

Запрещающие движение на электросамокатах знаки планируют установить в центре Тулы



Читайте на стр. 8 ▶

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

В студии - Геннадий Хазанов

Про современный юмор и отношение к новому попугаю Кеше - radiokp.ru 18:00, суббота



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Пятница, 14 марта
№ 19 (27667)/2025 год

Газета нашего города ★

KP.RU 4 967 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Суджа освобождена



Первый репортаж военкора Александра КОЦА из города в Курской области.

Читайте на стр. 4 ▶



Леонид Рошалъ выпустил свои мемуары в «Комсомолке»

Анастасия ПЛЕШАКОВА

На презентацию книги в редакцию пришли Елена Малышева, Юрий Башмет, Екатерина Рождественская и другие звезды.

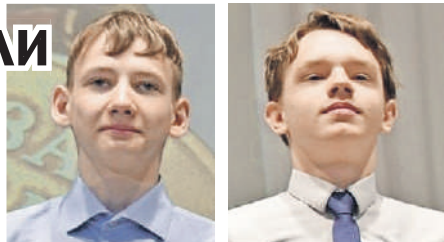
12 марта в «Комсомольской правде» прошла презентация первой и единственной на сегодняшний день книги воспоминаний Героя Труда России, «Детского доктора мира», президента НИИ детской неотложной хирургии и травматологии **Леонида Рошала**.

Продолжение на стр. 6 - 7 ▶

Подростки вывели из огня 10 детей

Ирина ШАБАНОВА («КП» - Воронеж)

Отважным парням вручили благодарности администрации города, награды готовят и в МЧС.



Кирилл (слева) и Денис получили знаки «Благодарность от земли Калачеевской».

Девятиклассник **Кирилл Зырянов** и восьмиклассник **Денис Харламов** из города Калач Воронежской области катались по округе на мопедах. Когда проезжали через село Заброды, увидели - дым валит с первого этажа трехэтажного частного дома. А из окна второго этажа испуганно выглядывали дети - в доме жила многодетная семья, 10 детей, - старшему 16, младшему 3. Старшего дома не было, одна девочка успела вы-

скочить, но в гостях были еще двое друзей. А родители отлучились в магазин. Дети не знали, что делать... Кирилл и Денис сквозь дым побежали на второй этаж. Путь назад уже был отрезан, но соседи как раз приставили лестницу к окну. Кирилл и Денис стали помогать спускаться ребятишкам, внизу их принимали взрослые. Кстати, причиной ЧП стала взорвавшаяся лампочка, ее горящие осколки попали на диван.

Иностранные автобренды начали возвращаться в Россию

Николай МЫСИН

Первой стала корейская компания KGM.

Теперь в России из иномарок официально продаются не только «китайцы»! Корейский KGM, ранее носивший имя Ssang Yong, стал первым брендом из списка дружественных стран, вернувшимся на наш рынок.

Он ушел еще в 2018 году, и теперь официально объявил о возобновлении

продаж. Цены пока высоковаты. Самый доступный вариант - кроссовер KGM Tivoli - у нас предлагается минимум за 3,59 млн рублей. Притом что конкурировать ему предстоит с хитами нашего рынка Chery Tiggo 4 и Belgee X50, которые стоят на 1,5 - 1,6 млн дешевле.

Впрочем, в планах у KGM - локализация производства. Сборка в Калининграде должна начаться осенью. После чего цены могут серьезно снизиться. Ведь сегодня один только

утильсбор, который импортеры платят за такую машину, добавляет к стоимости 667 400 рублей. Плюс доставка, другие платежи...

- Мне кажется, главная цель KGM не столько в погоне за прибылью сразу после начала продаж, сколько в попытке застолбить место на нашем рынке на будущее. Мол, мы первыми вернулись в Россию, какие мы молодцы! И это действительно может сработать в перспективе, - говорит автоэксперт **Андрей Ломанов**.

Верховный главнокомандующий отдал приказ

Андрей ЗОБОВ

- Товарищи офицеры! - так Владимир Путин, впервые надевший полную военную форму, поприветствовал командиров группировки «Север».

На фоне блестящих побед Верховный главнокомандующий посетил пункт управления войсками в Курской области. Главу государства встречали военачальники армейской группировки и лично начальник Генштаба Минобороны России Валерий Герасимов. Он и начал доклад.

СКОЛЬКО ОСТАЛОСЬ ОСВОБОДИТЬ?

- Товарищ Верховный главнокомандующий, войска группировки «Север» продолжают операцию по уничтожению противника на территории Курской области, - отпортовал военачальник. - Уже освобождено 86% территории Курской области, которую занимали ВСУ.

За время вторжения украинские террористы понесли катастрофические потери - больше 68 тысяч человек, свыше 7 тысяч единиц техники, от бронемашин до натовских танков. Под контроль России возвращено больше 1,1 тысячи квадратных километров родной земли. Только за последние пять дней отбиты 24 населенных пункта.

- Группировка вклинивания вооруженных сил Украины изолирована. В настоящий момент идет ее планомерное уничтожение, - хладнокровно продолжал Герасимов. - На отдельных направлениях российские подразделения перешли государственную границу и вошли в Сумскую область.

ОСТАТКИ ВСУ - РАЗГРОМИТЬ

Начальник Генштаба заявил, что плацдарм в Курской области был нужен Киеву в качестве преимущества на возможных переговорах - Русскую землю хотели сделать «разменной монетой».

Огромный вклад в успехи Российской армии внесла блестящая операция, во время которой российские бойцы зашли по бывшей газовой трубе в тыл противника. Шесть дней герои ползли, чтобы выйти к ключевой точке - городу Суджа. Диверсия смешала



Пресс-служба Президента РФ



Пресс-служба Кремля/ТАСС

Во время визита Путина в пункт управления войсками можно заметить икону - это Собор Святых Покровителей воинства российского - Александр Невский, Дмитрий Донской, Федор Ушаков... И российские солдаты доказали: они достойны славы своих предшественников.

порядки врага - и оборона была прорвана.

- Задача в ближайшее время в кратчайшие сроки окончательно разгромить противника, окопавшегося на территории Курской области, - ответил, заслушав доклад, Верховный главнокомандующий. - Нужно полностью освободить территорию Курской области и восстановить положение вдоль линии государственной границы.

Кроме того, Путин дал российскому командованию поручение «особо подумать о создании зоны безопасности вдоль государственной границы». В других случаях решением такой задачи становится создание «буферной зоны» на территории противника.

БЛАГОДАРНОСТЬ ПРЕЗИДЕНТА

Отдельно Верховный главнокомандующий отметил творцов прорыва на Курском направлении.

- Я хотел бы поблагодарить руководство Главного оперативного управления Генерального штаба за проделанную работу. И прошу передать слова благодарности всему личному составу! - сказал Путин. - Я все-таки хочу назвать те подразделения, которые у меня на слуху. Это 76-я гвардейская десантно-штурмовая дивизия, 106-я гвардейская десантно-штурмовая дивизия, 11-я гвардейская отдельная десантно-штурмовая бригада и 83-я гвардейская десантно-штурмовая бригада, 56-й гвардейский десантно-штурмовой полк 7-й десантно-штурмовой

дивизии, 155-я гвардейская отдельная бригада морской пехоты Тихоокеанского флота, 810-я бригада морской пехоты Черноморского флота, 177-й гвардейский отдельный полк морской пехоты Каспийской флотилии, 34-я гвардейская мотострелковая бригада. В последнее время, в последнюю неделю особенно активно. А также 22-й мотострелковый полк 72-й мотострелковой дивизии, 1220-й мотострелковый полк 3-й мотострелковой дивизии и уже здесь прозвучавший спецназ «Ахмат». И добровольческое формирование «Ветераны», которое отличается особой дерзостью и эффективностью.

ЧТО ЖДЕТ ВЭСЭУШНИКОВ И НАЕМНИКОВ

О противнике президент высказался жестко.

- Хотел бы особо обратить внимание. Люди, которые находятся на территории Курской области и совершают здесь преступления против гражданского населения, в соответствии с законами России являются террористами. Но мы относимся и должны относиться гуманно ко всем, кто оказался в наших руках, - сказал Путин.

Иными словами, остаткам ВСУ лучше сдаться - иначе их ждет уничтожение. А вот что ждет наемников...

- Напомню, что иностранные наемники не подпадают под действие Женевской конвенции 1949 года об обращении с военнопленными, - подчеркнул президент.

ОФИЦИАЛЬНО

Суджа свободна!

