

Блогеры собрали деньги на новое авто для новосибирского пенсионера

Читайте на стр. 4 ▶



**РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА**

Говорит Новосибирск!

Обсуждаем главные новости родного города.
Телефон прямого эфира (383) 289-99-33
8.00
radiokp.ru



12+



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Среда - четверг,
12 - 13 августа
№ 59-с (27805-с)/2026 год

Газета нашего города

**КР
RU** 1 216 712
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

На прилавки хлынули арбузы и дыни из России и зарубежья

Эксперты
объяснили,
когда ждать
лучших цен
и как выбирать
правильно



Читайте на стр. 12 ▶



Личная страница Алены Свиридовой в социальной сети

За кулисы к бабушке!

Татьяна ЗИМНЯЯ

Как занимаются внуками наши знаменитые актрисы.

Забота о малышах - непростая задача, а звездным бабушкам совмещать ее со своим графиком и вовсе непросто. Но у них получается: кто-то прибегает понынчиться в перерывах между съемками, кто-то поет колыбельные, а кто-то учит читать.

Продолжение на стр. 13 ▶

Отдал аферистам газеты вместо денег

Валентина
ПОЛИКАРПОВА
(«КП» - Самара)

«Ваши средства в опасности, их нужно снять со счета и передать нашему курьеру» - стандартная, но, увы, все еще срабатывающая схема.

42-летняя Тамара С. из поселка Васильевка Самарской области

выступала в ней в роли курьера, приезжала к обманутым и забирала деньги.

Очередной жертвой должен был стать 77-летний пенсионер Владимир Иванович. Но дедушка обманул мошенников их же оружием.

Его убеждали снять деньги несколько дней. Наконец Владимир пришел в банк. Но... только чтобы создать видимость, а снимать на самом деле ничего не стал.

Вернувшись домой, пенсионер достал старые газеты и разрезал их. До этого он уже побывал в полиции, поэтому готовилась целая спецоперация.

Сложив бумагу в пакет, отправился на встречу с курьером - время и место были назначены.

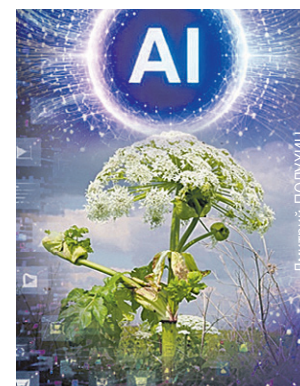
Тамара ждала пенсионера, не догадываясь, что за ней следят оперативники. Они и задержали ее сразу после передачи «денег». По статье «мошенничество» ей грозит до 10 лет.

Нейросеть выписала первый штраф за борщевик на 150 тысяч рублей

Алиса ТИТКО

В Подмоскovie выписан первый в стране штраф за заросли борщевика на земельном участке - и сразу на 150 тысяч рублей. Заросший участок был выявлен при помощи мониторинга беспилотниками, которые были снабжены искусственным интеллектом.

После того как камера выявила борщевик на участке, система сформировала постановление и автоматически направила информацию о назначенном штрафе в 150 тысяч



Дмитрий ПОЛУХИН

рублей собственнику через портал государственных услуг. Повышенная сумма была назначена, так как собственник является юри-

дическим лицом. Напомним, с 1 марта этого года вступил в силу закон, что собственники земли могут быть оштрафованы за борщевик на своих участках: до 50 тысяч рублей для физлиц и до 700 тысяч - организациям.

Эксперты советуют бороться с зарослями регулярными покосами, раз в две недели. Другой метод - аккуратно выкорчевать борщевик и посадить на его месте картофель. Он не позволит прорасти сорняку.

В беспилотчики пойду, пусть меня научат!

Военкор «КП» встретился с операторами БПЛА, которые променяли гражданские парты на фронтовые блиндажи.

СПЕЦКОНТРАКТ

Учебный класс в просторном лесном блиндаже пахнет свежей стружкой. На стенах плакаты с натовской техникой и схемами ее уязвимых мест. За столами - ноутбуки с черными пультами, как от игровой приставки. Парни уткнулись в экраны и гоняют по симулятору виртуальную «птицу». Напряженная тишина. Только шелчки тумблеров да ровный гул компьютеров.

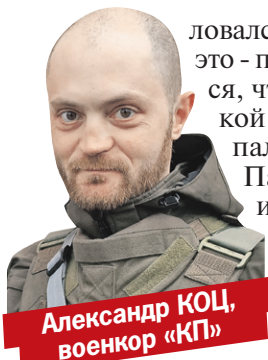
- Занимайтесь, на меня внимания не обращайтесь, - захожу к будущим операторам БПЛА.

А они и не обращают. Им не до репортеров - через час зачет в учебном центре батальона беспилотных систем 27-й дивизии группировки войск «Центр». Здесь учатся будущие операторы БПЛА. Кто-то переводится из других подразделений, а кто-то пришел с гражданки на фиксированный спецконтракт, который гарантирует, что через год ты вернешься домой (если сам не захочешь продлить службу). Отсюда точно не переведут ни в танкисты, ни в штурмовики. Среди курсантов - и взрослые мужики, которые в свои тридцать с лишним садятся за парту осваивать профессию, которой еще пять лет назад не было, и вчерашние студенты, взявшие в вузах и техникумах академ.

Ко мне поворачивается мужчина постарше. Лицо обветренное, руки грубые, рабочие. Камуфляж сидит, будто он в нем родился.

- Александр, позывной «Филипп». И сапер, и оператор FPV. Учусь и тому и другому.

38 лет, сибиряк. На гражданке - сварщик. Дронами он, по его словам, лишь ба-



Александр КОЦ, военкор «КП»

ловался с детьми. А теперь это - профессия. Признается, что с мелкой моторикой поначалу была беда, пальцы не слушались. Пару дней помучился и привык. Рядом выписывает на экране пируэты Александр Молчанов из подмосковного Воскресенска.

Моложе, мягче чертами. Видно, что с пультом он на «ты», хотя прибыл всего неделю назад.

19-ЛЕТНИЕ ПИЛОТЫ

В соседней землянке - мастерская. Тут стоит аромат канифоли и горелой пластмассы. На длинном столе распотрошенные «дроны» - оголенные платы, моторы без пропеллеров, мотки цветных проводов. Рядом - картонные коробки, и на каждой схеме рамы фломастером. Руки в татуировках паяют, скручивают, примеряют. С передовой сюда привозят битые дроны - с них снимают живые запчасти и собирают новые.

19-летний ефрейтор Артем Фоминский только познает искусство пайки. А оператор должен уметь починить «птичку» в полевых условиях. Артем из Иркутской области, город



Артем Фоминский. 19 лет. Сапер в беспилотном расчете.

Отец у Артема умер. Мать работает на насосной станции в Бодайбо. Сначала переживала, потом успокоилась.

- Мое решение, - говорит он. И в этой короткой фразе слышится вся его пока недолгая взрослая жизнь.

Его сверстник, 19-летний Наиль Султанов, - из башкирского Стерлитамака. Учился в строительном колледже на механика. Взял академический отпуск и подписал спецконтракт. Теперь учится собирать дрон с нуля. Какие прошивки залить, какие антенны поставить, какие видеопередатчики и аккумуляторы. Две недели на симуляторе «нарабатываешь пальцы». Потом зачет. Недавно сдал, получил номер пилота. Делал на экзамене «палку» - зависание у вешки, облет по кругу, борьбу с боковым ветром.

А отец его воюет с 2022-го. Здесь же, рядом, на том же направлении:

- Добровольцем ушел. В июле, еще до мобилизации.

В октябре его контузило, третья степень. Наилу тогда было пятнадцать. Прислали фотографию отца - худой, не понимает, что вокруг происходит. Память вернулась только через две недели.



Наиль Султанов. 19 лет. Учится собирать дроны с нуля.

- После этого я сказал: пойду тоже. Мстить за отца.

Отец до сих пор на фронте. Они переписываются и мечтают, что судьба как-нибудь сведет их в одной точке.

- А мама как приняла твоё решение?

- Сказала: ты у меня лучший, все сможешь. Я верю.

САЛЬТО В НЕБЕ

Над практической площадкой со знакомым пронизывающим звуком советской бормашины резко взлетает «птичка». Проход через кольцо, облет специально построенной избушки, заход в форточку, выход из двери... Дрон резко взмывает вверх, делает хулиганское сальто и тут же ловит равновесие. За ним еще одно. И еще.



Местные Кулибины заставляют летать даже то, что уже было сбито: из нескольких старых легко соберут новый дрон и отправят его врагу.

- А практический смысл есть? - спрашиваю оператора.

- Понты перед врагом кинуть, прежде чем влупить, - смеется он под очками.

Алим Джахияев пришел в беспилотие только в прошлом году, а уже - младший сержант. До войны четыре курса отучился в Медицинском университете имени Сеченова. Но решил, что это - не его. Чинил в родном Хасавюрте бытовую технику, работал частным мастером по электрике. И периодически

- И мне стало стыдно. Я уже не смог оставаться в стороне.

У матери разрешения, говорит, не спрашивал - не дала бы. Уговаривал отца - он всю жизнь учил его любить Родину. Радиоловитель, паяльник в руках с детства - в беспилотные он вписался сразу. Был начальником расчета ударных дронов, командовал расчетами, работал на разведывательных «Мавиках» - рассчитывал пехоте дорогу, высматривал по ночам вражеские магнитные мины на путях.

- Страх не было. Была тревожность, - вспоминает он первую задачу. - Что не справлюсь, что подведу...

Из уже пяти задач с особым трепетом вспоминает одну:

- Сжигали танк с соседней 30-й бригадой. И как эти нацисты драпали от него. Вот тогда я все увидел: против мирного населения они герои. А как с нами сталкиваются - отступают, действуют коварно.

Алим сдал экзамен на номер пилота. И параллельно учится заочно в гражданском вузе на юриста. С удивлением узнал, что обучение для военнослужащих бесплатное.

- Я задумываюсь дальше знания передавать. Дрон - это будущее. Доставка, перевозки, сельское хозяйство. Вернусь на гражданку - открою школу.



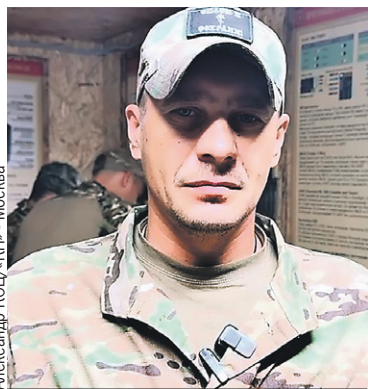
Алим Джахияев. Понял, что медицина - не его, и пошел служить.

возвращался к мысли, что смотреть войну по телевизору невыносимо. Долго не решался - единственный сын, единственная опора у родителей. Но в 2025-м на фронте погиб близкий товарищ.

ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

- Главное, что по выпуску все работают по специальности. И точно уверены, что не попадут в другое подразделение. Потому что государство затратило средства на их сложную и многогранную подготовку, - говорит замкомбата по военно-политической работе лейтенант Салават Валиев. - Выпускники наши уже воюют вовсю. Поражают опорники, технику, живую силу противника.

Да, казенный язык фронтовых сводок. Но за ним - простой человеческий выбор, который делают совсем еще юные мужчины. Чтобы война кончилась раньше, чем кончится их контракт. Чтобы однажды можно было снять каску, отложить пульт и поехать домой. Открывать ту самую школу дронистов, о которой мечтает вчерашний студент-медик. Обнять девушку, по которой скучает пацан из Воскресенска. Обнять маму вместе с отцом, который воюет где-то рядом, на том же направлении.



Александр «Филипп». 38 лет. На гражданке был сварщиком.

Ирина РИНАЕВА

Платформа прогнозов Polymarket посеяла панику рассуждениями о ядерном взрыве.

В разгар ковида 21-летний Шейн Коплан живет с мамой-психотерапевтом, на съемную квартиру денег нет. Чтобы не мешать мамуле, ведущей онлайн-приемы, он работает, сидя на унитазе. Вместо компьютерного стола - корзина для белья.

Через пять лет он станет миллиардером. А его детище, платформа предсказаний Polymarket, будет влиять на судьбы мира. И влияние это положительным не назовешь.

СДЕЛКИ НА МИЛЛИАРДЫ

Polymarket предсказал победу на президентских выборах в США Джо Байдена с минимальным отрывом от Трампа. В 2024-м спрогнозировал снятие Байдена с гонки и победу Трампа над Харрис - пока маститые аналитики либо уклонялись от ответа, либо прочили триумф Камале. Как и соцпросы.

На платформе можно предложить тему прогноза. Если ее одобряют админы, граждане голосуют за варианты криптовалютой, покупая контракты - «акции» правильного, на их взгляд, ответа. Каждая не может быть дороже 99 центов.

К примеру, стоит вопрос: «Люди полетят на Марс через десять лет?» Изначально акции «да» и «нет» стоят поровну, полдоллара. По мере спроса цена одних растет, других пропорционально падает. Вариант «Да, на Марс полетят» стоит \$0,73? Значит, 73 процента вероятности.

При верном прогнозе участники получают по доллару за «акцию». При неверном - теряют все.

Каждый месяц так развлекаются по 750 000 человек, прокручивая \$7 млрд. Polymarket получает комиссию.

Шейн Коплан



27-летний миллиардер Шейн Коплан умеет заглядывать в будущее.

Как устроена американская «машина предсказаний»

не устает убеждать, что его платформа - не букмекерская контора, а финансовая биржа прогнозов. И вдобавок машина истины, ведь, когда народ рискует своими деньгами, точность предсказаний вырастает в разы.

ПРАВИТЬ ПО-НОВОМУ

Коплана вдохновили идеи американского экономиста Робина Хэнсона, который придумал новую систему управления обществом - футархию («власть будущего»).

Правительство вычисляет, какие показатели могут принести народу счастье: рост ВВП, снижение преступности или, может, доступность жилья. Народ выбирает самое главное на референдуме.

Проекты каждого важного закона власти выбрасывают на онлайн-биржу. С формулировкой типа: «Поможет ли это увеличить ВВП к следующему году?»

Если большинство трейдеров уверены, что нет - проект летит в корзину, и деньги всем возвращаются. А если да - через год некие «агентства статистики» считают, достигнут ли целевой показатель. Вот тогда одни получают на бирже миллионы, а другие запивают горечь потери бурбоном.

Вот только кто сказал, что сильные мира сего не могут щедро заплатить за ложную статистику, а перед этим скинуться на выгодный им ответ?



Перед президентскими выборами 2024 года в США Polymarket наперекор всем соцпросам стал предсказывать победу Дональда Трампа над Камалой Харрис. Так и вышло: Камала ушла в небытие.

ARMEND/NIMANI/AFP/EAST-NEWS

Так на Polymarket часто и бывает. Может, ради этого платформу и раскрутили?

ТРАМПУ ПОМОГ КИТ

Вернемся к выборам 2024 года в США. Начало октября, шансы Трампа и Харрис оценивают как равные.

Внезапно на Polymarket начинается активная скупка «акций» за победу Трампа. Лидируют 11 аккаунтов, за которыми стоит один и тот же человек под ником Французский Кит. С этих аккаунтов были потрачены 80 миллионов долларов.

Наивный избиратель думает: коллективный разум подсказал, с кем будет жить лучше, чье имя писать в бюллетене.

