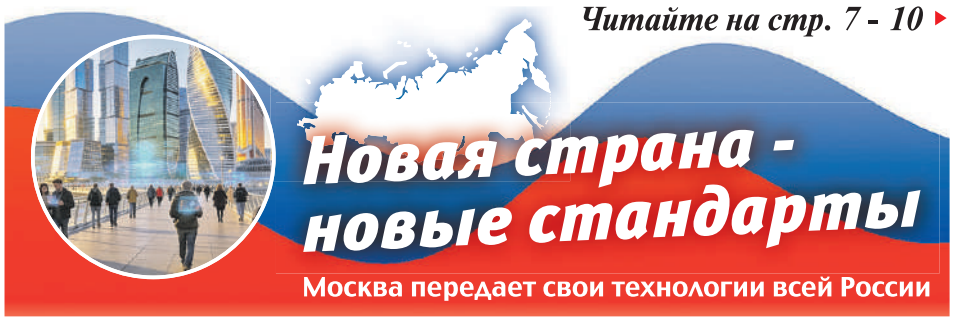
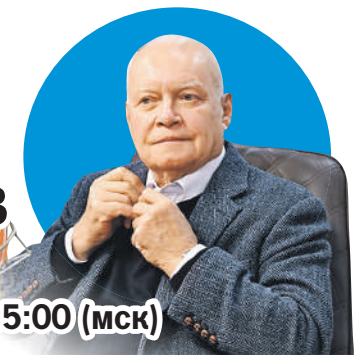
Читайте на стр. 7 - 10



РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА
В эфире - Дмитрий Киселев
Про свою новую программу, дальнейшую судьбу Украины и какой будет жизнь после СВО - 15:00 (мск)
radiokp.ru



101 ГОД
КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА
Основана в мае 1925 года

Вторник, 29 сентября
№ 73 (27819)/2026 год
Газета нашего города ★ Владивосток
KP.RU 1 336 000 УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Британия использует релокантов, чтобы разрушить Россию

В России Ксения Максимова* была просто моделью, а в Лондоне стала лицом, под которым британские спецслужбы вербуют бежавших с Родины россиян.

ФСБ разоблачила сеть предателей

Читайте на стр. 4

Steve Taylor/SOPA Images/ZUMA Wire/globallookpress.com, личный архив

*Внесена в список террористов и экстремистов.

Даниил ОПАРИН/«КП» - Москва

Оксана Самойлова раскрыла всю правду о жизни с Джиганом

Ольга РОДИНА

Блогерша дала интервью о своих отношениях с бывшим мужем.

Самойлова рассказала **Ксении Собчак** о том, что много лет терпела неадекватные выходки своего мужа **Джигана** (Дениса Устименко). Также Оксана призналась, что у него имеются проблемы с запрещенными веществами. А в 2020 году ситуация и вовсе вышла из-под контроля. Именно тогда рэпера отправили в рехаб, где он в итоге подписал брачный договор.

Продолжение на стр. 14

Реклама 0+

Что ответит Москва на три «перемирия» Киева

Владимир Путин прокомментировал «мирные предложения» Украины.

Андрей ЗОБОВ

На исходе недели Президент России выступил на Международном форуме объединенных культур, а гвоздем программы стал внезапный выход к прессе. Здесь глава государства ответил на предложения Украины заключить сразу несколько перемирий: энергетическое, морское...

Владимир Путин подчеркнул - Россия согласна только на условия, выгодные для нас. И не позволит Киеву манипулировать событиями: сначала угрожать уничтожить Россию за 40 дней, а потом прибегать с лжемиротворческими идеями.

УГРОЗЫ И ТЕРРОР

Россия всегда готова к мирным переговорам - так начал беседу с журналистами президент. Именно мы начали мирный процесс в Стамбуле. И в последние недели, когда незадолго до выборов Киев внезапно заявил о готовности возобновить дипломатические контакты по урегулированию.

- Дней за 10 до выборов они заявили о своей готовности возобновить эти переговоры. Мы сказали, что до выборов в Госдуму это вряд ли возможно. А после мы будем готовы. И что же? Во время выборов (19 сентября. - **Ред.**) была предпринята попытка массированного удара по Москве. Свыше 1600 беспилотников практически вошло в московскую зону! - указал Путин.

Президент напомнил: противник без жалости бил по избирательным участкам. Один из них располагался в школе. Здание разрушено. По данным ЦИК, убиты 6 членов избиркомов.

Путин сказал, что Киев начал террор еще весной. Потом пытался ударить по Петербургу во время ПМЭФ.

- Потом начали с июня бить по нашим НПЗ. В июне объявили о начале 40-дневной операции. Пытались организовать морскую блокаду нашего черноморского побережья. Повредили свыше ста кораблей, причем и российских, и под иностранным флагом. Да, мы это все восстановили, но что это такое? Потом склады Wildberries и Ozon. Это зачем? - спрашивал президент.

ИСХОДЯ ИЗ ИНТЕРЕСОВ РОССИИ

Россия начала отвечать на террор. И наши удары оказались гораздо успешнее. России, в отличие от Киева, удалось полностью блокировать украинские порты. Туда просто отказались ходить все гражданские суда, только корабли с оружием до сих пор пытаются прорваться. Выбили сотни автозаправок у фронта. Начали отвечать по складам украинских логистических компаний...

- Судя по всему, ответные действия российских Вооруженных сил оказались настолько чувствительными и разрушительными, что сейчас они опять активно поднимают вопрос о перемирии. По нескольким направлениям.

Путин перечислил:

❶ **Энергетическое** - Киев готов отказаться от ударов по НПЗ.

❷ **Воздушное** - президент заметил, что ВСУ так и не нашли «противоядия» против обновленной версии наших дальнобойных дронов «Герань».

❸ **Морское** - Киев просит снять блокаду черноморского побережья.

- Но это они всё начали! По каждой позиции - именно они начали. Это что, игрушки? Это детские игры какие-то?! Поэтому они должны почувствовать ответные удары России. И понять, что никакие провокации, никакое нагнетание обстановки к нужному для них результату не приведут, - резюмировал российский лидер.

Президент России подытожил: Киев просто сильно получил сдачи - и побежал мириться. Но теперь, после множества терактов и атак на гражданские объекты, наша страна очень хорошо подумает, прежде чем дать ответ.

- Теперь предложение о возобновлении переговоров и все перемирия на столе. Но после всего, что они сделали, мы еще подумаем как следует, что нам нужно предпринять в ответ. И в любом случае все решения по этому направлению, в том числе и по возможному возобновлению переговорного процесса, мы будем принимать исходя из интересов России, - заявил президент.

Russian President/Keystone Press Agency/globallookpress.com

Владимир Путин приехал в конце недели в Мариинку в Петербурге на Международный форум объединенных культур и не только выступил с приветственной речью перед его участниками, но и незапланированно вышел к журналистам и ответил на самые острые вопросы.

ПОЛИТИЧЕСКАЯ КЛОУНАДА

Второй вопрос коснулся заявлений **министра обороны Эстонии Мартина Херема**. Он заявил, дословно, что «если вы (русские. - **Ред.**) перейдете границу, мы вас всех убьем». И добавил, что, возможно, Эстонии будет вернее самой, первой, напасть на Россию.

Путин не был удивлен.

- Со стороны европейских стран это целенаправленное раздувание ситуации и провокация. Многие в Европе говорят, что ждут нападения со стороны России и поэтому должны сами готовиться к войне с нами. Но мы не готовимся к каким бы то ни было боевым действиям с Европой!

Наш лидер подчеркнул - вся агрессивная риторика служит лишь одной цели: продолжать нагнетать обстановку, накачивать Украину оружием. Потому что Киев давно стал инструментом, цель которого - ослабить Россию.

Что же касается слов о том, что Эстония «убьет каждого русского»...

- Это тот случай, когда уместно сказать: цирк уехал, а клоуны остались. Российская армия - 1 миллион 535 тысяч. А 1 миллион 300 тысяч - это граждане Эстонии. Это и младенцы, и люди пожилого возраста. Ясно, что это полный бред. Но, к сожалению, вот с такими людьми нам приходится иметь дело сегодня в Европе.

ВАЖНЫЙ СИГНАЛ

Спросили президента о визите **председателя КНР Си Цзиньпина** в США - нет ли у Москвы «ревности».

- Ревность - это что-то из области отношений между мужчиной и женщиной. В международной политике такие категории не используют. Мы приветствуем переговоры между Соединенными Штатами и Китайской Народной Республикой. Две крупнейшие экономики мира. И то, о чем они договорятся по тем проблемным вопросам, которые складываются из-за нелегитимных санкций со стороны США, будет влиять на всю мировую экономику, - сказал глава государства.

Последний вопрос коснулся визита на саммит АТЭС, который пройдет в середине ноября в Китае. Там будет и Си Цзиньпин, и **Дональд Трамп**. И ходят слухи - между лидерами России, Китая и США может состояться трехсторонняя встреча.

Но состоится ли?

Ответ на вопрос, будет ли там Путин, - важный сигнал о том, как идут закулисные контакты между Россией и США.

- Тут надо определиться еще окончательно, - ответил президент. - Все будет зависеть от ситуации в нашей стране. Я всегда при решении вопроса о том, принимать или не принимать участие в каком-либо международном мероприятии, исхожу из ситуации, которая складывается внутри Российской Федерации. Но я настроен на то, чтобы принять участие в этой работе.

СКАЗАНО

Мария ЗАХАРОВА: Это черный юмор

Александр ГАМОВ

Официальный представитель МИД РФ - о назначении комика заместителем министра обороны Украины.

Замминистра обороны Украины Евгения Хмары стал Алексей Рева - победитель юмористического шоу «Рассмеши комика». После шоу-победы, одержанной еще в 2015-м, «военачальник» Рева работал по профилю - входил в состав проекта «Мамахохотала». С 2022-го он служил в одном из территориальных центров комплектования Полтавской области. В печально знаменитом на весь мир ТЦК!

Прокомментировать эту новость обозреватель «КП» попросил **директора Департамента информации и печати МИД РФ Марию Захарову.**

- Эти странные (хотя - почему странные?) сюжеты как оценить, Мария Владимировна?

- Это черный юмор, - так отреагировала Мария Захарова.

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА radiokp.ru

Экспертное мнение политолога в программе «Бовт знает» каждый четверг в 20.00 (мск) на Радио «КП»

Дети к деньгам

Елена ОДИНЦОВА

Новые условия семейной ипотеки с 1 октября: ставки по кредиту будут зависеть от количества детей и региона.

Диана ИВАНОВА/«КП»-Красноярск

То, о чем так долго говорили, случилось - Минфин опубликовал изменения в программе семейной ипотеки.

- Это сделает «Семейную ипотеку» более адресной и демографически ориентированной программой, - утверждают в ведомстве.

Главные изменения ожидаемы *(см. «Наглядно»)*. Процентная ставка по льготному кредиту и «потолок» суммы будут зависеть от количества детей и региона. Так, **в Москве, Московской области, Санкт-Петербурге и в Ленинградской области, чтобы сохранить былую льготную ставку в 6%, в семье должно быть четверо детей, из них хотя бы одному - меньше 7 лет**. В других регионах условия мягче - для ставки в 6% достаточно троих детей, включая одного до 7 лет.

Для очень многодетных семей условия, как и обещали, улучшатся - ставка будет ниже 6% годовых. Есть категория семей, для которых условия льготной ипотеки останутся без изменений, - это те, кто берет «семейку» на строительство частного дома или покупку земли под строительство жилья. Ставка в этом случае останется 6% в любом случае, даже для семьи с одним маленьким ребенком (и даже для Подмосковья или, например, Новой Москвы).

Еще одно изменение - срок льготного кредита. Он уменьшен до 15 лет (было 30 лет). Кредит можно взять и на более долгий срок, но по истечении «времени «Ч» он перестанет быть льготным.

Из улучшений - максимальный размер льготного кредита в большинстве случаев все же увеличен *(подробнее см. «Наглядно»)*. Новшества начнут действовать с 1 октября 2026 года.

НАГЛЯДНО

Новые условия семейной ипотеки с 1 октября 2026 года

Для Москвы, Санкт-Петербурга, Московской и Ленинградской областей

- 4% годовых, максимальная сумма 18 млн рублей - для семей с пятью и более детьми, при этом хотя бы одному ребенку должно быть меньше 7 лет на момент заключения договора
- 6% годовых, до 18 млн рублей - для семей с четырьмя детьми, хотя бы одному ребенку должно быть меньше 7 лет
- 8% годовых, до 18 млн рублей - для семей с тремя детьми, хотя бы одному ребенку должно быть меньше 7 лет
- 10% годовых, до 15 млн рублей - для семей с двумя детьми, хотя бы одному ребенку должно быть меньше 7 лет
- 12% годовых, до 12 млн рублей - для семей с одним ребенком, которому меньше 7 лет

Для других регионов России

- 2% годовых, до 10 млн рублей - для семей с пятью и более детьми, где хотя бы один ребенок не достиг 7 лет на момент заключения договора
- 4% годовых, до 10 млн рублей - для семей с четырьмя детьми, хотя бы одному ребенку должно быть меньше 7 лет
- 6% годовых, до 10 млн рублей - для семей с тремя детьми, хотя бы одному ребенку должно быть меньше 7 лет
- 8% годовых, до 8 млн рублей - для семей с двумя детьми, хотя бы одному ребенку должно быть меньше 7 лет
- 10% годовых, до 6 млн рублей - для семей с одним ребенком младше 7 лет

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

KP.RU

Как новые условия семейной ипотеки скажутся на рынке продажи и аренды жилья - разбираем с экспертом на сайте KP.RU

■ ВОПРОС ДНЯ

После сорока трудно заводить новых друзей, да и сохранить старую привязанность непросто. Психологи предлагают 6 шагов, чтобы дружба оставалась с нами навсегда (см. стр. 13). А может, есть другие рецепты?

Как сохранить дружбу?

Сергей СТАНКЕВИЧ, историк и политолог, экс-советник Президента России:

- Важно одно: понимать, чего ни в коем случае нельзя делать в общении с близким человеком. И доверять ему.

Виталий ТРЕТЬЯКОВ, журналист, политолог:

- Дружба - родство душ. Его нужно беречь, и тогда никаких разочарований не случится. У меня два крепких друга, с которыми я вместе уже полвека. Хотя живем мы в разных городах и порой не видимся по несколько лет, дружбе нашей по-прежнему верны.