Валентин АЛФИМОВ

Минобороны подтвердило: из крупнейшего захваченного Украиной населенного пункта в Курской области выбиты солдаты ВСУ.

Суджа находилась в оккупации украинского режима 215 суток. Все это время наши войска вели за земли в Курской области ожесточенные бои. И вот официальное сообщение Министерства обороны: «Вооруженные силы Российской Федерации продолжают разгром формирований ВСУ на территории Курской области. Подразделениями группировки войск «Север» в ходе наступательных действий освобождены населенные пункты Меловой, Подол и Суджа».

Кроме того, противнику нанесено поражение в районах населенных пунктов Гоголевка, Гончаровка, Гуево, Заолешенка, Запселье, Олешня, Рубанщина, Суджа. Также отражена и одна контратака противника.

За сутки потери ВСУ на этом направлении составили более 340 военнослужащих. Уничтожены две боевые машины пехоты, три бронетранспортера, пять боевых бронированных машин, 17 автомобилей, четыре артиллерийских орудия, два миномета, а также два пункта управления БПЛА.

Всего же в Курской области украинские формирования потеряли:

- ✓ более 67 150 военнослужащих,
- ✓ 392 танка,
- ✓ 316 боевых машин пехоты,
- ✓ 278 бронетранспортеров,
- ✓ 2196 боевых бронированных машин,
- ✓ 2428 автомобилей,
- ✓ 549 артиллерийских орудий,
- ✓ 52 установки РСЗО (в том числе: 13 - HIMARS, 7 - MLRS),
- ✓ 26 пусковых установок зенитных ракетных комплексов,
- ✓ 120 станций РЭБ,
- ✓ 16 РЛС контрбатарейной борьбы,
- ✓ 10 РЛС ПВО,
- ✓ 56 единиц инженерной и другой техники.

«Операция по уничтожению формирований ВСУ продолжается», - добавили в Минобороны.

оноклассники



Давайте дружить на OK.RU/KPRU



ЭКОНОМИКА

Мошенники «разводят» россиян на установке самозапрета на кредиты

НАУКА

Что делать с МКС и можно ли применить ее для полетов на Марс

http://www.kp.ru/ ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU



Самые важные новости, самые яркие фото и видео, самые интересные истории в телеграм-канале «Комсомольской правды»



Курс Дональда рухнул

Евгений БЕЛЯКОВ

Американские биржи упали на 10%, а самые богатые люди мира потеряли триллионы долларов.

А как красиво предвыборные лозунги звучали! Вначале. И что в финале: акции упали, крипта в обвале, богачи миллиарды потеряли. В общем, встряли.

Если говорить конкретно, то случилось следующее:

- главные биржевые индексы США S&P 500 и Nasdaq (отражают стоимость акций крупнейших компаний Америки) за несколько дней подешевели на 10%;

- капитализация крупнейших компаний США (общая стоимость их акций) упала на \$5 трлн;

- биткоин за полтора месяца обвалился на 28% - со 107 до 77 тысяч долларов. Иные криптовалюты рухнули и того сильнее.

Главная причина обвала в том, что кое-кто не держит слово. В предвыборной гонке Дональд Трамп обещал снизить налоги, уменьшить дефицит бюджета, накопить биткоинов в резервы США, ну и параллельно уладить мировые конфликты. На этом допинге акции американских компаний и криптовалюты росли с ноября.

Но к концу зимы стало ясно: дальше громких слов дело не идет. Насчет криптовалютных резервов Трамп ничего внятного до сих пор не сказал. Зато поднял тарифы на импорт товаров из разных стран, что неминуемо ускорит инфляцию. А в понедельник в одном из интервью не стал отрицать риски рецессии в США (то есть падения экономики в течение двух кварталов подряд) в 2025 году из-за введения импортных пошлин. То есть, по сути, Трамп дал понять, что принятые им меры могут затормозить крупнейшую экономику мира. И его это не особо волну-

ет. Вот рынки и посыпались со страху.

- Причины падения очевидны. Тарифные войны. Следующие за ними валютные войны. Амбиции отдельных европейских лидеров, предлагающих продолжать противостояние с Россией. Опасения новой вспышки инфляции, плюс стагнация экономик ряда стран. Ну и дополнительный фактор - разочарование в Трампе, его реформах и идеях, - считает **инвестбанкир Евгений Коган**.

Сильнее всех пострадал соратник Трампа **Илон Маск**. За два неполных месяца с момента инаугурации (20 января) он потерял треть состояния - \$148 млрд. Ровно на столько подешевели акции принадлежащих ему компаний. Десятки миллиардов потерь у главы Amazon **Джеффа Безоса** и основателя Google **Сергея Брина**.

А ведь финансовые кризисы так и начинаются - с падения акций мировых компаний и проблем в крупных экономиках. Приведет ли неумная активность Трампа к печальным последствиям для всей мировой финансовой системы? Часть экспертов не отрицают такого сценария. Тем более что проблем в американской экономике без того хватает - и инфляция, и дефицит бюджета.

Правда, в отличие от кризиса 2008 года, последствия для России вряд ли будут столь же серьезными. За последние три года мы стали меньше зависеть от мировых рынков. Если в США или даже во всем мире случится кризис, задеть нас может. А вот причинить серьезный урон вряд ли.

■ ВОПРОС - РЕБРОМ

Как это влияет на рубль и российские акции?

Пока никак. Российский рынок акций в начале недели стабилен. А рубль даже укрепляется. В минувшие выходные доллар стоил 89,13 рубля, а вчера - 86,62 рубля.

- Худшее падение фондовых индексов США с 2022 года на комментариях Дональда Трампа не привело к укреплению доллара как валюты-убежища. Когда по Штатам бродит призрак рецессии, инвесторы предпочитают спасать свои деньги, покупая другие активы, - объясняет **биржевой аналитик Дмитрий Демиденко**.

На курс рубля к доллару влияют и внутренние факторы. В частности, превышение экспортной выручки над расходами на импорт. А также ожидание позитивных результатов переговоров в Эр-Рияде по поводу конфликта на Украине. Все это дает нашей валюте топливо для роста.

■ СЕКРЕТ ФАРМЫ

Елена КРИВЯКИНА

Продажа лекарств с истекшим сроком годности будет блокироваться на кассах аптек.

С 1 июня в России запускается система, которая не позволит аптекам продавать просроченные лекарства. Если просрочку попытаются пробить на кассе, продажа просто не пройдет - она будет автоматически блокироваться. Постановление, утверждающее правила работы такого механизма, подписал **премьер Михаил Мишустин**.

Кстати, новый механизм заблокирует продажу лекарств не только с истекшим сроком годности, но и выведенных из оборота, а также фальсификата. Поскольку он будет автоматически сверяться с системой мониторинга,

Хроническая непроходимость просрочки

в которой есть код каждого лекарства.

- Попасть к покупателю просроченные лекарства могут крайне редко. Срок годности большинства препаратов составляет два-три года, иногда больше. И чтобы за это время не реализовать упаковку, нужно быть совсем невнимательным человеком, разбрасывать эти препараты по полкам и не контролировать, - сказал в эфире Радио «Комсомольская правда» **директор по развитию компании RNC Pharma Николай Беспалов**. В любом случае этот инструмент будет полезен как для аптек, так и для потребителей, которые получают дополнитель-



Тимур УХАНОВ

Система заблокирует продажу любых «опасных» медикаментов, в том числе фальсификата.

ную гарантию, что к просроченному препарату даже автоматически не будет допущен препарат,

срок годности которого истек.

По словам эксперта, дополнительные затраты введения нового механизма не потребуют.

- Этот инструмент будет реализован в рамках системы мониторинга движения лекарственных препаратов, которая работает в нашей стране уже несколько лет. Если какие-то инвестиции и потребуются, то в минимальном объеме: разве что настроить программное обеспечение, не более того. На аптечные сети никакой нагрузки это не создаст. Вероятно, стоимость удорожания лекарств в связи с этим нет, - объяснил Николай Беспалов.

■ ВОПРОС ДНЯ



Евгения ГУСЕВА/КП - Москва

«Детский доктор мира» приехал в «Комсомолку», чтобы представить изданную здесь книгу его воспоминаний.

Леонид Рошаль выпустил в издательстве «Комсомольская правда» книгу мемуаров «Всегда рядом» (подробнее - на стр. 6 - 7), и мы спросили:

А вы чьи мемуары хотели бы прочесть?

