магадане продолжается капремонт дороги по проспекту Карла Маркса. По этой дороге местные жители добираются до городской поликлиники № 3, родильного дома, детской больницы, детского противотуберкулезного санатория № 2 и нескольких аптечных пунктов. «Хочется скорее увидеть результат капитального ремонта. Особое значение обновление этой дороги имеет для семей с детьми и граждан, нуждающихся в регулярном медицинском наблюдении», - рассказала жительница Магадана **Кристина Чернова**.

НА РАБОТУ И НА СПОРТ - ПО РОВНОМУ АСФАЛЬТУ

В Астрахани завершается ремонт 2,5 км улицы Адмиралтейской. Это дорога к знаковому для города спортивному комплексу «Спартак». Здесь работают спортивный и тренажерный залы, теннисный корт, футбольно-баскетбольная площадка.

«Ремонт дороги к такому важному объекту - не просто обновление асфальта: он делает путь к спорту удобнее и безопаснее для детей и взрослых, помогает жителям чаще выбирать активный образ жизни, а району - сохранять свою историческую и социальную ценность», - говорит директор Спортивной школы водных видов спорта им. Б. Н. Скокова **Владимир Слободяник**.

В Самарской области завершился капремонт 5,5 км дороги Коммунарский - Яблоневый. Эта трасса важна для жителей поселка Яблоневый, где проживает менее 100 человек. По этой дороге ходит школьный автобус, взрослые добираются до работы и социальных учреждений.

Здесь обновили асфальт, построили тротуары, установили освещение, дорожные знаки, нанесли разметку и оборудовали остановки общественного транспорта. «Для поселка это дорога жизни. Здесь, кроме маленького продуктового магазина, больше ничего нет. Раньше дорога была полосой препятствий - больше 40 км/ч не разгонишься. Писали обращения, делали ямочный ремонт, но его хватало ненадолго. Все жители очень рады, что дорогу наконец отремонтировали», - говорит жительница поселка Яблоневый **Ольга Дворникова**.

ВЕРНОСТЬ ПРОФЕССИИ

Новиковы живут в Кимовском районе Тульской области. Их стаж в системе дорожного хозяйства - более 70 лет на троих. Основатель династии Алексей Новиков - заслуженный дорожник России. Он посвятил развитию дорожного хозяйства Кимовска более 20 лет. Его супруга Татьяна - тоже дорожник, ведущий инженер по организации управления производством.



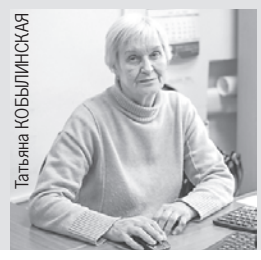
Юрий и Татьяна Новиковы.

ГУ ТО «Тулаавтодор»

Дело родителей продолжает сын **Юрий Новиков,** который сегодня возглавляет Кимовский участок ДРСУ. Для него дорога - это не просто километры покрытия, а ответственность перед каждым водителем и пассажиром.

«Для меня быть дорожником - это не просто профессия, а дело всей нашей семьи, - говорит Юрий. - Я вырос среди дорожной техники и запаха горячего асфальта. Отец посвятил дорогам всю свою жизнь, мама и сейчас работает в этой сфере. Поэтому с детства я знал, что значит отдавать себя выбранному делу».

Мостовыми сооружениями Владимирской области занимается **Татьяна Кобылинская**, консультант отдела мостов и искусственных сооружений. Ее трудовой стаж - 38 лет.



Татьяна КОБЫЛИНСКАЯ

Сейчас Татьяна Степановна занимается строительным контролем при строительстве, реконструкции и ремонте мостов. В прошлом году она курировала обновление моста через реку Бакалейку.

Мост находится на оживленной дороге, которая ведет в Суздаль. Его построили еще в советские времена, с тех пор он сильно износился. После замены пролетов моста и системы водоотведения, установки ограждений и тротуаров сооружением снова пользуются местные жители и туристы.

Ярослав Целовальников - дорожник в третьем поколении. Основоположник династии - его дедушка Николай Алексеевич. Отец и дядя Ярослава - тоже дорожники.

Отец Ярослава Павел еще студентом подрабатывал дорожным рабочим. Получил два высших образования, со временем дорос до заместителя директора по производству. Дядя, Николай, пришел в дорожное хозяйство не сразу. Он окончил медучилище и даже какое-то время проработал фельдшером. Быстро понял: не его. Переучился. Сейчас трудится начальником производства в дорожной компании.

Сам Ярослав с детства знал: будет дорожником. Поступил во Владимирский государственный университет на архитектурно-строительный факультет. Сегодня он работает в дорожной организации во Владимирской области.

«Больше всего мне нравится, что я вижу результат своего труда. Ну, например, наносим мы разметку - и дорога приобретает законченный вид. Знаем, какую важную роль играет разметка для водителей и пешеходов, для обеспечения безопасности дорожного движения. Приятно чувствовать свою причастность к такому масштабному, значимому делу», - признается Ярослав.

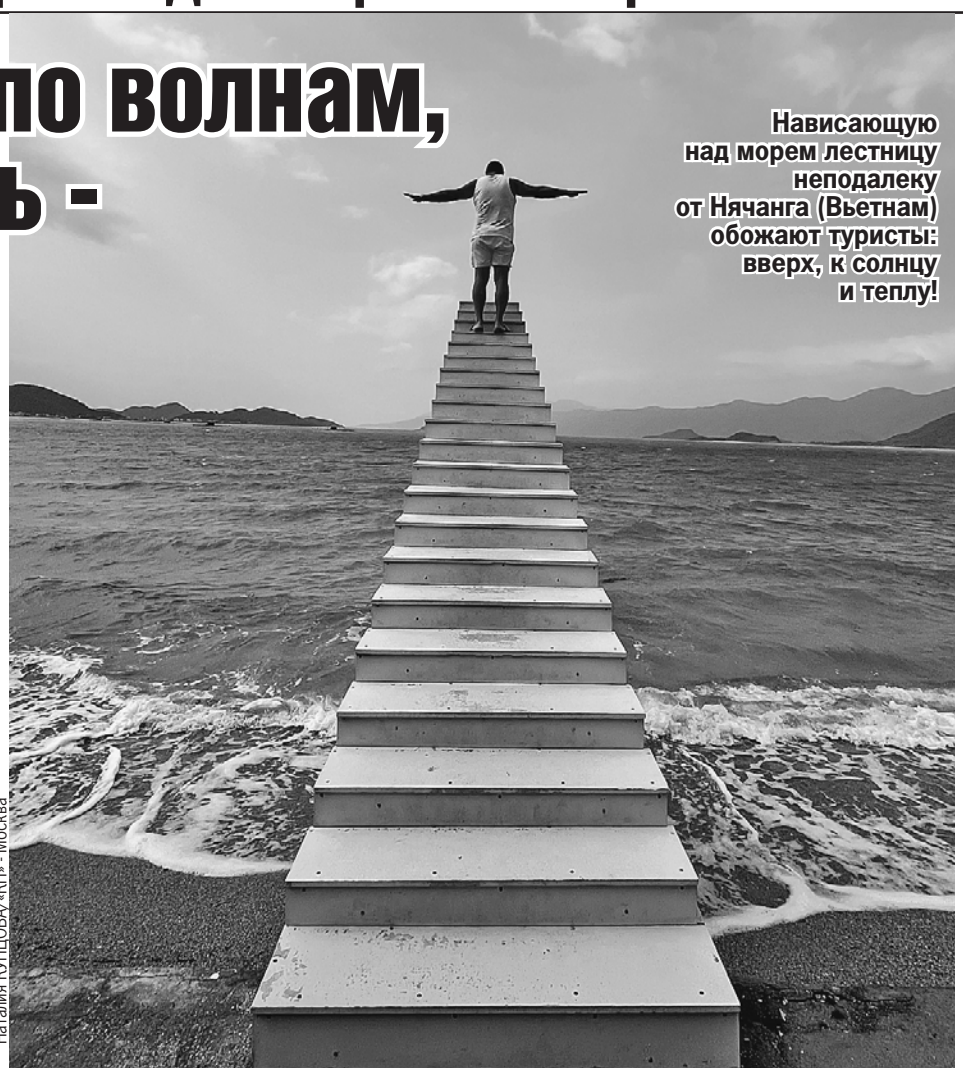
Дороги не строятся сами. За каждым километром - люди, техника, расчет, опыт и ответственность. Кто-то проектирует, кто-то укладывает асфальт, кто-то следит за качеством, кто-то наносит разметку. И все вместе они делают так, чтобы путь до школы, больницы, спортзала или маленького поселка был безопасным и удобным.



По морям, по волнам, летом здесь - зимой там

Лилия СОКОЛЬНИКОВА

Российские туристы собираются спасаться от холодов в Таиланде и Вьетнаме.



Нависающую над морем лестницу неподалеку от Нячанга (Вьетнам) обожают туристы: вверх, к солнцу и теплу!

Наталия КУПЦОВА/«КП» - Москва

Россияне массово планируют зимовки в теплых странах. О неожиданной тенденции «КП» рассказали **эксперты сервиса планирования путешествий OneTwoTrip.** Это, конечно, не значит, что 1 декабря эскадрильи самолетов возьмут курс на юг и вернутся только к марту. Речь идет просто о долгих поездках - на три недели, на месяц или больше. В этом году заметно вырос спрос именно на такие.

Ну а что? Лететь в тот же Тай, Вьетнам, на Хайнань долго, 8 - 10 часов. В Малайзию или на Филиппины, например, еще дольше, потому как с пересадками. Билеты дорогие. И уж если проделал такой путь, то есть смысл остаться у моря подольше. Тем более что в азиатских странах (а «зимовщики» выбирают в основном их) **реально снять недорогие апартаменты.** И на этот вариант проживания, кстати, тоже вырос спрос.

А главное, сбежать от зимы на пляж могут себе позволить не только удаленщики и фрилансеры, но и люди, которые каждый божий день ходят в офис. Достаточно взять две-три недели отпуска сразу до или сразу после новогодних каникул. Они, напомним, продлятся 11 дней, с 31 декабря 2026 по 10 января 2027 года. Вместе с двумя неделями отпуска уже 25 дней, а с тремя - больше месяца.

Таиланд или Гоа нашими «зимовщиками», впрочем, не удивишь. Но **в этом году рекордно вырос спрос на Китай (собственно, как и в случае с обычными турпоездками) и, как ни странно, на Японию.** Страна восходящего солнца стала бюджетнее благодаря выгодному для нас курсу иены, визы выдает легко и быстро. Прямых рейсов нет, но со стыковками в Китае множество более-менее бюджетных вариантов.

