

Свадебный букет для Бузовой

На «Славянском базаре» не только пели и танцевали, но и сватались - стр. 10



Основательница Wildberries Татьяна КИМ:

Делаем все, чтобы покупатели быстро получили свои заказы

Читайте на стр. 3 ►



Кирилл КАЛИНИКОВ/РИА Новости



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Пятница, 24 июля
№ 54 (27800)/2026 год

Газета нашего города ★

KP.RU 1 542 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Министр спорта РФ Михаил ДЕГТЯРЕВ - в эксклюзивном интервью «Комсомолке»:

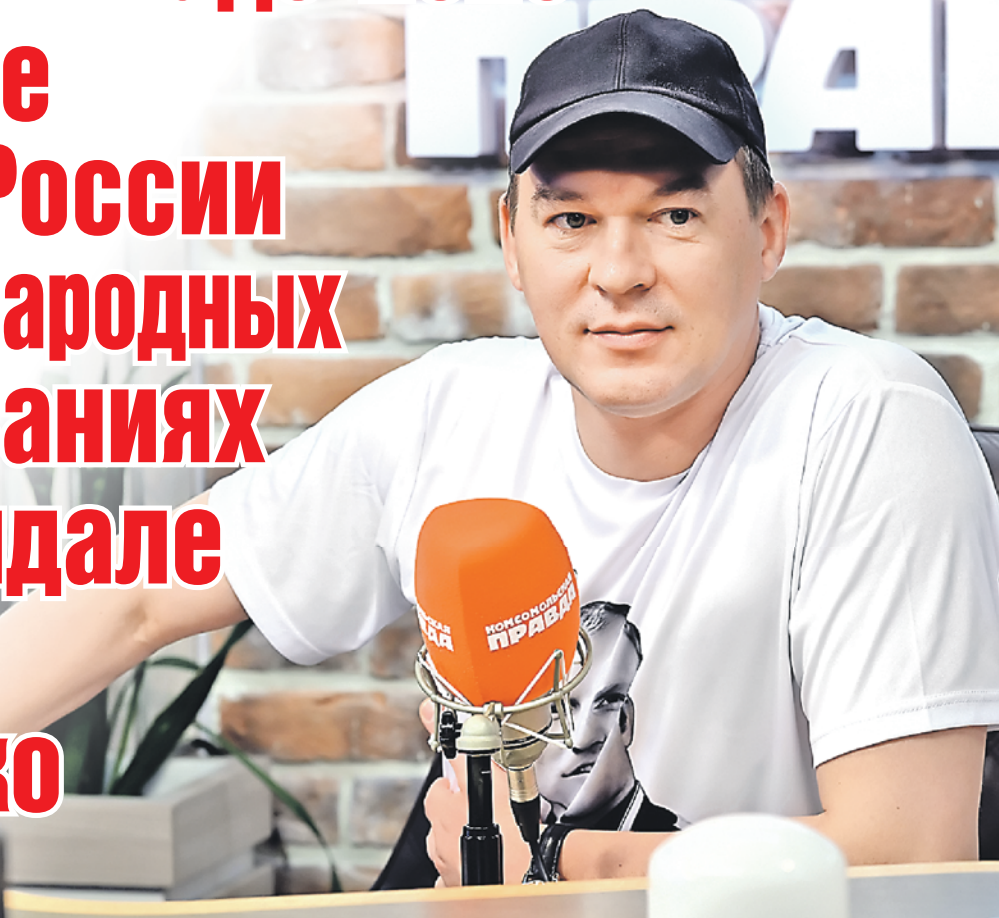
✓ Об Олимпиаде-2028

✓ О флаге

и гимне России
на международных
соревнованиях

✓ О скандале
с сыном
Плющенко

Читайте на стр. 4-5 ►



Рузалия ХАКИМУЛЛИНА



«Не буду общаться с дочерью, пока не разведется с убийцей»

Роман ЛЯЛИН

Откровения отца девушки, которая вышла замуж за преступника, устроившего бойню в казанской школе.

- Я в ужасе! Это позор, пожалуйста, не пишите нигде нашу фамилию. - Отец Дианы, которая вышла замуж за Галявиева, признается: о свадьбе дочери узнал из новостей. И поначалу не поверил.

В мае 2021 года Галявиев (на фото) устроил расстрел и взрыв в школе № 175 в Казани. Во время бойни погибли семеро детей и два учителя, еще 23 человека получили ранения.

Продолжение на стр. 7 ►

Работающих пенсионеров ждет прибавка

Евгений БЕЛЯКОВ

Индексация коснется тех, кто в прошлом году официально работал.

Каждый год 1 августа работающим пенсионерам повышают пенсии. Официально это называется перерасчетом трудовых прав. Поскольку эти пенсионеры продолжают трудиться, работодатели перечисляют за них

страховые взносы в бюджет. Эти взносы идут на выплаты всех пенсий. Отсюда и прибавка.

Чем больше человек работал за 2025 год, тем сильнее вырастет пенсия. Но существует лимит. Прибавить могут не больше трех пенсионных баллов. Один балл - это 156 рублей 76 копеек. То есть максимум, на который может рассчитывать работающий пенсионер, - это прибавка на 470 рублей в месяц.



Чтобы получить эти самые три балла, зарплата у работающего пенсионера должна была быть не менее 57,5 тысячи рублей в месяц. А если заработки непостоянные, то не менее 690 тысяч рублей за весь 2025 год.

Рассчитывать на августовскую индексацию могут 5,9 млн человек. Это примерно каждый шестой пенсионер в стране.

Зачем SHAMAN сжег штаны в русской печи?

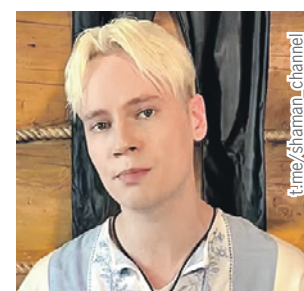
Кирилл МИШИН

Певец кардинально сменил образ.

SHAMAN (Ярослав Дронов) опубликовал видео, в котором бросил одну из самых известных деталей своего образа - кожаные штаны - в русскую печь. Исполнитель решил навсегда отказаться от них перед своим юбилейным концертом в Кремле, который состоится 22 ноября. И, обращаясь к поклонникам, заявил, что

пришло время нового этапа в его карьере: «В 30 лет я стал большим артистом. И уже почти 5 лет я служу России на своем месте. Вы знаете, что не за горами мой юбилей. 35 лет - солидный возраст. Большая ответственность».

По словам музыканта, отказ от кожаных штанов связан с желанием полностью изменить привычный сценический образ: «...Сегодня я навсегда попрощусь с тем, что многие годы рождало зависть, споры,



time/shaman_channel

слухи и сомнения. Настало время перемен. Отныне вы на мне их не увидите».

Кожаные штаны, дреды и привычка засовывать микрофон за пояс стали визитной карточкой SHAMAN в период, когда он получил широкую популярность, вызывая активные обсуждения в интернете.

Видео - на KP.RU.

Все гениальное - ростом

Андрей ЗОБОВ

О подъеме российской экономики, бензине, валовом продукте, ключевой ставке и планах на будущее Владимир Путин рассказал на совещании по экономическим вопросам.

ТОПЛИВНЫЙ ВОПРОС

- Сразу же, в начале нашего совещания, отмечу, что состояние отечественной экономики, ее ключевых отраслей устойчивое. Даже несмотря на внешние попытки дестабилизировать ситуацию в топливно-энергетическом комплексе, в некоторых других секторах, - с ходу заявил президент.

Прекрасно понимая, что главный вопрос в России сегодня - бензиновый (хоть и стоит он уже куда менее остро, чем месяц назад), Путин успокоил граждан:

- Хочу подчеркнуть: трудности, которые нам создают на топливном рынке, носят, безусловно, временный характер.

Ситуация уже исправляется - хоть в некоторых регионах еще есть над чем работать. И самое главное - временные перебои не оказали влияния на экономику в целом. То есть не подорожали продукты, не сорвались сельхозработы и подготовка к уборке урожая. Значит, и удара по карману простых россиян не будет.

ВВП И КЛЮЧЕВАЯ СТАВКА

Следом глава государства рассказал россиянам, как в целом чувствует себя наша страна, - в цифрах. Самое важное: после проблем в первые месяцы 2026 года, когда ВВП падал, мы вернулись к росту.

- В мае, по оценке Минэкономразвития, ВВП Рос-

сии рос скромными темпами. Но все-таки рос - плюс 0,3 процента! - сказал глава государства.

Общие показатели за год тоже вышли в плюс. За период с января по май валовой внутренний продукт поднялся на 0,2%.

Не оставил без внимания Путин и снижение ключевой ставки - оно тоже приносит позитивные результаты.

- Один из ключевых факторов (роста) - это, конечно, внутренний спрос, как со стороны государства, так и бизнеса, граждан. Отмечу, что ускоряется динамика банковского кредитования. Да, Эльвира Сахипзадовна (Набиуллина. - Ред.)? Растет?

- Да, - кивнула глава ЦБ.

- Имею в виду ипотечные кредиты, кредиты предприятиям, организациям, реальному сектору экономики. Объемы таких банковских портфелей растут. Увеличивается и денежная масса, на 1 июля она прибавила примерно 13% в годовом выражении. Такая динамика позволяет рассчитывать на стабильное дальнейшее повышение внутреннего спроса, - резюмировал Путин.

Следующая приятная тенденция - федеральный бюджет. Например, в июне, пока Киев кичился своими «мидл-страйками» по нашим НПЗ и уверял, что экономика России подорвана, бюджет исполнялся с профицитом в 196 млрд рублей.

Можно подумать, что заработали мы больше из-за конфликта вокруг Ирана и повышения цен на нефть. Но дело не только в этом.

- Увеличились доходы бюджета. Причем прибавили как нефтегазовые доходы, так и поступления в других секторах, - сказал президент. - Они во втором квар-



На совещании с президентом присутствовало все руководство экономического блока: от премьера Мишустина и замглавы Администрации президента Орешкина до главы Центробанка Набиуллиной. Но их доклады остались непубличными.

тале оказались более чем на 25% выше, чем за тот же период прошлого года.

ПОМОЩЬ РЕГИОНАМ

Не все так гладко в региональных бюджетах - в этой сфере как раз дефицит, пусть и ожидаемый - на уровне прошлого, 2025 года. Но эти прорехи неплохо заработавшее государство закроет.

- Необходимо обеспечить дополнительную поддержку субъектам Федерации, чтобы гарантировать выполнение обязательств государства на уровне регионов и муниципалитетов, продолжить реализацию программ развития на местах, - дал задание Путин.

Чтобы помочь регионам, перенесен с 2026-го на 2030 год срок выплаты задолженности по их кредитам. Такое решение сэкономит для местных властей больше 100 миллиардов рублей.

- Также коллеги из «Единой России» выступили с новым предложением. Оно касается бюджетных кредитов, которые регионы планируют погасить в следующие три года, с 2027-го по

2029-й. Их срок погашения также предлагается перенести, но уже за пределы 2030 года, - заявил Путин и призвал принять это предложение.

Освободившиеся деньги вложат и в сиюминутные нужды, и в долгосрочные проекты, направленные на экономическое развитие.

ЗАДАЧА НА БУДУЩЕЕ

В конце президент обозначил главную задачу на ближайшее время: после потрясений последних лет перезапустить экономику, сделав ее максимально привлекательной для бизнеса и инвесторов. Это усилит Россию и экономически, и технологически, и геополитически.

- Важнейшая задача - запустить новый инвестиционный цикл, стимулировать структурные изменения в отечественной экономике. Некоторые новые решения на этот счет мы сейчас обсудим отдельно. А в августе, уверен, мы уже придем к определенным договоренностям, - подытожил Владимир Путин.

МНЕНИЕ ВОЕНКОРА

От признания до решения

Александр КОЦ - о совещании президента.

Встречу с руководством экономического блока Владимир Путин начал с самого чувствительного сюжета последних недель - ситуации на топливном рынке. Президент прямо говорит: трудности есть, но они временные и на общую экономическую динамику не влияют.

Формулировка важна: не отрицание, а признание. Вопрос снабжения бензином - на личном контроле главы государства, и это медленно, но начинает считываться на местах. Очереди на заправках, ставшие приметой июня, постепенно уходят. Полной нормализации еще нет - в приграничных регионах и в Крыму ситуация по-прежнему тяжелая, местами вводятся отпускные лимиты, частные АЗС ощутимо задирают ценник. Это факт, и от него никто не отмахивается. Но общая динамика - на выравнивание.

Полная нормализация топливного рынка еще впереди. Но постоянное внимание президента к вопросу и цифры по бюджету, ВВП и доходам показывают: у государства есть и ресурс, и рамка, чтобы довести дело до конца.

РАДИО
КОМСОЛЬСКАЯ
ПРАВДА

radiokp.ru

«Коц. Аналитика с именем» - авторская программа военкора Александра Коца. Включайте Радио «КП» по средам в 20.00 (мск)

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Александр ГАМОВ

Пресс-секретарь Президента России провел брифинг для российских и иностранных СМИ.

- Дмитрий Сергеевич, в четверг встретились глава МИД России Лавров и госсекретарь США Рубио. В среду прошел телефонный разговор Зеленского с посланниками Трампа. По вашим ощущениям, происходит ли сейчас «ускорение» дипломатических усилий по завершению войны?

Дмитрий ПЕСКОВ - о мирных переговорах: Я бы не предавался излишнему оптимизму

- Я в данной ситуации не предавался бы излишнему оптимизму, - сказал официальный представитель Кремля. - Действительно, осуществляются контакты. Это всегда позитивно. Но говорить о какой-то новой динамике или новом «ускорении» сейчас не приходится.

Мы продолжаем по имеющимся рабочим каналам

наш диалог с американцами. И надеемся, что, когда американские переговорщики будут посвободнее, мы продолжим очное общение, они смогут приехать в Москву и продолжить наш диалог.

Мы остаемся открытыми для переговорного процесса. Но в условиях, когда киевский режим далее подстрекается европейскими



столицами на продолжение войны, мы тоже продолжаем нашу специальную военную операцию, где фиксируем положительную для нас динамику.