Ирина КОРЖАЕВА, клинический психолог:

- Мне мемуары Владимира Владимировича были бы интересны. Интересны мемуары взрослых состоявшихся людей, у которых уже нет родителей, перед которыми им могло бы быть неловко. Если бы Вольф Мессинг оставил мемуары - прочла бы с интересом. И прочла бы мемуары Звоникова Вячеслава Михайловича, профессора МосГУ, он на конференции ФСИН в Рязани столько интересного рассказывал...

Александр ШИЛОВ, народный художник СССР:

- Те книги, которые «КП» издает, стараюсь читать. То, что основано на первоисточниках, оно захватывает. Про Кима Филлиса с удовольствием почитал бы. Но понимаю, что не все яркие фигуры нашего времени готовы написать мемуары.

Александр ПАШУТИН, народный артист России:

- Почитал бы мемуары режиссера Георгия Товстоногова и воспоминания гениального Иннокентия Смоктуновского, с которым мне повезло дважды сниматься. Что написала бы о своей жизни Галина Волчек, уникальная - прочел бы с интересом. У меня есть две книги Олега Ивановича Борисова, великого артиста, - прикоснуться к его жизни было счастьем. Люблю мемуарную литературу, но не могу привести в газете, что сказала мне Лидия Смирнова, подписывая книгу своих надиктованных мемуаров.

Владимир ПЛЮЩЕВ, заслуженный тренер России:

- Мне малоинтересны спортивные мемуары - слишком много знаю об этом мире. А вот настоящие воспоминания Евгения Максимовича Примакова, то, что писал бы он сам, а не то, что написали люди вокруг него, прочел бы с интересом.

Василий МЕЛЬНИЧЕНКО, глава «Федерального сельсовета»:

- Хорошо бы подлинник мемуаров Моисея прочитать - как он там с Богом говорил. Много написано о Высоцком - а что сам он о себе писал? Интересны мне воспоминания Ли Куана, который перестраивал Сингапур, и Дэн Сяопина, который перестраивал Китай. А также академик Жореса Алферова и Дмитрия Лихачева.

Юрий ЛОЗА, поэт, композитор, исполнитель:

- Почитать бы мемуары Сергея Лаврова и Захара Прилепина. Из мира эстрады ничьи воспоминания не интересны - там врут как дышат, я знаю, как артистический мир устроен. Интересны мемуары Тарковского. Но ни один режиссер не напишет об актерах то, что думает: они слишком обидчивы.



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



Первый репортаж военкора «Комсомольской правды» из только что освобожденного города в Курской области.

МАРШРУТОМ ПОДДУБНОГО

На встречу с сопровождающими спецназовцами мы опаздываем на 40 минут - на Курск и область опустился настоящий туман-молоко. И пока ползем со скоростью 30 километров в час, тихо радуемся этому факту. В такую погоду ни артиллерия, ни малая авиация не работают, а значит, есть шанс без приключений добраться до Суджи. Со мной в машине - военкор ВГТРК Евгений Поддубный и его оператор Александр Пушкин. Оба вернулись к работе после долгого перерыва. Саня был ранен в мае, когда мы подорвались на багги по дороге из Волчанска. Женю 7 августа прошлого года дрон атаковал как раз на этой дороге в Суджу - восстановление заняло многие месяцы.

В условленной точке пересаживаемся на бронированную боевую машину с антидроновым «мангалом» по периметру и антеннами РЭБ на крыше. На подъезде к Судже выглядываемся в окна - где-то здесь, в посадке, должна стоять сгоревшая машина Поддубного. Но за окном - только белая пелена.

МАРОДЕРСКИЙ КАТОК

Стела на въезде в пригород Суджи - поселок Мирный, здесь мы расстаемся с машиной и идем дальше пешком, постепенно заходя в Станционный район города. На перекрестке стоит выгоревший изнутри натовский бронетранспортер М113. Вокруг него разбросаны мины-«лепестки». Несколько бойцов из смежного подразделения расстреливают их из автомата - взрывы расплываются вокруг белый



Освобожденная Суджа стала первой командировкой после восстановления для старых товарищей Александра Коца - раненного под Волчанском оператора Александра Пушкина (слева) и военкора ВГТРК Евгения Поддубного (по центру).

ВСУ тащили из квартир Суджи все - от золота до женского белья

дым. Небо постепенно растягивает и атмосферу дополняет сигнал дрон-детектора. Наши беспилотники начали работу. Уцелевшие дома буквально вывернуты наизнанку. Чувствуется, здесь прошел мощный мародерский каток. Все квартиры вскрыты, все хаты - словно после обыска с пристрастием.

- Через две недели они на Украину угнали весь транспорт - детские, школьные автобусы, автопарки предприятий, - рассказывает местный житель Виктор Белобров. - Вывезли все. С баз - металл, дерево, бензин выкачали... Свою машину еле отбил. Ночью пытались забрать. Я сказал, что пойду в комендатуру. Вэздушник поорал, угрожал, что расстреляет, но больше не приходил. Соседние дворы мародерили, к нам не сошлись. Страшно было - все

двери выломанные. Сначала золотишко выносили, потом компьютеры, технику. Потом личные вещи, вплоть до трусов. Соседка ругалась, что женскую одежду даже выносили. На нацика одного нарывался: «Жаль, что вас, русских, бить не разрешают, мы бы вас тут всех перерезали!»

ВАРВАРЫ XXI ВЕКА

Виктор живет напротив магазина алкоголя. Рассказывает, что каждый вечер к нему тянулись караваны машин с оккупантами.

- Они тут все время пиво пили. С автоматами. А у меня три девочки, жена, нас трое мужиков.

Семью Виктор уже отправил на Большую землю. Сам пока остался, но тоже собирается эвакуироваться.

Идем дальше в сторону центра. Отмечаю странную страсть украинцев «захисников» к «наскальной живописи». Причем, как правило, в качестве «полотна» они выбирали российские сетевые магазины. Помните ту «Пятерочку», которая стала объектом паломничества для украинцев? Так на самом деле она не одна. Каждый гастроном города подвергся такому нашествию, после которого на полках не осталось сигарет, алкоголя и продуктов, зато

на стенах остались надписи в меру образованности и воспитания варваров XXI века.

И это не очень высокий уровень.

НЕ ОСТАВЛЯЮТ ПОСЛЕ СЕБЯ КАМНЯ НА КАМНЕ

- Поначалу они бежали, - говорит об «оппонентах» командир группы российского спецназа. - Но сейчас немного очухались и пытаются закрепляться. По перехватам, даже пробовали зайти диверсионными группами обратно в Суджу, но не смогли. Начальство то приказывает им отходить, то, наоборот, гонит вперед. В общем, не сказать, что сейчас идет повальное бегство. Огрызаются. В западной части на окраинах еще остались очаговые точки сопротивления. Но это просто они без связи и не понимают, что происходит вокруг. А город полностью под нашим контролем. Бои уже идут дальше, в Гончаровке. Но противник теперь бьет танками и артиллерией по Судже.

Словно в доказательство его слов слышны продолжительные выходы из реактивных систем залпового огня. Спустя несколько секунд западную часть города в нескольких кварталах от нас целым пакетом накрывает «Град» - от разрывов трясется земля под ногами.

Чтобы попасть в центр города, надо пройти через разрушенный мост. Пока временное решение - это набросанные через поток воды камни и доски. Но скоро подтянутся инженерные и наведут понтоны.

В одном из подвалов в центре города бойцы спецназа обнаруживают командный пункт подразделения ВСУ. Устроились с комфортом. Рабочие места, спальные комнаты с толстыми матрасами, вынесенными из квартир. Холодильники с продуктами, стиральная машинка и даже душ. Склад с продуктами. Электричество - от генераторов, воду, видимо, привозили. Собирались отсюда, похоже, в большой спешке, оставив даже служебную документацию. Во дворе стоит цельный БТР «Страйкер». Уезжать на нем было куда - все мосты взорваны.

Снова выход целого пакета «Града» - и снова «землетрясение» в западной части Суджи. Через десять минут - еще один. Это в традиции нашего противника. Когда ВСУ теряют какие-то чувствительные для себя города и поселки, отступая, они стараются не оставить от них камня на камне.

НЕ МОГ УСИДЕТЬ НА ЛЕЧЕНИИ

Топаем обратно от моста в сторону Мирного.

- Евгений, тяжело было на все это смотреть по телевизору? - спрашиваю друга Поддубного.