Это все касается самостоятельных путешественников. Клиенты турфирм летят погреться на стандартные 10 - 11 дней, говорят в Российском союзе туриндустрии. Тоже чаще выбирают Таиланд, однако на втором месте у любителей «пакетного» отдыха Египет. На третьем опять же Вьетнам.

- Ниша Вьетнама - семьи с детьми и туристы, для которых особенно важен бюджет поездки, - объясняет **руководитель PR-отдела туроператора ITM group Андрей Подколзин.**

МАРШРУТЫ ДЛЯ ЗИМОВКИ...

Таиланд	40,3%*
Китай	10,2%
Вьетнам	7,3%
Индонезия	5,2%
Япония	4,7%
Филиппины	3,2%
Индия	2,9%
Шри-Ланка	1,2%
Малайзия	1,2%
Марокко	1,0%
ОАЭ	0,8%

**Доля в общем объеме бронирований длительных поездок на зимние месяцы.*



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

...И ДЛЯ КОРОТКИХ ПУТЕШЕСТВИЙ



Таиланд	29,7%*
Турция	5,6%
Вьетнам	5,3%
Китай	5,1%

**Доля в общем объеме бронирований самостоятельными путешественниками поездок на 5 - 10 дней. По данным OneTwoTrip.*

■ ХОРОШАЯ НОВОСТЬ

Грудь под защитой: что важно знать каждой женщине

Олег КАРПОВ

Как в Москве борются с раком молочной железы.

Рак молочной железы занимает первое место среди онкологических заболеваний у женщин. Накануне Недели борьбы с раком молочной железы сотрудники нового Центра женского здоровья «Коммунарка» рассказали, как устроен современный маршрут пациентки - от самодиагностики до сложного лечения.

В Москве выстроен «клиентский путь»: женщина не теряется между кабинетами и поликлиниками. Как объяснила заведующая Центром женского здоровья **Юлия Кобелева**, «приоритет стандарта оказания медицинской помощи центра - чтобы пациентка могла пройти все этапы в одном месте». Это и есть тот самый «золотой стандарт»: выявлять болезнь как можно раньше, когда шансы на успешное лечение максимальны.

ПОЧЕМУ НЕЛЬЗЯ ОТКЛАДЫВАТЬ ВИЗИТ К ВРАЧУ

Врач-онколог **Абдулькадер Аббуд** привел тревожную статистику: в мире регистрируется более двух миллионов случаев рака молочной железы ежегодно. И если раньше средний возраст пациенток был около 65 лет, то сейчас врачи все чаще сталкиваются с более молодыми случаями. При этом он сразу снимает панику: случаи у совсем молодых девушек редки. Но именно поэтому так важна регулярная диагностика.

Важный нюанс: рак молочной железы - заболевание гормонозависимое. Среди факторов риска - раннее начало менструаций (до 13 лет), поздняя менопауза, короткая лактация, а также наследственность. Но есть и хорошая новость: грудное вскармливание продолжительностью до года - это своего рода профилактика рака молочной железы.

МИФЫ, В КОТОРЫЕ ПОРА ПЕРЕСТАТЬ ВЕРИТЬ

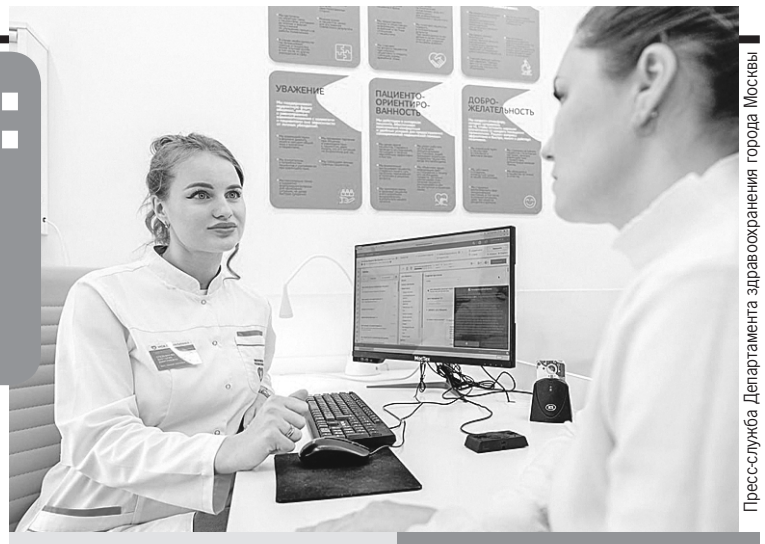
Эксперты развенчали самые живучие мифы. Например, что импланты вызывают рак - нет, современные исследования это опровергают. Что бюстгальтер с косточками опасен - тоже миф. Что доброкачественные образования обязательно перерождаются в злокачественные - чаще всего это не так.

Еще один важный момент: нет прямой связи между количеством родов, абортами или кесаревым сечением и риском рака груди.

Врачи провели мастер-класс по самодиагностике. Заведующий женской консультацией **Дмитрий Раба** пошагово показал, как осматривать грудь: в какой день цикла (оптимально - на 12-й день), при каком освещении, на что обращать внимание (втяжение соска, изменения кожи, выделения).

«Чем чаще вы это делаете - хотя бы раз в месяц, тем больше шансов заметить малейшие изменения», - подчеркнул врач.

А дальше - осмотр у акушера-гинеколога, УЗИ (если женщине меньше 40 лет) или маммография (если старше). Врачи находят подозрительные зоны? В работу включается искусственный интеллект: снимки анализируются в телемедицинском центре, подозрительные участки подсвечиваются, затем их перепроверяет врач.



Пресс-служба Департамента здравоохранения города Москвы

Профилактическое обследование - первый шаг к заботе о здоровье.

ПОДДЕРЖКА НА КАЖДОМ ЭТАПЕ

Система заботы о пациентке не заканчивается на лечении. В центрах амбулаторной онкологической помощи работают онкопсихологи: если женщина просит, ее сразу направляют на консультацию. Есть и QR-коды, по которым специалист может прийти прямо в кабинет.

В центрах женского здоровья также есть медицинские психологи - они помогают в вопросах репродуктивного выбора и адаптации после родов.

«Заболеть может каждая, главное - вовремя выявить», - эта фраза стала лейтмотивом встречи. Самодиагностика, регулярные осмотры, знание факторов риска и доверие к системе здравоохранения - вот что реально спасает жизни.

Как подытожили эксперты, ранняя стадия (первая-вторая) лечится гораздо успешнее, потому что опухоль еще локализована. А когда процесс выходит за пределы молочной железы, требуется больше ресурсов и сложнее добиться полного выздоровления.

И еще один важный социальный аспект: в Москве по ОМС доступно восстановление груди после мастэктомии. Решение принимается индивидуально, с учетом течения болезни и пожеланий пациентки.

Поэтому главный совет от врачей прост: не бойтесь, но будьте внимательны.

Дважды «Народный участковый» Тульской области оказалась на скамье подсудимых

Игорь КОПЫТОВ

В Туле арестовали Екатерину Ф. – 30-летнюю заместительницу начальника отдела участковых полиции «Богородицкий», которая еще пару лет назад была лицом региональной полиции.

Старший лейтенант полиции дважды побеждала в конкурсе «Народный участковый» и представляла Тульскую область на федеральном уровне. Теперь она – обвиняемая по статье о взятке в крупном размере. Общественность повергнута в шок.

Прокуратура Тульской области сообщила: сотрудница полиции взяла 200 тысяч рублей за то, чтобы помочь человеку, точнее, его сыну, избежать уголовного дела. Сын попался на подделке водительских прав, а она пообещала его отцу уладить вопрос. За это ее и задержали. Статья серьезная – получение взятки в крупном размере. Максимальное наказание – до 12 лет колонии.

10 октября 2026 года Привокзальный районный суд Тулы отправил Екатерину Ф. под арест на один месяц и 29 суток. Судья учел два момента: тяжесть обвинения и то, что женщина до сих пор работает в полиции. А значит, теоретически может помешать следствию, например, спрятать доказательства или надавить на свидетелей. Поэтому – СИЗО.



Фото: сайт 71.мвд.рф.

Дважды «Народный участковый» Тульской области попалась на взятке.

ВНИКАЯ В СУДЬБЫ ПОДОПЕЧНЫХ

«Комсомолка» решила разобраться в ситуации. Особенно шокирует тот факт, что Екатерина Ф. два года подряд, в 2023 и 2024-м, становилась победительницей областного этапа конкурса «Народный участковый» и выходила в федеральный финал. Это тот самый конкурс, где за участников голосуют сами жители. За нее отдавали голоса тысячи туляков.

Вот что писала о ней пресс-служба УМВД по Тульской области в 2024 году: «За короткий промежуток времени она стала своей для жителей участка. Ее просят помочь как юные жители, так и люди, умудренные опытом». Сама Екатерина Ф. писала в материалах конкурса: «Моя работа мне очень нравится, потому что я люблю помогать людям».

Сложно сказать, в какой момент желание помочь переросло в нечто иное. Сама работа участкового предполагает тесное общение с неблагополучным контингентом. Обходы, беседы. Вспоминаем знаменитый лозунг: «Участковый – от слова участие». Возможно, это желание участия и привело к такому печальному финалу.

Психологи называют подобное «профессиональной деформацией». Участковый начинает воспринимать свой участок как личную вотчину, а людей на нем, как «своих». Своих можно пожалеть, своих можно простить, а при очень большой необходимости «своим» можно и помочь. За определенную плату. Не потому, что ты плохой. А потому что ты «понимаешь жизнь» и «знаешь, как надо».

ПО «СКОЛЬЗКОЙ ДОРОЖКЕ»

Екатерина пришла в полицию в 2014 году. Больше десяти лет службы. Половина из них – участковым. 7,5 тысяч проживающих. Около трети из них – те, кто когда-то нарушал закон. Это сотни судеб, сотни чужих проблем. И постоянное ощущение, что ты можешь решить любую из них. Если захочешь.

В материалах конкурса «Народный участковый» есть ее цитата: «Моя работа мне очень нравится, потому что я люблю помогать людям. Это тяжело, сложно, потому что в каждую проблему необходимо вникнуть и помочь в пределах своих полномочий». «В пределах своих полномочий» – ключевая фраза. Но что происходит, когда полномочий не хватает, а помочь хочется? Или когда помощь уже перестает быть бескорыстной?

Психологически это называется «скользкой дорожкой»: первый шаг кажется незначительным, почти оправданным – «хотел, как лучше», «это же его сын, а не чужой». Каждый следующий шаг – продолжение логики предыдущего. Пока однажды не оказывается, что «участие» превратилось в «соучастие».

