

Виктор БУТ:

Американцы уже поняли, что наша страна воюет на Украине за будущее человечества

Читайте на стр. 15 ▶



**РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА**

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

Как ответим киевскому режиму за удар по курорту на Черном море

Аналитика от нашего военкора
radiokp.ru Александра Коца, 20:00



**КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА**



Основана в мае 1925 года

Среда, 5 августа
№ 57-с (27803-с)/2026 год

Газета нашего региона ★ Кубань

КР. RU 1 456 948
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Отдыхавший на пляже врач спасал людей после обстрела ВСУ

Александр Шишкин загорал в Архипо-Осиповке с друзьями, когда дроны атаковали туристов, и бросился помогать пострадавшим.



Читайте на стр. 2 ▶



Личная страница Леры Кудрявцевой в социальной сети

Спортсмены предпочитают постарше

Екатерина ИНОЗЕМЦЕВА

Знаменитые женщины, выбравшие себе в спутники жизни молодых футболистов, хоккеистов и фигуристов.

Продолжение на стр. 13 ▶

Жара вернется в край после ливней

Наталья КОЖЕВНИКОВА

К концу недели регион ждет пекло.

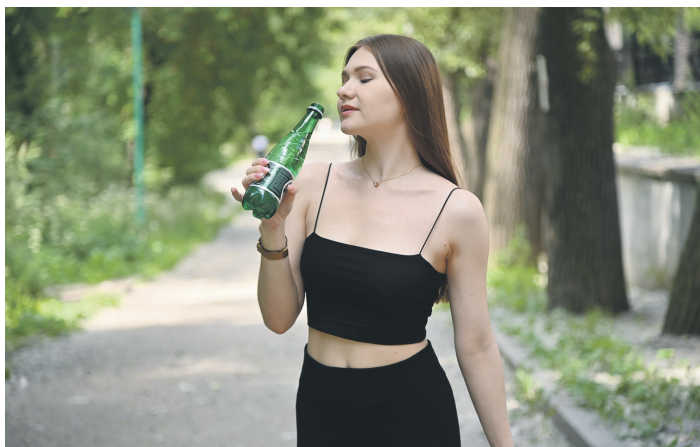
Изнуряющая жара временно отступила под натиском штормового фронта с грозами и градом. Однако уже к выходным воздух в регионе снова раскалится почти до 40 градусов.

С 4 августа начались изменения в барическом атмосферном поле, в связи с чем вновь ожидаются локальные кратковременные дожди с грозой, возможно, где-то с градом и шквалистым усилением

ветра, - рассказала начальник отдела гидрометеобеспечения Краснодарского гидрометцентра Вилия Тукаева.

Вчера был день с самой низкой температурой на этой неделе. Благодаря затку прохладного воздуха и облачности столбики термометров в крае не превышали скромных для августа +29 градусов.

В связи с прохождением холодного атмосферного фронта метеорологи объявили штормовое предупреждение, которое действует 5 августа. В крае ожидаются локальные дожди с грозами, местами возможен град и шквалистые по-



Ольга ЮШКОВА

рывы ветра. На Черноморском побережье сохраняется повышенная опасность формирования смерчей над морем.

Но передышка от жары окажется недолгой. Фронт пройдет бы-

стро, а температура начнет стремительно расти. Если в среду воздух прогреется до +32 градусов, то к концу рабочей недели столбики термометров опять устремятся вверх. И снова будет +37 в тени.

Движение на Фадеевском мосту в Краснодаре откроют в сентябре



Читайте на стр. 3 ▶

Отдыхавший на пляже врач спасал людей после обстрела ВСУ



Клиника «Сокол»



Сергей НАДЕЖДИН

Александр Шишкин до поздней ночи помогал своим коллегам-врачам в больнице Архипо-Осиповки.

Евгения ОСТРАЯ

Александр Шишкин из Ростова-на-Дону загорал в Архипо-Осиповке с друзьями, когда дроны атаковали туристов. Не побежал, не прятался - а сразу же бросился помогать пострадавшим.

3 августа, около 9 утра. Пляж в Архипо-Осиповке только начинал заполняться. День обещал быть одним из самых знойных за неделю - столбик термометра уже к 8 утра перевалил за +30. Многие семьи с детьми пришли пораньше, чтобы успеть занять место у воды, пока солнце не стало совсем палящим. Родители расстелили полотенца, дети возились у кромки прибоя, кто-то пил кофе в шезлонгах. Обычное курортное утро.

В небе над бухтой в этот момент начали кружить два беспилотника. По словам очевидцев, один сбили - он упал в стороне. Второй резко изменил курс, вынырнул из-за скалы и рухнул прямо в туристов на пляже. Взрывной волной мелкие камни превратились в шрапнель, которая поранила десятки людей.

«СТРАШНЕЕ СМЕРТИ РЕБЕНКА НИЧЕГО НЕТ»

В то утро на пляже загорал и 36-летний врач-реаниматолог из ростовской частной клиники «Сокол» **Александр Шишкин**. Он приехал в Архипо-Осиповку в отпуск с друзьями, семьи и детей у мужчины пока нет. Компания находилась примерно в 300 метрах от места, куда сначала упал первый дрон, а затем и второй.

- Не скрою, первое желание было - бежать куда глаза глядят, - рассказывает «Комсомолке» Александр. - Но когда я увидел, что дрон упал прямо на людей, а там были семьи с детьми, сразу побежал туда. Времени на раздумья просто не было, надо было спасать людей.

Врач кинулся к маленькому мальчику, лет четырех.

- Он был тяжело ранен. В это время подбежал и еще один мужчина, он тоже был на пляже. Кто именно он - не знаю, мы с ним особо не говорили, знаю только, что тоже врач, но военный, - говорит Александр. - Была паника, люди кричали.

Оба действовали синхронно - пытались реанимировать самых тяжелых раненых. В первую очередь детей.

- Мы делали все что могли, но травмы троих детей оказа-

лись слишком тяжелыми. Спасти их не удалось. Это второе за мою практику столкновение со смертью ребенка. Страшнее ничего нет, - вздыхает Александр Шишкин.

ПЕЧАЛЬНЫЕ ЦИФРЫ

В результате атаки ВСУ по пляжу в Архипо-Осиповке погибли семь человек, из них трое детей. Двое ребятшек приехали на отдых из города Шахты Ростовской области. Один - из Москвы. Ранения получили 58 туристов. В тяжелом состоянии остаются девять человек, включая троих детей.

ЭВАКУИРОВАЛИ ТУРИСТОВ

На пляж стянулись машины скорой. Они увозили пострадавших.

- Дальше мы вместе с фельдшером подъехавшей скорой начали эвакуировать других - по очереди загружали их в машины, перевязывали прямо на гальке. Одной женщине осколок камня перебил бедренную артерию, кровь шла сильно. Александр наложил жгут и прижал повязку руками, не отпуская, пока не подоспели носилки. Он работал без па-

уз, не обращая внимания на взрывоопасные обломки дрона, лежавшие рядом, - пока всех тяжелых не увезли.

РАБОТАЛ ДО ПОЗДНЕЙ НОЧИ

Врач сам помогал грузить носилки, а затем сел в одну из карет, чтобы продолжать помощь по дороге и в больнице Архипо-Осиповки. В приемном покое раненые поступали один за другим, многим требовались перевязки. Александр Шишкин взялся помогать коллегам. Вместе с фельдшером он сортировал поступающих, накладывал давящие повязки и жгуты - не отходя от приемного стола до тех пор, пока поток не иссяк. И пока всех не перевязали и не распределили по палатам, из больницы не уехал. Был уже поздний вечер.

А сам реаниматолог рассказал, что пляжные спасатели тоже помогли выносить людей из зоны трагедии, действовали четко и правильно.

Среди спасателей был и мой земляк из Ростова **Артур**, он на руках относил к машинам скорой пострадавших, - рассказал врач.

И хотя у Александра Шишкина оставалась еще неделя отпуска, он вернулся домой в Ростов.

А В ЭТО ВРЕМЯ

Два брата выносили раненых

Оксана КАДОЧНИКОВА

Мужчины живут в Архипо-Осиповке и, когда услышали взрыв, не остались в стороне.

Спасали пострадавших в тот день не только медики, но и местные жители. 30-летний **Евгений Финаев** сам родом из Архипо-Осиповки, живет в Краснодаре несколько лет, работает отделочником. Он приехал на курорт, чтобы навестить родственников и отдохнуть. Утром 3 августа ему позвонил брат **Богдан** и сказал, что по пляжу ударил беспилотник и, возможно, нужна помощь.

- Там рядом есть кафе, которое держит наш родственник, мы решили съездить и проверить, как он, - рассказал Евгений.

К счастью, здание стояло целое. Но помощь братьев все-таки понадобилась. На пляже были десятки раненых. К ним на помощь уже бросились пляжные спасатели и де-вушки-медики.

- Мы просто брали все, что попадалось под руки, и делали из этого жгуты. Срывали с сумок ручки, находили какие-то удлинители. Задача была остановить кровопотерю, - говорит Евгений.

За считанные секунды мужчина вспомнил школьные уроки ОБЖ. Подсказывал и брат Богдан. Он умеет оказывать первую медпомощь, служил в полиции.

- Пострадавших мы перенесли в тени, сотрудники кафе обеспечивали их водой, приехали еще парни на машинах, чтобы отвозить раненых в больницы. Среди тех, кто предоставил автомобили, были **Сергей Новиков** и **Сергей Батищев**. Оба - местные жители. Многие не могли встать и идти после того, как в них попали осколки. Мы несли людей до машин на шезлонгах. Носилок-то не было. Использовали все, что было под рукой. И все объединились, быстро все получилось, - говорит Евгений Финаев.

После того как людей грузили в машины, водители везли пострадавших в местную больницу. Часть из них передали медикам уже в пути.



Личный архив

Богдан Бычков (слева) и Евгений Финаев кинулись на помощь людям.

АКТУАЛЬНО

Николай ГРИЦЕНКО:

Скорбим по погибшим, еще больше сплотимся против украинских детоубийц

Террористическая атака на мирных граждан на пляже Архипо-Осиповки еще раз показала звериное лицо украинских неонацистов, отметил **секретарь реготделения «Единой России» Николай Гриценко**.

С первых минут пострадавшим оказывалась помощь, в больницы вывозились раненые. По поручению **губернатора Кубани Вениамина**

Кондратьева все пострадавшие сейчас получают необходимую медицинскую помощь в стационарах краевых больниц. На месте всю работу координировал **глава города-курорта Геленджик Алексей Богодистов**.

- Мы сегодня едины в стремлении защитить и помочь нашим гражданам пережить эту террористическую атаку. Я хотел бы выразить слова огромной

благодарности всем, кто в такие страшные минуты кинулся на помощь ближнему. Достоин поступок врача из Ростова-на-Дону: анестезиолог Александр Шишкин в момент удара был на пляже. Одним из первых бросился на помощь: оказывал раненым первую помощь, а после помогал в больнице Архипо-Осиповки. И таких примеров немало. От лица регионального отделения

«Единой России» выражаю глубокие соболезнования близким погибших и пострадавших. Пусть общая поддержка станет для вас моральной опорой в эти тяжелые дни. Скорейшего выздоровления всем, кто сейчас находится в больницах, - отметил секретарь регионального отделения «Единой России», первый вице-спикер ЗСК Николай Гриценко.



К поклонному кресту у храма Александра Невского в Краснодаре несут цветы в память о погибших в Архипо-Осиповке.

Сквер Пограничников в Краснодаре обновят

Работы планируется закончить осенью.

Иван ДЕМИДЧЕНКО

Глава Краснодара Евгений Наумов проверил ход благоустройства второй очереди сквера Пограничников в микрорайоне Гидростроителей. Работы ведутся в рамках федерального проекта «Формирование комфортной городской среды» национального проекта «Инфраструктура для жизни».

На данный момент завершены демонтажные работы. В ходе реконструкции строители столкнулись с неучтенными ранее инженерными коммуникациями. Однако, по словам мэра, это не должно повлиять на завершение проекта.

Благоустройство необходимо выполнить качествен-



Администрация Краснодара

Евгений Наумов отметил, что благоустройство необходимо выполнить качественно и в срок.

но и с соблюдением сроков. Осенью территория должна преобразиться. За обновление сквера по нацпроекту проголосовали сами жители, с ними был согласован дизайн-проект, и они ждут результата, - отметил Евгений Наумов.

Реконструкция территории проходит в три этапа. Сейчас специалисты прокладывают кабельные линии для системы наружного освещения и автоматического полива, делают пешеходные дорожки и продолжают подготовку территории, включая подсыпку грунта.

В рамках проекта в сквере уложат около 2,8 тысячи квадратных метров тротуарной плитки, установят новые бордюры, 25 скамеек и столько же урн.

Особое внимание будет уделено озеленению. На терри-

тории появится около восьми тысяч квадратных метров газонов, высадят деревья и кустарники. Уже растущие деревья защитят специальными приствольными решетками.

Как отметил директор департамента городского хозяйства и ТЭК Сергей Пелих, обновленный сквер станет не только комфортнее, но и безопаснее. Здесь установят камеры видеонаблюдения, а освещение будут обеспечивать более 70 современных светильников.

Общая площадь благоустраиваемой территории составляет 10,7 тысячи квадратных метров. Работы стартовали в мае и, согласно графику, должны завершиться осенью.



Рустам НАРХОДЖАЕВ/«Комсомольская правда»

КСТАТИ

Она почти готова к открытию.

В станции Старокорсунской завершается строительство современной многофункциональной спортивной площадки. Она расположена на улице Придорожной. Строительство ведется в рамках программы инициативного бюджетирования.

Основная часть работ уже выполнена. Специалисты оборудовали площад-

В Старокорсунской появится спортивная площадка

ки для игры в мини-футбол и баскетбол, установили уличные тренажеры и спортивный комплекс для занятий воркаутом. В ближайшее время здесь также появится система видеонаблюдения.

- Мы продолжаем создавать в Краснодаре современные спортивные объекты не только в центре города, но и в

сельских округах. Жители помогают нам своей инициативой, ведь возможность поиграть с друзьями, потренироваться после работы или активно провести время с семьей должна быть в каждом уголке города, - прокомментировал заместитель главы Краснодара Денис Ярченко.

Еще одна спортивная площадка появится в микрорайоне Сады Калина. Новый объект разместят на пересечении улицы Тувинской и переулка Цветного. Уже подготовлено основание для установки спортивных тренажеров.

Обе площадки создаются благодаря механизму инициативного бюджетирования. Этот формат позволяет жителям предлагать собственные проекты благоустройства и участвовать в развитии общественных пространств.

Именно по инициативе горожан в Краснодаре ежегодно появляются новые благоустроенные территории, отметили в пресс-службе администрации кубанской столицы.



Администрация Краснодара

На площадке можно будет поиграть в футбол или баскетбол, а также позаниматься на тренажерах.

ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Новый театр кукол откроется в середине 2027 года

Завершается первый этап капремонта.

Первый этап капитального ремонта Нового театра кукол на улице Ставропольской в Краснодаре вышел на финишную прямую. Степень готовности превышает 90%. Ход работ во время выездного совещания проверил глава города Евгений Наумов.

