

Неохота на медведя

Почему косолапые перестали считаться ценной добычей и как это влияет на их популяцию.

Читайте на стр. 2 - 3 ►

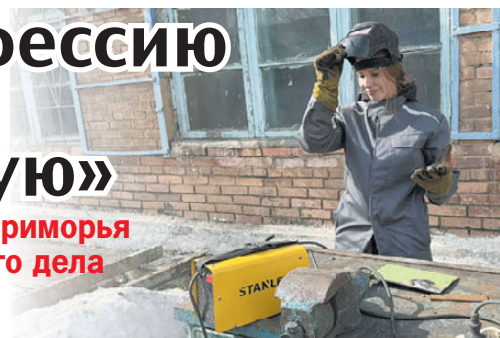


Алексей СТЕФАНОВ

«Свою профессию подругам не посоветую»

Как хрупкая девушка из Приморья стала мастером сварочного дела

Читайте на стр. 8 - 9 ►



Из личного архива Эльвиры Норец



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Среда, 7 октября
№ 75-с (27821-с)/2026 год

Газета нашего города ★ Владивосток

КР 1 216 057
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Сирия может стать ареной трех войн



Читайте на стр. 6 ►

Российские базы там сохраняются, но приобретут новый статус.



Алексей БУЛАТОВ/КП - Санкт-Петербург

Все, что вы хотели знать о прививках

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Гид «Комсомолки» по сезонной вакцинации.

Сейчас самое время привиться от гриппа тем, кто еще не успел сделать это нынешней осенью. Специалисты предупреждают, что предстоящий холодный сезон принесет нам опасные варианты этой инфекции и защититься не помешает. Особенно детям, пожилым и людям с хроническими болезнями - для них грипп может быть по-настоящему опасным.

Продолжение на стр. 12 - 13 ►

«Космическая» терапия

Алина ВЕСНИНА

Пациент владивостокской больницы борется с недугом с помощью ханга.

Ханг - редкий инструмент, напоминающий по форме летающую тарелку. Его «космическое» звучание сложно спутать с чем-то другим. Именно этот необычный инструмент стал верным спутником одного из пациентов нефрологического отделения владивостокской клинической больницы №2. Для него игра на ханге - не просто хобби, а способ обрести

внутреннюю опору во время тяжелого лечения.

Ханг часто используют в звукотерапии. Глубокие вибрации инструмента помогают снять напряжение, уменьшить тревогу и настроиться на спокойный лад. Для людей, проходящих длительную терапию, такая психологическая поддержка неоценима.

Однако врачи подчеркивают: музыка не заменяет медикаментозное лечение. Она не воздействует напрямую на почки (лечат в нефрологическом отделении), но создает благоприятный эмоциональный фон, который критически важен для выздоровления.

- Музыка - это мощное подспорье

для психологического комфорта. Если вы или ваши близкие проходите лечение, обсудите с лечащим врачом, какие немедикаментозные методы могут быть полезны в вашем случае, - отмечают специалисты.

Медицина подтверждает, что музыкальные практики действительно помогают в восстановлении.

Кстати, в России звучание ханга услышали в живую лишь в 2008 году на выступлении израильского музыканта Тимура Хакимы. Уже с 2010 года в России периодически проводятся музыкальные фестивали, такие как «Moscow Hang Out's» и «Hung drum UFO», где можно послушать исполнителей, играющих на ханге.



Алексей БУЛАТОВ

Неохота

В народной медицине особенно ценятся медвежий жир и медвежья желчь.

Deman/Shutterstock/ Fotodom

Елена АРАКЕЛЯН

Почему косолапые перестали считаться ценной добычей и как это влияет на их популяцию.

...Снять с лап кожу, положить в маринад (уксус с пряностями, луком, солью и перцем) минимум на сутки, затем обдать кипятком, очистить, сварить с тушеными овощами и травами (морковь, лук, корень петрушки, сельдерей, порей, пряности) на легком огне до мягкости, разрезать по суставам, запанировать и обжарить.

Угадаете, что за рецепт? Не угадаете. Так в XVIII - XIX веках готовили медвежьи лапы, считавшиеся в дореволюционной России деликатесным блюдом. И не только лапы шли в дело. Мясо медведей солили, вялили, копти-

ли. Медвежьи окорока и колбаса еще во второй половине XIX века продавались в городских колбасных лавках. Использовался также жир. Он считался отличным средством от простуд и для укрепления сил, особенно при долгой физической активности на морозе.

А еще куча народу зарабатывала на жизнь, вода по деревням дрсированных медведей. Действо это попало под запрет только в декабре 1866 года, при Александре II, как сейчас бы сказали, из-за негуманного отношения к животным: для безопасности людей косолапым артистам вырывали зубы и когти и водили на цепи.

Так или иначе, до начала XX века Михайло Потапыч был не только частью обычной российской жизни, но и плотно вписывался в российскую экономику. Почему же сейчас былой символ России превратился в беду - шастает по дачным и даже городским помойкам, громит дома, убивает людей?

«ЭКОНОМИЧЕСКИ НЕИНТЕРЕСЕН»

Медведь совсем потерял страх перед человеком.

веком, предупреждают специалисты. Люди для мишек нынче - источник доступных вкусняшек, а никак не «человек с ружьем». А все потому, что в глазах человека медведь перестал быть ценной добычей - интерес к охоте на хищника резко упал.

«В последние годы, несмотря на значительный рост численности (популяции медведей. - Ред.), популярность охоты на медведя снижается, а лимиты добычи осваива-

ются менее чем на 30%. Помимо падения экономического интереса охотников к добыче медведей, одной из причин этого, очевидно, являются административные барьеры при оформлении разрешений на добычу», - это выдержка из свежего, сентябрьского письма ассоциации «Росохотрыболовсоюз» в Минприроды.

То есть из того количества медведей, которое официально разрешено добыть в целом по стране, охотники отстреливают меньше трети.

- У нас в течение уже, наверное, лет 20 идет недопромысел медведей. Катастрофический, по всей стране. Когда управление охотничьего хозяйства какого-то региона говорит, что надо отстрелять, скажем, 100 медведей, оно говорит это не просто так. Оно исходит из определенных данных - квота прописывается таким образом, чтобы медвежья популяция росла, но не очень сильно. А поскольку квота не выбирается,

медведей становится больше, больше и больше. И конфликтов будет больше, больше и больше, - рассказал в эфире Радио «Комсомольская правда» (97,2 FM) зоолог-охотовед, кандидат биологических наук, главный редактор «Русского охотничьего журнала» Михаил Кречмар.

Но почему же медвежьи трофеи перестали быть «экономически интересны»? Казалось бы, раз уж в России обнаружилось растущее число медведей, которые уже и города в осаду берут, вот она, новая нефть - буря!

ПРЕПОНЫ И ЗАТРАТЫ

В письме «Росохотрыболовсоюза» в качестве препон называются сбор в 3000 рублей, который надо уплатить для получения разрешения на отстрел мишки (плюс еще 650 рублей госпошлины), короткий срок действия этой лицензии - один месяц (не успел - надо все оформ-

КАРТА АКТИВНОСТИ КОСОЛАПЫХ

Где в России самая опасная ситуация по хищникам и как с ними борются



*Нападений не было, но зафиксировано 150 выходов к людям - в два раза больше, чем в 2025 году.

Смертельные случаи

1
2

Общее количество нападений

Приведено количество официально подтвержденных нападений. Не учитываются встречи с медведями и выход их к людям без проявления агрессии. В большинстве регионов не ведется статистики по конкретному числу нападений без летального исхода.



Популяция медведей

Нормативы, установленные на местном уровне. В федеральных масштабах количество медведей в стране в целом не регулируется нормативами.



Отстреляно

По данным местных властей, департаментов охоты и рыболовства. Учитываются дополнительно отстрелянные медведи не в лимитах охоты.

Алексей СТЕФАНОВ/Комсомольская правда

НА МЕДВЕДЯ

лять по новой и снова платить) и короткий срок охоты (в осенний период это с 1 августа до 31 декабря - продлить бы еще на пару месяцев).

На первый взгляд все выглядит не слишком страшно.

Но на форумах охотников приводят другие, сопутствующие траты - которые уже существеннее. Хорошее оружие и экипировку считать не будем - оно покупается разово, а не на каждый выезд. Но к месту охоты еще надо как-то попасть. В таких регионах, как Камчатка или большая часть Красноярского края, не всегда поможет даже внедорожник, зачастую требуется заброска вертолетом (это если все делать правильно, а не когда косолапы уже сами в город пришли). Из постоянных расходов, кроме трат собственноручно на организацию выезда, - еще патроны, привада для мишки (подтухшая рыба, овес, мед, карамель - медвежьи деликатесы, которые выставляются в качестве приманки). В целом накладные расходы на каждый выезд, в зависимости от ситуации, оцениваются в 20 - 50 тысяч рублей с охотника.

Дополнительными расходами может обернуться и сама добыча. Расхожая проблема - медвежье мясо часто оказывается заражено трихинеллезом (такие опасные паразиты). Поэтому просто так его использовать даже для себя нельзя, нужен ветеринарный контроль. А если паразиты будут обнаружены, уничтожать опасный продукт должен сам охотник за

свой счет - а это никак не меньше 100 кило мяса, а чаще больше.

И главное - охота на медведя все же требует серьезных навыков, которым еще надо обучиться. И если вы не потомственный охотник, это тоже не бесплатно.

А что можно получить взамен, не считая адреналина?

ЧЕМ ПОЛЕЗЕН ХИЩНИК

Достаточно посмотреть «медвежий» ассортимент российских маркетплейсов, чтобы тут же возник вопрос ребром: то есть как это добыча медведя потеряла экономический смысл? Баночка 30 - 40 граммов с сухой медвежьей желчью (судя по аннотациям, «лекарство от 100 болезней») - от 10 000 до 12 000 рублей. 30 капсул с чем-то на основе этой самой желчи - больше 1000 рублей. Медвежий жир - от 1500 рублей за баночку 100 мл.

Спрос, судя по отзывам, есть. Но с предложением как-то не очень - в основном оно от пары небольших заготовительных кооперативов с Алтая и из Сибири, которые занимаются всякой таежной экзотикой, от трав до той самой медвежьей желчи. Есть и еще один вариант: в названии - что-то «медвежье» и «от всех болезней», а как дочитаешь до состава, там «жир барсучий».

Спрос на медвежьи лапы и желчь вроде бы есть и за рубежом. В Южной Корее и ряде других стран Юго-Восточной Азии медвежья желчь - популярное средство народной медицины. А в Китае медвежьи лапы - любимый деликатес. В



Из шкуры медведя почти не шьют меховую одежду - она слишком тяжелая, толстая и жесткая. Зато есть немало любителей использовать ее как элемент интерьера.

КОММЕНТАРИЙ ЭКСПЕРТА

«Как товар - неликвиден!»

Зоолог, кандидат биологических наук, главный редактор «Русского охотничьего журнала» Михаил КРЕЧМАР:

- Почему исчез интерес к охоте на медведя? Медведь неликвиден, он охотнику не нужен, поскольку не представляет никакого коммерческого интереса. Мясо в большинстве случаев есть нельзя. Шкуру еще надо правильно выделывать, чтобы не воняла и не лезла - это вместе с оформлением (когда из шкуры делается ковер. - **Ред.**) стоит от 20 до 70 тысяч рублей. С желчью и жиром тоже проблемы, нужно иметь каналы сбыта. А охотников, которым медведь интересен исключительно как личный трофей и источник адреналина, очень мало - хорошо, если тысяча человек на всю страну. На фоне недопромысла в десятки тысяч медведей - а то и больше - с их помощью проблему никак не решить.

1990-е и 2010-е из-за этого на территории граничащих с Поднебесной регионов России речь шла не об увеличении числа медведей, а о том, чтобы браконьеры вообще всех косолапых не извели. В сводках 2013 - 2018 годов фигурируют изъятые таможенниками партии в 200 - 500 медвежьих лап. Была даже партия в 870 лап общим весом более тонны - их обнаружили у контрабандистов в районе озера Ханка в январе 2018 года. Это же более 200 убитых медведей!

Но браконьеров поймали. Ко второй по-

ловине 2010-х усилиями и России, и Китая контрабандный вывоз от нас в Поднебесную «частей медведя» был практически перекрыт (в Китае сейчас официальная продажа медвежьих лап запрещена, а за контрабанду - наказание вплоть до смертной казни).

Весной 2024 года Россельхознадзор сообщил о первой официальной партии желчи бурого медведя (3,7 кг), отправленной по экспорту в Южную Корею. В ведомстве особенно подчеркивали, что желчь была законно, по разрешениям, добыта в Ха-

баровском крае. Но о продолжении поставок ничего не слышно.

УБИВАТЬ МОЖНО, ПРОДАВАТЬ - НЕТ

Как можно у нас законно продать какие-то части медведя, разбираться пришлось долго.

- Это классический пример сферы, где формально разрешительное законодательство вступает в противоречие с крайне запутанной правоприменительной практикой, - «радует» адвокат по экологическим делам Евгений Жаров.

А теперь на пальцах. Формально бурый медведь в Красную книгу у нас не занесен, охотиться на него в рамках установленных квот (тех, которые сейчас не выносятся и на 30%) и с официальным разрешением можно.

- Однако когда речь заходит о коммерческом обороте и продаже за границу частей добытого медведя, вступает в силу Конвенция СИТЕС (она призвана защитить дикие виды растений и животных, которые находятся под угрозой исчезновения. - **Ред.**), где бурый медведь включен в Приложение II (виды,

Почему в этом году медведи так часто нападают на людей, читайте на нашем сайте



которые пока не под угрозой, но могут оказаться под угрозой исчезновения, если торговлю ими не регулировать. - **Ред.**) Любое перемещение через границу, скажем, медвежьих лап или желчи требует специального экспортного сертификата. На практике получить необходимые для этого сертификата подтверждения - практически нерешаемая задача, - объясняет юрист.

С продажей чего-нибудь медвежьего внутри России тоже не все просто.