Но дело не только в личном выборе. Есть и системные факторы, которые создают почву для таких поступков. В официальных документах МВД и аналитических материалах последних лет прямо говорится о системных проблемах службы участковых, среди которых о «непреодоленных бюрократических моментах», «формализме» и «коррупции». Эксперты отмечают «отсутствие мотивации к реальному результату» и «слабое взаимодействие с другими органами власти». Это не оправдание, но фон. Участковый – самый «близкий к земле» сотрудник полиции. Он стоит на границе между государством и повседневной жизнью, и эта граница часто размыта. Очевидно, что, если система не работает, соблазн «решить вопрос» на месте, без системы, становится сильнее.

И, наконец, личное. Екатерина окончила московский университет с красным дипломом и вернулась в родной Богородицк. Она знала каждый «закоулок и темный подвал» своего города. Ее выбирали лучшей два года подряд. Но что происходит в душе человека, который добился признания, возможно, чувствуя, что «недооценен»? Когда награды есть, а зарплата – не очень? Когда ты «народный», но при этом обычный старший лейтенант со вторым высшим образованием и ежедневной нормой «прогулки» по подведомственным участкам в 10 тысяч шагов? В какой-то момент «участие» перестает быть миссией. Оно становится работой. А работу хочется монетизировать.

НЕБЕЗВОЗМЕЗДНАЯ ПОМОЩЬ

По имеющейся информации, в октябре 2026 года Екатерина Ф. предложила мужчине за 200 тысяч рублей решить вопрос о невозбуждении уголовного дела в отношении его сына, подозреваемого в подделке водительских прав. Или согласилась на предложение с его стороны – это пока из имеющейся официальной информации однозначно не ясно. Мужчина сообщил о данном факте в правоохранительные органы. Передача денег проходила под контролем силовиков в автомобиле на улице Дмитрия Ульянова в Туле. После получения денег ее задержали. Противоправную деятельность пресекли сотрудники УФСБ России по Тульской области совместно с коллегами из ОРЧ СБ УМВД.

В Управлении МВД России по Тульской области сообщили, что в отношении женщины проводится служебная проверка, по результатам которой будет принято решение об ее увольнении из органов внутренних дел по отрицательным основаниям.

ОТ УЧАСТИЯ К СОУЧАСТИЮ

Карьера, которой многие могли бы позавидовать, годы примерной службы, признание жителей, победы в конкурсах. И все это рухнуло в один момент. Теперь вместо благодарностей от жителей и почетных грамот – наручники, СИЗО и перспектива провести за решеткой до 12 лет.

«Участковый – от слова участие». Желание участвовать в судьбах людей - это то, что двигало Екатериной в начале пути. Но грань между участием и соучастием оказалась слишком тонкой. И, возможно, именно эта тонкость - главный психологический урок этой истории. Следствию предстоит установить все обстоятельства, а суду расставить все точки в деле.

Во сколько нам обходится работа вне дома.

Профессиональный долг платежом красен

Максим БРУСНЕВ

Многие из нас привыкли считать зарплату «чистыми» деньгами, которые приходят на карту. Однако работа в офисе - это не только доход, но и обязательные расходы. Если сложить все траты - на дорогу, обеды и дресс-код, окажется, что значительная часть заработка уходит только на то, чтобы быть на рабочем месте.

Сколько в среднем тратит офисный сотрудник за месяц (при стандартном графике в 20 - 22 рабочих дня), «Комсомолке» помогла подсчитать **консультант по личным финансам, кандидат экономических наук Ольга ЛУКАШЕВА.**

ПРОЕЗД

В общественном транспорте

В Москве стоимость одной поездки в метро - 75 рублей, если вы добираетесь из области электричками, сумма возрастает минимум до 102 рублей (за пересадку платится половина стоимости поездки). А в Новосибирске, к примеру, базовая стоимость проезда в общественном транспорте - 45 рублей.

Конечно, существуют проездные, скидки при оплате биометрией... Но, как бы вы ни экономили, транспорт - одна из самых значимых статей расходов тех, кто трудится на рабочем месте.

РАСЧЕТ

Если взять данные Росстата, средняя по стране стоимость проезда в общественном транспорте (метро, автобус, троллейбус, маршрутка, трамвай) на сентябрь - 50 рублей. Это 100 рублей в день.

100 х 22 рабочих дня = 2200 рублей в месяц.

На своей машине

Ездить на работу на своем авто выгодно только в случае, если на предприятии (или где-то рядом) есть бесплатная стоянка, напоминает консультант. Потому что платная парковка в центре Москвы или Питера может стоить от 10 000 до 20 000 рублей в месяц.

А еще при ежедневном использовании машину нужно чаще мыть и обслуживать. Но даже если отбросить амортизацию, страховку и парковку, одно только топливо встанет в копеечку.

РАСЧЕТ

Допустим, вы проезжаете 30 км в день туда-обратно при среднем расходе 10 л/100 км и цене бензина 78 руб/литр (данные Росстата на сентябрь).

30 км в день × 22 дня = 660 км в месяц и 66 литров бензина.

66 литров × 78 руб = 5148 рублей в месяц.

Это в 2,3 раза больше, чем траты на общественный транспорт.

ОБЕДЫ В ОФИСЕ

Это самая гибкая статья расходов - можно носить контейнеры из дома, а можно ходить на бизнес-ланчи.

РАСЧЕТ

Бизнес-ланч при средней цене обеда 400 - 500 рублей.

22 дня × 450 руб. = 9900 рублей.

Себестоимость обеда, принесенного из дома, по подсчетам Ольги Лукашевой, составляет около 150 - 200 рублей.

22 дня × 175 руб. = 3850 рублей.

ШУТКА ИЗ ИНТЕРНЕТА



- Алло, это служба доставки овощей?
- Да.
- Доставьте меня, пожалуйста, на работу...

РАСХОДЫ НА НЯНЮ

Частичная занятость няни (встреча ребенка из школы и 3 - 4 часа вечером) в среднем по крупным городам обходится в 25 000 - 40 000 рублей в месяц. Полная занятость (8 - 9 часов) варьируется от 60 000 до 90 000 рублей и выше.

РАСЧЕТ

В среднем присмотр за ребенком обойдется от 30 000 до 75 000 рублей в месяц.

ОДЕЖДА И ВНЕШНИЙ ВИД

Дресс-код - это не только покупка деловых костюмов или рубашек, но и расходы на стирку и химчистку, обновление обуви, которая из-за ежедневных поездок изнашивается быстрее.

- Заметная статья расходов для женщин - косметика, маникюр, стрижка и окрашивание волос, - отмечает Ольга Лукашева.

Никто не спорит: ухаживать за собой нужно всегда. Однако та же пандемия доказала: на удаленке можно неделями ходить в халате или футболке, реже пользоваться тушью и помадой. А вот если ты каждый день на виду, то наводить марафет приходится чаще. А значит, и тратиться больше.

РАСЧЕТ

Одежда. Если распределить годовые затраты на 12 месяцев, в среднем на офисный гардероб уходит от 2000 до 5000 рублей в месяц, подсчитала экономист.

Маникюр с покрытием. Стоимость в крупных городах 1800 - 2500 рублей. С учетом коррекции раз в три недели, в пересчете на месяц - 2500 - 3000 рублей.

Стрижка и окрашивание. Если обновлять стрижку раз в два месяца, а корни волос подкрашивать раз в месяц, то средний чек составит 5000 - 7000 рублей. В пересчете на месяц - 3500 - 4000 рублей.

Косметика и парфюм. Тональный крем, тушь, пудра, помада - все это имеет свойство заканчиваться. Если распределить стоимость косметички на год, то ежемесячно на ее обновление уходит около 1500 - 2000 рублей.

Складываем все затраты, и вот итог: расходы на внешний вид у женщин забирают около 15 000 рублей, у мужчин (гардероб плюс стрижка) - около 5000 рублей в месяц.



Сколько «стоит» работа в офисе (в месяц)

Статья расходов	Эконом-вариант	Комфорт-вариант
• Транспорт	2200	5148
• Обеды	3850	9900
• Дресс-код и внешний вид	5000	15 000
• Няня	30 000	75 000
• Итого	41 050	105 048

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

СОВЕТ!

Как оптимизировать «офисный бюджет»

Вот на что предлагает обратить внимание Ольга Лукашева.

Транспорт. «Единый» на три месяца или на год выгоднее месячного проездного. Кроме того, так вы фиксируете цену проезда на длительный срок, ведь она регулярно повышается.

Гардероб. Вместо покупки случайной одежды инвестируйте в базовые вещи, которые легко комбинировать и дополнять с помощью блузок, джемперов и аксессуаров. Это сократит число покупок.

Уход. Базовые процедуры (например, маски для лица или уход за руками) можно перенести из салона домой, используя профессиональную косметику, она окупается за 2 - 3 применения.

Няня. Кооперация с другими родителями, когда одна няня забирает 2 - 3 детей из одной школы, позволит сократить расходы на 30 - 40%. А договоренность с начальством о 2 - 3 днях работы из дома - это экономия не только на няне, но и на транспорте, и на офисных обедах.

■ КОММЕНТАРИЙ ЭКСПЕРТА

Один месяц из 12 трудимся бесплатно?

Конечно, ситуация в каждой семье разная. Если и мама, и папа прилично зарабатывают, то и расходы на няню их не разорят. Но даже если считать по минимуму, то только транспорт и офисные обеды обходятся нам более чем в 72 тысячи рублей ежегодно! Добавляем затраты на одежду и внешний вид, особенно для женщин, и получаем 80 - 90 тысяч - это почти средняя российская зарплата, которая сейчас чуть выше 100 тысяч рублей. **То есть чуть ли не один месяц из 12 мы работаем бесплатно?**

- Да, работа в офисе - это не только о времени, но и о ресурсах. Однако нужно воспринимать эти траты не как «налог на работу», а как инвестиции в себя, - уверена Ольга Лукашева. - Согласитесь, трудно достичь карьерных высот, месяцами не появляясь в офисе. Работа в команде - это коммуникативные навыки, профессиональные и личные связи, опыт, которые в будущем принесут больший доход.

Но всему есть разумный предел, предупреждает экономист:

✔ Офисная работа выгодна, если после вычета затрат, которые с ней связаны, на руках остается сумма, сопоставимая с доходом от удаленки при такой же должности.

✔ Если выходите в ноль - вы работаете исключительно ради социального статуса или перспективы роста.