Сергей ЦЕКОВ, первый зампред Госсовета Крыма:

- Жизнь может по-разному складываться. Сегодня все нормально, ты успешный и влиятельный, но вдруг ситуация изменилась - готов ли ты прийти на помощь? На переломе СССР неожиданным оказалось, как повел себя друг, который был моим доверенным лицом на выборах в Верховный совет Украины. Стал бегать с вопросом, почему в Крыму нет украинских школ. Перестали мы дружить…

Кадр из фильма «Трое в лодке, не считая собаки», 1979 г.

Герои советской комедии доказали: с товарищами веселее преодолевать трудности, даже если создали их сами себе.

Ростислав МОЖЕЙКО, военный нейрохирург, участник СВО:

- Не допускать недосказанности и не врать.

Кирилл ТУРИЧЕНКО, солист группы «Иванушки International»:

- Меня судьба сводит с прекрасными людьми. Только что поздравлял с днем рождения друга, который живет в другой стране и видимся мы раз в год. Нас сближает общее понимание жизни.

Мария АБУНИНА, руководитель Центра прогнозов космической погоды Института земного магнетизма, ионосферы и распространения радиоволн РАН:

- Важны обоюдные честность и искренность. А еще - умение смеяться. Над неловкой ситуацией, над своими глупостями. Без этого вообще никак.

Марина КРАПИВНАЯ, психолог и педагог:

- Нужно позволить дружбе стать другой: без обязательных встреч, без обид за долгие паузы.

Татьяна КОСТИЦЫНА, специалист Центра общественного здоровья, Екатеринбург:

- Вам должны нравиться разные мужчины и одно вино. А если серьезно, друг познается в радости - сочувствовать чужому горю проще, чем искренне радоваться за успех.

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

■ ДЕРЖИ КАРМАН ШИРЕ

Оклады и пенсии с 1 октября: кому ждать прибавку

Елена ОДИНЦОВА

Выплаты увеличат действующим и бывшим военным и силовикам.

1 октября - дата, с которой традиционно индексируется денежное довольствие действующих военнослужащих и сотрудников силовых ведомств. Это: МВД, Росгвардия, ФСБ, ФСИН, Следственный комитет, МЧС и Государственная противопожарная служба, таможенные органы и т. п.

Нынешний год исключением не будет. Подрастут оклады по воинскому званию и по занимаемой должности. Запланированный размер индексации - на 4%.

Вместе с денежным довольствием военнослужащих и силовиков с 1 октября на те же 4% проиндексируют пенсии бывших военных и силовиков. То есть все тех же категорий - но которые уже на заслуженном отдыхе. Точный размер военной пенсии очень индивидуален - он зависит в том числе от выслуги лет и разнообразных надбавок.

На те же проценты повысятся пенсии по потере кормильца для членов семей военных и силовиков.

Что касается обычных, не военных страховых пенсий по старости, то они уже были проиндексированы в этом году - с 1 января. Следующее повышение - уже в 2027-м.

«Подайте шатателям режима!»

Юлия АНДРИЕНКО, спецкор «КП»

В спецслужбах рассказали «Комсомолке», как Британия использует наших релокантов, чтобы разрушить Россию.

Под камеры на фоне британского флага блондинка-модель Ксения Максимова* расписывается за все хорошее. А деньги за предательство дают уже без лишних свидетелей.

Личная страница в социальной сети

Кажется, люди, однажды удравшие из России на Запад, должны жить проблемами своего нового дома. Как бы не так! В заграничных пампасах им не дает покоя бывшая родина. Бутерброд не лезет в рот, так горемыки переживают о судьбе России и стремятся ее «спасти». Особенно, когда этот интерес щедро оплачивается.

КСЮША НЕ ИЗ ПЛЮША

Гражданка России и Британии - 40-летняя Ксения Константиновна Максимова*, в прошлом модель, как раз из таких. Сама себя она называет Ксюша из Лондона. Еще в 2022-м она сколотила вокруг себя российских релокантов и образовала НКО Russian Democratic Society UK (РДС)**.

Помогал ей Михаил Ходорковский*, с которым бывшая модель была в весьма близких отношениях.

Организация эта, затевавшаяся как сообщество российских эмигрантов и для помощи беженцам, на самом деле выступала против конституционного строя России. Вот только некоторые пункты программы: «Поддержка и помощь Украины; свержение режима Путина; освобождение политзаключенных; защита гендерной идентичности и сексуальной ориентации». Все это сдобрено лозунгами про «демократические ценности» и «созидание». Кто бы сомневался?

Если перевести все это на человеческий язык, это значит разрушить Россию, сделать ее колонией Запада, а российские ресурсы положить к ногам Европы, которая сейчас не в лучшем экономическом положении. Вишенка на торте - гей-парады, защита ЛГБТ-сообществ**, чтобы русские детки уже в детсаду могли свободно выбрать себе альтернативный пол. В принципе ничего нового. Лондон не впервые ставит на предателей России как на свое оружие в гибридной войне.

- С начала СВО англичане используют так называемую российскую оппозицию за рубежом. Этому способствуют уехавшие из России граждане, сочувствующие киевскому режиму и готовые выступать на стороне противника - этакие «власовцы 2.0». Их объединяют в разные сообщества и движения «сопротивления», подавая это как естественную гражданскую активность. Однако без координации и контроля спецслужб подобная деятельность невозможна: за фасадом «самоорганизации» скрывается управляемый политический проект, - рассказал представитель спецслужб «Комсомолке».

МЫ ВАМ - ДЕМОКРАТИЮ, А ВЫ НАМ - СТРАНУ

Где-то мы это уже встречали. Точно так же звучали благостные призывы на Крещатике в Киеве сначала в 2004-м, а затем и в 2014-м: панду геть, свобода, ЕС и кружевные трусики.

И вот для всего мира создается иллюзия, как внутри российской эмиграции зреет некий «альтернативный центр силы», готовой свергнуть власть в России. На самом деле кукловоды этого «шапито» - британская элита.

- Попытки англичан сформировать марионеточные организации под видом «демократической альтернативы» и задействовать их в ущерб России обречены на провал. Лица, решившие связать судьбу с Лондоном и желающие России поражения, известны контрразведке поименно. Каждый их шаг виден, их судьбы предрешены. Мы не допустим хрущевских ошибок с амнистией бандеровцев, - заметили спецслужбы.

Максимова* и «РДС»** регулярно проводят митинги, шествия, пикеты. Нередко под окнами российского посольства в Лондоне, чтобы оказывать психологическое давление на его представителей.

- Бросайте все! Мы добрые, у нас весело! - вопит им в экстазе бывшая модель, и окружающая ее толпа ликует.

Помнится, с призыва брать кофе, друзей, хорошее настроение и выходить на площадь начался майдан-2 на Украине. Что с этой страной сейчас?

Также это НКО частенько проводит лекции, семинары, вечера встреч релокантов, а также акции в поддержку экстремистских структур и оппозиционных партий, например, сторонников Навального, движения ЛГБТ**, партии «Яблоко» и Надежды*. На этих сборищах присутствовали Ходорковский*, Ашурков*, Гудков*, Чичваркин*, Певчих*. А когда в России шли выборы, то Максимова* проводила у посольства РФ акции «Полдень против ЕдРа», чтобы сорвать голосование.

В июне 2025 года Максимова* организует в парламенте Великобритании «Межведомственную парламентскую группу по России и демократии». Снова демократия, заметили? Этой группе доверено формировать мнение у британских политиков в отношении России. Все это финансируют и консультируют связанные с Ходорковским* организации.

И это не просто призывы к окончанию войны.

- Речь идет не о том, чтобы противостоять Кремлю, а о том, чтобы покончить с ним, - обещает своим сторонником Ксюша.

Неудивительно, что 11 сентября этого года наша генпрокуратура признала Russian Democratic Society UK** нежелательной в нашей стране. А еще раньше в отношении Ксении Максимовой* возбуждено уголовное дело по статье 205.5 УК России («Участие в деятельности организации, которая в соответствии с законодательством РФ признана террористической»).

«ВШИ НА ЖИРНОМ ТЕЛЕ ЕВРОПЫ»

Помимо всего, Максимова* является консулом в Великобритании от Российского военного комитета**. Это структура Ходорковского*, которую в марте 2026 года признали террористической организацией. Помимо этого, деятельная экс-модель стала координатором Антивоенной правозащитной коалиции** и кандидатом от Англии в делегацию антивоенных россиян** в ПАСЕ. Эта организация размещала петицию властям Монголии арестовать Путина во время его визита в их страну.

Свою бурную деятельность Максимова* проводит вместе с британскими спецслужбами и соратником по «шатанию режимов» - иноагентом Владимиром Ашурковым*. Известно, что тот в 2012 году встречался с Джеймсом Уильямом Томасом Фордом - экс-секретарем посольства Великобритании в России. По данным ФСБ, Форд - тайный агент MI6.

Та встреча в московском ресторане попала на видеозапись. На ней Ашурков* выспрашивает у Форда о связи олигархов и членов российского правительства, а еще заявляет, что если кто и может повлиять на Россию, то только Великобритания. В ответ Форд предлагает Ашуркову* сотрудничать с Transparency International**, организацией, которую финансирует Великобритания.

Сто раз прав был Дмитрий Медведев, когда назвал релокантов, желающих поражения России, вшами, разбежавшимися по жирному европейскому телу, и призвал никогда не пускать их в Россию. Нечего им тут делать.

Все репортажи наших военкоров - на сайте

СПРАВКА «КП»

Несколько фактов о Russian Democratic Society UK**

Зарегистрирована 7 ноября 2022 г. в реестре юридических лиц Великобритании за номером 14464847 под названием GBRDS.

Провели около 20 манифестаций, в том числе у здания посольства РФ в Лондоне, в связи с началом СВО, «отравлением и убийством Навального».

Отправили гуманитарный груз на Украину на сумму 30 тысяч фунтов стерлингов.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

*Лицо признано иноагентом или внесено в список террористов и экстремистов.

**Запрещенные либо признанные нежелательными террористические и экстремистские организации.

Книгу о работе военной разведки в годы Великой Отечественной войны можно заказать на shop.kp.ru и приобрести в книжных магазинах и на маркетплейсах

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

Реклама, 16+

Александр КОЦ, военкор «КП»

Корреспондент «КП» напросился в рейс по «килл-зоне» - передовым позициям в ДНР. И увидел, как наши бойцы твердо стоят на территории, которую Зеленский объявил «отвоеванной» у нас. Получается, наврал, как всегда…

Александр КОЦ/«КП» - Москва

Век «буханки» на фронтовых дорогах может быть недолог, но надежнее ее просто нет…

Отец солдата

КРОВЬ ВОЙНЫ

- Дядь Борь, часто тут колесите? - держу камеру на дорожной тряске.

- Каждый день, - не поворачивает он головы.

Очки с толстыми диоптриями, щетина с проседью, почерневшие от моторного масла руки на руле «буханки». Впереди - дорога, над ней на столбах натянута сетка: зеленый тоннель от «птиц». Там, где сеть кончается, начинается то, что Украина называет «килл-зоной». Зона смерти. Территория, на которой хозяйничают дроны. И все что движется - для них цель.

А движется водитель 29-й бригады РХБЗ группировки войск «Центр» дядя Боря. Вода, продукты, аккумуляторы, боеприпасы и «птички» - все это доезжает до передовых расчетов на таких вот тарахтящих «буханках». Логистика - кровь войны. Ни один расчет БПЛА на фронте без такого водителя не стоит ничего.

- Новосибирск, привет! - машет он в объектив землякам. И я вдруг улавливаю в его печальных глазах и вымученной улыбке что-то знакомое. На кого же ты похож, дядя Боря...

Сзади, в кузове, стоят стрелки. Двое, с автоматами, лицом к небу. На обочине - сгоревший уазик с тульскими номерами, рыжий от жара, без стекол. Дальше - выгоревший «каблучок» «Кангу».

- Все машины жженые, - кивает дядя Боря. - Это всё за мою бытность.

Александр КОЦ/«КП» - Москва

Дядя Боря, несмотря на очки с немалыми диоптриями, - водитель-экстремал группировки «Центр».

ДВА ДНЯ РОЖДЕНИЯ

Ему скоро 61. На войне уже год.

- В июне два дня рождения было.

Оба раза - «самолетик хохляцкий, маленький». Крылатый дрон. В первый раз дядя Боря выпрыгнул, встал у машины и начал отстреливаться.

- Может, попал, может, не попал. Но он метил прямо в середку машины. Закачался, ушел за «буханку» и ударил в асфальт. В двух метрах.

Второй раз возвращались с позиции - снова «самолетик». Выпрыгнули, дрон снизился к машине, увидел, что никого нет и ушел. Дядя Боря рассказывает буднично, как о заглохшем двигателе. Сейчас, добавляет, стало «маленько полегче» - то ли фронт отодвинулся, то ли привыкли.

Спрашиваю, чего поехал воевать в таком почтенном возрасте.

- Сын у меня здесь...

Пауза. Дорога.

- Был без вести пропавшим, признали погибшим...

«Точно!» - прожигает меня. Дядя Боря мне сразу напомнил героя старого советского фильма «Отец солдата». Старик Махарашвили ехал на фронт искать раненого сына. Крестьянин до мозга костей, он и на войне остается крестьянином. Отбирает у пацана пулемет и тащит на себе - молча, потому что тот тяжелый, а мальчишка худой. Он не спешит, не суетится, не рвется вперед. Идет, как идут пахать поле. Не персонаж-солдат, которому дали сына для драмы, а отец, которого война заставила стать солдатом, а он так и не научился быть им до конца. В этом его сила, и в этом - трагедия финала. В фильме сын погибает у него на руках не оттого, что отец сделал что-то не так. А потому, что на войне так бывает.

Второй сын дяди Бори, 30 лет, только что приехал в эту же бригаду. Учится на пилота. Третий ждет, когда исполнится 18, чтобы подписать контракт.

- Жена-то вас как отпускала?

- Сказала: «Это твой выбор. Была бы на твоем месте, сделала бы так же».

ВРАНЬЕ КИЕВА

Эта дорога, если верить Киеву, - под Украиной. Еще весной Зеленский пересказывал доклады главкома Сырского об «успехах на Александровском направлении», а генштаб ВСУ отчитывался о «взятии под контроль почти всей территории Днепропетровской области». И части ДНР до кучи. Летом подвели итог в цифрах: 745 квадратных километров, 26 сел в трех областях. К августу Сырского с должности сняли, но перемогу у него не отобрали - итоги за него докладывал уже новый главком Драпатый.

А мы едем по «взятому под контроль Украиной» участку. Дядя Боря везет нас на позиции наших беспилотчиков, которые с этих же квадратных километров работают в глубину украинского тыла.