На данный момент завершены работы по усилению несущих стен, ремонт кровли и межэтажных перекрытий, замена оконных конструкций и инженерных коммуникаций. Мэр отметил, что капремонт необходимо сделать качественно и вовремя.

- Это место с богатой историей. Здесь многие краснодарцы с теплотой вспоминают свое детство и то, как, будучи детьми, впервые шли сюда на спектакли. Подходите к реконструкции с максимальной ответственностью, - сказал Евгений Наумов в разговоре с подрядчиком.

Специалисты уже приступили к восстановлению фасада. При этом исторический архитектурный облик здания сохраняют. В частности, будут отреставрированы колонны, барельефы, вывеска и декоративная лепнина внутри помещений.

В рамках капитального ремонта также обновят внутренние помещения, входные группы и двор театра. В ближайшее время начнется монтаж специального подъемника, который обеспечит маломобильным посетителям доступ на второй этаж.

Полностью завершить реконструкцию планируется в середине следующего года.

По словам первого заместителя начальника управления культуры Краснодара Ивана Лопушанского, после завершения работ театр получит современное техническое оснащение.

В большом зрительном зале установят 200 новых кресел с подъемно-откидным механизмом, смонтируют профессиональное театральное оборудование и обустроят режиссерскую рубку с единой системой управления постановками.

Кроме того, в театре появятся два современных проектора и две новые гримерные для артистов. Малый зал после обновления сможет принимать до 88 зрителей.

Первый этап капитального ремонта Нового театра кукол выполняется в рамках национального проекта «Семья» и регионального проекта «Семейные ценности и инфраструктура культуры».



Администрация Краснодара

Исторический вид здания будет сохранен.

ВАЖНО!

На Фадеевском путепроводе установили все балки пролетного строения

Движение будет разрешено уже в сентябре.

В Краснодаре продолжается реконструкция Фадеевского путепровода. Строители завершили монтаж всех балок пролетного строения и приступили к следующему этапу работ. Ход реконструкции проинспектировал глава краевой столицы Евгений Наумов.

Сейчас специалисты работают над устройством мостового полотна на двух полосах движения, а также готовят основание для будущего дорожного покрытия на подъездах к путепроводу.

- Фадеевский путепровод - главный маршрут к международному аэропорту Краснодара. Работы на нем находятся на особом контроле. Как

и планировали, в сентябре откроем автомобильное и троллейбусное движение по двум полосам путепровода, а до конца года - по всем четырем, - отметил Евгений Наумов.

Как сообщил заместитель главы города Владимир Архипов, в июле строители приступили к очередному этапу реконструкции. На перекрестке улиц имени Фадеева и 1 Мая ведется переустройство инженерных коммуникаций, включая сети канализации, электроснабжения, связи и газоснабжения. В связи с этим здесь временно изменили схему организации дорожного движения.

Параллельно заканчивается бетонирование подпорных стен путепровода. Кроме того, с правой стороны моста уже установили шумозащитный экран, который снизит уровень шума от движения машин.

Владимир МАЗЕНКО

Как искусственный интеллект поменял правила трудоустройства и что нужно знать, чтобы быстро найти работу мечты.

Возможно, вы слышали историю, как устроился на работу один из самых известных в мире специалистов в области рекламы Алекс Богуски. Не имея опыта, он стал сотрудником рекламного агентства, прислав его руководителям вместе со своим резюме визитку с одним закругленным уголком (дело было в 1980-х). И написал на ней: «На 25% безопаснее остальных визиток». Оригинальная самопрезентация так понравилась боссам, что Алекса тут же взяли в штат, а вскоре он стал креативным директором и совладельцем компании. Но сегодня визитку Богуски никто бы не увидел. Основную работу по подбору персонала теперь делают алгоритмы, которые и определяют ценность потенциальных сотрудников. И люди, которые полностью соответствуют требованиям работодателя, все чаще получают отказы в трудоустройстве. Почему так происходит и что с этим делать?

СЛОВО В СЛОВО

Автоматический отбор соискателей существовал и до появления ИИ. Агентства по найму давно используют «системы отслеживания кандидатов» (Applicant Tracking System, ATS) - специальное программное обеспечение, которое помогает HR-отделам быстро справиться с большим количеством откликов.

Принцип работы классических ATS - сверка информации в резюме соискателя с информацией, изложенной в описании вакансий. Причем нередко сверка дословная.

Простой пример. Компания ищет специалиста с опытом «проектный менеджмент». Кандидат может написать в резюме: «Руководил запуском нескольких продуктов». Смысл примерно тот же. Но система ищет конкретное словосочетание «проектный менеджмент», не находит его и безжалостно отсеивает соискателя.

Эту слабую сторону ATS понимают и работодатели. Поэтому они с энтузиазмом восприняли появление систем по подбору персонала, которые работают на базе искусственного интеллекта. Ведь ИИ производит впечатление, будто способен глубоко анализировать кандидатуры. Однако после появления нейросетей соискатели не перестали жаловаться на необъяснимые отказы.

ПОЧЕМУ БРАКУЮТ ХОРОШИХ КАНДИДАТОВ

1 Выросло количество фильтров.

Сегодня многие резюме проходят несколько уровней цифровой проверки: сначала на платформе по поиску рабо-

Что у нейросети на уме - у соискателя в резюме



Катерина МАРТИНОВИЧ - «КП» - Москва

ты, потом через внутреннюю ATS работодателя, а теперь добавился и третий фильтр - в виде ИИ-инструментов оценки качества кандидатов. То есть резюме проверяют сразу несколько автоматизированных систем, и его может вообще не увидеть ни один живой человек.

Проблема усугубляется тем, что многие HR-специалисты (люди, которые управляют персоналом) не умеют правильно настраивать ИИ-системы и задают слишком жесткие фильтры. В результате хороший кандидат может быть отсеян по формальным признакам.

- Обучайте рекрутеров работать с ИИ-инструментами и критически оценивать их рекомендации, - советует работодателям заместитель генерального директора сервиса Работа.ру Александр Ветерков. - ИИ может

сократить время, но не заменит интуицию и опыт рекрутера.

2 Искусственному интеллекту больше доверяют.

Алгоритмы с ИИ стали выглядеть умнее, чем обычные ATS. Они выдают уже что-то похожее на объективную оценку. Например: «Кандидат соответствует вакансии на 82%; вероятность успешной адаптации - высокая; карьерная траектория - нестабильная; вероятность увольнения в первые 12 месяцев - повышенная».

Выглядит это как профессиональный анализ уровня соискателя. Однако на деле это просто красиво упакованная статистика. Но впечатленный работодателем фактически позволяет системе самой принимать решение, а не подсказывать его.

3 Увеличилось пространство для ошибок.

ИИ оценивает гораздо больше параметров, чем ATS. Например, карьерную стабильность. Если кандидат сменил 4 компании за 3 года, алгоритм может посчитать его ненадежным. Хотя в реальности это мог быть человек, который занимался проектами или просто работал в такой отрасли, где частая смена позиций - норма. То есть если раньше система ошибалась на уровне слов, то теперь может ошибаться на уровне интерпретаций.

При этом у кандидата зачастую вообще нет шанса узнать о реальной причине отказа.

- Мы с моим клиентом - мужчиной 50+ - составили ему хорошее качественное резюме, - поделилась с «КП» HR-эксперт, карьерный кон-

ВОПРОС - РЕБРОМ

Из-за чего еще могут отказать в приеме на работу?

- Проблема необъяснимых для соискателей отказов со стороны компаний существовала и раньше, до появления автоматизированных систем, - рассказывает карьерный консультант Галина Бобкова. - Во-первых, потому, что не все требования можно указывать в вакансии (например, пол и возраст будущего сотрудника). Но если они не соответствуют ожиданиям работодателя, то такое резюме сразу уйдет в папку «отказать». Во-вторых, не все критерии отбора реально прописать в объявлении. В голове рекрутера они есть, но, если начать их все перечислять, вакансия займет несколько листов. Поэтому логика у отказов есть, но она не всегда понятна соискателям - и раньше, и сейчас.

сультант Галина Бобкова. - Опыт работы в ИТ-сфере у него больше 15 лет, но ему стали приходить отказы с формулировкой «у вас недостаточно опыта». Причем все эти отказы он получал через минуту после отправки отклика. Вот так работают автоматизированные системы. Работодатели вбили в них политкорректную причину «недостаток опыта», хотя отбраковка моего клиента у них шла явно по другому критерию.

ИИ ПРОТИВ ИИ

У поговорки «Против лома нет приема» есть продолжение: «...окромя другого лома». Вот и соискатели в ответ на происки ИИ тоже начали массово использовать нейросети - чтобы с их помощью писать резюме и взламывать систему умных фильтров работодателей. Но есть «побочки».

Одна из главных проблем ИИ-резюме - неуместный «улучшающий». Например, человек написал: «Помогал руководителю компании вести соцсети». ИИ превращает это в: «Разрабатывал digital-стратегию продвижения бренда и координировал маркетинговые кампании». Звучит красиво, но реальный опыт, мягко говоря, искажен. А бывает, что нейронка создает резюме с полностью выдуманными проектами.

- Главная проблема: они вылизаны, вычищены, - подтвердил нам Александр Ветерков, - и мы зачастую не можем понять, кто на самом деле перед нами, что это за специалист, а самое главное - есть ли вообще у него опыт.

Вторая проблема связана с оформлением. Сейчас модно делать красивые дизайнерские резюме - с графиками, таблицами, колонками и т. п. Но ATS-системы могут все это не «прочитать» из-за технических настроек и конфликта форматов.

ИНСТРУКЦИЯ «КП»

Как составить резюме с помощью нейронки

Правило 1.

Откликаясь на объявление, используйте в резюме те же формулировки. Например, если в вакансии написано: «Требуется менеджер с опытом ведения переговоров с клиентами и работы с дебиторской задолженностью», то в резюме нужно написать: «Вел переговоры с клиентами, контролировал дебиторскую задолженность». А не: «Занимался взаимодействием с заказчиками и финансовыми вопросами».

Правило 2.

Не полагайтесь на универсальное резюме для всех вакансий. Каждый отклик адаптируйте под конкретную вакансию.

Правило 3.

Откажитесь от сложного дизайна. Чем проще структура документа, тем выше вероятность, что ATS корректно считает все данные. Предпочтительные форматы: DOCX или PDF-файл, который создан из Word, а не как изображение.

Правило 4.

Названия разделов в резюме должны быть максимально стандартизированными: «Опыт работы», а не «Мой карьерный путь», «Образование», а не «Где я учился» и т. п.

Правило 5.

Обязательно указывайте конкретные результаты работы. Не «руководил отделом», а «управлял командой из 14 сотрудников». Не «занимался маркетингом», а «снизил стоимость привлечения клиента на 23 процента».

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



KP.RU

ИИ нам строить и жить помогает: чему учат на курсах по работе с нейросетями и кому это нужно - на сайте KP.RU



В Сочи реконструируют 20 спортивных площадок



Администрация Сочи

Иван ДЕМИДЧЕНКО

Работы планируется закончить до конца года.

Глава Сочи Андрей Прошунин проверил ход реконструкции спортивной площадки на улице Донской, расположенной рядом с Домом культуры «Юбилейный».

Работы на объекте идут в рамках программы по развитию спортивной инфраструктуры города. Как отметил Андрей Прошунин, в этом году в Сочи планируется обновить 20 спортивных площадок, при этом на шести объектах реконструкция уже завершена.

Мэр также отметил, что спортивные площадки становятся более безопасными,

Андрей Прошунин отметил, что развитие спортивной инфраструктуры - одно из важных направлений в комплексном развитии города.

удобными и многофункциональными благодаря использованию современных методов благоустройства.

- Активные работы сегодня ведутся на спортивной площадке по улице Донской, рядом с Домом культуры «Юбилейный». На ремонт данного объекта было выделено порядка четырех миллионов рублей. Специалисты уже провели работы по установке спортивного оборудования. В данный момент ведутся работы по укладке нового безопасного покрытия. Срок сдачи площадки в эксплуатацию назначен на конец августа. Также планируется установка камер виде-

онаблюдения в рамках системы «Безопасный город», - конкретизировал Андрей Прошунин.

После завершения реконструкции площадка станет доступна не только детям и подросткам, но и взрослым. Здесь смогут заниматься участники спортивных секций, а также все любители активного образа жизни.

Таким образом, уже этим летом жители Центрального района Сочи получат еще одно современное общественное пространство для занятий физической культурой и тренировок на открытом воздухе, резюмировал мэр курорта.

ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Контроль за состоянием зданий усилят

Этим займется специальная комиссия.

В администрации Сочи прошло рабочее совещание под председательством главы города Андрея Прошунина. Основной темой встречи стало совершенствование муниципального законодательства в сфере градостроительной деятельности и распределение полномочий по контролю за состоянием зданий и сооружений.

Как отметили участники совещания, действующее решение Городского Собрания «Об утверждении порядка проведения осмотра зданий и сооружений на территории Сочи» определяет процедуру обследования объектов специалистами территориальных органов муниципальной власти.

Однако после изменения структуры администрации полномочия по реализации этого документа, а также необходимые штатные единицы в районных администрациях так и не были закреплены.

В связи с этим городские власти намерены привести нормативную базу в соответствие с действующей системой управления.

По итогам совещания принято

решение о создании профильной комиссии, которая будет заниматься разработкой необходимых правовых механизмов и алгоритмов работы.

Предполагается, что это позволит оперативнее выявлять нарушения градостроительных требований, устанавливать причины их возникновения и своевременно принимать меры по устранению.

Такой подход повысит эффективность муниципального контроля и поможет избежать дополнительных расходов бюджета, связанных с устранением последствий нарушений.

- На рабочем совещании обсудили с коллегами механизмы укрепления местного законодательства в этой сфере. Необходимо будет внести изменения в ряд правовых актов и четко распределить полномочия между структурными подразделениями мэрии. Также требуется разработать порядок установления причин, которые привели к тому или иному нарушению Градкодекса. Разработкой соответствующих алгоритмов займется специально созданная комиссия по вопросам градостроительной деятельности, - прокомментировал Андрей Прошунин.



Администрация Сочи

Нарушения градостроительных норм будут выявляться и устраняться оперативнее.

КСТАТИ

Меры поддержки многодетных семей расширят

Они могут получить земельные участки или единовременные выплаты.

Вице-мэр Сочи Елена Канюк провела заседание совета по вопросам социальной поддержки многодетных семей.

Главными темами стали предоставление земельных участков, компенсационных выплат и расширение мер поддержки.

Как отметила заместитель главы курорта, в Сочи проживает более восьми тысяч многодетных семей, для которых действует широкий комплекс

федеральных, краевых и муниципальных мер поддержки.

При этом городские власти регулярно совершенствуют и расширяют механизмы помощи семьям с тремя и более детьми. В частности, школьники получают бесплатное горячее питание, участники дополни-

тельных кружков и секций - льготы по их оплате.