✔ Если же скатываетесь в минус - стоит обсудить с руководством переход на удаленку, гибкий график или задуматься о поиске другой работы. Иначе вы просто дотируете работодателя за счет своих денег и времени.

А ЧТО ЕЩЕ

СНОВА НЕТ ПРИЧИНЫ НЕ ВЫПИТЬ КАПУЧИНО

Кроме основных статей офисных расходов, есть и те, которые мы часто даже не замечаем.



- Кофе и перекусы. Утренний кофе по пути на работу или покупка печенья в офисном автомате - даже если тратить на это всего сотню в день, за месяц набегает еще 2200 рублей.
- Аптечка. Офисная среда - это кондиционеры, ухой воздух и тесный контакт с коллегами в сезон простуд. Расходы на витамины, увлажняющие капли для глаз, антисептики и лекарства от простуды - это тоже часть стоимости вашего присутствия на рабочем месте.
- Время. Если вы тратите на дорогу до офиса и обратно 1,5 часа в день, то за месяц это 33 часа или почти 1,5 суток. Их можно было бы потратить на семью, сон, спорт, хобби или дополнительный заработок. Посчитайте свой часовой доход - и узнаете, сколько стоит ваше время на дорогу в твердой валюте.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

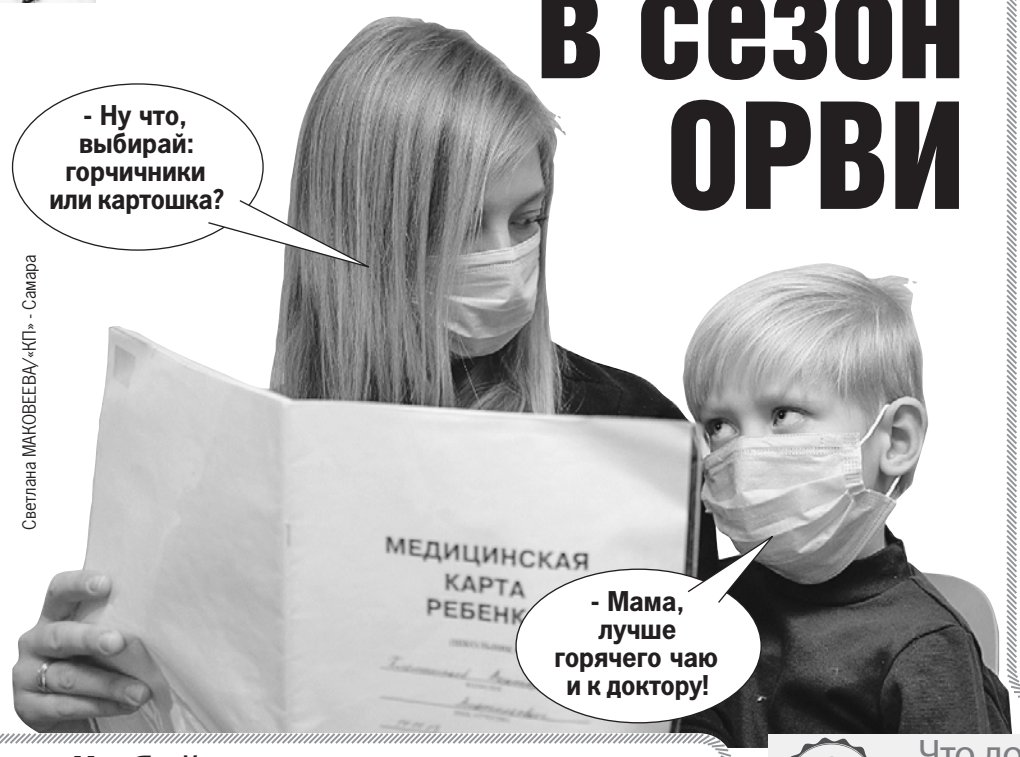
5 ошибок родителей в сезон ОРВИ

Анна КУКАРЦЕВА



Врач-педиатр Евгений Тимаков рассказал, как не залечить ребенка во время простуд и гриппа.

Заболевание ребенка вызывает у родителей закономерную тревогу, из-за которой можно совершить необдуманные действия. ***Врач-педиатр, инфекционист, кандидат медицинских наук Евгений Тимаков*** *на пресс-конференции «Осенние сезонные заболевания» рассказал о самых частых ошибках - их делают как новоиспеченные, так и опытные мамы и папы.*



Светлана МАКОВЕЕВА/«КП» - Самара

Не пугайтесь температуры

- У детей, как правило, любой простудный вирус, не только грипп, может вызвать высокую температуру. Это обычное явление, так проявляется иммунный ответ, - поясняет педиатр. - Если ребенок чувствует себя нормально, не жалуется на головную боль, продолжает играть и просит есть, то сбивать температуру не нужно. Не перегружайте организм таблетками, он справится сам.

Кстати, при температуре 38 - 38,5 градуса вырабатывается большое количество интерферона, нашего иммунного защитника.

Если же ребенка мучает головная боль, он вялый, температура продолжает ползти вверх, нужно жаропонижающее. Это может быть парацетамол или ибупрофен. Но не аспирин! Он у детей с вирусной инфекцией (включая ОРВИ, простуды) способен спровоцировать опаснейший синдром Рея - стремительное поражение печени и отек головного мозга.

Не давайте антибиотики без назначения врача

Немало родителей уверены, что при высокой температуре, кроме жаропонижающих, нужны антибиотики - поскорее «убить инфекцию».

- Антибиотики не борются с вирусами, а именно вирусы в первую очередь вызывают лихорадку (жар), - объясняет Евгений Тимаков. - Антибиотик же действует только на бактерии. В случае простуд и гриппа бактериальные инфекции могут быть осложнением, но оно, как правило, присоединяется позже.

Антибиотики без назначения врача, особенно в первые несколько дней болезни, не принесут никакой пользы, лишь усилят токсическую нагрузку на организм.

И не забывайте про такую серьезную вещь, как антибиотикорезистентность. Болезнетворные бактерии, к сожалению, мутируют, приспосабливаются к окружающей среде, в том числе и к препаратам. Чем чаще вы используете антибиотики, тем слабее будет в дальнейшем реакция микробов на такие лекарства. Растет риск, что когда действительно потребуется антибактериальная терапия, она уже не поможет.

Не бойтесь свежего воздуха

- В начале осени у нас еще достаточно защиты - и «солнечного» витамина D, и витаминов из летних овощей-фруктов, поэтому иммунитет легко справляется с небольшим количеством вирусов, - говорит врач-педиатр. - К тому же в это время циркулируют в основном не самые опасные из семейства ОРВИ - риновирусы, иногда примешиваются аденовирусы. Но после бархатного сезона возвращаются отпускники, контактов становится все больше, и вирусный коктейль начинает смешиваться, происходит взаимодействие различных вирусных инфекций, привезенных из разных стран.

А еще начинается похолодание и стартует отопительный сезон. В домах и детсадах-школах становится сухо.

- Носоглотка ребенка пересыхает, слизистые - первый барьер для вирусов - начинают терять свои защитные свойства, - объясняет Евгений Тимаков. - Из-за этого вирусным частицам легче проникнуть в организм. Дети чаще заболевают.

Чтобы нормально вырабатывалась защитная слизь и шел естественный процесс очищения верхних дыхательных путей, воздух в помещениях должен быть достаточно увлажнен (в районе 45 - 60%). Лучше всего с этим справляются обычные бытовые увлажнители, на маркетплейсах легко найти достаточно бюджетные варианты.

Кстати, один из главных страхов родителей и бабушек, да и воспитателей в детсадах: «Продует!» Как только похолодает, окна наглухо закрываются.

- И тем самым увеличивается вирусная нагрузка, - говорит эксперт. - Если так понятнее: вирусы не выдуваются из помещения, а только концентрируются. Проветривать необходимо и обязательно! Утром и вечером как минимум.

Не сыпьте горчицу в носки и не заставляйте дышать над картошкой

Старые добрые горчичники каждый советский ребенок испытал на себе. И синяки от банок. И горящие от горчичного порошка ступни. А все это от безысходности…

- Такие народные методы использовали потому, что не было нормальных препаратов, - поясняет Евгений Тимаков. - Да, бабушкины средства работают как отвлекающий маневр. Но хотите ли вы, чтобы ребенок получил ожог от горчичника или горячей картошки? Если сейчас есть куда более безопасные и действенные лекарства.

Что действительно работает при ОРВИ из домашних методов?

✓ Отдых, постельный режим. Но без насилия - если ребенок чувствует себя хорошо, пусть играет в любимые игры.

✓ Обильное питье и ненасильственное кормление (по желанию ребенка). Дайте организму самому справиться с болезнью.

Не советуйтесь с ИИ

Любимое развлечение современных людей - общение с чатами нейросетей. Кажется, они все знают и плохого не посоветуют.

- ИИ не понимает специфику организма и состояния каждого ребенка, - предупреждает Тимаков. - Да, есть протоколы лечения различных вирусных инфекций. Но, чтобы грамотно применять их, нужно четко знать диагноз. Что за инфекция у малыша в данный момент, какие симптомы есть у ближайшего окружения? Насколько красное горло и т. д. ИИ не увидит этого.

КСТАТИ

Что должно насторожить в состоянии малыша

- *Длительно (дольше 3 - 4 дней) не падающая температура даже при использовании жаропонижающих.*
- *Вялость, сильная слабость.*
- *Отсутствие аппетита больше 2 - 3 дней.*
- *Сильная рвота, понос, тошнота вплоть до невозможности сделать глоток воды.*
- *Любые высыпания на теле ребенка, даже без температуры.*

Все это поводы без промедления обратиться к врачу. Это могут признаки серьезных осложнений!

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Ответы на наивные вопросы о прививках - на KP.RU:

ВАЖНО!

СДЕЛАЙТЕ ПРИВИВКУ ОТ ГРИППА



Многие современные родители знают, что в сезон ОРВИ могут гулять десятки вирусов, и грипп среди них занимает не так уж много месте (в среднем 10 - 15% от общего числа).

Но есть нюанс: это самый опасный вирус.

В этом году мы ждем угрожающий легким свиной грипп (H1N1), очень заразный гонконгский грипп (H3N2) и менее опасный, но все равно новый мутант гриппа В. Эти штаммы не посещали нас уже несколько лет, и иммунитета против них точно не осталось.