Выплаты продавцам, помощь простых людей и награды героям

После атак беспилотников на Wildberries предприниматели получают не только компенсации, но и поддержку со всей страны.

Евгений ОРЛОВ

- 18 и 22 июля были нанесены удары по нашим складам в Московской и Тамбовской областях, а также Краснодарском и Ставропольском краях. Есть погибшие и раненые. Склад в Тамбовской области не пострадал и начнет работать в ближайшие дни, по остальным объектам идет устранение последствий и оценка ущерба, - рассказала журналистам на пресс-конференции 22 июля основательница Wildberries, глава RWB Татьяна Ким. И добавила: «Атака Украины на объекты гражданской инфраструктуры, обычных граждан, наших сотрудников - акт международного терроризма».

О ДЕНЬГАХ

Напомним, из-за атак на распределительные центры WB в подмосковной Электростали и Котовске Тамбовской области 18 июля погибли восемь человек, десятки пострадали. Тогда Татьяна Ким сообщила, что семьи погибших получают по 2 млн рублей, пострадавшие в тяжелом состоянии - по миллиону. Выплаты уже начались.

В ночь на 22 июля, когда дроны атаковали логистические центры компании в Краснодаре и Новинномысске (Ставропольский край), пострадали 15 человек. К счастью, никто не погиб.

Что касается сгоревшего на складах товара, то налет БПЛА считается форс-мажором.

- Все складские комплексы WB застрахованы. Однако текущие страховки от страховых компаний для крупных промышленных объектов исключают террористические риски и атаку БПЛА, - пояснила основательница маркетплейса.

И хотя по закону выплаты продавцам не полагаются, уже 18 июля Татьяна Ким заявила, что компания окажет предпринимателям финансовую поддержку. На пресс-конференции 22 июля она раскрыла некоторые детали:

- Как и обещали с самого начала, мы не бросим в беде наших продавцов. Первые начисления селлерам (предпринимателям, которые торгуют на WB. - Ред.) мы начинаем уже



сегодня. В первую очередь нам важно начать начисления для самых маленьких и наименее защищенных предпринимателей. Сегодня более 88 тысяч селлеров получают первые начисления. В течение суток они появятся на балансе продавцов.

Кроме того, для поддержки партнеров компания разрабатывает симулятор продаж. Это механизм, по которому предприниматели будут получать деньги, как будто товары продаются со склада с той же скоростью, ценами, скидками и т. д., как было бы в реальности.

О ДРУГИХ МЕРАХ

- Мы уже обратились в профильные государственные структуры и к нашим партнерам-банкам о поддержке для наших предпринимателей - налоговые каникулы, интенсификация государственных мер поддержки и т. д. Помимо предложений нашего WB Банка, нас поддержали ВТБ и Сбер, - рассказала Татьяна Ким.

Эти банки готовы дать отсрочки по погашению долга продавцам, чьи товары были на пострадавших складах.

А вот некоторые другие меры поддержки предпринимателей.

✓ Компания Wildberries организовала психологическую помощь, за ней обратились сотни сотрудников и их родственников.

✓ Введены скидки на хранение товаров на ряде складов на 45 дней.

✓ Транзитные поставки на региональные склады стали бесплатными.

✓ Предприниматели получают льготные займы от WB Банка на восполнение товарных запасов.

✓ Отменены комиссии за платежи внутри России.

✓ Проценты на остаток средств будут начислены по повышенной ставке.

Еще один важный и трогательный шаг - россияне запустили флешмоб в поддержку малого бизнеса. Участники публикуют в соцсетях скриншоты своих корзин из приложения маркетплейса, призывают россиян покупать товары отечественных брендов и делиться своими подборками. Цель - дать предпринимателям больше заработать и компенсировать убытки от атак.

- Мы благодарим наших клиентов, которые решили поддержать локальные российские бренды и делятся своими покупками продукции российских селлеров, - сказала Татьяна Ким. - Мы с командой продолжаем работать для покупателей. Всё, что есть на витрине WB, доступно к заказу. Наша логистическая инфраструктура позволяет нам перестроить процессы так, чтобы пользоваться Wildberries было по-прежнему легко и удобно.

Коснулась основательница WB и ситуации на складах.

- Все наши организационные усилия сейчас направлены на перераспределение товаров по складам для их более удобной оборачиваемости и экономической устойчивости наших партнеров, - заверила Татьяна Ким. - Но наши партнеры должны понимать, что в первую очередь все логистические мощности сейчас будут направлены на то, чтобы обеспечить правильную, бесперебойную и быструю доставку для наших покупателей.

КСТАТИ

Как защищают персонал

- При объявлении чрезвычайной ситуации в регионе нам очень важно защитить персонал. Мы регулярно проводили тренировочные учения на наших объектах, определены ответственные, сразу же после объявления ракетной опасности люди оперативно эвакуируются. Это позволило нам сохранить тысячи человеческих жизней, - отметила Татьяна Ким.

Глава Wildberries рассказала и о защите объектов:

- Безопасность людей - наш приоритет, все наши объекты защищены теми же средствами защиты, что и любые другие промышленные объекты в России, в том числе силами ПВО.

А еще Татьяна Ким сообщила, что компания планирует наградить своих сотрудников - героев. Как писала «Комсомолка», после атаки беспилотников на склад в Котовске старшие смены Павел Жмылев и Андрей Николаев увели коллег в безопасное место и тем самым спасли десятки людей.

ВОПРОС ДНЯ



На стр. 9 интересный материал с красноречивым заголовком - «ИИ отучит нас читать, писать и понимать». Мы решили спросить:

А вы какие навыки утратили из-за развития технологий?

Антон АЛИХАНОВ, министр промышленности и торговли РФ:

- Никакие из основных навыков я не забыл. По-прежнему от руки пишу резолюции, когда сижу на заседаниях правительства, записываю поручения руководителей. И книги читаю вживую - не потому что лесопромышленный комплекс хочу поддержать, а потому что хочу прикасаться к вещам, у которых есть душа. Мне кажется, в бумажных книгах, которые вы делаете в «Комсомолке», есть глубокий смысл.

Татьяна ТИХОНОВА, учитель русского языка и литературы:

- Утратила навык стоять в очередях. В детстве настоялись часами. С толкучкой, «вас здесь не стояло», «не напирайте там». Теперь только электронная очередь. Получил талон, сел в сторонку, и никакого выяснения отношений. Жди своего номера на табло.

Илья КАЗАКОВ, спортивный комментатор:

- Я разучился слепо доверять информации. Большой урок, который преподнес нам искусственный интеллект. Он не стесняется врать и придумывать. Не пользоваться им не получается, потому что это очень удобно. Но приходится время от времени выводить его на чистую воду.

Сергей МАЙОРОВ, глава Союза отцов и семей Новосибирской области:

- Я воспитываю пятерых и точно могу сказать, что с появлением современных технологий родители разучились гулять с детьми. Есть гаджеты, которые позволяют отслеживать их местоположение, и это взрослым кажется достаточным: мол, ситуация под контролем, погуляй с друзьями. Но ничто не заменит живого общения с папой и мамой.

Яков КЕДМИ, экс-руководитель израильской спецслужбы «Натив»:

- Технологии лишь помогают совершенствовать прикладные способности. Раньше охотник стрелял из лука, теперь - из ружья, но задача остается прежней, и ее решает человек.

Вот и сейчас я пользуюсь услугами ИИ, но только для быстрого получения исходных данных. А потом все равно иду к книгам.

Елена ЧУДИНОВА, писатель, автор «Мечети Парижской Богоматери»:

- Я когда-то писала от руки, в Госархиве есть целый чемодан моих рукописей. А то, что я называю рукописью сейчас, - распечатки файла. И все же обычно у меня под рукой блокнот, иногда черкну пару мыслей. Письма, открытки - это я стараюсь поддерживать. Я и друзей науськала: давайте писать друг другу открытки из разных стран!



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



Министр спорта, председатель Олимпийского комитета России пришел на Радио «Комсомольская правда», чтобы ответить на самые острые вопросы.

Андрей ВДОВИН,
Александр ГАМОВ

✓ О СНЯТИИ САНКЦИЙ

- Михаил Владимирович, главная тема нашего разговора - это снятие со стороны МОК всех санкций по отношению к российским спортсменам. Честно говоря, еще несколько месяцев назад мы в возможность такого скорого решения не верили.

- Я вам больше скажу, никто не верил, в том числе в окружении моем. И крупные политические фигуры, с кем я говорил, тоже не верили. Почему? Объясню. Потому что отвыкли от хороших новостей, отвыкли от такой хорошей дипломатии. А мы назвали нашу операцию «наступательной дипломатической операцией». И действовали по поручению президента нашей страны Владимира Владимировича Путина по восстановлению прав наших спортсменов.

- А Михаил Дегтярев верил в это?

- Не просто верил. Мы все делали, чтобы это случилось. Но хочу объяснить на пальцах, чтобы вы понимали: это всего лишь восстановление справедливости и возвращение к нормальности. Мы не требуем никаких особых отношений к России и к нашим спортсменам. Мы не требуем кого бы то ни было наказывать и выгонять. Мы просто попросили вернуть нам свое место. И сделали все для того, чтобы это произошло.

- Но это первый шаг, пусть очень большой и определяющий. Что далее?

- Продолжение работы. Сейчас будет так называемая имплементация решения МОК уже международными федерациями. Не везде гладко. Хотя уже после решения МОК четыре федерации быстро нас вернули. Это и пятиборье, и гандбол, волейбол, настольный теннис. И эта работа будет продолжаться дальше. У нас есть вопросы, например, по антидопинговому обеспечению тех спортсменов, кто возвращается после долгого перерыва. А с той стороны есть некоторое недоверие.

- Только лишь недоверие? Или попытка использовать этот аргумент как оружие, чтобы тормозить наше возвращение?

- Да, кем-то явно будет использоваться и как оружие. Это абсолютно понятный

Михаил ДЕГТЯРЕВ:

Гимн России в этом году соревнованиях звучал



Министр пришел в «Комсомолку» одетым по-спортивному.
- Кто у меня на груди? Великий русский боец Иван Ярыгин. Просто мне очень понравилась эта футболка. Я ее решил надеть. Турниры памяти Ивана Ярыгина проходят каждый год при поддержке Минспорта в Красноярске. И с семьей Ивана Сергеевича взаимодействуем, с Федерацией борьбы. Я был в прошлом году, в этом по графику не получилось. Классная футболка, - похвастался Михаил Дегтярев.

для нас процесс. Вообще сами санкции против россиян - что это по своей природе? Это дискриминация и недобросовестная конкуренция. Я об этом не раз говорил. Это все фейковые чемпионы, кто без наших соревновался и выигрывал. Мы это доказали, в том числе объяснили и во время личных встреч (с представителями МОК и международных федераций. - Ред.).

- Несколько федераций прямо-таки яростно сопротивляются нашему возвращению. Биатлон, та же легкая атлетика...

- Да, это самые отможенные. По биатлону мы уже в суде, там идет разбирательство. По легкой атлетике ждали июльского совета Международной федерации легкой атлетики. Решения совета для нас отрицательные. И теперь уже юридически мы имеем все возможности эти решения оспаривать. С иском туда идет Всероссийская федерация легкой атлетики. Плюс мы поддерживаем отдельно российских атлетов, которые идут в суд в индивидуальном порядке. Наши швейцарские адвокаты работают.

- Сколько времени это может занять?

- Процесс идет. Он может занять месяц, может, две недели, может, полгода. А может, завтра. Опа! И будет такой же сюрприз, как 7 июля.

- Как МОК относится к таким демонстративным шагам той же World Athletics? Того же биатлона?

- Я, конечно, за всю организацию не могу говорить - там 104 члена, есть руководство. Но во время переговоров слышу раздражение и недоумение.

Надо понимать, что в легкой атлетике негатив к нам - это личное. Президент этой организации Себастьян Коу баллотировался на пост президента МОК и проиграл с треском нынешнему президенту организации. И, видно, подгаживает. Как говорят? «Англичанка гадит»? Вот сейчас гадит англичанин. Конечно, МОК свой авторитет будет отстаивать. Где-то публично, где-то непублично, тихо.

✓ «БУДЕМ ИСКАТЬ ОБХОДНЫЕ МАНЕВРЫ»

- МОК на днях дал понять, что не свернет с выбранного курса на реинтеграцию российского спорта.

- Да, они будут стоять на этой позиции. Попробовали там что-то кукарекнуть европейцы - обгадились. На этом же месте, когда призвали Евросоюз не финансировать МОК. Неделью шумели, а потом Еврокомиссия заявила, что она не финансирует МОК и ей не от чего отключать МОК. Все посмеялись над клоунадой. Так европейцы становятся маргиналами в спортивном мейнстриме. Их голос звучит громко, шумно, но малорезультативно.

- Европа не смогла МОК лишить финансирования, но гадить-то могут по-разному - те же визы не давать.

- Конечно, нам иногда затягивают выдачу виз, где-то отказывают спортсменам. Мы всю эту работу модерлируем. Отбиваем, через другие европейские страны иногда удается наших ребят забросить. Помните, как Италия нашим паралимпийцам грозила в визах отказать перед Играми-2026? Дураки они! Наши уже месяц были в Италии и готовились к стартам. Пока все шумели, они уже заехали. И потом как миленькие все итальянцы вставали под гимн России после наших побед.

- Вас больно ранит, как министра спорта и председателя Олимпийского комитета, когда запрещают наш гимн, наш флаг?

- Конечно, это ранит, как и всех россиян. Но мы одерживаем победу за победой. И флаг у нас с начала года поднялся на международных стартах уже более 400 раз. А гимн прозвучал 250 раз на растоящим итогом! А по поводу виз. Будем здесь искать обходные маневры. На каж-

дый подобный инцидент (мы теперь в эпистолярный жанр юридический перешли!) пишем жалобы в федерации, в МОК и в МИДы этих стран.

✓ «РАЗВЕНЧИВАЮ ФЕЙКИ»

- Недавно вышли публикации, в которых утверждается, что МОК попросил вас найти себе замену на посту главы ОКР, чтобы уйти от совмещения с государственным постом министра спорта. Это правда?