После выборов американские журналисты заглотили поднесенную им на блюдечке историю о том, что Кит, назвавшийся экс-трейдером с Уолл-стрит, якобы заказал частные соцпросы, которые помогли все понять.

Он заработал тогда на Polymarket 165 миллионов.

Через неделю после проигранных выборов Байден прислал ФБР домой к основателю платформы. У Коплана даже изъяли мобильник. Но Джо в Белом доме уже оставалось недолго, и следствие окончилось ничем.

Вновь воцарившийся Трамп снял с Polymarket все ограничения. Его сын Дональд-младший официально стал стратегическим советником компании. И через свой инвестиционный фонд влил туда десятки миллионов долларов.

Кстати, ученые из Колумбийского университета подсчитали: четверть сделок на Polymarket фиктивные. Чтобы раздуть ту или иную тему,

«предсказатели» торгуют сами с собой.

СТАВКА НА ВЗРЫВ

В августе прошлого года пять аккаунтов заработали \$154 000 на прогнозе о том, что Трамп встретится с Зеленским. Через сутки встречу подтвердили официально.

Некто Magatuman прославился тем, что за трое суток предсказал начало войны США и Израиля с Ираном.

Вложив \$100 000, аноним получил полмиллиона чистой прибыли. Заодно с ним действовали еще пять аккаунтов, вместе они заработали 1,2 млн.

Некоторых энтузиастов ловят - мастер-сержант Сил специальных операций США Гэннон Ван Дайк был задействован в венесуэльской операции и поставил \$33 934 на то, что американцы до 31 января отстранят Мадуро от власти. Куш составил \$409 881. После шума в прессе платформа сдала «гения». Его обвиняют в мошенничестве и незаконном использовании госсинформации.

У руководства платформы есть все данные о пользователях. Но понятно, что самые влиятельные из них неприкасаемы...

Чтобы понять, как глубоко пустил корни Polymarket: до марта там рулил прогноз о вероятности ядерного взрыва до конца года. Ее оценили в 24%. В рассуждения об этом пользователи вложили \$244 000. Народ напугался, пошли панические слухи: мол, на взрыв ставят инсайдеры из Пентагона.

Платформе пришлось удалить сюжет. Но менее опасной она от этого быть не перестала.

ИХ ПРОГНОЗЫ

КОГДА РОССИЯ И УКРАИНА ПОДПИШУТ СОГЛАШЕНИЕ О ПРЕКРАЩЕНИИ ОГНЯ?

- До 30 июня - вероятность 4%
- До 31 октября - 29%
- До 31 декабря - 46%

РФ И УКРАИНА ПОДПИШУТ МИРНОЕ СОГЛАШЕНИЕ ДО 31 ДЕКАБРЯ?

Вероятность 18%

СЛУЧИТСЯ ЛИ ВОЕННОЕ СТОЛКНОВЕНИЕ НАТО И РОССИИ...

- До 30 июня - 2%
- До 31 декабря - 16%

КТО БУДЕТ КАНДИДАТОМ В ПРЕЗИДЕНТЫ ОТ РЕПУБЛИКАНЦЕВ?

- Вице-президент Джей Ди Вэнс - 33%
- Госсекретарь Марко Рубио - 23%
- Журналист Такер Карлсон - 6%

КТО ВЫИГРАЕТ ПРЕЗИДЕНТСКИЕ ВЫБОРЫ - 2028 В США?

- Джей Ди Вэнс - 15%
- Марко Рубио - 15%
- Губернатор Калифорнии Гэвин Ньюсом (демпартия) - 14%

КОГДА ИРАН И США ЗАКЛЮЧАТ МИР?

- До 30 июня - 53%
- До 31 августа - 69%
- До 31 декабря - 82%

КТО ПОБЕДИТ НА ЧМ ПО ФУТБОЛУ?

- Испания - 17%
- Франция - 16%
- Португалия - 12%

Дмитрий ПОЛУХИН / Комсомольская правда

АНЕКДОТЫ ИЗ ЖИЗНИ

Рядовые пользователи Polymarket потеряли \$58 млн на прогнозе о том, наденет ли Зеленский костюм в июне прошлого года. На саммит НАТО в Гааге главарь киевского режима пришел в чем-то чуть менее мято-мешковатом, нежели обычно. И трейдеры затеяли с платформой официальный спор: можно ли считать это костюмом?

Спорные случаи решает жюри из... самых богатых участников. Они постановили считать наряд Зеленского «костюмом особого покроя». И забрали весь банк. Вот тут интересно, кстати - они решили подбодрить друга Володимира

или просто заработать? Наверное, совместили полезное с приятным.

Гражданин из Франции дважды предсказал внезапное повышение температуры в Париже, заработав 30 000 евро. Оказалось, платформа мониторит парижский климат по единственному метеодатчику у аэропорта Шарль де Голль. Конспирологи предположили: предсказатель имел доступ к датчику и мог нагреть его феном. Французская метеослужба даже начала расследование. Результаты нет, ладно хоть датчик теперь используют другой.

«Люди у нас такие, спасибо всем!»

Надежда РЫЖКИНА**Блогеры купили новосибирскому пенсионеру новую машину вместо сгоревшей.**

В конце июля в Новосибирске на улице Нижегородской загорелся ВАЗ-2104. Видео с пожаром облетели соцсети: в кадр попал владелец машины, пожилой мужчина. Когда его автомобиль горел, он был рядом, думал, что легковушку еще можно спасти...

Случайно увидел ролик и красноярский автоюрист **Максим Лаврентьев**, ведущий свой блог.

- Я увидел, что пожилой мужчина был очень подавлен. Как мне потом написали, его прям вытаскивали из машины: он пытался потушить ее, но спасать было нечего. И у меня появилось огромное желание помочь. Я зашел на сайт по продаже авто, посмотрел, что в более-менее нормальном состоянии такой автомобиль стоит около 300 тысяч рублей, - рассказал Максим Лаврентьев.

ПОДКЛЮЧИЛАСЬ СОСЕДКА

В комментариях под роликом блогер нашел сообщение соседки пенсионера, Анны. Она объяснила, что готова организовать сбор средств. Максим написал ей, и неравнодушные сибиряки решили разделить сбор средств.

- Анна собирала деньги конкретно пенсионеру. Его зовут **Юрий Елизаров**, он живет вместе с женой. Анна передала им 86 тысяч рублей. А я решил собрать средства именно на автомобиль, - объясняет блогер.

К нему присоединился другой красноярский блогер **Игорь Кузнецов** - он помогал распространять информацию и поддерживал идею. И отклик подписчиков оказался неожиданно быстрым: необходимые 300 тысяч рублей удалось собрать всего за 5 дней.

- Реакция вообще была моментальная. Я, в принципе, не сомневался в тех, кто подписан на меня, потому что вижу, что люди такие, человеческие. Спасибо всем большое! - уточняет Максим.

**Максим и Игорь лично пригнали «четверку» в Новосибирск.**

Одновременно с проведением благотворительного сбора мужчина начал искать подходящий автомобиль. И здесь снова помогло знакомство: у приятеля оказался знакомый с белым ВАЗом. Машина когда-то досталась ему от родителей и большую часть времени просто стояла в гараже. Когда блогеры приехали посмотреть автомобиль, сами удивились его идеальному состоянию.

За машину договорились заплатить 250 тысяч рублей. А оставшиеся деньги решили не тратить, а отдать Юрию, чтобы он смог оформить страховку и решить сопутствующие вопросы.

«ДО НОВОСИБИРСКА МЫ ЕХАЛИ САМИ»

Изначально Максим и Игорь рассматривали вариант отправить автомобиль автовозом. Но ждать подхо-

дящей даты не захотели:

- Просто встретились с Игорем, сели и поехали до Новосибирска на этой «четверке».

Но самое интересное оказалось в том, что на новой машине были номера с такими же цифрами, как у старого авто Максима - 093. Буквы не совпали, а вот цифры - да.

- 7 лет назад мой старший товарищ подарил мне ВАЗ-2109. На нем был номер 093. Для меня та «девятка» была такой памятной. И когда мы узнали, что и на сгоревшей машине был тот же номер, и на нашей новой тоже он оказался, просто в шоке были. Я сказал парням, что по-любому эту «четверку» надо брать и везти, - улыбается Максим.

Блогеры заранее связались с семьей, рассказали, что идет сбор денег. В назначенный день приезда новосибирцы были немного шокированы, что все прошло так быстро, но очень рады.

Сейчас автомобиль оформляют на нового владельца. Сам пенсионер пока не может полноценно пользоваться машиной: у него сильный ожог руки.

■ НУ И НУ!**Пассажиры поздравляли сибиряков.****Екатерина АРТЮХИНА**

Семену Семенову 25 лет, **Анне** - 26. Семен - менеджер клиентского сервиса в банке, Анна - SMM-специалист в косметологической клинике и автор книжного блога. Их история началась с сообщения в соцсетях: Семен написал Анне, а она ответила. На тот момент ему было 12 лет, ей - 13.

- Мы оба родом из Нижнеудинска. На первое свидание позвал я: пришел со своими друзьями, а она - с подругой. Мы встретились в парке и просто гуляли. Помню, в

Вместо лимузина - метро

В день свадьбы молодожены вместе с гостями проехали в новосибирском метро

тот день была плохая погода: сначала светило солнце, а потом пошел дождь. После прогулки мы с друзьями проводили девочек домой, - рассказал «КП» - Новосибирск» Семен.

Отношения подростков развивались непросто.

- Мы были детьми и могли расходиться из-за всякой ерунды. Но в 16 лет я потерял ее надолго. Мы не умели разговаривать друг с другом, а если и пытались, то не слышали друг друга. Поэтому расстались из-за недопониманий. Я думал на тот момент, что она снова ко мне вернется, как это всегда было. Но этого не произошло. Примерно 4 или 5 месяцев мы периодически видели друг друга на улице, так как гуляли с друзьями в одном районе. Время подходило к моему отъезду в Новосибирск на учебу, я хотел попрощаться с Аней. И так получилось, что мы встретились, поговорили и снова дали друг другу шанс. Я ушел после 9-го класса, Аня старше меня на год, и она осталась еще на год в Нижнеудинске, перешла в 11-й класс. А уже через год тоже переехала в Новосибирск.

ПРЕДЛОЖЕНИЕ НА КРЫШЕ БАШНИ

Предложение руки и сердца парень сделал на крыше Башни на площади К. Маркса.

- Аня хотела пойти туда на экскурсию, поэтому я выбрал именно это место. Однажды Аня уехала на 2 недели к родителям, а я решил не терять время и приступил к подготовке: пригласил фотографа и скрипача, договорился с администратором Башни. Когда мы поехали на место, Аня думала, что мы идем на экскурсию. Мы поднялись на крышу, администратор начала проводить инструктаж, а я незаметно отошел за кольцом и букетом, - вспоминает молодой человек.

- Когда Семен отошел, я подумала, что он пошел посмотреть вид с Башни. Но потом услышала шелест за спиной. Повернулась и увидела его с букетом. Даже не сразу заметила, что заиграла музыка. Я от неожиданности тогда спросила: «Что происходит?», - улыбается Анна.

Семен встал на одно колено, сделал предложение, и Анна ответила ему «Да».

- Я очень переживал. Хотелось, чтобы все было идеально, - признается Семен.

РОСПИСЬ И ПОЕЗДКА В ПОДЗЕМКЕ

К свадьбе пара готовилась полгода. Само торжество состоялось 26 июля 2026 года, а за день до этого молодые люди расписались и посидели в ресторане вместе с близкими.

**Семен и Аня расписались за день до свадьбы.**

- Назад мы решили возвращаться на метро, потому что хотели поехать все вместе, а в одну машину такси не поместились бы - нас было 18 человек, - уточняет Семен. - Так было удобнее добираться.

В подземке пассажиры хлопали и кричали «Горько!».

Молодожены и их гости танцевали и веселились, пока ждали поезд и в самом вагоне. Пара даже не заметила, что их снимают другие пассажиры.

- Жена, конечно, хотела просто спокойно доехать до дома, а я решил немного повеселиться. Мы были в шоке, когда увидели видео с нами во многих новостных каналах. Это была приятная неожиданность. Мы благодарим всех, кто радовался этому дню вместе с нами, - добавляет Семен.

Гиперактивный или просто непоседа?

Простые тесты, которые помогут понять, все ли в порядке с вашим чадом.

Анна КУКАРЦЕВА

Малыш-непоседа, активный, шепунный. «Нормальный ребенок!» - обычно говорят про него близкие. Но нередко в первом классе обнаруживается, что неспособность усидеть на месте мешает учиться. Начинаются проблемы, которые растут как снежный ком. Неврологи и психологи накануне школы настоятельно рекомендуют родителям будущих первоклашек разобраться, действительно ли шило в одном месте у ребенка - вариант возрастной нормы или все же перед нами СДВГ - синдром дефицита внимания и гиперактивности.

- Надо понимать, что в случае с СДВГ неусидчивость и шумность ребенка - это не пробел в воспитании. Это биохимия. Как диабет или близорукость, - объясняет ассистент кафедры пропедевтики детских болезней ИМД Пироговского университета Заур Хатшуков. - СДВГ - это неврологическое нарушение работы мозга, а не «разбалованность».

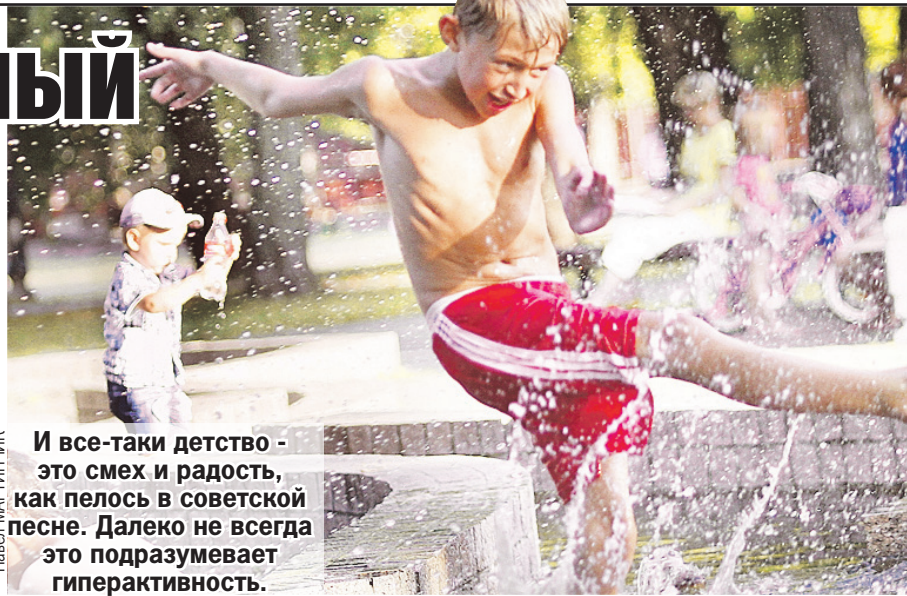
Что происходит у таких детей физиологически:

♦ Снижен уровень гормонов дофамина и норадреналина в префронтальной коре (она отвечает за торможение нервной системы, контроль, планирование).

♦ Мозг физически не может затормозить импульс, ребенку сложно сосредоточиться на неинтересном предмете, досидеть до конца урока.