- Вакцина, которой прививают сейчас, полностью адаптирована под такие штаммы, - поясняет **доктор Тимаков**. - В этом году она точно максимально полезна для защиты от тяжелых осложнений гриппа у детей и взрослых. Прививать можно малышей с шестимесячного возраста. Сегодня вакцинироваться еще не поздно: первая волна массовой заболеваемости гриппом в России обычно стартует в конце ноября - начале декабря. На выработку иммунитета требуется 2 - 3 недели после укола.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

БУДЬ В КУРСЕ

Капли от насморка могут довести до отравления

Пытаясь помочь ребенку при насморке, родители нередко начинают капать сосудосуживающие капли или использовать спреи. Причем делают это часто - по 4 - 5 раз в день.

Врачи предупреждают: такие средства в случае применения дольше 5 - 7 дней вызывают привыкание. А также могут усугубить ситуацию, вызвав отек слизистой оболочки носа. Более того, они могут спровоцировать отравление организма. Вплоть до попадания детей в реанимацию - в медицинской практике известны такие ситуации. Педиатры назначают сосудосуживающие средства на срок не более 4 -5 дней и рекомендуют капать (впрыскивать) 1 - 2 раза в день, максимум 3. Лучше всего на ночь, чтобы ребенку было легче заснуть.

Как взрослым и детям защититься от пневмонии < *стр. 3.*

Цветы как спасение от стрессов и... от болезней



Катя КАПЛАР

Алиса Качер оформляет цветами кинофестивали и знает про растения все.

Александра ЗАЙЦЕВА

Новая книга популярного блогера - увлекательный учебник по флористике.

Женщин, которые не любят цветы, в природе почти не существует. И речь не только о букетах.

Вы покупаете дачу и зарекаетесь: никаких посадок, только газон, я тут буду отдыхать, а не в земле копаться. А через пару лет у вас на участке как-то невзначай образуются кусты гортензий. И розы. И что-нибудь вьющееся. И еще вот этот кустик, который не цветет, но очень красивый. И еще вы в журнале увидели и теперь хотите у себя посадить... одним словом, вот так люди и увлекаются растениями всерьез.

ХОББИ, СТАВШЕЕ ЗАРАБОТКОМ

Между прочим, это не просто хобби. Оно спасает от стрессов и даже иногда от болезней. Есть научные исследования, подтверждающие: когда мы копаемся в грядках, в организм из почвы попадает бактерия Mycobacterium vaccae и стимулирует нейроны мозга, отвечающие за выработку серотонина. То есть действует как антидепрессант. Таким же образом, через контакт с землей, в организм попадают и другие бактерии с еще более мудреными названиями - и тоже приносят пользу. Например, сдерживают воспалительные реакции, читай - влияют на иммунитет.

А кроме того, флористика внезапно может стать делом жизни и приносить заработок. Именно так случилось с Алисой Качер, популярным блогером и автором книги «На расцвете. Творческая мастерская начинающего флориста», вышедшей в издательстве «Комсомольская правда». Алиса росла на юге, где все вокруг цвело до середины осени. Папа разводил пчел, мама выращивала зимний сад, и в целом вокруг всегда были люди, которые не мыслили жизнь без цветов. Ну и как в таких условиях можно было не стать флористом? Однако, как и многие, она работала в скучном офисе в ритме вечных бешеных перегрузок. Пока пять лет назад не бросила его, став профессиональным флористом. Цветы ее буквально спасли, став отдушиной, когда семья столкнулась с серьезным диагнозом дочки и сложной операцией.

Теперь у Алисы Качер своя цветочная мастерская в Москве, заказы на оформление крупных столичных событий: День города, Московский международный кинофестиваль и другие. И тысячи подписчиков в соцсетях, с которыми она делится секретами. А в книге они собраны компактно, под одной обложкой и разбиты по сезонам. Почти учебник по работе с растениями, который и начинающим объяснит важные основы работы с растениями, и тем, кто уже знаком с процессом, будет полезен.

ШИПОВНИК, ПЕРЕЦ И ЕЛКА НА ПОТОЛКЕ

О каждом сезонном растении автор рассказывает подробно. Сейчас, осенью, в букеты входит яркая листва, ветки с плодами, оттенки желтого, винного, бордового. Подойдет все, даже ветка с перцами, не говоря уж о шиповнике. Главный осенний цветок, пожалуй, хризантема. Чтобы она лучше пила воду, не срезайте стебель секатором, а переломите руками, советует автор. И не забудьте устроить фотосессию этого буйства красок.

А еще сейчас самое время собирать композиции в тыкве вместе с детьми. Пополнять запасы шишек, мха, коряг - пригодятся зимой для композиций. И плести венки - например, из сухих гортензий, они будут радовать вас всю зиму. На сухоцветах, кстати, удобно учиться работать с флористической пеной.

Потом наступит зима, и если вы думаете, что флористу в это время нечем заняться, то сильно ошибаетесь. Меня, например, привлекло в книге фото композиции, где подобие елки с гирляндами свисает с потолка, с люстры над праздничным столом, а на столе вместо хвои - цветы. Смотрится очень празднично, и новогоднее настроение есть.

Какие цветы сочетаются с хвойными ветками, автор тоже рассказывает. Хвоя бывает разная - кедр, сосна, разные виды пихты, можжевельник. И у каждой свои особенности.

Кстати, любые ветки можно покрасить, и разумеется, вместе с детьми. Хоть в золотой цвет, если захотите. Способов два: баллончик с краской или подкрашенная вода, а тонкости сами в книге прочтете. **И обратите внимание на раздел, в котором можно погадать на тайном языке цветов, просто выберете свое число**. А еще на список фильмов, где красивые растения играют едва ли не главную роль и от этого эстетического наслаждения на экране трудно оторваться.

Так что с этой книгой вам будет чем заняться круглый год.

КСТАТИ

В конце октября начинается сезон луковиц гиппеаструма в воске. Слышали про такое? Это тренд последних лет, за ними почти не нужно ухаживать, даже поливать не придется. Просто покупаете луковку и несколько месяцев наблюдаете эту магию. А что с ней делать потом, чтобы она и дальше вас радовала цветением, вам расскажет автор книги.

3 СОВЕТА ОТ АВТОРА

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

1. Не покупайте цветы с голыми стеблями (за исключением тех, у которых листвы изначально нет - например, стрелиция). Поставщик их никогда не зачищает, свежие цветы приезжают на базу с листвой. А вот если их срезали - значит, растение на складе давно, листья успели подвянуть и работники их зачистили, чтобы не портили общий вид.
2. Водянистые пятна говорят о том, что растение подмерзло.
3. Никогда не ставьте букет под прямые солнечные лучи или около батареи.

ЧТО ЕЩЕ ЕСТЬ В КНИГЕ



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

- Гид по садовым инструментам с объяснением профессиональных тонкостей
- Основные термины флористики (без теории практика будет хромать)
- Идеи оформления балкона
- Советы, как ориентироваться на оптовой базе растений (профессионалы называют ее холодильником) и не наделать ошибок, скупая все подряд, потому что все красивое
- Основные ошибки при подборе букетов
- Списки дел на каждый сезон
- Пошаговые рекомендации при составлении сезонных композиций
- Правила сочетаний и стойкости
- Флористический словарь



Анатолия Кашпировского похоронили в Виннице

Окончание.
Начало < *стр. 1.*

Транспортировка тела на Украину могла обойтись родственникам в сумму более 300 тысяч рублей. Везли его через Турцию и Польшу.

- Отца похоронили на кладбище, где покоятся бабушка, дедушка и Лена (трагически погибшая дочь Кашпировского. - **Ред.**), - сообщил «КП» старший сын целителя Сергей.

«ОТЕЦ САМ НЕ ЗНАЛ, ЧТО С НИМ»

Сергей родился в первом браке Анатолия Михайловича, как и его сестра Елена, которая погибла в 2018 году. Сейчас Сергей живет в США. Последний раз он созванивался с Анатолием Михайловичем три месяца назад.

- С ним было трудно говорить, - вспоминает Сергей. - Мысли путались, он постоянно уходил от темы разговора. Я не мог добиться от него, почему он в больнице. Складывалось впечатление, что отец сам не знает, что с ним. Полтора года назад он приезжал ко мне в Калифорнию. Был худой, болезненный...

Позже Сергей узнал, что у него появилась сестра. На тот момент целителю было 86 лет. Родила девочку Гулизар Чалбашова, с которой Кашпировский прожил больше 20 лет.

- Я знал Гулю, мы хорошо общались. Отец говорил, что она мне вторая мама, что после его смерти мы останемся друг у друга, - говорит Сергей.

«ЕСТЬ ДАР»

А в 2019 году Сергей узнал, что у него есть брат. Тогда Алексей Фуштей на ТВ заявил о себе как о внебрачном сыне Кашпировского. Его мать когда-то была помощницей Анатолия Михайловича.

- Отец признал его своим сыном. Был тест ДНК, который подтвердил родство. С тех пор мы с Алексеем общаемся. Я был очень рад, что у меня появился брат. И отец с ним все эти годы поддерживал связь, - утверждает Сергей.

Теперь сыновья намерены продолжить дело отца.

- У меня есть способности, и папа хотел, чтобы я этим занимался. Но это забирает слишком много сил, энергии. У Алексея тоже есть этот дар. Возможно, вместе мы сможем продолжить дело отца. **Кроме нас, у него никогда не было учеников.** Он с детства рассказывал о своих техниках, чтобы мы брали пример. Но, конечно, я в молодости делал все наоборот, - с улыбкой вспоминает Сергей.

Увы, он не смог приехать на похороны отца, в Виннице был только Алексей.

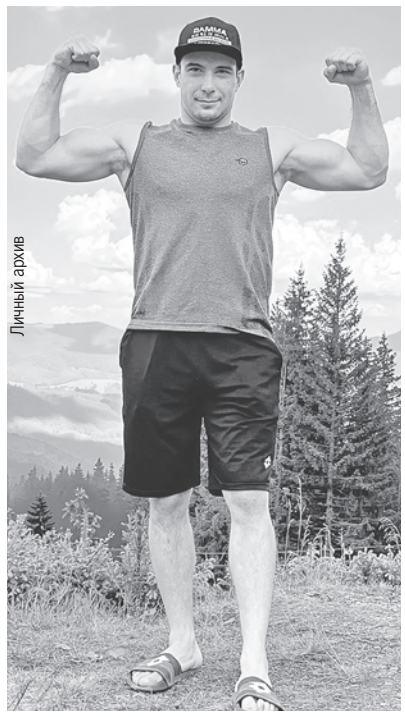
- Для меня это важно, - сказал он «КП» накануне. - Мы так и не смогли увидеться при жизни, хотя в последнем разговоре он обещал, что скоро это случится...

Ангелина ШАРЫПОВА.



Личный архив

Старший сын Сергей (на фото вверху - рядом с отцом) живет в Калифорнии. А внебрачный сын Алексей (на фото внизу) - на Украине.