- Я просто не мог поначалу смотреть, переживал жутко. Потом начал потихоньку вникать. Но это, конечно, не просто - на больничной койке. Врачи же первое время даже телефон не давали, потому что знали, что я углублюсь в эту тему.

- Репортерский червячок изнутри подтачивал?

- Червячок гражданской позиции. Трагедия страшная. Ничего себе - оккупировали район Курской области. А это последнее, что я помню после ранения.

- А когда о масштабах оккупации узнал?

- Через месяц, когда вышел из реанимации. Там-то особо никто не болтает. Врачи меня держали в лечебном неведении, потому что приходилось побороться за свое здоровье.

- Сейчас не смог дома усидеть?

- Здесь близкие люди, боевые товарищи... Ну и, повторюсь, это тяжелое и гнетущее состояние, когда знаешь, что где-то наши люди находятся в оккупации.

Между тем обстрелы сейчас затрудняют эвакуацию мирного населения. Российские военные постепенно вывозят суджанцев в безопасную зону, где их распределяют по пунктам временного размещения.



Продуктовые магазины стали центром мародерства боевиков из ВСУ. Такого варварства в несчастной Судже никто даже представить не мог.



Первые кадры из Суджи - видео на сайте



Почему Киев согласился на «американское перемирие» и пойдет ли на него Россия?

Андрей ЗОБОВ

Вся украинская реальность перевернулась с ног на голову. Перемирие, от которого упорно отказывался Киев, офис Зеленского теперь называет своей «победой». Что случилось?

Оказывается, переговоры между США и Украиной в Саудовской Аравии могли закончиться для Зеленского гораздо страшнее - ему грозило задержание! Но чем на предложение 30-дневного перемирия ответит Россия? Об этом «КП» рассказал профессор Высшей школы экономики, политолог Марат БАШИРОВ.

УЛЬТИМАТУМ КИЕВУ

- Что произошло в Саудовской Аравии, где 11 марта состоялись переговоры США и Украины? Зеленского продавили?

- Американцы фактически поставили ультиматум - или ты работаешь на нас, или на Европу. Мы дали тебе возможность, ты даже съездил в Лондон на «слет ЕС», выступившего за войну с Россией. И что ты от них получил? Ничего. Они тебе могут дать гарантии только личной безопасности. А всем остальным из твоего окружения, кто воровал нашу американскую помощь? Не могут. Потому что мы знаем все транзакции.

- Но Зеленского на переговоры не взяли...

- Были подозрения, что, если Украина откажется от перемирия, США могли просто задержать Зеленского.

- Задержать?

- Да. У них есть на руках факты, куда уходили деньги, как они оседали на руках демократов Байдена и политиков ЕС. И все коррупционные схемы проходили через офис Зеленского. Поэтому у него был не очень большой выбор. Совсем не приехать в Саудовскую Аравию - это политическая смерть. А если приедешь - получаешь ультиматум: либо ты с нами, либо тебе конец.

После первых пяти часов переговоров дипломаты якобы разошлись на обед. В этот момент, очевидно, Зеленский принимал решение. После перерыва украинцы согласились на все требования США

У Москвы - козыри, у Вашингтона - цейтнот, у Зеленского - арест



Переговоры о перемирии быстрыми не будут. Это даст Российской армии время развить успех в Курской области.

Станислав КРАСИЛЬНИКОВ/РИА Новости



Политолог Марат Баширов.

без гарантий безопасности для Киева, без плана Макрона - Стармера о «перемирии в воздухе и на море».

«ПЕРИОД ЧЕЛНОЧНОЙ ДИПЛОМАТИИ»

- Украину прогнули. Что дальше?

- Я думаю, какие-то предварительные рамки Москве уже были известны. Но некоторые детали там точно новые - их должен сообщить нам спецпредставитель Трампа Стивен Уиткофф, который уже прилетел в Москву.

- Что может ответить Россия на предложение перемирия?

- Безусловное перемирие невозможно. А условия нужно изучить и обсудить. Ситуация серьезно изменилась, потому что из рук Украины выпадает «курская карта» - то, чем нас собирались шантажировать. Флаг России уже в центре Суджи.

- Есть мнения, якобы Украина надеется, что мы не согласимся на перемирие...

- Решение принимает президент. Но нужно остудить горячие головы. Сейчас начинается длинный период челночной дипломатии. Уиткофф встретится с нами. Дальше он позвонит Трампу, потом возможна опять встре-

ча с украинской стороной. Дальше снова с нами...

Мы в сильной позиции, дела на фронте складываются в нашу пользу. Поэтому можем и будем выдвигать условия для перемирия. В нем должны быть отражены все наши основные требования. Это и наши новые регионы, и создание зон безопасности, и отвод украинских войск...

ЧТО У НАС В РУКАВЕ

- Но Трамп явно будет стараться ускорить процесс?

- Совершенно точно. Но мы спешить не будем. У нас сильные переговорные позиции. А курская история может еще и обернуться против Украины - на плечах отступающих ВСУ мы можем войти в Сумскую и Харьковскую области. Это будет серьезным аргументом. И пока будут идти эти «челночные бега», наши ребята на передовой будут двигаться...

- Как вы думаете, Украина может саботировать перемирие?

- Саботаж вызовет моментальную реакцию США. Прямые уголовные дела и задержания олигархов, на которых опирается Зеленский. Дальше - прямая экстрадиция в Штаты, расследование с раскрытием коррупционных схем киевской власти.

- То есть Зеленский попал в ловушку?

- Это просто логичное завершение его истории. Сначала его дергали за ниточки байденовцы. Потом начали дергать за ниточки британцы, потому что капиталы и жена Зеленского в Лондоне.

ную игру. Что он говорит? Я вот сейчас отправлю на Украину самолеты, войска - все в Европе радуются и говорят: здорово, нашелся сумасшедший. А потом? Ничего не происходит. Сейчас Макрон собирает главнокомандующих войсками стран НАТО, чтобы поговорить про «армию Европы». Это же просто мечта Трампа! Он тысячу раз говорил: Европа должна защищаться сама. А оружие все равно будут покупать у США.

- А Британия?

- Они подписали с Киевом 100-летнее соглашение, в котором прописаны права на ресурсы Украины: редкоземельные металлы, порты, транспортные пути. Британцы хотят иметь военные базы в Черном море. И они будут вести свою игру до конца, даже если публично Стармер будет улыбаться, наблюдая, как Зеленский кланяется США.

ПОЧЕМУ ТРАМП СПЕШИТ?

- Трамп как будто торопится - почему?

- Во-первых, он хочет стать миротворцем. Во-вторых, у него полно других задач.

Первая - Иранская ядерная программа. Все может дойти до войны Израиля и США против Тегерана. Эмир Катара уже сказал, что, если будет уничтожена Бушерская АЭС, радиация утечет в Персидский залив. Катастрофа затронет Саудовскую Аравию, Эмираты, Катар. Открытый конфликт невыгоден, нужно решать вопрос по-другому. Здесь Трамп может надеяться на помощь России.

Второе - Сирия. Алавитов-христиан вырезают власти, поставленные США. Трамп, как защитник христианства, не может это игнорировать.

Третья, самая большая проблема, - торговые войны. Пошлины на товары из Китая и Евросоюза уже введены, но это только первый ход Большой игры.

Короче, Трампу нужно показать свою эффективность. И замирение на Украине даст доверие и время, чтобы разобрататься с другими проблемами.

Все они клялись, что Трамп не выиграет, требовали продолжать жесткий курс и коррупционных схем не бояться. И вот появились новости, что сотрудники USAID в Киеве уже уничтожают все документы по сотрудничеству. Все организации, которые сидели при демократах в Киеве и осваивали деньги, пытаются сжечь доказательства - это главный признак утечки информации. Это и подсказывает нам, что Зеленского очень крепко берут за... горло.

ДВОЙНОЙ АГЕНТ МАКРОН

- Лидеры «европейской партии войны» Макрон и Стармер уже переобулись и восхитились готовностью Украины к перемирию. Что это за цирк?!

- Все считают, что Макрон на стороне Европы, но мне кажется, что он ведет двой-

■ СКАЗАНО

Передышки не дадим



Помощник президента по международным делам Юрий УШАКОВ:

- Могу сказать, что я сам в последнее время поддерживаю довольно-таки регулярные телефонные контакты с Майком Уолтцем (помощник Трампа по национальной безопасности. - Ред.). Вчера он мне позвонил и проинформировал об основных итогах переговоров с украинской делегацией в Джидде. Я, естественно,

прокомментировал достигнутую договоренность о временном перемирии. Нашу позицию изложил по поводу того, что это не что иное, как временная передышка для украинских военных. Больше ничего. Мы считаем, что наша цель все-таки - это долгосрочное мирное урегулирование. Мы к этому стремимся. Мирное урегулирование, которое учитывает законные интересы нашей страны, наши озбоченности. А такие шаги, которые имитируют мирные действия, мне кажется, в данной ситуации никому не нужны.