- Бред полный, полная ахинея. Сейчас раскручивают три фейка. Я про каждый расскажу.

Первый: якобы МОК поставил условием, что Дегтярева надо куда-то там передвинуть с поста председателя ОКР. Это бред. Этого нет. Олимпийская хартия разрешает министру возглавлять Олимпийский комитет при условии, что он избран на этот пост путем голосования. Что и было сделано в декабре 2024 года. Плюс есть модели такие же, как у нас. Это Китай. Там министр спорта Гао Чжидань, мой хороший коллега, друг, приятель, возглавляет Олимпийский комитет Китая. В Саудовской Аравии министр возглавляет Олимпийский комитет. Азербайджан, Таджикистан, Туркменистан - главы государств, то есть президенты стран, возглавляют Олимпийский комитет. В недавнем прошлом и в Белоруссии была подобная модель. Кстати, в КНДР тоже министр Ким Иль Гук - президент Олимпийского комитета Северной Кореи.

Поэтому это все ерунда. И этот вброс раскручивается нашими чудиками, моими, видимо, внутренними оппонентами.

- Второй фейк?



На товарищеском футбольном матче в Китае развевался российский флаг. Ждем, когда ФИФА допустит наши команды к официальным турнирам.

на международных уже 250 раз!

- Второй фейк попробовали запустить, но тоже посыпались. Что мы, Олимпийский комитет России, якобы отказались от новых территорий... Ну просто бред сумасшедшего! Первое: Олимпийский комитет вообще не может от чего-либо отказываться. Наша работа проводится на территории России, которая закреплена в Конституции. Точка! Мы провели административную реформу, это правда, и исключили все 89 Олимпийских советов, их ликвидировали. Это такая была рудиментарная сеть организаций из двух-трех активистов, которые проедали деньги якобы на пропаганду олимпийских ценностей. Все это хозяйство ликвидировали, почистили. Никто даже не заметил. Ни один губернатор мне не позвонил, ни один министр спорта региона ко мне не обратился. Поэтому да, 89 подобных советов мы исключили, их больше нет. В том числе четыре в новых исторических регионах. Вот и все, вот и весь фейк. Те, кто разгоняет, что мы от чего-то там отказались, это просто идиоты. Или лжецы и враги.

- Третий миф?

- То, что мы за что-то там платим МОК. С призывами - хватит платить! Не мы платим МОК - МОК платит нам. Как и другим олимпийским комитетам и федерациям, перераспределяя прибыль, которую получили за продажу телетрансляций и коммерческих прав. Вот сейчас пойдет единовременная выплата в 10 тысяч долларов тем спортсменам, которые выступали на Олимпиаде в Милане. Мы сейчас ждем эти деньги.

спортивный фонд добавляет их федерациям на конкурсной основе. Не на автомате, как раньше.

- Там много денег?

- По летней программе только на этот год у нас 2,8 миллиарда на федерации распределены на конкурсной основе под программы. Это только 2026 год. Подготовка к Олимпиаде - это значительно более дорогое удовольствие. Денег, конечно, прилично будет потрачено. Но это того стоит. Демонстрация флага, победы наших спортсменов - это гордость страны, это ее репутация. И для развития всего спорта это необходимо. После наших побед в секции приходит больше детей. Потому что чемпионы для чего нужны? Они как звезды сияют. А дети должны смотреть наверх и стремиться к звездам.

- Внутренний отбор на Олимпиаду-2028 у нас в стране уже начался?

- Для нас главный старт этого года - это Спартакиада народов России среди сильнейших спортсменов. Прошу учесть, прошу следить, прошу освещать победные результаты с 1 августа по 30 сентября в 7 регионах России. Открытие у нас будет в Екатеринбурге на День физкультурника, 8 августа. За 2 месяца у нас 14 тысяч спортсменов, 2 тысячи судей и тренеров примут участие по всем олимпийским дисциплинам плюс самбо - наш национальный вид борьбы.

Результатом Спартакиады будет попадание в предварительные списки на отбор к Олимпиаде в Лос-Анджелесе. Все сильнейшие участвуют.

✓ «ПО ХОККЕЮ МЫ ПОШЛИ В СУДЫ»

- Чемпионат мира по футболу, знаем, смотрели. Как относитесь к тому, что после звонка Трампа президенту ФИФА Инфантино отменили дисквалификацию игроку сборной США?

- Здесь я могу встречно задать вопрос. А как вы относитесь к тому, что иностранное государство похитило законно избранного президента Венесуэлы из его спальни? Вместе с женой? Или как мы относимся к тому, что ракетно-бомбовым ударом убили верховного правите-

На недавнем финале Кубка мира в Милане наши гимнастки уже выступали в форме сборной России и Арина Ковшова выиграла одно серебро.

ля Ирана? Это дичь просто. Вот и мой ответ на ваш вопрос. Спорт - это отражение жизни.

- Футбол у нас в стране один из самых популярных видов спорта, как и хоккей. Как там обстоят дела по возвращению наших футболистов, хоккеистов? Сборных? Клубов?

- По хоккею мы пошли сейчас в суды. Все, там движение пошло. И мы одержали же победу в дисциплинарном комитете еще до решения МОК. Это было досудебное разбирательство. И все решения Международной федерацией хоккея по дискриминации нашей сборной отменены. Там логика юридическая сложная. Но мы будем действовать через суд.

В футболе переговорный процесс не останавливался. Надо сказать, что в целом есть хорошее видение и понимание у руководства ФИФА, что надо Россию возвращать. Упираемся пока в европейские дебри, называемые УЕФА.

- Может быть, рассмотреть опять ту самую идею, которая не раз уже выдвигалась, о переходе в Азиатскую конфедерацию футбола из европейской?

- Я здесь не хотел бы комментировать, потому что мое слово тяжелое. Сейчас скажешь, и все побегут. Я могу лишь сказать, что в шахматах такой маневр принес резуль-

тат. Шахматная федерация России перешла в Азию. И неплохо себя чувствуют наши шахматисты. Но надо смотреть индивидуально во всех видах.

В футболе же думаю, что судебная перспектива, наверное, может быть хорошей. Может быть, это будет даже облегчением для некоторых международных чиновников, которые не могут проломить свои собственные внутренние всякие исполкомы, советы и так далее.

✓ «НЕ ПОНИМАЮ ПЛЮЩЕНКО»

- Международная федерация фигурного катания выпустила драконовские требования: сообщают, что там надо подписывать добровольный отказ от флага, согласие на проверки...

- А их кто-нибудь читал, эти требования?

- Нет, это неофициальная информация.

- Ерунда это полная, а не информация. Никаких там нет драконовских требований, самые стандартные. По поводу фигуристов процесс тоже идет непросто. Всемирный союз ISU - International Skate Union постепенно смягчает позицию. В моменте ожидать, что сразу завтра все всем вернут, не надо. Я всегда об этом говорю. Постепенно. То, что вообще начали потихонечку давать квоты и фи-

гуристам, и конькобежцам, хороший знак, курс, его надо поддержать.

- Но пока только как нейтральным спортсменам.

- Тысячу раз говорил, если есть хотя бы малейшая лазейка и возможность спортсмену ехать, надо этим пользоваться.

- А есть и те, кто меняет спортивное гражданство. Много таких?

- Немного. Единицы, и гремит каждый случай, в прессе и под давлением общественности находится. Последний кейс - сын Евгения Плющенко. А сам Евгений, я знаю, высказался странным образом.

- Вы о высказывании Плющенко, что российские фигуристы деградируют? (Подробнее > стр. 14.)

- Я не знаю, зачем он это делает? Перевез ты сына - ради бога! Как отец имеешь, может быть, право. Но зачем ты такие оценки даешь? Я не понимаю. Думаете, что забудет потом наш народ? Или Минспорт? Не забудет. Надо думать, что говоришь. Это очень напоминает позицию многих релокантов после начала спецоперации. Им казалось в моменте, что они правда и соль Руси. Совесть нации. И они столько наговорили и думают, что сейчас можно это откатить. Нет, народ все помнит. Все! Слово не воробей.

КСТАТИ

Зачем министру спорта французский?

- Мы знаем, что вы сейчас изучаете французский язык.

- Конечно, это же официальный язык МОК. Так-то я свободно на английском говорю. Встречи проводить надо. Лицом к лицу спрашивать с них, я имею в виду с международными спортивными чиновниками, откуда такие дискриминационные меры, ставить на вид.

- Глаза-то они опускают?

- Опускают. И не просто опускают. Результат-то уже налицо. Поэтому такая дипломатическая наступательная операция будет продолжаться, но расслабляться не будем. У нас много врагов, я имею в виду в мире. Обычно по врагам судят о самом человеке. Чем более, как это сказать, могущественные враги, тем человек более авторитетный. Так и с Россией. Если вся Европа, все страны НАТО ополчились на нас, весь Запад так называемый, значит, мы большие и сильные и нам завидуют. Так же и в спорте...

Подтягивания с энциклопедией

- Вы обычно рассказываете, как поддерживаете себя в форме.

- Турник дома у меня. Десять раз я подтягиваюсь спокойно.

- А почему так мало?

- А зачем больше-то? Чтобы быть сильным, надо не количеством брать, а весом. Это же закон. На ноги - дополнительный вес. Рюкзачок с книгами нагрузить. Энциклопедию - Большую советскую. И десять раз подтянитесь. Отжимания тоже всем советую. Планочку. Можно сына младшего взять.



Юлия АНДРИЕНКО

Это честная книга военкора, после которой хочется жить.

Когда ты живешь в картинке из новостной сводки, очень важно, чтобы те, кто пишет об этом, писали честно. Наверное, нужно какое-то особое чувство слова и совести, как музыкальный слух для композитора. Нет его - сфальшивить очень легко. Приукрасишь - засмеют, нагонишь драматизма - заплюют. Секрет один - нужно стать своим. Нельзя написать одухотворенную книгу без полного погружения.

ЧИФИР С СУХАРИКОМ

Мой коллега - известный путешественник, объехавший большинство стран мира, Григорий Кубатьян это понял буквально и записался в батальон «Ахмат». Куда уж глубже погружение? Думал, будет оператором дронов, фотографом, но судьба выпала стать штурмовиком. Так бывает. А потом получил тяжелое ранение.

«Русское безграничье» Гриши Кубатьяна не кончается нигде

Возможно, это и есть цена, чтобы писать честно.

До этого у Гриши я с упоением читала «Великий африканский крюк» о его мотоприключениях на Черном континенте, где в каждой главе он изобретательно выбирал - свернуть себе шею или быть ограбленным племенем дикарей. То было иное чтиво: легкое и увлекательное, как какой-нибудь легкомысленный смузи на Патриках.

Но теперь Кубатьян - военкор «Комсомолки», напарник легендарных уже Саши Коца и Димы Стешина. А я сижу за соседним рабочим столом и слежу за его репортажами с фронта немножко ревниво, ведь сама - из Донбасса, с Авдеевки. И сейчас у меня в руках его новая



Григорий КУБАТЬЯН/«КП» - Москва

68-летний «Хоттабыч» - один из самых старших бойцов казачьей бригады «Терек». Не раз был героем репортажей Григория. Удивительная судьба у дядьки.

книга - «Русское безграничье», в нее вошли тексты Гриши из зоны СВО с 2022 по 2025 год. Вот это уже скорее терпкий чифир из раскаленной солдатской кружки.

Разглядываю обложку с пикапом, мчащимся куда-то в закат, в то самое приграничное «безграничье», и опасаясь открывать. «Уж сколько их, упавших в эту бездну» - думаю я. Начинаешь читать или смотреть фильм о Донбассе, и внутренний Станиславский вопит истошно: «Не верю!»

Пробегаю глазами рассказ про первую поездку Гриши в Донецк уже во время спецоперации (до этого он там был в 2015 году) и незаметно увлекаюсь. Вот оно! Ну, наконец-то верная тональность, без романтизации войны и героизации самого себя на ее фоне, чем так страдают многие сегодняшние военкоры.

«Журналисты снимают самих себя. На все лады делятся подробностями. Для меня это непривычно. Я - новичок в военной журналистике. Снимать себя на фоне ямы от прилета мне стыдно. Но, наверное, нужно. Иначе кто поверит?» - пишет он в одном из репортажей и сразу завоевывает доверие.

СЕЛФИ НА ФОНЕ ВОРОНКИ

Грише веришь. Даже без «себяшки» с перекошенным лицом на фоне горящего дома. Мужские селфи вообще зачастую выглядят глупо. А уж на фоне обстрелов и недавно.

Я помню, как в толпу таких самоснимающихся и самонадеянных военкоров однажды запустила цветочный горшок отчаявшаяся продащица. Тогда ВСУ ударили по цветочным рядам Крытого рынка в Донецке, погибли совсем молодые девочки, создававшие букеты, творившие красоту.

Продащица молила журналистов не снимать разорванные тела.

И вот этот пушенный в толпу горшок с фиалками взывал к уважению. В пылу работы оно часто утрачивается теми, кто много лет снимает смерть. А сама смерть становится не более чем бутафорской картинкой. Не знаю, каким образом, но Гриша не заматерел от всего, что он видел.

Читаю главы о донецкой Петровке, которую Гриша сравнивает с выброшенным на сушу китом, о разрушенном монастыре провидца Зосимы на линии огня, об Авдеевской пром-

тания то убитого американца Рассела Бентли, то моей одноклассницы Маринки Асеевой, которая стала аж Мариной Тимофеевной и целой главой Авдеевки, то уставшего ясиноватского врача, который принимает раненых.

Вся книга Гриши из таких вот исповедей. Каждый знает: самое честное и важное тебе расскажут не с высоких трибун, а вот в такой неспешной беседе, как бы между делом. В этой книге не встретишь лозунгов. Все как есть, без прикрас. Вот хоть репортаж-крик из затопленного села под Новой Каховкой.

«- Муж думает, что россияне дамбу взорвали. Украине цэ зачем? Это ж вы на нас напали, вы и взорвали!»

Я не пытаюсь ее переубедить. На углу другой улицы вижу женщину, собирающую мусор и вывозящую его на тачке.