Личный архив



Социальные сети

В Виннице у Кашпировских семейное захоронение. Знаменитый психотерапевт упокоился рядом с близкими.

■ ТОЛЬКО У НАС

«Медведь бил меня по лицу, как боксер на ринге. Я тоже не отставал...»

Ирина ФАСОВА
(«КП» - Владивосток»)

Выживший после нападения зверя житель Приморья рассказал «Комсомолке», как отбивался от хищника… удочкой.

Становиться героем в планы Владимира Одуло из маленького села Ленино на севере Приморья не входило. Ранним утром он уложил в машину болотные сапоги, удочки и поехал рыбачить на горной речке…

СОБАКА ПРЕДУПРЕДИЛА ОБ ОПАСНОСТИ

Хорошо шли хариус и ленок, у ног вилась дворняжка Дуся. Она всегда с Владимиром.

- Я, как обычно, оставил машину у моста, метрах в ста от речки. Спокойно удил - и тут слышу какой-то странный лай Дуси за спиной. Оборачиваюсь, а на меня прет черная туша. Не поверите, я даже испугаться не успел, стал отбиваться удочкой. Смешно, конечно. Но в тот момент ничего другого в голову не пришло и под рукой не было, - рассказывает «Комсомолке» Владимир.

Хищник навалился на жертву всей массой, и оба рухнули в воду.

- Медведей вблизи я не раз видел. Я же таежник. Главное - нельзя поддаваться панике и бежать. Лучше застыть, притвориться мертвым. А как в воде трупом прикинешься? Вот и стали с ним «биться»: он меня когтями всего исполосовал. В какой-то момент даже бил по лицу, как боксер на ринге. Я тоже не отставал. Лупасил его как мог…

И тут случилось невероятное: медведь отступил от жертвы! Зарычал, развернулся и убежал в лес. Владимир не может найти этому объяснения. Ясно одно: он победил! Говорит, боли не чувствовал, хотя все тело кровило. Понял: что-то не так с левым глазом, прижал его рукой и… сел за руль. До дома 20 км. Доехал.



Предоставлено «КП»

Собака Дуся - верный друг Владимира и Оксаны Одуло.

«ДАВАЙ САПОГИ СНИМЕМ, ПОЛ МАРАТЬ НЕ БУДЕМ»

Что было дальше, рассказала жена выжившего Оксана Михайловна. В окошко увидела, как к дому подъехала машина, открылась калитка. Сначала вбежала Дуся, за ней муж, вся голова в крови.

- Тут я вижу, что Володя передвигается, знаете, как зомби в фильмах ужасов, - еле ноги переставляет. Так он еле живой! Бросилась звонить фельдшеру. А муж хладнокровно так говорит: «Давай сапоги снимем, пол марать не будем».

Сельский транспорт фельдшера - велосипед. Медик добралась к пострадавшему, перевязала многочисленные раны, поставила капельницу. Потом опомнилась: «Я же забыла обезболивающее сделать». Владимир успокоил: «Да мне не больно».

То же самое он говорил врачам в больнице Владивостока, которые делали операцию, спасая глаз. Шанс наполовину ослепнуть был велик.



Ирина ФАСОВА

Врачи все-таки спасли глаз таежнику, а также сшили разорванные медведем мышцы.

«МЕЧТАЮ СНОВА ПОЙТИ НА РЫБАЛКУ»

Свое 66-летие 11 октября он встречал в больнице. Врачи-офтальмологи сшили мышцы и нервы, а кожу для нового нижнего века взяли со лба. Сейчас Владимир Одуло мечтает поскорее выписаться, вернуться в Ленино и... снова пойти на рыбалку, да и просто по тайге побродить. Новой встречи с медведем не боится. Это же природа. Хотя признает: их в последнее время стало намного больше. Людей не боятся, идут прямо в село.

- Охотников стало меньше, лицензия очень дорого стоит, вот зверь и расплодился, - вздыхает Одуло.

У него впереди еще не одна операция и долгий период восстановления. Но, учитывая боевой характер пациента, врачи делают благоприятные прогнозы. Уже сегодня глаз видит на 30 процентов.

KP.RU

Почему косолапые перестали считаться ценной добычей и как это влияет на их популяцию - на сайте KP.RU



«Ищите мужа в клубе любителей бегемотов»

Александра ЗАЙЦЕВА

Из-за чего только люди не разводятся. Частенько - из-за веса. Договориться по этому вопросу иногда сложнее, чем прийти к соглашению насчет денег и имущества, уверяют наши читатели. И рассказывают свои поучительные истории в соцсетях.

ПОХУДЕЛИ - И РАЗБЕЖАЛИСЬ

Марфа:

«Мы с моим парнем сошлись на почве лишнего веса. Я обрадовалась, когда его встретила: наконец-то рядом человек, который понимает, как тяжело эти килограммы сбросить. И которому я нравлюсь как есть.

Худенькой я никогда не была, даже в детстве. Физкультуру в школе ненавидела. А он айтишник. Работа сидячая, потому и набрал с 85 до 110 кило за несколько лет при среднем росте.

Меня заставила худеть сестра, когда я переболела ковидом и начались осложнения. Она записала меня в спортзал и первое время буквально палкой туда гоняла. Вес уходил медленно. А когда стали заметны первые результаты, мне так это понравилось! Очень приятно наблюдать, как твое лицо буквально на глазах становится тоньше. А уж когда ты полностью меняешь гардероб и покупаешь 46-й размер вместо прежнего 54-го - это восторг.

После этого я настояла, чтобы мой парень пошел в спортзал. И он тоже втянулся, хотя поначалу сопротивлялся. Сейчас весит 90, уходит живот, появились мускулы.

Проблема в том, что он в спортзале не только качается. Но и с удовольствием разглядывает других девчонок, которых там много. Как-то резко у него самооценка взлетела, больше не комплексует.

Самое странное, что мне даже не обидно. Потому что я тоже замечаю, что и на меня теперь мужчины смотрят совсем по-другому и что среди них много симпатичных. А дома у меня какой-то непонятный экземпляр в странной позиции.

Все чаще думаю: а не разбежаться ли нам. На тяжелую жизнь с лишним весом мы друг другу больше не жалуемся, а больше нам и говорить-то не о чем».

ПОМРЕТЕ С ГОЛОДУ БЕЗ КОТА!

Хороший дядя:

«Недавно моя жена решила стройнеть. Готовить ужины перестала, поэтому я, теща и кот принудительно худели вместе с ней, нас вообще-то не спрашивали. На третий день диеты кот очень тихо и осторожно приволок мне дохлого воробья и показал на него: на, мол, кушай мясо.

И я задумался. То ли кот так сильно меня любит и решил подкормить. То ли, наоборот, намекает, что я никакой не добытчик. Мол, еды-то нет в доме, пришлось все делать самому, а то ж так и помрете с голоду без кота.

Поговорил с женой. Она захохотала, кота накормила, а мне высказала: смотри, у него лапки, но даже он себе еды добыл, когда я самоустранилась. А у тебя что за недуг, что ты стонешь, как морж на берегу? Ждешь, пока тебя обслужат?

Тут уж я вскипел. Я вообще-то домой с работы пришел и вправе рассчитывать на ужин. Ругаемся теперь каждый день. Она худеет, теща ей подпевает, а я почему страдать должен? Это что, семья?»



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

РАЗНИЦА ВОСПРИЯТИЯ

Терьериха:

«С первым мужем я была толстая (60 кг, рост 176), в морщинках (на 17 лет его младше), эгоистичная, в постели не айс (двое детей при этом образовались непонятно как), готовить не умела (двое детей питались, по его мнению, самостоятельно).

Со вторым мужем внезапно выяснилось, что я очень стройная (хотя теперь вешу 67), морщинок не видно (он меня на 5 лет младше), в постели огонь (сначала декрет, потом восстановление, потом спящая с нами младшая доча… но ему виднее) и готовлю, как в ресторане. Вот такие оценочные системы.

Это я к чему. Я долго была уверена, что если женщина весит больше 50 кг, то она, то есть я, - бегемот. Но, видимо, второй муж - из клуба любителей бегемотов, и у нас полная гармония. Жаль, в 20 лет никто не подсказал мне, что именно в этом клубе мне надо было искать счастье.

С другой стороны, российской женщине столько всего приходится везти на себе, что она и должна весить, как бегемот, чтобы все вынести…».

Коза с баяном:

«Соглашусь, дело не в объемах, а в отношениях. Тем более что мужчины реально не понимают, сколько весит женщина. У моего мужа (тогда еще будущего) глаза были квадратные, когда я честно призналась, что вешу 65. Мы с ним имели примерно одинаковую комплекцию, одинаковый рост с точностью до сантиметра (173), при этом он был около 70 кг, а от меня ожидал цифры 50! И когда я спросила, как два человеческих тела примерно равного объема могут весить так по-разному, мы ж не из разных материалов, он ответил удивленно: «Но ты же женщина!».

С зарплатами, кстати, то же самое. Умиляется: «Ты своими тоненькими пальчиками печатаешь, мучаешься ради копеечки». А я не копеечку ношу, а весь дом финансово на себе тащу. А он умаляет мои заслуги этими словами, вроде бы ласковыми. Сказал «копеечка» - и совсем другая картина перед глазами.

Именно восприятие мешает нормальным отношениям. Даже если женщина добывает реальных мамонтов, будут сюсюкать, подчеркивать хрупкость плеч и как она убивается на этом. А убивается она не на добыче, а на том, что ей же потом этого мамонта еще и свежевать-разделывать, и пещеру мыть. Но это же «по природе» женская забота…».

Вашбродь:

«Я вешу примерно 65, меня считают худым. Моя девушка весит, если на глаз оценивать, раза в два больше. И знаете что? Это все мое! А бороться с лишним весом бесполезно, пока в списке покупок есть загадочная строка «…и что-нибудь к чаю».

ГОРОСКОП

19 - 25 октября

Подготовила Евгения АН.

Овен



Вам рекомендуется присмотреться к своим коллегам. Возможно, кому-то из них потребуется ваша помощь. Налаживать дружеские контакты - хорошая идея. А вот чужие советы вам не помогут, полагайтесь на себя. И поостерегитесь вкладывать деньги - слишком велик шанс их потерять.

Телец



У Тельцов накопится масса претензий к окружающим. Даже если вы сто раз правы, держите себя в руках и подбирайте слова аккуратно. Ведь ваша цель - не доказать свое превосходство и со всеми поссориться, а направить людей так, чтобы они действовали в ваших интересах.