ВАЖНО: диагноз «СДВГ» ставится в возрасте не раньше 4 - 5 лет (до этого любой ребенок может выглядеть гиперактивным). Иногда проблема становится очевидной только после первого класса.

- Причем необходимо комплексное обследование - у невролога, психолога, педиатра, а не только у одного специалиста, - поясняет Заур Хатшуков.



И все-таки детство - это смех и радость, как пелось в советской песне. Далеко не всегда это подразумевает гиперактивность.

Павел МАТИНЧИК

ПРОВЕРЬ ПЕРВОКЛАШКУ

Есть несложные тесты, которые каждый родитель может проделать с собственным ребенком.

- Эти тесты не ставят диагноз, но показывают, что нужно насторожиться и обратиться к врачу, - поясняет Заур Хатшуков.

ТЕСТ № 1. «Запомни 3 слова»

Скажите ребенку 3 простых слова (например, «кот, дом, сок»). Попросите повторить через 2 минуты, в этот промежуток отвлекая разговором.

Результат:

Норма: вспоминает 2 - 3 слова.

СДВГ (подозрение): Вспоминает 0 - 1 слово, «зависает», переспрашивает.

ТЕСТ № 2. «Что было?»

Спросите вечером: «Что вы делали сегодня? Что ел на обед?»

Результат:

Норма: Ребенок рассказывает связно («Сначала приходил Сережка, мы играли, потом пошли с бабушкой на площадку, ел суп и котлету»).

СДВГ (подозрение): «Не помню», «ничего» либо хаотичный поток - «бегали... потом я рисовал... а Саша толкнул... а потом я не помню».

ТЕСТ № 3.

«Попробуй посидеть тихо»

Посадите ребенка (4 - 8 лет) за стол с раскраской или конструктором. Скажите: «Посиди тихо 5 минут, не вставай».

Результат:

Норма: ребенок может поерзать, но встает не более 1 раза за 5 минут.

СДВГ (подозрение): Встает 3+ раз, начинает играть стоя, болтает ногами.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕЗУЛЬТАТ ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЙ

- Самое главное - не паникуйте. СДВГ не приговор. Многие успешные люди (актеры, предприниматели) живут с этим диагнозом и вполне себе адаптировались, - успокаивает Заур Хатшуков.

ШАГ 1. Идите к педиатру. Нужно исключить соматические причины: анемию (низкий ферритин), гипотиреоз (низкий ТТГ), дефицит железа, нарушение сна (апноэ). Иногда «гиперактивность» - это просто хроническое недосыпание.

ШАГ 2. Запишитесь к неврологу. Он назначит: ЭЭГ (электроэнцефалограмму) - посмотреть биоэлектрическую активность мозга. Тесты на внимание (компьютерные).

ШАГ 3. Детский психолог/психиатр. Диагноз СДВГ ставит психиатр. Психолог проводит нейропсихологическое тестирование.

ШАГ 4. Лечение. Немедикаментозное: режим дня, спорт (плавание, легкая атлетика - не единоборства!), обучение родителей особенностям обращения с таким ребенком. Например, инструкции ему давать нужно коротко, с визуальными подсказками. Врач может назначить медикаментозное лечение.



Почему современные мамы не хотят везти детей в гости к бабушке - на сайте



ЗНАЙ

Как управлять ребенком с дефицитом внимания

- Если диагноз подтвердился, нужно внести коррективы в методы воспитания.

Наказания за огрехи в поведении в этом случае точно не работают по простой причине - мозг ребенка не может «взять себя в руки», - говорит Заур Хатшуков.

Что точно бесполезно:

Долгие нотации

(ребенок выключается через 10 секунд).

Физические наказания (провоцируют агрессию, не улучшают внимание).

Сравнения с другими детьми

(«Вот Петя сидит ровно, а ты не можешь»).

У детей с СДВГ сравнения не работают.

А вот что работает:

Короткие инструкции.

Не «Сделай уроки, уберу в комнате, вынеси мусор». А «Сядь за стол». (Сделал.)

«Открой тетрадь». (Сделал.)

«Напиши первую строчку». (Сделал.)

Визуальные подсказки.

Графики, таймеры, картинки.

«Через 5 минут будильник зазвонит - заканчиваем игру».

Немедленная обратная связь.

«Молодец, написал три буквы». Не откладывайте похвалу на вечер.

Физическая разрядка до занятий.

Побегать, попрыгать 15 минут - потом за уроки.

Гиперактивность надо «выпустить», а не подавлять.

Исключить наказание «стоять в углу» -

для ребенка с СДВГ это пытка, он неспособен стоять без движения, а выводов все равно не сделает.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

КОНКРЕТНО

Как понять, что ребенку нужна помощь

Признак	Просто темперамент (норма)	СДВГ
ВНИМАНИЕ	Ребенок может играть в одну игру 10 - 20 минут, если ему интересно. Его можно отвлечь, но он возвращается к занятию.	Не может играть дольше 5 минут. Бросает одну игру, хватается за другую, не заканчивает ни одну.
РЕАКЦИЯ НА ЗАПРЕТ	Обижается, может закатить истерику, но потом успокаивается и понимает «нельзя».	Как будто «не слышит» запрет. Делает то же самое через минуту. Истерики затяжные, с агрессией (бьет, кусается).
СОН	Засыпает за 20 - 40 минут, спит 8 - 10 часов, просыпается бодрым.	Долго засыпает (часами), крутится, вскакивает, снятся кошмары, просыпается разбитым («энергичный, но уставший»).
ОБЩЕНИЕ СО СОВЕРСТНИКАМИ	Дружит, ссорится, мирится. Может уступить игрушку на 5 минут.	Постоянные конфликты, не чувствует дистанцию, перебивает, не ждет очереди. Друзей мало или нет.
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ	Бегают, прыгают, но может сидеть спокойно за столом 15 минут (например, за едой или рисованием).	Не может сидеть чинно вообще. Ерзает, крутится, встает, лезет под стол, болтает ногами.
РЕАКЦИЯ НА НАКАЗАНИЕ	Становится грустным, старается исправиться в следующий раз.	Не делает выводов. То же поведение через 5 минут. Как будто вообще не наказывали.
УЧЕБА/ЗАНИЯТИЯ	Если неинтересно - отвлекается, но если интересно - втягивается и делает.	Не может сосредоточиться даже на интересном. Ошибки по невнимательности (пропускает буквы, не доделывает примеры).

ВОПРОС - РЕБРОМ

Почему возникает синдром

В последнее время детей с СДВГ становится все больше. Появляются и многочисленные исследования этого расстройства. Но к однозначным выводам о причинах его появления ученые так и не пришли. СДВГ называют полигенным заболеванием, то есть в его основе лежат сразу несколько факторов - от структурных изменений в ДНК (генетические поломки и наследственность) до сильного стресса, который испытала будущая мама во время беременности, и даже влияния экологии. Также к предположительным факторам развития СДВГ у ребенка относят внутриутробную гипоксию плода, резус-конфликт, внутриутробные инфекции, которые могут привести к изменениям в структуре мозга, родовые травмы, преждевременные роды - это так называемые пренатальные факторы. Возможно, влияют различные травмы, из-за которых может быть поврежден мозг ребенка, некоторые хронические заболевания, дефицит витаминов, минералов, токсические факторы (от курения будущей матери до плохой экологии). Не сбрасывают со счетов и психологию: эмоциональные сложности в семье, холодность родных.

Евгений УМЕРЕНКОВ

«Даже то, что не сделано в Китае, все равно сделано в Китае» - шутка недалеко от истины. Электроника, комплектующие всех видов, даже ткани для мировых домов высокой моды - все это по большей части китайское.

Недавнее бодание вокруг пошлин, когда Трампу пришлось отступить перед китайцами из-за угрозы паралича производства - без редкоземельных металлов made in China встала бы вся американская оборонка, - яркий пример зависимости Запада от Поднебесной.

О нюансах этой зависимости и о том, опасно ли для России «экономическое братание» с Китаем, мы поговорили с директором Института стран Азии и Африки МГУ Алексеем Масловым.



Алексей Маслов.

ЗАПОЗДАЛЫЙ ИСПУГ

- В 90-е годы именно США вышли с инициативой построения открытого мира, когда для торговли распахнуты все границы. Китай этим воспользовался, - говорит Маслов. - Запад испугался, но акции американских предприятий уже вросли в китайские - и наоборот.

В США и Европе возник антикитайский раж - мол, Пекин каким-то образом им угрожает. А ведь проблема не в Китае. Когда все предприятия для удешевления перемещались в Поднебесную, когда туда уезжали ведущие западные инженеры, в этом была виновата деградация европейской и американской экономик.

Больше 40% товаров, которые поставляются в Европу, содержат критически важные китайские компоненты - их не найти больше нигде. А когда американцы попытались переместить обратно из Китая предприятия, оказалось, что себестоимость продукции вырастает на 30 - 40%! Это вопрос не только денег - на Западе просто не хватит рабочих рук.

Я не уверен, что хоть кому-то скоро удастся преодолеть зависимость от Поднебесной.

ГОНКА ИИ

- Ключ к доминированию в будущем - искусственный интеллект. Кто тут впереди?

- Китай практически по всем основным позициям обогнал США. У китайцев период от создания новой модели до начала ее использования в 2 - 3 раза короче, а сами новые модели - на 30 - 40% дешевле. На Западе открытым остается вопрос, станут ли их модели окупаемы в прямом смысле.

В чем китайцы опередили американцев и почему экономика США и Европы попала в критическую зависимость от Поднебесной.



Запад оказался на поводке у Пекина

А на китайском рынке их сотни, и каждая нацелена на решение конкретных задач.

Китайская компания Huawei практически сравнялась по мощности производства микрочипов с американской NVIDIA. Та, кстати, в этом месяце разместила на площадках в Китае вакансии, потому что у американцев не хватает своих инженеров.

Вместе с тем китайские модели значительно меньше распространены в мире - в отличие, например, от ChatGPT. И они идеологизированы,

ты по паритету покупательной способности (он показывает, сколько можно купить одинаковых товаров и услуг на одну и ту же сумму в долларах или их местном эквиваленте. - Ред.).

В Поднебесной расходы на соцподдержку намного эффективнее. На Западе колоссальное количество людей никогда не трудились. В Китае же практически все пенсионеры в прошлом работали. И очень много пожилых продолжают это делать.

Хотя китайская экономика замедлилась в прошлом году до 5% роста ВВП (у США -

выйти на уровень, как сказано в решениях его руководства, «победы в локальных столкновениях». К 2049 году, столетию своего образования, КНР должна стать ведущей мировой военной державой.

Часто говорят, что Поднебесная последний раз участвовала в реальных столкновениях в 1979-м, во время непродолжительной войны с Вьетнамом. Поэтому, дескать, неизвестно, как поведет себя современный личный состав. Но в армии высок боевой дух, она предана идее. Поэтому говорить, что если она давно не воевала, то не сможет проявить себя в сражении, совершенно неверно.

РУССКИЙ РАКУРС

- Развивая сотрудничество с Китаем, не попадет ли Россия от него в опасную зависимость?

- А разве Китай не попадает в зависимость от России, закупая у нас в таком объеме нефть и газ? Сейчас наша доля в китайском энергобалансе велика: по сырой нефти - 20%, по газу - около 15%. Но в КНР никто по этому поводу не тревожится. Мы поставляем энергоносители и агропромышленную продукцию, а Китай - готовые изделия.

Но нам нужно создавать реальное импортозамещение, учась у Китая. Вот пример. В середине 80-х на китайский рынок пришел немецкий автопром. Но на жестких условиях: с обязанностью локализовать производство в стране, а главное - обучить китайских инженеров для создания таких же машин. И теперь Китай догнал западный автопром.

Самая большая проблема не в том, что мы зависим от Поднебесной, а в том, что возможность закупать там все может обездвижить нашу промышленность.



Эту СВЧ-пушку китайцы называют «кошмаром Starlink». За минуту она уничтожает 60 таких спутников.

некоторые политические вопросы отказываются обсуждать. Так что, похоже, в результате соревнования в сфере ИИ Китая и США мы получим два стандарта.

ЧЬЯ ЭКОНОМИКА ЗДОРОВЕЕ?

- А если сравнить экономики двух стран в целом?

- ВВП на душу населения в Америке выше, учитывая огромную разницу в количестве народа. Но Китай давным-давно обогнал Шта-

2,1%. - Ред.), она очень сильна и здоровее, чем в Америке.

ИДЕЙНАЯ АРМИЯ

- Какой расклад по военной мощи?

- По ее совокупности США впереди. Но, например, по надводному морскому флоту китайцы лидируют. Поднебесная эффективно развивает и новые модели подводных лодок (за последние 5 лет там ввели в строй 24 субмарины, в Штатах - всего 7. - Ред.)

К 2027 году Китай должен

Еще сорок лет назад никто и представить не мог, что в XXI веке КНР станет такой.

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

✓ 60% мировой добычи и 90% мощностей очистки критически важных минералов контролирует Китай. В список входят неодим (магниты для военной техники, электродвигателей), галлий, германий (микросхемы, радары, приборы ночного видения), литий, графит (аккумуляторы).

✓ 70% мирового производства литийонных и натрийонных аккумуляторов (для электроники, транспорта и т. д.) сосредоточено в Поднебесной.

✓ 75% мирового производства электрических транспортных средств обеспечивает Китай. США - 5%.

✓ 600 единиц гиперзвукового оружия есть у китайцев. Комплекс DF-17 (дальность до 2500 км) может использоваться для уничтожения американских авианосных групп и военных баз в Азиатско-Тихоокеанском регионе. Новейшая ракета DF-27 (дальность до 8000 км) способна долететь до ключевой базы США на острове Гуам за 12 минут. Подобные ракеты гарантированно обходят современные корабельные и наземные системы ПРО США. У Штатов же имеется лишь 8 экспериментальных гиперзвуковых ракет системы Dark Eagle дальностью до 3500 км.

Кстати: количество гиперзвуковых ракет у России («Кинжалы», «Цирконы», «Орешники») - гостайна, но сомнений в том, что мы - в мировых лидерах, нет ни у кого.

✓ До 60 низкоорбитальных спутников типа Starlink может за минуту уничтожить китайская микроволновая пушка TPG1000Cs. Она работает наземно, ее длина - 4 м, вес - 5 тонн.



Николай МЫСИН,
автоэксперт «КП»

Право на справа

**Почему в стране
вновь идут
разговоры
о запрете
«праворуких»
машин.**

Есть у российских чиновников национальная забава – пытаться что-то сделать с машинами с правым рулем. А то понаехали тут, понимаешь...

Вот один из самых громких и относительно свежих случаев – несколько месяцев назад сенатор Андрей Кутепов обратил внимание на «рост аварийности с участием праворульных авто». По статистике МВД, за 2024 год в России с ними случилось 16 077 ДТП, или 12,2% от общего числа происшествий. Рост к 2023 году просто космический (или комический?) – 0,9%!

Впрочем, ни МВД, ни Росстандарт тогда не согласились, что нам нужны какие-то запреты или «прочие обременения» (например, повышение пошлин) касательно машин, у которых водительское место справа. Тему, казалось бы, закрыли. Но в мае нынешнего года правительство поручило сразу нескольким ведомствам (МВД, Минпромторгу, Минтрансу) провести «комплексное исследование рисков участия в дорожном движении автомобилей с правым рулем». Помогать в этом будет автомобильный институт НАМИ. А результатов ждем к 2028 году.