- Путевки в дошкольные учреждения многодетным семьям выделяются в первую очередь. Муниципальные учреждения культуры доступны для бесплатного посещения по годовому абонементу, либо в формате разовых еженедельных мероприятий.

Предоставлена бесплатная парковка. В рамках федеральной меры поддержки многодетных семей, оказавшихся в сложных жизненных ситуациях, при заключении соцконтракта пред-

лагаем пройти бесплатное обучение в бизнес-акселераторе муниципального коворкинг-центра «Море идей» - это возможность повысить уровень жизни через открытие предпринимательской деятельности, - уточнила Елена Канюк.

На заседании также обсудили реализацию программы обеспечения многодетных семей земельными участками и жильем. В соответствии с действующим законодательством семьи могут получить землю на территории муниципальных образований Краснодарского

края либо воспользоваться компенсационной выплатой.

Помимо финансовых мер поддержки в Сочи продолжают развиваться проекты, направленные на укрепление института семьи. В городе учреждены почетные знаки «Крепкая семья», «Отцовская доблесть» и «Материнская слава».

Несколько лет на базе Центра развития молодежи успешно работает клуб «Молодая семья». Его участниками являются более 70 сочинских семей, почти 40 из которых - многодетные. Здесь проходят

образовательные, культурные и семейные мероприятия, а также встречи по вопросам воспитания детей и социальной поддержки.

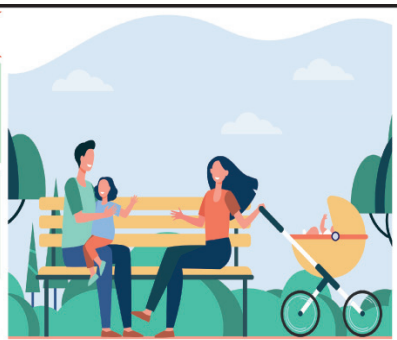
Во время заседания также напомнили о дополнительной мере социальной поддержки. С 1 сентября по 20 октября районные отделы социального развития будут принимать документы на получение новогодних подарков для детей из малообеспеченных многодетных семей, а также семей участников специальной военной операции. Мера поддержки распространяется на детей в возрасте до 18 лет.

НАГЛЯДНО

• Более 350 многодетных семей получили земельные участки в Сочи.

• 156 семей получили единовременную денежную компенсацию.

По данным администрации Сочи.



Российские бойцы поддерживают едой и лекарствами мирных жителей на Добропольском направлении, которые ждут прихода нашей армии.

Александр КОЦ,
военкор «КП»

ГОВОРЯЩИЙ ДРОН

«Уважаемые жители поселка! Через 30 минут в районе дома № 7 по центральной улице приземлятся беспилотники Российской армии с продуктами. Не пугайтесь. Это гуманитарная помощь для вас», - звучал голос с неба.

Мирные граждане выглядели из разбитых окон и испуганно поднимали головы.

Командование 3-й бригады спецназа группировки войск «Центр» справедливо рассудило, что ни один гражданский и близко не подойдет к беспилотнику, свалившемуся во двор. Как же помочь людям, зажатым между двумя сторонами? У них была возможность эвакуироваться на Украину. Но они остались. Значит, ждут освобождения, то есть прихода русской армии. А до него еще надо дотянуть - Киев своим вроде бы гражданам помогать не спешит, закрутки по погребам уже все подъели. Остается надеяться только на помощь свыше.

- А давайте прикрутим колонку к коптеру и предупредим, - предложил один из наших дроноводов.

К беспилотнику «присобачили» громкоговоритель - и, пока хватало батареек, летали над селом, оповещая, что скоро с неба прилетит гуманитарка.

«Провизия», «Мы с вами» - старательно выводили на крыльях бойцы. Красный скотч, российский флаг. На место боевой части приматывали тушенку, сгущенку, гречку, сухпайки, лекарства... На кадрах объективного контроля видно, как самолеты один за другим жестко приземляются у разбитой хаты.

Повелители «Молний»



Чтобы запустить дрон, нужна совсем небольшая площадка.

- Назад борт уже не возвращается, - говорит Максим, начальник разведывательно-ударного расчета БПЛА «Молния-2». - Такими же самолетами мы при необходимости забрасываем грузы на передний край.

САМОЛЕТНАЯ ЭВОЛЮЦИЯ

Помню первые «Молнии» на фронте. В Курской области я смотрел на это чудо технической мысли с плохо скрываемым скепсисом. А его пилот - чемпион Европы по авиамодельному спорту - доказывал мне, что самолет хоть и сделан из известной субстанции и палок, но летит на загляденье. Потому что сконструирован как раз профессиональными авиамоделистами.

И что вы думаете? «Птичка» взлетела. Да так, что против-

ник ее скопировал вплоть до названия - «Блискавка», это в переводе с мовы - наша посконная «Молния». Сегодня у ее российского родоначальника уже несколько модификаций на все случаи жизни.

- Вот «Молния-ПВО», - показывает Макс самолет, по габаритам уступающий собратьям. - Небольшой, размах крыльев поменьше, зато

маневренный. Это важно при перехвате. Скорость у нее более 200 км/ч. Боевая часть до килограмма - достаточно, чтобы свалить чужой дрон. Это - «Молния-2», ударная. На нее ставим либо зажигательные снаряды, либо осколочно-фугасные, либо кумулятивные, если по технике работать. Нагрузка, которую рекомендует производитель, - до шести кг, но при желании можно и восемь.

- А у этой почему винты сверху?

- Потому что она не одноразовая, - улыбается Макс. - Это разведывательная «Молния-Р2» с камерой на 360 градусов и мощным 120-кратным зумом. Чтобы винты при посадке не повре-

дились - они на поверхности крыльев. Недорогая, но рабочая лошадка, которая и цель найдет, и проконтролирует ее уничтожение.

ИЗ ГЕОДЕЗИСТОВ - В ПИЛОТЫ

Оператор «Черный» наблюдает за гуманитарной операцией через монитор. Воюет уже больше года, служить пошел практически по специальности: на гражданке тоже управлял беспилотниками - был воздушным геодезистом. Фотографировал площадки под будущие стройки, определял точки прокладки дорог... Как подписал контракт, отучился на всех типах, но прикипел именно к самолетам.

- Боевой опыт у меня больше восьми месяцев. Примерно тысяча вылетов, - скромно говорит он. - Сначала могу запустить ударный дрон. Потом - посмотреть на результат разведывательной «Молнией». Много работал... Трехэтажные дома с пехотой ВСУ складывал и в блиндажи залетал.

- Разница с гражданскими коптерами большая?

- Надо закрываться от ветра, под определенным углом заходить, в голове заранее рассчитать.

На мониторе мерцает картинка. К разбитой хате, возле которой приземлились восемь дронов с провизией, стягиваются жители. Они аккуратно разматывают скотч, которым прикручены банки и пакеты с крупами, раскладывают продукты по пакетам, смотрят в небо и, не находя присутствия российских войск в нем, спешно расходятся по своим разрушенным домам - ждать, когда придет русский солдат и можно будет выйти в тыл. В Россию.



«Молния» хороша тем, что собирается и ремонтируется хоть в блиндаже. (В центре - начальник разведывательно-ударного расчета БПЛА «Молния-2» Максим.)

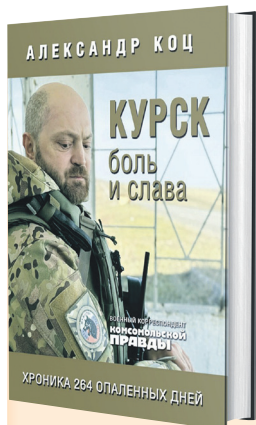


ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

Российские войска продолжают освобождение Донбасса. Группировка войск «Центр» выгрызает территории на Добропольском направлении. Противник буквально цепляется за него зубами, предпринимает вылазки, контратаки. Но все эти попытки пресекаются как нашими штурмовиками, так и беспилотием. В том числе «Молниями».

Что дает нам контроль над этим участком фронта?

- 1 Охват Краматорско-Славянской агломерации с юго-запада. Выходим на линию Доброполье - Шахово - Дружковка - и агломерация в полуокружении. Продвижение здесь вместе с освобождением Роскошного позволяет охватить Дружковку с юго-запада.
- 2 Огневой контроль над трассами, идущими в Константиновку и Краматорск. Группировка ВСУ подвисает на одной дороге из Павлограда, которая уже в зоне досягаемости наших дронов.
- 3 Выход на оперативный простор. К северу от Доброполья - районы со слабыми фортификациями. Если помечтать, то было бы неплохо полностью отрезать генеральную линию обороны Киева в Донбассе от границы. А следовательно, от логистики с западной стороны. И постепенно удушить Славянско-Краматорскую агломерацию в одном гигантском царь-котле.



Новую книгу военкора «КП» ищите на сайте shop.kp.ru и на маркет-плейсах

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



Реклама. 16+

Как «тетя Наташа» и «дядя Игорь» поселили сироту в сарае

Ася ЖУКОВА
(«КП» - Красноярск)

Черные риелторы зарабатывали на бывших воспитанниках детдомов.

За конфетки и тортики «приторговывала» сиротами Светлана Егорова, чиновница из мэрии Минусинска Красноярского края. Бедолаг, которые наводились в жизни всякого, ушлая дама сдавала парочке черных риелторов. Взамен получала от них угощение и гонорар - по 50 000 рублей за «голову».

В итоге риелторы-любовники отобрали пятерых сирот, причем с семьями. Без грамма сожаления - просто не считали за людей. К тому же были уверены: их не поймают. Но просчитались.

СТРОГАЯ ЖЕНЩИНА В БОЛЬШИХ ОЧКАХ

Все началось летом 2022 года. - Здравствуйте, к вам можно? - в кабинет к Светлане Егоровой, ведущему инженеру жилотдела управления горхозяйства, заглянул человек.

Слегка чудаковатого вида, чувствовал себя как на иголках. Это был Андрей Михайлов. 35 лет, сирота, бывший детдомовец. Андрей - инвалид второй группы, ему положена пенсия. На прием к Егоровой Андрей попал не случайно. «Большой ребенок» пришел просить у чиновницы помощи. Есть у него квартира, а платить нечем. На постоянную работу не берут - «по болезни». Перебивается подработками, а их не хватает. Вот и накопил долг - больше 40 000 рублей.

Простодушную исповедь сироты Светлана Ивановна выслушала, не перебивая. Что она могла сделать? Да многое.

Тут надо пояснить: по закону выпускникам детдома дают жилье в спецнаим на пять лет. А жилотдел обязан следить, может ли человек справляться самостоятельно. Вдруг он влезет в долги или захлестнет квартиру? Если все в порядке, спецнаим разрешается переводить в соцнаим. Такую квартиру владелец может приватизировать и продать. Но есть нюанс. До 2020 года решение о переводе в соцнаим должна была принимать комиссия. А потом грянула пандемия, собираться прекратили. И руководитель жилотдела поручила Егоровой «вершить суд» единолично.

И к строгой женщине в больших очках повалили люди. Среди них - Михайлов, который умолял войти в его положение: «Помогите! Не хочу сидеть в четырех стенах. И еще этот газ! Боюсь так жить, вдруг что случится? Вот если бы поменять квартиру на дом! Это не ваше дело? А чье? Может, у вас есть кто-то на примете?»

На беду, «кто-то» появился очень скоро.

«МЕНЯ ПРИСЛАЛИ ИЗ МЭРИИ ПОМОЧЬ ТЕБЕ»

Симпатичная оборотистая 42-летняя Наталья Грошева была риелтором. Частенько забегала в жилотдел - к бывшей



Личный архив Натальи Грошевой



Прокуратура Красноярского края



Прокуратура Красноярского края

Черным риелторам - любовникам Грошевой и Чернобаеву (на фото сверху) дали по 5,5 года колонии. Сирот «поставляла» чиновница из мэрии. Егорова (слева) уже вышла.

однокурснице Егоровой. Обхаживала, приручала тортиками, а однажды заявила напрямик: «Света, может, у тебя есть с кем поработать? Какой-нибудь сирота не просит продать квартиру?»

А Егорова только что выпроводила бедолагу Михайлова. Смекнула враз: мужик простой как три копейки, родных нет, кому пожалуется? Особо не мучаясь совестью, передала Грошевой адрес сироты.

- Ты Андрей? А я тетя Наташа! Меня прислали из мэрии - помочь тебе с жильем. - В тот же день риелторша объявилась на его пороге.

Адрес суровая дама из мэрии «слила» не бесплатно - 70 000 за бумажку с адресом. А что же сирота? На следующую встречу с ним Грошева прикатила не одна, а с поделешником (и любовником) Игорем Чернобаевым.

Грубоватый, напористый, цепкий взгляд, возраст - под 50. На вид - как браток из 90-х, вспоминают знакомые. У «дяди Игоря» имелась и семья, и дети, но помехой служебному роману они не стали. Грошева тем временем завела тетрадку, куда записывала как некие мантры: «Я хочу, я могу встречаться с Игорем, работать вместе. Я хочу, я могу заработать хорошо, 500 000 в месяц. Я хочу, я могу продать квартиру с заработком в 300 000».

Буквально сгорала от страсти и... алчности. Первой жертвой на этом костре оказался Андрей Михайлов (фамилия изменена).

ВМЕСТО ДОМИКА МЕЧТЫ - ДЫРЯВАЯ ХАЛУПА

Стараниями чиновницы Егоровой квартиру сироты без проблем перевели

из спецнайма в соцнаим. А потом продали жилье за 1 730 000 рублей. Взамен купили мужчине домик - за 530 000. А «остаток» - 1 200 000 - попросту присвоили, чтобы поделить.

Михайлов подмахнул документы, даже не читая. Среди них была и расписка о том, что за продажу квартиры он получил 1 500 000 рублей. Да где там! Инвалиду не перепало ничего, кроме ветхой хибары на окраине.

«Тетя Наташа» с «дядей Игорем» убедили его: свой дом выберешь сам. Но, когда поехали смотреть варианты, Михайлов схватился за голову - халупы, бараки, сараи на болотах.

- Не-не-не! - Андрей был в ужасе. Тут вмешался дядя Игорь: «Бери, тебе говорят!» Настоять на своем сирота не смог, слишком испугался.

И уже осенью 2022-го Андрей с подругой Катей переехали. Только домик мечты оказался совсем убитым и грозился погубить хозяев. В старой печи зияла огромная дыра. Жить в нем было опасно. Тем более впереди зима, морозы под -50!

Как быть? И тогда сирота пошел к единственному человеку, которому не все равно. Это был воспитатель интерната, где вырос Андрей, Руслан Кривonosов.



У девочек из Подмосковья не будут отбирать жилье за долги отца, погибшего на СВО, - подробности на сайте KP.RU



- Если Андрею плохо, он идет ко мне. Признается: «Ты мне как отец родной!» Благодарит постоянно, предлагает помощь. Такой он - открытый, как ребенок, - рассказал «Комсомолке» Руслан Михайлович.