Окончание.
Начало < стр. 1.

Леониду Михайловичу в апреле исполнится 92 года. Казалось бы, он давно мог засесть за мемуары. Но было некогда - он лечил детей. А теперь заставили обстоятельства, а точнее, близкая подруга - директор книжных проектов Издательского Дома «Комсомольская правда» Наталья Шербаненко, которую Рошаль знает с рождения: он дружил с ее родителями. Так что эта книга, как пошутит Леонид Михайлович, сделана по благу.

ПРО ПОКОРЕНИЕ ЭЛЬБРУСА И ПОМОЩЬ ЗАЛОЖНИКАМ В БЕСЛАНЕ

В мемуарах Рошаль рассказывает о своих родителях, вспоминает, как завалил экзамены в военное училище, куда его направлял отец, который во время войны командовал батальоном аэродромного обслуживания и вышел в отставку в звании полковника. Становиться военным Леонид Рошаль не хотел, он мечтал быть доктором. Вспоминает своих первых учителей в профессии, знаменитого детского хирурга Станислава Долецкого.

Рассказывает, как его распределили участковым педиатром в поликлинику. А еще про покорение Эльбруса, отношение к большому спорту, про создание волонтерской бригады врачей для спасения детей, пострадавших от землетрясений от Армении до Японии, про помощь заложникам в Беслане и про спасение детей во время теракта в Театральном центре на Дубровке. А еще о том, почему все, что ни делается, - все к лучшему. И почему не следует унывать, если что-то не получается. Это его жизненное кредо.

«ЛЮБЛЮ ВСЕХ»

В книжке много баек от Рошала и рассказов, как он разыграл Александру Пахмутову, Иосифа Кобзона и многих других знаменитостей, с которыми дружил и дружит.

Некоторые из этих знаменитостей, друзей Рошала и героев книжки, пришли в «Комсомолку». Владислав Третьяк, Юрий Башмет, Геннадий Хазанов, Александр Шилов, Елена Малышева,

Леонид Рошаль, который всегда рядом



Евгения ГУСЕВА/«КП» - Москва

Презентация книги Леонида Михайловича стала большим событием для «Комсомолки» и наших гостей.



Евгения ГУСЕВА/«КП» - Москва

Геннадий Хазанов не мог пропустить премьеру мемуаров своего друга.

Екатерина Рождественская... Было много известных врачей. Но не только о знаменитостях вспоминает в книге доктор Рошаль, он с любовью и благодарностью рассказывает о своих пациентах, медсестрах, санитарках, с которыми работал.

- Люблю всех, о ком в книге написано, - признался на встрече в «Комсомолке» Леонид Михайлович. - Эти люди - часть моей жизни. Например, наши спортсмены, хоккеисты. Когда Валерию Харламову клюшкой перебило сухожилие, я его

зашивал. После этого мне, детскому доктору, предложили перейти работать врачом в сборную СССР. Но я отказался, остался с детьми.

Главный хирург России Амиран Ревишвили назвал Леонида Рошаль человеком-легендой, иконой, звездой хирургии. И подарил ему бутылочку грузинского вина «от одного винодела из Кахетии». Бутылочка, кстати, выпущена в единственном экземпляре.

Народный художник СССР Александр Шилов сказал о Леониде Рошале так:

- Сколько семей он осчастливил, спасая детей! Доктора Рошаль знает весь мир. Он спасал людей не только в больницах, но и на фронтах. Не помню случая, чтобы он кому-то отказал.

«ЛЕНЕЧКА, ТЫ НАМ ОЧЕНЬ НУЖЕН»

На презентацию книги по дороге с одной репетиции на другую приехал прославленный музыкант Юрий Башмет.

- У моего друга Башмета есть проблемы с дыханием, но он все

равно не выпускает сигарету изо рта, - поведал Рошаль. - И Юра знает, что я как доктор запрещаю ему курить и отбираю у него зажигалки. Вот почему у меня уже целая коллекция зажигалок от Башмета.

Ксения и Екатерина Рождественские, дочери поэта Роберта Рождественского, вспомнили, как Леонид Рошаль, друг их семьи, делал им несложные операции прямо на дому.

- Он всегда был рядом. Ленечка, хочется, чтобы ты пожил подольше, ты нам очень нужен! - сказала Екатерина Рождественская.

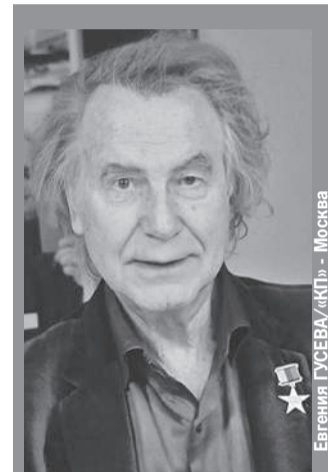
Прославленный хоккеист Владислав Третьяк отметил, что очень важно, что в книге Рошала «Всегда рядом...» есть страничка о хоккее:

- У Леонида Михайловича боевой характер. Как у настоящего спортсмена. Мы не должны забывать своих героев.

Анастасия ПЛЕШАКОВА.



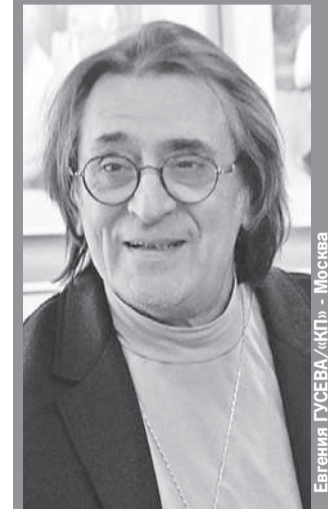
Видео
встречи
в «Комсомолке»
смотрите
на сайте KP.RU



Евгения ГУСЕВА/«КП» - Москва



Мария ВОРНАКОВА/«КП» - Москва



Евгения ГУСЕВА/«КП» - Москва

Художник Александр Шилов (вверху), врач и телеведущая Елена Малышева и музыкант Юрий Башмет стали первыми читателями новой книги.

Купить книгу «Леонид Рошаль. Всегда рядом. Откровенно о жизни и хирургии» можно по ссылке на shop.kp.ru, а также в книжных магазинах и на маркетплейсах

16+



Регина 16+

Первая книга «Детского доктора мира» о нем самом

Без тени сомнения признаемся: эта книга - самая долгожданная, ведь наш автор - человек, спасший тысячи детских жизней по всему миру. Имя доктора Рошала слышали во многих местах,

куда пришла беда. И на страницах книги «Леонид Рошаль. Всегда рядом. Откровенно о жизни и хирургии» он честно рассказывает о самых счастливых и самых непростых моментах своей жизни.

- Леонид Михайлович, вам скоро уже 92. За плечами - бесчисленные награды, почет и уважение во всем мире. И... первая книга о вас. Почему? Неужели не предлагали, неужели не возникало желания поделиться таким красивым и сложным жизненным опытом?

- Во-первых, не преувеличивайте моей популярности. Кто-то меня знает, а кто-то - нет. Я принимался раза два, по-моему. Тоже звонили мне из редакции, хотели, чтобы я поделился своей жизнью, я соглашался. Затем мне приносили текст, я читал и понимал, что это не я, это редактор вкладывал в мои мысли, мои слова свои суждения и видение. Я на это сказал: «Нет, знаешь что, я так не могу. Если это написано от моего имени, то и звучать должно так, как говорю я». Потом был еще раз, когда собрали материалы из архивов и много всего, и тоже мне не понравилось. В общем, эта книга - уже третья попытка.

- Что было самым сложным в работе над книгой и что самым приятным?

- Приятными были отдельные воспоминания, а сложным - вспомнить все.

- Было ли волнительно открывать душу такому количеству людей?



Детские рисунки для доктора Рошала - самая дорогая награда.

- Я даже не думал, что открываю душу. Я просто рассказывал про жизнь. Я действительно откровенен в этой книге. И, конечно, найдутся те, кто воспользуется этим откровением. Но ничего, это жизнь.

- В книге много невероятно трогательных историй про родителей, брата и сестру. Вы чувствуете связь с ними до сих пор?