- Это информационная война, - отвечает Антон Зайцев, в подчинении которого расчеты FPV, самолетного и коптерного типа. - Киев уже месяца два, может, три, говорит, что он на этих территориях. Сами видите, тут наши расчеты располагаются.

Что правда - так это давление на дороги. Зайцев не скрывает: активность врага по нашим артериям снабжения выросла. Дядя Боря это подтвердит своими двумя днями рождения. Но ответ у РХБЗ на нее есть.

КРЫЛАТЫЕ ХИМИКИ

Да, РХБЗ. Радиационная, химическая и биологическая защита. По штату - дымы, дегазация, разведка, дезинфекция. По факту - расчеты дальнобойных дронов.

В подвале разбитого дома - мастерская. На столе, сколоченном из досок, лежит крыло. Белый самолетик - «Молния-2». Рядом - техник-инженер Никита Мартынов. Призвался срочником в 2020-м. Незадолго до дембеля подписал контракт.

- Сколько бортов в день отправляете?

- 17 максимум - одним расчетом. Не считая ночных.

Здесь, в донецких блиндажных «конструкторских бюро», я повидал много изобретений. Но всякий раз находится тот, кто тебя удивит. Парни сконструировали стойки на спину самолета. В них становится коптерный FPV-дрон. «Молния» уходит с катапульты, километры полета, перед целью оператор нажимает кнопку, коптер поднимается и сходит со спины. «Молния» отрабатывает по цели, а FPV снимает объективный контроль - и добивает.

- Если «Молния» врезается в пикап, люди выбегают. И этот их контролит.

Командир называет это «двойной удар». Есть и третье «зачем»: охранение - противник активно вешает на хвост «Молний» перехватчики.

ПОТЕРЯЛИ ХВОСТ

Дроноводу Данилу Глазовскому всего 21 год. На СВО добровольцем с 2024-го. Хотел в армию еще до совершеннолетия. Обучение сдал на отлично. Первый боевой вылет - попадание:

- Сжег дом с пехотой противника.

На экране перед ним - картинка с коптера. Впереди, над желтым полем, идет белый крестик «Молнии».

- Прилетаешь - у тебя еще полная батарейка, - поясняет Данил. - FPV не может летать туда, куда дотягивается «Молния». А так мы можем сброситься над каким-то населенным пунктом и минут 20 искать цели. Самолет отработал, противник не может знать, что в небе еще FPV. Он расслабляется... и тут уже мы: «Сюрприз!»

Оператор «Молнии» Вадим Лобанов в очках-маске сидит за двумя мониторами. В эфире - короткое, рабочее.

- Вот наш треугольник. Уже рядом.

- Туманчик, плохо видим.

- Что за цели у вас? - спрашиваю.

- Наземная станция управления дронами противника.

Потом голос меняется:

- Меня отработали. Без хвоста.

Вадим Лобанов снимает очки. Только что его «Молнию» сбили. Перехватчик зашел сзади, ударил в хвост.

- Снес мне руль высоты, дрон неуправляем. Ничего не сделаешь.

Вадим с Урала. Пришел в 2025-м, попросился в беспилотчики. Схема с FPV на спине для него новая.

- Насколько важно чувствовать друг друга?

- Мы постоянно общаемся. Бывало, у меня на дроне пропало видео. Я лечу по картинке с того, который сидит на спине.

Интересуюсь, почему пошел воевать.

- За отцом пошел, - отводит он увлажнившиеся глаза.

Я не переспрашиваю. Тут и так всё понятно без пояснений.

- Дядь Борь, - кричат бойцы из подсобки. - Дизель наш не посмотрел?

- Починил.

- Что было?

- Балбесы с кривыми руками, - картинно ворчит профессиональный дальнобойщик.

ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ Как в Берлине

Дорога назад. Сетка над головой, черные пятна, рыжий уазик на обочине, прифронтовой город, пятиэтажки без стекол, у обочины в ряд ржавеют украинские бронеавтомобили «Козак» с сорванными дверями. На переходе стоит знак «пешеходы». По пустой улице едет один велосипедист.

Дядя Боря молчит. Стрелки в кузове смотрят в небо.

В смерть сына он, конечно, не верит. Надеется, что, может, еще отыщется. «Килл-зона» для него - надежда. А вдруг повстречает родную кровь, как Георгий Махарашвили в Берлине. Хоть на минуточку. Да и парни вокруг ему как сыновья.

- Нормальные пацаны, - говорит он просто. - Все работают. Защищают. А вы что, правда про меня покажете? Водителей обычно не снимают.

- Да я не про водителей…

- А про кого?

- Про отцов, - говорю. - И детей.

Дядя Боря понимающе кивает.

Банки снижают реальную стоимость займов.

Потребительские кредиты:

Как меняются условия на рынке

Пресс-служба ВТБ

Оформляете кредит сейчас? Впоследствии его можно рефинансировать на более выгодных условиях.

Олег КАРПОВ

Пока регулятор выдерживает паузу, сохранив ключевую ставку на уровне 14%, банки продолжают плавно корректировать кредитные ставки в розничном сегменте. Это не разовый всплеск, а устойчивая тенденция последних месяцев: ставки по потребительским кредитам постепенно снижаются, реагируя на рыночную ситуацию быстрее, чем формально меняется денежно-кредитная политика. С высокой вероятностью данный тренд сохранится как минимум до конца октября - до очередного заседания ЦБ РФ.

ПУТЬ К ФИНАНСОВОЙ ЦЕЛИ

По данным аналитического агентства Frank RG, за восемь месяцев 2026 года объем выдачи потребительских кредитов в России достиг почти 3,5 трлн рублей, что на 60% выше показателя за аналогичный период прошлого года. В целом в этом году кредиты наличными станут драйвером роста всего рынка розничного кредитования, обогнав по объему продаж ипотеку и автокредиты. По итогам года объем их выдачи вырастет на 66% - до 5,9 трлн рублей, следует из оценки экспертов ВТБ.

Несмотря на то что ЦБ сохраняет сдержанный курс по ключевой ставке, а инфляционные ожидания все еще выше умеренного уровня, россияне постепенно возвращаются к отложенным покупкам и своим финансовым целям. При этом прогноз регулятора по инфляции остается неизменным: 6 - 7% в 2026 году и 4% в 2027-м, согласно базовому сценарию Банка России.

Для заемщика это важный ориентир: текущие ставки по кредитам представляют собой «высокую базу», которая в перспективе будет постепенно снижаться. Анализ рынка показывает, что банки закладывают этот сценарий в свои продукты уже сейчас.

Не дожидаясь официального смягчения денежно-кредитной политики, снижают ставки на опережение. С начала года в сегменте необеспеченных займов полная стоимость кредитов (ПСК) на рынке сократилась более чем на 2 п. п. А в некоторых банках, например в ВТБ, снижение ПСК по кредитам наличными достигло более чем на 6 п. п. В сентябре банк дополнительно улучшил условия для своих клиентов, снизив ставки на 0,9 п. п. по сравнению с августом.

Пресс-служба ВТБ

Центробанк прогнозирует, что инфляция в 2026 году составит 6 - 7% и 4% в 2027-м.

ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ ДЛЯ КЛИЕНТОВ

В текущих условиях заемщики, которые не могут откладывать крупную покупку, могут рассматривать кредит как «точку входа». Стабильная ставка позволяет планировать оформление без ожидания резких изменений. Если в будущем ставки продолжат снижаться, договор можно будет рефинансировать под более выгодный процент, уменьшив ежемесячный платеж и общую переплату.

Уже сейчас, по данным ВТБ, клиенты, оформившие рефинансирование кредитов наличными в первом полугодии 2026 года, сокращают ежемесячный платеж в среднем на 25% - с 56 до 43 тыс. рублей. Статистика банка показывает: 85% заемщиков рефинансируют один действующий кредит, 12% объединяют два займа, а 3% - три и более договоров. Основной объем приходится на потребительские кредиты, а после рефинансирования ставки для клиентов могут снижаться до 16 п. п. Это особенно заметно для тех, кто оформлял кредиты в период пиковых рыночных значений.

Сегодня программы рефинансирования доступны во всех крупных банках - «Сбере», Т-Банке, Альфа-Банке - и, как правило, предлагают клиентам более выгодные условия по ставкам, чем в сторонних банках. Услуга позволяет объединить несколько кредитов, оформленных в других банках, включая потребительские займы, автокредиты и задолженность по кредитным картам. Главное условие - отсутствие просроченной задолженности по всем объединяемым обязательствам.

Пресс-служба ВТБ

При рефинансировании важно отсутствие просроченной задолженности по объединяемым обязательствам.

ПРОГНОЗ: ПЛАВНОЕ СНИЖЕНИЕ

Эксперты сходятся во мнении, что пространство для дальнейшего быстрого удешевления кредитов пока ограниченно. Управляющий директор рейтингового агентства «Эксперт РА» **Юрий Беликов** отмечает, что для снижения ставок недостаточно оснований - ключевая ставка перестала уменьшаться, а инфляционные факторы сохраняются. Младший управляющий директор Национального рейтингового агентства **Павел Жолобов** также считает возможности для снижения ПСК до конца года ограниченными, указывая на повышенный инфляционный прогноз ЦБ.

Но в будущем году ситуация может измениться. Эксперт «Гарда Капитал» **Кирилл Селезнев** прогнозирует: к концу 2027 года средние ставки по потребительским кредитам могут снизиться до 20 - 24%, по автокредитам - до 12 - 16%, а по рыночной ипотеке - до 12 - 14%. Такой сценарий возможен, если средняя ключевая ставка в следующем году составит 10,5 - 12,5%. Важно понимать: снижение ключевой ставки не отражается на кредитах мгновенно - банки обычно пересматривают условия через один - три месяца после решения регулятора.

Если кредит нужен под конкретную цель - ремонт, обучение, лечение, - текущее снижение ставок позволяет внимательнее сравнить предложения и оценить условия под свою задачу. Разумный подход - не ориентироваться на гипотетический минимум, а выбрать адекватные условия под свою ситуацию, если кредит действительно необходим.

Если же в обозримом будущем срочных крупных покупок не планируется, сейчас разумно держать деньги на вкладе и получать пассивный доход. Для тех, кто хочет держать средства под рукой, оптимальны накопительные счета: в отличие от срочных депозитов, деньги можно снимать в любой момент без потери ранее накопленных процентов.

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА
29 сентября 2026 года

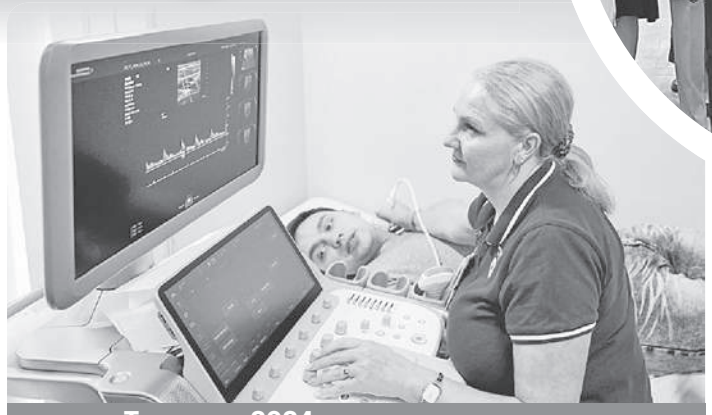
Новая страна - новые стандарты

Мэр Москвы Сергей Собянин и министр здравоохранения России Михаил Мурашко посетили столичный Центр диагностики и телемедицины и провели видеоконференцию с главами Краснодарского края, Нижегородской и Тюменской областей и Ямало-Ненецкого АО.

Проект «Москва - столица здоровья» создает возможности для получения специализированной и высокотехнологичной медицинской помощи жителями регионов России. Пациенты могут пройти обследование и лечение в московских стационарах по полису ОМС.

Взаимодействие столичного здравоохранения с регионами охватывает пациентов из всех субъектов России. Такой подход позволяет обеспечить возможность обращения за медицинской помощью в московские учреждения независимо от места проживания пациента в пределах установленных условий программы.

Московские больницы принимают специалистов и медицинские делегации из регионов, знакомят коллег с организацией лечебного процесса, современными технологиями и практическими решениями. Плюс - профессиональное обучение и стажировки.



Только за 2024 год в медучреждения Москвы поступило 24,8 тысячи единиц новейшего оборудования.

Москва безвозмездно передает лучшие медицинские технологии всей стране.

Столица делится достижениями

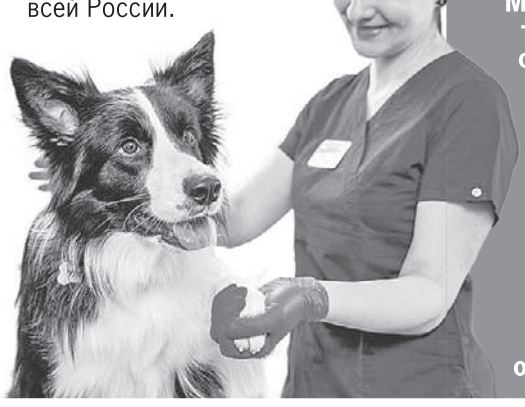
В НЕСКОЛЬКО СТРОК

✓ Мэр Москвы **Сергей Собянин** подтвердил готовность столицы безвозмездно передавать регионам инновационные технологии в сфере здравоохранения. Один из крупнейших проектов - внедрение московской единой медицинской информационно-аналитической системы (ЕМИАС) в лечебных учреждениях Санкт-Петербурга.

✓ Сервис «Цифровая реанимация» аккумулирует всю важную информацию о состоянии пациентов больниц. Врач видит целостную картину. Сегодня к этой системе подключены 26 больниц Санкт-Петербурга. Следующий этап - внедрение сегмента ЕМИАС в поликлиниках города на Неве.

✓ Платформа «МосМедИИ» предлагает регионам страны 18 ИИ-сервисов для интерпретации компьютерных томограмм, рентгенограмм, флюорограмм и маммограмм. Система внедрена два года назад. Сегодня ею уже пользуются 2,5 тысячи медорганизаций в 75 субъектах России.

Кроме того, региональные медучереждения отправляют снимки в Москву, а им возвращается предварительное заключение с указанием диагноза. Со дня запуска столичной платформы обработано свыше 18 миллионов исследований по всей России.



В 2024 году закончилось переоснащение всех госветклиник Москвы высокотехнологичным оборудованием для УЗИ, ЭКГ, рентгена, компьютерной томографии и диагностики. Расширился спектр услуг: добавились стоматология, офтальмология.

КСТАТИ

2018 год. Москва вошла в пятерку самых комфортных городов мира, соответствующих урбанистическому образу будущего. Исследование провела влиятельная консалтинговая компания PwC.