Он больше не работает в детдоме. Был психологом в школе, потом устроился в ГУФСИН. Сейчас военный пенсионер. А заодно трудится в клинике. Все эти годы не теряет Андрея из виду. Помогает как может, поддерживает. Когда бывшего воспитанника начали пасти черные риелторы, педагог наказал: «Соберетесь смотреть дом - я с тобой!» Но «дядя Игорь» так запугал Михайлова, что тот не отважился позвать наставника.

СГУБИЛА ЖАДНОСТЬ

- Что было в этом доме, словами не описать! - продолжает педагог. - Стены в щелях, Андрей заткнул их тряпками. А на улице уже - 40. Я приехал, заделал щели пеной, чтобы хоть как-то пережить зиму.

Оставить все как есть? Ну уж нет. Руслан Кривonosов стал звонить риелторам: «Ребята, вы кидаете человека! Верните ему хотя бы миллион! Вы на нем подняли больше».

А дальше случилось неожиданное: зарвавшиеся риелторы просто... спустили все на тормозах. Не поверили, что человек может болеть за другого, слабого! «Дядя Игорь» и «тетя Наташа» решили: оборзевший мужик хочет миллион для себя. Значит, не осмелится куда-то пойти, подставиться.

И поплатились: Кривonosов нашел адвокатов, подал в суд, вмешалась прокуратура. После проверки надзорного ведомства было возбуждено дело по статье «мошенничество в особо крупных размерах».

А это до десяти лет лишения свободы. Вскоре выяснилось: кроме Михайлова, парочка риелторов обманула еще четверых сирот, у всех семьи, дети.

- В итоге от действий сообщников пострадали девять граждан, они потеряли 6 800 000 рублей, - отмечают в пресс-службе красноярской краевой прокуратуры.

На допросах Егорова каялась в сле-

зах: больше никогда, ни за что! Ей дали меньше всех, срок она уже отбыла. Грошева и Чернобаев, напротив, упирались до конца. Твердили одно: мы хотели помочь сиротам! Свою вину не признали. Недавно был суд, каждому дали по 5,5 года колонии общего режима.



Личный архив Руслана Кривonosова

Руслан Кривonosов не побоялся выступить против мошенников.

Блуждающий нерв портит нам настроение

5 приемов борьбы со стрессом.

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Разбитость по утрам даже после 7 - 8-часового сна, раздражительность по мелочам и состояние, когда хочется закрыться дома и ни с кем не разговаривать, может быть не только последствием накопившегося стресса и усталости тела. Одна из причин - в зажатом блуждающем нерве - вагусе, рассказала «КП» Мария Коновалова, кандидат медицинских наук, врач-реабилитолог.



Мария Коновалова.

Блуждающий нерв (вагус) - самый длинный нерв нашего тела. Он начинается в головном мозге, проходит через шею, грудную клетку и спускается до нижней части живота. По нему идут команды парасимпатической нервной системы, той самой, которая отвечает за отдых, восстановление и накопление сил. В отличие от «режима стресса» (симпатической системы), вагус отвечает за то, что «можно расслабиться, переваривать пищу, восстанавливаться».

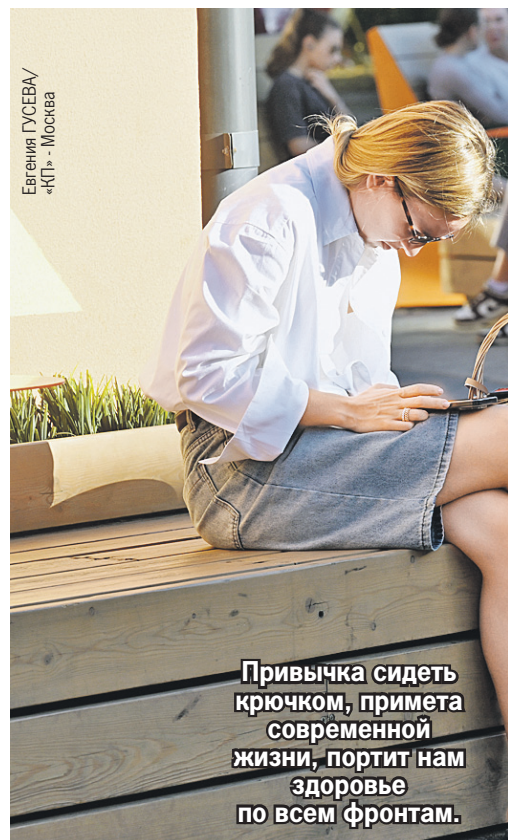
- Напряженные мышцы шеи от работы за компьютером, спазм грудобрюшной диафрагмы при волнении, неправильная осанка - все это сдавливает или растягивает вагус. А когда напряжение становится хроническим, появляются не только проблемы с пищеварением, но и эмоциональные трудности, - говорит Мария Коновалова.

Как блуждающий нерв влияет на настроение?

Когда он зажат, может появляться ощущение тревоги - опасности, повышенной пугливости, апатии и желания замереть и ничего не делать в стрессовых ситуациях, закрыться ото всех и ни с кем не общаться.

- Во многих случаях именно с этого начинается путь в депрессивное состояние, - отмечает Мария Коновалова.

Когда нерв работает гармонично, у нас больше стрессоустойчивость, выносливость и способность радоваться жизни. Хороший тонус вагуса помогает организму быстрее восстанавливаться после нагрузок, лучше переваривать еду, выводить токсины и поддерживать стабильное настроение, считает эксперт.



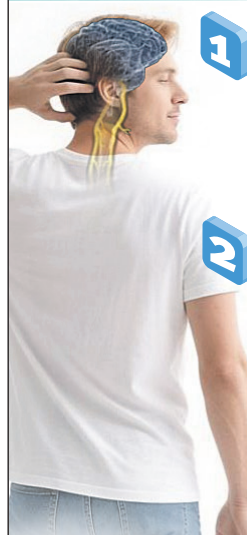
Привычка сидеть крючком, примета современной жизни, портит нам здоровье по всем фронтам.



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



ДЕЛАЙ РАЗ ПРОСТЫЕ СПОСОБЫ «РАЗМЯТЬ» СВОЙ ВАГУС



1

Следите за положением головы

Постоянный наклон над телефоном или монитором перерастягивает мышцы шеи и заставляет короткие разгибатели сдавливать блуждающий нерв. Старайтесь держать голову прямо. Это один из самых простых способов снизить нагрузку.

2

Практика для подзатылочной области (несколько минут в день)

Мягко и бережно промните нижний край черепа сзади, задерживаясь на болезненных точках до 15 секунд. Затем медленно начните движение глазами к плечу, за ними наклоняйте ухо к плечу, голова должна идти ровно, без «выдвижения вперед». Дойдите до легкого натяжения, сделайте паузу, на выдохе почувствуйте, как становится легче. Подержите 20 секунд и медленно верните голову в исходное ровное положение. Повторите в другую сторону.



Не делайте при нестабильности шейного отдела, выраженных головных болях без обследования, грыжах, высоком давлении, травмах шеи и остром болевом синдроме.

3

Дыхание для снятия зажимов в грудной клетке

При стрессе грудная клетка сжимается, диафрагма спазмируется и сдавливает нерв. Глубокое дыхание с включением живота помогает расслаблению.

- Сядьте или встаньте ровно.
- Сделайте медленный глубокий вдох через нос, начиная с живота (он должен округлиться), затем вход плавно переходит в среднюю и верхнюю часть грудной клетки.
- На выдохе через рот или нос полностью расслабьте, плавно отпустите грудную клетку и живот. Выдох делайте длиннее вдоха (например, вдох на 4 счета, выдох на 6).

*Повторите 8 - 12 раз.

4

Помним про основу - стопы и осанку

- Напряжение в шее часто начинается снизу. Неустойчивые голеностопы и слабые колени заставляют тело компенсировать напряжением выше. Выбирайте удобную обувь с закрытой пяткой и амортизацией, без высоких каблучков. Ходите с правильным перекатом: с пятки на носок с отталкиванием большим пальцем. Многие удивляются: «Зачем стопы, если болит шея?» Но это работает, - говорит наш эксперт.

5

Массаж живота

Вагус имеет множество ветвей в брюшной полости. Сдавление связок органов тянет весь нерв. Регулярный мягкий и бережный массаж живота помогает восстановить его подвижность и гармоничную работу.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

■ А В ЭТО ВРЕМЯ

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Дорамы не врут: это лучший способ снять стресс.

Видели, как в сериалах, особенно дорамах из Восточной Азии, герои бережно поглаживают друг друга по спине в моменты особой уязвимости и душевных терзаний?

Оказалось, это научно обоснованный способ утешить и помочь снять стресс близкому человеку. В Японии наблюдали за младенцами и их мамами, провели вычисления на генном уровне и установили, что именно нежные и легкие поглаживания по спине лучше

Погладьте по спинке

всего успокаивают и помогают расслабиться.

Ученые из Университета Тохо провели такой эксперимент. Пригласили пятнадцать мам с младенцами до двух лет и попросили женщин гладить малыша в определенных зонах ровно по минуте. В это время датчики фиксировали изменения в сердечном ритме и движениях детей.

Выяснилось, что когда матери проводили ладонью по спинке, малыши словно выдыхали, их хаотичные дерганья головой и телом заметно стихали. При этом животик на ласку практически не откликался. Поглаживания по затылку, которые мно-

гие считают утешительными, и вовсе давали возбуждающий эффект.

Эта же история работает и у взрослых. Поглаживание или похлопывание по спине в зоне между лопатками, легкий массаж или касания спины близким человеком снижает стресс, замедляет пульс и помогает быстрее расслабиться.

Нежные прикосновения к спине - это не только приятно, но и полезно. К тому же способ работает и для взрослых, и для детей, и для лабуб иноземных.



Ольга ЮШКОВА/«КП» - Екатеринбург

Республика шкод

Анна КУКАРЦЕВА

**Как понять,
что ребенок
связался
с плохой
компанией.**

Лето - это про свободу. В том числе и от родительского контроля: ребенок больше общается с новыми людьми как на улице, так и в социальных сетях. Это значит, что риск оказаться в дурной компании резко возрастает.

И это не только сверстники-плохиши с пивом и сигаретами. Сегодня опасностей куда больше - дурные онлайн-знакомства, педофилы, мошенники, деструктивные сообщества и сверстники, вовлекающие детей в опасные игры.

Вот почему родителям крайне важно вовремя распознать тревожные звоночки, по которым можно понять, что ребенок связался с плохими людьми. О них «КП» рассказала **Ника Ишмакова**, психолог по семейным отношениям.

ЧТО ДОЛЖНО НАСТОРОЖИТЬ

1. Нехарактерное поведение

Всегда коммуникабельный и открытый ребенок вдруг стал скрытным? Это тревожный симптом.

✓ Обратите внимание на следующие действия: ребенок прячет телефон, кладет его экраном вниз или устанавливает пароль, прекращает разговор, когда кто-то входит в комнату.

✓ Или создает тайну в своем ноутбуке, социальных сетях или электронной почте.

- Конечно, не исключено, что подросток, например, влюбился, но реальная ситуация может оказаться совершенно другой, - говорит **Ника Ишмакова**. - Бывает и совершенно обратная картина - стеснительный и домашний ребенок превращается в полную противоположность. Он настойчиво отпрашивается на встречу к новым друзьям, но наотрез отказывается пригласить их домой или познакомиться с вами, ведет себя слишком развязно, агрессивно. Такие симптомы - «красные флаги», особенно если новая модель поведения нехарактерна для ребенка.

2. Эмоциональные качели

Если ребенок вдруг стал эмоционально неустойчивым - это еще один сигнал для родителей. Например,

сегодня он замкнутый и раздраженный, а завтра чересчур возбужденный и веселый, причем такие перепады происходят без всяких понятных причин. Апатия сменяется плаксивостью, а вспышки гнева происходят на ровном месте - и так по кругу. Это веский повод для родителей присмотреться к ребенку.

3. Пропажа денег или «потеря» вещей

Очень опасный симптом, когда в вашем доме начинают пропадать мелкие суммы денег или какие-либо вещи. Это могут быть достаточно незаметные пропажи - вчерашние 500 рублей, которые лежали на тумбочке, вдруг исчезли. Или ребенок начал «терять» часы, наушники, старый телефон и так далее. Или он начинает требовать увеличить карманные расходы, а в случае отказа - устраивает истерику или скандал.

4. Проблемы со здоровьем, внешним видом и самочувствием

Резкое ухудшение самочувствия или внешнего образа ребенка - тоже повод насторожиться. Например, подросток резко (ключевое тут - именно резкая смена поведения, а то некоторые подростки просто по определению не любят душ. - **Ред.**) перестал следить за гигиеной, нормально питаться и постоянно страдает от бессонницы.

- Конечно, не всегда перечисленные признаки говорят о том, что ребенок связался с опасными людьми, - поясняет психолог. - Но если вы наблюдаете за его поведением и отмечаете, что перестали понимать и узнавать сына или дочь, - настало время для решительных действий.

КАК ПОВОРОТИТЬ И ПОМОЧЬ

✓ Не начинайте с допроса или обвинительных фраз.

Фразы «Немедленно расскажи, что происходит!» или «Я вижу, что ты куда-то вляпался! Это все твои новые друзья!» - путь в никуда.



Кадр из сериала «Слово пацана. Кровь на асфальте», 2023

В сериале «Слово пацана. Кровь на асфальте» откровенно показано, как попадают в плохие компании и чем это заканчивается.

Подросток просто замкнется, встанет в оборонительную позицию, а вы потеряете шанс создать доверительный диалог.

✓ Говорите только «я-сообщениями».

Используйте «я-сообщения»: «Я вижу, что ты чем-то расстроен, и очень сильно переживаю за тебя» или «Я вижу, что у тебя возникли проблемы, но ты боишься мне рассказать. Я волнуюсь и очень хочу помочь тебе». Важно говорить о своих чувствах и избегать оценочных суждений.

✓ Расскажите о собственном опыте, если такой, конечно, есть.

Никогда не смотрите на ребенка свысока - станьте ему равным. Фраза «вот я в твоём возрасте вела себя просто идеально и не создавала родным неприятности» не работает. Лучше действует следующий подход: «Знаешь, в твоём возрасте я однажды тоже оказалась в сложной ситуации, но набралась смелости попросить помощи у родителей».

Расскажите ребенку личную историю, чтобы он не чувствовал себя неполноценным. «Однажды я связалась с дурной компанией и долгое время боялась рассказать родным о том, что там делают, но в какой-то

момент поняла, что другие хорошие ребята тоже могут попасть туда...» - один из примеров, как можно подтолкнуть ребенка раскрыться. Учтите, что он не обязан сразу же реагировать на ваше откровение, поэтому переходите к следующему пункту.

✓ Демонстрируйте поддержку без условий и оговорок.

И наконец, самое важное - это убедить ребенка в том, что вы поддержите его в любой ситуации без обвинений и скандалов и, конечно, сдержите свое слово: «Я бы очень хотела тебе помочь, если ты позволишь. Знай, что в любой сложной и неприятной ситуации ты можешь мне открыться. Я всегда выберу тебя, и я всегда буду на твоей стороне».