Да, конечно. Было бы неправдой сказать, что я не чувствую эту связь. Все они ушли, но они со мной.

- Вы пишете, что главная из сотен наград и званий для вас - письма и рисунки с благодарностями от спасенных детей...

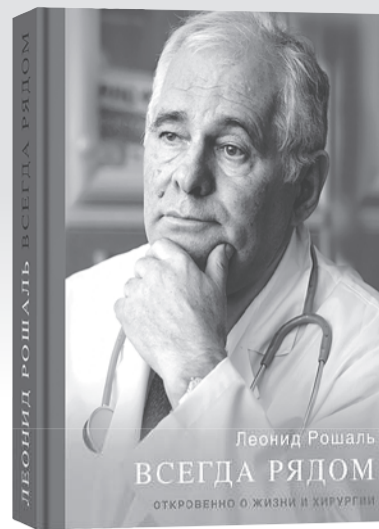
- Я думаю, самая для меня трогательная награда - это из глины сделанная медаль от детей Беслана в благодарность. Она дороже многих других. На ней написано: «Спасибо доктору Рошалу».

- В книге множество уникальных фотографий с мест трагедий, землетрясений и терактов. Душа разрывается, глядя на них. Как вы все это пережили?

- Это все всегда очень тяжело видеть. Но работа есть работа.

- О чем еще не написали в книге? Что бы сейчас хотели еще добавить?

- Конечно, я упомянул не обо всех своих встречах, мало рассказал про созданный Институт неотложной детской хирургии и травматологии. Мало рассказал о Нацио-



Разговор с Леонидом Рошалем - видео на сайте

нальной медицинской палате и тех, кто ее создавал, и что она хочет сделать. Но я стал уже понимать, что книга получается очень большой. Поэтому решил остановиться. Может быть, мы как-нибудь с вами и напишем еще.

- Хотелось ли что-то отдельно сказать критикам?

- Критиков будет много. Не знаю даже, кого будет больше: критиков или тех, кто будет удовлетворен прочитанным. Хочу просто сказать, что я был честен.

- Вы и сегодня продолжаете трудиться? Расскажите чуть подробнее, пожалуйста.

- Времени мне, как всегда, не хватает. Несмотря на то, что возраст, голова продолжает работать нормально и хорошо. Всегда говорю: «То, что выше шеи, - замечательно, где-то 30 - 40 лет. А вот остальное - это все 90 лет, со всеми болячками. Они, конечно, мешают активно жить. Но продолжаю стараться этого не замечать, что трудно. Говорю честно совершенно. Стараюсь работать как работал. Часть времени у меня уходит на институт, часть - на Национальную медицинскую палату и еще значимое время уходит на Общероссийский народный фронт. Скучать мне некогда.

Беседовала Мария БЕЛЕЙ.

О ЧЕМ ПИСАЛА «КОМСОМОЛКА» В ЭТОТ ДЕНЬ

Советско-американская полярная экспедиция «Комсомолки» и взрыв на «Фукусиме»

В этом году «Комсомольской правде» 100 лет! Вспоминаем публикации «КП» в разные годы.

1989

«7 марта 1989 года стартовала советско-американская экспедиция «Берингов мост». Наш спецкор передает с места - мыс Шмидта - Анадырь:

«Крепкую и прочную дружбу Институт биофизики Минздрава СССР завязал с полярной экспедицией «Комсомолки». Каждый выход парней в арктические просторы пополняет знания медиков - а их возглавляет член-корреспондент АМН СССР В. Кошечев - о возможностях человека в условиях переохлаждения и тяжелых физических нагрузок.

Теоретические разработки ученых уже имеют сферы применения. Многим олимпийцам и представителям большого спорта были предложены индивидуальные их рекомендации». «В дни советско-американского перехода медико-биологическую программу экспедиции обеспечивают представители НИИ Советского Союза и США: В. Махов, Т. Мала, Н. Осадчиева, А. Максимов.

Владимир Махов - вот ведь парадокс! - сам, как человек, столкнулся с этой проблемой. Случилось это в Восточных Саянах, в глухой чаще, когда с глазу на глаз он встретился с бурим медведем.



Медведь бежал прямо на него, пытаюсь напасть, но, заметив в руках путника ружье, спрятался за камень, притаился. Стрелять или нет? - рассудок работал трезво. Во-первых, попасть в мишку, чтобы убить его наповал, возможности не было, а во-вторых, в памяти выплыло: смертельно раненный зверь достанет - от него не убежишь». «...Адреналин - гормон борьбы и самосохранения, - вспоминает Владимир, - в тот миг выделился у меня в огромном количестве. Стрелять я не стал - медведь сам ушел прочь. А когда он ушел, я заметил, что у меня дрожат руки и ноги».

«...добавлю, что участникам маршрутной группы предложено испытать специальное походное снаряжение, изготовленное в Институте биофизики, ведь одежда в аномальных метеословиях Крайнего Севера играет не последнюю роль».

2011

Авария на АЭС «Фукусима-1» случилась 11 марта в результате сильнейшего землетрясения и цунами. «Взрыв на первом реакторе АЭС «Фукусима», скорее всего, был вызван падением стены реакторного зала, которая повредила трубы контура охлаждения», - заявил Юкио Эдано, генеральный секретарь правительства Японии». «А МАГАТЭ - международное агентство по ядерной энергетике пока присвоило аварии четвертый уровень по INES - Международной шкале ядерных событий».

«Скорее всего» - эти слова Эдано, скорее всего, свидетельствуют о том, что он не совсем в курсе происшедшего. Или те, кто следит за развитием событий, пока сами в них до конца не разобрались. Или что-то скрывают».

«Похоже все-таки, что авария не ограничилась повреждением труб. Уж очень мощным и резким был выброс над АЭС. А светлый - почти белый цвет облака - указывал на то, что вырвалось огромное количество пара.

На АЭС «Фукусима» установлены так называемые кипящие реакторы. Или реакторы с кипящей водой (BWR). По сути, это гигантские самовары - очень прочные и толстостенные цилиндры высотой 20 метров и диаметром 7 метров. Внутри - «кипяильники»: урановые стержни тепловыделяющих элементов. Они расположены в так называемой активной зоне реактора. «Кипяильники» кипятят воду. Нагреваются примерно до 300 градусов при давлении в 70 атмосфер. Прямо внутри «самоваров» - в верхней их части - вода превращается в пар. Поступает на турбины, затем конденсируется и снова попадает в «самовар». Вода, которая циркулирует в системе, одновременно служит и замедлителем ядерных реакций.

Если наружу вырвался пар и вырвался в большом количестве, то, скорее всего, персоналу не удалось заглушить реактор. Он продолжал кипятить. Но уже без подачи воды, поскольку отключились насосы».

«...авария могла дойти до

14 марта



того, что «самовар», образно выражаясь, выкипел. Активная зона перегрелась, частично расплавилась. В лучшем случае образовавшийся пар стравили внутрь защитной бетонной оболочки, которая окружает реактор. И рванула она - эта оболочка, не выдержав избыточного давления. В худшем - сорвало крышку с самого реактора. В обоих случаях, к сожалению, в атмосферу попал радиоактивный пар - тот, который контактировал с расплавленными тепловыделяющими элементами».

В итоге авария на «Фукусиме-1» сравнялась с чернобыльской и ей был присвоен высший, 7-й уровень по Международной шкале ядерных событий.



Еще больше об аварии на «Фукусиме-1»



Ведущие рубрики Татьяна АДАБАШ, Елена ПОПОВА.

Запрещающие движение на электросамокатах знаки планируют установить в центре Тулы



Игорь КОПЫТОВ

Появятся они уже в апреле.

В историческом центре Тулы планируют установить дорожные знаки, запрещающие движение на электросамокатах. Сделать это предполагается до 20 апреля.

В феврале администрация города ограничила эксплуатацию и стоянку электросамокатов в историческом центре города. Контроль за соблюдением правил парковки и пользования арендованными СИМ будет осуществляться самими сервисами проката.

■ АКТУАЛЬНО

Памятник экс-губернатору Василию Стародубцеву может появиться в Туле

Игорь КОПЫТОВ

Его планируется установить возле Плехановского университета.

В Туле в ближайшие месяцы может появиться новый памятник, посвященный бывшему губернатору Тульской области Василию

Стародубцеву. Он руководил регионом с 1997 года, получив тогда поддержку от 62,75% избирателей. В 2001 году он вновь победил на выборах, набрав 71,4% голосов.