ОНИ ПРАВДА ОПАСНЫ?

«Дыма без огня не бывает!» – всполошились владельцы «праворуких» машин. Если исследование требуется – значит, оно зачем-то нужно. Что первое приходит на ум? Озвучат данные, что такие машины опасны. А значит, точно будут запрещать! Очередным запретом у нас никого уже не удивишь...

Но что если «вскроется правда» и будет она в том, что движение праворульных машин в стране с правосторонним движением действительно представляет угрозу? Ведь на что обычно напевают чиновники, когда речь заходит о подобных авто:

1 На особенности их конструкции. Ведь праворульные машины изначально заточены на фронтальный удар именно с правой стороны машины. Но на наших дорогах статистика будет



зеркальной – здесь он чаще приходится в левую сторону. Соответственно, и пассивная безопасность этих автомобилей в наших условиях хуже.

2 Другая оптика. Пучок ближнего и дальнего света на «праворуких» авто тоже настроен зеркально, а значит, слепит и встречных, и попутных водителей.

3 Плохая обзорность. Из-за правого расположения руля водитель хуже видит ситуацию слева. Что особенно мешает при обгонах на трассе.

Но пройдемся по пунктам. – Фары регулируют уже при ввозе. Либо меняют оптику, либо перенастраивают пучок должным образом (когда это возможно). Иначе не получишь СБКТС (сертификат о безопасности конструкции транспортного средства), а без него – паспорт транспортного средства. То есть, если все делать по уже существующим правилам, в этом плане проблем не возникнет, – отмечает вице-президент Национального автомобильного союза Антон Шапарин.

– С плохой обзорностью тоже можно бороться. От установки специальных зеркал до видекамеры, которая «глядит» на дорогу слева и передает изображение на монитор в салоне. Ездить с такой даже удобнее и безопаснее, чем с левым рулем! И многие владельцы «праворуких» машин монтируют их сразу после покупки, – добавляет общественный деятель, координатор движения «Синие ведерки» Петр Шкуматов.

Вот с особенностями конструкции кузова ничего не поделать.

ПОЧЕМУ ИХ БЕРУТ?

И так понятно, что праворульные машины менее комфортны и удобны. Почему их тогда покупают? Согласно данным «Автостата», на начало текущего года в России стоит на учете 4 млн подобных авто! Это почти 9% от всего автопарка (речь о легковом транспорте).

Но вот картина по стране неоднородная. Если в Москве на «праворуких» приходится 0,4%, то в Сибири – уже 25%, на Сахалине – 70%, в Хабаровском крае – 75%, а в Приморье – и вовсе 84%! Не просто большинство, подавляющее!

И речь не только о наследии 90-х, когда на местные рынки хлынул поток подержанных праворульных машин из Японии (близко, дешево и удобно). Их активно везут

и сейчас. Опять-таки данные «Автостата»: лишь за четыре месяца текущего года (с января по апрель) из Страны восходящего солнца в Россию прибыло 72,3 тысячи иномарок. Рост к 2025-му – 34%!

– Причем в большинстве случаев речь именно о праворульных моделях. Как правило, малолитражках, – подчеркивает автоэксперт, партнер агентства «Автостат», член Общественного совета при МВД Игорь Моржаретто. – И правда жизни в том, что они просто заметно дешевле! Средняя цена новой машины в России – 3,5 млн рублей. И то это будет «китаец». Тогда как на Дальнем Востоке за полтора миллиона можно купить хорошее авто западной марки не старше пяти лет, притом в хорошей комплектации! Вот

люди и голосуют рублем, ведь количество этих рублей в кошельках ограничено.

Тем более в Сибири и на Дальнем Востоке в отличие от центральных регионов страны к праворульным машинам за последние 40 лет привыкли и адаптировались. Возможные сложности при их эксплуатации местных автолюбителей давно не пугают. Там даже автоматы с выдачей талончиков на платных парковках ставят по обе стороны машины! А не только с левой, как в Москве.

ЗАПРЕТЯТ ИЛИ НЕТ?

Так будут или не будут запрещать? Еще свеж в памяти пример 2009 года, когда в правительстве задумались о резком повышении пошлин на праворульные автомобили. Но недовольство дальневосточных автолюбителей оказалось убедительным – власти пошли на снижение новых пошлин. А тему вероятного запрета «праворуких» авто с тех пор всерьез не поднимали.

Хотя... не поднимают и сейчас. О чем прямо сказали в Минтрансе, поспешив успокоить:

– Целью данной работы (речь об упомянутом в начале статьи «комплексном исследовании рисков». – Ред.) является сбор и комплексный анализ данных об особенностях управления праворульными автомобилями на дорогах страны. При этом речь идет об исследовательской и аналитической работе, а не о введении ограничений и каких-либо запретов, – говорится в официальном сообщении ведомства.

– Но аналитика ради аналитики возможна при невосстановленных резервах сил и средств, – разводит руками главный редактор журнала «За рулем» Максим Кадаков. – Вряд ли ее делают просто для галочки. Запрет-то, может, не введут, но могут ужесточить, например, технические требования к подобным машинам. Допустим, при их ввозе в страну или при прохождении техосмотра.

– Не думаю, что дойдет до запретов, – считает Антон Шапарин. – Про «прочие обременения» фантазировать можно долго. От повышения пошлин и введения квот на ввоз до ужесточения технических требований и роста стоимости ОСАГО на такие машины. Но бояться преждевременно точно не стоит. Скорее всего, самым исследованием все и ограничится.



Сколько стоит содержание собак и кошек в 2026 году.

Пес Барбос и денежный вопрос

Елена АРАКЕЛЯН

В выпуске «КП» от 5 августа мы рассказали, сколько стоят котята и щенки и как сэкономить без риска. Сегодня - следующий шаг: разбираемся, в какую сумму обойдется содержание питомца.

«Без кота жизнь не та», «Возьми себе счастье в дом» - так и сыпется нынче из социальной рекламы и соцсетей. И чувствуешь, что без собаки или кошки лишаешь себя важной части радости бытия. Вон какие счастливые лица у той семьи из видео и как там здорово ребенок возится с умильным щеночком.

А потом начинается...

- Мне кошку вернули, - жалуется знакомая заводчица.

Через полгода жизни в новом доме у кисы случился цистит. Он успешно лечится, но глава семьи испугался за мебель и ламинат - вдруг пропахнут. И за лечение кошки платить же надо...

- В нашей практике мы ежедневно видим последствия необдуманных решений, принятых на эмоциях: собак (то же и с кошками. - Ред.) возвращают или оставляют на улице, потому что люди не заложили время на животное и не рассчитали бюджет, - рассказывает руководитель общественного движения помощи бездомным животным «Дай лапу» и просветительского проекта «Хочу



собаку» Александра Нуриева. - После желания «Хочу» сразу следует задавать вопрос «А готов ли я?».

И начинать стоит с калькулятора. К каким же затратам готовиться владельцам собак и кошек? На основе собственных расчетов,

данных Росстата и оценок экспертов «КП» составила примерную смету на среднестатистического питомца без особых проблем со здоровьем и поведением (на животных «с особенностями» сумма может вырасти в разы - разнесенную квартиру и затраты на лечение хронических звериных болезней мы не учитывали).



Александра Нуриева.

ИСПЫТАНО НА СЕБЕ

Любовь и счастье за 200 тысяч в год...

...или Во что мне обходятся два питомца

Ваш корреспондент - счастливая хозяйка и собаки, и кошки (вот они со мной на фото сверху). Пес - прямошерстный ретривер четырех лет, относится к крупным и активным породам, около 30 кило веса. Киса - дачная прилудная (подобрали котенком), пять лет, три кило. Возраст и вес сообщают не случайно, от этих параметров зависит стоимость содержания.

В первый год жизни хвостатых траты выше, и ряд расходов типа стерилизации потом не повторяются. А ближе к звериной старости резко вырастают расходы на ветеринарное обслуживание и необходимые лекарства. Ну и чем крупнее хвостатый, тем больше денег уходит на его прокорм.

Семейные расходы я записываю ежедневно. Так что подсчитать затраты на зверушек за последний год не составило труда.

Итак, любимый пес в расчете на год обошелся почти в 170 тысяч рублей (в среднем 14 тысяч с лишним в месяц). Кошечка - примерно в 27 тысяч за год (2250 в месяц). Итого - почти двести тысяч за два хвоста. Учитывая габариты собаки, это сравнительно немного.

Зверушки у меня пока здоровы - и это счастье в

том числе с точки зрения финансов. Походы в ветеринарку за последний год ограничились ежегодным профилактическим осмотром и прививкой. Это в районе 3000 - 3500 рублей на каждый хвост.

Основная статья затрат у нас - корм. Собачья еда за год обошлась в 108 тысяч рублей (импортный суперпремиум). Кошачья (отечественный суперпремиум) - около 13 тысяч с небольшим за год.

Еще одна существенная статья расходов - средства от паразитов. На собаку за год ушло 14 300 рублей. Стригу когти, мою, причешиваю зверушек я сама.

В выставках мы не участвуем. Но с собакой ходим на ноузворк (поисковая работа) - чисто ради того, чтобы охотничьи наклонности песика использовались в контролируемом порядке. Это еще 33 тысячи за последний год. Для кошки постоянная статья расходов - наполнитель для лотка, для собачки - пакетики для прогулок. Но в сравнении с кормом это так, пустяки.



Почему опасно покупать питомцев на сайтах объявлений и сколько они на самом деле стоят - на KP.RU



Стартовый набор

Его надо купить еще до того, как вы возьмете в дом животное.

Для щенка:

Амуниция (ошейник или шлейка и поводок, адресник с вашим телефоном), лежанка, миски на подставке, несколько игрушек, пеленки (одноразовые или сменные многоразовые), переноска или бокс для транспортировки, расческа, когтерез, гигиенические пакеты (для прогулок).

Для котенка:

Миски, лоток с совком, наполнитель, когтеточка, лежанка или домик (они могут быть уже с когтеточкой), переноска, когтерез.



Даже если питомца вы нашли в капусте, содержание влетит в копеечку.

Постоянные траты

Это прежде всего качественная еда (если сухой корм, то специалисты рекомендуют класс не ниже премиум), профилактическая обработка от блох, клещей и гельминтов, прививки, ветеринарные услуги, для кошек - наполнитель.

- Нельзя экономить на профилактике паразитов, полноценном качественном корме и превентивных визитах к врачу. Лечение пироплазмоза после укуса клеща или устранение хронических проблем с ЖКТ из-за дешевого корма обойдется в десятки раз дороже профилактики. А обойтись можно без дизайнерской одежды, переизбытка игрушек и дорогих аксессуаров. Собаке не важен логотип на ее поводке, - говорит Александра Нуриева.

ПОСЧИТАЕМ (расход в месяц)

Кошки

- Мелких пород: от 2000 - 3000 рублей,
- крупных пород (средний вес от 7 кг): от 5000 - 6000.

Собаки

- Мелких пород (до 10 кг): от 6000 руб.,
- средних пород (10 - 25 кг): от 10 000,
- крупных пород (больше 25 кг): от 15 000 - 20 000.

Возможные дополнительные расходы:

- ✓ **ветеринарные услуги** сверх прививки и планового комплексного медобследования: 2500 - 7000 рублей за прием (без учета расходов на операции и стационар - в этом случае затраты исчисляются десятками тысяч);
- ✓ **занятия с кинологом или консультация зоопсихолога** (при необходимости скорректировать поведение животного): 1500 - 5000 рублей за сеанс;
- ✓ **груминг** (стрижка, вычесывание, мытье, чистка ушей и т. п.): от 15 000 в год;
- ✓ **новая амуниция и игрушки**: от 1500 - 3000 в год;
- ✓ **услуги выгула, зооняни**: от 500 - 800 рублей в час (в зависимости от размера и особенностей зверушки).

ПОСЧИТАЕМ

При варианте «подобрал на улице» понадобятся дополнительные затраты (экономить на них себе дороже):

- ✓ **осмотр у ветеринара** (насколько здорово животное, нет ли опасных инфекций),
- ✓ **обработка от паразитов, вакцинация,**
- ✓ **стерилизация/кастрация** (после 7 месяцев).

Это еще не меньше 10 000 - 15 000 рублей.

ше 10 000 - 15 000 рублей.

В расходы на собаку в первый год ее жизни стоит включить начальный курс дрессировки (воспитательная дрессировка, общий курс дрессировки, курс «Управляемая городская собака» - в зависимости от породы, размера и ситуации).

В случае групповых очных занятий - 15 000 - 20 000 рублей.

Выставки и спорт

Питомец, пригодный к выставочной карьере или участию в спортивных шоу, изначально обойдется недешево. «Взять друга из приюта» тут не проходит (хотя «для спорта» иногда можно). Но если цены на просто качественно выращенных (не в условиях городской однушки на дешевом корме) щенков и котят с документами, подтверждающими их происхождение, начинаются от десятков тысяч рублей, то для «деток чемпионов» с хорошими данными нижний предел - уже от сотен тысяч.

И постоянные расходы тоже будут большими. Чаще на это идут люди, которые профессионально занимаются разведением собак или кошек, дрессировкой или иным образом включены в «звериный» бизнес.

ПОСЧИТАЕМ

- ✓ **Участие в выставке или спортивном соревновании**: от 5000 до 20 000 руб., в зависимости от уровня мероприятия.
- ✓ **Профессиональный груминг** (с выставочным питомцем без него не обойтись): 3000 - 10 000 руб. за сеанс с учетом стоимости косметики.
- ✓ **Хендлинг** (профессиональный показ собаки на выставке): 2000 - 5000 руб.
- ✓ **Тренировки** (нужны в том числе для того, чтобы научить животное правильно вести себя на выставке): 1000 - 5000 руб. за занятие.

Владимир ЛАГОВСКИЙ

Для летающих тарелок и светящихся шаров нашлось научное объяснение, сообщил глава новой комиссии при Пентагоне Ави Лёб.

Астрофизик из Гарварда (тот самый, что убедил весь мир в том, что межзвездная комета 3I/ATLAS - корабль инопланетян) недавно возглавил Научный консультативный совет по аномальным атмосферным явлениям, созданный при Пентагоне, ЦРУ и ФБР в рамках инициативы президента США Дональда Трампа по рассекречиванию летающих тарелок. И активно взялся за работу.

На днях он рассказал об исследовании, которое провел его коллега Джон Биркс, почетный профессор химии из Колорадского университета в Боулдере, специалист по химии атмосферы, один из авторов теории ядерной зимы. Биркс объяснил, что именно представляют собой НЛО. Конкретно, одна их разновидность - атмосферные сферы, или орбы. Опознал Биркс и летающие тарелки.



Астрофизик
Ави Лёб.

Кадр видеосъемки

НЛО и правда прилетают из космоса. Но инопланетян в них нет

Многие явления в небе остаются необъяснимыми (в кадре - три светящиеся сферы из рассекреченных видео)...

из космоса и провоцируют появление орбов. А сами они представляют собой плазменные объекты из ионизированной пыли метеоритных пылевых облаков.

Метеоритные пылевые облака знакомы ученым давно и не считаются экзотикой. Их образуют микроскопические твердые частички, рассыпаемые метеоритом в космическом пространстве и верхних слоях атмосферы. Именно на метеоритных пылинках конденсируется лед серебристых облаков, красиво сверкающих иной раз в ночном небе.