Не давите на ребенка и не заставляйте отвечать прямо здесь и сейчас. Постарайтесь усилить родительскую поддержку объятиями, чтобы на телесном уровне наполнить ребенка силой и любовью - но только если сам он не против.

- Создавайте доверительные отношения с ребенком как можно раньше, тогда риск попасть в дурную компанию сильно уменьшается, - говорит психолог **Ника Ишмакова**. - Пожалуй, это самый важный момент, ведь когда дети доверяют родителям и знают, что мама с папой всегда поддержат, то они не будут медлить с просьбой помочь в случае опасности.

■ КРУГ ДОБРА

«Врачи опасались, что малышка не дотянет до 12 лет»

Юлия АНДРИЕНКО

Фонд «Круг добра» спас девочку с тяжелым заболеванием.

Ольга и Евгений из Воронежа не делят детей в семье на родных и приемных. А их у Куляшовых - 19 душ! Есть среди них три сестрички, которых забрали из дома ребенка. У одной - подтвержденный гепатит С, у двух - ВИЧ. Родная мама девочки была инфицирована, а заплатились за это ее дети.

- У Миланы гепатит С был тяжелой формой. Он плохо поддается лечению, которое к тому же можно было начинать только с 12 лет. Врачи опасались, что она просто не дотянет, - вздыхает Ольга.

Девочка росла слабенькой, печень была поражена, лицо землистого цвета. Дошло даже до проблем с памятью. Как ни занимались с Миланой приемные родители и репетиторы, она не могла запомнить даже простых вещей. Но главное, что каждый день вирус пожирал ее печень.

- Врачи сказали, что есть фонд «Круг добра», который бесплатно обеспечивает терапией. Мы подали заявку через «Госуслуги», и когда нашей Милане одобрили лечение, я даже плакала от счастья! - вспоминает женщина.

Дорогостоящую терапию Милана перенесла неплохо, и очень скоро ее анализы подтвердили: вируса-убийцы нет! Сегодня Милане 11 лет, она учится в частной школе, хорошо осваивает школьную программу, занимается акробатикой.

- Теперь это совсем другой ребенок - активный, бодрый, она ничем не отличается от сверстников! «Круг добра» помог победить тяжелое наследство девочки. Окружающие нас пугали, что приемные дети никогда не привязываются по-настоящему к семье. Это не так. Их просто нужно любить! Милана и ее сестры растут ласковыми и заботливыми, - радуется Ольга.

Владимир Путин наградил семью Куляшовых орденом «Родительская слава». А до этого они получили награду правительства Воронежской области «За заслуги в воспитании детей и укрепление семейных ценностей» и диплом победителей Всероссийского конкурса дневников приемных семей «Наши истории».



Архив семьи Куляшовых

Страшные диагнозы не помешали Милане и ее сестрам обрести семью.

КСТАТИ

Фонд «Круг добра» был создан по поручению президента для помощи детям с тяжелыми и редкими болезнями. В 2026 году фонду исполнилось 5 лет. В его бюджет идет 2% от «налога на богатых». Помощь получили более 30 тысяч детей со 115 тяжелыми и редкими заболеваниями.



Чем заняться ребенку в хорошей компании? 10 самых популярных дворовых игр - на сайте KP.RU



Ярослав КОРОБАТОВ

Какие технологии надо разработать, чтобы высадка на соседней планете стала реальностью.

В этом году на финишную прямую выходят испытания сверхтяжелой многоразовой ракеты-носителя Starship Super Heavy, которую компания Илон Маска разрабатывает для полетов на Марс. И не секрет, что годовые полеты, которые успешно совершают космонавты на МКС, это тоже репетиция полетов на Марс. Значит ли это, что историческая экспедиция на соседнюю планету не за горами? Об этом мы поговорили с заместителем директора по науке Института медико-биологических проблем (ИМБП), Героем России Олегом Котовым. За его плечами три космических полета общей продолжительностью 526 суток.

ЛУНА - ПОЛИГОН ДЛЯ МАРСИАНСКОЙ МИССИИ

- Олег Валерьевич, если оставить за скобками техническую часть, сегодняшнего уровня медицинской поддержки хватит, чтобы долететь до Марса?

- Существует перечень критических технологий в области медицины, которые необходимо разработать, чтобы полет на Марс состоялся. Когда технология готова, ее закрашивают в зеленый цвет. Так вот сейчас в зеленый закрашено меньше трети, еще две трети предстоит создать. Сейчас экспериментальная отработка систем медицинского сопровождения дальних космических полетов идет и на Земле, и на МКС. Кстати, это один из ответов на вопрос, зачем человечество стремится на Луну. Ведь по большому счету мы там уже были. И смысл высадки на Луне - это как раз отработка полета на Марс. На Луне примерно такая же гравитация, такая же среда и уровень радиации, только туда лететь 3 - 4 суток, а не 6 - 9 месяцев, как на Марс. И если есть под боком такой удобный тренировочный полигон, то, конечно, обкатывать экспедицию в дальний космос надо именно там.

- Илон Маск обещает, что полет на Марс состоится уже через несколько лет - правда, эти сроки постоянно сдвигаются. А реально когда люди смогут туда отправиться?

- Технически человечество может полететь на Марс хоть завтра. Что держит? Держит медицина! Мы не знаем, как

Герой России, космонавт Олег КОТОВ:

Технически полет на Марс возможен, держит только медицина



За плечами Олега Котова три полета в космос.

обеспечить полет туда-обратно и безопасное пребывание на Марсе. Заметьте, Маск же не обещает вернуть людей обратно, он говорит: «Я могу отправить туда 100 человек!» И действительно может отправить. Ракета на подходе, с навигацией все понятно. Но задача как раз и состоит в том, чтобы вернуться, а не остаться там навечно в качестве памятника.

ДЛЯ ПОЛЕТА ОТБЕРУТ КОСМОНАВТОВ, УСТОЙЧИВЫХ К РАДИАЦИИ

- Читал, что для полета на Марс будут отбирать людей, устойчивых к воздействию радиации. Разве такие есть среди нас?

- Воздействие радиации бывает разным. Если мы говорим о предельных дозах, то это приводит к острой лучевой болезни у всех людей, вне зависимости от степени чувствительности к излучению. Но во время полета к Марсу и вы-

садки на планету таких доз, к счастью, не предполагается. Речь идет о каких-то подпороговых значениях, которые могут иметь влияние на отложенные последствия. Предположим, возникновение онкологических или других хронических заболеваний через какое-то количество лет после возвращения. И здесь индивидуальная чувствительность к радиации имеет значение. Она существует, это научно доказанный факт, определены маркеры, которые позволяют определить, кто из людей более, а кто менее подвержен воздействию излучения. Это одна сторона проблемы. Но есть и другая, например, есть интересные

Кажется, до Марса рукой подать, но пока эта планета населена только роботами.

исследования, которые аргументированно доказывают, что люди в возрасте старше 50 лет более устойчивы к воздействию радиации. Тут механизм понятен - у людей в солидном возрасте несколько другой метаболизм, обмен веществ, соответственно, влияние радиации будет чуть меньше. Безусловно, лучше защищаться от излучения физически, то есть найти какое-то конструкторское решение. Но если нет 100-процентной гарантии, то имеет смысл отобрать для полета людей, устойчивых к радиации, или же использовать фармакологические радиопротекторы - препараты, которые снижают

радиочувствительность тканей и органов.

- А какие еще технологии нужно доработать?

- Например, вопрос питания. По срокам марсианская миссия займет примерно 3 года. Сохранить на такой срок пищу в консервированном виде без холодильника достаточно сложно. Значит, нужно придумывать методы обработки продуктов, способы упаковки и хранения, чтобы еда не только не портилась, но и сохраняла свои питательные и полезные свойства. Другая отдельная тема - это лекарственные препараты. У таблеток тоже есть срок годности, и они редко сохраняют свои качества больше года.

МОЖНО ЛИ СОЗДАТЬ НА БОРТУ ИСКУССТВЕННУЮ ГРАВИТАЦИЮ

- Говорят, что идут работы по созданию систем искусственной гравитации. Кто ближе всего подошел к решению этой задачи?

- На сегодняшний день есть образцы малых центрифуг, которые за счет вращения создают эффект перегрузки. Но это нельзя назвать искусственной гравитацией. Перегрузка по величине, направленности и воздействию отличается от гравитации. В теории искусственную силу тяжести можно создавать, конструируя космические корабли как огромные вращающиеся системы диаметром сотни метров - их часто можно увидеть в фантастических фильмах. Но в реальной жизни до этого еще очень далеко.

- Как вы думаете, в нынешнем отряде космонавтов есть люди, которые смогут поучаствовать в марсианской экспедиции?

- Те, кого примут в нынешний набор, могут рассчитывать полететь на Луну. Если повезет. Марс - это задача для следующих поколений.

Что ждет первопроходцев?

ВОПРОС - РЕБРОМ

- Когда космонавты возвращаются на Землю с орбиты, их встречают поисковые отряды, выносят на руках, потом они проходят реабилитацию и восстанавливаются. А экипаж, который первым прилетит на Марс, никто встречать не будет. Это сильно усложнит жизнь первопроходцам?

- Иллюзия немощи космонавтов после пребывания в невесомости - это эффект телевизионной картинки. Давайте я вам эту иллюзию развею. Действительно космонавтов выносят из спускаемого аппарата на руках, но не потому, что они не могут самостоятельно выйти. Это скорее часть традиции, желание обезопасить на всякий случай. Если вы внимательно посмотрите телевизионные репортажи, то первые кадры с места приземления - да, они такие: космонавтов выносят, сажают в кресла, предлагают чай... А следующий новостной сюжет - это встреча в Звездном городке: космонавты сами выходят из автобуса, берут детей на руки, обнимаются с близкими - в общем, ведут себя самым обычным образом. А ведь прошло всего 5 - 7 часов после посадки. На третий день после посадки космонавты обычно уже дают пресс-конференцию, общаются с прес-сой, и ничто не выдает, что совсем недавно они

вернулись с орбиты. Иными словами, современная система профилактики и поддержания работоспособности позволяет людям быть активными даже после длительных полетов. Бережное отношение к космонавтам в первые часы после возвращения связано больше не с физической слабостью, а с вестибулярными вещами. Просто организм находится в периоде острой адаптации. У некоторых это длится часы, у других - максимум несколько дней.

Естественно, мы тоже этот сценарий рассматриваем - как себя вести, когда тебя никто не встречает после длительного полета. Кстати, космонавты после возвращения с МКС участвуют в этом эксперименте. Мы смотрим, что происходит с их организмом на первый день, второй, третий... Пока расклад выглядит так: первый день после посадки желательно не покидать аппарат. Разве что если произошел экстренный случай. А полную расконсервацию, переход к обычной жизнедеятельности и обустройству можно начинать со второго-третьего дня. То есть достаточно будет суток на адаптацию к условиям Марса, чтобы прийти в себя, восстановиться. А дальше потихонечку можно сделать тот самый маленький шаг для человека и огромный шаг для всего человечества.

Дороже кошки зверя нет

Елена АРАКЕЛЯН

От ноля до пары миллионов рублей - так нынче колеблется стоимость щенков и котят. Ноль рублей - это если из приюта. Миллионы - если нужен необычный питомец редкой породы. Между этими крайностями - множество вариантов. Как разобраться в этой «зверской экономике» обычному человеку?

КТО ПОЧЕМ

Цены на породистых щенков начинаются примерно от 60 тысяч рублей. На модные породы - например, корги или французских бульдогов - от 150 тысяч.

С кошками не лучше. Грамотно выращенный котенок популярной породы (например, мейн-кун или сфинкс) обычно стоит не меньше 80 тысяч, - рассказывает знакомая заводчица.

Еще есть редкие и экзотические породы. А также дизайнерские, выведенные как «диванный» формат. Среди них - кошки минскин (красотка буреночного окраса на нижнем фото) и собаки кокапу (гибрид кокер-спаниеля и пуделя). Как раз на них цены могут превышать миллион.

Это - если речь о питомниках и заводчиках, чья репутация подтверждена медалями на выставках. Если же изучить объявления в интернете, можно и дизайнерскую породу найти тысяч за 20, а обычную - за 10. Когда не мечтаешь о выставках, лишних денег нет, а ребенок канючит «хочу щенка», выбор кажется очевидным. Но есть нюансы.

ДИАГНОЗ В ПОДАРОК

История из интернета. Дима с подружкой решили обзавестись пушистым котом. Изучив ценники питомников, пара поняла: не потянут. Стали смотреть сайты объявлений. И нашли котенка норвежской лесной в 10 раз дешевле, чем в питомнике. Документов, подтверждающих норвежскость, к коту не прилагалось.

Дома выяснилось, что кот нездоров. Поход в ветеринарку обескуражил: у малыша хламидиоз и букет других болячек. Лечение обошлось втрое дороже пушистика.

Ребятам повезло - котенка вылечили. Интернет полнится более печальными историями: купленные по объявлению питомцы протягивали лапы от болезней.

- Породистый ще-

Сколько на самом деле стоят домашние животные и как сэкономить без риска.

Юлия ПЫКАЛОВА

Олег Савицкий/Shutterstock.com

Если скрестить мальтийскую болонку и пуделя, получится дорожная мальтийка (на фото). А если скрестить колли и алабая, получится коала (наверное).

нок или котенок не может стоить как два семейных ужина. Ответственное разведение включает подбор пары, ветеринарное сопровождение, качественное питание, уход за пометом, вакцинацию, документы и т. д., - разъясняет руководитель общественного движения помощи бездомным животным «Дай лапу» и просветительского проекта «Хочу Собаку.рф» Александра Нуриева. - Низкая цена означает, что на здоровье и содержании сэкономили. Кроме проблем со здоровьем, это чревато отклонениями в поведении. Вы можете получить, например, трусливого и агрессивного

БУДЬ В КУРСЕ

Назначение

Просто в качестве «домашнего любимца» - нижняя планка цены. Это здоровые и породистые малыши, но они не вписываются в идеальный стандарт породы (например, по окрасу или форме хвоста).

«Для выставок и разведения» - дороже. У кошек разница в цене огромна: там, где котенок «для дома» стоит от 80 тысяч, «для разведения» - от 200 - 250 тысяч. У собак разрыв меньше, но тоже есть.

Размер питомца и число заводчиков



Щенки крупных пород не могут быть дешевы. Качественно выращенного щенка ла-

Минскин отличается умом, сообразительностью и нежным нравом. Чтобы получить все эти качества, «смешали» аж четыре породы.

- Заводчик, продавай нас, мы уже все подорожали.

- Мы подорожали вообще все, заводчик, честно.

питомца - именно из-за «тяжелого детства».

«ПРОСТО ХОЧУ КОТЕНКА»

Если порода безразлична, самый финансово посильный вариант - взять питомца из приюта. Это безопаснее, чем «из рук в руки» за 10 тысяч.

- Если вы получаете питомца из приюта или некоммерческого фонда по договору ответственного содержания (см. «На заметку»), вам передают обследованного, вакцинированного, стерилизованного или кастрированного, социализированного (привыкшего к людям и другим животным). - Ред.) компаньона, - говорит Нуриева.