Близнецы



Полезно чаще замечать хорошее вокруг и быть открытыми миру. Следует найти время для себя - устройте приятный отдых, отправьтесь туда, где давно хотели побывать. И не позволяйте сомнениям сбить вас с пути - доверяйте интуиции и прислушивайтесь к внутреннему голосу.

Рак



На этой неделе для Раков жизненно важно держать с руководством рабочую дистанцию и соблюдать субординацию. Кроме того, рядом может оказаться человек, который начнет перекладывать на вас свои обязанности, не предлагая ничего взамен. Вам такие захребетники не нужны.

Лев



Может захлестнуть волна негативных эмоций. Постарайтесь понять, что стало их причиной, и не позволяйте переживаниям управлять вами. Смотрите на происходящее объективнее и не накручивайте себя: сейчас особенно важно следить за мыслями, чтобы ненароком не создать себе лишних проблем.

Дева



Девам могут предложить проект, который на первый взгляд покажется бесперспективным. Не спешите отказываться: если вы немного постараетесь, результат вас приятно удивит. Вы получите не только финансовую выгоду, но и шанс выйти на новый уровень благодаря своей рассудительности.

Весы



Весы станут жилеткой для друзей и близких. Обязательно их выслушайте, поддержите, дайте дельный совет. Никаких свиданий вслепую - разочаруетесь. Да и в целом знакомства лучше пока отложить, время для них неудачное. Не превращайтесь в Плюшкина, экономя даже на необходимом.

Скорпион



Время для отдыха и внутренней перезагрузки. Позвольте себе немного замедлиться, привести в порядок мысли и разобраться в чувствах. А еще сейчас вы будете особенно привлекательны: окружающие станут чаще замечать вас и проявлять неподдельный интерес.

Стрелец



Стрельцы - товарищи смелые и отчаянные, не замечающие преград на своем пути. Но и вам порой необходимо сбавлять обороты. Не пытайтесь доказать, что вам по силам абсолютно все, иначе рискуете набрать столько обязательств, что вам некогда будет даже вздохнуть.

Козерог



Вам вряд ли удастся отстраниться от внешнего мира, хотя и захочется. Предстоит немало рабочих задач, переговоров и общения с деловыми партнерами. Домашние заботы тоже потребуют внимания. Используйте этот период, чтобы наконец разобраться с накопившимися делами.

Водолей



Вас могут ждать искушения и внезапное знакомство с несвободным человеком. Лучше воздержитесь, избежите многих проблем. В целом же постарайтесь быть гибче в общении, ищите компромиссы и не игнорируйте мнение окружающих.

Рыбы



Не бойтесь выходить за привычные рамки и пробовать новое - это может открыть карьерные перспективы. У вас будет достаточно энергии, чтобы отправиться в дальнюю поездку или согласиться на командировку. Чем неожиданнее окажется предложение, тем больше пользы оно принесет.



Кадр из видео

Батраков отомстил за детскую обиду

Денис ВДОВИН

Российский футболист «Галатасарая» забил мяч «Барселоне» в Лиге чемпионов.



BSR Agency/Getty Images

21-летний Алексей Батраков (справа) не только удачно сыграл против лидера «Барсы» Ламина Ямаля, но и забил гол.

Этот гол стал полной неожиданностью для команды Флика. Первый тайм начался с тотального преимущества «Барселоны»: к 28-й минуте каталонцы нанесли шесть ударов по воротам, тогда как у хозяев до удара Батракова не было ни одного. И первый сразу стал голевым.

На 28-й минуте голкипер «Галатасарая» **Чакыр** выбросил мяч на Батракова, тот нашел передачей **Леау**, а сам рванул к чужой штрафной. Леау, пройдя по краю, прострелил низом, и Батраков в касание пробил с радиуса штрафной: мяч после рикошета от защитника «Барселоны» влетел в сетку - 1:0!

Это был первый гол Алексея за «Галатасарай» после летнего перехода из московского «Локомотива» и его первый мяч в Лиге чемпионов. Более того, 21-летний Батраков стал вторым самым молодым автором гола «Галатасарая» в главном клубном турнире Европы. А из российских игроков последний раз забивал «Барсе» **Андрей Аршавин** аж в 2011 году.

- Пока так много эмоций, что не могу какой-то итог пока вынести. Просто я безумно счастлив. Наверное, да, это лучший момент карьеры. Но мне еще сразу вспоминается хет-трик «Спартаку». Но это не сильно сравнимо, - сказал Батраков.

После матча турецкий портал Ajansspor написал, что в 2019 году на юношеском турнире UTLC Cup Батраков не забил «Барселоне» с пенальти и не смог сдержать слез. Спустя семь лет он «взял реванш».

- Кто-то вспомнил детский турнир, на котором я не забил «Барселоне» с пенальти. Да, символично, что именно «Барсе» мой первый гол за «Галатасарай», - подтвердил Алексей и посетовал, что, несмотря на этот гол, его команда проиграла (1:4).

KP.RU Все новости спорта - на KP.RU/SPORTS

■ НЕЧЕСТНАЯ ИГРА

Светлана ХОРКИНА - о том, почему Нидерланды не дали визы нашим спортсменкам:

Они нас просто боятся и показывают на весь мир свою слабость

Кирилл СЕРОВ

Женская сборная России по спортивной гимнастике отправилась на чемпионат мира в Роттердам без трех своих лидеров - **Ангелины Мельниковой, Виктории Листуновой и Анны Калмыковой**. Очередные нападки на наших спортсменок «КП» прокомментировала двукратная олимпийская чемпионка Светлана Хоркина.

- ...А ведь это основа команды. У нас чемпионат мира - самый большой и длинный турнир, я его рассматривала генеральной репетицией к Олимпийским играм. Чемпионат должен был быть очень богат на интересные события. И показать: кто - в строю, кто - претендент на медали. На это смотрит и судейский аппарат. То, что будет сегодня на чемпионате мира, то практически и будет на Олимпийских играх. Плюс на чемпионате мира проводится олимпийский отбор. И то, что у нас основняк сборной остался в Москве и команда уехала без капитана - Ангелины Мельниковой, - это означает, что они нас просто боятся и показывают на весь мир свою слабость**.** При этом Международная федерация гимнастики (FIG) принесла нам лишь слова сожаления.

- Международная федерация заявила, что будут и другие отборы на Олимпиаду.

- Конечно, мы поедем туда и отберемся. Но здесь другая психологическая ситуация. Наши девочки тренируются под огромными нагрузками, рискуют. Они набрали пиковую форму. А можно было, если бы это стало известно заранее, не рисковать и поберечь здоровье до Олимпийских игр. А здесь специально тянули с визами до последнего дня. Но главное, что такое может повториться, если крупные турниры будет проводить какая-то другая европейская страна. Судьбы спортсменов - это же не игрушки. Нагрузки-то выше космических или такие же.

- 27 октября в Москве состоится гимнастическое шоу Светланы Хоркиной. А там будут выступать Ангелина Мельникова и Виктория Листунова?

- Я всем написала. Всех пригласила.

- Девочки плачут? Как они перенесли отстранение?

- Они бойцы. Они готовились к чемпионату мира, проходя не только физическую подготовку, но и психологическую. В этом и есть комплексная подготовка. Они умеют держать удар, я в них уверена. Другое дело, все это несправедливо. Это так мелко. Даже трудно подобрать слово, как поступили. Боюсь, это будет некрасиво звучать.



Sergey Elagin/globallookpress.com

Ангелина Мельникова на чемпионате мира - 2025 выиграла два золота, что кому-то стало поперек горла.

А В ЭТО ВРЕМЯ

Сафонов переиграл Доннарумму

Российский голкипер «Пари Сен-Жермен» **Матвей Сафонов** за выездной матч Лиги чемпионов против английского «Манчестер Сити» (4:2) заработал высокую оценку в семь баллов от авторитетного французского издания L'Équipe. Оценка Сафонова стала одной из лучших в составе парижской команды - аналогичные баллы от газеты получили **Фабиан Руис** и **Дезире Дуэ**.

При этом бывший вратарь «ПСЖ» Джанлуиджи Доннарумма, защищающий цвета «МанСити», провалил игру, удостоившись от издания минимальной оценки в два балла. Лучшим же игроком по версии L'Équipe был признан нападающий хозяев **Эрлинг Холанд**, оформивший дубль в ворота Сафонова и получивший восемь баллов.

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

«Мы честно отобрались»

Ангелина МЕЛЬНИКОВА после отказа выдать ей визу рассказала о своих чувствах в соцсетях:

«Хочется плакать, но чувствовала, что так и будет. При таком раскладе включается уже чувство собственного достоинства, ты уже сам ехать не хочешь. Все уже приехали, готовятся, тренируются, а вас держат. Команда деморализуется очень сильно, это нечеловеческое отношение какое-то. Мы честно отобрались, через чемпионат Европы, у нас есть путевка, которую мы заработали на этот чемпионат мира. Мы не напрашиваемся, а заслуживаем там быть честно. Все накипело внутри, в таком формате уже не надо, спасибо. Хочется, чтобы тебя уважали, мы одна из сильнейших команд в мире по спортивной гимнастике».

ЕРОШКИНА полянка

Листья жёлтые над городом кружатся

Старичок-лесовичок вернулся с прогулки домой. Найди на рисунках 10 отличий.





Сумма чисел в любом ряду равна 15. Помоги Елене Сергеевне Шерлокхолмсовой написать на листике недостающие числа.



Отыщи четыре нижних фрагмента на большой полянке.