СВЕТЯТСЯ И МИГАЮТ ОГНЯМИ

Наночастицы железа, никеля и магнетита - так называемые сферулы метеоритной пыли - движутся в электромагнитном поле Земли. Обладая остаточной намагниченностью, они агрегируются

под действием статического электричества.

Выражаясь менее научно, из пыли формируются большие и относительно долговечные пузыри. Они-то и летают туда-сюда, маскируясь под аппараты инопланетян. Реакция окисления железа и никеля разогревает ионизированную плазму орбов. Тепло обеспечивает им плавучесть в атмосфере, достаточную для того, чтобы парить часами. Аналогичным образом ведут себя близкие плазменные «родственники» - шаровые молнии.

Электрический заряд, который накапливается от взаимного трения частичек пыли, вызывает меняющееся цвет свечение. Эфемерные по своей сути орбы реагируют на малейшие изменения в окружающей среде. Их время от времени пробивают элек-

AI Generator/Shutterstock/Fotodom



...но видеть в каждом явлении происки инопланетян наука не готова.

ПЛАНЫ

Подозрения на внеземные технологии остаются

Лёб и возглавляемый им совет полны намерений прояснить, что собой представляют НЛО. Ученые строят планы по развертыванию сети приборов и датчиков, способных фиксировать «аномальные атмосферные явления», и просят военных предоставить «как можно больше рассекреченных материалов».

В своем блоге Лёб делает вывод: само сотрудничество властей с ним свидетельствует, что «объекты, непонятные им, действительно существуют». И подозрения на «происки инопланетян» в правительстве, похоже, имеются. По словам ученого, «если бы власти подозревали, что НЛО определенно созданы людьми и не представляют собой объекты внеземной технологии, то они бы выразили это мнение в конфиденциальной записке военному министру Пити Хегсету, а не просили ученых помочь».

Они сбиты с толку тем, что видят, и они думают, что, возможно, это не создано людьми, - пояснил астрофизик.

Лёб разберется. Надеюсь.

трические разряды. И плазменные пузыри мигают. Будто сигнализуют.

Появление рядом с крупным объектом нескольких других - меньшего размера - тоже объяснимо. В каких-то случаях орбы, набравшие сильный заряд, начинают возмущать электромагнитное поле вокруг себя. Иной раз накопленной в плазме энергии хватает для того, чтобы один орб расщепился на два или более объектов.

«Десант высаживает», - часто думают в таких случаях.

СДЕЛАЙ САМ ЛЕТАЮЩУЮ ТАРЕЛКУ

Лёб намерен проверить теорию Биркса экспериментально. Вместе с энтузиастами он попробуют соорудить орбы в лаборатории из искусственной металлической пыли - столь же мелкой, как и метеоритная. Задача - заставить ее формировать плазменные объекты, которые начнут самопроизвольно светиться.



Химик Джон
Биркс.

ВСЕ ДЕЛО В МЕТЕОРИТАХ

В самом деле чаще всего очевидцы сообщают именно об орбах - ярких и светящихся разноцветными огнями объектах, которые словно ниоткуда появлялись над головами.

Биркс отобрал 508 случаев «явления орбов наблюдателям». Изучал лишь те, что были зарегистрированы в Национальном центре по изучению НЛО - независимой неправительственной организации в США, которая с 1974 года собирает сообщения очевидцев. Уфологическую статистику ученый сравнил с данными Американского метеоритного общества. И оказалось: в подавляющем большинстве случаев прилеты орбов совпадали с вторжениями в атмосферу метеоритов и метеоров.

Вывод профессора: гости

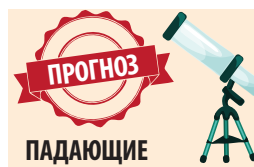
ЕСТЬ ВОПРОСЫ

Пентагон показал летающих медуз над военными объектами в США

Военное министерство США продолжает публиковать ранее засекреченные фото, видео и свидетельства очевидцев, собранные агентами спецслужб. Среди них есть загадочные, объяснить которые ученые пока не в состоянии. В частности, так называемые НЛО-медузы. На 32-секундном видео, снятом американскими военными моряками в 2020 году в Атлантическом океане, запечатлен темный бесформенный объект, похожий на шевелящуюся медузу. На экране инфракрасного радара «медуза» выглядит черной, но, по словам очевидцев, она была темно-бордовой. Дрейфовала

по небу, не меняла направление, не маневрировала. В высоту была 4 - 5 метров.

С другой «медузой» знакомит видео, снятое в 2015 году службой безопасности министерства энергетики США над предприятием Pantex в Техасе, занимающимся производством ядерных боеголовок. НЛО объявился в закрытом воздушном пространстве особо охраняемого объекта и бесшумно проследовал на высоте 70 м со скоростью порядка 20 км/ч. «Медузу» пытались догнать на машине, чтобы рассмотреть получше, но не успели - исчезла из поля зрения. Разглядывали в бинокль - никаких двигателей замечено не было.



ПАДАЮЩИЕ СПУТНИКИ ДОБАВЯТ НАМ «ВСТРЕЧ С ПРИШЕЛЬЦАМИ»

Комментируя исследования Биркса, Лёб подмечает, что неспроста количество наблюдений НЛО с каждым годом возрастает. Если коллега прав (а теоретическая модель очень убедительна), то в будущем летающих тарелок прибавится. Мы сами провоцируем их визиты, запуская на орбиту космические аппараты.



Сейчас вокруг Земли насчитывается около 11 000 активных спутников связи, средний срок службы которых 5 лет. Потом они падают, сгорая в пыль. А она, как и метеоритная, тоже может генерировать эти самые орбы.

Кстати, Ави Лёб высказал предположение по поводу еще одного рассекреченного фото. Оно сделано в 1996 году американскими астронавтами из иллюминатора шаттла «Колумбия». В кадр попал довольно крупный объект правильной треугольной формы. Лёб рассудил, что «НЛО», скорее всего - фрагмент космического мусора, которого полно на орбите. Банально, конечно, но ведь не исключено.

РАДИО
КОМСОМЛЬСКАЯ
ПРАВДА
radiokp.ru

Он так рассказывает о науке, что нравится даже двоечникам! Слушайте «Теорему Лаговского» на Радио «КП»

Дмитрий ГОЛУХИН/Комсомольская правда

Владимир ЛАГОВСКИЙ

На старинной карте обнаружили место, куда после потопа пристал корабль библейского праведника.

Причудливое образование под названием «Арагатская аномалия», расположенное на склоне горы Арагат в Турции, и в самом деле может представлять собой то, что осталось от легендарного библейского корабля к настоящему времени. Daily Mail сообщает: получен намек на то, что праведник Ной вместе со своей семьей и животными, спасаясь от Всемирного потопа, причалил именно туда.

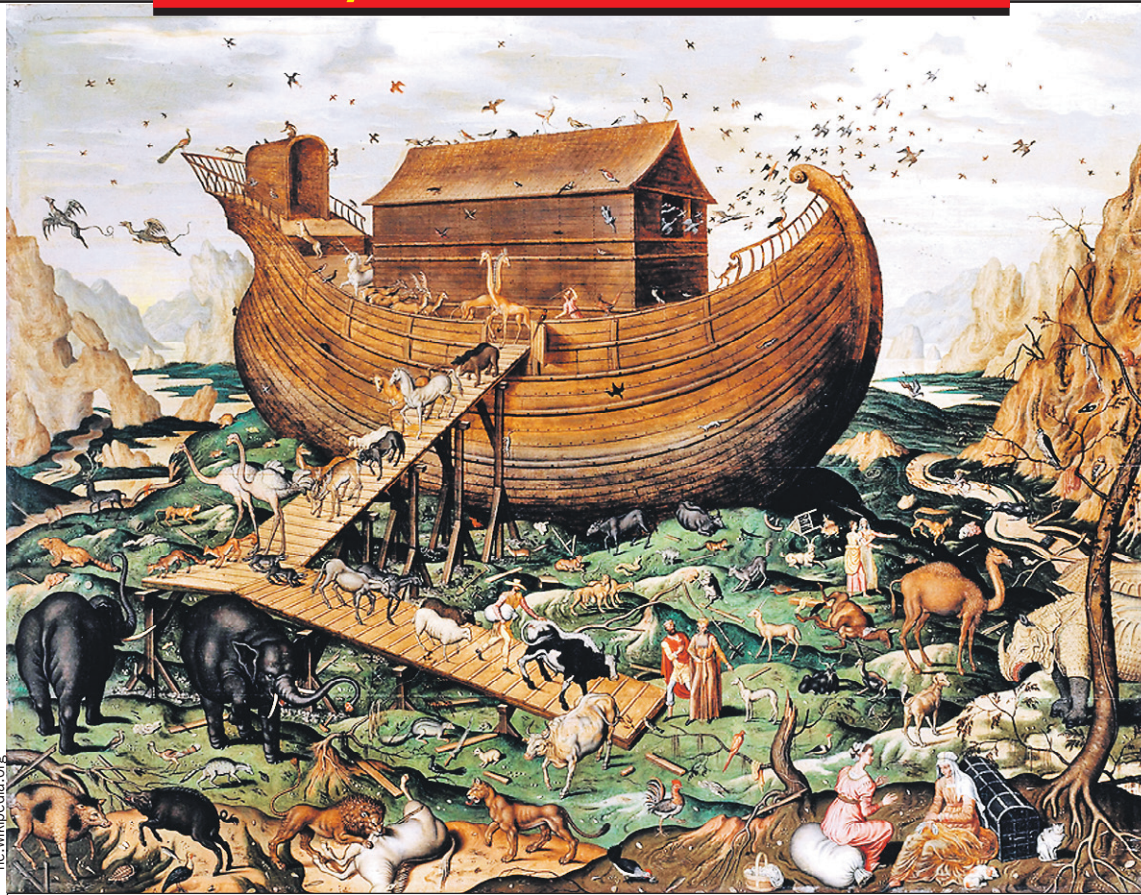
Место, координаты которого в точности совпадают с «аномалией», как выяснилось, было помечено на старинной карте мира еще 439 лет назад.

СВЕРИМ КООРДИНАТЫ

Карту-планисферу в виде круга диаметром в 3 метра - самую крупную из известных карт мира эпохи Возрождения - создал итальянский дворянин и картограф Урбано Монте в 1587 году, первым использовав азимутальную проекцию с Северным полюсом в центре, чем опередил свое время. Карта, состоящая из 60 отдельных нарисованных изображений, поражает своей точностью и мельчайшими подробностями, одна из которых вообще удивительна: в районе горы Арагат имеется рисунок корабля характерной формы.

Рисунок подписан: «Archa de Noe in Armenia» - «Ноев ковчег в Армении». На средневековых картах арагатский горный массив часто обозначали как «горы Армении», подразумеваемая все-таки библейский регион Арагата.

Удивительно, но размер корабля - если его масштабировать - будет точно соответствовать протяженности реальной «Арагатской аномалии». Любой может в этом убедиться - карта, выкупленная из частной коллек-



Посадка и высадка пассажиров библейского лайнера - любимый сюжет художников.

Где искать Ноев ковчег, знали более 400 лет назад

ции американским коллекционером Дэвидом Рамси в 2017 году, хранится в Картографическом центре его имени.

ОРИЕНТИР ОТ ДРЕВНИХ ВАВИЛОНЯН

На «Арагатскую аномалию» указывает и вавилонский артефакт - глиняная табличка, известная у экспертов под названием Imago Mund, на которой была выгравирована «Вавилонская карта мира» с Месопотамией и междуречьем Тигра и Евфрата в центре.

Табличке более 3 тысяч лет. Она была найдена в 1882 году на юге Ирака. Хранится в Британском музее. Пару лет назад исследователи ее расшифровали. И оказалось, что часть клинописного текста содержит шумерскую версию истории о Всемирном потопе - в изложении шумеров. Отличается она лишь тем, что у жителей Месопотамии - то есть у шумеров - бога, который погубил в водах потопа погрязшее в грехах человечество, звали Эа. Построить ковчег, спасти семью и прихватить животных - «каждой твари по паре» - он поручил не праведнику Ною, а некому Утнапиштиму - тоже, впрочем, праведнику. Ну и ковчег шумеры называли «парсику» - словом, которое встречается и в других клинописных табличках.

Британские ученые, которыми руководил доктор Ирвинг Финкель, куратор Британского музея,



Та самая вавилонская глиняная табличка, где рассказывается о маршруте ковчега.

пригляделись к табличке и сообразили, что на ее обратной стороне выгравированы пояснения - в том числе и о том, где искать «парсику Утнапиштима» - то есть Ноев ковчег. На самой же карте указаны маршрут и точное место.

Если верить табличке и британским ученым, то Ноев ковчег находится в Урарту. Это в районе горы Арагат - там, где и была обнаружена «Арагатская аномалия». Указания из двух источников повышают шансы на то, что речь идет об одном месте.

Тайными знаниями картограф не владел

Кораблик, которым помечен Ноев ковчег на средневековой карте, необязательно свидетельствует о том, что картограф Урбано Монте владел тайными знаниями и знал, где располагается судно. Не исключено, что корабль он просто нарисовал в «горах Арагатских» как иллюстрацию, относящуюся к этой местности. Ведь в

Библии прямо сказано, что Ной пристал к «горам Арагатским». Прочел Урбано Библию и изобразил для красоты..

С другой стороны, скептики всегда во всем сомневаются. Да и шумеры, указавшие в табличке на «горы Арагатские», точно не могли вычитать это в Библии. Она появилась позднее.

В ТЕМУ

Лежит там то, незнамо что

Если коротко: «Арагатская аномалия» находится на юго-западной стороне горы Арагат на высоте около 4420 метров, примерно в 2 км к западу от вершины горы по горизонтали. «Аномалия» похожа на остов огромной лодки, не исключено, что ковчега - того самого, на котором плывал Ной. Вот доводы в пользу такого, казалось бы, фантастического предположения:

1 По библейским данным, длина ковчега составляла около 180 м, ширина - примерно 27 м. Соотношение длины и ширины - 6:1. Такие же пропорции демонстрирует и заснятая со спутников «аномалия».

2 Начиная с 2021 года ученые трех турецких университетов и одного американского под руководством профессора Фарука Кайи копаются рядом с «аномалией». Собрав десятки образцов, они объявили, что те «содержат глинистые, морские материалы и морепродукты», которым от 3000 до 5500 лет. Их вывод: подняться до небывалой высоты могла лишь морская вода Всемирного потопа.

3 «Исследователи ковчега» из команды Noah's Ark Scans, «просветив» пару лет назад «аномалию» с помощью георадара, заявили, что она - не сплошная каменная глыба. На сканах «аномалии» просматривались три внутренних слоя - словно три палубы. Примерно в 7 м от поверхности было видно нечто, напоминавшее большой центральный проход. По бокам от него - угловатые структуры, похожие на каюты, и боковые коридоры. По сути, сканы подтвердили то, что Ной последовал инструкции, переданной ему Богом: «И сделай отверстие в ковчеге, и в локоть сведи его вверх, и дверь в ковчег сделай с боку его; устрой в нем (...) жилище». (Бытие 6:16).