В память о Василии Стародубцеве названа улица в Новомосковске, сельскохозяйственное предприятие, которое возглавля-

ет его внук, а также музей в родном селе Спасском. Теперь же предполагается установить скульптурную композицию возле филиала Российского экономического университета имени Г.В. Плеханова на проспекте Ленина рядом с бюстами других известных деятелей — Георгия Плеханова и Андрея Вознесенского.

■ ОСОБЫЙ СЛУЧАЙ

Тульской пенсионерке помогли вернуть украденные мошенницей 600 тысяч рублей

Игорь КОПЫТОВ

Прокуратура через суд защитила права потерпевшей.

Гражданка Республики Беларусь, обманом проникнув в квартиру 89-летней пенсионерки из Тулы под видом социального работника, похитила принадлежащие ей, денежные средства в сумме 600 тысяч рублей. После этого злоумышленница была осуждена за мошенничество в крупном размере.

Выступая в защиту прав пострадавшей от мошенничества тулячки, прокурор направил в суд иск о возмещении материального ущерба и компенсации морального вреда, который полностью удовлетворен.

Решением суда с осужденной взысканы 650 тыс. рублей.



■ СРЕДА ОБИТАНИЯ



Тульским охотникам напомнили нормы добычи весенней охоты

Игорь КОПЫТОВ

Ограничения по правилам весьма строги.

В Тульской области стартовал сезон весенней охоты на летающую дичь. Министерство природы напомнило, что в регионе действуют ограничения по ее добыче. Так, гусей можно отстрелить 20 особей. Селезней уток — до 3 в день и 30 за сезон. Вальдшнепа можно добывать до 3 особей в день.

Согласно правилам, охота на селезней уток с использованием одной живой подсадной утки разрешена для двух охотников. Добор раненой дичи (подран-

ков) разрешается на расстоянии менее 300 м от укрытия при охоте на уток и менее 500 м при охоте на гусей и казарок.

При этом запрещено использование плавательных средств для преследования, выслеживания или поиска дичи (кроме стоячих укрытий и транспортировки трофеев). Запрещена также охота с подхода или с собаками за исключением подружейных собак для поиска подранков. Не разрешается и добывать рябчиков, лысуху, камышницу, серого гуся, вальдшнепа на утренней тяге, а также самок уток, глухарей и тетеревов. Также запрещено применять электронные устройства, имитирующие звуки животных.



В Туле посчитали городских белок

Игорь КОПЫТОВ

Подобный учет прошел третий год подряд.

Учет городских белок в Туле охватил большинство тульских парков, старинные мемориальные кладбища и некоторые населенные пункты на границе с лесными массивами. В наблюдениях принимали участие как специалисты различных природоохранных организаций, так и школьники со студентами.

Самым «белконаселенным» участком

оказался Центральный парк, где обитает около 30 пар этих пушистых зверьков. По сравнению с прошлым годом их численность немного сократилась, что в целом, не критично.

Меньшую заселенность имеют другие ареалы обитания, среди которых наиболее популярными среди белок оказались Всехсвятское кладбище и Рогожинский и Пролетарский парки. В них встречалось от 2 до 4 пар. Еще меньшей заселенностью характеризовались остальные парки центральной части

Тулы и стадион «Арсенал», а Косогорском парке зверьки или следы их жизнедеятельности не встречались.

Впрочем, отдельные пары белок встречаются на городских улицах. Так, на проспекте Ленина они уже не первый год живут возле корпусов ТулГУ и ТГПУ, по ул. Энгельса белки добрались до городской усадьбы Дома-музея В.В. Вересаева на Гоголевской. Появились и пары, живущие в городских кварталах с развитыми древесными насаждениями.

Всего этой весной в Туле ушли порядка 100 – 110 взрослых белок, что несколько ниже, чем в прошлом году.

Что полезно сердцу?

Здоровый образ жизни – это образ жизни, направленный на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление организма в целом. Он помогает улучшать работоспособность организма, раскрывать в человеке его лучшие физические качества и умственные способности.

Здоровье человека и общества в целом зависит от множества социальных, природных и биологических факторов, и определяется на 20% средой обитания, 20% наследственностью, 50% определяется образом жизни и 10% его зависит от системы здравоохранения.



Сегодня мы поговорим о питании и витаминах с **врачом-кардиологом Тульского областного кардиодиспансера Анной Алексеевой.**

На здоровый образ жизни влияет множество факторов: правильное питание, отказ от вредных привычек, введение в режим дня регулярных физических нагрузок, а также умение управлять стрессом. Своевременная профилактика, здоровый образ жизни, ответственное отношение к себе и окружающим, выбор товаров и услуг, не наносящих вреда здоровью и окружающей среде, все это – необходимые условия сохранения здоровья и долголетия, предотвращения заболеваний.

Витаминами невозможно запастись впрок – организм должен получать их с пищей ежедневно. Весной об этом особенно важно помнить. После зимы наше тело и так испытывает стресс из-за нехватки полезных веществ. Это нередко сказывается как на общем самочувствии, так и на состоянии кожи, волос и ногтей. Самое время отнестись к себе с особенной заботой и вниманием.

К счастью, в современном мире мы можем вдоволь радовать организм вкусными фруктами и овощами круглый год. Те дни, когда начало весны было самым «голодным» сезоном, остались далеко позади. Сейчас нам в любое время доступны даже тропические бананы, ананасы и авокадо, полные витаминов и минералов.

ПРОБУЕМ НОВЫЕ ПРОДУКТЫ

Наполнить свой рацион микро- и макроэлементами помогут овощи. Как и в марте, по-прежнему актуальны белокочанная и цветная капуста, лук-порей, ревен, редис. Не забываем также про морковь и свеклу. Хотя слишком налегать на них не стоит – у этих корнеплодов высокий гликемический индекс, поэтому они могут способствовать накоплению жира.

В апреле в рацион можно добавить спаржу. В 100 г насчитывается всего 20 ккал, при этом в побегах много калия и витамина А, который необходим почкам. Высокое содержание клетчатки, в свою очередь, поможет наладить работу пищеварительной системы.

Фенхель – популярный ингредиент средиземноморской, французской и итальянской кухни – тоже содержит немало полезных веществ. Особенно много в нем витаминов С, РР и А, есть цинк, фосфор, марганец

и кальций. В 100 г свежих листьев этого растения, похожего одновременно на сельдерей и укроп, содержится 27 мкг фолатов, необходимых для синтеза ДНК и деления клеток. А беременным стоит обратить внимание на фенхель в качестве природного источника фолиевой кислоты.

Салатный цикорий является отличным средством для профилактики онкологии прямой кишки, полости рта, легких и мочевого пузыря. Он богат витаминами А, С, железом, фосфором, кальцием, хлором и калием. Эти вещества также помогают бороться с гипертензией и сердечными заболеваниями. Магний, который тоже содержится в листьях, способствует выработке многих ферментов. А благодаря витаминам группы В салатный цикорий благотворно влияет на нервную систему.

СВЕЖИЕ ЛИСТЬЯ

Традиционно зелень воспринимается как приправа к основным блюдам. Но она с легкостью может играть и главную роль в салате и даже гарнире. Такой потенциал есть, например, у водяного кресса. В его острых листочках, по вкусу напоминающих горчицу, много железа и йода, а также других полезных веществ. Благодаря сбалансированному витаминно-минеральному составу врачи-диетологи рекомендуют есть этот салат во время реабилитации после изматывающих организм длительных болезней и сложных операций. Советуют водяной кресс и людям с ожирением или диабетом.

Настоящая находка для тех, кто ведет здоровый и активный образ жизни, – кресс-салат. Он тоже напоминает на вкус горчицу или хрен. В 100 г его листьев всего 32 ккал, а вот витаминов А, Е, С, К и группы В довольно много. Кроме того, в этой зелени содержатся холин, ниацин, фолиевая кислота, йод. Полезные вещества, которыми богат кресс-салат, благотворно



влиять на память и когнитивные способности, помогают улучшить сон и настроение. А за счет мочегонного эффекта снижается нагрузка на почки. Позитивные изменения заметны и на коже: воспаления уменьшаются, следы угрей заживают быстрее.

Листовой салат еще менее калорийный, чем кресс-салат: всего 16 ккал на 100 г. Зато какой богатый у него состав! Витамины С, РР, Е, К, группы В, бета-каротин, калий, магний, хлор, кальций, сера, фосфор, цинк, селен, железо – это далеко не полный перечень полезных веществ, содержащихся в каждом листочке. Добавить это растение в рацион стоит, чтобы укрепить кости и зубы, почистить кровь, отрегулировать уровень сахара. А еще эта зелень благотворно влияет на кожу.