Это не означает, что такой питомец - беспроблемный. Но о многих проблемах вы будете знать и вам дадут рекомендации, что с ними делать.

- У команды приюта обычно есть понимание характера животного: как оно относится к людям, другим собакам и кошкам, прогулкам, одиночеству. Для владельца это важнее красивого фото, - поясняет эксперт.

ПИТОМЕЦ МЕЧТЫ

Бывает, что человека заело - хочется питомца определенной породы. А стоит он дорого. Но и здесь есть варианты сэкономить без риска.

Когда много лет назад муж захотел золотистого ретривера, но с финансами у нас было не очень, он позвонил в клуб породы и честно сказал: есть мечта, но денег - ровно столько-то. Его не послали, а дали телефон заводчицы, у которой забронировали двух щенков «в богатый дом», но потом «богач» испарился - и засидевшихся малышек она готова была продать со скидкой. Так мы и стали владельцами прекрасного пса за нужную нам сумму.

Есть и другие варианты уменьшить ценник. Например, у серьезных заводчиков могут быть щенки с некоторыми отклонениями от стандарта породы в окрасе - они стоят дешевле, хотя будут не менее верными друзьями.

А 12 августа мы расскажем, во сколько обходится содержание кошек и собак.

От чего зависит стоимость

брадора за 10 - 15 тысяч не бывает - заводчик не отобьет затраты на корм.

- Наиболее доступны по цене щенки таких мелких пород, как той-терьер, йоркширский терьер, - инструктирует ветеринарный врач, кинолог, заводчик русских псовых борзых Вероника Кохтенко.

У кошек стоимость больше определяется спросом на породу и числом питомников, которые ее могут предложить в рамках нескольких соседних регионов.

Модные и дизайнерские породы

Мелкий питомец дизайнерской породы, несмотря на карманный размер, может стоить семизначную сумму. Это гибриды, которые выводятся с декоративной целью и для удобства содержания в квартире - например, мальтипу (помесь мальтийской болонки и той-пуделя).

- Высокая стоимость в данном случае - не гарантия «качества», так как генофонд не может устояться за короткое время. Соответственно, предрасположенность к заболеваниям и психическое здоровье - лотерея, - предостерегает Вероника Кохтенко.

НА ЗАМЕТКУ

ВОТ МОИ ДОКУМЕНТЫ

Как работают ответственные заводчики и приюты.

1 Обращайте внимание на документы, которые вам передают вместе с питомцем.

- С заводчиком заключается договор купли-продажи щенка или котенка, с приютом - договор ответственного содержания (там прописаны права и обязанности хозяина).
- Вместе с хвостатым вам должны передать его ветеринарный паспорт с отметками о прививках и обработках от паразитов.
- Породистость подтверждается метрикой («свидетельство о рождении» - потом вы его обменяете на родословную). Этот документ означает, что малыш прошел «регистрацию» в породном клубе или ассоциации и соответствует требованиям к породе. Метрики, бывает, подделываются. Выяснить это несложно - надо позвонить в клуб, который якобы этот документ выдал.

2 Ответственным людям небезразлично, что будет с питомцем дальше.

Поэтому, когда заводчики или волонтеры задают будущим хозяевам много вопросов - это нормально. Насторожить должно, когда ни о чем не спрашивают - только заберите зверушку и побыстрее. А животное передают где-то на пороге или в метро, не показывая условия, в которых оно выросло.

3 Заводчики передают щенков или котят в новый дом в возрасте не моложе трех месяцев.

Отрывать малышей от мамы раньше - плохо для иммунитета и развития. К моменту переезда к новым хозяевам они должны быть привиты и обработаны от всего, чего следует.

⚠ Не ест и подводные камни.

Так, некоторые приюты настолько маниакально озабочены светлым будущим питомцев, что могут вынуть душу даже из самых безупречных хозяев. Например, после «усыновления» звонят в любое время и требуют прислать свежее фото, доказывающее, что хвостатый цел и доволен жизнью. Или захотят явиться с инспекцией к вам домой - разузнать, в каких условиях будет жить кошка или собака.

Отсюда совет - если хотите иметь дело с приютом, изучите его заранее (в том числе по отзывам в интернете). И внимательно читайте договор на предмет сюрпризов. Например, некоторые приюты указывают, что животное остается их собственностью и они могут забрать его когда вздумается.

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА 91.0 FM

Программа о домашних любимцах «Хвост, усы и лапы» - каждую субботу в 17.00 в эфире Радио «КП»

Алексей ВОЛОДИХИН,
агроном

Проблемы с помидорами, которые возникают во второй половине лета.

Конец июля и август - время собирать помидоры. Тем обиднее, если ты в них вложил всю душу, а они - болеют, грустнеют, сбрасывают завязи. Можно ли исправить ситуацию? Чаще всего во второй половине лета у томатов возникает 5 трудных ситуаций.

Не завязываются плоды

Бывает так, что томатный куст внешне хорош, обильно цветет, а помидорок на нем образуется всего ничего.

● **В чем причина.** Как правило, в слишком высокой температуре воздуха. Это часто бывает в теплице - солнце сквозь пленку или стекло жарит нещадно. А если температура воздуха в парнике поднимает выше 32 °С, пыльца в цветках становится стерильной и опыления не происходит.

Как помочь. Первым делом, если томаты растут в теплице, надо ежедневно утром открывать все форточки и двери - пусть будет сквознячок. Вечером их нужно закрывать.

Второе - притенение. Это в том случае, если проветривание не помогает. Самое простое - накинуть на теплицу белую нетканку. Свет сквозь нее проходит, но солнце не жарит так сильно, как через стекло или поликарбонат.

В открытом грунте спасением будет полив - раз в неделю в землю под каждый куст нужно выливать 5 л воды. И еще надо укрыть почву, желательно соломой или сеном (можно нарвать обычной травы и прямо свежей разложить ее на грядки, за пару дней она высохнет) - светлая мульча отражает солнечные лучи, земля не будет нагреваться сильно, и температура воздуха вокруг томатов значительно снизится.

Не растут завязи

Еще одна типичная проблема - помидорки завязались, достигли размера вишни или грецкого ореха и остановились в росте.

● **В чем причина.** В нехватке влаги, что также бывает в жару.

● **Как помочь.** Хорошо поливать. Не каждый день по чуть-чуть, как делают некоторые дачники - это ничего не даст, а именно раз в неделю по 5 л! И опять же мульчировать грядки, чтобы влага не испарялась.

Не зреют

Бывает, помидоры достигли нужного размера, висят на кустах гроздьями, а не краснеют.

● **В чем причина.** Обычно это нехватка тепла. Ночи в августе становятся прохладными, а к концу месяца и днем сильной жары уже не бывает.

● **Как помочь.** На погоду мы повлиять не в силах, но есть несколько приемов, которые позволяют ускорить созревание. Надрыв корней. В природе так устроено, что если растение получает какое-то повреждение, оно стремится как можно быстрее дать потомство, чтобы не сгинуть бесследно. С надорванными корнями томаты все свои питательные вещества направляют в плоды, тем самым ускоряя их созревание.

Чтобы корни надорвались, растения нужно слегка подтянуть руками вверх, ухватив стебель за нижнюю часть. Делать это в конце лета, когда на кустах еще висят зеленые помидорки, но уже ясно, что естественным образом они созреть не успеют.

Разрез стебля. Принцип этого метода такой же, как и при надрывании корней. Плоды в этом случае дозревают гораздо быстрее.

При этом способе у самого основания стебля острым ножом вдоль побега нужно сделать сквозной разрез длиной 7 - 10 см и вставить в него деревянные палочки.

Водочные уколы. Более 100 лет назад ученые обнаружили, что этиловый спирт ускоряет созревание плодов - помидорки после его применения поспевают на 8 - 16 дней быстрее. Так что смело берите метод на вооружение. Суть его проста: обычным одноразовым шприцем в зеленые томаты нужно ввести 0,25 мл спирта (96%) или 0,5 мл водки (норма на 1 плод). В каждую помидорину полагаются сделать по несколько уколов с разных боков, чтобы созрели они равномерно.



Завязи возникают, но помидорки останавливаются в росте, достигнув размера виноградины.

Natalia Kokhanova/Shutterstock/Photodisc

Большие бурые пятна

Если они появляются на верхушках плодов - это вершинная гниль - физиологическое заболевание, вызванное нехваткой кальция.

● **В чем причина.** Кальций - малоподвижный элемент. Его обычно много в почве, но не всегда он в нужном количестве попадает в растения. Это может быть из-за недостатка воды, слишком влажного или чрезмерно сухого воздуха или избыточных подкормок.

● **Что делать.** Можно обработать растения хлоридом кальция - 10 - 30 г на 10 л воды или нитратом кальция (кальциевая селитра) - 13 - 15 г на 10 л воды. И разумеется, скорректировать уход, чтобы болезнь не проявлялась снова.



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



Томатный шок



Евгения Гусева/«КП» - Москва

Крупноплодные сорта вырастают мелкими

У некоторых сортов томатов плоды достигают 200 - 300 г, а иные бывают по полкило и даже килограмму! Производитель обычно указывает это на пакете с семенами, дачники охотно такие сорта покупают, но в итоге получают помидоры по 100 г -

не больше. Думают, их обманули. На самом деле нет.

● **В чем причина.** Она всегда одна - неправильный уход. Крупноплодные сорта требуют к себе повышенного внимания и особых знаний.

● **Что делать.**

Во-первых, хорошо кормить - дозы удобрений должны быть в 1,5 - 2 раза больше, чем у обычных сортов томата.

Во-вторых, правильно формировать. У таких растений нужно оставлять всего 1 стебель, удаляя все пасынки. Первое соцветие тоже нужно отрезать - оно перетягивает на себя питательные вещества в ущерб остальным плодам. После того

как образуется 3 - 4 плодовые кисти, надо прищипнуть верхушку (сохранив над последней кистью 2 - 3 листа), чтобы куст не тратил силы на рост, а направлял их на созревание урожая. В каждом соцветии следует оставить по 3 - 4 завязи - остальные помидорки все равно не наберут нужной массы. Пасынковать побеги крупноплодных томатов надо не реже одного раза в неделю.

В-третьих, поливать крупноплодные сорта надо обильнее - по 1 ведру на куст.

И еще важно подвязывать каждое растение к колышку или шпалере, потому что стебли крупноплодных томатов часто не выдерживают массы собственных плодов. Когда помидоры начнут наливаться, каждую кисть также полезно подвязывать, дабы не надломилась.

На листьях и томатах появились темные пятна

Это фитофтора - самый опасный патоген из тех, что поражают томаты. Болезнь способна за пару недель свести на нет весь урожай.

Первые признаки болезни - на листьях появляются коричневые пятна. Затем бурые вмятины образуются на плодах, и помидоры начинают гнить.

● **В чем причина.** Она всегда одна - повышенная влажность при пониженных температурах. Вспышки фитофторы чаще случаются во второй половине лета, в дождливую погоду или при обильных утренних росах, но бывают они и при неправильном поливе.

● **Как помочь.** Первым делом важно повысить иммунитет растений. Для этого необходимо подкормить томаты суперфосфатом и сульфатом калия - по 2 ст. ложки на 10 л воды. Норма расхода - 1 - 1,5 л на куст.

Хороший эффект дает

внекорневая подкормка по листьям раствором борной кислоты - 1 чайная ложка на 10 л воды. Норма - 1 л на 1 кв. м.

А теперь самое важное - правильный полив. Поливать томаты нужно утром, чтобы к вечеру поверхность почвы подсохла. Лить воду надо строго под корень, не допуская попадания влаги на листья. И вода должна быть теплой.

Но что делать, если томаты уже заболели? Для томатов рекомендован препарат «Ордан» - 25 г на 5 л воды для обработки растений в открытом грунте и 258 г на 8 л воды для теплиц по 5 л на сотку. Но важно не затягивать - опрыскать растения следует не позднее чем через 2 дня после появления первых признаков болезни. А затем повторить это еще два раза с интервалом 7 - 10 дней. Урожай томатов после опрыскивания можно собирать через 5 дней.

Знаменитые женщины,
выбравшие себе
в спутники жизни молодых
футболистов, хоккеистов
и фигуристов.

Спортсмены предпочитают постарше

**Карина Кросс и Марк Рудаковский
(женаты 4 месяца)**

Популярная блогерша Карина Кросс связала себя узами брака с хоккеистом Марком Рудаковским в апреле. Звезде соцсетей 33 года, а спортсмен на 11 лет моложе. Марк играл за белорусские хоккейные команды, снимался в небольших ролях в сериалах. В начале этого года стал участником проекта «Ледниковый период» (12+) - катался в паре с Елизаветой Туктамышевой и занял второе место.

Карина Кросс (настоящая фамилия Лазарьянц) с подросткового возраста выступала как модель и актриса в рекламе. Снимала юмористические ролики, участвовала в различных телепроектах

(«Звезды в Африке» 16+, «Маска. Танцы» 16+). Сейчас ведет подкаст «Неформат» (16+) на Первом канале.

Марк и Карина начали отношения летом прошлого года, они пересеклись на съемках очередного шоу. В марте 2026-го на одном из хоккейных матчей Рудаковский сделал предложение. А 19 апреля стало известно, что пара обвенчалась в храме в Минске. Через несколько дней молодые расписались - в загс они пришли в спортивных костюмах.

Для Кросс этот брак стал вторым. Она уже была замужем за скандальным блогером Евгением Ершовым (младше на 6 лет).



**Лера Кудрявцева
и Игорь Макаров
(женаты 12 лет)**

Телеведущая Лера Кудрявцева была уже настоящей звездой экрана, когда к ней в клубе подошел хоккеист команды СКА. Игорь Макаров оказался на 16 лет моложе Леры и лишь на 3 года старше ее сына Жана, которого она родила в браке с барабанщиком группы «Ласковый май» Сергеем Ленюком. Но во время той самой первой встречи Кудрявцева поняла, что молодой спортсмен - ее человек, поэтому после этого они буквально не расставались.

Уже через несколько месяцев Игорь сделал Лере предложение руки и сердца. Она согласилась, несмотря на разницу в возрасте. «В нашей семье он - старик, а я молодая», - в шутку говорила ведущая.

8 июня 2013 года прогремела роскошная свадьба Кудрявцевой и Макарова. Молодоженов поздравляли Евгений Плющенко и Яна Рудковская, Анна Семенович, Григорий Лепс, Игорь Крутой, Анастасия Волочкова, Дмитрий Маликов и многие другие звезды эстрады и спорта. Вели мероприятие Игорь Верник и Николай Басков, а невеста сменила три наряда.

9 августа 2018 года Лера родила дочь Машу. Кудрявцева рассказывала, что путь ко второму материнству был для нее очень сложным и длился не один год. Сейчас Мария Макарова заканчивает первый класс.

В январе 2024 года телеведущая сообщила в соцсетях, что ушла от мужа. «Алкоголь - зло», - написала она тогда. Позже она простила Игоря, но и это оказалось ненадолго. В апреле 2025 года Кудрявцева признавалась, что «устала спасать и жалеть». Позже выходил на связь и ее супруг, отвечая на обвинения в алкоголизме. В итоге Лера и Игорь помирились.