4 В начале 2026 года ученые все той же группы профессора Фарука Кайи предъявили глиняные черепки, обнаруженные во время раскопок в районе «аномалии». По словам профессора, «фрагменты керамики показывают, что в этом регионе существовала человеческая деятельность в период энеолита, между 5500 и 3000 годами до нашей эры». Возраст черепков совпал с возрастом прежде выкопанных «морских материалов и морепродуктов».

Надо полагать (и профессор на это и намекает), что, причалив к появившейся из воды суше, Ной с семьей не сразу отправился домой. Какое-то время он вел в горах домашнее хозяйство - пережидая, пока потоп основательно закончится. Ну, и разбил как минимум один горшок. Может быть, и не сам оплошал, а кто-то из домочадцев. Но черепки явно оставили приплывшие. Вряд ли до них кто-то еще забирался в горы Арагатские - особенно на такую верхоуру.

Место, где к горе Арагат причалил Ной, указано на карте Урбано Монте.



ДРУГОЕ МНЕНИЕ

Как с наступлением темноты не заедать стресс.

Оксана НАРАЛЕНКОВА

После тяжелого трудового дня ближе к ночи рука сама тянется к дверце холодильника за чем-нибудь вкусным и калорийным? Знайте, вы не одиноки и не слабохарактерны! Ночной «зажор», - это не про отсутствие стальной воли. Это про сложный сбой биоритмов, гормонов и реакции на стресс. В Нью-Йоркском медицинском колледже проанализировали данные 14 150 человек. Выяснилось: поздний прием пищи, когда более 25% суточных калорий съедаются в ночное время, может сигнализировать нам о «двойном» хроническом стрессе и бьет не только по кишечнику.

МИШЕНЬ ЗА МИШЕНЬЮ

Да, первым удар принимает желудочно-кишечный тракт. Те, кто нагружает едой организм на ночь глядя, в 1,7 - 2,5 раза чаще сталкиваются с вздутием, запорами, диареей. К тому же нарушается и баланс полезных и вредных бактерий в животе. Ночной зажор приводит к тому, что микробиом становится менее разнообразным, что в перспективе может сработать против здоровья иммунной и нервной систем.

Но дело не только в проблемах ЖКТ. Включается порочный круг стресса, который поддерживается ночным обжорством.

Днем рабочая нагрузка глушит сигналы голода, мы кусочничаем, недоедаем, «голосуем» в пользу снеков и фастфуда вместо белка (хорошего куска рыбы или птицы) и клетчатки из фруктов и овощей. Так запускается стрессовая реакция организма, первый виток.

К вечеру зажим снимается, и тело требует компенсации большими порциями, часто - быстрыми углеводами и жирами. В дело идут бургеры, жареная картошка и пирожные. Это дает быстрый дофамин, прилив удовольствия и становится своеобразной формой эмоционального самоутешения за все пережитое.

Но ночная еда перегружает пищеварение. Из-за скачка инсулина подавляется гормон сна мелатонин, сон становится поверхностным с пробуждениями. Ну а недосып на следующий день усиливает стресс и тягу к еде. Круг замыкается.

ПОЧЕМУ ЖОР НАЧИНАЕТСЯ К ПОЛУНОЧИ

Алена Шарапова, психолог, преподаватель кафедры клинической психологии и психотерапии МГППУ, рассказала «Комсомольской правде» о том, что ночной зажор имеет официальное название в психологии - синдром ночной еды.

Это когда человек съедает минимум 25% всей дневной пищи уже после ужина или просыпается ночью, чтобы поесть, как минимум два раза в неделю. А утром аппетита часто нет совсем, сон нарушен, а настроение снижено.

Почему ночью? Одна из главных причин - сдвиг циркадных ритмов, внутренних биологических часов.



Олег РУКАВИЦЫН

Жрицы ночи

- У людей с синдромом ночной еды фаза голода и насыщения запаздывает на 1,5 - 2 часа по сравнению с большинством. То есть, когда всем остальным уже пора спать, у них организм еще «ждет ужина». График приема пищи смещается на поздний вечер и ночь, - говорит Алена Шарапова.



Алена Шарапова

- Кроме того, хронический стресс часто повышает уровень кортизола (гормона стресса) именно в ночные часы. Возникает внутреннее напряжение, которое хочется снять. Еда в этом случае становится быстрым и доступным способом саморегуляции.

Играет свою роль и биохимия. У многих любителей ночной еды снижена доступность серотонина -

«гормона хорошего настроения», который также участвует в контроле пищевого поведения. А вот углеводная еда, включая сладкое, быстро поднимает его уровень, поэтому ночью мозг буквально требует «допинга».

Чего нам на самом деле не хватает, раз ночью тянет поесть?

- ✓ Нормализации циркадных ритмов, правильного режима дня и сна.
- ✓ Режима питания, равномерного распределения еды в течение дня.
- ✓ Навыков эмоциональной регуляции: умения замечать, называть и проживать сложные эмоции (тревогу, стыд, беспомощность), не прибегая к еде.

- Когда этих навыков недостаточно, еда становится самым простым и быстрым способом справиться с накопившимся напряжением, - говорит Алена Шарапова.

ПОРА ЗА ПОМОЩЬЮ

Если к ночным перекусам добавляется устойчивое снижение настроения, потеря интереса к привычным делам и удовольствиям в течение нескольких недель, это может быть связано с признаками депрессии, отмечает наш эксперт. В таком случае лучше не тянуть и обратиться к врачу-психиатру или клиническому психологу.

Что точно не помогает?

Увы, но разные «народные» способы вроде записки на холодильник «Не ешь меня», отказ от воды после ужина, баррикады перед холодильником себя не оправдывают.

Можно ли переучить мозг, если привычка заедать проблемы формировалась годами?

- Да, но важно не ждать мгновенного результата и не требовать от себя невозможного. Нужен комплексный и мягкий подход, - говорит Алена Шарапова. - Тут стоит обратиться к специалистам. В работе с психологом или психотерапевтом вы научитесь вести дневник питания, отслеживать сон, вовремя замечать и мягко управлять тягой к еде, а также можете подключить близких к поддержке. Не пытайтесь изменить все сразу. Начните с самого простого - регулярно практикуйте дыхательные упражнения и релаксацию, затем наладьте режим питания в течение дня, потом улучшите гигиену сна и так далее. И если что-то не получилось, не ругайте себя. Это только усиливает стресс и возвращает к старой привычке. Лучше искренне похвалить себя даже за самые маленькие успехи: «Сегодня я вовремя поел днем - уже победа!»



О работающих приемах, которые наладят сон, читайте на нашем сайте



Самые эффективные приемы - те, которые быстро снижают внутреннее напряжение:

Прогрессивная мышечная релаксация - поочередно напрягайте и расслабляйте мышцы тела (начиная с ног и поднимаясь вверх). Это занимает 5 - 10 минут и хорошо снимает накопившееся напряжение.

Дыхательные практики. Например, дыхание «4 - 7 - 8»: вдох на 4 секунды, задержка дыхания на 7 секунд, медленный выдох на 8 секунд. Повторите несколько циклов. Такие упражнения быстро успокаивают нервную систему.

Важно не доводить организм до сильного истощения. - Если днем вы недоедаете или накапливаете стресс, ночью тело будет требовать свой «допинг», - говорит Алена Шарапова.

В течение дня ешьте каждые 3 - 4 часа. Не пропускайте основные приемы пищи и старайтесь делать их сбалансированными - белки, сложные углеводы (цельные крупы, бобовые), овощи и немного жиров.

КОНКРЕТНО
Что можно сделать, когда тянет к холодильнику?

Если в течение дня калорий и энергии было недостаточно, то организм обязательно постарается восполнить их вечером или ночью. Поэтому лучше дать ему топливо вовремя.

Вечером перед сном, если чувствуете голод, разрешите себе легкий перекус: банан, стакан кефира, горсть орехов или йогурт. Это гораздо лучше, чем бороться с собой до полуночи, а потом опустошать холодильник.

Откажитесь от кофеина во второй половине дня.

Соблюдайте гигиену сна. Режим сна, когда вы встаете и ложитесь спать в одно и то же время, даже по выходным, способен отстроить обмен веществ в организме.

За час до сна переходите на спокойные занятия (чтение, теплый душ, легкая растяжка).

В спальне должно быть темно, прохладно и тихо.

Елена АРАКЕЛЯН

На рынки и в магазины хлынули арбузы и дыни из России и соседних стран. Когда ждать лучших цен? Раскладываем бахчевую экономику по долькам.

«Июль пролетел - арбуз подешевел!» - гласит старинная русская (а также узбекская, и казахская, и турецкая, и персидская) пословица, которую мы только что придумали. Но по правде говоря, арбузы в торговых сетях в последние годы стали появляться необычно рано, еще весной. За это надо сказать спасибо поставщикам из Ирана. Там сезон арбузов и дынь открывается, когда у нас во многих регионах еще снег лежит.

Но это скорее экзотика. Самый сезон наступает в августе, когда арбузы массово поступают из соседних стран и российских южных регионов, а цены на них падают.

РАННИЙ СЕЗОН ОБЕСПЕЧИЛ КАЗАХСТАН

Как рассказали «КП» в «Фуд Сити», арбузный сезон в этом году стартовал раньше, чем в 2025-м.

- В июне через нас прошло 14,6 тысячи тонн арбузов, что на 48% больше, чем за аналогичный период прошлого года, - говорит **руководитель отдела продвижения агрокластера «Фуд Сити» Диана Емельянова**. - Увеличение объемов связано с более ранним началом сезона у ключевых зарубежных производителей. На старте сезона основным поставщиком арбузов остается Казахстан, на него приходится почти 48% поставок.

В этом году в главных арбузных регионах Казахстана - в частности в Туркестанской области - погода сложилась благоприятная. И поставки бахчевых в Россию активно пошли аж с первых чисел июня. Кроме арбузов, кстати, оттуда к нам едут и дыни.

А в августе на прилавки массово поступают уже российские арбузы. Как объясняет Диана Емельянова, обычно в это время серьезно вырастает доля продукции из Астраханской и Волгоград-

- Не делай как я!
Если немый арбуз
разрезать, на мякоть тут же
заползают зловерные
микроорганизмы.



Дешево - зелено

НА ЗАМЕТКУ Арбузная география

Откуда к нам приезжают эти плоды

- **Весна (апрель - май)**
Основной объем идет из Ирана
- **Начало лета (июнь - июль)**
Узбекистан, Турция, Казахстан, Азербайджан
- **Конец июля - сентябрь**
В основном Россия (исключение - Дальний Восток, куда идут поставки из Китая)
- **Конец осени - зима**
Страны Южного полушария (преимущественно Бразилия), Таиланд



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

ской областей, Дагестана и Ставропольского края.

- В этом году сезон сбора урожая в России начинается позднее, чем годом ранее, из-за прохладной весны, - сообщила «КП» **руководитель проекта «Ягодная академия» Ирина Козий**. - Давать какие-либо оценки еще рано. Но можно предположить, что по сравнению с очень сложным для производителей прошлым годом урожай вырастет. В 2025 году на фоне неблагоприятных погодных условий урожай арбузов и дынь у российских сельхоз-

производителей и фермеров снизился до 595 тысяч тонн (данные Росстата) по сравнению с 626 тысячами тонн годом ранее.

ЦЕНЫ УЖЕ СНИЖАЮТСЯ

По данным сервиса мониторинга цен «Ценозавр», в конце июля в среднем по торговым сетям России арбузы стоили на 9,7% дороже, чем в то же время годом ранее (см. «Только цифры»). При этом уже в июле, еще до начала пика сезона, они начали стремительно дешеветь: в сравнении с концом июня стоимость арбуза уменьшилась на 16,3% (а в Москве, где конкуренция поставщиков больше, почти на четверть).

Но это средние цифры по всем арбузам, которые есть на прилавках в сетевой торговле. Ассортимент их нынче разнообразный и включает всякую экзотику типа плодов без косточек, с желтой или оранжевой мякотью... Или даже «яиц дракона» (да, и такое на днях обнаружила в магазине - арбуз вытянутой формы, похожий на огромное яйцо, и с желтой мякотью, причем российского производства). Цены на подобные чудеса природы, естественно, выше. Стоимость же стандартного «полосатика» с косточками

и розовато-красной мякотью получается ниже «среднестатистической» - и она за год особо не выросла.

- Говорить о заметном подорожании арбузов по сравнению с прошлым сезоном пока не приходится, - утверждает Диана Емельянова. - А по мере поступления массового урожая из южных регионов России цены начали активно снижаться: на начало августа арбузы уже можно купить по цене от 40 - 45 рублей за килограмм.

Собственные изыскания это подтверждают. В одной из ближайших торговых сетей обнаружила «арбуз весовой, Россия» по 39,99 рубля за сочный килограмм. Буквально несколько дней назад такой же стоил около 45 рублей.

А через неделю-другую, по прогнозам аналитиков «Фуд Сити», в продаже, скорее всего, уже будут арбузы по 30 - 35 рублей за кило.

- Массовые поставки российских арбузов продлятся до начала холодов в конце сентября - октябре, - комментирует Ирина Козий. - На август - сентябрь обычно приходится самые низкие цены на арбузы и дыни. Так что в ближайшее время готовимся к самому массовому сезону продаж и лучшим ценам!

ЗНАЙ!

Как правильно выбирать

- У зрелого арбуза или дыни окраска кожицы яркая, интенсивная - с выраженными полосками у полосатых сортов, равномерного насыщенного цвета у одноцветных.
- У спелой дыни кожура слегка прогибается при надавливании. И быстро восстанавливает форму.
- Слишком мягкая поверхность дынь и арбузов (при надавливании остается вмятина), мягкие или коричневые пятна, запах брожения означают: плод переспел. Покупать его не стоит.
- Зеленые светлые пятна - сигнал, что плод еще не созрел. Но светлое пятно у арбуза в том месте, где он касался земли, - это отдельный вопрос. Яркий контраст между цветом большей части кожуры и этим пятном - один из признаков спелости.
- Кожура арбуза, и дыни должна быть целой. Никаких повреждений, царапин, надрезов.

Часто продавцы предлагают вырезать кусочек и дать попробовать. Эксперты категорически не рекомендуют такой способ проверки спелости.

- Арбузы и дыни нельзя разрезать, надрезать, протыкать и как-то еще нарушать целостность их кожуры до того, как плод будет вымыт, - предупреждает Ирина Козий. - На поверхности немой арбуза обитает много микроорганизмов. Продавец, делая надрез, заносит их в мякоть. И в итоге вы можете получить проблемы с животом, которые потом многие объясняют «перебором с нитратами».

И хранится надрезанный арбуз (или дыня) меньше. Если вы его тщательно помойте! - разрежьте, в холодильнике держать можно не более двух суток. Без холодильника - максимум несколько часов. Целый же арбуз, с неповрежденной кожурой, в прохладном месте может лежать неделями.



Гид по ягодам
лета 2026 -
на нашем сайте

КСТАТИ

Астраханский хит

- Арбузы без косточек и с желтой или оранжевой мякотью лет пять назад считались экзотикой. Но сейчас это уже не так. Те, которые приезжают к нам зимой из Бразилии и Таиланда, - они как раз без косточек. А летом такие идут из Турции и России, - сообщила в эфире Радио «Комсомольская правда» (97,2 FM) **руководитель отдела аналитики и мониторинга «Фуд Сити» Ксения Малиновская**. - Но выбор основной части наших потребителей остается прежним - большой полосатый российский арбуз с косточками. Потому что у всех этих арбузов без косточек совсем не тот вкус.