- Владелец должен документально подтвердить, что животное добыто на законных основаниях, а разрешительная форма для внутренней продажи таких дериватов (частей животного. - **Ред.**), как лапы или желчь, законодательно вообще не установлена. Это создает правовую неопределенность и позволяет правоохранительным органам квалифицировать практически любую сделку как незаконный оборот, - утверждает Евгений Жаров.

Понятно, что строить на этой «неопределенности» какой-то неконтрабандный бизнес желающих крайне мало.

Впрочем, неопределенность - не только в этом вопросе. В комментариях на одном из охотничьих каналов наткнулась на интересную дискуссию: посадят ли тебя как браконьера (по статье 258 УК РФ за незаконную охоту грозит до двух лет тюрьмы, а при особо крупном ущербе - до пяти лет) за отстрел медведя, если тот шляется возле детского сада, но пока никого не съел. К единому мнению участники так и не пришли. В «Росохотрыболовсоюз» предлагают в случаях, когда речь идет об угрозе жизни людей, разрешить оформлять лицензию на отстрел постфактум - но понятие «угроза жизни» остается размытым.

И это страшнее 3000 рублей за лицензию.

КСТАТИ

«Отец сражался со зверем в воде больше часа»

Сергей КИРИЛЛОВ

Хоккеист Андрей Кузьменко поделился подробностями гибели отца.

Нападающий «Питтсбург Пингвинз» Андрей Кузьменко, вернувшийся из Москвы в свой клуб после похорон отца, рассказал о том, как он погиб. Напомним, что трагедия произошла в Тоджинском районе Тувы, куда 62-летний Александр Кузьменко, работавший хоккейным тренером, отправился на рыбалку.

«Я расскажу о случившемся сейчас и только



один раз... Мой отец отправился на рыбалку с друзьями. Он оказался в воде, а за ним пошел медведь и напал на него. Мой отец сражался с

этим медведем в воде 1 час и 10 минут. После этого он еще был жив. Через два дня он умер. Это была обычная рыбалка.

Хочу поблагодарить всех, кто меня поддерживал. Спасибо каждому. Я вижу множество сообщений в социальных сетях, но, простите, я не могу ответить всем.

О моем номере (Андрей недавно взял в «Питтсбурге» номер 62. - **Ред.**) Я подумал о действительно значимых вещах в моей жизни. Моя мама родилась в 1962 году. Моему отцу было 62, когда он умер. Сейчас 2026 год. Поэтому я хочу взять цифры шесть и два...» - приводит слова Кузьменко американская пресса.

**Как не попасть
в сети
вербовщиков.**



Дмитрий СТЕШИН,
военкор «КП»

Деструктолог Роман Силантьев объяснил нашему корреспонденту страшную, парадоксальную и обескураживающую реальность - за вербованные украинскими спецслужбами «диверсанты» являются искренними патриотами и совершают преступления в интересах России...

ПСИХООТМЫЧКИ

Несколько дней назад в Белгороде сотрудники ФСБ задержали женщину, готовую совершить теракт - подорвать взрывное устройство в толпе людей в центре города. В сухом пресс-релизе спецслужбы описана стандартная схема работы с жертвой: «Под влиянием мошенников перевела крупную сумму на «безопасный счет»...», а дальше самое главное: «... после чего с ней связались неизвестные, представившиеся сотрудниками российских правоохранительных органов, и под предлогом возврата похищенных денег убедили принять участие в мероприятиях по задержанию преступников».

Сработала хитрая психоотмычка. СБУ или ГУР давно уже убедились: найти граждан России, готовых совершать теракты и убивать людей ради интересов бандеровской Украины, весьма непросто. Даже самые активные предатели предпочитают гавкать из-за границы. А

У 20-летнего футболиста Секача было большое будущее. Но он поддался мошенникам.



Михаил СИНИЦЫН/ТАСС

на земле, в России, большинство перспективных агентов - городские сумасшедшие, с ними каши не сваришь. Почти 99,9% соотечественников откажутся помогать вражеским спецслужбам. А скорее всего,

«Биодрон» - это а обманутый

сотрудникам правоохранительных органов, любовью к своей стране, потребностью в одобрении. В подобных схемах мошенники зачастую внушают жертве, что она помогает в раскрытии крайне важного для государства уголовного дела, а также что совершение преступления парадоксальным образом является актом любви к своей стране, к Родине».

То есть они любят Россию и верят, что работают во благо Родины (именно так, с большой буквы), что помогают доблестным спецслужбам.

Роман Силантьев делал десятки экспертиз к уголовным делам, возбужденным по «биодронам», и подробно описывает драматургию переписки нормального, обычного человека.

Есть два варианта «работы».

Самый распространенный - жертву с помощью мошенничества лишают всего, заставляют продать недвижимость, буквально вгоняют в долговую яму: вынуждают брать кредиты, бегать по друзьям и родственникам, занимая деньги. Все собранное передается курьеру якобы для «помещения на безопасный счет» или «в безопасное место». Еще один вариант - в качестве «вещественного доказательства».

В какой-то момент человек осознает, что он лишился всего имущества, дотла! Дальше только жизнь в нищете и в долговой яме. И на этом этапе с жертвой можно делать все что угодно.

В этой схеме есть тонкие места. Как часто бывает, спецслужбы и банковские «безопасники» могут отследить все эти лихорадочные, истеричные переводы, продажи, обналичивание больших сумм. На заказчиков, скорее всего, не выйдут, они сидят на Украине. Главное, пресекут преступление, не дадут его совершить.

Но есть еще одна, не оставляющая следов методика подготовки «биодрона»:

- Жертву проверяют на устойчивость и исчезновение критичности мышления, - объясняет Роман Силантьев. - Долго проверяют, в течение нескольких недель. В форме доверительных бесед и переписок с сотрудниками спецслужб. И в какой-то момент, понимают: жертва созрела. Обработанные люди настолько верят этим «сотрудникам спецслужб», что по их распоряжению готовы совершать даже прямые убийства.

Вот типовый сценарий работы с «биодроном», в который превратили пожилую женщину.

- Бабушка с помощью лжесотрудника ФСБ лишается всех накоплений, «гробовых», под видом того, что «участвует в спецоперации по поимке украинских террористов». И вот на последнем этапе ей сообщают, что искомые «террористы» засели в ближайшем военкомате и

сообщает о вербовке «куда надо», и начнется «оперативная игра», причем с потерями для бандеровцев - будут выявлены тайники с оружием и самодельными бомбами, возможно, задержаны курьеры-закладчики, вскрыты каналы связи... Достаточно примеров, когда такие «двойные агенты» рушили целые разведывательные сети и резидентуры.

Выход они нашли, и хитрость, которую применил противник, можно занести в категорию «дьявольская». Роман Силантьев подтверждает, что «биодроны» - это совершенно новый вид преступников:

- Первые «биодроны» были выявлены в 2022 году после начала СВО. Их количество не превышает тысячи человек и увеличивается не так быстро. То есть очень небольшой процент населения может быть трансформирован в «биодрон».

Но преступлений, подготовленных украинскими спецслужбами, на порядок больше! И Силантьев объясняет:

- Это просто преступники, верящие, что их не поймают. «Биодроны», наоборот, искренне верят, что защищают свою страну. Верят, что работают на ФСБ. Это их радикально отличает от неумных товарищей, которые поджигают релейный шкаф за 15 тысяч (которые в итоге не получают) и пополняют контингент ФСИН на 15 лет (их дают гарантированно). Но «биодроны» релейные шкафы не жгут, их специализация - резонансные теракты.

ДРАМАТУРГИЯ ТЕРАКТА

Еще один деструктолог, Яна Амелина, очень точно описывает один из технологических приемов превращения добропорядочного гражданина в «машину убийства», управляемую врагами. Он называется «Счастье в исполнении миссии»:

«...применяется к людям с высоким уровнем доверия и уважения к

КНИЖНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО
КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



КУПИТЬ
ЗДЕСЬ

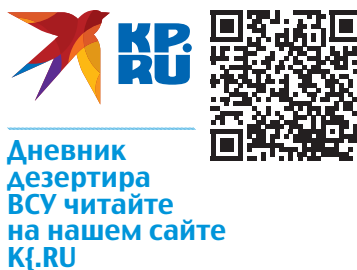
НЕ СВОДКИ И НЕ ПЕРЕСКАЗЫ

**ЖИВЫЕ ДЕТАЛИ ВОЙНЫ, КОТОРЫЕ
ОБЫЧНО СТАНОВЯТСЯ ИЗВЕСТНЫ
ТОЛЬКО СПУСТЯ ГОДЫ**

от журналиста и пропагандиста, редактора
и корреспондента «Комсомольской правды»
Дмитрия Стешина



не террорист, гиперпатриот



единственный способ их задержать - имитация поджога. Они буквально начнут выбегать из здания в ужасе, тут их наши спецслужбы и возьмут. А вам, бабушка, за это вернут все похищенное и еще медалью-грамотой поощрят за службу Отечеству, - рассказывает Роман Силантьев.

- ???
- В 22 - 23-м годах «биодроны» поджигали военкоматы, был целый вал таких преступлений. Схема перепрошивки работала. И среди жертв было много стариков старше 75 лет...

Я киваю:
- Помню, эту атаку наш противник медийно отработал очень плотно. Мол, смотрите, в России протестуют против частичной мобилизации! Когда западная пресса подключилась к этой информационной кампании, в Киеве даже перемену справляли.

«ШАХИДЫ» И «КИЛЛЕРЫ»

Терактов, совершенных «биодронами-шахидами», меньше десяти. И во всех случаях людей использовали втемную: бабушку просили передать офицеру заминированную баночку с медом. Или подложить в машину полицейских заминированную колонку с «Алисой» для их прослушки.

Оказалось, что под чутким руководством «биодрон» может приготовить взрывчатку и собрать бомбу...

Рассказывает эксперт-деструктолог:

- В этом году «биодроны» начали совершать убийства. Убийство матери и изнасилование ее дочери в Строгине - 20-летний футболист, которого вели по телефону с территории Украины, приехал в Москву и проник в квартиру жертв под видом участкового. Или подросток в под-



московном Пушкине зарезал двух пенсионеров - ему внушили, что они «украинские шпионы». Потом «биодрон» покончил с собой.

Роман Силантьев на память перечисляет десятки примеров, когда люди, находящиеся под чужим управлением, совершали дикие поступки и даже членовредительство. Можете представить, до какого состояния нужно довести немолодую, образованную женщину, чтобы она, повинаясь голосу из телефона, отдала все свои сбережения, а потом взорвала у себя... внутри петарду?! И такое было. Врачи спасли чудом. Как с ней работали? Роман Силантьев говорит, что ничего фантастического в этом нет:

- Ни НЛП, ни гипноза или еще каких-то фокусов. Занимающиеся перепрошивкой людей просто достигли в этом совершенства, отточив старые технологии. У них есть спе-

Даже самодельную бомбу перепрошитые «биодроны» делают убежденными, что помогают спецслужбам.

циализации по категориям жертв: военные пенсионеры, духовенство, педагоги. При этом 85% людей не стали их жертвами. Хотя они обзвонили, наверное, все население России и не по одному разу. Уму непостижимо, но мошенники смогли ограбить на 10 миллионов рублей даже одного профессионального борца с телефонными мошенниками!

Мой дежурный вопрос «Как убе-речься?» буквально повис в воздухе. Ответ может быть такой:

- Все люди по-своему одиноки, всем не хватает любви, все люди боятся смерти и любят поговорить о себе. Интересуйтесь близкими, проявляйте к ним сочувствие, и тогда перепрограммировать, перепрошить, перехватить управление человеком будет почти невозможно.

СПРАВКА «КП»

Технологии перепрошивки, или 13 причин, чтобы насторожиться

Классификация по материалам деструктолога Яны Амелиной.

- ✓ **Сбор данных из открытых источников.** Это начальный этап работы с жертвой. Люди, услышав свои паспортные данные, ИНН, СНИЛС, сразу начинают доверять говорящему. Автоматически.
- ✓ **Претекстинг.** Преступник готовит для жертвы «коммуникативный сценарий», прорабатывает речевые стратегии и тактики. Использует известные ему интересы жертвы.
- ✓ **Три «да».** Техника, при которой сначала добиваются от жертвы согласия

- с некоторыми короткими утверждениями: «Вас зовут Александр?», «Вы проживаете по адресу ул. Московская, д. 10, кв. 32?», «Вы сейчас пытались зайти в «Госуслуги»?» Утверждения, очевидно, верны, но жертва сразу испытывает расположение и доверие.
- ✓ **«Обратная социальная инженерия».** Мошенник заставляет жертву добровольно обратиться к нему за помощью, утверждая, что против нее работают вымышленные мошенники.
- ✓ **Эмоциональные качели.** Смена доброжелательного отношения на скрытую агрессию.
- ✓ **Эффект ореола.** Говорящий с жертвой к месту и не к месту использует

- звания и должности сотрудников известных крупных государственных учреждений или организаций.
- ✓ **Социальная изоляция.** Жертву вынуждают соблюдать «конфиденциальность». А в состоянии социальной изоляции психоэмоциональное состояние дестабилизируется и жертвой легче управлять.
- ✓ **Контроль сознания.** Несколько подставных личностей находятся в непрерывном общении с жертвой, сменяя друг друга, не ослабляя контроль.
- ✓ **Внушение безвыходности.** Жертве дается установка, что ее жизнь уже не будет прежней, она утратила свой покой и комфорт.

- ✓ **Ограничение времени.** Жертву все время торопят.
- ✓ **Давление на усталость.** Долгие, изнурительные переговоры сужают сознание.
- ✓ **Примитивизация.** Очевидно, что сотрудник банка не может по прямому телефону переключиться на сотрудника ФСБ, это разные организации.
- ✓ **Проработка возражений.** Например, собеседник жертвы в соцсетях изображен на аватаре в полицейской форме. Разумеется, нарисованной в фотошопе. Жертве, находящейся в истероидном состоянии, все кажется убедительным и разумным.