2020 год. Москва заняла одно из первых мест в списке лучших городов мира для прогулок. Исследование комфортности городской среды провели ученые из американского Института транспорта и политики развития на основе данных тысячи городов. В номинации «Близость больниц и школ» столица заняла второе место, уступив Гонконгу.

2022 год. По данным ООН, Москва заняла третье место в рейтинге благосостояния городов мира. На первом месте - Сингапур, на втором - Торонто (Канада).

СКАЗАНО!

«Индекс ООН не дает Москве никаких формальных преимуществ, но помогает разрушать сложившиеся стереотипы и доказывает, что мы на правильном пути».

Мэр Москвы Сергей Собянин.

2025 год. По данным аудиторско-консалтинговой компании Kept, Москва заняла второе место в мировом рейтинге «умных городов», уступив Сингапуру 0,1 балла. В основе рейтинга - развитие цифровой инфраструктуры, уровень качества жизни и внедрение технологий.

2026 год. Столица вошла в тройку самых освещенных городов планеты. Здесь каждый вечер включается более 1,3 млн уличных фонарей и других источников света.

Заботливый город

ЗДОРОВЬЕ

✓ Год назад завершены основные работы по реализации крупнейшей программы обновления поликлиник. Реконструировано и построено с нуля 343 здания. Только за 2024 год в них поставлено 24,8 тысячи единиц оборудования. Развернуто около 60 операционных, среди которых не имеющие аналогов в России.

✓ В 2011 году город начал создавать единую медицинскую информационно-аналитическую систему. Она позволяет вести каждого пациента персонифицированно на всех этапах - от постановки диагноза и лечения до последующего наблюдения.

✓ Более тысячи бригад скорой помощи круглосуточно дежурят в городе, выполняя около 4 млн выездов ежегодно. В стационарах Москвы спасают жизни свыше 1 млн экстренно поступивших пациентов. За несколько лет средняя скорость оказания экстренной помощи выросла в полтора раза.

Смотрите стр. 8 (2).

ТРУД И СОЦЗАЩИТА

✓ «Московское долголетие» - крупнейший в России оздоровительный, образовательный и досуговый проект для старшего поколения. Больше 140 центров предлагают москвичам более ста направлений занятий. Здесь есть все для занятий спортом, творчеством, общения и досуга. Особое внимание уделяется когнитивному здоровью: совместно с Федеральным центром мозга и нейротехнологий ФМБА России разработаны программы для тренировки памяти и снижения стресса.

Подробнее на стр. 10 (4).

✓ В активе Московской службы занятости крупнейшая городская база вакансий, развитая инфраструктура и передовые сервисы - от программ обучения новым профессиям до помощи в трудоустройстве.

✓ Москва оказывает поддержку участникам СВО с начала специальной военной операции. В феврале 2023 года первым в стране открылся Единый центр поддержки участников и членов их семей. Здесь оказывают комплексную поддержку - индивидуальное сопровождение как в период прохождения службы, так и после ее окончания. Кроме того, в центре оказывают услуги, направленные на скорейшую адаптацию и социализацию бывших военнослужащих.

ВАМ, НОВОБРАЧНЫЕ!

✓ Благодаря проекту «Новые адреса счастья» можно зарегистрировать брак в необычных местах столицы: от метро до небоскребов, всего более 40 вариантов. Надо лишь оплатить госпошлину - 350 рублей.

✓ Все дворцы бракосочетания соответствуют современным стандартам, а новый - Митинский - за год работы уже стал одним из самых популярных.

Еще на эту тему - на стр. 10 (4).

Центр женского здоровья на Планетной.

То ли сказка, то ли фантастика

Наш корреспондент побывала в одном из московских центров женского здоровья.

Сусанна Семенова демонстрирует высокоточный аппарат в кабинете маммографии.

Марина АНИКЕЕВА

Центры женского здоровья пришли на смену женским консультациям. Они открываются в структуре крупнейших многопрофильных больниц Москвы. В их арсенале гораздо больше медицинских ресурсов, новейшее оборудование, а в спектре внимания не только будущие мамы, но женщины всех возрастов с 18 лет. Такие центры созданы для сопровождения женщины на всех этапах ее жизни - от планирования беременности и диспансеризации репродуктивного здоровья до профилактики возрастных изменений и онкологических заболеваний.

Сегодня в столице работают 20 центров женского здоровья.

ПОРЯДОК ПРЕЖДЕ ВСЕГО

Женщины любят, когда вокруг эстетично, чисто и безопасно, когда все продумано и удобно.

Центры женского здоровья, в частности центр на улице Планетной, который мне посчастливилось посетить, устроены именно по такому принципу - сочетания функциональности, удобства и эстетики.

Просторные фойе и коридоры, симпатичная мебель. А какие сказочные санузлы с подсветкой вокруг зеркал и туалетным душем! Всё, как нам надо, девочки! А главное - все необходимые услуги собраны в одном здании, и больше не придется обращаться в другие медучреждения. Даже если возникла нерядовая ситуация, здешние врачи способны «поймать» патологию и найти решение - либо в стенах самого центра, либо направят куда надо. Ведь новый стандарт включает полный цикл медицинской помощи в структуре единого комплекса: центр женского здоровья - родильный дом или перинатальный центр - гинекологическое отделение многопрофильного стационара.

ИНОПЛАНЕТНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

- В нашем центре и ему подобных доступны диагностика и лечение гинекологических заболеваний; пренатальная диагностика; подготовка к беременности; дородовое наблюдение; онкоскрининг; работают школа будущих родителей, консультации терапевтов, психологов и эндокринологов, - рассказывает исполняющая обязанности заведующей Центром женского здоровья на Планетной Сусанна Семенова. - Открыты и новые кабинеты, которых раньше при женских консультациях не было. Теперь есть.

Особая гордость - кабинет маммографии и дневной стационар. Они тоже из ряда современных новшеств. В дневном стационаре можно сделать глюкозотолерантный тест на выявление диабета беременных и провести корректирующее лечение. Здесь же лечат анемию и токсикоз. Если женщины задерживаются в стационаре на несколько часов, то для них оборудована отдельная кухонька со всем необходимым.

Кабинет маммографии укомплектован аппаратурой по последнему слову техники. Теперь обследовать молочные железы безболезненно и максимально безопасно. Здесь очень ждут всех дам, особенно после 40 лет. В этом возрасте организм испытывает гормональную перестройку, и нужно держать руку на пульсе. Раз в год обязательно проверяться во избежание развития патологий, включая злокачественные новообразования, которые сейчас отлично лечатся, если их выявить на ранней стадии.

- Скажу больше, - продолжает Семенова, - в новом для нас кабинете патологии шейки матки мы имеем возможность проводить малые хирургические операции с использованием лазера.

Центры способны в сутки принять до 800 пациенток. Прием осуществляется по предварительной записи. Представьте, один только кабинет КТГ вмещает восемь коек. Москвички имеют право выбрать центр женского здоровья и при необходимости изменить прикрепление через портал mos.ru. Все данные о приемах, результатах обследований, анализах и назначениях хранятся в ЭМК, женские консультации и центры женского здоровья объединены на платформе ЕМИАС, а базовые процессы - в цифровом виде.

КАК СЮДА ПОПАСТЬ

✓ При открытии центра в вашем районе перекрепление из старой женской консультации в новую произойдет автоматически.

✓ Обратиться в любой уже существующий центр с полисом ОМС.

✓ Прикрепиться онлайн - через mos.ru. В разделе «Здоровье»/ «Прикрепиться к женской консультации».

Убей болезнь в зародыше!

Программа заботы о здоровье «Московский чекап» совсем новая, но к ней уже присоединились более 1,5 миллиона жителей столицы.

Марина АНИКЕЕВА

Столица - один из первых мегаполисов, где управление возрастом становится доступным каждому. Ученые пришли к выводу, что скорость старения во многом зависит не только от генетики, но и от наших привычек, образа жизни и своевременной заботы о здоровье. Именно такой подход лежит в основе реализуемой сейчас в Москве философии здорового долголетия. Суть в том, чтобы заботиться о здоровье постоянно, предотвращая и опережая появление болезней.

Проект «Московский чекап» - часть этой новой философии. С его помощью прямо из дома можно определить свой биологический возраст, выявить индивидуальные риски, получить персональные рекомендации и побегать наперегонки с возможными «болячками». То есть вместо унифицированной для всех диспансеризации мы получаем высокоточную индивидуальную программу оценки здоровья. И значит, можем узнать, где подстелить соломку.

О профилактике болезней говорили всегда, но сегодня в Москве это не просто слова.

Медицина все более интерактивна. Она приглашает население на равных с врачами участвовать в сохранении своего благополучия. Это серьезное дело даже немного похоже на игру, где каждый твой ход имеет значение и непременно повлияет на итог. Будешь стоять на месте и ничего не делать - проиграешь. Так что лучше быть активным и действовать.

Чекап начинается онлайн: пользователь проходит цифровое анкетирование, выполняет простые функциональные тесты, загружает данные с умных весов или проходит биоимпедансометрию - быстрое безболезненное сканирование состава тела.

Затем система обработает информацию из анкеты, функциональных тестов и данные о составе тела, электронной медицинской карты и учтет ранее выполненные исследования, результаты анализов, поставленные диагнозы, историю обращений. На основе этой информации человек получит направления на таргетные обследования и диагностику обнаруженных рисков.

На следующем этапе пользователь получит персональный профиль здоровья, разносторонне отражающий состояние его организма.

В финале система выработает индивидуальные рекомендации относительно сна, питания, уровня физической активности, управления стрессом и других факторов, влияющих на здоровье пациента. Помимо этого, человек получит свой биологический возраст, который говорит о скорости износа организма, тип старения - факторы, которые сильнее влияют на изнашивание тела, профиль здоровья, а также определит дальнейший маршрут дополнительных обследований, если это необходимо.

Больше не надо тратить время на беготню по коридорам поликлиник и больниц, обивая пороги кабинетов ненужных специалистов.

Кстати, отдельное преимущество «Московского чекапа» - расширенный перечень анализов: определение уровня ТТГ, АСТ и многих других. Такие анализы прежде делались только в платных клиниках. Они помогают выявлять не болезнь, а ранние изменения, связанные со старением организма, хроническим стрессом и скрытыми рисками, когда их еще можно скорректировать.

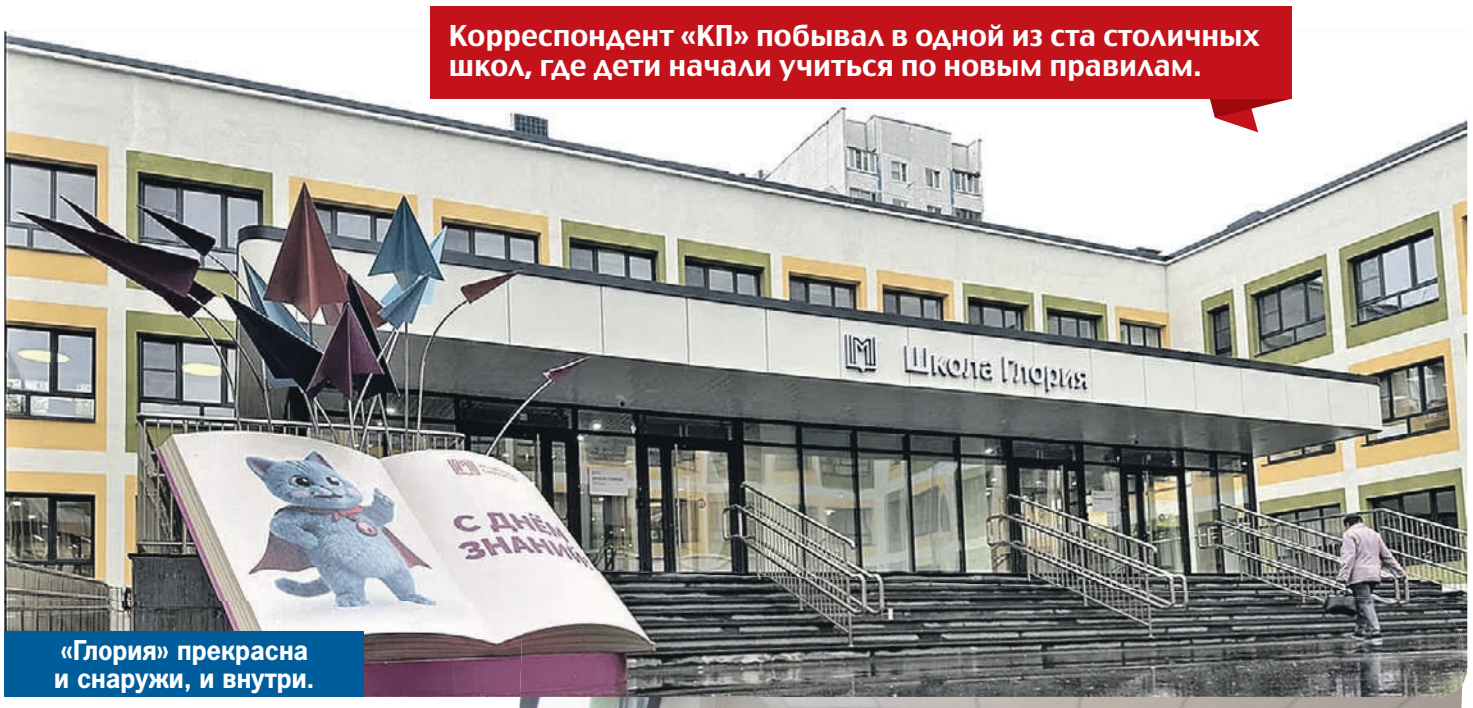
ЧЕМ БОЛЕЕМ

Самые распространенные риски для здоровья

700 тысяч москвичей завершили первый этап обследований. По итогам онлайн-части «Московского чекапа» алгоритмы определили почти у половины горожан риски сердечных патологий. У 40% выявлена вероятность развития заболеваний желудочно-кишечного тракта, у 30% - сахарного диабета. Для оценки вероятности развития заболеваний жителям назначили более трех миллионов углубленных лабораторных и инструментальных исследований.

«Глория» в переводе - «слава»

Корреспондент «КП» побывал в одной из ста столичных школ, где дети начали учиться по новым правилам.



«Глория» прекрасна и снаружи, и внутри.

Андрей АБРАМОВ

Школа «Глория» в Бибиреве выглядит как с картинки: большие окна, яркий фасад, современный стадион. Игровая площадка - будто кусочек парка.

Елизавета Хамонкова преподает биологию. В профессии - 11-й год. По ее словам, обновленная школа - лучшее здание из всех учебных заведений, что она видела.