■ А В ЭТО ВРЕМЯ

Надежда Сысоева рассказала, в чем зрелые женщины выигрывают у юных.

41-летняя юмористка и актриса, которая сейчас встречается с блогером Колей Безопасностью (Николай Гололобов, 25 лет) призвала молодых мужчин выбирать дам постарше. Она привела следующие аргументы.

✓ **Свое жилье.** Молодые девушки обычно живут с родителями, а женщина в возрасте, как правило, имеет собственную квартиру и машину, которыми может делиться с возлюбленным.

✓ **Жизненный опыт.** Зрелая женщина может дать хороший совет в вопросах бизнеса, здоровья и других сферах в отличие от девушки, кругозор которой ограничен «светской повесткой».

✓ **Свободное время.** Встречаясь с ровесницей, молодой

человек вынужден искать ее по клубам и оплачивать заказанное ее подружками шампанское. А взрослая дама выберет домашний ужин, но если вдруг и пропадет, то найти ее можно будет в МФЦ.



Екатерина ИНОЗЕМЦЕВА.

**Яна Рудковская
и Евгений Плющенко
(женаты 16 лет)**

Продюсер Яна Рудковская (51) и прославленный фигурист Евгений Плющенко (43) познакомились зимой 2007 года в Лондоне. Делегация из России тогда билась за звание Сочи как столицы Олимпийских игр 2014 года. Членами этой делегации были и Дима Билан со своим продюсером, и олимпийский чемпион Плющенко. Бизнес-леди и фигурист сразу понравились друг другу, а уже в следующем году, сразу после «Евровидения» в Белграде, на котором выиграл Билан вместе с Плющенко и скрипачом Эдвином Мартоном, Рудковская получила предложение руки и сердца.

И у жениха, и у невесты за плечами был опыт неудачных отношений. Плющенко был женат на социологе из Петербурга Марии Ермак. У них был болезненный развод, по итогам которого сын Егор официально стал носить фамилию матери. Рудковская пережила еще более тяжелый разрыв с бизнесменом Виктором Батуриным, ей пришлось воевать с ним за сыновей Николая и Андрея (один из них родной, второй - под ее опекой, парням уже 24 года).

Как бы то ни было, 12 сентября 2009 года Яна и Евгений поженились. На свадьбе гулял весь российский шоу-бизнес: Филипп Киркоров, Дима Билан, Федор и Светлана Бондарчук, Тина Канделаки. После росписи в Кутузовском загсе Москвы гости отправились отмечать торжество в Barvikha Hotel & SPA.

6 января 2013 года у супругов родился сын Саша, который с легкой руки родителей получил прозвище Гном Гномыч. А 25 сентября 2020 года Рудковская и Плющенко снова стали родителями - при помощи сурrogатной матери на свет появился сын Арсений. Парни занимаются фигурным катанием.



**Стася Милославская
и Егор Ушаков
(женаты 4 дня)**

Бывшая девушка Александра Петрова (та самая, которую он бросил ради своей «непубличной» жены) тоже нашла свое личное счастье. 16 мая Стася Милославская вышла замуж за нападающего московского ЦСКА Егора Ушакова. В начале месяца актрисе исполнился 31 год. А ее избраннику - лишь 23.

Интересно, что познакомились влюбленные в интернете. Егор первым решил написать звезде. «Увидела от него сообщение - в этот же день пошла гулять», - вспоминала артистка. Уже через несколько месяцев, в мае прошлого года, футболист сделал Милославской предложение руки и сердца. Произошло это на одном из концертов в Турции.

С 2019 по 2023 год Стася встречалась с коллегой Петровым. Однако осенью 2023-го Петров (ему тогда было 34 года) вдруг неожиданно для поклонников женился на 22-летней Виктории Антоновой, через полтора года у них родился сын Федор.

Личная страница Стаси Милославской в социальной сети

Личная страница Карины Кросс в социальной сети

Личная страница Леры Кудрявцевой в социальной сети

Владимир ВЕЛЕНГУРИН/«КТ» - Москва

Личная страница Надежды Сысоевой в социальной сети

«Одиссея» Кристофера Нолана:

Уж видел смерть в глазу циклопа. Но дома плачет Пенелопа!

В параллельный российский прокат вышел главный и самый ожидаемый голливудский фильм года с бородатым Мэттом Деймоном в главной роли.

Кадр из фильма «Одиссея», 2026



«Мы с тобой и с конем на Трою пойдем...» - нараспев подумал Одиссей.

Денис КОРСАКОВ

В рецензиях на «Одиссею» 18+ часто появлялись предупреждения: «содержит спойлеры». Образованных людей это веселит: какие спойлеры могут быть в экранизации эпоса, которому примерно 27 веков? Даже те, кто никогда не утруждал себя чтением Гомера, должны же знать, что это история про мужика, который мучительно долго возвращается домой с Троянской войны, выживая в контактах с циклопами, людоедами и морскими чудовищами. А жена Пенелопа упорно ждет его и в конце концов дожидается.

ВСЕ РАЗДРАЖАЕТ! НО НЕДОЛГО

Многих людей правых взглядов возмутило, что Елену Прекрасную (как и ее сестру Клитемнестру) играет чернокожая Лупита Нионго, а богиню Афины - мулатка Зендея. К этому можно прибавить, что лицо Мэтта Деймона критик Алексей Васильев еще в 2002 году обозвал «рязанской ряхой», и в этом смысле оно за четверть века не сильно изменилось:

первые полчаса думаешь, что Одиссей здесь больше похож на персонажа Шукшина, а не Гомера.

А циклоп Полифем вообще смахивает на Голлума, только крупного. Троянский конь слишком красивый, ладный и гладкий, чтобы поверить, что его можно было на скорую руку соорудить из подручных материалов. Том Холланд, так долго выглядевший подростком в «Человеке-пауке», вдруг резко повзрослел, и теперь уже нелегко поверить, что это двадцатилетний юноша...

Поначалу «Одиссея» раздражает. Но где-то через час, на появлении лестригонов (которые выглядят как средневековые рыцари) ты просто перестаешь обращать на это внимание.

А ПОТОМ ОТКРЫВАЕТСЯ РОТ

Кристофер Нолан ведь стал самым популярным режиссером на планете Земля не просто так. Он

и правда великий. В мемуарах Сергея Соловьева есть фраза, которую он приписывает французскому Рене Клеру: «Если в фильме, длящемся полтора часа, тебе удастся обнаружить хоть секунд сорок, минуту, много - две «чистого кино», то это ты уже попал на великолепное произведение искусства кинематографа». Что такое «чистое кино», при этом очень трудно определить, но легко почувствовать (легко, например, почувствовать, что в современных российских, да и голливудских фильмах его практиче-

ски нет). У Нолана даже в худших картинах этого чистого кино - вагоны. В том, как расправляет крылья Бэтмен, вылетающий из падающего с метромоста поезда. В том, как в финале «Дюнкерка» 16+ снимает шлем Том Харди. В том, как Мэттью Макконахи в «Интерстелларе» 16+ проверяет, не спряталась ли на сиденье машины дочь. В том, как по карте СССР, рифмуясь с каплями дождя в первом кадре фильма, расходятся круги от воображаемых ядерных взрывов («Оппенгеймер»). В том, что происходит с многоэтажными зда-



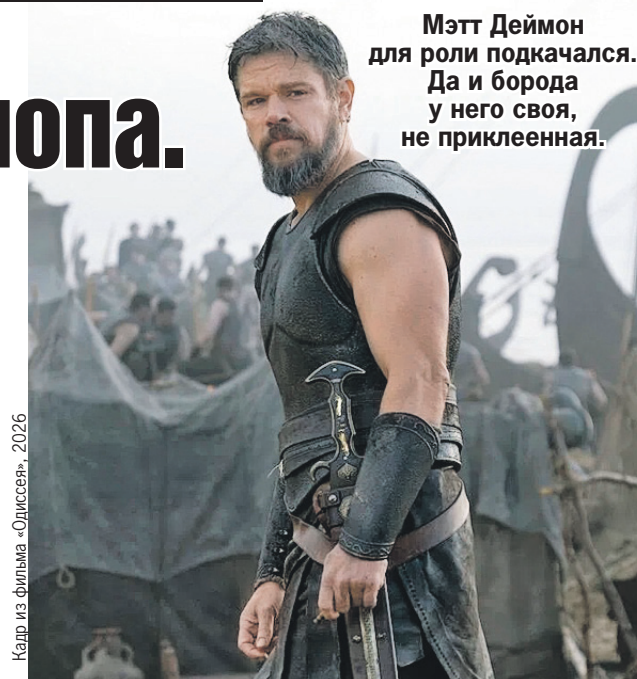
Кадр из фильма «Одиссея», 2026

Верную жену Одиссея и царицу Итаки сыграла Энн Хэтэуэй...



Кадр из фильма «Одиссея», 2026

...а Елену Прекрасную (и ее сестру Клитемнестру заодно) - Лупита Нионго, мексикано-кенийская актриса.



Мэтт Деймон для роли подкачался. Да и борода у него своя, не приклеенная.

ниями в финале «Довода» 16+. В том, как в «Одиссее» Пенелопа смотрит сквозь нити савана, который ткала и распускала годами. Перечислять можно очень долго, так и не сформулировав, что именно тебя гипнотизирует: монтаж, ракурсы, эlegantность, точность, контраст фантастической легкости с тяжеловесностью? Способность увидеть мир таким, каким его еще не видел никто из кинематографистов? «Одиссею» ты в конце концов смотришь с открытым ртом.

НЕ СОВСЕМ ГОМЕР. И СОВСЕМ НЕ ГОМЕР

Спойлеры тут, кстати, действительно возможны, потому что Нолан все переделывает по-своему: он радикально не отступает от гомеровского сюжета, но его кинематографические решения (сцена в Аиде, визит к Цирцее, взятие Трои) - это то, что вы должны увидеть своими глазами.

Гораздо больше сомнений, чем цвет кожи актеров, могут вызвать моральные страдания Одиссея, пришедшие не

из Гомера, а из «Оппенгеймера» 18+. Там герой создавал атомную бомбу, а потом переживал, что его (подумать только!) начали убивать люди; вот и тут происходит нечто подобное. Но этот, мэттдеймоновский Одиссей, сравнительно простой по сравнению с многоумным протагонистом поэмы, действительно может годами терзаться из-за того, что нормальному ахейцу, скорее всего, и в голову бы не пришло.

Он не «пространством и временем полон», а раскаяниями и горькими сожалениями, причем ровно так и задумывалось. Еще раз - это не совсем Гомер, а в какие-то моменты совсем не Гомер, это довольно мрачная переделка его истории - про то, что люди по своей прихоти рушат законы и сами приближают конец своей цивилизации.

Тем не менее магия имени Нолана гарантирует фильму гигантские сборы (меньше чем за две недели они уже добрались к \$700 млн) и кучу «Оскаров», включая главный. Если, конечно, в последний момент не подкрадется какая-нибудь очередная «Анора» 18+, которая выступит в роли подлого Троянского коня.

ДОСЛОВНО

Александр ГАМОВ

Советник Президента России ответила обозревателю «КП» на вопрос о запрете Ригой 8 песен Раймонда Паулса, поскольку они не должны быть созданы или исполнены теми, «кто под санкциями», то есть российскими певцами на русском языке...

- Это надо было дойти до такого - до оскорбления своего собственного выдающегося композитора, - ответила Елена Ямпольская

Елена ЯМПОЛЬСКАЯ:

В Латвии пилят остаток сучка, на котором сидят

на наш вопрос на брифинге для российских и иностранных СМИ. - Вместо того чтобы гордиться им, его вкладом в мировую музыкальную культуру, они распространяют санкции на его произведения.

Паулсу 90 лет в этом году. Президент России своей телеграммой сердечно его поздравил. И, насколько я знаю, Раймонд

Волдемарович не удивился решению латвийских властей, но лишь задает вопросы, куда это все приведет.

А приведет это к тому, что у Иванов, родства не помнящих, которые желают отречься от всего, что их связывало с Россией, очень много давшей этим странам, в том числе в культурном

плане, у них просто будет гораздо меньше шансов сохраниться самим и сохранить собственную культуру.

Мы Паулса по-прежнему любим. И лучшие его песни, конечно, на русском языке, на слова наших поэтов.

Я пыталась полюбопытствовать, что же это за восемь песен. Но

в открытом доступе такой информации нет.

Латвия, по сути, продолжает пилить тот остаток сучка, на котором сидит.

Все это и прискорбно, и анекдотично.

Люди борются с собственной культурой, мы не можем им этого запретить...



Виктор Бут - в студии Радио «Комсомольская правда».

Любовь МОИСЕЕВА,
Александр ГАМОВ

Интервью российского бизнесмена и политика Виктора Бута, отсидевшего почти 15 лет в американской тюрьме по сфабрикованному уголовному делу, самому топовому журналисту США Такеру Карлсону потрясло эту страну. Честный разговор об Украине и глобалистах, управляющих Западом, за первые же сутки набрал больше миллиона просмотров.

О чем спрашивал Такер и что осталось за кадром, мы узнали у самого Виктора и его супруги Аллы в эфире Радио «Комсомольская правда» (97,2 FM).

ИНТЕРВЬЮ, КАК ТОРНАДО

- Алла, вы мужа от интервью не отговаривали?

Алла Бут (А. Б.): А зачем? Карлсон интересный журналист, муж - интересный человек. Хотя это и было волнительно - как маленькое торнадо.

- Такер на вас вышел сам или через помощников?

Виктор Бут (В. Б.): Сам, по телефону. Он с начала спецоперации был одним из немногих в США, кто пытался разобраться в ее сути. И это было самым важным - донести наше видение до огромной аудитории, которая смотрит Карлсона. Не пропагандисту и не чиновнику, а рядовому человеку обратиться напрямую к простым американцам. Среди них многие относятся к России доброжелательно.

А. Б.: Американцы пишут: понятно, что Бут не актер. Он верит в то, что говорит, сыграть так невозможно. У него не было ни одной бумажки, он глазами не бегал, текст с экрана не читал.

- Карлсон следил за вашей судьбой с самого начала заключения в американскую тюрьму...

В. Б.: Когда меня обменяли, он резко критиковал за это администрацию Байдена. Всерьез верил в обвинения против меня. Но с тех пор многое изменилось...

НЕ ПО СЦЕНАРИУ

- Тема интервью заранее обговаривалась или это была чистая импровизация?

В. Б.: Мы обсудили, о чем

можно поговорить, он спросил, комфортно ли это для меня. Я ответил, что комфортно почти все. Это ему понравилось, поэтому разговор был не по сценарию.

- За кадром многое осталось?

В. Б.: Конечно. Такер даже сказал: «Давайте скорее начнем записывать, а то мы сейчас выговоримся». До и после интервью мы долго болтали.

- А из самой записи что-то вырезал?

В. Б.: Нет, как записали 1 час 3 минуты, так и вышло.

А. Б.: Когда они говорили о внутренней политике США, Такер сказал: «Теперь понятно, почему вас посадили». Я потом читала комментарии американцев: «Бут разбирается в Америке лучше, чем наши политики».