Любимая газета страны

КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА



Дмитрий ДИБРОВ - о новой избраннице:

Я сразу очаровался, но был женат!



Детские выплаты и льготы, о которых вы могли не знать



Правда о «капельницах молодости» и японском долголетии

Ученые рассказали, как бороться со старостью



У барбосов нет вопросов!

Собака понимает человека лучше, чем друг или партнер по браку

В ПРОДАЖЕ С 7 ОКТЯБРЯ

РЕКЛАМА 12+

Дмитрий БАБИЧ

Российские базы там сохранятся, но приобретут новый статус.

СТРАНА - ПОРОХОВАЯ БОЧКА

Сегодняшняя Сирия напоминает вулкан перед извержением. Вот-вот потоки лавы вырвутся из жерла и залютят все до горизонта. Редкий день не приносит новостей о боях и налетах.

Израильские войска вторглись на сирийскую территорию с оккупированных ими еще в 1973 году Голанских высот и создали «зону безопасности» почти до самого Дамаска. При этом, по данным лондонской Times, Израиль с воздуха уничтожил 80% военного потенциала Сирии, чья армия особо и не сопротивлялась. С севера в страну вошли турецкие войска, взяв под крыло проживающее там этнически близкое к туркам население. А в некоторых местах бал правят откровенные бандиты, которые не подчиняются вообще никому. Правительство ведет с ними нещадную борьбу, но разобратся со всеми нет ни ресурсов, ни времени.

ВЕРОЯТНЫЕ КОНФЛИКТЫ

В измученном государстве готова разразиться не одна, а сразу три войны. Вот как эти конфликты видятся экспертам по Ближнему Востоку:

● **Столкновение между Турцией и Израилем.** Отношения между ними в последние месяцы обострились до предела, с обеих сторон на самом высоком уровне звучат нешуточные угрозы. Сирия лежит как раз между противниками, и каждый из них хотел бы установить там свое бесспорное влияние. В августе дошло до применения оружия. Израильский премьер Нетаньяху санкционировал ракетно-бомбовый удар по базе ВВС Сирии Абу эд-Духур на северо-западе страны, узнав, что туда вот-вот должны прибыть турецкие военные. Из Анкары пообещали дать «адекватный ответ».

● **Новая гражданская война с**



Сирия может стать ареной трех войн

религиозным подтекстом между суннитами, составляющими свыше 70% населения страны, и шиитами, которые плотно сосредоточены в восточных провинциях. К ним относятся и небольшие по численности алавиты. Однако при Асаде они выполняли роль «правительственной прослойки», и сам президент, и вся политическая элита были выходцами из этого течения в исламе. Сейчас алавиты разгромлены и унижены новой суннитской властью, но ничего не забыли и не простили, лелея надежду поквитаться с обидчиками. В такой кровавой междоусобице заинтересован опять-таки Израиль, который не прочь подкупом или провокацией натравить суннитов на шиитское меньшинство, которое

ориентируется на ненавистный Тель-Авиву Иран и ливанскую шиитскую организацию «Хезболла».

● **Наконец, возможен бунт скопившихся в стране десятков тысяч иностранных исламистов.** «Среди них - центральноазиатские, уйгурские, чеченские боевики, совершившие самые тяжкие преступления во время гражданской войны», - сообщает немецкая Berliner Zeitung. Эти джихадисты требуют своей доли от победы тех сил, которым они помогли одержать верх. Другой вариант - разрешить им организованно и с оружием покинуть Сирию и вернуться в свои страны, чтобы продолжить там террористическую деятельность. Однако Дамаск пока на это не идет.

ИЗ УЗНИКОВ АБУ-ГРЕЙБА В ПРЕЗИДЕНТЫ

Многое сейчас зависит от того, какую линию поведет сирийский руководитель Ахмед аш-Шараа. Его наперебой обхаживают и турки, и израильтяне с американцами.

Турция первой признала новые власти и взяла на себя обязательство «не оставлять аш-Шараа в одиночестве». Президент Реджеп Тайип Эрдоган открыто называет его «дорогим братом». В обмен на обещание Дамаска содействовать Анкаре в ликвидации курдских формирований на севере страны Турция гарантирует переходным сирийским властям всестороннюю военную помощь.

- Израиль и США обрадуются с аш-Шараа не менее трепетно, - комментирует ситуацию эксперт по Сирии, востоковед Николай Севостьянов. - С него оказались сняты обвинения в терроризме, хотя в 2000-е аш-Шараа с другими суннитскими боевиками убивал американских солдат в Ираке и даже оказался узником печально знаменитой тюрьмы Абу-Грейб. Но ему все простили, потому что израильтяне хотят спровоцировать его на месть «Хезбол-

ле» - ведь во время гражданской войны в Сирии аш-Шараа воевал с этой организацией, помогавшей Асаду.

- Я подозреваю, что ЦРУ еще во время пленения Аш-Шараа в иракской тюрьме Абу-Грейб сделало его своим агентом, - выразил мнение в интервью «КП» комментатор телеканала Russia Today, экс-аналитик ЦРУ и сотрудник Госдепартамента США Ларри Джонсон. - Но так бывало не раз в истории спецслужб: политик подписывает контракт об агентурной работе, а потом он становится начальником над миллионами людей - и забывает своих кураторов. Основной источник денег для аш-Шараа сегодня - это Турция, потому что Вашингтон при нынешней администрации на подачки скуп. А значит, Дамаск будет подчиняться в первую очередь Турции, хотя сегодня это означает конфликт Сирии с Израилем.

СРАЖАЛИСЬ МЫ НЕ ЗРЯ

Но у России в Сирии тоже имеются свои интересы. Ведь там остаются две наши базы: военно-воздушная в Хмеймиме и морская в Тартусе. Многие сирийцы до сих пор с благодарностью вспоминают разнообразную помощь, которая в трудный момент приходила из России. Не забыта и роль российских военнотру-

жащих, которые сражались и погибали в борьбе с международным терроризмом в этой стране.

- Наши бойцы выиграли самое главное - время, - объясняет востоковед Севостьянов. - Если бы не они, то власть в Сирии еще десять лет назад захватили бы боевики ИГИЛ*. Они добрались бы до имевшегося в стране химического оружия и могли использовать его как угодно, а самое главное - где угодно.

Ведь Запад только для вида ругал ИГИЛ* - до того, как начали работать наши ВВС, зона влияния исламистов в Сирии лишь расширялась.

Есть и еще одно последствие участия российских сил в боевых действиях в Сирии.

- Если бы не военное присутствие России, у Израиля

было бы сильное искушение отправить и новые системы вооружения, и инструкторов режиму Зеленского, - сказал в беседе с «КП» бывший советник по безопасности спецполитика ЕС на Ближнем Востоке британец Аластер Крук. - А когда у тебя под боком, в Сирии, есть российская военно-воздушная база в Хмеймиме и военноморская в Тартусе, мысль о сотрудничестве с Зеленским улетучивается сама собой. Помог и конфликт с Ираном - современные системы ПВО оказались для американцев и израильтян нужнее, чем дружба с Зеленским.

Ахмед аш-Шараа дважды встречался с Владимиром Путиным, где обсуждалась дальнейшая судьба обеих баз. Согласно принятому недавно компромиссному решению, они останутся в стране и, помимо прочего, будут выполнять роль «центров совместного обучения сирийских и российских войск».

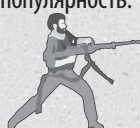
По мнению Ларри Джонсона, Дамаск пошел на это соглашение еще и потому что уверен: принадлежащие России объекты Израиль бомбить никогда не решится. А значит, эти базы могут оказаться для сирийцев самым надежным укрытием.

*Признана террористической организацией и запрещена в России.



Сирия - государство с населением 15 миллионов человек. Страна разрушена гражданской войной, начавшейся в 2011 году с поддержанных Западом выступлений исламистов против светского режима во главе с президентом Башаром Асадом. Асадовцы победили при поддержке российских сил, введенных в страну по просьбе правительства в 2015 году, а также иранских формирований и добровольцев из ливанского движения «Хезболла».

Но, выиграв войну, Асад не сумел выиграть мир: после нескольких лет относительного затишья его государство пало. Свою роль сыграли санкции США и Евросоюза, но в большей степени причиной стали управленческие и экономические ошибки самого режима, резко терявшего популярность. В декабре 2024 года оголодавшие и разуверившиеся в своих властях солдаты и жители за несколько дней сдали страну вооруженной оппозиции. Башар Асад с семьей вынужден был искать убежище в России. А в Сирии «президентом переходного периода» стал руководитель повстанцев Ахмед аш-Шараа, также известный как Абу Мухаммед аль-Джулани.



Наплевать, наплевать, надоело выгорать

Елена КРИВЯКИНА

Кажется, все мы время от времени устаем и выгораем. А потом кажется: отчалим в отпуск, отдохнем - и жизнь снова налаживается. А вот и нет! Усталость от работы и выгорание - разные вещи,



утверждает рекрутер, карьерный консультант и автор книги «Уставшие» 16+ Алена Владимирская. Алена несколько лет назад сама стала жертвой выгорания. Мы поговорили о том, что с этим делать и можно ли этот неприятный процесс предотвратить.

КАК РАСПОЗНАТЬ

- Выгорание чаще всего происходит у людей «помогающих и эмоциональ-

Что делать, если служебные обязанности стали неважною.

ных профессий»: врачи, учителя, рекрутеры, психологи, журналисты, - объясняет Алена Владимирская. -

Потому что в ходе работы ты принимаешь на себя чужие проблемы, переживания. Со мной это начало происходить в пандемию, а окончательно я поняла, что выгорела в конце 2022 года. Человек в таком состоянии постоянно чувствует, что на него что-то давит: это может быть токсичный начальник или какая-то нерешаемая проблема на работе. И одна из главных ошибок - пытаться убедить себя, что все рассосется. Нет! С выгоранием надо работать. Это как с болезнью. И чем позже ты начнешь его лечить, тем будет сложнее.

Но для начала надо разобраться, а точно ли вы выгорели? Может, все



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

ПРИМЕР ИЗ ЖИЗНИ

Мечты сбываются!

- В карьере есть два смысла: ближний (или короткий) смысл - это горизонт планирования от года до трех лет. А большой (длинный), - в промежутке от 3 до 10 лет. Ближний смысл в основном про обязательства и возможности: ипотека, дети, отпуск, новая машина, должность повыше. А дальний - это размышления над вопросами «кто я?», «что останется после меня?». С возрастом для нас более значимыми становятся именно дальние, глубинные смыслы. И важно эти смыслы в себе раскопать. Можно взять большую детскую мечту и преобразовать ее в карьеру, - рассказывает Алена Владимирская. - У меня была клиентка, которая возненавидела свою работу. Ее считали профи, хорошо платили, но она устала от своей деятельности. Я спросила, какая у нее в детстве была мечта, и она рассказала, что хотела заниматься балетом, но ее некому было возить в балетную школу. Для понимания: передо мной сидела зрелая женщина под 100 килограммов. И вот как она в итоге реализовала свою детскую мечту: нашла тренера, помещение и открыла студию балета для взрослых. Вложила в это 300 тысяч рублей, за три месяца их отбила и вышла в прибыль. Теперь у нее студия, мини-журнал на эту тему, поездки с коллективом и клиентами на спектакли по всей стране.

рел, то никаких ресурсов у него просто нет. Поэтому уходить в никуда нельзя! Перед тем как уволиться, вы должны быть уверены, что ваших денег хватит на то, чтобы спокойно прожить без работы минимум 6 месяцев. Если таких денег нет, не увольняйтесь. Но при этом ваше отношение к текущей работе должно поменяться. Вы воспринимаете ее как свой финансовый парашют, уже понимая, что со временем уйдете. При этом вы хорошо выполняете все свои обязанности, просто меняете отношение внутри себя.

А перед тем как выйти на новое место, обязательно возьмите паузу месяца на два, чтобы разобраться, от чего именно вы выгорели. Нужно осознать для себя вещи, которые для вас в карьере недопустимы. Например, вы не можете вставать на работу очень рано или вам нужно уходить с работы строго не позднее 18 часов, потому что вам крайне важно проводить время с семьей, но раньше вы не могли в этом признаться. Теперь это нужно сделать, иначе новое выгорание неизбежно, - предупреждает эксперт.

СОВЕТЫ СПЕЦИАЛИСТА

Рекомендации карьерного консультанта Алены Владимирской.

1 Многие причины карьерного выгорания после 45 лет кроются не в карьере, а в возрастных особенностях. Поэтому важно регулярно проходить медицинский чекап (диспансеризацию) и обязательно посетить эндокринолога. Часть проблем, включая постоянную усталость, после выполнения рекомендаций врачей может просто исчезнуть.

2 Чаще всего выгорание происходит от того, что наши ожидания не соответствуют реальности.

- Люди сами себе многое надумывают в карьере. Например: «через год я точно стану начальником департамента». А когда этого не происходит, человек начинает ненавидеть начальство и гнобить себя самого. На самом же деле ему никто не обещал подобного карьерного роста, - поясняет Алена Владимирская.

Поэтому, по словам эксперта, надо хотя бы раз в год четко сверять свои ожидания с реальностью.

3 Важно понимать свою востребованность на рынке. Для этого поддерживать общение с коллегами по сектору, чтобы про вас помнили, а также раз-два в год ходить на собеседования в другие компании. По их итогам вы поймете: если вас на работу приглашают, значит, вы востребованы. Если нет - надо что-то доработать, чему-то поучиться, чтобы в случае увольнения не пополнить ряды безработных.

ДЕРЖИ КАРМАН ШИРЕ

Елена ОДИНЦОВА

В среднем по стране они составили почти 115 тысяч рублей.

У вас в течение последнего года зарплата выросла? А вот и не угадали! Выросла, и довольно заметно. По последним данным Росстата, средняя зарплата в России в июне 2026 года составила 114 743 рубля. В мае было 110 216 рублей. За год же - к прошлому июню - размер средней начисленной зарплаты увеличился почти на 10% (на 9,6% - если уж совсем точно).