- Вы тоже думаете, что россияне плотину взорвали? - обращаюсь к ней.

- Что за глупость! - возмущается она. - Не слушайте этих «патриотов», у нас таких половина села...»

Вот в этой честности - ценность книги. Рассказы о военных чередуются с условно мирными зарисовками. Потому что это и есть жизнь, в которой все переплетено, перепутано.



Григорий КУБАТЬЯН/«КП» - Москва

Чебурашка - один из главных талисманов наших бойцов.

Иные, когда пишут о фронтовых городах и поселках, используют пафосное - «за ленточкой», невнятное - «новые территории» или казенное - «зона СВО», а все это - русское безграничье: многоголосое, пестрое, неоднородное. Кого-то из героев Гриши уже нет в живых, но они продолжают это безграничье дальше. В других мирах, иных измерениях.

КНИЖНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО
КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

ОГРН: 1027739295781. АО «ИД «Комсомольская правда», г. Москва. Реклама 16+

ВОЕННЫЙ КОРРЕСПОНДЕНТ
КОМСОМОЛЬСКОЙ ПРАВДЫ

Григорий Кубатьян
РУССКОЕ БЕЗГРАНИЧЬЕ
Репортажи из зоны СВО

КУПИТЬ
ЗДЕСЬ

УНИКАЛЬНЫЙ ВЗГЛЯД
«ИЗНУТРИ»

РАССКАЗЫ О ПРОСТЫХ ЛЮДЯХ,
ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, ГРАЖДАНСКИХ
В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

БЕЗ ЦЕНЗУРЫ И ПРИКРАС

ПИСАТЕЛЬ И ВОЕННЫЙ
КОРРЕСПОНДЕНТ
«КОМСОМОЛЬСКОЙ ПРАВДЫ»

ГРИГОРИЙ
КУБАТЬЯН

«Она кормила его в тюрьме за наш счет!»

Окончание.
Начало < стр. 1.

Это событие повергло в шок не только республику, но и всю страну.

Он получил пожизненный срок, остатки жизни должен провести в тюрьме. Сейчас Галявиев в ИК № 6, известной как «Черный дельфин», это колония для серийных убийц, маньяков, террористов. От него отвернулись все. Родителям пришлось переехать в другую квартиру, чтобы скрыться от разъяренных людей.

И тут - спустя пять лет после трагических событий - новость. В той самой колонии Ильназ сыграл свадьбу. За него вышла замуж 18-летняя девушка Диана, которая, как оказалось, вела переписку с 14 лет, с тех пор как узнала о нем из новостей. И якобы влюбилась.

«НАДО БЫЛО РЕМНЯ ВСЫПАТЬ»

- Пригляделся на фото со свадьбы в колонии, которое попало в СМИ. И сомнений уже не было, это Диана, - рассказал «Комсомолке» отец девушки. Он уверяет, что тогда впервые узнал об «отношениях» дочери с осужденным.

- Я сразу позвонил ей и сказал, что больше с ней не буду общаться, пока она не разведется.

- А как вообще такое могло выйти?

- Я не знаю. Ничего необычного никогда с ней не происходило. Она сама себе ломает жизнь, наплева- тельски отнеслась к своим родным. Я Галявиева приравниваю к Чикати- ло. Для меня это такой позор!

Диана, по словам отца, в школь- ные годы была немного замкнутой, но проблем в общении со сверстни- ками не возникало. Как и трудно- стей в отношениях с мальчиками. Хотя родители не знают, чтобы рань- ше у нее был парень.

Диана росла в неполной семье. Ро- дители разошлись, когда она бы- ла маленькой, и отец добился того, чтобы дочь жила с ним в Ростовской области. Мать переехала в Москву, но связь они поддерживали. Вероят- но, родители чувствовали свою вину перед дочерью за развод, старались ее загладить, возможно, с излишком.

- Ребенок рос абсолютно нормаль- ным. Диана всегда была любимая дочка и внучка. Внимания мы ей уделяли много. Я был в авторитете у нее. Ее бабушка поначалу воспи- тывала, мы пылинки с нее сдували. Может, даже это и мое упущение. Надо было ремня всыпать в какой- то момент. Хотя, признаться, ранее никаких экстравагантных выходов не случилось.

Однако отец признает, что про- блемы в семье у них все же были. В 16 лет Диана начала жить одна.

- Как это все было. Мы стали жить с женщиной, мы очень давно друг друга знали. Она в разводе, у нее то- же дочь. Но Диана ее не приняла, начала козни строить. Она год нервы мотала. А когда она школу окончи- ла, мать ее забрала к себе. Вот такой тяжелый ребенок.

- Может, вот эта свадьба - это месть вам?

- Да нет, не думаю.

(Об истинных мотивах Дианы пока можно только догадываться. К сло- ву, сама она в ответ на вопрос корре- спондента «КП» полюбопытствовала: «Скажите, пожалуйста, гонорар воз- можен?» И назвала сумму... «Не менее



Ильназ Галявиев надел маску, объявил себя в соцсети богом и отправился убивать...



Социальные сети

В первый раз будущая невеста написала письмо сидящему в СИЗО убийце, когда ей было всего 14 лет.

самостоятельной и поступила в кол- ледж в Татарстане. Поначалу выбор региона родителей очень удивил.

- Почему Татарстан? Мы же не знали тогда, что это все для того, чтобы быть поближе к этому чело- веку.

Диана училась на повара- кондитера, нашла себе работу по профессии.

- Я звонил в колледж, проблем никаких у нее не было там. С де- вочками по комнате она нормально общалась. Все было спокойно.

ПОЛУЧАТЕЛЬ - ИЛЬНАЗ

- Это потом только оказалось, что она с ним общается с 14 лет. Втихую. Мы даже не подозревали. Мы все помогали ей деньгами. Я переводил ей по 10 - 15 тысяч рублей в месяц. Мать тоже ей переводила. А она, как потом выяснилось, все эти деньги пересылала Галявиеву в тюрьму!

Судя по всему, Диана кормила Га- лявиева еще с тех пор, когда он был под арестом. За девушкой числятся доставки в СИЗО № 1 Татарстана. Получатель - Ильназ.

- Ваша дочь как вам объясняет свой поступок?

- Любовь. Хотя, по-моему, она ни- кого не любит.

- А про детей вы с ней говорили? Она вообще планирует детей? (По- жизненно заключенным полагается одно длительное свидание (до 3 суток) и два краткосрочных (по 4 часа) в те- чение каждого года. - Ред.)

- Я сказал, что мне от нее такие внуки не нужны. Приноси их к де- душкам-бабушкам с другой стороны. Для меня это точка.

Роман ЛЯЛИН.

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА

Наталья ИСКРА, кандидат психологических наук, доцент, детский и семейный психолог:

Важно не превращать подобные истории в романтический сюжет

- С точки зрения пси- хологии существует не- сколько научных моделей, которые могут помочь объяснить поступок де- вушки. Во-первых, под- ростковый возраст и ран- няя юность - это период активного формирования идентичности. В этот пе- риод молодые люди могут искать необычные спосо- бы самоопределения, ино- гда выбирая отношения, которые резко противоп- остоявляют их окружа- щему миру.

Во-вторых, существует феномен, известный как гистриофилия - сексуаль- ное или романтическое влечение к людям, со- вершившим тяжкие пре- ступления. Его также на- зывают синдромом Бонни и Клайда.

В-третьих, подобные отношения могут быть связаны не столько с лю- бовью к преступлению, сколько с глубокой пси- хологической потребно- стью быть незаменимым и особенным.

Можно ли говорить здесь о психическом расстрой- стве девушки? Очевидно, что на основании имею- щихся данных - нет. Для подоб- ных выводов необходима полноценная клиническая диагностика.

И, наконец, важно не пре- вращать подобные истории в романтический сюжет. За ними стоят реальные чело- веческие трагедии - прежде всего семьи погибших де- тей, которые продолжают жить с последствиями той катастрофы.

ГРОМКОЕ ДЕЛО

Анастасия ФИЛАТОВА,
Анастасия СЕМДЯНОВА
(«КП» - Самара)

На суде по делу об убийстве экс-мэра Самары зачитали показания 8-летнего сына обвиняемой Екатерины Тарховой.

В Самаре полным ходом идут заседания по делу об убийстве бывшего мэра Вик- тора Тархова и его жены. По ощущениям, недалеко до приговора: заседания не переносятся, а обвиняемая, любимая внучка Екатерина

А бабушка с дедушкой уехали в командировку

Тархова, во всем призналась. И если вначале было совер- шенно непонятно, как Катя расправилась с родственника- ми, уничтожила тела так, что даже фрагментов до сих пор не нашли, то с каждым слуша- нием открываются все новые детали (напомним, она отрав- лила их ядом, подсыпанным в таблетки-капсулы, тела рас- членила, вывезла на свалку).

А во вторник, 21 июля, про- курор зачитал показания сы- на Екатерины - Маора, кото- рому на момент преступления

было 6 лет. Маор рассказал следователям, что мама у него добрая и никогда на него не ругается. А вот с дедушкой и бабушкой спорила. Поче- му - не знает.

«Спорили громко, слышал матные слова. Ругались мама и бабушка. Дедушка - нет».

К бабушке с дедушкой вну- ка водили регулярно. Но од- нажды походы в гости при- шлось прекратить. Мама объяснила так:

«Они уехали в командиров- ку. Мама им помогала соби- рать чемоданы ночью, когда я спал. Кошку они с собой не брали. Она у нас».

А потом в доме Тарховых мама начала «ремонт». Теперь уже понятно, что на самом де- ле это было: скрывала следы убийства...

«Мы у них немного жили. Мама делала у них ремонт. Туалет она сломала, он был ужасный, грязный. Новый построила. Обои не клеила, они были старые, полы не ме- няла. Из инструментов у ма- мы был большой молоток».

После задержания Екате- рины Тарховой опеку над Мао- ром взяла его крестная Еле- на Братчикова. Он жил у нее около года. А в июне 2026 года мальчика по решению суда забрал его отец Влад Пасик, гражданин Израиля.



Больше
подробностей
о деле читайте на сайте



НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

Александра БУДАЕВА

За последние семь лет объем индивидуального жилищного строительства в России вырос на 65%. И вот почему.

МЕЧТА О СВОЕМ ЖИЛЬЕ

64% россиян считают идеальным вариантом жилья индивидуальный дом, а не квартиру - такие данные опубликовал ВЦИОМ в июне.

По информации ДОМ.РФ, в 2026 году на строительство чаще всего решались семьи с детьми или люди, планирующие стать родителями в ближайшие пять лет.

62% тех, кто собирается возводить дом для себя, рассчитывают часть работ сделать самостоятельно, 27% хотят получить «дом под ключ» - от профессиональных строителей. Только 11% уверены, что смогут своими силами возвести дом.

Ежегодный объем индивидуального жилищного строительства (ИЖС) за последние семь лет вырос практически в 2 раза. Из 728 млн квадратных метров жилья, введенного в эксплуатацию с 2019 года, более половины приходится на ИЖС.

- В 2025 году достигнут максимальный показатель по вводу частных домов за всю историю - 63,5 млн квадратных метров. Такой результат стал возможен в том числе благодаря льготному ипотечному кредитованию на ИЖС, программе социальной газификации и присоединения к электросетям. Для дальнейшего роста этого сектора по поручению президента утвержден и реализуется комплекс мер, рассчитанный до 2030 года, - сказал вице-премьер **Марат Хуснуллин**.

СТРОИТЕЛЬСТВО БЕЗ РИСКОВ

Развитию жилищного фонда России способствуют меры поддержки национального проекта «Инфраструктура для жизни».

- Строительство своего дома перестает быть рискованным и становится доступным, прозрачным и безопасным, - отметил президент Федерации ИЖС **Рамиль Усманов**. - Ключевой инструмент здесь - эскроу-счета. Они защищают деньги граждан: средства хранятся на специальном счете в банке и перечисляются подрядчику только после завершения работ и регистрации права собственности заказчика на готовый дом. Второй важный шаг - цифровой сервис «строим.дом.рф». Теперь можно выбрать подрядчика

Защита от мошенников,
льготная ипотека
и готовые проекты:

Как построить дом
с помощью
государства

и готовый проект дома из десятков тысяч вариантов. Параллельно работают льготные ипотечные программы - семейная, IT, дальневосточная и арктическая. И наконец, социальная газификация. Бесплатное подведение газа к границам участка и субсидии на подключение для льготников - это прямое решение одной из самых острых бытовых проблем, с которой сталкиваются владельцы частных домов.

ГОТОВЫЕ ПРОЕКТЫ
В ПОМОЩЬ

Сервис «строим.дом.рф» работает с мая 2022 года и включает свыше 50 тысяч проектов домов от более чем 12 тыс. подрядчиков средней площадью около 111 квадратных метров с визуализацией объемно-планировочных решений и указанием основных технико-экономических характеристик. Кроме того, пользователи сервиса могут получить персональные рекомендации: от выбора земельного участка и подключения к инженерным сетям до организации процесса строительства и эксплуатации уже готового дома.

После выбора проекта и подрядчика можно рассчитать и оформить ипотеку на строительство дома. Помимо рыночных программ, на ИЖС распространяется льготная «Семейная ипотека» и IT-ипотека, а также «Дальневосточная ипотека».

С начала года на строительство частных домов выдали более 18 тысяч кредитов, что практически в 2 раза больше, чем за аналогичный период 2025 года, 98%

из них - по льготным программам, в частности, по семейной ипотеке - 85%.

- По поручению президента разработан комплекс мер для развития ИЖС. Ведется работа по увеличению числа пригодных земельных участков и обеспечение их инфраструктурой. Необходимо сохранять доступность строительства, в том числе через использование домокомплектов, так как площадь дома напрямую влияет на увеличение числа детей в семье. Кроме того, чем больше объем ИЖС, тем доступнее предложение для покупателя, демократичнее стоимость - считает замминистра строительства и ЖКХ РФ **Никита Сташин**.

СПЕЦИАЛЬНЫЕ СЧЕТА

По нацпроекту «Инфраструктура для жизни» запустили механизм эскроу-счетов. Его задача - защитить от недобросовестных подрядчиков людей, вкладывающих средства в строительство.