По словам аналитика, российский покупатель чаще всего ищет традиционные отечественные сорта - астраханский, Холодок (плод нашей селекции, популярный из-за сочности и сладкого вкуса). Они обычно начинают поступать в продажу ближе к середине августа и остаются на прилавках еще в сентябре.

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

ЦЕНЫ В ТОРГОВЫХ СЕТЯХ

РОССИЯ В ЦЕЛОМ			
	Средняя цена за кг, руб.*	Изменение за год	Изменение с конца июня
Арбузы	82,6	+9,7%	-16,3% ▼
Дыни	171,7	+14,1%	-12,8% ▼
МОСКВА			
	Цена за кг, руб.*	Изменение за год	Изменение с конца июня
Арбузы	96,3	+17,1%	-23,8% ▼
Дыни	150,7	-3,8%	-30,2% ▼

По данным сервиса мониторинга цен «Ценозавр». Информация на конец июля. Приведены средние цены из торговых сетей.

ВОПРОС В ТЕМУ

А что с дынями?

Первые дыни, как и арбузы, нынче у нас появляются еще в разгар весны - из Ирана. В первой половине лета начинаются поставки из стран Средней Азии, а с конца июля ассортимент становится преимущественно российским.

По данным «Ценозавра», дыни в этом сезоне в целом по России активно дешевеют: начали еще в июле (см. «Только цифры»). А в Москве в конце июля уже в среднем стоили даже меньше, чем годом раньше.

Как занимаются
внуками наши
знаменитые
актрисы.

За кулисы к бабушке!



**Юлия Рутберг водит
внуков по музеям**

Марина Зудина и Мия - настоящие подруги

Актриса **Марина Зудина** (60) - бабушка Мии, которой через месяц исполнится шесть лет. Это дочка Павла Табакова от актрисы Софьи Синицыной. «Веселый, азартный и самый юный член нашей большой семьи» - так описывает характер своей внучки Зудина. Подписчики актрисы в соцсети сразу подметили, что Мия очень похожа на своего деда - Олега Табакова.

В вопросах воспитания детей Зудина не столько строгий родитель, сколько подруга: «У нас нет дистанции. Наверное, я и бабушка такая же. Друг - это человек, которому можно довериться, и эти отношения самые важные».



Личная страница Юлии Рутберг в социальной сети

Личная страница Марины Зудиной в социальной сети

Актриса **Юлия Рутберг** (61) - бабушка очаровательных Николь и Григория (дети ее сына Григория). Юлия говорит, что с внуками она бывает строгой, не сюсюкает, а развивает их: водит в музеи, читает книжки. «Не так важно научить детей читать, намного важнее научить детей обдумывать то, что они читают». Если к окончанию школы для детей все будет новостью, кроме компьютерных игр, это беда. Деньги родителей не спасут, считает Юлия Рутберг. Она очень здравая, правильная, можно сказать, идеальная бабушка, лишь бы почаще виделась с внуками. Тогда они точно вырастут хорошими, образованными людьми.

Алена Свиридова будет сочинять для Изабель песни

Около года назад певица **Алена Свиридова** (63) впервые стала бабушкой. «Позвольте представить вам мою внучку Изабель. Чтобы понять, каково это стать бабушкой, нужно обязательно взять (ребенка) на руки и законнектироваться... Мы с ней одной крови. Я ей пою колыбельные, она с удовольствием слушает. Улыбается. Буду сочинять ей песенки», - Свиридова опубликовала фото с внучкой на своей страничке в соцсети. Ради знакомства с внучкой Алена преодолела тысячи километров, улетев в Канаду к старшему сыну Василию. Ему уже 43.

Василий - сын Алены Свиридовой от первого брака. Он программист, живет в Ванкувере. Исполнительница хита «Розовый фламинго» стала матерью в 20 лет, когда, по ее признанию, еще не была готова к семейной жизни. Развелась. Сын Вася остался с отцом Сергеем Свиридовым и еще школьником переехал с ним в Канаду. У Алены, тогда начинающей певицы, на воспитание ребенка просто времени не оставалось, она строила карьеру, пробивалась на эстрадный олимп. Зато теперь, когда имя заработано, карьера в кармане, дети выросли, не растратившие чувства можно отдать внукам.



Личная страница Алены Свиридовой в социальной сети



Личная страница Алены Яковлевой в социальной сети

Алена Яковлева и Иванна «прошвыриваются» вместе

Четыре года назад у актрисы **Алены Яковлевой** (65) родилась внучка Иванна. Какая Алена бабушка?

- К сожалению, приходящая, - честно призналась нам актриса. - Очень загружена работой. Моя дочь Маша вышла на работу вскоре после рождения ребенка. Зять (артист и композитор Иван Замотаев) трудится без передышки. Я приезжаю к внучке при первой же возможности, если выпадает свободный день. Для меня нет ничего более позитивного, светлого и радостного, чем общение с Ивашей. Она невероятно обаятельна. И уже маленькая личность. В нашей семье все взрос-

лые - люди очень занятые. Поэтому есть няня. И еще ребенок ходит в детский сад. Иногда внучку подкидывают мне, она любит у меня ночевать. Я не классическая бабушка, которая печет пироги, но сказку рассказать, поиграть, порисовать - это в удовольствие. Внучка, конечно, требует внимания. Она говорит мне: «Что-то мы давно не прошвыривались». У нас свой ритуал - «прошвырнуться по «Детскому миру» или по игровым комнатам».

На фото - звездная бабушка (вверху), дочь актрисы **Мария Козакова**, ее муж, актер и музыкант **Иван Замотаев**, и их четырехлетняя Иванна.

КТО ЕЩЕ?

Внучке комедийной актрисы **Анны Ардовой** **Сашеньке** три годика.

«Я умираю от счастья, от любви. Когда у меня есть время, прибегаю, нянчусь. А самое классное в бабушке то, что ты можешь говорить: «Ты моя хорошая, любимая!» Капризничаешь? На (и отдаешь ребенка его родителям)», - поделилась Ардова о своем стиле воспитания. Анну Ардову (56) сделал бабушкой ее сын Антон Шаврин, тоже актер. Он женился в 23 года. Его избранницей стала актриса **Мария Боровичева**.



Мария Аронова (54) уже 11 лет как бабушка. Внучку Антонину ей подарил ее сын Владислав Гандрабура, замечательный артист, вместе с мамой он служит в Театре им. Вахтангова. Мария Аронова очень много работает. Главный источник сил, как признается актриса, - «это семья, где поддержка - без слов, любовь - без условий, счастье - в мелочах...».



Самая молодая бабушка - певица Слава (Анастасия Сланевская). Ей только 46, а у нее уже трехлетний внук Арсений (сын старшей дочери Славы - Александры).

В 43 года стала бабушкой телеведущая **Светлана Бондарчук**.

У ее сына Сергея в 2012-м родилась первая дочь, а спустя два года на свет появилась еще одна девочка. При этом Светлана - еще и молодая мама. В 2023 году у нее появился сын Петр (от суррогатной матери).



Татьяна ЗИМНЯЯ.

Денис КОРСАКОВ,
кинообозреватель «КП»

«Последний богатырь» 6+ сначала был просто фильмом, ввиду успеха стал трилогией, потом по ее мотивам сняли сериал. Еще выпустили фильм «Финист. Первый богатырь» 6+ о похождениях эффектного второстепенного персонажа. Сейчас вышел «Последний богатырь. Колобок» 6+, отдельная история про еще одного героя второго плана (смотрите в кино с 6 августа).

И У ТЕБЯ, СУТУЛОГО, ЗАБЕРЕТ ТУЛОВО

Колобок и в русской сказке-то был активным и самонадеянным персонажем, а в фильмах «Последний богатырь. Корень зла» 6+ (2020) и «Последний богатырь. Посланник тьмы» 6+ (2021) стал совсем неудержимым, буйным и хамоватым. У него, конечно, нет человеческого тела, но оно ему и не нужно - он мечется по воздуху со скоростью метеорита. Трудно было преодолеть соблазн заработать на таком ярком существе еще несколько сотен миллионов рублей - и был снят фильм о том, как его, собственно, испекли и что с ним было потом.

Испекла его одна девушка с исключительно некрасивым лицом. Больше всего на свете она мечтала похорошеть и однажды явилась за консультацией в комнату с волшебными зеркалами (у всех этих зеркал есть характеры и женские лица, самое умное содержит в своей раме

Елену Подкаминскую, самое говорливое и простецкое - Татьяну Догилеву). В общем, девочку научила магическому ритуалу: надо замесить тесто на живой воде, испечь колобка, а потом зарезать его специальным кинжалом и съесть. Колобок чудом спасается, но прибегает к разбойникам под предводительством Власа (по прозвищу Волк (Гоша Куценко)).

Получивший у бандитов дурное воспитание Колобок тоже сталкивается с волшебным зеркалом и узнает способ вселиться в тело живого



Хлебобулочка с переулочка

Он дурно воспитан и самонадеян. Зато не знает страха и всегда за любую движуху. В прокат вышел байопик про того самого Колобка!



Испекла Колобка Лада, в которую влюблен пекарь Тихон (Мила Ершова и Дмитрий Журавлев, фото сверху). А дерзости он нахватался у разбойника Волка (Гоша Куценко).

человека. Надо сказать «У этого сутулого забираю тулово!», а чтобы выскочить обратно - «Жу-жу, выхожу!». Выбрать можно только одного несчастного, но зато уж потом в него можно вселяться и выселяться, сколько заблагорассудится.

Колобок, конечно, хочет переместиться в признанного секс-символа страны Белогорье Финиста (Кирилл Зайцев), но по ошибке попадает в пухлого недотепу-пекаря Тихона (у героя Дмитрия Журавлева говорящее имя, он нерешительный и терпила).

ХМУРИТЬСЯ НЕ НАДО, ЛАДА

Чуть ли не первая реплика, с которой Колобок заходит на экран: «Я люблю две вещи: поколачивать разбойников и носить красивые сапоги. Но, как видите, ног у меня нет!» Вот на это «я люблю поколачивать» не способен даже искусственный интеллект, которого так боятся киноманеры - тут необходим мозг живого и вполне себе глухого сценариста. Который потом заставит Колобка в разговоре с ребенком осекаться на недетском слове «страхолоудина», а потом спокойно употреблять в качестве замены «свинорыльница». И придумает для него возглас: «Пшено вопрос!»

В общем, Колобок, Тихон и довольно странная девушка Лада, в которую увалень-пекарь влюблен, отправятся в долгое и путаное странствие. Окажется, что Лада и есть та самая некрасивая девушка, которая Колобка когда-то испекла и не съела. И что на самом деле она красавица с внешностью отличной актрисы Милы Ершовой - просто все отражающие поверхности показывают ее уродливым. Довольно остроумная находка, позволяющая

Тихону артикулировать одну из главных мыслей фильма: «А сколько на свете людей, которые без всякого проклятия на себе красоты не видят?»

А ЭЛЕКТРИКУ КРАНТЫ

В своей одиссее Колобок и компания будут бесконечно сталкиваться с разбойниками, но главное - попадут в пещеру ежа, которые воспитан как медведь и искренне убеждает себя в том, что является медведем.

Еж при всей своей мультяшности неплохо нарисован, да и в принципе «Колобок» ни разу серьезно не вызывает желания залезть под кресло от стыда - он не лучше и не хуже других «Богатырей». Немного жаль, конечно, Гарика

Харламова, который озвучивает героя: он отличный комедийный артист, но проявить это может в основном на сцене Comedy Club. В кино ему приходится бесконечно произносить чужие слабые фразы, еще и рассчитанные на аудиторию 6+ («Колобок» в этом смысле не худший случай - вот на «Возвращении попугая Кеши» было реально больно не только зрителю, но, похоже, и самому актеру).

И все-таки истерика, развернувшаяся вокруг «Колобка» (из-за его выхода перенесли на две недели пиратский релиз «Человека-паука» 12+, разъяренные подростки обрушили на режиссера и актеров волну хейта, а потом режиссер вступил в упоительный диспут с каким-то электриком, которому не понравился трейлер, начал искать в Сети фото-примеры его работ и в самых изысканных выражениях оценивать их качество), гораздо смешнее этого фильма. Думаю, и Гарик Харламов, изучая скриншоты (переписку потерял), наконец-то улыбнулся - впервые за все время работы над «Колобком».

ЧТО ЕЩЕ ПОСМОТРЕТЬ?

Смешарики летят на Марс по воле Сергея Лукьяненко

«Смешарики. Сквозь вселенные» 6+ - это научно-фантастическая комедия и уже четвертая полнометражная картина во франшизе про говорящих пушистых кругляшей.

Фильм сочетает анимационные сцены с игровыми эпизодами: однажды Крош и Ежик обнаруживают необычное устройство - благодаря ему они оказываются на космическом корабле, который летит на Марс. Там с героями

происходит неожиданная метаморфоза - они принимают человеческий облик.

Сценарий написал Сергей Лукьяненко. В ролях: Людмила Артемьева, Иван Агапов, Александр Лыков, Ян Цапник, Николай Добрынин, Надежда Михалкова, Тимофей Кочнев, Александра Устюгов. В прокате с 6 августа.



Сергей Лукьяненко придумал, что смешарики превратятся в людей.



В фильме есть и мультяшные сцены, и игровые.



Михаил ЗИМН/ФК «Родина»

Знакомьтесь -
Артур Гарибян!
20-летний
воспитанник
«Родины» вышел
на замену
и дважды наказал
«Зенит».



Все новости
спорта - на KP.RU/
SPORTS



Будем «Родину» любить и на стадион ходить

**Евгений НЕСЫН,
Сергей КИРИЛЛОВ**

**Новичок РПЛ
сенсационно обыграл
«Зенит» - 2:1.**

Громкая сенсация: дебютант высшей лиги московская «Родина» победила чемпиона страны на его домашней арене в Санкт-Петербурге и заставила говорить о себе.

А начиналось для «Зенита» все очень неплохо. Максим Глушенков открыл счет на 23-й минуте, оформив уже 50-й гол в Российской премьер-лиге. Каза-

лось, хозяйка спокойно доведут дело до победы.

«Родина» в первом тайме почти не атаковала, но оборонялась организованно. Волков несколько раз выручил команду после ударов с угловых и штрафных.

После перерыва Хуан Диас выпустил Гарибяна и Бакаева, и «Родина» сразу прибавила в остроте. На 59-й минуте Гарибян головой замкнул подачу. Судья сначала отменил гол, но после просмотра VAR засчитал взятие ворот - 1:1.

Через шесть минут последовал второй гол. Бар-

риос потерял мяч на своей половине, Бакаев отдал проникающий пас, и Гарибян пробил низом мимо выбежавшего Адамова - 1:2. «Зенит» побежал отыгрываться, но моменты Соболева, Барриоса и Глушенкова били мимо. В концовке Сергей Семак бросил в бой Ерохина и Дугласа Сантоса, но «Родина» грамотно закрыла пространство и довела матч до победы. Вот вам и дебютант!