В. Б.: Я говорил, что американский народ в первую очередь стал жертвой глобалистской элиты. Она свои эксперименты над человечеством вначале проводила на американцах, а потом уже на Европе.

- Какие эксперименты?

- В Америке это началось в 1950-х с разрушения чернокожих семей. Потом добавили сексуальную революцию и

наркотики. Дальше - ЛГБТ*, трансгендеры* и деиндустриализация.

Поэтому в Америке многие уже понимают, что на Украине Россия ведет борьбу с этими силами. Для всех нормальных людей это война фактически за будущее человечества.

БЕЗ КВАРТИРЫ НЕ СЕМЬЯ

- Вообще-то политика и семья живут параллельно...

- Наоборот! Государство состоит из семей - ячеек общества. И если семье хорошо, в ней много детей, то и государство благополучно.

- А в чем благополучие семьи?

- Самое первое - жилье. Оно нужно не после 20 лет скитания по углам, а сразу, как только создается семья. Значит, ипотека должна быть доступной. А после рождения третьего-четвертого ребенка ипотеку вообще нужно обнулять. После этого, поверьте, в народе включатся родовые инстинкты. У нас в крови еще есть понимание, что семья должна быть большой.

ОРДА БЕЗ КОРНЕЙ

- А про Путина спрашивал у вас Карлсон?

О ЛИЧНОМ

У любви глаза какие?

- Мы нашли фото, на котором юный Виктор держит на руках юную Аллу.

А. Б.: Ой, господи! Это Санкт-Петербург, Дворец бракосочетания. У нас же в этом году 35 лет совместной жизни!

- Из них 15 лет разлуки, тревог и горя - когда Виктор сидел в американской тюрьме. Как не отчаяться?

А. Б.: То есть не отчаиваться? Все было: и слезы, и борьба. Я на всех судах была, почти адвокатом стала, могу юридические советы давать. А когда я думала, что хуже быть не может, вспоминала моих родителей. Они блокадники. И думала, как мама, умиравшая от голода семилетняя малышка, при артобстреле карабкалась на крышу своего пятиэтажного дома, чтобы тушить, если что-то загорится. И спрашивала себя: неужели мне сейчас хуже, чем ей?

В. Б.: Только любовь дает силы, когда уже думаешь, что вариантов нет.

- Это и есть рецепт семейного счастья?

А. Б.: Где-то я прочитала: перед тем как жениться, подумай: готов ли ты с этим человеком разговаривать всю жизнь? Нам до сих пор есть о чем поговорить.



35 лет назад Виктор Бут вынес Аллу из питерского загса, и с тех пор они неразлучны.

- Не ссоритесь?

В. Б.: Только когда рисую.

А. Б.: Я художник по образованию, а Витя научился рисовать в тюрьме... И вдруг он мне тоном профессионала: знаешь, как эта краска замешивается? А я: не важно, чем ее замешивать!

В. Б.: Доходит до того, что: «Бери кисти и сама рисуй, а мне не мешай».

А. Б.: Поэтому главное - не пытаться родного человека перевоспитывать.

- Какими глазами мужчина должен смотреть на женщину?

А. Б.: Счастливыми.

В. Б.: Влюбленными.

- Нет. Про Путина спрашивал Алекс Джонс. Это американский радиоведущий, мы с ним каждую неделю выходим в эфир. Он как-то сказал, что я пропутинский политик, я его поправил: «Нет-нет, я в оппозиционной партии, мы часто ругаем власти». Он так удивился, говорит: «Больше не буду читать британские газеты».

- Отношения России с Америкой вы с Карлсоном обсуждали?

- Я всегда говорю, что у нас много общего с американским народом. Что войну против нас ведут элиты - и даже после окончания СВО они нас в покое не оставят. Так же как не оставят и простых, нормальных американцев, немцев, французов.

Я думаю, рано или поздно произойдет сдвиг и человечество скинет тиранию глобалистов, которые захватили власть и ведут свои народы на самоубийство. Пример Украины показательный - как можно перепрошить народ. Подменить образование, и все - через 10 лет у вас орда, не помнящая своих корней.

- Когда мы дождемся майда-на в США?

- В Америке это очень сложно. Там общество разделено, оно в состоянии холодной гражданской войны, которая то затухает, то разгорается. США должны принять какие-то отчаянные меры, чтобы заняться самими собой, а не изображать «жандарма всей планеты», который постоянно воюет вдалеке от своей родины.

НЕПРИЕМЛЕМЫЙ УЩЕРБ

- Война с Ираном как-то связана с этой внутренней войной в США?

- Безусловно! Это попытка заткнуть внутренние дыры внешними проблемами. И война в Иране еще не исчерпана, обе стороны не достигли своих целей. Трамп еще вернется к военному давлению на Иран (интервью записывалось до начала новых бомбежек США в Персидском заливе - Бут оказался прав. - Ред.)...

- Гренландию он больше не будет требовать?

- Почему? Будет. Но позже. А пока продолжит угрожать Европе выходом из НАТО.

- Чему нас учит война США с Ираном?

- Иран не стал в лоб атаковать Израиль и Америку, а нанес удары по их болезненным точкам. Попало и в Арабские Эмираты, и в Катар, и в Бахрейн... Представьте, если бы мы сейчас за любое попадание по нашим НПЗ выбивали по три НПЗ в Европе - в Германии, Польше, Франции? Ни одной ракеты со стороны Украины к нам бы больше не прилетело.

- Ведь Европа и не скрывает, что участвует в конфликте.

- Да. США уже поняли, что для них конфликт с Ираном вышел за грань приемлемого ущерба. Мы тоже можем нанести Европе неприемлемый ущерб. И даже больше...



Беседуем с теми, кому есть что сказать.
Слушайте программу «Диалоги» на Радио «КП»

*В России международное движение ЛГБТ решением суда признано экстремистским и запрещено.

МИСС КУПАЛЬНИК «КП»

Елена ПОЛЯНСКАЯ,
Самара:

- Я врач-косметолог, каждый день помогаю клиентам приумножить и сохранить свою красоту. Увлекаюсь аэройогой (занятия в специальных подвесных гамаках) и сап-серфингом. Уверена, что жизнь - это постоянный поток возможностей, и только ты решаешь, воспользоваться ими или нет.



Комментирует
Лилия ТАЛАЛАЕВА,
стилист, дизайнер:
- Нейтральный оттенок купальника с контрастной отделкой хорошо сочетается с диким каменистым берегом. А минимальные украшения, которые выбрала Елена, добавляют легкий акцент. Складывается спокойный умиротворенный образ в гармонии с окружающей природой.

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

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



На диване с «Комсомолкой»

■ АНЕКДОТЫ

Самое тяжелое для жены моряка - это ждать.

День за днем, месяц за месяцем ждать.

Ждать, когда муж наконец-то уйдет в море.

* * *

У меня в жизни было множество возможностей опозориться. И я не упустил ни одной из них.

* * *

- Катя, а ты знаешь, что ты деепричастие настоящего времени от глагола «катить»?

* * *

Когда таксист начинает с тобой разговаривать - это тариф дискомфорта.

* * *

Когда я рожала, за окном были снег и пурга. В честь этого я и назвала ребенка!

- Снежана?

- Пургений!

* * *

Самое большое счастье для девушки:

1) выйти замуж...

2) выйти замуж за того человека, за которого хотела...

3) выйти замуж за того человека, за которого хотела выйти другая.

* * *

Если попросить человека не отправлять голосовые, он будет начинать их словами: «Сорри, что голосовым»

* * *

Правительство подтвердило планы повысить налоги для среднего класса. Простых людей это не коснется, а только тех зажавшихся,

у кого доход свыше 37000 в месяц.

* * *

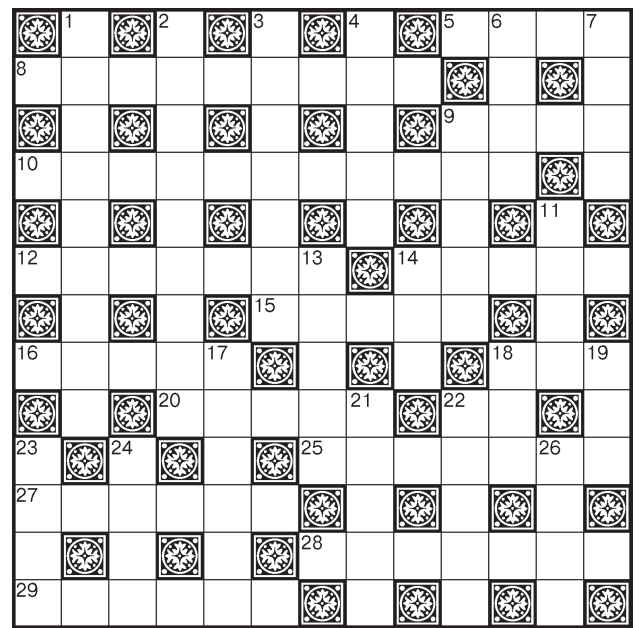
Нет в мозгу извилин.

Нет на лбу морщин.

Нет для грустных мыслей

Никаких причин.

■ КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



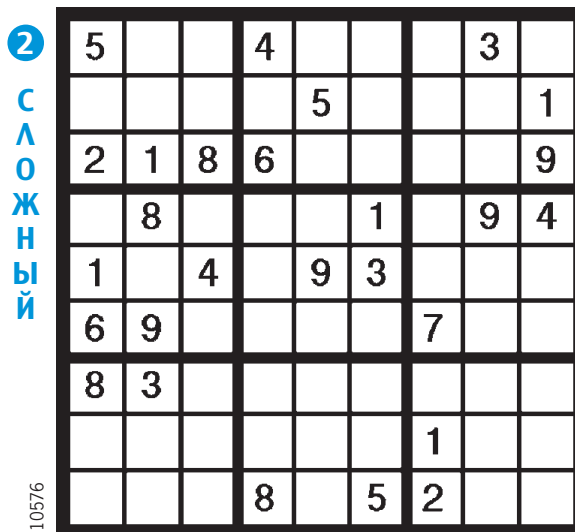
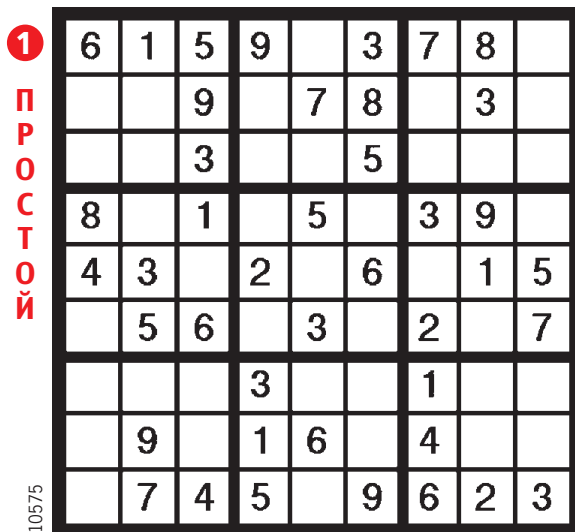
ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. Кто остался присматривать за домом мультяшного Шрека после того, как он женился? 8. Поп «не у дел». 9. Кого зачали в раю? 10. «Софья русской математики». 12. Трансформатор громкости. 14. Танцующий спектакль. 15. Тревожные удары. 16. Шахерезада у Джозеля Харриса. 18. Из чего грехи сотканы? 20. Чей храп особенно громкий? 22. Китайский боевой топор. 25. Хулиганская. 27. Что юлит по полу? 28. Время выстрела со стены Нарышкина бастиона Петропавловской крепости. 29. Цветок, символ весны.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Отправка в каталажку. 2. Букетная «елочка». 3. Лю-

бимец Мальвины. 4. Как звали отца Эдуара Мане? 6. Что копром вбивают? 7. Патронус Северуса Снейпа. 9. Мера при взвешивании алмазов. 11. О ком Кристофер Нолан отозвался так: «Личность, в которой воедино сливаются тьма и свет»? 13. Вокальная мелодия. 14. Праздник для Золушки. 17. Один из коренных народов Сибири. 18. Катализатор чёса. 19. Хвалебный жанр в поэзии. 21. Кого из чеховских героев Сергей Бондарчук сыграл в фильме «Попрыгунья»? 22. Какое кушанье колоритно подают в ресторанах швейцарской кухни? 23. Безупречный ... лица. 24. Вавилонский ... 26. Кого хомутают?

ОТВЕТЫ ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. Осёл. 8. Расстрига. 9. Каин. 10. Ковалевская. 12. Металон. 14. Балет. 15. Набат. 16. Римус. 18. Зно. 20. Сосед. 22. Фу. 25. Выходка. 27. Волчок. 28. Поддень. 29. Ландыш. 30. Аспарagus. 31. Карат. 32. Зуп. 33. Бал. 34. Свая. 35. Лань. 36. Сочиты. 37. Сойоты. 38. Зуп. 39. Овал. 40. Фондю. 41. Дымов. 42. Конь.

■ СУДОКУ ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



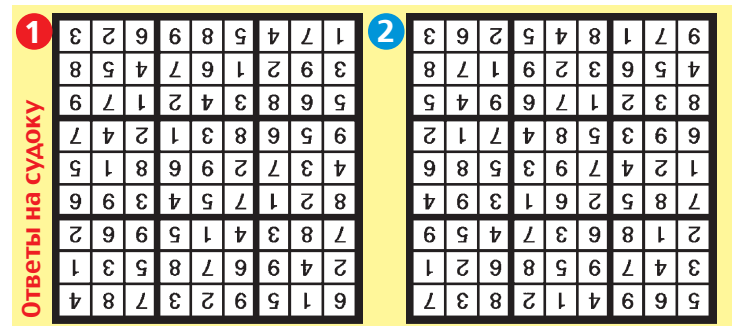
Погода на завтра, 6 августа

по данным
pogoda.mail.ru

	день	ночь
Краснодар	+32...+34	+25...+27
Майкоп	+30...+32	+21...+23
Ейск	+31...+33	+24...+26
Сочи	+27...+29	+22...+24

ясно ☀️ дождь ☁️ гроза ⚡️ пасмурно ☁️ снег ❄️

Давление - 755 мм рт. ст.
(норма - 771 мм рт. ст.)
Относительная влажность воздуха - 32%
Ветер - 6 м/с, восточный
Восход - 05:14
Заход - 19:45
Убывающая луна 🌘



ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор
Олеся Вячеславовна НОСОВА.
Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
Директор краснодарского филиала - Д. Г. МИХЕЕВ
Главный редактор филиала - О. В. СУХОВА
e-mail: kuban@phkp.ru www.kp.ru

Учредитель, редакция и издатель - АО «ИД «Комсомольская правда».
Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

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

Индексы П1101, ПМ976
Тип. №

Газета отпечатана в типографии ООО «Печатный двор Кубани», 350010, г. Краснодар, ул. Тополиная, 19. Заказ № 1836.

ISSN 0233-433X

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

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

Тираж этого номера: 167 617 экз.
Цена свободная

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