- Перед 1 сентября нас позвали на экскурсию после ремонта, - вспоминает Елизавета. - Просторно, много света. В таком здании хочется работать.

Класс биологии превратился в пространство с несколькими учебными зонами.

- Поставили новые микроскопы, - рассказывает Елизавета. - Есть классические световые модели и цифровые. Раньше приходилось сажать детей группами по три человека за один прибор. Теперь у каждого свой микроскоп. Я стала включать в уроки больше практики вместо объяснений «на пальцах». Появился большой набор препаратов.

ЗАБОТА В НЮАНСАХ

По школе меня водила учитель русского языка и литературы Олеся Комарова. Она обращает внимание на детали, в которых и прячется настоящая забота. Вот гардероб: у каждого ученика свой крючок и полочка для обуви. Рядом - уборная для людей с инвалидностью и пандусы: здесь есть ребята, передвигающиеся в инвалидных креслах. В столовой раковины разной высоты: и маленьким, и подросткам удобно мыть руки. В спортзалах стены защищены мягкими матами - чтобы снизить риск травм. Такими заботливыми деталями наполнен каждый уголок обновленной школы.

Присаживаемся для беседы в одной из зон отдыха. Здесь много пуфов, есть диваны и уединенные рабочие места. Подоконники обрамляет конструкция вроде лесенки, на которой можно сидеть.

Олеся Комарова больше не просит дежурных по классу сбегать за мелом или вытереть доску.

- У нас можно сидеть и лежать на подоконниках, - улыбается Олеся. - Детям это очень нравится. А мне больше всего нравится, что пространства стали многофункциональными и трансформируемыми. Есть перегородки, которыми можно делить класс. Например, разбить детей на группы или устроить тематический урок - создать атмосферу уютного поэтического клуба. Выйти к доске и рассказать стихотворение дети иногда стесняются. А тут мы садимся в круг и начинаем общаться. Как будто в уютном домике, который мы в детстве собирали из одеял и тумбочек. Эх, если бы у меня была такая школа… - вздыхает учитель.

- То?

- Я бы никогда не прогуливала и стала бы гением. Отсюда уходить не хочется!

Не хотелось уходить не только Олесе Викторовне - в зонах отдыха после последнего урока собирались компании ребят: кто-то делал уроки, кто-то снимал видео, кто-то просто болтал.

ПО НОВОМУ СТИЛЮ

- Мне необязательно проводить урок в классе, - продолжает Олеся Комарова. - Если проходим пьесы, идем в актовый зал. Он сделан по типу древнегреческих амфитеатров: посадочные места уходят вверх над сценой. Или я могу провести урок в медиатеке - она пришла на смену традиционной библиотеке. Там качественная звукоизоляция и яркий интерьер. Ученики с удовольствием снимают здесь ролики. И это тоже часть уроков. Например, даю задание: снимите видеоанонс к книге, которую сейчас проходим.

К слову, в медиатеке есть индивидуальные шумоизоляционные кабинки. Тем, кто стесняется отвечать у доски, учителя разрешают записать ответ на видео в такой кабинке, а потом показать педагогу.

- Дети очень разные, - поясняет Олеся Викторовна. - И несправедливо ставить двойку, если кто-то не может ответить в традиционном формате.

По словам педагогов, образование постепенно уходит от стиля «сел за парту, смотришь на доску». Ребятам хочется все потрогать, попробовать, понажимать. Выручает интерактивная панель МЭШ - она есть в каждом кабинете. На нее можно выводить задания. Некоторые решают прямо на доске, водя пальцем по сенсорному экрану.

- Дополняю урок видеообзорами или картинками, - рассказывает Олеся. - Например, проходим «Бежин луг» Тургенева: смотрим реальные снимки пейзажей. Многих пугает слово «контрольная». Мы меняем подход - вместо теста или сочинения ученики получают задание сделать проект. Потом вместе смотрим его в том же актовом зале. Так ребята учатся слушать друг друга, а у выступающих растет самооценка.

Олеся Викторовна признается: когда появились все эти новации, в учительской только и было разговоров: «Нам они точно нужны?»

- Пытаемся подружить школу с современным ритмом. А может, школа должна оставаться консервативной? Мы бережем традиции, и две буквы «о» в «корове» никуда не денутся. Но дети хотят учиться не сидя за партой, а в процессе.

Фото автора.

СПРАВКА «КП»

Программа **«Моя школа»** - городской проект реконструкции учебных заведений. За два года обновили **55** школ, к 1 сентября 2026 года - еще **сто**. В зданиях обновляют фасад, кровлю, окна, всю внутреннюю отделку помещений и инженерные коммуникации. Здание оснащают современным учебным, спортивным, технологическим оборудованием и мебелью.

Детям иногда хочется отдохнуть в уютном закутке.

А ЕЩЕ...

Москва - в пятерке мировых лидеров по качеству школьного образования. Для достижения такого результата работали по всем направлениям.

✓ «Московская электронная школа» - платформа, созданная в 2016 году, внедрена во всех школах города. Система развивается, в том числе благодаря внедрению искусственного интеллекта.

Опыт и наработки Москвы в сфере цифровизации образования перенимают другие регионы России. В их числе - Московская, Калужская и Тюменская области, республики Татарстан и Дагестан и Ямало-Ненецкий автономный округ.

Кроме того, с нового учебного года сервисы МЭШ были внедрены еще в пяти регионах России - система заработала в Мурманской, Вологодской и Тверской областях, а также в республиках Башкирия и Карелия.

Таким образом, с учетом московской системы образования в этом учебном году МЭШ использует каждый четвертый российский школьник. Общее число пользователей превысило 10 миллионов человек.

✓ С 2015 года в столице реализуется проект предпрофессионального образования. Сейчас более чем в 70% столичных школ открыты инженерные, медицинские, ИТ, предпринимательские, психолого-педагогические и медиаклассы.

✓ Модернизируется среднее профобразование. У колледжей более 3,8 тысячи партнеров-работодателей, включая такие компании, как «Ростех», Московский метрополитен и Сбербанк.

✓ Для детей от 5 до 18 лет в городе работает более 140 тысяч кружков и секций - от футбола и робототехники до аэройоги и артистического фехтования. Этими программами охвачено 89% детей.

✓ Олимпиадное движение развивается по модели «каждый ребенок талантлив». Почти все школы города могут гордиться дипломами олимпиад.

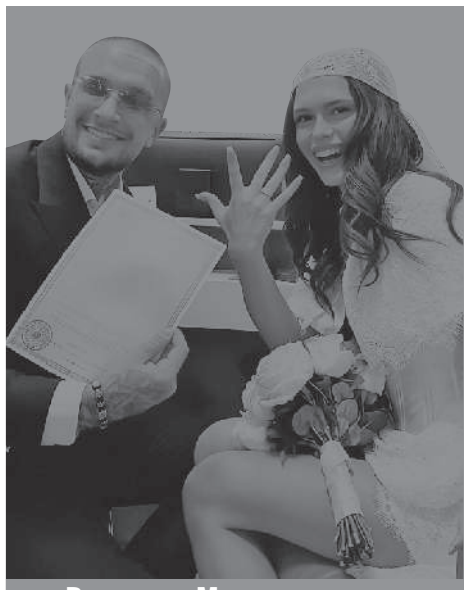
6000 окон возможностей

Сегодня в офисах «Мои документы» можно заключить брак, получить паспорт и множество разных документов.

Алиса ТИТКО

Первому московскому центру госуслуг «Мои документы» исполнилось 15 лет. С тех пор привыкаем к счастью не бегать по инстанциям, не подстраиваться под неудобный график и не проводить часы в очередях. Сегодня в центрах госуслуг - комфорт, уют и вежливый сервис стали привычным стандартом.

«Мои документы» продолжают расширять число услуг и проектов. Здесь проводят курсы цифровой грамотности, юные москвичи получают первые паспорта и все чаще создают новые семьи.



В центре «Мои документы» можно стать супругами в отдельных кабинетах с уникальными фотозонами.

ДОКУМЕНТЫ НА СЧАСТЬЕ

Летом в центрах госуслуг «Мои документы» около 12 000 пар зарегистрировали брак в неторжественной обстановке. Самой популярной датой стало 26 июня (26.06.26) - в этот день поженились 787 пар, еще одно популярное число - 6 июня (06.06.26) - зарегистрировано 664 брака.

Молодожены чаще всего выбирали флагманский офис «Мои документы» в Северо-Западном административном округе. Во флагманах и обновленных центрах оборудованы отдельные кабинеты для неторжественной регистрации с уникальными фотозонами.

ЦИФРОВАЯ ГРАМОТНОСТЬ

Специалисты офисов «Мои документы» помогают москвичам пользоваться компьютером, электронными сервисами и получать государственные услуги онлайн. Курсы по цифровой грамотности с февраля 2024 года прошли более 15 тысяч жителей столицы.

Занятия для жителей моложе 55 лет проходят в девяти офисах «Мои документы», а для горожан старше 55 лет - в центрах московского долголетия. Освоив базовые цифровые навыки, жители могут сами получать большинство госуслуг онлайн, экономить время и пользоваться городскими сервисами удобно и безопасно.

ШАГ ВО ВЗРОСЛУЮ ЖИЗНЬ

Получить первый паспорт для 14-летних москвичей можно в торжественной обстановке - такие мероприятия проводят по пятницам во флагманских офисах «Мои документы» и Дворце госуслуг на ВДНХ. Свыше 13 тысяч юных москвичей отметили важную дату в праздничной атмосфере.

Вместе с документом подросткам вручают экземпляр Конституции России и сувенирный набор - стильную обложку и памятный лифлет «Особые знаки твоего паспорта» с историческими фактами. Сразу после церемонии во флагманских офисах юные москвичи могут принять участие в тематическом мастер-классе «Письмо в будущее», написав послание себе.

БОЛЬШИЕ ЧИСЛА

О центрах госуслуг Москвы

6 тысяч окон приема.

Более **9 тысяч** сотрудников.

Принцип «одного окна»

Более **260 видов** услуг.

139 центров госуслуг

В том числе 8 флагманских офисов и Дворец госуслуг работают в Москве.

99%

услуг доступны в любом центре, без привязки к месту регистрации.

КСТАТИ

В **2014** году мэр столицы Сергей Собянин подписал «Московский стандарт госуслуг» - правила клиентоориентированного сервиса офисов «Мои документы».

В **2017** году мэр запустил проект «Искренний сервис»: с тех пор сотрудники не просто предоставляют услуги, а находят индивидуальный подход к каждому жителю, окружая его вниманием и заботой.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ

В столице надо жить долго

Какие возможности предоставляют программы «Московского долголетия».

Москва - один из лидеров в стране по созданию условий для активного и здорового долголетия. В честь Дня старшего поколения о развитии проекта рассказал заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы **Владимир Филиппов.**

- 1 октября по всему миру отмечается День старшего поколения. Что для вас значит этот праздник?

- Для меня День старшего поколения - это, наверное, не столько праздник, сколько повод задуматься, оценить, какой путь для увеличения продолжительности и качества жизни уже проделан. Достижения науки, изменение образа жизни людей в целом и москвичей в частности позволили в сравнении с началом 2010-х годов в 2025 году преодолеть 80-летний рубеж средней продолжительности жизни. Никогда за девять веков истории города этот показатель не был на таком уровне. Это произошло благодаря многим факторам, главные из них - изобретения науки и медицины, гигиена, образ жизни, структура питания, технологии превентивной медицины. Но важно не просто продлить жизнь, но и сохранить ее насыщенность и глубину. То есть наполнить эти дополнительные годы жизни содержательным смыслом.

- Здесь большую роль играют такие проекты, как «Московское долголетие», где люди старшего возраста как раз находят для себя новые смыслы. Сколько человек за это время присоединились к проекту?

- С 2018 года более 775 тысяч москвичей старшего возраста стали участниками проекта. Город много вкладывается в инфраструктуру для старшего поколения: сегодня нет района, где в пешей доступности для жителя 55+ не было бы занятий «Московского долголетия». Они проходят как в наших центрах, их сейчас более 140, так и у организаций-партнеров.

Даже национальные природные заповедники и заказники стали поставщиками «Московского долголетия». Например, в этом году новинкой стало направление лесотерапии, когда группы участников вместе с экспертами природоохраны и биологии посещают занятия на природе.

Путешествовать по реке представители старшего поколения могут круглый год.

- Вспомните самые яркие спецпроекты.

- Больше года одно из самых быстрорастущих направлений «Московского долголетия» - экскурсионное. Невероятно востребованы лектории, куда мы приглашали москвоведов, историков, социологов, рассказывающих о Москве прошлого и настоящего. Одновременно понимали и важность подвижного образа жизни. Мы соединили интерес к истории, культуре с активностью. В результате появился проект «Пеший лекторий» - группы участников собираются в тех или иных точках города и с экскурсоводом открывают для себя новые факты о столице.

Второе направление - речные экскурсии. Мы реализуем это проект вместе с флотилией «Рэдиссон Ройал»: круглый год для участников организуются экскурсии на всесезонных яхтах, а летом для старших москвичей выходили в рейс яркие речные трамвайчики.

Ну и конечно, автобусные экскурсии с посещением промышленных предприятий, и районы новой застройки, и Подмосковье, храмы и усадьбы. В этом году все три направления мы объединили под эгидой программы «Путешествуйте по жизни с «Московским долголетием».

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА
Редактор: Сергей ЧЕРНЫХ, бильдредактор: Анна СЕНЬ, дизайн и верстка: Алексей РОГОВ, Дмитрий ПОЛУХИН. Фото: Владимир НОВИКОВ, пресс-служба правительства Москвы, mos.ru, Митряшкин М. Я., 1959 г., личная страница Анны Пролыгиной в социальной сети, Евгения ГУСЕВА/«КП» - Москва.

Мы вам оставили на чай

Владимир НИКОЛАЕВ

Нужно ли давать официанту вознаграждение и почему зумеры этого не делают.

Шубина Г./Обслужим культурно каждого посетителя/1948 г

В советские времена в ресторанах нередко можно было встретить плакат со строгим наставлением: «Не унижайте официанта чаевыми». И все равно, грешный мы народ - так и норовили официанта «унизить».

Сейчас обычай давать чаевые уже не так широко распространен. Во всяком случае, по данным исследования, проведенного «Комсомольской правдой» среди своих читателей, каждый пятый вообще не дает официантам на чай. Примерно столько же ограничиваются символическими 100 - 200 рублями, а классического соотношения в 10 - 15% от суммы чека придерживаются только 15% опрошенных.