Росстат: зарплаты россиян выросли на 10%

И не торопитесь возражать, что, мол, вы такой значительной прибавки не почувствовали. Во-первых, это цифры средние по стране и всем организациям. Во-вторых, речь о так называемой номинальной зарплате, то есть той, что начислили.

А вот что касается реальных зарплат - уже с поправкой на инфляцию - здесь рост скромнее. В июне в годовом измерении (то есть к прошлому июню) он составил 3,4%. Для сравнения: в мае прирост к прошлому году был 4,5%, в апреле - 5,1%. Получает-

ся, что с поправкой на инфляцию средние зарплаты продолжают расти, но все медленнее.

- Инфляция в 2026 году снизилась, но и номинальные зарплаты росли не так быстро, как в прошлом году. Компании перестали активно пересматривать оклады, потому что пик борьбы за персонал в ряде секторов пройден, - поясняет профессор Финансового университета Сергей Толкачев. - Сейчас мы наблюдаем скорее нормализацию после перегретого 2025 года. Рост реальных

зарплат продолжается, но теперь он все более точечный: концентрируется в промышленности, строительстве, IT и логистике.

Кому продолжают повышать зарплаты и почему? По словам эксперта, основной рост дают несколько сфер.

1 Обработывающая промышленность и оборонно-промышленный комплекс

По словам Сергея Толкачева, здесь сохраняется дефицит рабочих рук - особенно станочников, сварщиков, инженеров. Работодатели

поднимают зарплаты на 15 - 20% годовых, чтобы привлечь и удерживать такой персонал.

- Это самый мощный источник роста реальных зарплат, - объясняет экономист.

2 IT и связь

Несмотря на разговоры о «заморозке» зарплат, в секторе разработки программного обеспечения и телекома конкуренция за специалистов осталась высокой. Средний рост номинальных зарплат здесь, по словам эксперта, - 12 - 14% годовых.

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

Рост средней номинальной* зарплаты (руб/месяц)

Январь	103 612
Февраль	103 900
Март	112 654
Апрель	109 052
Май	110 216
Июнь	114 743

По данным Росстата.

*То есть начисленная зарплата - без поправки на инфляцию.

3 Логистика и строительство

Опережающими темпами растут зарплаты водителей и строителей - в частности, занятых на инфраструктурных проектах.

«Свою профессию подругам

Ирина ФАСОВА

Как хрупкая девушка стала мастером сварочного дела.

Эльвира Норец - профессиональный сварщик. Год назад она окончила Артемовский колледж сервиса и дизайна, где сегодня сама преподает мастерство будущим специалистам.

Автомобильные детали, механизмы сельхозтехники - Эльвира работает с ювелирной точностью, создавая идеально ровные и прочные швы. Девушка признается: она искренне любит свою работу и даже обожает специфический запах сварки. Любовь к профессии ей привил отец, всю жизнь проработавший в строительной сфере. Успехи не заставили себя ждать: после побед в профессиональных конкурсах Эльвира вошла в «Золотой фонд выпускников СПО», а в этом году ее ученица заняла пятое место в престижном чемпионате «Профессионалы» в компетенции «Ручная лазерная сварка».

Глядя на Эльвиру, сложно представить ее в рабочей робе и защитной маске. Эффектная внешность позволила бы ей с легкостью построить карьеру, к примеру, на телевидении. Но она выбрала сварочный аппарат. О своем необычном пути Эльвира рассказала «Комсомолке».

- Профессия сварщика для девушки - большая редкость. Не верится, что мечтала об этом с детства? Что было в приоритете: куклы или папины инструменты?



Эльвира Норец убеждена, что в сварщики нужно идти только из большой любви к профессии.

- Честно говоря, в детстве я не планировала связывать жизнь со сваркой. Сначала хотела стать стоматологом, потом - преподавателем музыки, как моя бабушка. В итоге я все же стала учителем, но в совершенно другой сфере.

Что касается игрушек, у меня было все сразу: и куклы, и машинки, и инструменты. Я как-то умудрялась совмещать все это. А «мужской» работе меня научили папа и дядя. В моей семье все мужчины - мастера на все руки, представители рабочих профессий. Я росла, наблюдая за ними, и меня всегда тянуло к созидательному труду.

- Как родители отнеслись к твоему выбору профессии? Не отговаривали?

- Родители у меня понимающие. Я с детства удивляла их своими идеями и увлечениями, поэтому они привыкли. Мама, конечно, была немного удивлена, но не сильно. В подростковом возрасте я уже подрабатывала на стройке, так что опыт был. А папа просто похвалил, сказал, что я вся в него.

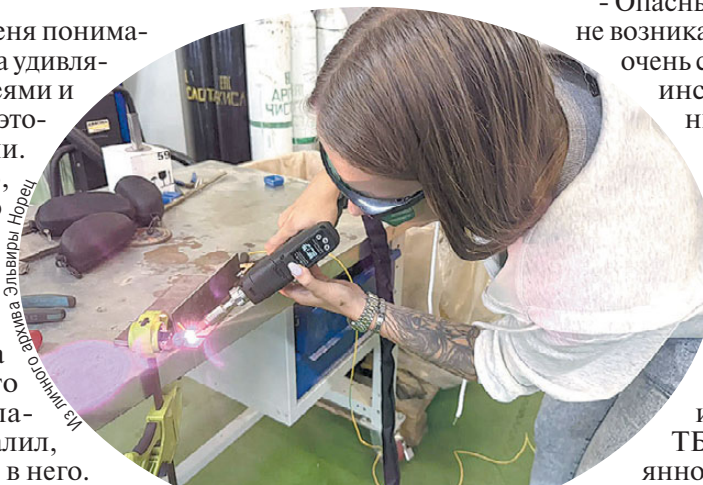
Училась я в Артемовском колледже сервиса и дизай-

на (раньше он назывался Приморским строительным колледжем). На сварщика я переучивалась уже позже, по московской программе повышения квалификации «Кадры». Спустя год работы получила третий разряд - это база. В этом году планирую повысить квалификацию до четвертого разряда, обучение также пройдет на базе нашего колледжа.

- На каком предприятии работала? И как правильно говорить про девушку - сварщик или сварщица?

- Я «выходец» из колледжа: и учебную, и производственную практику проходила там же. Экзамены, конечно, сдавала на сторонних площадках перед независимой комиссией, так что все мои документы и квалификации официально подтверждены.

Что касается того, как меня называть? Обычно все говорят «сварщик», но и «сварщица» звучит нормально, не обидно. Так что допустимы оба варианта.



Сварка - это отчасти ювелирное искусство.

- Как подруги отреагировали на твой выбор стать сварщицей?

- Честно сказать, подруг у меня немного. Одна из них училась со мной в колледже на каменщика, поэтому ее мой выбор не удивил. Вторая подруга - флорист, она, конечно, была немного ошарашена. Но мы дружим с раннего детства, поэтому она прекрасно понимает, почему меня потянуло в рабочую профессию.

Что касается внешности: мне совсем не жалко прятать красоту под сварочной маской. В этом нет ничего страшного, ведь это престижное, интересное и почетное дело. К тому же я не просто сварщик, я - преподаватель. Я не провожу все время в спецодежде и маске. Часть дня веду уроки в кабинетах. Так что мне удастся гармонично совмещать и профессию, и женственность.

- Не пугает опасность работы? На производстве травмы случаются нередко.

- Опасных ситуаций у меня не возникало, потому что мы очень строго относимся к инструктажам и технике безопасности.

Это касается как мастеров, так и учеников. К оборудованию и рабочему месту студенты допускаются только после изучения теории и сдачи зачетов по ТБ. Мы сами постоянно проходим дополнительное обучение по работе с электрооборудова-

Уважаемые педагоги, работники системы образования, ветераны педагогического труда!

От имени депутатов Думы города Владивостока поздравляю вас с Днем учителя!

Этот профессиональный праздник посвящен тем, кто ежедневно вкладывает свои знания и душевные силы в будущее страны и общества - в подрастающее поколение.

Ежегодно образовательное сообщество региона пополняют сотни молодых специалистов.

Поддержка сферы просвещения - один из приоритетов органов власти и местного самоуправления. С целью привлечения в край и его столицу педагогических кадров реализуются национальные, федеральные и региональные проекты по модернизации и ремонту школ, обеспечению молодых специалистов арендным жильем, действуют механизмы премирования за достижения в педагогической деятельности.

В новом учебном году приморские

школы распахнули свои двери для 240 тысяч учащихся, в их числе за парты сели более 18 тысяч первоклассников. Особенно важно, что сегодня в школах ученикам, исходя из их интересов и способностей, наставники помогают определиться с будущей профессией: благодаря сотрудничеству с вузами и колледжами во Владивостоке открылось более 170 профильных и 65 специализированных классов, обучение в которых смогут пройти более шести тысяч старшеклассников.

В жизни каждого человека учителя занимают особое место. Они не только преподают современные знания, но и формируют личности своих учеников, способствуя раскрытию их интеллектуального и творческого потенциала. Выступая в качестве наставников, под-

держивают в воспитанниках стремление к новым вершинам, преподают им примеры истинного патриотизма, учат любить родной край и город, уважительно относиться к старшим, быть достойными гражданами своей страны.

Депутатский корпус Думы Владивостока выражает педагогическим коллегам города, всем учителям и сотрудникам учебных заведений благодарность за их подвижнический труд, высокие профессиональные и личные качества, свойственные им терпение, энтузиазм, преданность своей благородной профессии.

Примите в день профессионального праздника пожелания успехов в осуществлении перспективных учебных проектов и программ, крепкого здоровья и неиссякаемой энергии! Пусть



каждый рабочий день приносит радость от общения с учащимися, гордость за их успехи!

С праздником, дорогие учителя!

**Председатель Думы города Владивостока
Андрей БРИК.**

НЕ ПОСОВЕДУЮ»



Ученица Эльвиры Норец (справа) заняла пятое место в престижном чемпионате «Профессионалы» в компетенции «Ручная лазерная сварка».

мастер обязан уметь работать с рулеткой и линейкой, делать точную разметку с учетом допусков. Базовые знания физики и геометрии остаются фундаментом, без которого в нашей профессии никуда.

- Изменился ли взгляд на мир с приходом в профессию? Кажется, многие не замечают этого, но сварка окружает нас повсюду.

- Я пока не считаю себя опытным мастером. Работаю всего год, а для сварщика это совсем немного. Я все еще новичок. Что касается взгляда на мир... Скорее, изменилось отношение к людям. Став преподавателем, я начала иначе смотреть на молодежь. Теперь для меня это не просто «бегающие дети», а потенциальные профессионалы, мои ученики. Появилось чувство ответственности. А сама профессия сварщика... Она просто приносит мне удовольствие. Это мое место.

- Как пришла к преподаванию?

- У меня же педагогическая династия. Бабушка была учителем, мама тоже работала в этой сфере. В детстве мечтала преподавать музыку, окончила музыкальную школу, но потом жизнь пошла по другому пути. Я рано начала работать. Пробовала себя в

Из личного архива Эльвиры Норец



Мужская профессия стала делом жизни для Эльвиры.

продажах, в управлении. В общем, была разносторонним специалистом.

Когда я училась на сварщика, преподаватели и кураторы заметили, что у меня хорошо получается организовывать коллектив и объяснять тонкости дела. Они посоветовали попробовать себя в педагогике. Я прислушалась, осталась в родном учебном заведении и вот уже больше года преподаю. Можно сказать, все сложилось само собой.

тем более что это мой первый курс, который я взяла под кураторство.

- Физически тяжело работать сварщицей?

- Мне - не настолько, насколько могло бы быть. У меня комфортные условия. Я работаю в отопляемой мастерской, 90 процентов времени провожу в помещении. Поэтому особой тяжести или вреда здоровью я не ощущаю. Но я понимаю, что в других условиях - например, на улице или на крупном производстве - было бы куда сложнее.

Я езжу с учениками на заводы в Артеме и вижу, как работают другие сварщики. Там условия совсем иные. Это все-таки традиционно мужская сфера, и производства зачастую не адаптированы под женщин, которым физически там было бы очень непросто.

- Посоветовала бы подругам стать сварщицами?

- Наверное, нет. В эту профессию нужно идти по призванию, с искренним интересом. Если идти только ради денег - оно того не стоит. Никакие современные средства индивидуальной защиты - маски, респираторы, качественная спецодежда - не компенсируют ущерб здоровью. Мы все равно дышим вредными парами, страдает зрение, легкие, бронхи.

Мне, например, нравится запах сварки, но я отдаю себе отчет, что это вредное производство. Раньше за это выдавали молоко, сейчас просто доплачивают небольшую сумму. Но молоко ведь давали не просто так - это был маркер вредности. Девушкам лишний раз рисковать здоровьем не стоит, особенно если они планируют в будущем стать мамами.



Из личного архива Эльвиры Норец

Девушку всегда тянуло к технике.

- Радуетесь успехам учеников? Есть ли среди них девушки?

- Конечно! У меня очень интересные ребята, каждый в чем-то талантлив. Есть и девочка-сварщица. Она заняла пятое место на региональном этапе конкурса профессионального мастерства. Это отличный результат - дойти до такого уровня уже большое достижение. Я очень ею горжусь.

Среди моих учеников есть ребята, которые проявляют себя в музыке и получают губернаторские стипендии, есть спортсмены. Я безумно люблю своих студентов,

нием, охране труда и промышленной безопасности. Так что риск сведен к минимуму.

- Какие изделия можешь изготовить с помощью сварочного аппарата?

- Практически любые металлоконструкции. Из последнего, что мы собирали, - гараж и обрешетка для мусорных баков. Мы привариваем двери, работаем с крепежами. Все зависит от задачи и толщины металла. Форма и конечный вид изделия ограничены лишь потребностями заказчика.