А главным героем стал 20-летний нападающий «Родины» Артур Гарибян, который был не только

признан лучшим игроком матча, но и установил новое достижение - стал первым футболистом, оформившим дубль на стадионе «Газпром Арена» за гостевую команду после выхода со скамейки запасных. Потом воспитанник «Родины» заявил, что не хочет останавливаться на достигнутом: «Я хочу большего. Для меня Российская премьер-лига - не предел. Я хочу большего. Поэтому спокойно отреагировал», - объяснил Артур, почему он очень сдержанно праздновал свои голы.

КСТАТИ

«Быки» забодали «Спартак»

«Краснодар» в Москве переиграл «Спартак» - 2:1 и единолично возглавил таблицу РПЛ после трех туров.

А ведь матч на стадионе «Спартак» начался с шока для гостей. Угальде открыл счет практически с первой атаки. Но реакция «Краснодара» оказалась мгновенной. Уже через три минуты Оласа восстановил равенство, а еще через шесть Батчи вывел южан вперед. Три гола за 11 минут - и характер игры был задан.

Полузащитник «Краснодара» Никита Кривцов, отметившийся голевой передачей и признанный лучшим игроком встречи, сравнил противостояние с войной.

- У нас со «Спартаком» всегда самые сложные матчи. Игра выдалась не то что нелегкая - это было как война. И у нас, наверное, в голове больше сидело то, что мы проиграли им в финале Кубка России. Думаю, что против «Спартак» ребята всегда



Александр ВИЛЬЮ/РИА Новости

Мирлинда Даку впервые бился в майке «Спартак», пока не слишком удачно...

хотят выиграть, и именно на этом стадионе всегда получается, - сказал Кривцов в эфире «Матч ТВ».

Для «Спартак» два пропущенных мяча стали настоящим ударом. Хуан Карлос Карседо признал, что команда после двух быстрых голов оказалась в шоке, и публично извинился перед болельщиками. Главный тренер отдельно прокомментировал дебют

Мирлинды Даку, который только что перешел в «Спартак» из «Рубина» за 11 млн евро.

- Ему необходима адаптация к нашему стилю игры. Он неплохо может играть и смотреться в паре с Угальде. В будущем он нам сильно поможет. Он помог команде, был достаточно опасен, в воздухе помогал, был у него момент в штрафной, - сказал Карседо.

Турнирная таблица

	И	О
1. Краснодар	3	9
2. Зенит	3	6
3. Спартак	3	6
4. Балтика	3	6
5. Динамо (Мх)	3	6
6. ЦСКА	3	5
7. Ростов	3	4
8. Динамо (М)	3	4
9. Рубин	3	4
10. Оренбург	3	4
11. Родина	3	3
12. Локомотив	3	2
13. Кр. Советов	3	2
14. Ахмат	2	1
15. Акрон	3	1
16. Факел	2	0

Результаты 3-го тура чемпионата РПЛ

«Рубин» - «Оренбург» - 1:1
«Спартак» - «Краснодар» - 1:2
«Зенит» - «Родина» - 1:2
«Динамо» (М) - «Динамо» (Мх) - 3:1
ЦСКА - «Ростов» - 0:0
«Локомотив» - «Акрон» - 0:0
«Крылья Советов» - «Балтика» - 0:2

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Сергей СТЕПАШИН:

С тренером все будет ясно после первого круга



Владимир ФЕДОРЕНКО/РИА Новости

Александр Овечкин пришел на стадион с сыном, и динамовцы сразу победили.

**Александр ГАМОВ,
Кирилл СЕРОВ**

В 3-м туре чемпионата РПЛ московское «Динамо» дома победило своих одноклубников из Махачкалы - 3:1. О первой победе бело-голубых в новом чемпионате «КП» рассказал член совета директоров московского клуба.

- **Сергей Вадимович, видели, как вас с голом поздравлял Александр Овечкин, который был на трибуне. Вы его пригласили?**

- Нет, Овечкин всегда ходит на футбол, когда он в Москве, причем ходит со своим сынишкой. Вот после перерыва я ему говорю: «Саш, что-то у нас не получается. Давай-ка возглавь хоккейное и футбольное «Динамо», тренером». Он говорит: «Ну, два клуба я не потяну». Ну, конечно,

посмеялись мы. Но он же в спорте понимает прекрасно, должны быть душа, сила, воля. Вот. И вы обратили внимание, как его принимал стадион?

- **Да, аплодисментами. А с сынишкой вы тоже пообщались?**

- Да, я ему говорю: «За кого будешь болеть?» Он говорит: «За «Динамо». Я говорю: «За два «Динамо»? А он: «Ну конечно, за Москву».

- **А как вам вообще игра? Долго не могли забить, помог молодой Тимофей Маринкин. Это его первый гол за «Динамо»?**

- Да, первый. Я думаю, что у него впереди еще очень много забитых мячей, это сегодня один из лучших наших воспитанников. Конечно, минут за 20 до конца матча были большие переживания. И эти первые два гола были очень важны для команды.

- **Маринкин был признан лучшим игроком матча. Может быть, у нас растет свой футбольный Овечкин? Почему у нас в футболе давно нет ярких звезд?**

- Ну вот появляются, слава богу, мы же видим их. Я очень надеюсь и на Костю (Тюкавина), его, конечно, «Зенит» немножко развратил. Честно скажу, сегодня было непонятно, чем он занимался на поле. Маринкин - да, замечательно. И Окишор сегодня очень неплохо сыграл. У нас много хороших молодых игроков.

- **А как вам работа нового тренера Сандро Шварца - динамо-машина что-то долго заводится?**

- Насчет нового тренера все будет ясно после первого круга, а пока еще рано говорить. Но он наш тренер, и мы его во всем поддерживаем.

МИСС
КУПАЛЬНИК «КП»Евгения МОСКОВИНА,
Барнаул:

-Замужем, трое детей. Всегда в движении: спорт, прогулки, путешествия. Люблю возиться в саду с цветами и вязать для релакса. А еще хочу освоить навыки модели, чтобы сбылась моя детская мечта!

Виктория
АНДРЕЯНОВА,
модельер:

- Высокая талия на плавках - мой любимый крой по чисто практическим причинам. Она держит форму весь день, и в воде, и на суше. Черный треугольный лиф на светлой окантовке удлиняет корпус за счет контраста. Белая рубашка, платок в черно-белую полоску и туфли на каблук - чтобы перейти от воды к аперитиву без переодевания.

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



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

АНЕКДОТЫ

- А я однажды катался на «Бентли»!

- На красный перебежал?
★ ★ ★

Нейросеть уже способна рисовать картины, как настоящий художник. Но уехать в Питер во время творческого кризиса и там уйти в запой - это ей пока не по силам.

★ ★ ★

- Изя, а шо, правда, шо ты бандитам отдал всё золото и деньги?

- Таки да. Они вставили в зад паяльник, а на пузо уют и подключили к току!

- И ты сразу отдал?

- А шо, ждать, пока за свет накрутит?

★ ★ ★

Современные родители иногда обещают ребенку сыпать по месту принятия решений.

★ ★ ★

В детстве смеялся над басней Крылова про стрекозу и муравья... Не понимал, как можно не заметить, что прошло лето. Сейчас не смешно.

★ ★ ★

Чтобы женщину оценили, ей и в горящую избу, и коня на скаку... Хорошо нам, мужикам: вымыл посуду - и герой!

★ ★ ★

Как мне подсказали, любовницу в телефоне лучше всего записывать под именем «Номер не определен».

★ ★ ★

- Я тебя люблю! Делай со мной что хочешь.

- Я хочу с тобой делать котлеты.

★ ★ ★

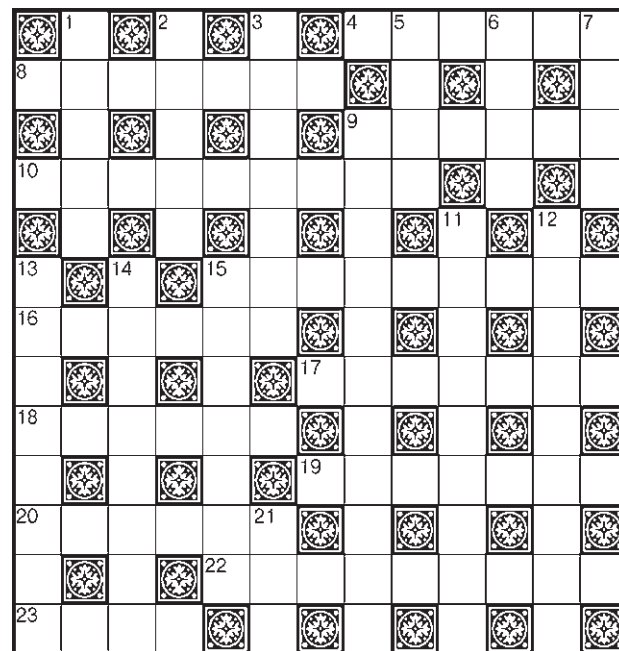
Грыз гранит науки

За куском кусок.

В результате в почках -

Камни и песок.

КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



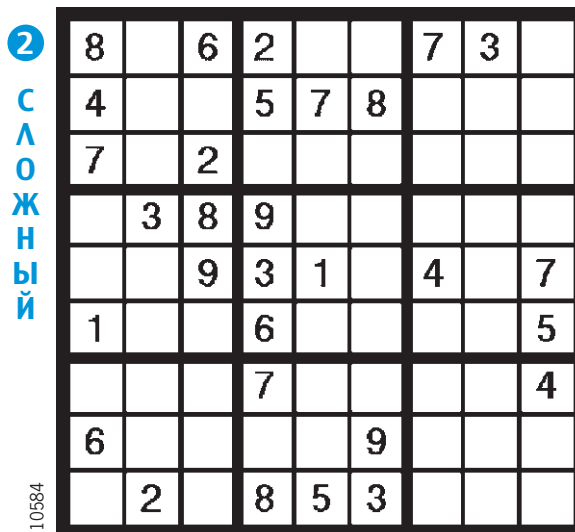
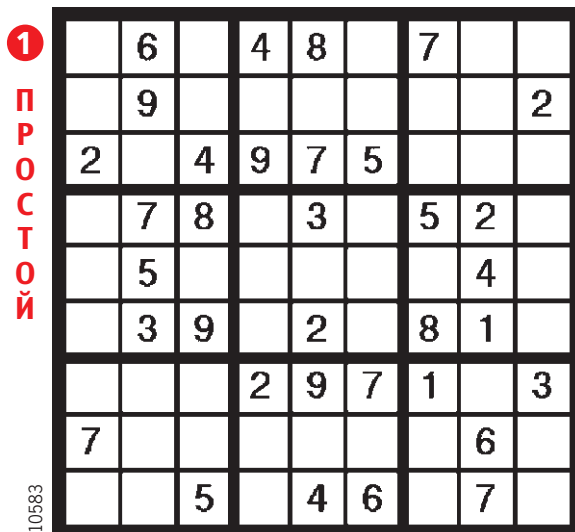
ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Штраф за хоккейные грубости. 8. Какой музыкальный инструмент упоминают, когда хотят выразить своеобразие к данному вопросу? 9. Немецкий мечанин. 10. В каком парламенте выступал российский писатель Даниил Гранин? 15. Рассказ очевидца происшествия. 16. Главный разбойник. 17. «Шалаш класса люкс». 18. Какой пес заставил побегать Труса, Балбеса и Бывалого? 19. Выхлоп хохмача. 20. Кто здоровье ремонтирует? 22. Пострадавший, обратившийся за помощью к блюстителям порядка. 23. Основа музыкального движения.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. «Не путайте мужчин с крепост-

ными, они от этого быстро устают» (эстрадная звезда). 2. Кого писательница Симона Бовуар считала «самой раскрепощенной девушкой Франции»? 3. Полный. 5. Что собой представляет произведение Ман Рэя «Подарок» с гвоздями в подошве? 6. Расшифровка последней буквы КХЛ. 7. Карточная игра для интеллектуалов. 9. Стиль жизни весельчака. 11. Кто стал возлюбленной булгаковского Мастера? 12. «Верхний этаж» дробы. 13. Чародей во главе «Хогвартса». 14. «Нет лица, одна личина, гипсоватый ...». 15. Что собой представлял легендарный «Пыхтящий Билли»? 21. Куда ведет праведная жизнь?

ОТВЕТЫ ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Буллит. 8. Барабан. 9. Бюргер. 10. Бундестаг. 15. Показание. 16. Атаман. 17. Бунгало. 18. Барбос. 19. Острога. 20. Доктор. 22. Завятырь. 23. Ритм. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Рай. 2. Числитель. 3. Пансион. 5. Утюг. 6. Лига. 7. Терп. 9. Балалуство. 11. Маргарита. 12. Числитель. 13. Дамблдор. 14. Фабрика. 15. Паровоз. 21. Рай.

СУДОКУ ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПОГОДА В НОВОСИБИРСКЕ ЗАВТРА, 13 АВГУСТА

Ночью: +18...+20

Днем: +24...+26



Ветер северо-западный,
1 - 3 м/с,
порывы 7 м/с

Атмосферное давление -

744 мм рт. ст. (норма - 747)

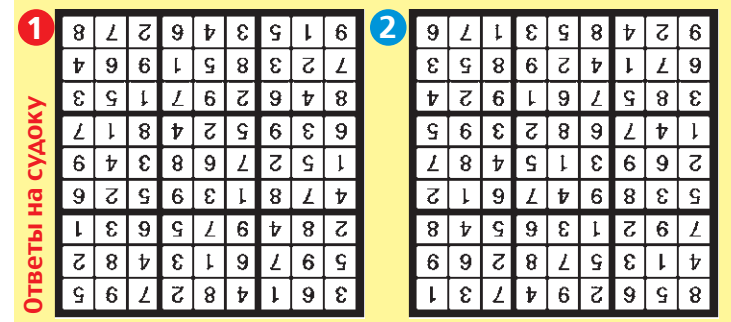
Влажность воздуха - 55%

(норма 66%)

Геомagnetный фон спокойный

Луна - новолуние

ПОДРОБНЕЕ О ПОГОДЕ СМОТРИТЕ НА НАШЕМ САЙТЕ KP.RU



ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор,
генеральный директор
Олеся Вячеславовна
НОСОВА.

Шеф-редактор
Е. САЗОНОВ.

Автор современной
версии издания -
Владимир Николаевич
СУНГОРКИН.

Ведущий редактор
номера Н. АНДРЕАССЕН

АДРЕС РЕДАКЦИИ, ИЗДАТЕЛЯ:
«Комсомольская правда»,
Новосибирская, 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

ВЫПУСК ПОДГОТОВЛЕН НОВОСИБИРСКИМ ФИЛИАЛОМ АО «ИД «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Директор филиала - Г. А. ПОПОВА.

E-mail: kp.nsk@phkr.ru

630091, Новосибирск, ул. Советская, д. 64, 10-й этаж.
ТЕЛЕФОНЫ: приемная - (383) 289-90-85, редакция - (383) 289-91-00, 289-91-06, рекламный отдел - (383) 289-99-44, служба распространения - (383) 289-91-10.

ISSN 0233-433X Индексы П1101, ПМ976. Тип. №

Главный редактор «КП» - Новосибирск -

Т. В. Соловьева.

Газета отпечатана в типографии АО «Советская Сибирь»,

г. Новосибирск, ул. Немировича-Данченко, 104.

Время подписания в печать по графику - 21.00,

фактически - 20.30

Тираж этого номера: 167 679 экз.

Цена свободная

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



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

Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре,
свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

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