Параллельно с нами свой замер ресторанных умонастроений проводила экосистема для бизнеса «Контур». Анализировался рынок электронных чаевых, которые можно заплатить с помощью онлайн-сервисов, - сейчас в большинстве заведений просят оставлять чаевые именно в таком виде, хотя и от наличных - понятное дело - никто не откажется. По данным исследования, финансовую благодарность чаще других рассматривают пользователи в возрасте 35 - 44 лет - они составляют 41% аудитории платежных систем, говорится в исследовании.

Миллениалов (25 - 34 лет) среди тех, кто оставляет официантам вознаграждение, - 22%, а зумеры (18 -24 года) менее других готовы оставлять чаевые обслуживающему персоналу.

Средний размер чаевых составил в этом году 330 рублей. Что в целом укладывается в классические 10 - 15% от чека, поскольку средний чек, по данным аналитического центра «Чек Индекс», за январь - апрель этого года составил в ресторанах и барах 3119 рублей.

Дмитрий ПОПУХИН/Комсомольская правда

■ КОММЕНТАРИЙ ЭКСПЕРТА

Этикет и эмпатия

- Давать официанту чаевые - это демонстрация хорошего тона, - сказала «КП» **эксперт по этикету психолог Ирина Денисова**. - Нормальная сумма - 5 - 10% от чека. Разумеется, если официант был груб, плохо обслужил, то чаевые исключены, но если все хорошо, то оставить его без поощрения - это неправильно.

Молодежный тренд на то, чтобы не давать официанту вознаграждения, эксперт не одобряет.

- Это связано, на мой взгляд, с отсутствием эмпатии и индивидуализмом этого поколения, - сказала Денисова. - С тем, что они не могут встать на позицию другого человека - того же официанта, чей труд очень тяжел. Они сосредоточены на себе, не знают правил этикета.

От себя добавим, что, может, иной молодой и рад бы дать на чай широким жестом - да только денег нет. За минувшие два года средний чек в ресторане вырос в 2,5 раза, говорится в исследовании «Контура». С другой стороны, нет денег - питайся дома (все больше россиян, кстати, так и делают), а вышел в свет - соответствуй.

■ СОБЫТИЕ

Тепло в чемодане

Олег КАРПОВ

Как тюменские добровольцы старшего возраста раскрываются в социальном волонтерстве.

НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОЕКТЫ РОССИИ

1 октября в России традиционно отмечают День пожилых людей. Сегодня возраст перестает быть синонимом угасания. Путешествия, забота о здоровье, новые знакомства - вот приоритеты людей «серебряного» возраста. Создание условий для активного долголетия - одна из ключевых задач национального проекта «Семья».

Но что делать тем, кто из-за болезней или малой мобильности не может посещать центры долголетия? Ответ нашли активисты Тюменской области, где уже несколько лет успешно работает практика «СамовАРТ: вместе тепло». Эта инициатива стала финалистом Всероссийского отбора лучших практик активного долголетия - 2025 в номинации «Системные практики».

ПОМОЩЬ С ДОСТАВКОЙ НА ДОМ

Движение «серебряных» добровольцев в Тюмени зародилось в 2014 году. Тогда небольшой отряд энтузиастов посещал людей на дому, помогал соцработникам и скрашивал одиночество подопечных.

«Люди на надомном обслуживании часто оторваны от мира, им недоступны кружки. Мы решили прийти к ним сами, превратив опыт в структурированный проект. Название «СамовАРТ» родилось само собой: самовар - символ гостеприимства, АРТ - творчество, а «вместе тепло» отражает нашу синергию: мы идем как друзья, а не наставники», - объясняет руководитель проекта, начальник Центра компетенций по координации мероприятий активного долголетия **Валерия Приветкина.**

Andrei Dedovich/Shutterstock/Fotodom

Проект «СамовАРТ» переписывает правила активного долголетия.

Ноу-хау проекта - формат «мастерских в чемодане». Волонтеры формируют мобильные боксы с материалами: от пряжи и ниток до гипса и красок. Доброволец приходит на дом или в стационарное отделение, открывает чемодан - и пространство превращается в мастерскую. «Вместе с соцработниками формируем список адресов, - поясняет руководитель. - Мы готовы к форс-мажорам: из-за плохого самочувствия мастер-класс может стать беседой за чаем или пальчиковой гимнастикой. Мы не гонимся за количеством. Помню, как женщина старше 90 лет расписала всего одну дощечку за несколько встреч - процесс давался тяжело, но она поставила цель и достигла ее, чувствуя поддержку».

ГЛАВНОЕ ПРАВИЛО - ГИБКОСТЬ

Команда «СамовАРТ» не работает по жесткому сценарию. Волонтеры предлагают на выбор две-три техники - макраме, лепку, вышивку или текстильную куклу. Выбор всегда за участником.

Важный инструмент - «Творческий дневник», где фиксируют настроение участников, удачные техники, запомнившиеся фразы. «Мы заметили удивительную тенденцию: женщины, изготавливая кукол-«младенчиков» (обереги), начинали напевать колыбельные, вспоминать имена детей и внуков. Даже при сильных когнитивных нарушениях просыпалось глубокое материнское чувство - мы стали включать этот мастер-класс чаще», - делится Валерия.

Но самая важная фишка проекта - принцип «равный равному». Ведущими мастер-классов становятся не профессиональные педагоги, а «серебряные» волонтеры.

«Это продиктовано жизнью, - объясняет Валерия. - Когда собеседник - твой ровесник, барьеры исчезают. Волонтер не поучает, он творит вместе. Участники обретают уверенность, а добровольцы - новый статус и чувство нужности».

ОТ ЧАЯ ДО ПОМОЩИ БОЙЦАМ

Завершает каждую встречу совместное чаепитие. Оно создает домашнюю, доверительную атмосферу.

Иногда увлечение перерастает в большее. Одна из участниц, узнав, что волонтер помогает бойцам СВО - плетет сети и готовит валики, - сама захотела участвовать. Они вместе нарезали ленты и делали раскройки, а готовые изделия отправились на передовую. Так человек из «подопечных» перешел в «помощники».

В планах команды - интеграция методики адаптивного творчества в стандартные программы соцобслуживания по всей области. «Стереотипы о старости уходят. Выход на пенсию - не финиш жизни, а возможность продолжить самореализацию. Наша задача - показать ценность каждого возраста, и, кажется, нам это удается. Ведь наша работа - она по любви», - резюмирует Валерия Приветкина.

Николай МЫСИН, автоэксперт «КП»

Береги машину смолоду

Евгения ГУСЕВА/«КП» - Москва

Как правильно ухаживать за автомобилем, чтобы продлить срок его службы.

Машина теперь - чай, не средство передвижения. Роскошь! Средняя цена в России почти преодолела отметку в 3,9 млн рублей. Неудивительно, что и средний срок владения автомобилями растет. Сейчас, по статистике, российские автовладельцы меняют машины раз в 7,5 года. В 2021 году показатель равнялся 6,6 года. Как холить и лелеять ласточку, чтобы служила подольше да капризничала поменьше? Разобраться в этой науке нам помог автоэксперт Андрей Ломанов.

ПОСТПРОДАЖНАЯ ПОДГОТОВКА

Помните, как было в 90-е? На последние - не покупать! Еще понадобятся деньги на антикор и подкрылки, сигнализацию и противоугонку. Это не говоря про магнитолу, чехлы на сиденья и руль...

Сейчас музыка на всех машинах штатная, чехлы вышли из моды, подкрылки и защиту картера ставят уже на заводе. Да и кузова стали другие - оцинкованные, долговечные. Производители дают гарантию в 10, 12, даже 15 лет на защиту от сквозной коррозии. Так что большинство когда-то штатных процедур по постпродажной подготовке сейчас просто не требуется.

Это не значит, что не нужны другие.

● Разумно обтянуть капот, фары и крышу защитной пленкой.

- Не той, которая меняет цвет машины, а обычной - прозрачной. Но из плотного материала, способного защитить от поверхностных царапин и сколов, - рассказывает **эксперт Андрей Ломанов**. - Можно покрыть ей весь кузов, но куда дешевле ограничиться передней частью машины - она наиболее уязвима. Современные LED-фары очень дороги при замене. Как и услуги по покраске капота. Не говоря о том, что каждый скол - очаг коррозии.

● Противоугонные системы ныне не так актуальны, как в 90-е. За прошлый год в России было угнано 9487 машин - на 11,6% меньше, чем в 2024-м. И в десятки раз меньше, чем лет 20 назад. Но риск остаться без авто по вине злоумышленников все же не равен нулю.

- Так что противоугонку ставить можно, но лучше что-нибудь механическое. Вроде блокиратора коробки передач. С ними, как правило, никто возиться не хочет - долго и муторно, - отмечает эксперт.

● Запастись «уходовой косметикой» тоже полезно. Полироли, воск, различные защитные составы, помогающие продлить жизнь ЛКП (лакокрасочному покрытию) стоят недорого, а пользу приносят. Помогают «залакировать» царапины, предотвращают выгорание краски и в нормальных погодных условиях дольше сохраняют автомобиль в чистом виде.

ОБСЛУЖИВАНИЕ И РЕМОНТ

Своевременные обслуживание, диагностика и ремонт - залог здоровья любого автомобиля. Беда в том, что это обслуживание стоит порой солидных денег. Конечно, возникает желание сэкономить. Но на чем можно, а на чем нельзя?

1. *Официальный дилер - не панацея. Можно найти сервис дешевле.*

- Есть общее заблуждение, что проводить ТО нужно только у дилеров марки машины, - рассказывает Андрей Ломанов. - Но дилер не дает гарантию! Ее дает производитель. Условие гарантии - своевременные ТО. А их можно делать в любом месте, если у сервиса есть сертификат на обслуживание.

2. *Выбор запчастей лучше доверить профессионалам. Если есть проверенный, надежный мастер или сервисный центр - лучше доверить выбор им. Кто дорожит клиентами - плохого не посоветует.*

3. *Все работы нужно делать вовремя.*

- Детали не делят по принципу менее и более важных. Каждый маленький болт или винт влияет на механизм в целом. У каждой детали есть ресурс, рассчитанный производителем. И от своевременной замены этих деталей зависит общее здоровье машины, - напоминает Андрей Ломанов.

4. *То же касается замены расходников и технических жидкостей.*

- В условиях города менять масло лучше каждые 7 - 10 тысяч км. Даже если производитель разрешает это делать раз в 15 - 20 тысяч, - советует эксперт. - В мегаполисах на первый план выходит не пробег, а моторесурс. Мы часто стоим в пробках, проезжаем небольшие дистанции, но двигатель при этом «молотит» постоянно, а значит, и быстрее вырабатывает масло.

5. *Следите за шинами*. Во-первых, они дороги сами по себе. Так что хранить нужно ответственно - избегать воздействия прямых солнечных лучей. Во-вторых, состояние шин напрямую влияет на автомобиль. Недокачанные повышают расход топлива, перекачанные - ухудшают комфорт и постепенно снижают ресурс ходовой части.

СТИЛЬ ЕЗДЫ И ПРОЧИЕ СОВЕТЫ

Правильно ездить на машине - тоже искусство. И от стиля вождения также зависит, как долго машина прослужит. Спойлер - излишняя аккуратность бывает вредна!

✓ Греть или не греть - вот в чем вопрос? Ответ: можно не греть.

- Современным моторам не нужен прогрев перед началом движения. Это на древних «Жигулях» нужно ждать, пока поршни встанут на место, будет достигнута нормальная компрессия, а значит, сократится износ двигателя. На нынешних автомобилях это не требуется, - рассказывает Андрей Ломанов.

✓ Мотор жалеть не надо! Конечно, регулярно выкручивать его «в звон» тоже не стоит. Но и старательно держать обороты на минимуме не то что не полезно - даже вредно!

- Двигатель просто закоксовывается - появляется нагар на цилиндрах, на клапанах. Масло не выходит на рабочую температуру, превращается, по сути, в солидол. И к 100 тысячам км такой «аккуратной езды» мотор просто приходит в негодность. Периодически - раз в пару сотен км - ему нужно дать... ну, «прокашляться». Раскручивать на полную, до красной зоны, - отмечает Андрей Ломанов.

✓ Берегите трансмиссию и тормоза. С последними понятно - частые резкие торможения повышают износ колодок и дисков. А КПП особенно страдает зимой, когда мы буксуем в сугробах. Тщетно пытаться вдолгую (больше 5 минут) освободиться «из плена» - почти наверняка приговорить «коробку», вдвое-втрое уменьшив ее ресурс. Особенно страдают вариаторы, но роботам и классическим автоматам тоже приходится туго.

ПРОСТЫЕ ИСТИНЫ

О чем еще нужно помнить

! Механическое сочувствие - наше все. Да, мотор надо иногда «напрягать». Но остальные агрегаты нужно чувствовать - и беречь. Не стоит мчаться по ямам. И главное - не жать на тормоза в сам момент проезда неровности! Скорость надо сбрасывать заранее - в противном случае заметно возрастает нагрузка на ходовую.

! Не игнорировать сигнальные лампочки. Машина не умеет говорить, но общается с нами знаками. Если у нее что-то болит - она подскажет индикатором на приборной панели.

! С тюнингом - аккуратнее. Даже легальные доработки машины порой существенно меняют ее качества, заложенные производителем. И, как правило, сокращают ресурс ключевых агрегатов.

! Бережное обращение - это важно. Парковки на солнцепеке, под кронами деревьев - быстрый путь к выгоранию ЛКП и мелким дефектам на кузове. Как, кстати, и редкие поездки на мойку. Ведь чистота - залог здоровья.

! Здоровое питание - путь к долголетию. Выбирайте проверенные АЗС. Качественный «корм» для вашего «железного коня» существенно продлит срок его службы.

ЛИКБЕЗ

ЧТО ЧАЩЕ ВСЕГО ЛОМАЕТСЯ?

Топ-3 узлов и агрегатов машин, требующих лечения, в возрасте 5 - 7 лет.

1 Ходовая часть. Сайлентблоки, шаровые опоры, элементы подвески - главная проблема авто «среднего возраста». Первый симптом - характерный стук при проезде неровностей. *Средняя стоимость ремонта - 12,5 тысячи рублей.*

2 Система зажигания. Причина - в свечах, которые россияне «забывают» менять. В итоге двигатель начинает «троить», плюс возникают проблемы с катушкой. *Средняя стоимость ремонта - 10 тысяч рублей.*

3 Течь масла. Обычно вызывается старением и «иссыханием» материалов прокладки клапанной крышки, сальников, патрубков. *Выявление и устранение причины течи обычно обходится в 7,5 тысячи рублей.*

По данным исследования сервиса Uremont.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

KP.RU Полезные советы для автолюбителей читайте на сайте в специальном разделе KP.RU/AUTO

Инструкция для тех, кто хочет познакомиться.