Единственное, с чем я пока не работала - сварка автомобилей. Это сложный процесс, требующий высокой квалификации. Я только в начале пути и понимаю, что мне нужно поднакопить опыта, чтобы браться за такие задачи. Там есть свои тонкости, которые по плечу далеко не всем мастерам, но я очень хочу этому научиться.

- Какие качества необходимы сварщику и какие знания из других областей могут пригодиться? Правда ли, что сварщик должен быть в какой-то степени ювелиром?

- Прежде всего, требуются усидчивость, терпение и трудолюбие. Как и в любой профессии, здесь ничего не получается сразу - это естественный процесс обучения. Нужно желание работать над собой. Сварка - это отчасти ювелирное искусство. Работа требует предельной аккуратности и осторожности. Особенно если речь идет о сложных соединениях или работе с взрывоопасными объектами. Здесь важно действовать

без суеты, внимательно и сосредоточенно.

Что касается знаний, то сварщику необходимы электротехника, физика и, конечно, геометрия. Чтобы сделать конструкцию с нуля, нужно правильно подготовить металл: рассчитать размеры, сделать разметку, вырезать детали. Сейчас, конечно, есть передовые технологии. Можно найти чертежи, просчитать расход материала в программе, которая сама все спроектирует. Но даже при наличии таких инструментов



Из личного архива Эльвиры Норец

Эльвира мечтает научиться сварке автомобилей.

Как получилось, что наши ученые так редко становятся лауреатами?

Евгений АРСЮХИН

С 5 октября началась Нобелевская неделя, и часто слышишь: а почему нашим дают так мало премий?

СЧЕТ НЕ В НАШУ ПОЛЬЗУ

Нобелевская премия учреждена в 1901 году, и за все это время вручили 527 наград (не считая премий мира). И из этого числа наших ученых (Российская империя, СССР, Российская Федерация) всего 19 человек, даже если считать с теми, кто на момент вручения премии был гражданином другой страны. Для сравнения, в США - 400 человек, в Великобритании около 150.

Чтобы разобраться, рассмотрим для начала два примера: Менделеев и Эйнштейн. Они блестяще покажут, как там все устроено.

КРУГОМ ИНТРИГИ

Менделеев номинирован, конечно же, был, но против вручения ему Нобелевской стеной встал коллега-химик Сванте Аррениус. Получив премию в 1903 году, Аррениус взял в Нобелевском комитете громадную власть. А у него с Менделеевым был конфликт.

Комитет не раз рекомендовал труды Дмитрия Ивановича заметить. Но Аррениус выдвинул сомнительный аргумент, будто сам Альфред Нобель завещал вручать за свежие свершения, а Таблица элементов открыта, мол, еще в 1869 году.

Но ведь, по сути, без Нобелевской остался и Альберт Эйнштейн. Да, ему награду все-таки дали (в 1922 году), но за что! Теория относительности была проигнорирована (современники ее просто не поняли). И Эйнштейну дали приз за... теорию фотоэффекта. Небольшую, и не самую важную, работу гения. Сам Эйнштейн на вручение не приехал.

В наши дни Нобелевский комитет действует крайне консервативно. Очень часто за тем или иным «нобелевским результатом» стоит советская разработка. И

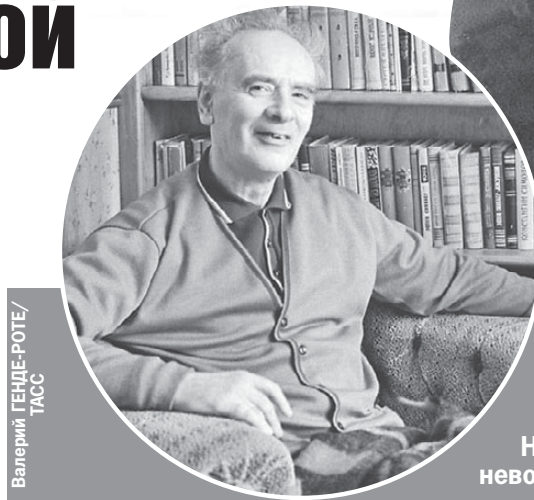
Почему Менделееву и другим русским гениям не досталось Нобелевской премии

комитет мог бы отметить это обстоятельство. Но, как правило, не делает этого.

Вот несколько примеров.

В 2017 году комитет наградил за открытие гравитационных волн Райнера Вайсса, Кипа Торна и Барри Бэриша. Существование гравитационных волн предсказал Эйнштейн, а схему прибора, который мог бы их обнаружить, предложили в 1962 году Михаил Герцштейн и Владислав Пустовойт. Но Нобелевский комитет этого «не заметил».

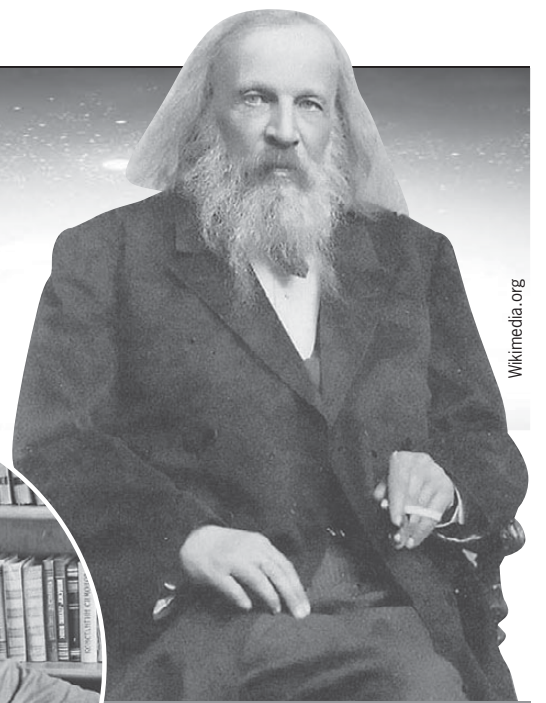
Другой пример. Все слышали про бозон Хиггса. Это частица, которая порождает массу всего сущего. Нобелевка 2013 года Питеру Хиггсу и Франсуа Энглере совершенно заслуженна. Ведь они его предсказали. Но до них это открытие фактически сделали Лев Ландау и Виталий Гинзбург.



Валерий ГЕНДЕРОВЕЦ/ТАСС

Чего, собственно, сам Хиггс никогда не скрывал.

Когда в 1964 году Питер Хиггс взялся за проблему массы, он понял, что советские коллеги, по сути, уже все придумали, осталось добавить детали. Забавно, что за эти труды и Ландау, и Гинзбургу премию дали. Ландау - в 1962-м, Гинзбургу - в 2003-м. Где тут логика? Ее просто нет. Впрочем, дали - и спасибо.



Wikimedia.org

Для Дмитрия Менделеева, который придумал Периодическую систему химических элементов, Нобеля не нашлось. Но заслуги Льва Ландау (слева) невозможно было проигнорировать.

САМИ ВИНОВАТЫ?

Вы удивитесь, статью под названием «Почему советские ученые не всегда получали заслуженные ими Нобелевские премии» опубликовал в 1998 году нобелиат Виталий Гинзбург. Лучше, чем он, не скажешь, поэтому просто почитаем.

В те годы (да и сейчас) была популярна версия «политических интриг». Но Гинзбург видит причины не только в этом.

Во-первых, пишет он, советская «высокая» физика развивалась в изоляции и секретности. Далеко не все публиковалось. Работая на нужды военной машины, сами ученые понимали: международное признание не придет к ним, скорее всего, никогда.

Во-вторых, русский язык для международного научного сообщества оставался экзотикой.

В-третьих, советские ученые почему-то не рвались номинировать товарищей. Логика такая: «Я его выдвину, ему дадут. А меня кто выдвинет?»

Впрочем, превращать науку в гонку за Нобелевскими премиями тоже как-то глупо. Никто не получал Нобелевскую за первый спутник и полет человека в космос. Нобелевки или ее тогдашнего аналога не было у Ньютона, Декарта, Циолковского - но их имена мы будем помнить всегда. А фамилии многих лауреатов забудутся.



Getty Images

Андрей Гейм в 2010 году разделил премию по физике с Константином Новоселовым. Они одни из последних наших лауреатов.



Кто они, наши лауреаты?

Мы перечислили всех, но опустили премии по литературе и премию мира (все-таки они заслуживают отдельного разговора).

Мы не забыли и тех, кто формировался у нас, но премию получил как гражданин другого государства. Ведь мы ими тоже гордимся.

Физика

1958: Павел Черенков, Игорь Тамм, Илья Франк (1958) - за открытие «эффекта Вавилова - Черенкова»;
1962: Лев Ландау - за теорию конденсированного состояния веществ и газов;
1964: Николай Басов, Александр Прохоров - создание лазера;
1978: Петр Капица - за открытия в физике низких температур;
2000: Жорес Алфёров - разработки в полупроводниковой технике;

2003: Алексей Абрикосов, Виталий Гинзбург - за вклад в развитие теории сверхпроводимости и сверхтекучести;
2010: Андрей Гейм, Константин Новоселов - за открытие графена;

Химия

1956: Николай Семёнов - за теорию цепных реакций;
2023: Алексей Екимов - за «квантовую точку»;



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

■ НАХОДКА

Под Питером нашли древний клад с медальоном Одина

Дмитрий РОЖДЕСТВЕНСКИЙ
(«КП» - Санкт-Петербург)

Ученые Кунсткамеры сорвали археологический джекпот.

В Ленобласти обнаружили самый крупный в истории Северо-Запада клад с серебром X - XIV веков в Тиверском городке на берегу реки Вуокса, где находятся руины древней крепости.

Ученые наткнулись на настоящую сокровищницу. Общий вес

найденных серебряных изделий составляет более двух килограммов.

В составе клада есть круглые медальоны, гривна с орнаментом, привески-монеты, наголовное украшение карельского типа и серебряные цепи из тонкой проволоки, а также перстень, подковообразная фибула и кожаная повязка, - рассказали в Минобрнауки.

Кроме того, в клада было три монеты. Самой старейшей из них является арабский дирхем.

- Нумизматы посмотрели наши фотографии и предварительно определили, что он датируется 907 - 912 годами, - поделился старший научный сотрудник отдела археологии Музея антропологии и этнографии РАН **Станислав Бельский**. - Две другие монеты - это крупные браakteаты уппсальского типа конца XI. Они имеют одностороннюю чеканку. Монеты уникальные, в мире таких всего лишь четыре.

Еще ученых заинтересовало изображение птиц на серебря-

ном медальоне. Предположительно, это вороны бога Одина - Хугина и Мунина. Там же набито волшебное копьё Одина - гунгнир.

- Это ставит нас в тупик, потому что имеется языческий мотив изображения скандинавского мифа, и он находится среди предметов с абсолютно христианской символикой, - заметил Бельский.

Качество найденного клада оценили как очень высокое. Археологи считают, что почти все изделия произвели в Древней Руси или в Скандинавии.



Станислав БЕЛЬСКИЙ/Кунсткамера

Богатый клад сейчас исследуют ученые.

Ирина ВИКТОРОВА

Звезды забирают кошек и собак из приютов к себе домой. Мы собрали самые трогательные истории.

Дима Билан: Привез кота из Донбасса, назвал Шахтером

Певец Дима Билан три года назад забрал своего котика из приюта для бездомных животных в Донецке. Незадолго до этого умер его кот Соломон. В приюте к Диме подошел такой же черный (как его Соломон) кот - потрогал лапой и начал лизать руки. Сердце Билана растаяло. И питомец из приюта получил имя Шахтер и быстро освоился в загородном доме звезды.

Однажды котик заболел - стал отказываться от еды и воды, начались проблемы с координацией. Ветеринары диагностировали острое воспаление - лечение антибиотиками и другими препаратами не давало эффекта. Было необходимо дефицитное импортное лекарство. Билан попросил помощи у подписчиков в соцсетях - и откликнулись сердобольные москвичи, препарат был найден. Полтора месяца в ветклинике обошлись артисту в несколько миллионов рублей, но жизнь кота была спасена. Сейчас Шахтеру около 11 лет.

Билан продолжает помогать бездомным животным:

- С кошачьими приютами у меня связано много личных историй, которые до сих пор не заканчиваются. Кошки - это моя отдушина...



Личная страница Димы Билана в социальной сети

Наталья Гулькина: Из 11 хвостатых - семеро «приемыши»

Наталья Гулькина и предположить не могла, что у нее будет столько питомцев, а теперь рада: у нее 11 кошек, 7 из них певица забрала из приютов.

- Они все потрясающие, - рассказала Наталья «КП». - Я их обожаю. И они и меня обожают, и дочку мою: когда я на гастролях, Яна с ними остается. Вот такой мини-приют, из которого никого и никому не отдадут. Есть миф, что, если в квартире животное, появляется запах, грязь. Неправда. У нас кругом чистота и никаких запахов! Когда «добрые» люди пишут в соцсетях: «представляю, чем вы там дышите» - мне просто смешно... Конечно, кошки действуют на человека терапевтически - отлично влияют на настроение. Я стараюсь помогать животным: по возможности перевожу деньги в приюты, отвожу корм, игрушки. Часто подбирала бездомных котов на улице, потом несла в ветклинику, после чего их пристраивала, и до сих пор меня благодарят хозяева этих питомцев.



Личная страница Натальи Гулькиной в социальной сети

Ольга Орлова:

Ветклиника вернула деньги за Соню... Они пошли на лечение двух собак

Ведущая «Дома-2», певица Ольга Орлова много лет помогает спасать бездомных животных. У нее дома живут и собаки, и кошки, она помогает приютам, постоянно размещает соответствующие объявления в соцсетях. Недавно, увы, случилось ЧП. Кошка Соня была любимцей всех членов семьи, но она была больна синдромом Аддисона, это редкое врожденное заболевание. Поэтому Соня нуждалась в пожизненном приеме гормонов. В какой-то момент кошка стала вялой, перестала есть. В ветеринарной клинике 3-летнюю кошку спасти не смогли, причина смерти - «остановка сердца на фоне кровотечения в брюшную полость и сопутствующего коморбидного состояния». В клинике Соня была три дня, за это время Орлова заплатила 180 тыс. руб. Но руководство ветлечебницы приняло решение эти деньги Ольги вернуть, а она переве-

ла всю сумму на лечение двух собак из приюта для бездомных животных.