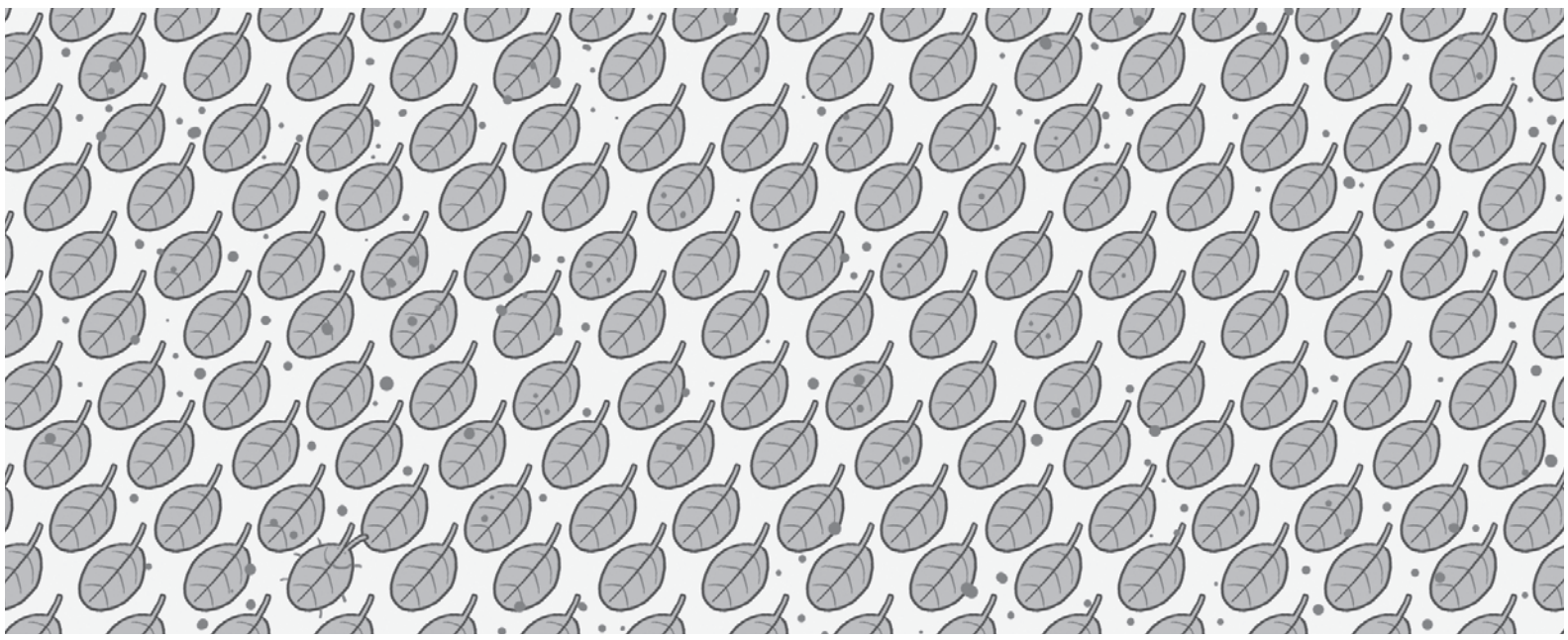


Рисовал Сергей БЕЛОЗЁРОВ.

■ ЗАДАЧКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Ну ты и жук!

Один жучок спрятался в осенней листве. Найдите его.



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

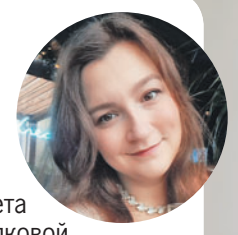
Приятных вам выходных!

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»



Елизавета ЖАТКИНА, 24 года, Красноярск:

- Четырехкратная чемпионка России по тяжелой атлетике. Поднимаю штангу, читаю книги, исследую мир пешком и считаю кофе отдельным видом искусства. Верю, что сила бывает не только в килограммах на штанге, но и в умении оставаться искренним человеком. Ценю честность, замечаю детали и часто доверяю интуиции больше, чем словам.



Лилия ТАЛАЛАЕВА, стилист, дизайнер:

- Топ-корсет глубокого шоколадного цвета встретился с шелковой молочной юбкой и создал тихую мелодию элегантности. Можно добавить сюда акцентов-аксессуаров, например, тонкий браслет и цепочку. И, конечно, чуть изменим нижние аккорды - под такой образ больше подходят не босоножки, а молочные туфли.

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

Самое интересное в индийских школах - лабораторные работы по камасутре.

* * *

Помнится, в детстве едешь утром в автобусе, попался счастливый билетик, проглотил его и целый день счастлив. А сейчас что? Проездную карту сожрать?

* * *

Одна стотысячная секунды - это время между тем, как зажегся зеленый свет, и гудком сзади.

* * *

Конечно же, Волк знал бабушку, но так, шапочно…

* * *

Объявление: «Продается двухлетний бульдог. Ест все. Любит детей».

* * *

Приходит мужичок к психотерапевту и жалобно говорит:

- Доктор, у меня совсем нет друзей! Понимаете, ну просто совсем нет! Может быть, ты мне поможешь, маленький жирный старикашка!

* * *

Муж пришел домой под утро, сказал, что задержался из-за непогоды. Скажите, может ли смерч оставить засос на шее?

* * *

До того, как известняк открыли, он назывался неизвестняк.

* * *

- Что за книга у тебя подмышкой?

- Это Кант, «Критика чистого разума».

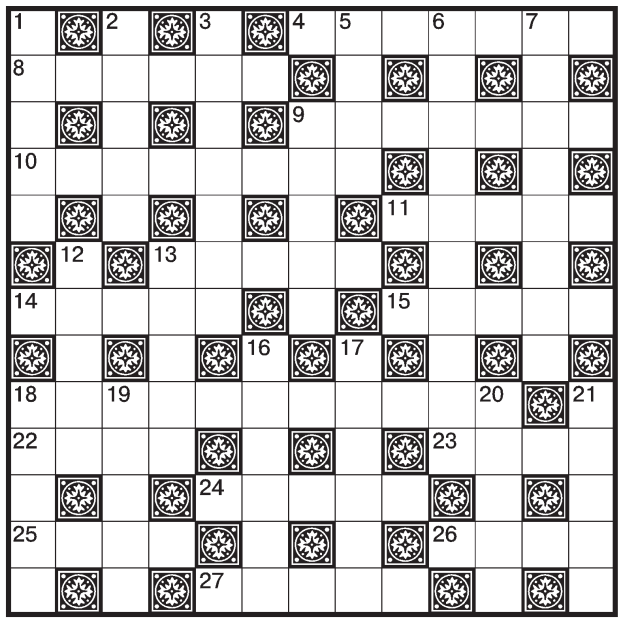
- Ух ты! Дай поносить?

* * *

Брал гуманитарий
Как-то интеграл.
А лицо такое,
Будто Зимний брал.

Ксения РУДЫХ

КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **4.** Какому чувству нет разумного объяснения? **8.** База навыка. **9.** Девушка, выпустившая бедствия из ящика. **10.** Самый экономный формат путешествия. **11.** Собирательный образ животного мира. **13.** Кому прежде служил воевода? **14.** Немного в сторону. **15.** Что Скайнет запускает в интернет в третьем «Терминаторе»? **18.** Ученый муж в поисках всякой заразы. **22.** Откуда вышвыривают трутня? **23.** Изгоняющий хвори. **24.** В какой момент судьба джекпота решается? **25.** «Соседи» Водолея. **26.** Что наполняют телепрограммы? **27.** Детская поэтесса, работавшая токарем на заводе в годы войны.

ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.** Кто в прежние времена носил меховой кольбак? **2.** Где живут отверженные? **3.** Украшение пупка железякой. **5.** Сходни на судне. **6.** Режиссер в соавторах Александра Миндадзе. **7.** Паук с именным танцем. **9.** На что глазеют провинциалы из драмы «Безымянная звезда»? **12.** Девушка без недостатков. **13.** Где происходит действие фильма «Мумия: Гробница императора драконов»? **16.** Автомобиль для малыша. **17.** Выпадения боксера в осадок. **18.** Косметика в баночке с пуховкой. **19.** Игра с «зачетным полем». **20.** Что легко отыскать в анкете? **21.** Биографический … о жизни классика.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Страсть. 8. Умение. 9. Пандора. 10. Автостоп. 11. Фауна. 13. Князь. 14. Сдвиг. 15. Вирус. 18. Паразитолог. 22. Унёй. 23. Врач. 24. Тираж. 25. Рыбы. 26. Эфир. 27. Барто. ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Гусар. 2. Гетто. 3. Пирсинг. 5. Трап. 6. Абдрашитов. 7. Таранту. 9. Поезд. 12. Идеал. 13. Китай. 16. Бибика. 17. Нокаут. 18. Пудра. 19. Регби. 20. Графа. 21. Очерк.

СУДОКУ ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА

1 ПРОСТОЙ

		3		6	8	7		1
4			3		2			8
7	6			9		2		4
2	7			5			8	9
1	5		8		7		4	3
8	3			1			2	7
5				4			9	2
6			2		9			5
3		2	7	8		4		

10661

2 СЛОЖНЫЙ

				5	6	2	9	
				9	8			
8	9					3		6
	4		7				3	
9					4	8		
		7	6		3		4	5
5		2			1			
			4					3
		8						

10662

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ НА ЗАВТРА, 17 ОКТЯБРЯ

Ночью +10 ... +12,
по области +9 ... +11
Днем +14 ... +16
по области +13 ... +15
Ветер – восточный
2 м/с

Давление – 751 мм рт. ст. (норма октября – 750)
Относительная влажность воздуха – 72% (норма – 50%)
Восход – 7:01 Закат – 17:27
Луна – растущая

Ответы на судоку

1

6	1	4	5	8	7	2	9	3
5	7	8	9	3	2	1	4	6
2	9	3	6	4	1	7	8	5
7	2	5	4	1	9	3	6	8
4	8	6	3	7	5	9	2	1
3	5	9	8	2	6	4	1	7
9	3	2	7	6	4	5	8	9
8	6	7	1	9	3	8	5	2
1	4	5	2	9	8	6	7	3

2

1	2	6	5	7	9	8	3	4
3	8	5	6	2	4	9	1	7
9	7	4	8	1	3	2	6	5
4	5	9	3	6	2	7	8	1
2	3	8	9	4	5	1	7	6
6	4	5	7	8	9	3	2	1
7	1	9	4	6	2	5	8	3
5	6	2	8	3	1	4	7	9
8	9	3	1	5	6	2	4	7

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

■ Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.

■ Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.

■ Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.

■ Главный редактор «КП»-Тула» и «КП»-Калуга» – П. Коренюгин e-mail: kpv@tula-pressa.ru

■ Ведущий редактор номера Н. АНДРЕАССЕН.

■ Генеральный директор ООО «Дом Прессы», ООО «Агентство Комсомольская правда – Калуга» – П. Коренюгин

■ 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. 2Б, 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

Индексы П1101, ПМ976 Тип. №

■ Адреса редакций и издателей: ООО Дом Прессы: 300012, Тула, Городской переулок, 15-Б Телефон редакции – (4872) 50-12-77,

■ ООО «Агентство Комсомольская правда – Калуга»: 248000, г. Калуга, ул. Космонавта Комарова, 36. Телефон редакции – (4842) 79-04-54 (доб. 206)

■ ISSN 0233-433X

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

■ Газета отпечатана в типографии ООО «Прайм Принт Воронеж», 394026, Воронеж, пр. Труда, 48Л. Время подписания тульского выпуска по графику и фактически в 18.00. Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты. Заказ №2267 Тираж регионального выпуска - 3 200 экземпляров.

Тираж этого номера: 169 862 экз.
Цена свободная

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

4 607071 480258 26078

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.

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