Как заводить друзей после 40

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Кажется, что легкость новых знакомств - это привилегия детей и юношества: песочница, учеба, вечеринки, друзья друзей. А после сорока - пятидесяти жизнь будто сжимается до привычного круга «семья - работа - дом». То времени на дружбу не хватает. То душевных сил. То одолеют сомнения: «Да кому нужно меня выслушивать и поддерживать? В чем выгода?» Только вот на самом деле в психологии зрелость - это время «второй социализации». Этап новых знакомств, когда качество отношений становится важнее количества, а общение превращается в ресурс для сохранения ясности ума, эмоционального равновесия и физического здоровья на долгие десятилетия. Исследования подтверждают, что регулярные приятельские и родственные контакты реально снижают риск деменции, депрессии и сердечно-сосудистых заболеваний. Вдумайтесь: способность заводить социальные контакты - это научно доказанный фактор долголетия!

Шесть шагов, чтобы преодолеть внутренние барьеры и найти друзей, подсказала **психолог Светлана Савченко, заместитель декана факультета социальной коммуникации МГППУ.**

Светлана Савченко.

Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

1. Действуйте по «правилу трех секунд»

Часто в зрелом возрасте люди боятся быть навязчивыми или получить отказ, ведь десятилетиями мы тренировались «не беспокоить по пустякам».

- Важно различать. Навязчивость - это давление вопреки отказу, а инициатива - это вежливое предложение, которое оставляет другому человеку свободу выбора, - говорит Светлана Савченко.

Лучшие места для знакомств в среднем и старшем возрасте - это не клубы и рестораны, а так называемые «событийные площадки»: лектории, экскурсии, книжные клубы, волонтерские акции, курсы, танцевальные вечера или группы здоровья. Здесь общая тема или дело снимают напряжение, и контакт возникает естественно.

- Для практики социальных навыков попробуйте «правило трех секунд». Появилось желание сделать комплимент, задать вопрос или улыбнуться - действуйте сразу, пока не включился «внутренний критик». Начните с малого: три комплимента в первый день, три вопроса во второй, три улыбки в третий. Через неделю боязнь проявлять инициативу заметно отпустит, - говорит эксперт. - И помните, что отказ - это всегда информация о другом человеке или ситуации, а не о вас.

Вам отказали не потому, что вы - неинтересный. Собеседник мог устать, торопиться или просто нелюдим. Улыбнитесь, поблагодарите за уделенное внимание и идите дальше - с уважением к себе и к свободе другого.

2. Узнавайте, не проламывая границ

- В зрелом возрасте общение - это не просто обмен комплиментами и фактами из биографии, а совместное исследование друг друга, - говорит Светлана Савченко. - Научные данные говорят нам о том, что оптимальный баланс составляет примерно сорок процентов времени на слушание и шестьдесят на рассказ о себе. Если собеседник активно задает вопросы, пропорция может смещаться в его сторону. Главное правило заключается в том, чтобы не превращать диалог ни в допрос, ни в монолог о себе.

Есть вопросы, которые помогают раскрыть собеседника, не вторгаясь в личное пространство.

Например, можно спросить о том, что сегодня во время занятий в клубе больше всего удивило, как человек вообще заинтересовался, скажем, чтением романов или коллекционированием марок, что бы он посоветовал новичку в этом деле или какие есть любимые парки в городе.

- Такие вопросы относительно нейтральны, поскольку не касаются личной жизни, финансов или здоровья. Однако они дают возможность собеседнику рассказать о своих ценностях, увлечениях и опыте, из чего и рождается настоящее взаимодействие. Ведь действительно что-то личное раскрывается не через «анкетные» вопросы, а через увлеченность человека чем-либо, - говорит Светлана Савченко.

3. Не стесняйтесь себя

С возрастом часто появляется ощущение: «Да что во мне интересного?!» Человек словно становится невидимым сначала для себя, а потом и для окружающих. Психологи называют это кризисом нарративной идентичности - потерей умения рассказывать историю своей жизни как ценную.

Как вернуть ощущение значимости? Сделайте простое упражнение. Вспомните всего три истории из своей жизни:

✓ История преодоления - момент, когда было очень трудно, но вы справились.

✓ История достижения - то, чем можно гордиться (вырастил ребенка, посадил дерево, освоил компьютер - масштаб не важен).

✓ История забавного случая - что-то смешное, что с вами произошло.

Начинать разговор о себе лучше не с биографии, а с увлеченности. Например: «Недавно открыл для себя...», «Есть в моей жизни удивительный человек» или «Всю жизнь думал, что не умею рисовать, а в сорок семь взял кисть».

- Рассказ через действие всегда остается увлекательным, потому что в этом случае человек не ведет себя, словно читает резюме, а делится опытом. Именно в способности осмыслять и проживать жизнь заключается ценность личности, а не в списке заслуг, как думают многие, - говорит Светлана Савченко.

4. Дом - магазин - поликлиника тоже полигон для знакомств

С возрастом рутина часто поглощает человека, на пенсии быт у многих сужается до маршрута «дом - магазин - поликлиника». Люди вокруг словно превращаются в функции: кассир, врач, сосед. Теряется навык настоящего любопытства к другому человеку.

Вернуть интерес помогают простые ежедневные мини-практики - своего рода «социальная зарядка», говорит наш эксперт.

✓ **«Имя человека».** Сегодня узнайте имя кассира или продавца. Завтра обратитесь к нему по имени. Послезавтра спросите, как прошел день. Через неделю в магазине появится «свой» человек и ощущение одиночества заметно ослабеет.

✓ **«Комплимент».** Каждый день делайте один искренний комплимент незнакомцу. Не общее «Вы хорошо выглядите», а конкретное: «У вас красивое пальто» или «У вас приятный голос». Такие микроконтакты учат замечать людей вокруг.

✓ **«Три вопроса».** В очереди или транспорте задайте три нейтральных доброжелательных вопроса: где ближайшая остановка, как вам сегодня погода, где приобрели такие чудесные серьги.

Люди охотнее отвечают на простые, дружелюбные обращения.

5. Необязательно дружить, достаточно приятельствовать

Нам часто говорят, как важны близкие друзья, - и это правда. Но современные исследования показывают, что огромную пользу дают и «слабые социальные связи» - просто знакомые и приятели. А к расширению этого круга ведут короткие, легкие разговоры с продавцом, соседом или попутчиком.

- Такое общение - вовсе не пустая трата времени. Любой контакт активирует зеркальные нейроны, тренирует умение считывать эмоции и поддерживает пластичность мозга. Короткий разговор, казалось бы, «ни о чем» на самом деле работает как гимнастика для социального интеллекта, - говорит Светлана Савченко.

Самый простой шаг можно сделать уже сегодня вечером. Выйдите на прогулку и поздоровайтесь с соседом, мимо которого обычно проходили молча. Или спросите продавца в ближайшем магазине, как прошел день.

- Даже один такой мини-контакт в день снижает уровень стресса и повышает ощущение связи с миром. А короткая улыбка и приветствие незнакомцу могут сразу повысить настроение, - говорит наш эксперт.

6. Старая дружба не ржавеет

Возобновление старых, но утраченных связей - один из самых быстрых способов вернуть ощущение опоры.

- Дружба, проверенная временем, не требует долгого развития. Можно продолжить именно с того места, где общение остановилось годы назад, - отмечает эксперт.

Чтобы возобновить контакт без неловкости, ориентируйтесь на цель - «теплое общение без претензий».

- Не пишите с упреками и не требуйте объяснений за молчание. Лучше сказать: «Вспомнил тебя - и стало тепло на душе» или поделиться фотографией с общим воспоминанием. Если человек откликнется - прекрасно. Если нет, значит, ему сейчас не до этого. Молчание не стоит воспринимать как личное отвержение, окружающие зачастую просто поглощены своими проблемами, - говорит Светлана Савченко.

- Зрелость - это не время угасания интереса к миру, а период его максимальной осознанности. В этом возрасте человек обладает большим опытом, мудростью и способностью различать главное и второстепенное. Остается лишь вернуть себе смелость протянуть руку другому человеку, - заключает наш эксперт.

Рецепты, как сохранить дружбу, от читателей «КП» - в «Вопросе дня» *< стр. 3.*

Мама Оксаны Самойловой вспомнила слова Джигана:

«Я убью ее и убью детей»

Кадр из программы «Осторожно, Собчак!»

Теща Джигана очень боится за дочь и внуков.

Окончание. Начало < ***стр. 1.***

На какое-то время Денис успокоился, но потом срывы продолжились. Последний случился в июле этого года, когда артист в своем доме на протяжении 10 часов удерживал в заложниках прислугу и охранников. И все это происходило на глазах у испуганных детей. Сейчас Джиган проходит очередную реабилитацию в Израиле и заявляет, что тогда снимал клип...

«Я ТЕРПИЛА ЖУТКАЯ»

Самойлова прожила с Джиганом почти 20 лет. У пары четверо детей. По словам блогерши, другой жизни она и не видела. По этой причине бизнесвумен много лет закрывала глаза на поведение известного супруга.

- Я понимала, что это не супернормальная ситуация, но я научилась в этом существовать... Ни разу в жизни я не подумала, что я виновата в том, что у него происходит. Я понимала, что он отдельно, я отдельно. В какие-то моменты я закрывала глаза. В какие-то пыталась помочь. Но ни разу не подумала, что я виновата. Он делал это до меня, во время меня и после, - рассказала Оксана о пагубных пристрастиях бывшего мужа.

Ситуация вышла из-под контроля в 2020 году, когда Джиган с семьей находился в Майами. В тот период Оксана была беременна четвертым ребенком. Денис сбрил брови, пил и принимал запрещенные препараты. И делал это все на глазах у своих маленьких детей. Так, он просил дочку Лею принести ему пива и снимал это на камеру. В эфиры с поклонниками артист также выходил в измененном состоянии.

О том периоде в интервью Собчак рассказала мама Оксаны Евгения Самойлова. Она заявила, что Джиган прекрасно осознает, что страдает от приступов неконтролируемой агрессии.

Личная страница Оксаны Самойловой в социальной сети

За безупречным фасадом скрывался кошмар из фильмов ужасов: по словам Оксаны, ее муж периодически впадал в «состояние измененного сознания».

- Он это не скрывает. Он мне позвонил, когда в шоу (имеет в виду реалити-шоу «Быть Джиганом и Оксаной») Оксана дала ему документы о разводе, что он там сорвался... Он первой позвонил мне... Мы с ним вроде как хорошо поговорили. И что он сказал: «Я убью ее и убью детей. Ты же знаешь, что я себя не контролирую!» Я как должна к этому относиться? Сидеть ждать, когда он ее убьет? Я же мать, - призналась Евгения.

После тех заявлений Оксана наняла охрану. Мама блогерши давно советовала дочери бежать от Джигана, но та долго терпела. В итоге в октябре 2025 года Оксана все же подала заявление на развод.

- Я терпила жуткая. Но сейчас стараюсь с этим работать, - объяснила свое поведение Самойлова.

ОТДАЛА ДОМ С 17 СПАЛЬНЯМИ

Во время срыва рэпера в 2020 году Оксана приехала в клинику и поставила условие, что не разведется с Джиганом, только если он подпишет брачный договор.

- Если ты меня любишь, ты подпишешь. Если ты готов отдать все для того, чтобы быть со мной, то ты это сделаешь. Что это не просто слова. Мне показалось это классным таким решением. Он подписал, и я успокоилась, - рассказала Оксана.

Согласно договору, огромный дом площадью 2,5 тысячи квадратов, три инвест-квартиры (где прописаны дети пары) в Москве отходили Оксане. Однако шато, где аж 17 спален (!) Самойлова достраивала сама. А во время развода Джиган начал требовать, чтобы блогерша отдала ему особняк. Она согласилась...

- А я уже настолько уставшая от развода. Все это под камерами. У меня уже не было внутреннего ресурса, чтобы сражаться. Но суд не удовлетворил бы эту апелляцию, и все бы осталось мне. Но я говорю: «Чего ты хочешь?» - «Я хочу дом». Я такая: «Ну, хорошо». Если брать полную стоимость, он мне дал одну пятую от стоимости дома. Забрал себе одну квартиру получше, побольше. Я забрала две. Ну и все, - призналась Собчак Оксана.

В настоящее время Самойлова вместе с детьми проживает в съемном доме. Также у нее есть ферма, где и было записано интервью.

Ольга РОДИНА.

KP.RU
Читайте о кумирах в разделе «Звезды» на сайте KP.RU

КСТАТИ

Соцсети

Оксана в молодости (справа) с подругой и будущим мужем.

Мало кто помнит, чем занималась Самойлова до знакомства с Джиганом. Ходили слухи, что фигуристая блогерша в прошлом подрабатывала в эскорте. Всему виной - фото с рэпером и еще одной девушкой топлес в сауне, которое попало в Сеть много лет назад. В интервью Ксении Собчак Самойлова впервые раскрыла интригу, при каких обстоятельствах был сделан тот снимок. Оказалось, что на тот момент Денис и Оксана уже встречались. Рэпер познакомил возлюбленную со своей подругой по имени Лали. На фото как раз она.

- У нее был салон красоты. Познакомились через Дениса. У нее было мини-спа, где стояло джакузи. Мы тусили. Приехал Денис. Мы тогда встречались. Сфоткались в таком виде… Тогда времена были другие. Сейчас смотрю и думаю: будь проклят тот день! - отметила Оксана.

■ **ЗА ЛЮБОВЬ!**

Стас Михайлов показал, что все еще женат

Кирилл МИШИН

Артист впервые появился на публике после скандальных заявлений супруги.

В минувшую субботу Стас Михайлов выступил на фестивале «Удачные песни». Обычно охотно беседующий с журналистами певец отказался от интервью и даже не захотел фотографироваться на красной дорожке.

Все потому, что недавно жена артиста Инна Михайлова позволила себе эмоциональную эскападу в соцсети: женщина назвала Стаса «человеком-фейком» и заявила, что они «больше не вместе». Подробностей не последовало, что, конечно, породило массу домыслов и инсинуаций. Прояснить их мог бы сам Стас, но не тут-то было: певец избрал благородную тактику молчания.

Впрочем, кое-что все же стало понятно: Михайлов все еще ощущает себя женатым человеком, а значит, о разводе пока речь не идет - зрительницы даже с самых дальних мест разглядели на безымянном пальце правой руки обручальное кольцо. И вроде даже сверкает пуще прежнего.