Орлова очень переживает:

- Стараюсь отвлечься на что-то, но мысли все равно меня точат изнутри. Хочу посадить на участке красивое дерево, под него в биоурне поместить прах Сони. Мне кажется, что это экологичный способ почтить память питомца. Биоурна - это биоразлагаемая емкость, внутри она разделена на 2 камеры - в нижнюю засыпается прах, а в верхнюю помещают семена дерева и питательную среду. Между камерами есть съемный элемент, он создает буферную зону. Это важно, потому что сам по себе кремационный прах довольно щелочной, и прямой контакт с молодыми корнями мог бы повредить. Со временем пробковая оболочка урны разлагается, а минералы из праха становятся для дерева удобрением. Просто насыпать прах в землю нельзя - это навредит и дереву, и экологии.

Ксения Бородинна два месяца назад подарила Орловой котенка породы мейн-кун, сообщив, что спасла его на улице.



Личная страница Ольги Орловой в социальной сети

Виктория Боня:

Буду бороться за каждый день с Мурочкой!

У блогера, экс-звезды «Дома-2» Виктории Бони живет кот Мусик, которого она год назад забрала из приюта в Москве. И еще 19-летняя Мурка, которая тоже когда-то была «бездомной москвичкой». Подписчики Бони наблюдают за их жизнью с хозяйкой в апартаментах во французском курортном городке Кап-д'Ае на границе с Монако.

Воздушные ванны Мурка и Мусик принимают на веранде с видом на Средиземное море. Еще недавно Мурка была грозой и авторитетом для кошек на этой части побережья, но последний год из-за возраста «сдала». Месяц назад стала отказываться от еды и воды, и ветеринар сообщил Виктории, что Мурке осталось жить считанные дни - из-за неоперабельной опухоли, которая мешает работе кишечника. Боня сутки проплакала, а потом решила бороться: неделю возила питомицу на капельницы в ветклинику, дома кормила из пипет-

ки. «Буду бороться за каждый день, проведенный вместе с Мурочкой!» - сообщила Боня.

И Мурочка ожила! Появился аппетит и настроение. Боня тут же воспользовалась ситуацией и осуществила давнюю договоренность: с Муркой поработал и ветеринар-остеопат - провел два сеанса. Вика считает, что у ее кошки был перекошен из-за возраста таз, из-за чего ей было больно ходить. Теперь она стала двигаться ровно и бодро. Сеанс у раскрученного остеопата стоил больших денег - 5 тысяч евро (или полмиллиона рублей), но с кошечкой Бони он работал «по бартеру», за рекламу его услуг в соцсетях.



Личная страница Виктории Бони в социальной сети



Собаки Ольги Орловой спят вместе с ней, а мальтику Гузеевой спасает хозяйку от стресса - на сайте KP.RU



Личная страница Сергея Лазарева в социальной сети



Сергей Лазарев: Забота о животных дисциплинирует

Дома у певца две собаки, которых он забрал из приюта. С Дейзи Лазарев познакомился на съемке социального ролика о бездомных животных. Лиса - второй питомец артиста, которого он увидел на выставке бездомных животных. Сын Никита и дочь Анна обожают питомцев.

Певец рассказал нам:

- Конечно, забота о животных тоже дисциплинирует детей. Они порой сами напоминают, что собак надо покормить, выгулять. И дети учатся понимать, что такое ответственность, забота.

Что нужно знать перед уколom вакцины

Окончание.
Начало < стр. 1.

Самые популярные утверждения о формировании прививочного иммунитета (в том числе после прививки от гриппа) нам прокомментировал иммунолог, руководитель контрактно-исследовательской компании Николай Крючков.

Если после прививки нет температуры, значит, вакцина не сработала?

- Это неправда. Температура и недомогание - это просто реакция организма на компоненты препарата, а не показатель того, как успешно формируется защита.

От одних вакцин (например, живых) такая реакция бывает у 30 - 40% людей, у других (современных субъединичных вакцин, то есть содержащих только небольшую частичку патогена) - крайне редко. Человек без каких-либо поствакцинальных симптомов может получить крепкий иммунитет, а тот, кто пролежал с жаром, - наоборот. Прямой связи здесь нет.

Прививаться разрешено только при идеальном здоровье. Малейший насморк - повод для отвода от вакцинации?

- При легких проявлениях ОРВИ без повышения температуры тела прививаться можно. Если есть возможность, можете подождать 2 - 3 дня до полной нормализации самочувствия. Но вообще при нетяжелых острых респираторных вирусных инфекциях (ОРВИ), острых кишечных заболеваниях и подобных состояниях прививку вполне делают сразу после падения температуры.

Временными противопоказаниями для вакцинации являются острые заболевания и выраженные обострения хронических болезней. Тогда прививку следует отложить до нормализации самочувствия.

Жар после укола сбивать нельзя?

- Сбивать можно, но по правилам. Если у взрослого или ребенка нет тяжелых сопутствующих болезней, с температурой до

38,5 °C ничего делать скорее не нужно. Если самочувствие совсем плохое, можно принять жаропонижающее уже при 38 °C.

Важно: строго соблюдайте дозировку жаропонижающих. Помните, что детям нельзя давать аспирин, а передозировка популярного парацетамола (даже у взрослых) - одна из главных причин тяжелого поражения печени.

Есть риск заразиться болезнью во время вакцинации?

- Для неживых вакцин такой риск практически равен нулю. Они содержат лишь отдельные частицы вируса, которые физически не могут «ожить».

При использовании живых вакцин в редчайших случаях (например, один случай на миллион доз при каплях от полиомиелита, оральная полиомиелитная вакцина) могут возникнуть осложнения. Обычно это связано со скрытыми тяжелыми нарушениями иммунитета у человека, при которых такие прививки изначально противопоказаны. Задача современной вакцинации - сформировать иммунитет, не вызывая саму болезнь.

От редакции: с вакциной от гриппа гораздо чаще происходит следующее. Пока после прививки вырабатывается иммунитет (в течение двух-трех недель), мы успеваем схватить инфекцию и заболеть. И кажется, что болезнь - из-за вакцины. Но это просто совпадение.

После прививки нельзя в баню, спортзал и к косметологу?

- Если вы чувствуете себя хорошо, жестких запретов нет. Но при слабости или повышенной температуре перегружать организм спортом, баней или, напротив, холодом не стоит.

Сложные косметологические процедуры (глубокие пилинги, большие объемы введения гиалуроновой кислоты или ботокс) лучше отложить. Не потому, что это опасно, а скорее чтобы не перепутать возможный отек от укола красоты с реакцией на вакцину.

Если у вас планируется операция или серьезное стоматологическое вмешательство - прививку необходимо отложить. Это прямо прописано в большинстве инструкций к препаратам.

Но если же вакцинация уже проведена, самочувствие нормальное и никаких реакций нет, плановую операцию или лечение зубов обычно не переносят. Но окончательное решение всегда принимают совместно лечащий врач, хирург и анестезиолог, оценивая общую пользу и риски именно в вашем случае. И недавняя вакцинация - лишь один из факторов.

Прививка от гриппа немного защищает и от обычной простуды?

- Нет, не защищает. Иммунитет формируется строго против тех штаммов гриппа, которые заложены в вакцину. Защита от тяжелого течения гриппа составляет около 50 - 65%, от смертельного исхода - еще выше. Привитый человек может подхватить обычный риновирус, парагрипп или аденовирус - что мы обычно подразумеваем под простудой. Он даже может переболеть гриппом, но

в легкой форме - главное, что защищен от худшего сценария.

Ни капли алкоголя после укола?

- Жесткого запрета нет, но лучше - без. Спиртное в больших количествах может ослабить выработку антител и усилить любое недомогание. Чтобы не портить самочувствие и помочь иммунитету, в первые дни после укола алкоголь лучше исключить.

Иногда лучше переболеть вирусом - так иммунитет крепче?

- Это опасное заблуждение. Инфекция может убить или сделать инвалидом. После «натуральной» кори можно получить тяжелейшее поражение мозга спустя годы, полиомиелит коверкает суставы и парализует легкие, а ротавирус - главная причина детской смертности от обезвоживания в мире. К тому же естественный иммунитет не всегда лучше. Например, после столбняка он вообще не возникает, в то время как после столбнячной прививки держится годами.

ВОПРОС - РЕБРОМ

Прививки по календарю перегружают иммунитет ребенка?

- Понятия «перегрузка иммунитета» в медицине нет, - говорит иммунолог Николай Крючков. - Наша иммунная система ежедневно сталкивается с тысячами вирусов и бактерий. Дозы в вакцинах микроскопические, а сами прививки четко разнесены по времени.

Более того, российский национальный календарь давно пора расширить. Есть как минимум несколько вакцин, которые уже сейчас обоснованно могли бы туда войти - против менингококковой инфекции, ротавируса и вируса папилломы человека (ВПЧ).

Эти препараты высокоэффективны не только на уровне отдельного человека, но и на популяционном, относительно недорого, хорошо изучены и позволяют избежать тяжелых последствий - инвалидности и летальных исходов. Бороться с осложнениями потом обходится государству и семьям гораздо дороже.

Ротавирусная вакцина, например, защищает от одной из ведущих причин тяжелых диарей и детской смертности в мире. Менингококковая - от инфекции, которая хотя и не у всех поражает мозг, но у тех, у кого поражает, оставляет пожизненную инвалидность или приводит к смерти.

Вакцина против ВПЧ особенно показательна. Если сделать полный курс до начала половой жизни, она практически полностью предотвращает заболевания, вызванные наиболее распространенными и онкогенными типами вируса.



Shutterstock

Оксана НАРАЛЕНКОВА.

По календарю у нас - день прививки

Анна ДОБРЮХА

Большинство курсов вакцинации мы проходим в детстве. Но защита от некоторых инфекций со временем ослабевает. Также научные исследования показывают: ряд прививок, сделанных именно в совершенном возрасте, заметно повышают шансы на долголетие. Как нужно вакцинироваться взрослым людям и на каких условиях это доступно сегодня - в нашем материале.



10 вакцин для взрослых, которые дадут максимальную защиту здоровья

Бесплатно

Основной документ, в котором прописаны прививки как для детей, так и для граждан старше 18 лет, - Приказ Министерства здравоохранения РФ от 6.12.2021 г. № 1122н. Он устанавливает Национальный календарь профилактических прививок (НКПП). Все вакцины из такого перечня полагаются россиянам бесплатно.

Для защиты от инфекций взрослым людям рекомендуются:

1 Вакцинация (ревакцинация) против кори.

Это инфекция с крайне высокой заразностью. Время от времени она поднимает голову в разных регионах нашей страны. Поначалу симптомы похожи на простуду, но корь может дать тяжелейшие осложнения на легкие, сердце, мозг, другие органы.

НКПП предписывает прививку от кори во взрослом возрасте таким категориям:

- лица от 18 до 35 лет, не болевшие, не привитые, привитые однократно. Либо не имеющие сведений о прививках против кори;
- лица от 36 до 55 лет, относящиеся к группам риска (медработники, сотрудники образовательных организаций, организаций торговли, транспорта и др.), не болевшие, не привитые, привитые однократно, не имеющие сведений о прививках против кори.

Как узнать, нужно ли прививаться именно вам? По правилам информация обо всех ранее сделанных прививках хранится в медкарте пациента, но всякое бывает (документы утеряны, вы переехали и т. д.). В таком случае можно пойти двумя путями, рассказал «КП» врач-вакцинолог Евгений Тимаков. Первый - за свой счет сдать анализ на антитела к кори. Он покажет уровень иммунитета к инфекции. Второй вариант - сразу отправиться на вакцинацию. Даже если иммунитет против кори еще в силе, прививка не навредит. «На практике я советую ревакцинироваться от кори всем своим пациентам в возрасте от 25 лет и старше», - отметил доктор Тимаков.

2 Против дифтерии.

Эта инфекция поражает органы дыхания. Взрослые люди переносят болезнь очень тяжело, предупреждают врачи. НКПП предусматривает: прививку от дифтерии нужно делать каждые 10 лет с момента последней ревакцинации.

3 Против столбняка.

Им можно заразиться при дачных работах, каких-либо травмах - если в рану попадает грязь, земля и т. п. Столбняк - тяжелейшая инфекция, которая нередко заканчивается летальным исходом либо опасными осложнениями, включая паралич.

По Национальному календарю профилактических прививок ревакцинацию от столб-

няка, как и от дифтерии, нужно проводить взрослым каждые 10 лет.

4 Против вирусного гепатита В.

Угроза заразиться им очень высока при незащищенных половых контактах, а также при пирсинге, татуаже, маникюре, педикюре, если косметологические салоны игнорируют правила санобработки инструментов. К сожалению, рискуют и пациенты стоматологов. Болезнь поражает печень, у каждого десятого больного развивается рак.

В России с 1996 года введена всеобщая бесплатная вакцинация против вирусного гепатита В для детей. Если человек не попал в эту программу и ему от 18 до 55 лет, то по НКПП также полагается бесплатная прививка. В более старшем возрасте можно вакцинироваться за свой счет после консультации с врачом-инфекционистом (он оценит, насколько высок индивидуальный риск заражения).

5 Против гриппа.

Национальный календарь прививок гарантирует бесплатную вакцинацию в любом регионе страны:

- беременным женщинам;
- лицам старше 60 лет;
- лицам с хроническими заболеваниями (сердечно-сосудистыми, заболеваниями легких, метаболическими нарушениями и ожирением);
- студентам профессиональных образовательных организаций и вузов;
- медработникам, соцработникам, сотрудникам образовательных организаций, организаций торговли, транспорта, коммунальной и социальной сфер;
- государственным гражданским и муниципальным служащим;
- лицам, подлежащим призыву на военную службу;
- сотрудникам правоохранительных органов и органов погранслужбы.