Счет эскроу - это специальный банковский счет, на котором деньги «замораживаются» до тех пор, пока строительная компания или бригада не выполнит взятые на себя обязательства согласно договору подряда, то есть до момента сдачи дома в эксплуатацию и регистрации права собственности заказчика на дом.

Эскроу-счета становятся все более популярными: с их использованием работают уже более 4,5 тысячи строительных компаний, которые заключили свыше 36 тыс. договоров подряда, при этом уже 17,6 тыс. домов уже построены.

Недалеко
от
Челябинска
строится
новый город-
спутник.

СОВРЕМЕННЫЕ
ТРЕНДЫ

В строительстве домов в последнее время наметилось несколько тенденций:

- Уменьшение площади дома. С 2023 года она сократилась примерно на 8% - до 107 квадратных метров.

- Повышение полезности пространства. Кухни объединяют с гостиными, для экономии места используют многоуровневые системы хранения и трансформируемые помещения, где гардеробная легко превращается, скажем, в рабочий кабинет.

- Выбор участка в соответствии с концепцией 15-минутного города. Она предполагает, что магазины, школы, детские сады и парки должны находиться на расстоянии, которое человек может преодолеть за 15 минут пешком или на велосипеде.

Сейчас по этой концепции строят инновационный город-спутник в пяти минутах езды от Челябинска.

- Переезжая за город, человек ожидает уже не просто дом, а городской уровень комфорта. Если раньше выбор строился вокруг площади дома и участка, то сегодня внимание смещается на среду: что находится «за дверью», - объясняет соучредитель компании-застройщика **Андрей Курбацких**.

Курортный кластер и бизнес-парк в строящемся городе создают рабочие места и точки притяжения. Одновременно развивается инфраструктура: уже работают детский сад, магазины, кафе, аптека, маркетплейсы, курсирует общественный транспорт.

ТОПЛИВО ДЛЯ ЖИЗНИ

Развитию рынка ИЖС способствует и президентская программа социальной газификации. Она вошла в состав нацпроекта «Инфраструктура для жизни» и подразумевает бесплатное подведение газа до границ участков жителей ИЖС, собственников домов в СНТ, расположенных в границах газифицированных населенных пунктов, а также для образовательных и медучреждений. До 2030 года планируется обеспечить 100-процентную техническую газификацию страны.

В селах Гавриловка, Елшанка, Белогорское и Сосновка в Теренгульском районе Ульяновской области в эксплуатацию ввели 60 километров распределительных газопроводов. Голубое топливо стало доступно обитателям 656 домов.

В Сосновке в числе первых возможностью подвести газ воспользовалась семья **Елены и Евгения Савельевых**. Их сын находится на СВО, поэтому на газификацию полагается субсидия. За счет этой поддержки удалось покрыть большую часть расходов на работы и оборудование. Теперь можно спокойно готовиться к отопительному сезону - с газом он обойдется значительно дешевле.

■ НА ЗАМЕТКУ

Для льготных категорий граждан предусмотрены субсидии на возмещение расходов за подведение газа к дому. Размер компенсации зависит от региона и составляет не менее 100 тысяч рублей. На нее могут рассчитывать:

- участники Великой Отечественной войны;
- инвалиды и ветераны боевых действий, в том числе СВО;
- члены семей инвалидов и погибших участников боевых действий;
- многодетные семьи;
- малоимущие граждане и малоимущие семьи с детьми.

Все больше россиян хотят жить
за городом в своем доме.

Ярослав КОРОБАТОВ

Какие навыки мы рискуем утратить из-за массового использования нейросетей.

Все помнят историю Троянского коня - наивные жители Трои сами затащили в свой город то, что воспринимали как дар, но именно он стал причиной их гибели. Сейчас на наших глазах происходит нечто подобное: современную версию Троянского коня с помпой и восторженными криками устанавливают не просто в каждом доме, а в каждом отдельном взятом гаджете. Речь идет об искусственном интеллекте.

ИИ воспринимается как освободитель от рутины: школьнику нейросеть сделает домашку, студенту оформит курсовую. Программисту с успехом напишет код, врачу поможет поставить диагноз... «Вкалывают роботы - счастлив человек!» - разве не об этом мы мечтали? Но что если вместе с рутинной мы теряем нечто важное?

На первый взгляд странный вопрос. В ходе развития цивилизации люди неоднократно утрачивали навыки, которые благодаря прогрессу становились ненужными (см. «Конкретно»). Мы разучились седлать лошадей, делать каменные топоры, стрелять из лука, рыть лопатами котлованы (это делают экскаваторы) - и никто не сожалеет об этом.

Ученые говорят: разница в том, что в ходе промышленной революции машины заменяли физический труд, а искусственный интеллект вытесняет нас с рынка умственного труда. А ведь мышление - это то, что считалось уникальным свойством человека. Теперь мы утрачиваем монополию. С таким вызовом человечество еще никогда не сталкивалось.

ПУШКИН И ДОСТОЕВСКИЙ ВЫШЛИ ИЗ ЧАТА

Сегодня ChatGPT и его аналоги способны создавать и анализировать очень сложные тексты за секунды. Вряд ли это приведет к тому, что люди разучатся читать и писать, но мы можем потерять и науку, и мировую литературу, предупреждают эксперты.

- Опасность искусственного интеллекта не в том, что в один прекрасный момент он поднимет восстание, а в том, что мы в силу своей лени и склонности двигаться



ИИ отучит нас читать, писать и понимать?

по пути наименьшего сопротивления переложим творчество на плечи ИИ, - рассказал «КП» лингвист, доктор филологических наук, профессор РГГУ и НИУ ВШЭ Максим Кронгауз. - Что произойдет, если нейросеть будет писать романы или научные исследования лучше меня? Если я жулик, то буду публиковать это под своей фамилией. Если не жулик, тихо уйду на пенсию. Понятное дело, что для меня это будет страшный удар, но и для человечества в целом тоже. Потому что в профессии останутся единицы - те, в ком горит бешеный писательский, исследовательский, поэтический огонь. Но эти профессии не могут существовать без питательной среды, где люди обмениваются идеями - именно среда порождает гениальные произведения человеческой мысли. Будут ли они появляться в эпоху ИИ - это пока открытый вопрос.

ПРОГРАММИСТЫ ПОСТРАДАЛИ ПЕРВЫМИ

Одной из жертв нейросетей становятся программисты, которые сами же и создали нового бога.

- Искусственный интеллект разрушил традиционную карьерную лестницу в IT-индустрии, - заявил «КП» председатель Совета директоров ALP Group (занимается разработкой решений в области искусственного интеллекта) кандидат физико-

математических наук Лоран Джейкобс. - Как выглядела пирамида раньше? На вершине находился «сеньор» - архитектор решения. У него в подчинении разработчики среднего уровня, а под ними «джуны» (от Junior - младший) - огромная армия пост-студентов, которые писали основную массу программного кода. Сейчас ИИ фактически заменил эту нижнюю часть пирамиды, нейросеть сама пишет код настолько хорошо, что разработчикам достаточно просто проверить его на наличие ошибок. Младшие специалисты ока-

зались не нужны. В результате в IT возник кадровый разрыв: новым разработчикам просто неоткуда взяться, им негде методом проб и ошибок приобретать продвинутые навыки программирования.

Есть риск, что через одно-два поколения не останется людей, которые понимают, как изначально обучался искусственный интеллект. Дело в том, что каждая новая модель ИИ опирается на предыдущую.

- Сейчас люди, которые создают, условно говоря, GPT-7, понимают, как был

устроен GPT-1, но таких людей во всем мире несколько сотен, - говорит Лоран Джейкобс. - Лет через двадцать то, как все начиналось, будет уже тайным знанием. И большинство людей будет пользоваться ИИ как магией - безоговорочно принимая на веру то, что он выдает.

ПЕРЕВОДЧИК С ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО НА МАШИННЫЙ

Какие навыки станут востребованными в эпоху ИИ?

- Одним из ключевых станет умение общаться с искусственным интеллектом, - считает Лоран Джейкобс. - В IT-среде это называется умением грамотно составить промпт (запрос). Дело в том, что восприятие мира глазами ИИ и человека никогда не будет тождественным. Самый яркий пример - изображения. Когда вы видите картину «Три богатыря» или пейзаж Левитана, то ваш мозг воспринимает изображение как образ. А машина видит в картине пиксели, координаты точек, проще говоря, огромный набор нулей и единиц. Поэтому, для того чтобы максимально эффективно использовать ИИ, человек должен научиться говорить с машиной на ее языке. То есть хотя бы знать, какие правильные ключевые слова необходимо задать. А это трудно сделать без понимания того, как машина работает.

В связи с этим есть надежда, что люди не забудут по крайней мере таблицу умножения и базовые математические приемы. Без этого не обойтись, даже если роль человека будет сводиться к функции оператора, который управляет интерфейсом ИИ.



ЭТО ОТНОСИТСЯ НЕ КО ВСЕМ, НО К БОЛЬШИНСТВУ ИЗ НАС, ОСОБЕННО К ЖИТЕЛЯМ МЕГАПОЛИСОВ:

- Считать в уме.
- Запоминать номера телефонов.
- Ориентироваться на местности: мы забыли, как определять свое местоположение по звездам, солнцу, и полагаемся на карты и GPS-навигацию.
- Читать следы, понимать поведение птиц и повадки диких животных.
- Утратили навыки самообеспечения. Сто лет назад крестьянская семья могла сама построить дом, соткать одежду, выделывать кожу, сделать обувь и вырастить еду. Сегодня производство разделено на тысячи мелких операций, зачастую компоненты товаров делают в разных местах планеты. Ни один человек в мире не способен в одиночку создать смартфон или обычный тостер.

... И ЧТО РИСКУЕМ ПОТЕРЯТЬ

- Писать сложные тексты, формулировать законченную мысль. Мозг разучивается выстраивать логические цепочки аргументов без подсказок извне.
- ИИ умеет гениально упрощать, функция «сделай краткий пересказ книги/статьи/исследования» избавляет от необходимости читать длинные тексты. С одной стороны, это здорово: нейросеть помогает за несколько часов извлечь нужное знание из учебника, на изучение которого ты бы потратил год. Но, читая длинные сложные тексты, мы учимся рефлексировать, оттачиваем способность анализировать, делать самостоятельные выводы. Питаясь тем, что разжевывал ИИ, человек теряет способность познавать сложное, находить скрытые смыслы и противоречия в источниках информации. А это основа критического мышления, без которого в современную эпоху - никуда.

- Исчезает период ученичества в целом ряде профессий: не только программирование, но и юриспруденция, дизайн, финансы, архитектура, медицинская диагностика и так далее. Раньше новички набивали руку, занимаясь рутинной работой (сбор данных, анализ, простые кейсы). Теперь рутинные операции делают нейросети.

Вооружившись ИИ, молодые люди сразу приступают к более сложной работе, где требуются навыки профессионалов, но остаются при этом дилетантами.



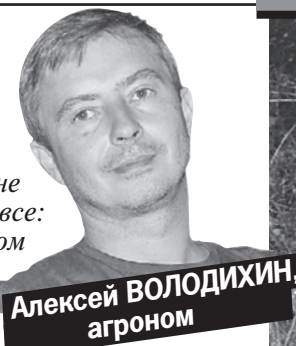
Ни шнурок завязать, ни время узнать: как школьники справляются с бытовыми задачами, которые казались нынешним взрослым элементарными, - на KP.RU



Почему опадают плоды и что с этим делать.

Нет ни одного сада, в котором бы не сыпались плоды. На землю валится все: яблоки, груши, сливы, алыча. При этом в отход попадает порой больше половины урожая! И что делать? Можно ли как-то уберечь еще недозревшие фрукты?

На самом деле можно. Но для начала нужно понять, почему они осыпаются.



Алексей ВОЛОДИХИН,
агроном

Причина № 1. Саморегуляция

В процессе эволюции плодовые растения научились выживать в неблагоприятных условиях. Погода часто бывает нестабильная: то жарко, то холодно, то дождь, то ветер. А весной от заморозков могут погибнуть цветки. Поэтому деревья приспособились закладывать гораздо больше цветочных почек, чем нужно, - на всякий пожарный. У взрослой яблони, к примеру, такого запаса хватило бы на 10 обильных сезонов!

Разумеется, такой урожай плодовые деревья не потянут. И если погода оказалась благоприятной, впоследствии растения начинают избавляться от лишнего. За сезон они три раза приводят в соответствие свои возможности и потребности. Это важно знать, чтобы не паниковать раньше времени.

В первый раз осыпаются цветки. Всегда неполноценные и чаще всего с недоразвитыми пестиками - плоды они все равно не завяжут, так зачем же

дереву их зря кормить? Это явление присуще всем плодовым, но наиболее массовое оно у косточковых пород - вишни, черешни, сливы, абрикоса.

Вторая волна - через 1-2 недели поле первой. На этот раз опадают неполноценные завязи, в которых не образовались семена или образовались, но очень мало. Смысл такой же - если плоды не дадут потомства, то на кой черт они нужны?

Третья волна случается через две недели после второй, в июне. Это самый массовый «плодопад». Именно в это время растение оценивает свои возможности и избавляется от всех плодов, которые не сможет обеспечить питанием.

Все эти волны - явление естественное, и пугаться этого не стоит. Ученые подсчитали: дерево даст прекрасный урожай, если у него останется всего 5% завязей от всего количества распутившихся цветков.

Осыпались яблоки и груши



Падалицу
желательно
собирать
ежедневно.

Причина № 4. Недостаток питания

Если дереву не хватает питания, оно тоже стремится избавиться от лишних плодов - оставляет ровно столько, сколько сможет прокормить.

Что делать

Сад важно вовремя подкармливать.

Яблони и груши. Им нужно 4 подкормки за сезон.

В ближайшее время:

● **когда плоды начинают созревать** - 5 стаканов нитрофоски и 20 г сухого гумата натрия на 200 л воды, все тщательно перемешать, норма расхода - 3 ведра на дерево;

● **сразу после сбора урожая** - 1,5 стакана суперфосфата и 1 стакан сульфата калия равномерно рассыпать под деревом, заделывать граблями и полить.