И вообще на сцене Михайлов выглядел так, будто поводов для переживаний у него нет. Артист выступил в ярко-оранжевом пиджаке и того же цвета джинсах американского люксового бренда Chrome Hearts. Цена жизнерадостных апельсиновых штанишек - около 1,5 млн руб., но у этого бренда есть джинсы и в 2 - 3 раза дороже.

После исполнения суперхита «Все для тебя» Стас Михайлов обратился к публике с пожеланием: «Всем вам добра, любви, благополучия!» Глядишь, и у самого артиста все наладится - ну какие супруги хотя бы иногда не ссорятся?

Иван МАНЕЕВ/«КП» - Москва

Певец послал приободрившимся было поклонницам однозначный сигнал.

Станислав Агкацев. Данил Круговой. Руслан Литвинов.

Один смокинг на троих

Определен шорт-лист претендентов на звание «Джентльмена года - 2026». За главный приз конкурса «Честная игра» имени Федора Черенкова поспорят вратарь «Краснодара», полузащитник «Спартака» и лидер ЦСКА.

В рамках премии «Джентльмен года - 2026» завершилось голосование болельщиков. В итоге из 12 кандидатов в тройку лидеров вошли голкипер «Краснодара» **Станислав Агкацев** (35%), игрок ЦСКА **Данил Круговой** (24%) и полузащитник московского «Спартака» **Руслан Литвинов** (15%).

Теперь отбор выходит на следующий этап: из шорт-листа экспертное жюри выберет одного победителя. В состав жюри входят известные тренеры, бывшие футболисты и спортивные журналисты - они оценивают кандидатов по ряду критериев: честная игра, лидерские качества, вклад в популяризацию футбола, поведение в медиапространстве и примеры позитивного влияния.

На торжественной церемонии победителю будет вручен сшитый на заказ черный смокинг - традиционный главный приз премии.

Отдел спорта «КП».

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

■ ШАЙ-БУ!

Кирилл СЕРОВ

Вячеслав ФЕТИСОВ:
Овечкин выйдет на пик к главным играм сезона

Сегодня в Америке стартует регулярный чемпионат НХЛ, где выступают несколько десятков хоккеистов из России.

Чего нам ждать от нового сезона - об этом «КП» рассказал прославленный защитник, двукратный олимпийский чемпион и обладатель трех Кубков Стэнли.

- Вячеслав Александрович, в предсезонных лагерях команд НХЛ насчитали 93 российских хоккеиста - можно набрать почти пять команд. А сколько из них закрепятся в основном составе, человек 50?

- 50 давно не было, 40 - да... Вот в 90-е годы даже больше играло, под 80. А 50 - это хорошая цифра. Хочется пожелать, чтобы у ребят все планы, которые они наметили на сезон, исполнились. Удача должна быть. Есть на кого равняться. Ребята задают тон в мировом хоккее сегодня. Молодежь понимает, что постоянно приходится двигаться по самым высоким требованиям, иначе потеряешь место. Многих мы видели здесь, в Москве, во время отпуска. Все летом тренировались. В НХЛ фантастическая конкуренция. Там нет раздутых заявок. Есть всего 22 хоккеиста на каждую игру. 20 играют.

- А главная интрига?

- Александр Овечкин должен добиться выдающегося результата - ему осталось забить 11 голов, чтобы превзойти рекорд Уэйна Гретцки (сейчас у Овечкина с учетом плей-офф 1006 шайб, а у канадца - 1016. - **Авт.**). К этому достижению ближайшие сто лет никто не приблизится.

Kevin Lamarque/REUTERS

41-летний Александр Овечкин входит в свой 22-й сезон в НХЛ.

- Но Овечкин пропустил несколько тренировок на льду и не участвовал в контрольных предсезонных играх - травма?

- Там сейчас очень бережно относятся к так называемым ветеранам, поэтому он может и не играть предсезонку. Его цель - подойти в хорошей форме к концу сезона. Мы понимаем, что «Вашингтон» этим летом усилился, а непопадание в розыгрыш Кубка Стэнли в прошлом сезоне, конечно, не тот уровень, на который они рассчитывали. Так что у них есть цель - сплотить команду во время регулярного сезона и постараться побороться за Кубок Стэнли. Саша, имея уже более чем 20-летний опыт, я думаю, подойдет на пике к главным играм сезона. Он сумеет помочь своей команде.

- Как вы думаете, он в первом звене будет играть?

- Есть такое понятие - первое звено?

- В ваши времена в сборной СССР и в ЦСКА всегда была первая пятерка, за которую вы играли.

- Это атрибут того времени, а сейчас там все по-разному происходит. Я думаю, что все хорошо будет у Саши и его партнеров.

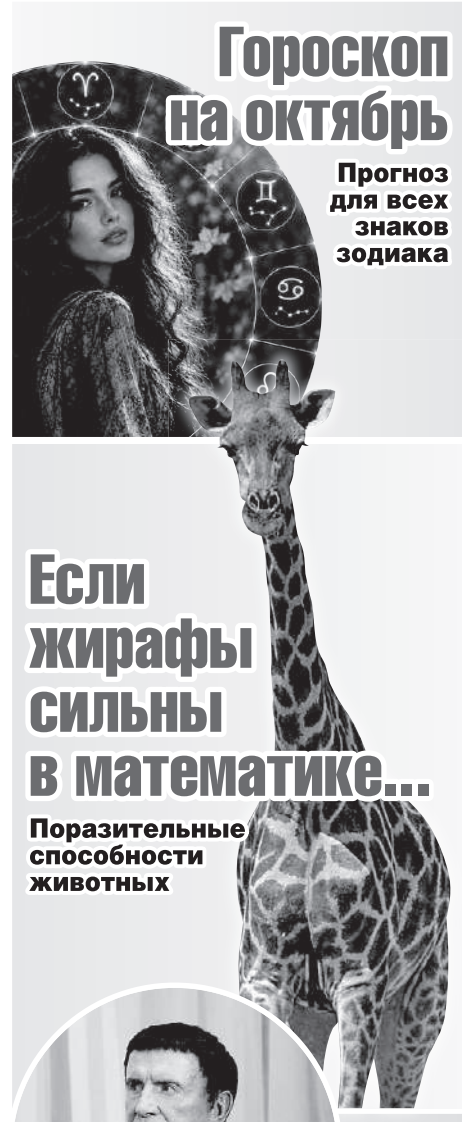
- В нескольких командах предсезонку проходило сразу по 5 - 6 российских хоккеистов. Вон Евгений Малкин рассказывал, что он чуть ли не всю карьеру в «Питтсбурге» был одним русским, а теперь есть с кем поговорить. Может, кто-то захочет воссоздать «русскую пятерку», какая у вас сложилась в «Детройте», когда вы выиграли два Кубка Стэнли? (В той пятерке в конце 90-х играли Сергей Федоров, Владимир Константинов, Вячеслав Козлов, Вячеслав Фетисов и Игорь Ларионов. - *Авт.*)

- Да, она когда-то задала тон современному хоккею. Просто надо подобрать пятерых ребят, чтобы они играли в свой хоккей. Это на самом деле непросто. Тренер должен быть понимающий, и ребята должны доказывать это своей красивой, результативной, победной игрой. Надеюсь, что когда-нибудь появится еще одна русская пятерка в НХЛ. Не просто появится, а будет влиять на результат современного хоккея. И пропагандировать наш спорт. Они настоящие послы доброй воли сейчас там.

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА
radiokp.ru

«Джентльмены спорта» Павел Садков и Андрей Вдовин рассказывают о самом интересном из мира футбольных стадионов, ледовых арен и спортивных звезд каждый вторник в 21.00 (мск) на Радио «КП»

Любимая газета страны
КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА!
ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК



В ПРОДАЖЕ С 30 СЕНТЯБРЯ
РЕКЛАМА 12+

На диване с «Комсомолкой»

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

Маргарита ДЕГТЯРЕВА, Краснодар:

- Мои увлечения - латинские танцы и кулинария. Острота и пряность должны быть не только в блюдах!

Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Платье-футляр на тонких бретелях из голубой ткани с мелким рисунком. Лиф в форме сердечка, где сборка работает как вытачка и формирует грудь без каркаса. Мелкий принт хорош тем, что издалека читается почти как однотонный, а вблизи оказывается узором. Летний городской образ, в котором можно и на работу, и на прогулку после нее.

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

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

АНЕКДОТЫ

Мальчик подбегает к мужчине:

- Помогите! Мой папа дерется!

Тот подходит - действительно дерутся двое мужчин.

- Который из них твой отец?

- Не знаю. Из-за этого они и дерутся.

* * *

Взрослая жизнь - это когда выбираешь не развлечения, а к какому врачу отнести деньги в этом месяце.

* * *

Не надо искать черного ротвейлера в темной комнате. Особенно если он там есть.

* * *

- Чем умнее человек, тем меньше лишних вопросов он задает.

- Почему? Каких вопросов? Сколько? Больше десяти?

* * *

Открыл цены на авиабилеты, закрыл цены на авиабилеты. Вот и съездил в отпуск - даже чемодан разбирать не надо.

* * *

Появился новый вид вшей, устойчивый ко всем препаратам.

Ученые пока безрезультатно чешут головы над проблемой.

* * *

Однажды мой дед сказал мне:

- Никому не верь и никого не слушай.

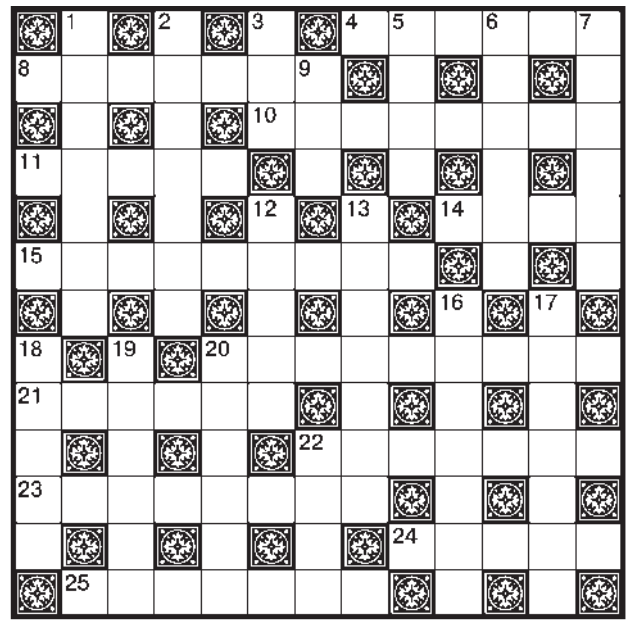
Дальше он еще что-то говорил, но я уже не верил ему и не слушал.

* * *

Отложи чернила,
Погоди, постой.
Паровозом Анну
Не дави, Толстой!

Андрей АРКУША

КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Случай из жизни. **8.** «Крамольные игры» против власти. **10.** Американский президент с персональным мемориалом в Вашингтоне. **11.** «Мне не нравится ..., который нельзя поделить на людей». **14.** Чем по гладильной доске водят? **15.** Что режиссер снимает по заказу звезды эстрады? **20.** Русло концерта. **21.** Совсем крошечная зараза. **22.** Что, помимо огорчительных моментов, способно вызвать в нас невольные слезы? **23.** Распад вещества под действием излучения. **24.** Навершие шапки Мономаха. **25.** Беглец от тапки.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Где подсмотрели замки для логотипа кинокомпании Disney? **2.** «Дремлет птица ...» в стихотворении Николая Заболоцкого «Меркнут знаки зодиака». **3.** Попадание в футболе. **5.** Сердечки на ножках из карточной колоды. **6.** Добыча старателя. **7.** Недостача банкрота. **9.** Из чего готовят аранчини? **12.** Пожитки в совокупности. **13.** «Резюме» после прохождения медкомиссии. **16.** Какую должность занимает герой Льва Дурова из драмы «Человек на своем месте»? **17.** Кто пишет для эстрадных комиков? **18.** «Накал страстей» из жизни ветра. **19.** Льгота завсегдатая. **20.** Что обычно прогнозируют в конце выпуска новостей? **22.** Шенгенка в загранпаспорте.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Эпизод. 8. Заговор. 10. Линкольн. 11. Народ. 14. Утюг. 15. Видеоклип. 20. Программа. 21. Микроб. 22. Доктор. 23. Радиолиз. 24. Крест. 25. Таракан. ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Бавария. 2. Воробей. 3. Гол. 5. Пики. 6. Золото. 7. Должник. 9. Рис. 12. Скарб. 13. Диагноз. 16. Партер. 17. Юморист. 18. Смерч. 19. Скидка. 20. Погода. 22. Виза.

СУДОКУ ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА

1 ПРОСТОЙ

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

10641

2 СЛОЖНЫЙ

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

10642

Ответы на судоку

1

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

2

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

Прогноз погоды на завтра, 30 сентября, среда

	ночью	днем
Владивосток	+11...+12°	+17°...+18°
Находка	+11°...+12 °	+18°...+19°
Уссурийск	+6°...+7°	+16°...+17°
Астраханка	+7°...+8°	+14°...+15°
Терней	+11°...+12°	+13°...+14°

ясно, облачно, пасмурно, дождь, гроза, снег

Давление - 752 мм рт. ст. (норма для сентября - 760)
Относительная влажность воздуха - 68 % (норма - 69 %)
Ветер - северный, 7 м/с

Восход - 07.09
Закат - 18.56
Луна убывает

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

- Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.
- Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.
- Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
- Ведущий редактор номера Л. ЗАХАРОВ (зам. главного редактора).
- Директор Владивостокского филиала - Татьяна МИТРЮХИНА.
- Редактор «КП» Владивосток - Наталья ЛИХАДНЕВА. E-mail: natalya.likhadneva@phkp.ru
- Учредитель, редакция и издатель - АО «ИД «Комсомольская правда».
- Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.
- АДРЕС РЕДАКЦИИ, ИЗДАТЕЛЯ: «Комсомольская правда», Новодмитровская, д. 2Б, 8-й этаж, пом. 800, Москва, 127015. ТЕЛЕФОНЫ: отдел связи с читателями - (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22 e-mail: kp@kp.ru

Индексы П1101, ПМ976
Тип. № 3356

- Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30
- Газета отпечатана в АО «ИПК «Дальпресс». 690600, г. Владивосток, пр. «Красного знамени», 10, тел. (423) 245-05-45.
- ISSN 0233-433X
- АДРЕС: 690091, г. Владивосток, ул. Мордовцева, 6.
- ТЕЛЕФОНЫ: (423) 230-22-59 - приемная; 230-22-56 - редакция; 230-22-54 - служба рекламы; 230-22-57 - служба распространения; 230-22-58 - бухгалтерия.

Тираж этого номера: 166 202 экз.
Цена свободная

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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.

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

4 607071 480227 26073