Также во многих регионах закупаются вакцины для взрослых, не входящих в эти категории (как узнать, полагается ли вам бесплатно - см. ниже «На заметку»).

6 Против краснухи.

Эта инфекция наиболее опасна для беременных женщин. На сегодня НКПП предусматривает вакцинацию/ревакцинацию от краснухи для девушек от 18 до 25 лет (включительно), если они не болели, не привиты, привиты однократно или не имеют сведений о ранее сделанных прививках против краснухи.



Тем временем в России зарегистрировали уникальную вакцину от аллергии на березу - читайте на сайте KP.RU



Противостоять пневмококку

7 На долю этого возбудителя приходится до 76% случаев внебольничных пневмоний у взрослых. Особенно уязвимо старшее поколение. При этом бесплатная вакцинация от пневмококка сегодня гарантируется не всем взрослым. В Календаре профилактических прививок по эпидемическим показаниям (утвержден тем же приказом Минздрава, что и НКПП) говорится, что прививка полагается:

- лицам, подлежащим призыву на военную службу;
- людям старше 60 лет, страдающим хроническими заболеваниями легких;
- пенсионерам, которые живут в организациях социального обслуживания (дома престарелых, интернаты и т. п.).

В то же время с 2026 года постановление Правительства РФ от 29.12.2025 № 2188 (Программа государственных гарантий бесплатной медицинской помощи) впервые закладывает отдельное финансирование на вакцинацию от пневмококка за счет ОМС для людей старше 65 лет с тремя и более хроническими заболеваниями. В Нацкалендаре такое дополнение еще не появилось. Но эксперты по ОМС отмечают: пациенты 65+, у кого в медкарте указаны 3 и более хронических диагноза (например: гипертония, диабет, хроническая болезнь почек и т. д.), имеют полное право обратиться за бесплатной вакцинацией.

Взрослым более молодого возраста врач-вакцинолог Евгений Тимаков также рекомендует прививаться от пневмококка: курильщикам и лицам с болезнями органов дыхания - каждые 5 - 7 лет, остальным людям моложе 60 достаточно одного раза.

Что еще может пригодиться



Еще несколько прививок для взрослых не входят в бесплатные программы. Но исследования доказали их защитную эффективность, и врачи советуют пройти такую вакцинацию, если есть возможность и нет противопоказаний.

8 Прививка от вируса папилломы человека (ВПЧ).

Серьезно снижает риск рака шейки матки, горла и ряда других опухолей. Предпочтительна до начала половой жизни. Но если у взрослого человека нет онкогенных штаммов ВПЧ (определяется анализом), то прививка рекомендуется до 45 лет.

9 Против коклюша.

Его называют «100-дневным кашлем». В последние годы эта инфекция, как и корь, подняла голову. Для лиц старше 18 лет предусмотрена специальная прививка от коклюша (детская АКДС не подходит). Это трехкомпонентная комбинированная бесклеточная вакцина, дающая защиту также от столбняка и дифтерии.

10 Против менингококка.

Это опасная инфекция, которая может поражать оболочку головного мозга. Вакцинация рекомендуется в первую очередь людям 60+.

НА ЗАМЕТКУ

Куда обращаться

Проще всего позвонить в страховую компанию, выдавшую вам полис ОМС. Узнайте, полагается ли в вашем случае бесплатная вакцинация от той или иной инфекции и куда обращаться. Если бесплатного варианта нет (это зависит от региона, возраста пациента и т. д.), прививку можно сделать в рамках ДМС (добровольного медицинского страхования) или за свой счет в коммерческом медцентре. Либо в порядке платных медицинских услуг в государственной или муниципальной клинике.



Ирина ВИКТОРОВА

На Московской неделе моды прошли показы российских и зарубежных дизайнеров, маркет локальных брендов, лекторий. Участвовали 350 дизайнеров из 24 регионов и 10 стран! Показываем самые обсуждаемые образы, которые можно смело повторять, а не только разглядывать.

Ищи-свищи двуслойные плащи!

Виктория Андреянова:
вторая жизнь белых рубашек

Постоянный комментатор нашей рубрики «Мисс «КП» назвала свою коллекцию «В себе». Большая часть образов стилизована двуслойно - сверху на пальто, платья, костюмы и рубашки **Виктория Андреянова** накидывает плащи-пыльники из тонкой плащевки (нейлон с жатым эффектом). Из этой же ткани отшиты костюмы.

«Это технологичная ткань, которая не требует утюга, - объясняет модельер. - С ней можно делать все что хочешь». В коллекции много пальто - из шотландского мохера, шинельного сукна. Также плащи - между полупрозрачной плащевкой хлопок с принтом в виде белочек, отсылающих к конфетам, которые любит Виктория.



Личная страница Виктории Андреяновой в социальной сети

Яркие
идеи
со столичной
Недели
моды.



Личная страница Виктории Андреяновой в социальной сети

Надежда Купреева:
полезная красота

Одним из самых обсуждаемых событий для Недели моды стал показ «Моторики» из Москвы. Это компания, которая занимается медицинской кибернетикой, ассистивными технологиями (помогают людям с ограниченными возможностями). «Моторика» представила коллекцию с решениями для людей на колясках, упрощающими надевание при наличии протезов. Внешне вещи воспринимаются как обычный гардероб.

«Я хотела сделать эту линейку одежды красивой и модной, чтобы человек чувствовал себя уверенно в повседневной жизни», - рассказала дизайнер **Надежда Купреева**. - Она проводила интервью с пользователями протезов и изучала трудности, с которыми они сталкиваются при использовании одежды.



Пресс-служба Московской недели моды



Пресс-служба Московской недели моды

Asoola: как одеть ребенка

На детском подиуме показали, какой может быть следующая зима - яркой, объемной, нескучной. Сочные оттенки, деним, анималистичные принты, трикотаж, юбки поверх джинсов и прочие взрослые стилистические приемы. Но главное правило - комфорт в центре внимания, что самое важное для детского гардероба. На фото - показ Asoola (Санкт-Петербург).



Пресс-служба Московской недели моды

Slava Zaitsev:
бисер, жемчуг и кокошники

Модный дом **Вячеслава Зайцева** с приглашенным дизайнером **Николаем Красниковым** представил кутюрную коллекцию «Посвящение Создателю». Первую кутюрную линейку после ухода маэстро моды доверили именно Красникову, которого обучал сам Вячеслав Михайлович. Задача была непростая: сохранить стиль легендарного кутюрье, представив его в новом прочтении. Изделия украсили

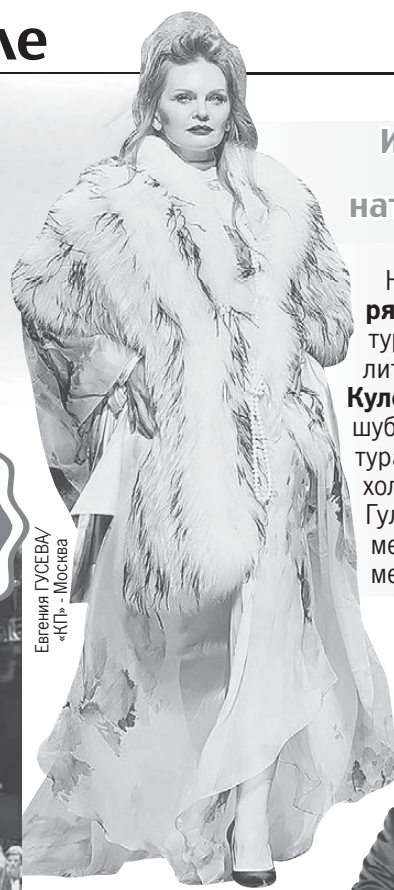
ручной вышивкой бисером и жемчугом, перьями экзотических птиц. Опираясь на ДНК модного дома, народные промыслы и идеи Вячеслава Зайцева, представили 40 образов, которые дополняли головные уборы бренда **Лии Гуреевой**. В социальных сетях уже взяли на заметку кокошники. В таких можно и на концерт к Надежде Кадышевой, и на новогодний корпоратив.



Михаил ФРОЛОВ/«КП» - Москва



Михаил ФРОЛОВ/«КП» - Москва



Евгения Гусева/«КП» - Москва

Игорь Гуляев:
свободу
натуральному меху

На показе коллекции **Игоря Гуляева** было много натурального меха. Он реабилитирован! Модель **Елена Кулецакая** вышла в эффектной шубе из светлой лисы. Без натурального меха нашей зимой холодно, синтетика не спасет. Гуляев создает не бесформенные «чехлы», а красивые меховые изделия.



Пресс-служба Московской недели моды

Янис Чамалиди:
любимчик
Филиппа
Киркорова

Филипп Киркоров пришел на показ дизайнера **Яниса Чамалиди** в одежде этого бренда. Киркоров отметил: «Я сегодня в черном. Пришел к интересному неординарному дизайнеру, одежда на мне сегодня - его рук дело. Черный цвет - это всегда и строго, и дорого, и лаконично. В моей жизни было столько карнава-

ла и на сцене, и в жизни, что порой хочется надеть что-то монохромное. Я всегда ухожу на шаг вперед и в выборе вещей тоже».

Дизайнер показал коллекцию «Путь света»: «Московская неделя моды - это профессиональная сборная, которая показывает олимпийских чемпионов, и мы, глядя друг на друга, выискиваем свои сильные стороны».

Актуальные
тенденции
из мира моды,
рекомендации
по подбору гардероба
и советы стилиста -
в разделе «Женские
секреты» на сайте
KP.RU/WOMAN/MODA



КСТАТИ

**Внучка Александра
Маслякова вышла
на подиум**

20-летняя студентка третьего курса МГИМО **Таисия Маслякова** стала участницей показа коллекции дизайнера **Татьяны Котовой**. Девушка держалась уверенно и дефилировала как опытная модель. Таисия представила вечернее платье из осенней коллекции «Я к вам пишу...», которую дизайнер создавала, вдохновляясь образом **Татьяны Лариной**. Ажурные вставки, тонкие перья, футуристические детали. Теперь Маслякова собирается надеть это платье на новогоднюю вечеринку.



Пресс-служба Московской недели моды

Persona Stars



Артем ВОЛОБУЕВ:

Дочь может послушать «Щелкунчика» и заплакать от восторга

Популярный актер - о новом образе, ролях чиновников и семье

Жизнерадостный, открытый, харизматичный и талантливый Артем Волобуев успел полюбить публику, ярко выступив во многих популярных проектах - его Владимир Мулявин в байопике «За полчаса до весны» 18+ про ВИА «Песняры», циничный губернатор Юдин в «Жуках» 18+, а еще дошный дознаватель в шпионском боевике «Центурия» 18+ и юрист из

«Профессионального соседа» 16+ заметно усилили солидный послужной список заслуженного артиста России. Поэтому журнал «Телепрограмма» воспользовался возможностью обсудить предстоящие проекты Артема, его работу в спектаклях МХТ им. Чехова, а еще современные мемы, студентов и любимую дочь.

- Артем, в сериале «Центурия», вышедшем на Первом канале во второй

половине сентября, вам достался образ подполковника российских спецслужб, следователя, он допрашивает тех, кто подозревается в измене Родины, задача не из простых. Как собирали этого персонажа? Силовики вам играть не впервой.

- Это человек, который сидит в маленьком душном кабинете и допрашивает людей. К счастью, создатели сериала дописали персонажу линию личной жизни: он взаимодействует с сыном, поэтому мы можем наблюдать небольшой конфликт отцов и детей - пока дознаватель служит, сын попадает в неприятные ситуации. Мне было интересно ответить на вопрос: а как можно уберечь сына, особенно если человек сам служит в органах, от глупостей? А в остальном моему герою приходится проводить допросы. Подсмотреть за работой спецслужб, чтоб подготовиться получше, мне не дали - по понятным причинам (смеется). Так что пришлось опираться на фантазию, начитанность, насмотренность, поиск вместе с режиссером. Некое представление о следователях.

- А перестрелки-то хоть были?

- Ну, повторюсь, не у меня (улыбается). Работа моего героя бумажная, в боевых действиях он участия не принимает, хотя действие происходит в Мариуполе. Мне нужно было показать тонкую психологическую работу и даже игру: вопросы, ловушки внутри вопросов, возможность раскрутить того или иного подозреваемого, вот это все. Экшен достался другим актерам.

- Насколько тема, поднимаемая в проекте, актуальна, как считаете? Найдут зрители, которые скажут: ну, шпиономания, все понятно, чистая паранойя. Это чтоб обществом управлять.

- Слушайте, ну тема вербовки - это то, что с утра до вечера можно наблюдать в новостной ленте. Разве это секрет? И молодые люди, и взрослые, и даже пожилые теперь попадают на эту удочку, силовые ведомства то и дело об этом отчитываются. Да, это сверхактуально - мы видим эти моменты и ужасаемся: как так можно промывать мозги людям?! (Всех, кто попадает под вербовку и идет на поводу у преступников, судят по очень серьезным уголовным статьям. - Авт.) Поэтому тема нашего проекта вовсе не надуманна. И мне очень понравилось, что в «Центурии» я сыграл не боевика или шпиона, а человека, искренне пытающегося докопаться до истины, которая на поверхности не лежит. Он помогает понять, в том числе и зрителю, что произошло в той или иной ситуации, бою или операции.

- Особое актерское существование, коим живет и дышит МХТ им. Чехова, где вы служите, - подспорье и конкурентное преимущество при съемках в кино и сериалах или то, что приходится «прятать» в сериальном конвейере?

- Конечно, оно помогает! Знаменитая мхатовская пауза - где, как не в парных, сложных психологических сценах, применять ее?! Особенно когда речь идет о жизни людей. В этом МХТ им. Чехова, конечно, в помощь.

- Вам нередко выпадает играть и чиновников - мэра, губернатора. Почему, как считаете? Что такого продюсеры и режиссеры «губернаторского» видят в вас?