На будущий год:

● **в конце апреля** - 3 стакана мочевины равномерно рассыпать в приствольном круге дерева, заделывать граблями, полить;

● **в начале цветения** - 5 стаканов суперфосфата, 3 стакана сульфата калия, 20 л настоя коровяка или 10 л настоя птичьего помета (если органики нет, вместо нее можно взять 3,5 стакана мочевины) на 200 л воды, все тщательно размешать, дать настояться неделю, поливать по 4-5 ведер.

Сливы и алыча. Этим достаточно 3 подкормки.

В ближайшее время:

● **сразу после сбора плодов** - 2 ст. ложки сульфата калия и 3 ст. ложки суперфосфата, по 4 ведра на дерево.

На будущий год:

● **перед цветением** - 2 ст. ложки мочевины и 2 ст. ложки сульфата калия на 10 л воды, по 3 ведра на дерево.

Причина № 2. Плодожорка

Червивыми плодами не удивишь никого. А червячок, который внутри, - это личинка бабочки-плодожорки. Они бывают разных видов: яблонная, грушевая, сливовая, но вредят одинаково. И в одно и то же время - как только на фруктовых деревьях появляются завязи, бабочки тут как тут. Самки откладывают на маленькие плодики яйца, из которых через неделю-полторы появляются гусеницы.

Голодная детвора вгрызается в мякоть и начинает активно поедать ее изнутри. В свою очередь, дерево пытается избавиться от прожорливого вредителя и сбрасывает пораженный плод. Но личинку плодожорки это не останавливает - она забирается на дерево и селится в новый плод. И так по два-три раза.

Затем отъевшаяся гусеница вылезает наружу, забивается под отслоившуюся кору или закапывается в почву, там окукливается и зимует.

Что делать

Главное - ежедневно собирать всю падалицу, не дожидаясь, когда личинки выберутся.

Осенью надо сгрести все листья и сжечь их.

И обязательно следить за состоянием коры: как только увидели отслоение, сразу же удаляйте повисший кусок и замазывайте рану садовым варом или масляной краской.



Ловушку для плодожорки
сделать несложно.

Весной будущего года, как только наступят первые теплые денечки, на деревьях надо установить ловчие пояса - их можно сделать из мешковины или обычной бумаги в несколько слоев и обернуть ими стволы на высоте 40-50 см от земли. Личинки, которые перезимовали в почве, устремятся в крону и по пути непременно спрячутся под «оберткой» - останется раз в 2-3 дня снимать ловчие пояса и уничтожать вредителей.

А чуть позже для пущей надежности деревья следует дважды опрыскать Фуфаномом - когда появятся бутоны и после того, как опадут лепестки. Для яблони и груш - 13 мл на 10 л воды, для слив и алычи - 11,5 мл на 10 л воды. Норма расхода во всех случаях - 2-5 л на дерево, в зависимости от его размера.

Причина № 3. Жара

Если дереву не хватает влаги, оно начинает избавляться от лишнего - листьев и плодов. Опадение подрастающей завязи в этом случае благо - оставшиеся вырастут крупнее и суммарно потерь в урожае не будет. Но вот листья... Чтобы созрело, например, одно яблоко, надо 30 листьев. Если они отвалятся, плод тоже упадет. Исправить ситуацию можно поливом.

Яблоням и грушам вода нужна за 15-20 дней до уборки - под каждое дерево 15 ведер. И не забывайте поливать их весной - через 15-20 дней после цветения (норма расхода воды такая же).

Сливы и алыча требуют более частых поливов - раз в месяц (8-10 ведер на дерево).

Но! Важно, чтобы поливная вода была теплой. Если использовать ледяную колодезную или артезианскую, эффект будет противоположный - плоды начнут сыпаться со страшной силой.



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



Причина № 5. Нехватка гормонов

У некоторых сортов яблони плоды могут осыпаться без видимых на то причин. Вроде и накормлены, и напоены, и плодожорки в них нет, а, поди ж ты, падают. Причина тут кроется в нехватке ауксинов - растительных гормонов роста, в результате чего клетки, при помощи которых черешок крепится к ветке, плохо нарастают и плоды держатся очень непрочо. Небольшой ветерок - и они посыпались.

Определить недостаток этих гормонов очень просто: плоды вырастают как бы скомканные с одного бока.

Что делать

Самым известным ауксином, который используют в садоводстве, является Гетероауксин - его можно купить в любом садовом центре. И опрыскать им деревья. После такой обработки плоды будут держаться на ветках прочно.

Анна КУКАРЦЕВА

Упадок сил, головная боль, скачки давления нынешним летом преследуют многих из нас.

Лето нынче контрастное по всей России - периоды жары сменяются холодами и ливнями. Потому многие себя чувствуют, как при болтанке в самолете - то и дело кого-то тошнит, головные боли накатывают, давление скачет. То неудержимо клонит в сон, то просто сил никаких уже с утра. В общем, ощущение как от смены климатических поясов. А ведь из родного региона никуда не уезжал!

«Акклиматизация - это естественная реакция организма на любые резкие изменения внешней среды, будь то перелет в другую страну или внезапная жара/холод в родном городе», - объясняют ученые Пермского политеха.

- Организм может запустить адаптационные механизмы даже дома в момент резкой смены температуры, давления или влажности, - говорит научный консультант Пермского политеха, кандидат медицинских наук **Сергей Солодников**. - Когда погода резко меняется, тело пытается сохранить внутренний баланс основных параметров (температура, давление и водно-солевой баланс) с помощью адаптационных реакций. То есть в жару выводится лишняя жидкость, расширяются сосуды и усиливается потоотделение, чтобы охладиться. А при низких температурах сосуды, наоборот, сужаются, чтобы сохранить тепло.

Когда же погода резко меняется, эти механизмы не успевают сработать и возникает стрессовая реакция, которая может проявиться слабостью, головной болью, перепадами артериального давления и тошнотой.

ПЕРВОЙ НАКАТЫВАЕТ РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬ

Но первым реагирует даже не тело, а психика. Меняется поведение, а человек этого сам не осознает: тревогу, раздражительность, рассеянность первыми видят окружающие.

Эти признаки часто путают с обычной усталостью. Но утомленность от повышенной нагрузки проходит после полноценного отдыха, тогда как при акклиматизации это же состояние сохраняется несколько дней независимо от того, сколько человек спал или работал.

ОТСРОЧЕННЫЙ УДАР

Но часто головная боль и слабость накатывают не в



Штормит при смене погоды...

сам момент смены погоды, а спустя несколько дней. Организм сигнализирует: защитную функцию выполнил, теперь пора восстановиться и отдохнуть. Приляг-ка, хозяин...

- Особенно тяжело этот период дается людям с хроническими заболеваниями - сердечно-сосудистыми, дыхательной или нервной системы, - объясняет Сергей Солодников. - У них нередко обостряются сердечные, головные и суставные боли, возникают приступы удушья, учащается пульс и резко повышается давление. Дело в том, что у людей с хроническими заболеваниями ослаблены компенсаторные механизмы, поэтому реакция наступает с задержкой.

Скрытая чувствительность к погодным колебаниям может проявиться и у внешне здоровых людей, поэтому не стоит игнорировать даже легкую слабость.

«ЕСТЬ ТАКОЕ СЛОВО «НАДО»

Климатическую адаптацию также могут ухудшить наши вредные привычки: курение, злоупотребление алкоголем,

слишком много сублимированной, жирной готовой еды (фастфуд, чипсы, копчености, колбасы, сладости и т. д.). Переедание в этот период могут серьезно ослабить организм и помешать его нормальной работе.

Но самая главная наша ошибка - не жалеть себя. Говорим «Есть такое слово «надо» - и отправляемся штурмовать грядки, несмотря на давление, едем на работу, преодолевая слабость, берем в спортзал все большие веса. Узнали себя?

- Отказ от отдыха и продолжение интенсивных тренировок при смене погоды - в корне неверное поведение, - говорит ученый. - В период адаптации все ресурсы направлены на приспособление к новым условиям, и даже небольшие физические нагрузки могут стать чрезмерными. После тяжелых тренировок организм не восстанавливается, ведь его силы потрачены на климатическую акклиматизацию. А это грозит переутомлением, падением иммунитета и сбоями в работе сердца, сосудов и гормональной системы.

ВОПРОС НА ЗАСЫПКУ

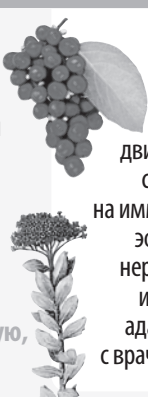
А может, это просто усталость без отпуска?

- Порой бывает тяжело отличить обычную усталость от реакции организма на изменение погоды, - подтверждает **Татьяна Миронова, к. м. н., доцент кафедры поликлинической терапии ИКМ Пироговского университета Минздрава России**. - Поэтому при перепадах погоды рекомендую соблюдать простые правила ЗОЖа, которые подойдут и в том и в другом случае. То есть больше отдыхать, легко и правильно питаться (без обилия жирного, добавить больше фруктов, ягод и овощей), не забывать про умеренную физическую нагрузку, когда спадает жара, но с силовыми упражнениями чрезмерно не усердствовать. Обязателен полноценный сон и желателен отказ от вредных привычек.

Не налегайте на адаптогены

ВАЖНО

Часто, ощущая слабость, люди начинают пить бодрящие адаптогены, растительные препараты - лимонник, родиолу розовую, женьшень.



- На самом деле при смене погоды это неверная тактика, - считает **Сергей Солодников**. - Лимонник может вызвать учащенное сердцебиение, нарушение ритма и подъем давления. Родиола розовая повышает двигательную активность, а при необходимости отдыха это скорее мешает, чем помогает. Женьшень должен влиять на иммунную систему и способен давать серьезные побочные эффекты - рост давления, нарушения сна, головную боль, нервозность, возбуждение. И даже падение сахара в крови и кожную аллергию. Поэтому самостоятельно принимать адаптогены не рекомендуется. Обязательно посоветуйтесь с врачом, особенно если у вас есть хронические заболевания.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



Стресс и усталость может вызывать блуждающий нерв: как снизить его тонус и вернуть радость жизни - на KP.RU



■ ДЛЯ ПОЛЬЗЫ ТЕЛА

С гранатом наперевес

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Эта ягода, как выяснилось, очень помогает здоровью кишечника.



Стенка кишечника - это барьер, который удерживает триллионы бактерий, и полезных, и вредных. Если он прорывается, то микробы проникают в кровь, а иммунитет начинает атаковать организм. Так возникают опасные воспаления, включая язвенный колит и болезнь Крона.

Гранат, как выяснилось, способен восстанавливать целостность кишечной стенки. Как именно - сумели выяснить в онкологическом центре Луисвиллского университета (США).

В гранатах, а еще в малине, клубнике, грецких орехах есть особые растительные вещества - эллагитанины. Полезные бактерии в кишечнике превращают их в уролитин А. Когда он доходит до клеток стенки кишечника, то запускает цепочку сигналов к восстановлению.

- Клетки начинают производить больше защитной слизи; - укрепляются «стыки» между клетками - барьер становится прочнее;

- воспаление снижается, но иммунитет при этом не подавляется целиком (в отличие от многих сильных лекарств).

Исследование пока проводили на мышах и клетках людей в лаборатории. У каждого конкретного человека могут быть свои особенности, которые повлияют на эффективность граната. Но потенциал для улучшения здоровья здесь определенно есть. И пока для разработки лекарств на основе граната еще далеко, вполне можно поддержать собственное здоровье, употребляя гранат в натуральном виде.

Добавляйте зерна в фруктовые и зеленые салаты, блюда с птицей, сыром или орехами. Это отличный способ разнообразить меню, подчеркивают эксперты Роспотребнадзора. А тем, кто любит гранатовый сок, в том числе и свежевыжатый, специалисты напоминают - он очень кислый. Поэтому его советуют разбавлять водой. Кроме того, гранат имеет ярко выраженное закрепляющее действие, так что людям, склонным к запорам, нужно быть с ним осторожнее. Маленьким детям давать зерна и сок не рекомендуется.

Мои мышцы - мои скакуны!

Ирина ВИКТОРОВА

Олегу Газманову - 75. Разбираемся, как он сохранил молодость и физическую форму.

Сегодня народный артист РФ Олег Газманов отмечает 75-летие. Если эти цифры перевернуть, то получится еще одна важная для него дата - 57 лет на сцене.

Этим летом юбиляр переключается с одного громкого фестиваля на другой. Концерты в родном Калининграде, «Славянский базар», VK Fest... И везде Олег Михайлович с гибкостью юноши скачет по сцене, танцует, поет, потом как бы невзначай шокирует публику констатацией своего возраста. И ожидаемо срывает аплодисменты.

А еще Газманов выкладывает в соцсетях ролики, рассказывающие, как танцевать по-газмановски. Комментарии говорят сами за себя: «По паспорту пенсионер, на сцене пионер», «Хочу в 35 такие же колени».

В ЧЕМ ЕГО СЕКРЕТ?

Олег Газманов всегда сетует на обилие вопросов о здоровье. Отвечает, что залог его физической формы один - регулярность тренировок. Потому что в его жизни, как и у всех, есть и стресс, и нарушение режима из-за постоянных перелетов. «Ребята, жить надо активно, - говорит он. - Если серьезно, то есть некоторые моменты, которые я для себя решил и делаю десятки лет. С утра нужно делать плотную зарядку. Я говорю про себя, ни-

каких рекомендаций не даю. Я утром до завтрака занимаю для своей зарядки всего лишь 15 минут. Отжимаюсь, каждый год добавляя по одному разу. Это меня стимулирует к тому, чтобы каждый день делать физические упражнения. Чтобы прибавить одно отжимание в год, нужно каждый день тренироваться. Я отжимаюсь столько раз, сколько мне лет, за один подход».