- Наверно, надо спросить у продюсеров и режиссеров, мне сложно сказать. Внешность, дисциплина, юмор? Сложно оценить. Что-то да находят... Егор АРЕФЬЕВ.

О ЛИЧНОМ

«Мне нравится понимать сленг»

- Не могу не спросить про любимый сериал всей нашей семьи (и не только нашей) - «Жуки», зимний сезон которого снят и ждет выхода в эфир. Как прошли первые зимние съемки? Были ли экстрим, моржевание и прочие прелести снежной Руси?

- «Жуков» мы снимали там же, где и всегда, в деревне Нижние Подгоричи (Калужская область), но первый раз зимой, да. Поэтому ждем премьеры ближе к Новому году. Конечно, мы привыкли сниматься, когда тепло и очень комфортно. Зимой было несколько дней, когда было -25 градусов, чудовищно холодно! Лицо отмерзло за время смены напроцх.

- Дочь с вами на съемках бывает? Поддерживает папу, интересуется профессией?

- Веронике 7 лет, в этом году пошла в первый класс, так что на площадку, естественно, не беру. Куда там! 12 часов - самому бы выдержать, а ребенку куда тяжелее.

- Чем увлекается дочь? И, если шире, понимаете ли вы язык молодых? «Песняров», к примеру, включить можете? Или это кринж?

- Пока ребенку 7 лет, мы говорим на одном языке. Но я преподаю актерское мастерство в Московском театральном колледже им. Л. А. Филатова, куда приходят учиться дети после девятого класса, четыре года мы их учим. Конечно, они разговаривают на другом языке, слушают другую музыку, у них другое представление о жизни, и это интересно!

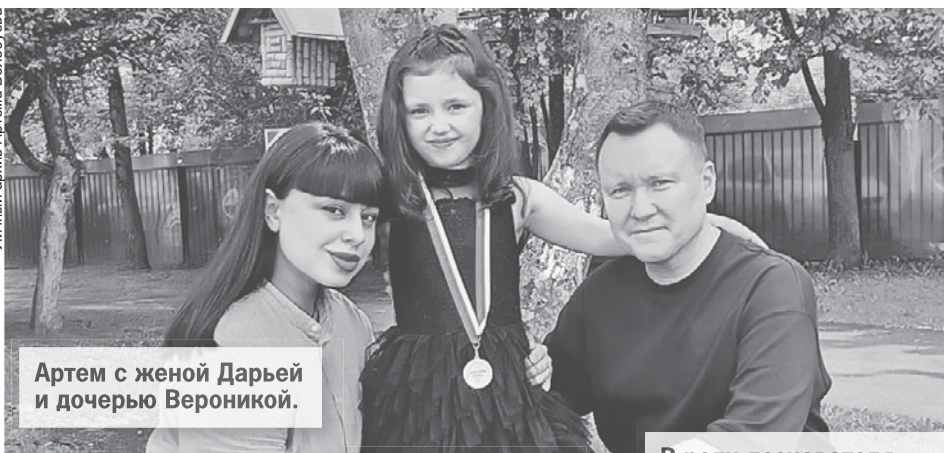
- Так. А Ника?

- Ну, дочь вот, например, может слушать «Щелкунчика» Чайковского и заплакать (мама девочки и жена актера Дарья - профессиональный музыкант, окончила консерваторию, играет на клавесине, работает в «Москонцерте». - Авт.). Вот так трогает музыка. «Песняров», думаю, тоже запросто может послушать. Как и современную модную музыку, которая нравится ей. Иногда ставит мне - тоже слушаю. Не всегда в восторге, но интересно. Мне нравится быть более живым, мобильным, универсальным. Знать и понимать сленг, юмор, контекст - это важно.

- И если резюмировать - опыт отцовства и преподавания, - чему бы хотелось в первую очередь обязательно обучить дочь?

- Хочется, чтобы у ребенка как можно дольше сохранялось ощущение детства. Радостного в первую очередь. Вероника проживает интересные дни - всегда узнает что-то новое, и мне хочется это открывать: интересную музыку, классные спектакли, живописные места. Хочется, чтобы дочь больше баловалась, радовалась и смеялась, получая удовольствие от познания мира. Научить - если это слово применимо - добру хочется. Быть честной с собой и окружающими. В жизни есть много разного и интересного, что можно изучить, и это может понравиться! Любознательность, пылливость, интерес к жизни - вот чему хочется обучить и дочь, и студентов.

Личный архив Артема Волобуева



Артем с женой Дарьей и дочерью Вероникой.

В роли дознавателя в сериале «Центурия».

Кадр из фильма



В образе Владимира Мулявина в проекте «За полчаса до весны».



И губернатор Юдин в «Жуках».

Кадр из фильма



БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

Анастасия АНАНЬЕВА, Самара:

- Я учитель начальных классов. Больше всего на свете люблю свою работу и детей - в этом моя радость и вдохновение! Обожаю активный отдых, заряжаюсь энергией на прогулках: вместе с верным другом псом Бушей исследуем самые красивые уголки природы. А быть в гармонии и каждый день приходить к ребятам с хорошим настроением помогает музыка, с удовольствием слушаю и классику, и поп-хиты.

Виктория АНДРЕЯНОВА,
модельер:

- Темно-шоколадный сарафан с крупными рукавами-крыльями поверх белой водолазки - прекрасная аллюзия на школьную форму. Глубокий V-образный вырез сарафана уравновесил закрытый верх водолазки. Элегантно и легко.



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

Перед отпуском уходил с работы боком. Улыбка в дверь не пролезала...

* * *

Работа в службе занятости, наверное, очень нервная: даже если тебя уволят, на следующий день все равно придется туда прийти.

* * *

Некоторые женщины - удивительные создания. Говорят: «Почему мужчины не подходят?» А как подойдешь к ней - так сразу: «Мужчина должен...» Ну где вы видели, чтобы должник сам подходил к кредитору? Во все времена было наоборот - это кредиторы бегали за должниками! Кому должны - тому и бегать за теми, кто им должен!

* * *

Стиральная машина уже пятнадцать минут показывает «осталась 1 минута». Кажется, она раньше работала прорабом.

* * *

- Девушка, вы кто по роскошу?
- Рыба, а вы?
- Рыбак!

* * *

Совет путешественнику: перед поездкой разложите на полу одежду и деньги. Возьмите половину одежды и вдвое больше денег.

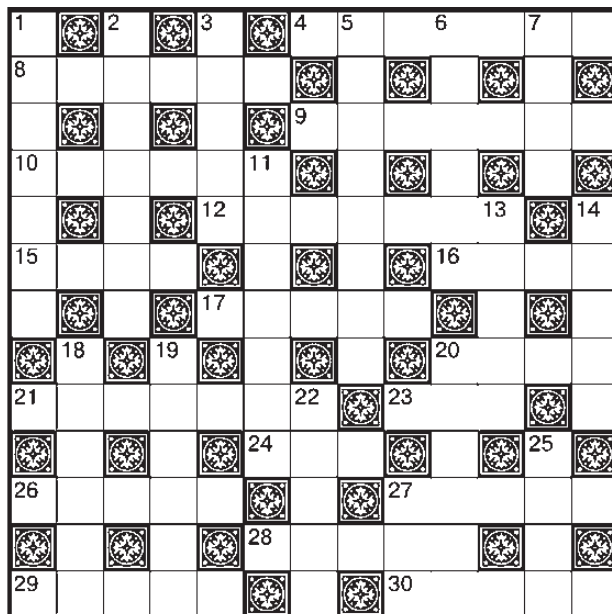
* * *

Зумеры не понимают, где связь между магнитофонной кассетой и карандашом. А как сочетаются лампочка и носки, даже спрашивать не стоит.

* * *

Осенью в дождливый, хмурый, серый день Зря с командировки Приискал олень.

КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4.

Что для сладкоежки в пирожке самое вкусное? 8. «Выпускница» с космодрома. 9. Кто примеряет вызывающие сапоги в «Служебном романе»? 10. Приком служит герой Василия Ланового из драмы «Дни Турбиных»? 12. Патриарх Московский и всея Руси, отец первого царя из рода Романовых. 15. Прореха в кармане. 16. Дровяной прах. 17. Сигнал паровоза. 20. Причинить ... 21. Не издание, а стыд и срам. 23. Топливный, но не элемент. 24. Синоним интуиции. 26. Борьба за стройность. 27. Искусство Илзе Лиепы. 28. Вклад свиньи в яичницу. 29. Хулиганская стычка. 30. «Кооператив-

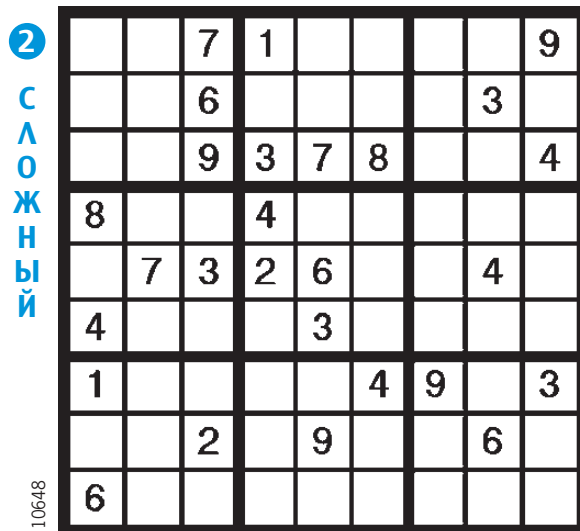
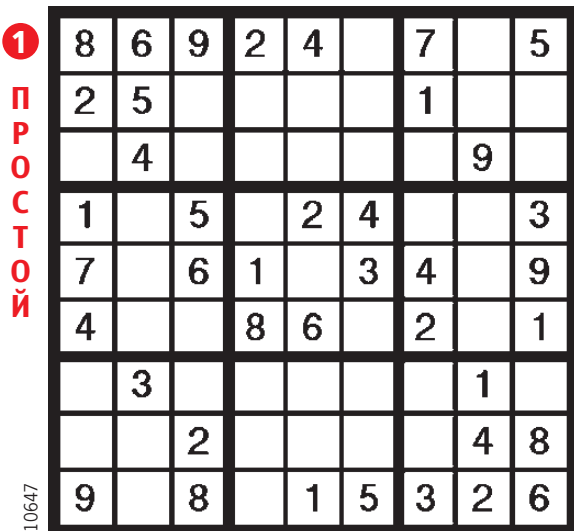
ная комедия» у Эльдара Рязанова.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.

Коллектив строителей. 2. Кто оканчивает учебное заведение «раньше времени»? 3. Взыскание с нарушителя. 5. Кто снимает то, что режиссер велел? 6. Какая прическа стала символом панков? 7. Основа лаптей. 11. Под кого изначально писали сценарий комедии «Бриллиантовая рука»? 13. Одежда для занятий тхэквондо. 14. Где прописаны одалиски? 18. Диаметр в убийственном смысле. 19. Что может быть общего у воды со свежим воздухом? 20. Столица на карте Кубы. 22. Сериальная звезда Дмитрий ... 25. Дочь святой Софии. 27. Высший судья.

Лавана. 22. Дюжев. 25. Вера. 27. Бор. 13. Тобок. 14. Ларем. 18. Калибр. 19. Глоток. 20. БЕРТИКАЛИ: 1. Бригада. 2. Экстерн. 3. Царапа. 10. 27. Балет. 28. Бекон. 29. Драка. 30. «Параж». 10. 21. Таблонд. 23. Бак. 24. Нюх. 26. Диега. 20. 12. Пивидно. 8. Ракета. 9. Верочка. 10. Летман. 4. Повидно. 8. Ракета. 9. Верочка. 10. Летман. 4. Повидно. 8. Ракета. 9. Верочка. 10. Летман.

СУДОКУ ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



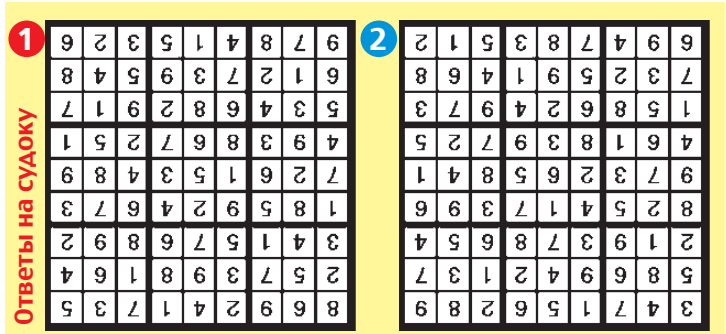
Прогноз погоды на завтра, 8 октября, четверг

	ночью	днем
Владивосток	+14...+15°	+16...+17°
Находка	+12...+13°	+17...+18°
Уссурийск	+9...+10°	+16...+18°
Астраханка	+7...+8°	+10...+12°
Терней	+4...+5°	+14...+15°

ясно ☀️ облачно ☁️ пасмурно ☁️
дождь 🌧️ гроза ⚡️ снег ❄️

Давление - 760 мм рт. ст. (норма для октября - 760)
Относительная влажность воздуха - 77 % (норма - 69 %)
Ветер - южный, 5 м/с

Восход - 07.18
Закат - 18.42
Луна убывает



ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

■ Главный редактор, генеральный директор
Олег Вячеславович
НОСОВА.

■ Автор современной
версии издания -
Владимир Николаевич
СУНГОРКИН.

■ Шеф-редактор
Е. САЗОНОВ.

■ И.о. Редактора «КП» Владивосток - Ирина ФАСОВА.
E-mail: irina.fasova@phkp.ru

■ АДРЕС РЕДАКЦИИ, ИЗДАТЕЛЯ:
«Комсомольская правда»,
Новодмитровская, д. 26, 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. № 4443

■ Газета отпечатана в АО «ИПК «Дальпресс».
690600, г. Владивосток, пр. «Красного знамени», 10,
тел. (423) 245-05-45.

■ ISSN 0233-433X

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

■ 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: 169 302 экз.
Цена свободная

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

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

Редакция не несет ответственности
за достоверность содержания
рекламных материалов.

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

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