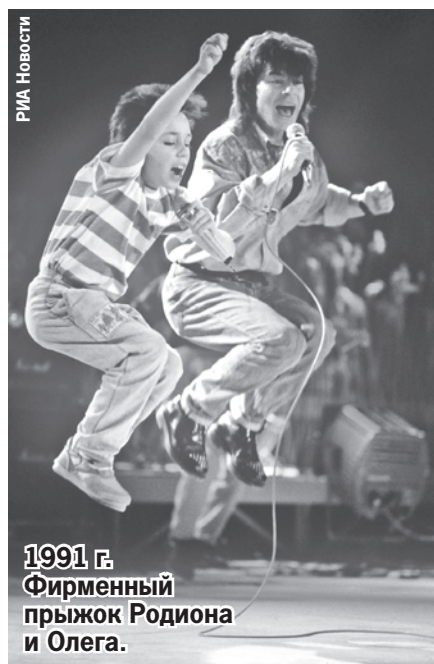
Еще в его зарядке комплекс упражнений на разные группы мышц и дыхательная гимнастика Стрельниковой. Это позволяет артисту и сегодня выполнять свои фирменные трюки на сцене, сальто в них фигурирует уже нечасто, но присутствует.

Периодически в Сети всплывают слухи о серьезных проблемах с позвоночником. Олег Михайлович объяснился по этому поводу так: «У меня уже лет тридцать с позвоночником то, что я занимался спортивной гимнастикой, где каждый прыжок с перекладины - это компрессионный удар. Я с этим справился, в Сети у меня есть специальные уроки здоровья, упражнения для позвоночника».

Люди пишут, что им помогает.

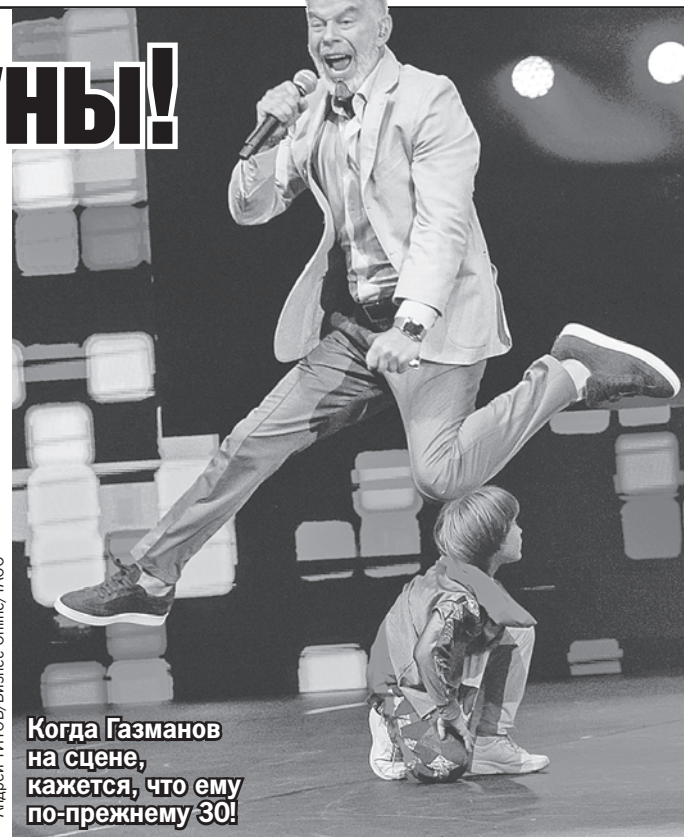
С ЧЕГО ОН НАЧАЛ?

Олег Газманов в спорте с младшего школьного возраста. Когда доктора нашли у Олега шум в сердце, мама отдала его в музыкальную школу, а он тайком от нее с 6-го класса убежал на гимнастику, потому что однажды был в бассейне и увидел, как в другом зале красиво трени-



1991 г.
Фирменный прыжок Родина и Олега.

ровались ребята-гимнасты. Газманов прятал спортивную форму в футляр от скрипки и бежал в зал. Вскоре шумы пропали, доктора сообщили, что с сердцем все в порядке, и Олег стал тренироваться легально. В 16 лет Газманов был кандидатом в мастера спорта по спортивной гимнастике и поставил рекорд - первым в СССР сделал двойное сальто в вольных упражнениях. Став мастером спорта, задумался о спортивной карьере. Но получил травму, раздробил ногу, долго лежал в гипсе, и пришлось оставить мечты об Олимпиаде. Будущий певец поступил в Калининградское высшее инженерное морское училище, потом в областное музыкальное училище. Но продолжал тренироваться - профессия артиста обязывает быть в форме: «Я не могу выйти к зрителям с пузом».



Когда Газманов на сцене, кажется, что ему по-прежнему 30!

Летом к его физическим нагрузкам добавляются велосипед и сап-серфинг (разновидность серфинга).

Газманов на диетах никогда не сидел, но меру знает и последние годы следует правилу - меньше сладкого. Как только артист пару лет назад ограничил добавленный сахар в рационе, скинул 7 кг за полгода.

ЧТО СОВЕТУЕТ?

В день 75-летия Олег Газманов рассуждает так: «По поводу здоровья у меня есть целая философия, что это не только нагрузки на организм, но и нравственная, духовная, физическая составляющая, дело, которое ты любишь, любовь».

Артист рекомендует: «Засыпая, радуйтесь завтрашнему дню, а просыпаясь - сегодняшнему. Что бы ни случилось...»

Газманов уверен, что не надо ставить себе возрастных рамок - мол, буду на сцене до 80 лет. Потому что тогда организм «запрограммируется» на этот возраст. «Вспоминаю, сколько у меня нереализованных песен, а если я еще буду писать, то мне надо дожить до 120 лет. И если я каждый день буду так думать, то биофизика моего организма станет подстраиваться под эту дату», - рассуждает именинник.

Газманов не мыслит себя без работы. Сейчас готовит на осень новую юбилейную концертную программу «Русский мир». Постоянно пишет новые песни.

Р.С. Указом президента страны «за заслуги в области культуры и искусства, многолетнюю плодотворную деятельность» Олег Газманов награжден орденом «За заслуги перед Отечеством» II степени.

Бесконтактная подписка на любимую «Комсомолку»



Подписка по QR-коду на shop.kp.ru



1. Наведите камеру телефона или планшета на QR-код
2. Перейдите по ссылке на сайт shop.kp.ru
3. Сделайте заказ в разделе «Подписка на издания «КП»
4. Оплатите подписку удобным способом

Тариф

	1 мес.	3 мес.
«КП» ежедневная газета	440	1320
«КП» еженедельник + телепрограмма	210	630
«КП» ежедневная + еженедельник	650	1950



Сбербанк Онлайн

Открыть приложение → «Сбербанк Онлайн», выбрать раздел → «Платежи», ввести в строке поиска → Комсомольская правда, выбрать → Издательский дом Комсомольская правда (оплата услуг).

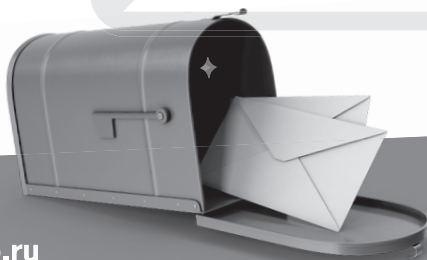
Далее заполнить последовательно:

1. «ФИО» - вписать ФИО подписчика
2. «Назначение платежа» - указать контактный телефон и издание
3. «Сумма платежа» - ввести сумму оплаты
4. «Оплата» - нажать кнопку «Оплатить»
5. «Уведомление» - сообщить о произведенной оплате по телефону 8 495 609-67-48 или по e-mail raspr@kp.ru



Сайт Почты России

1. Зайдите на сайт podpiska.pochta.ru
2. Выберите издание и оплатите подписку удобным способом



Популярная газета
для всей семьи будет приходить
прямо в почтовый ящик!

По всем вопросам: 8 495 777-02-82, raspr@kp.ru

Завлекла и погубила

27 июля - 2 августа

ГОРОСКОП

Подготовила Евгения АН.

Овен



Овнам поступит предложение о подработке. Это не долгосрочное сотрудничество, а деньги и придут легко, и так же быстро уйдут. Стоит ли ввязываться - решать вам. А вот во что действительно нужно ввязаться, так это в работу над своей физической формой. Это будет полезно со всех сторон.

Телец



Чтобы Тельцы радовали своим присутствием окружающих, сначала им нужно порадовать чем-то себя. Удачной поездкой, небольшой покупкой, отдыхом в приятной компании. Это поднимет вам настроение. А искусственно подстраиваться под других не нужно - все равно всем не угодишь.

Близнецы



Близнецов утомит напряженный темп жизни и информационный шум, захочется устроить небольшой «детокс». И нет ни одной веской причины, чтобы вы себе в этом отказали. Со спокойной душой сбавляйте обороты, находите время для себя и для тихого уединенного отдыха.

Рак



Главное предупреждение для Раков на этой неделе - не надо давать никаких вторых, третьих и десятых шансов своим бывшим, особенно если вы сейчас в отношениях. Не стоит оно того. Гораздо полезнее будет направить всю свою энергию на работу и рабочие вопросы, а еще обязательно на заботу о себе.

Лев



Вам нужно придумать, как снимать накапливающееся напряжение. Позвольте себе отдыхать, хорошо бы отправиться в небольшое путешествие. Это время уютных семейных посиделок, общения с близкими и любимыми людьми. Вы можете найти источники дохода в занятиях, на которые давно махнули рукой.

Дева



Следует быть осторожными и внимательными при работе с документами и договорами, не упуская никаких деталей. Вас может закружить новый роман, но это не та история, когда нырять в омут с головой здорово - слишком много недомолвок и нюансов. Не торопитесь, сначала присмотритесь к человеку.

Весы



Не забывайте, что деньги любят счет. Не поддавайтесь ни на порывы купить что-нибудь этакое, ни на слова родных, с горящими глазами рассказывающих вам про что-то с маркетплейса. Лучше просто проводите с ними больше времени, интересуйтесь их делами, обсуждайте общие темы.

Скорпион



Скорпионы обнаружат в себе склонность к драматизации. Вам начнет казаться, что именно ваши проблемы самые сложные, важные и неразрешимые. Но игнорировать близких - это ошибка. Разбирайтесь со всеми сложностями вместе, и тогда окажется, что все решаемое.

Стрелец



Кажется, что ретроградный Меркурий продолжается и продолжает вставлять палки в колеса. Много будет двигаться не так быстро, как вам бы хотелось. Наберитесь терпения и не стесняйтесь просить помощи. В компании единомышленников вы точно сдвинете дела с мертвой точки.

Козерог



Козероги - известные трудоголики, и это делает их очень эффективными сотрудниками. Однако за чередой рабочих задач вы совсем забыли семейную жизнь и личные отношения. Организуйте семейное мероприятие, которое покажет близким, что вы их цените.

Водолей



Конец месяца станет для вас временем, когда нужно сбрасывать накопленное напряжение. Это можно делать несколькими способами. Во-первых, наведите порядок, выбросите или раздайте то, что вам уже не пригодится. Во-вторых, вспомните про хобби, занятия, которые вас заряжают.

Рыбы



Рыбам, занимающимся карьерой, стоит проанализировать требования и интересы начальства, чтобы проявлять инициативу в нужном направлении. Неделя подходит для общения, встреч с друзьями, посещения новых интересных мест и других мероприятий, которые поднимут вам настроение.

Первый шаг
в отношениях
теперь должны
делать женщины?
Или все-таки
нет?

Александра ЗАЙЦЕВА

БУКЕТ ИЗ ВОБЛЫ И КОЛБАСЫ

В российском интернете есть одна широко известная берлога, где парни ведут свои мужские разговоры о дамах. Девушек туда пускают выборочно, не церемонятся, удаляют за любое сказанное невпопад слово. Невпопад - то есть наперекор привычным патриархальным правилам.

И вдруг именно там вот эти брутальные граждане, несущие друг другу свои обиды на девушек, затеяли спор: а почему женщина - вечный приз в брачных играх? Я, может быть, сам приз! А вот пускай ОНА постарается, кругами возле меня походит. Букет пускай купит - сейчас можно заказать мужской, из воблы и колбасы. Позовет куда-нибудь и оплатит там все сама. Доходы свои продемонстрирует. Бельешком сверкнет кружевным, чулочками там всякими. К себе пускай пригласит и намеркнет: да чего ты будешь домой по темноте добираться, у меня столько места, оставься... А я посмотрю, брать мне этот товар или не брать.

«А-а-а! Ы-ы-ы!» - хором закричали в ответ возмущенные женщины (и тут же были забанены). Но мужики молча нагнали рейтинг этому посту. А некоторые даже не молча.

Михаил:

Ребята, 2026 год на дворе. Я на 17-летнего племянника смотрю: для них сейчас вообще не важно, кто в паре сделал первый шаг. Девчонки предлагают все сами, и это у подростков в порядке вещей. Может, и нам уже хватит с бубном танцевать вокруг женщин? Им секс нужен не меньше, чем нам. И зарабатывают они сегодня хорошо. Вот и пусть стараются.

647 человек этот крик души лайкнули.

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ В СОСЕДНЕЙ БЕРЛОГЕ...

Для ответа женщины собрались в собственной антиберлоге, она тоже в Сети широко известна. Для вида вся обмотана розовыми ленточками и утыкана ромашками, но это только для вида. На самом деле там по стенам висят трофеи, добытые в битвах с бывшими спутника-

ми. Зубы дракона и прочее. Да-мы там собираются опытные, в свои 25 или 35 хлебнувшие мужских обид.

Пасущиеся там кавалеры знают: надо читать молча, делать выводы и не спорить. А то засмеют, опозорят и в лучшем случае понизят самооценку до нуля. Самые отважные, впрочем, пытаются там знакомиться в комментариях. Иногда даже успешно.

Рыбка незолотая:

Пусть он мне родит, и я уже пошла за цветами и конфетами. Я ж не как эти! Я всё честь по чести! И кофе ему куплю! И медовик!

Мисс де Трей:

Я согласна ухаживать за мужчиной в одном-единственном случае: если этот мужчина - кот, желательно рыжий.

Если серьезно, именно женщина всю жизнь ухаживает за мужчиной. Когда он мал и беспомощен, когда он болен. Когда у него проблемы и ему нужна поддержка и сила. И единственный и очень короткий по сравнению со всей женской жизнью промежуток времени, когда все наоборот, - это когда он тебя добивается. Несколько месяцев от силы. И вот этот короткий, мелькающий как метеор кусочек жизни вы хотите у нас отобрать? Даже этот недолгий миг вас ущемляет, считаете себя ограбленными, обманутыми, угнетенными. Где-то вам опять мяса недоложили, вот только где...

Ксюша:

Мы тоже ухаживаем, просто делаем это тоньше. И это всегда либо по любви, либо за вознаграждение. Оптимизировать возникающие расходы мужчи-



Катерина МАРТИНОВИЧ-КП - Москва

Равнодушный минерал:

Девочки, мы и так уже вашим котам завидуем, а вы!..

Марфа:

Под ухаживанием за ним мужчина понимает не цветы, а заплатить за него и позвать к себе сразу. Мечтатели. Стараются обычно выгодоприобретатель. Остальное от лукавого. Я видела примеры, когда девушки бегали за парнями, добивались их, но ничего хорошего из этого не вышло. Только ноги вытрут о тебя. Ну не ценят мужчины то, что само в руки плывет. Особенно если это женщина.

ОПЯТЬ МЯСА НЕДОЛОЖИЛИ!

Калина красная:

Мальчики, ваше время придет лишь в том случае, если секс станет нам нужнее, чем вам. Не раньше. Потому что природа так задумала. А пока этого нет, извините, но насущной необходимости ухаживать за вами нет.

ны и общество пытались многократно: заставить женщину ухаживать за каким-нибудь несимпатичным ей и нересурсным типом, но почему-то не получается. Ну не везет машина без бензина, вот такая вот эпидерсия*.

Я хороший:

Люди относятся к типу животных, которые сбиваются в пары для сохранения потомства и своего вида. У волков тоже папа добывает пропитание и защищает как может, пока мама поднимает детей. А до этого изо всех сил показывает избранной самке свою ресурсность и силу. Таскает съестное, дерется с конкурентами. А самка красивая, ей нужно выбрать лучшего ради своей безопасности и будущего потомства. Это веками работало, и не надо это переворачивать с ног на голову.

*Сленговое выражение. Означает что-то неопознанное, непонятное, чушь, бред.

Тройной выброс Плющенко

Сергей КИРИЛЛОВ

Фигурист заговорил о «деградации» фигурного катания и запросил грант в 24 млн рублей.

Скандал с семьей **Евгения Плющенко** набирает обороты. Напомним, что в конце мая его 13-летний сын **Александр** сменил спортивное гражданство и теперь будет выступать за Азербайджан. Сначала все отнеслись к этой новости довольно спокойно, поскольку Плющенко-младший далек от попадания в состав юношеской сборной России. (К примеру, на «Мемориале Станислава Жука» он занял только 18-е место среди мальчиков.) Мол, невелика потеря... Но масла в этот глущий скандалчик подлил сам Плющенко-старший. Комментируя переход своего сына под флаг другой страны, Евгений заявил, что российское фигурное катание «деградирует».

«Ему надо выходить на международную арену, кататься, выступать. Потому что у нас идет деградация,

честно скажу. Ездить в Киров, в Пермь - это, конечно, великолепно. В Екатеринбург, в Подмоскowie - это здорово. Но это деградация наших спортсменов», - заявил двукратный олимпийский чемпион.

И это притом что сам фигурист работает тренером в академии своего имени «Ангелы Плющенко», где пока не удалось воспитать ни одного чемпиона. И, кстати, это уже не первый случай смены спортивного гражданства его фигуристами. Ранее в сборную Азербайджана Плющенко «пристроил» **Веронику Жилину**. А на днях и 15-летняя **Злата Саприна**, которая тоже тренируется в его академии, перешла в команду Киргизии.

Но и сам Гном Гномыч, как называет своего сына Евгений Плющенко, зажег след за своим отцом. Во время чемпионата мира по футболу Александр пренебрежительно высказался о нашем легендарном вратаре **Льве Яшине** и раскритиковал игру сборной Аргентины. «Что взять с 13-летнего подростка», - пишут в соцсетях одни болельщики. «Яблоко

от яблони недалеко падает», - говорят другие.

Но самый большой резонанс произошел после того, когда стало известно, что Евгений Плющенко на свое ледовое шоу на музыку Петра Чайковского запросил грант в размере 24 млн рублей. В обосновании заявки говорится:

«События нашего времени подчеркивают, насколько важно воспитать патриота и гражданина своей великой страны. Через примеры вымышленных персонажей и настоящих героев необходимо передать молодому поколению любовь к своему государству и семье... Воевать можно не только с автоматом в руках, но и с помощью искусства и спорта».

О том, что думает обо всей этой ситуации министр спорта РФ, читайте в эксклюзивном интервью с Михаилом Дегтяревым < стр. 4 - 5.



Сын Евгения Плющенко Александр (слева) во всем берет пример со своего отца...

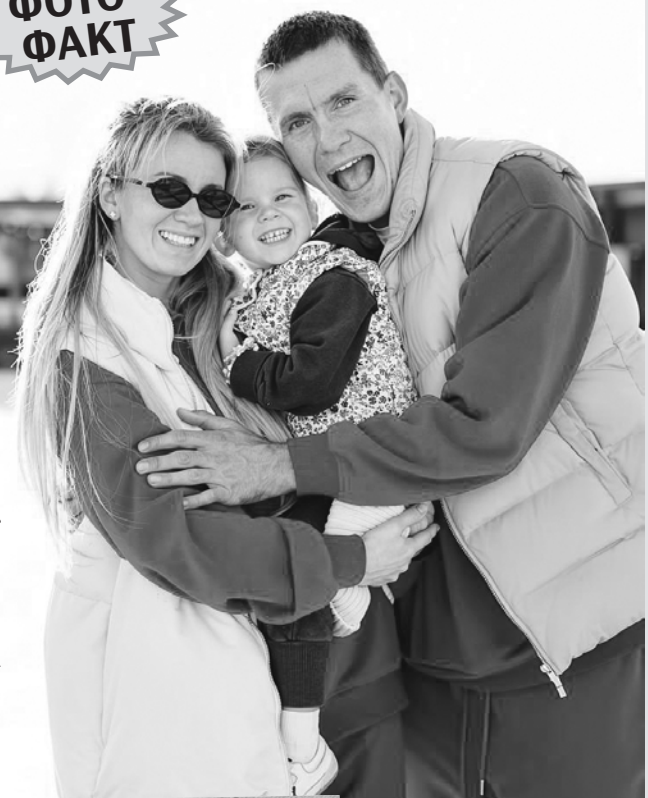
Ilya Moskovets/URA.RU/globallookpress.com



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



ФОТО-ФАКТ



Личная страница Анны Большуновой в социальной сети

Личная страница Анны Большуновой в социальной сети



В семье трехкратного олимпийского чемпиона Александра Большунова прибавление.

Вчера его жена Анна выставила в соцсетях табличку-сердечко, из которой ясно, что у лыжников родилась вторая дочь - Оливия. И теперь их старшей дочке Еве (на руках у мамы с папой), которой скоро исполнится 4 года, будет с кем поиграть.

■ А В ЭТО ВРЕМЯ

Денис АКИНИН

Из знаменитой школы ушла лучшая фигуристка.

Уход 19-летней **Аделии Петросян** от **Этери Тутберидзе** произошел внезапно. Сама Аделия никому ничего не объяснила. Тут же поползли самые разные слухи. Некоторые даже указывали на то, что Аделия позвонила Этери Георгиевне и по телефону объявила ей о своем решении. Причем в грубой форме.

Тут Петросян пришлось прервать молчание.

«Почему по телефону? Вы правда верите всей ерунде, которую распространяют? Каждый из моих тренеров мне очень дорог, и со всеми я говорила лично», - написала Петросян в соцсетях, но ничего не сказала о причинах своего ухода.

ПОЧЕМУ УШЛА?

А рабочих версий сейчас ровно три:

✓ Петросян не успела после провала на Олимпиаде-2026, где заняла только 6-е место, и решила, что для достижения других результатов надо что-то менять.

✓ Петросян не выдер-

Побег Петросян от Тутберидзе



Аделия Петросян (слева) на Олимпиаде в Милане очень расстроила своих тренеров Даниила Глейхенгауза (в центре) и Этери Тутберидзе.

жала ухода в тень после возвращения в группу Тутберидзе знаменитой **Александры Трусовой**.
✓ Петросян решила задвинуть карьеру фигуристки и сосредоточиться на учебе в ГИТИСе.

И все было бы логично, если бы у Этери Тутберидзе не было целого списка суперзвезд, которые решили ее покинуть.

- До Петросян от Тутберидзе уже уходили **Липницкая, Удвеева, Трусова, Косторная** -

список-то спортсменов серьезный. Значит, там не все так гладко, - говорит трехкратная олимпийская чемпионка **Ирина Роднина**.

ЧТО ДАЛЬШЕ?

Петросян объявила об уходе от Тутберидзе, но заканчивать свою профессиональную карьеру Аделия вроде как не собирается. А значит, подвешена еще одна интрига - к кому уйдет трехкратная чемпионка России.

У чемпионки мира **Марии Бутырской** уже есть предположение.

- У нас сейчас не очень много топовых тренеров, которые доводят до высокого результата. Но мне очень нравится **Алексей Мишин**. Видна всегда его работа. Столько лет он продолжает воспитывать фигуристов, - заявила экс-фигуристка.

Версия сомнительная. Мишин работает в Санкт-Петербурге, Петросян учится в Москве, продолжать карьеру на два города будет очень странно.

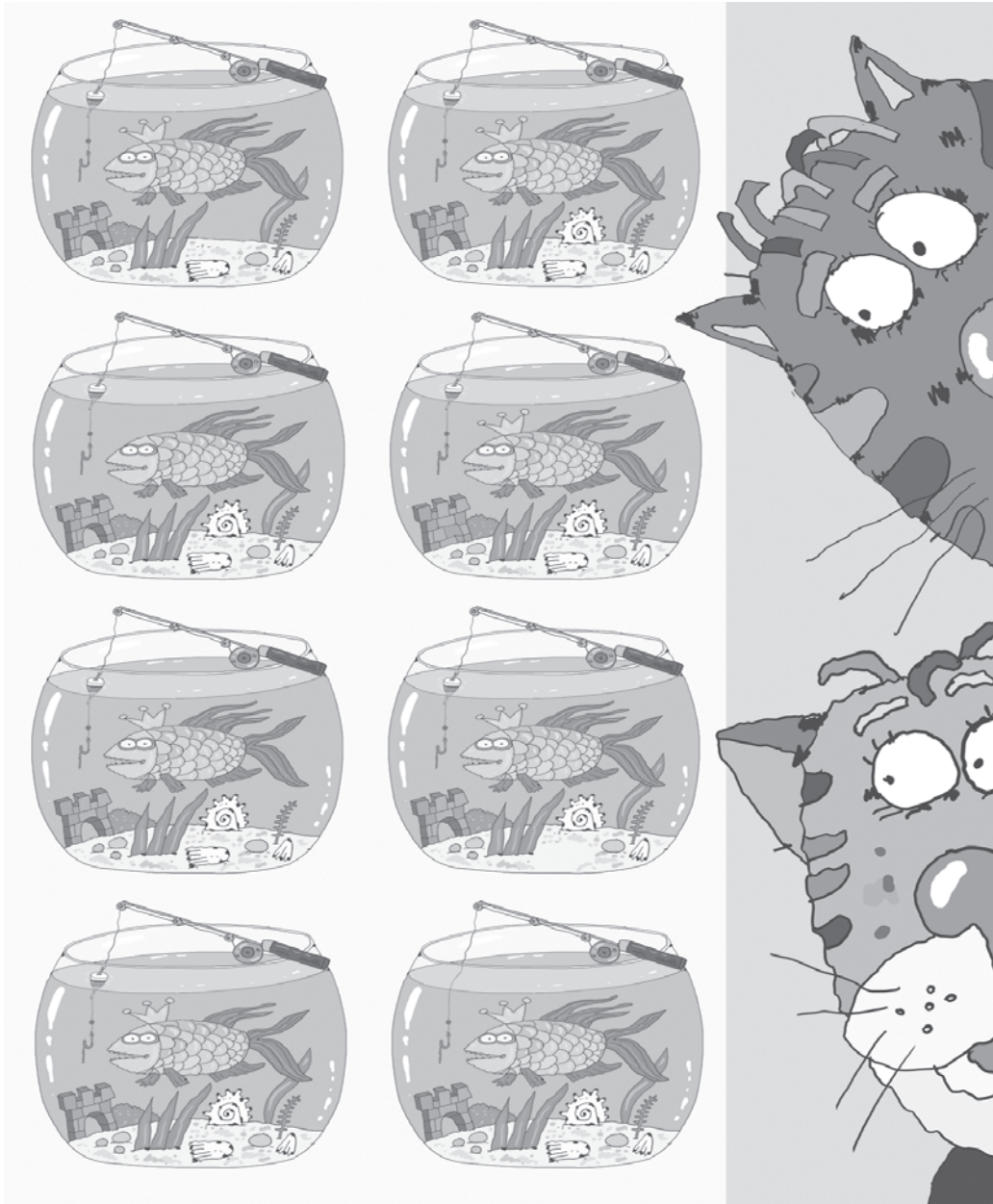
Но самые громкие трансферы от Тутберидзе всегда получаются в одном направлении - в академию «Ангелы Плющенко». Но в такой переход та же Бутырская не верит.
- У него очень хорошие дети, и то они от него уходят. Но это участь тренера. Мы будем рады за Евгения, если он воспитает олимпийского чемпиона, - говорит Бутырская.

Но продолжит ли карьеру великолепная фигуристка? Или повесит коньки на гвоздь в совсем еще молодом возрасте, как это уже не раз случалось с другими воспитанницами Тутберидзе?



Ловись, рыбка, большая и маленькая!

Найди элементы, которыми каждый рисунок отличается от других.



Отыщи подходящие тени.



Найди 10 отличий.



Рисовал Сергей БЕЛОЗЁРОВ.