В общем, совсем недаром популярна шутка, что из листового салата состоит завтрак фотомодели.

Шпинат, напротив, удивительно питателен для зелени – больше легкоусвояемого растительного белка содержат только молодой горох и фасоль. При этом он обладает небольшой калорийностью и низким гликемическим индексом, подходит для людей с диабетом и ожирением. Благодаря

высокому содержанию клетчатки кишечник будет работать лучше. Кроме того, эта зелень – рекордсмен по содержанию калия, железа и марганца, поэтому ее особенно рекомендуют пациентам с малокровием и тем, кто восстанавливается после болезни. Также в листьях шпината немало йода, что позволяет восполнять дефицит этого микроэлемента в организме. Наконец, эта зелень обладает легким противовоспалительным, слабительным и мочегонным действием, благодаря чему помогает снять отеки. А пожилым шпинат поможет снижать утомляемость глаз и поддерживать сетчатку здоровой.

СОЛНЦЕ В ТАРЕЛКЕ

Цитрусовые содержат витамины А, В1 и В2, D, К, Р, РР, кальций, калий, железо, бета-каротин, органические кислоты, клетчатку, фруктозу, сахарозу и другие полезные вещества. Эти фрукты отлично помогают поддерживать обмен веществ и мешают накапливаться в крови вредному холестерину. Эти свойства характерны для всех плодов этой группы. Вместе с тем, каждый вид цитрусовых имеет свои особенности.

Например, в любимых многими апельсинах высокий уровень пектина и клетчатки, полезных при заболеваниях желудка и кишечника. Они обволакивают слизистую и способствуют ускорению перистальтики, питают микрофлору. Кроме того, эти фрукты – одни из рекордсменов по содержанию витамина С, который так нужен для укрепления иммунитета, ослабленного после зимы.

Половину суточной потребности в витамине С можно получить и из двух столовых ложек лимонного сока.

Пользоваться этим стоит ради того, чтобы быть не только здоровым, но и красивым. Регулярным порциям аскорбиновой кислоты будут рады кожа, волосы и ногти. А провитамин А позволяет поддерживать и даже улучшать зрение у пожилых, не говоря уже о людях, которые много времени проводят за компьютером.

Эфирные масла грейпфрута помогают справиться с головной болью и нервозностью. А еще его плоды – верные союзники тех, кто хочет сжечь лишние калории. В них содержатся вещества, ускоряющие метаболизм. Полезен этот фрукт и людям с диабетом, атеросклерозом и повышенным давлением, которым нужно следить за холестерином и уровнем сахара в крови.

ГУЗ «Тульский областной клинический кардиологический диспансер»

ПОДАРИ СЕРДЦУ ЗДОРОВЬЕ!

Медицинская кардиологическая помощь при:
сердечно-сосудистых заболеваниях, ишемической болезни сердца, инфарктах, гипертонии, нарушениях сердечного ритма и др.

- ✓ Кабинет по проверке работы электрокардиостимуляторов
- ✓ Отделение кардиологии (комфортабельные двухместные палаты)
- ✓ Отделение функциональной диагностики (мониторинг артериального давления, ЭКГ, велоэргометрия, УЗИ сосудов)
- ✓ Отделение рентгенохирургии
- ✓ Отделение ультразвуковой диагностики

Кардиоцентр: Вeneвское ш., 21, т. (4872) 77-30-84 Поликлиника: г. Тула, ул. Революции, 4
телефон «горячей линии» 8 (910) 701-95-62 Т. (4872) 77-04-08 www.tulagb13.ru

О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА



ЧАСТЬ
2

Как внучка превратила и отправила в канализацию

Обозреватель «КП» провела расследование громкой детективной истории и выдвинула собственную версию убийства Виктора Тархова.

Окончание.
Начало в номере «КП» от 11 марта с. г. и на сайте KP.RU.

В первой части: куда исчезли Виктор и Наталья Тарховы; как внучка избавлялась от тел; чем запомнился бывший мэр Самары.

КАТЯ И ДЕНЬГИ

Я бегу по главной туристической улице Самары, старинной улице Куйбышева, и ныряю в подвальчик - антикварный магазин.

- Вон она, - показывает глазами блогер **Алеся Чураева**.

На прилавке среди бюстов Сталина и дореволюционного фарфора - неведомая хрень: кварцевая друза на подставке, на ней еще одна, со слюдой, и еще, ценник - 14 600 рублей.

Алеся обнаружила артефакт летом: принесла оценить выкинутые на помойку вещи губернатора Азарова, а директор комиссионки ей в ответ: «У



Виктор Тархов, убитый собственной внучкой.

нас и вещи мэра Тархова продаются, внучка приносит». Рассказал, что приходит приятная девушка в джинсах и с огромными пакетами, сувениры сдает по паспорту на имя Тарховой Екатерины Викторовны, родства не скрывает, наоборот, говорит, что девушка купит ей здесь что-нибудь из антикварной ювелирки.

Когда обнаружилось убийство, директор еще давал интервью об имени той клиентке, но потом резко оборвал контакты с прессой: не исключено, что именно через эту привычную точку девушка сбывала вещи и в январе.

Сбытом ценностей она занималась давно: корреспонденты «КП» - Са-

мара» разыскали страницу «Авито» двадцатилетней Кати Тарховой (сейчас девице двадцать девять). Очки Chanel, футболка Dolce & Gabbana, клатч Manolo Blahnik, «один выгул на свадьбу», рамочка с кристаллами Swarovski, куплена в США, туфли, куплены в ОАЭ...

Видно, что красавица жила хорошо, но что при этом ей постоянно не хватало денег: «Отсутствует один страз на одной сережке», - это как раз про нищелюбие. Пишет безграмотно: «Дизодарант».

Сразу после задержания Тарховой блогеры стали писать, что она якобы наркоманка и просто дрянь: с юных лет «пила, гуляла, курила и смотрела на всех, как на говно, одноклассники как-то написали в сочинениях: «Мечтаю, чтобы Катя Тархова умерла», - но тут выступили друзья семьи и соседи: «Мы с Катей учились в одной группе на юрфаке, потом около года были в одной компании, я НИ РАЗУ не видела ее в наркотическом опьянении. Высокомерие, про которое все говорят? Ну, я не видела этого, по-моему, были гораздо более мажористые и высокомерные люди», «Много раз пересекались во дворе, где она все лето сидела на площадке с сыном, ничего плохого не могу сказать», «Она была тихая и скрытная, я бы назвал ее зашуганный зверек», «Она была примерной и максимально заботливой мамой, в нашем кругу была добра, вежлива, но по жизни всегда могла постоять за себя и своего ребенка».

Сын крестной этого ребенка Елены Братчиковой рассказал «КП», что Екатерина была нормальной, только не работала, денег ей все время не хватало...

С деньгами связана и еще одна понастоящему чудовищная история. В 2019 году Катя вышла замуж за парня из Израиля, свадьбу сыграли на Кипре, и родители (то есть дедушка Тархов) подарили молодым на свадьбу миллион евро, но... по версии Кати, всю сумму до копейки прикарманила

Людмила, Катина мама. У молодых начались по этому поводу скандалы, и брак распался.

Катерина с новорожденным сыном вернулась в Россию, где, естественно, продолжила требовать с матери свое со словами: «Ты... (сумасшедшее, матерн. - Ред.)... (ничтожество, матерн. - Ред.)! Воровская подлая и наглая морда! Ты, с...ка, за все в своей жизни ответишь, за всех тех, кому твоя... (никчемная, матерн. - Ред.) жизнь доставила проблем! Мразь е...! Закажут тебя, с...ку, и поделом тебе будет, когда тебя, с...ку,... (отымеют, матерн. - Ред.) все те, кому ты должна! Ты чего думаешь? Я не ты, с...ка, без педикюров проживу и брендов...»

Переписку нам предоставила знакомая семьи, о скандале рассказала бывший адвокат **Елена Беленькая**, которую Людмила пригласила для урегулирования конфликта, потому что, как и следовало ожидать, сама Людмила Викторовна имела насчет потерянного миллиона совершенно иное мнение.



Бывший адвокат Елена Беленькая: «Екатерина испытывала стойкое неприязненное отношение ко всему семейству».

- Из своего личного общения я сделала однозначные выводы, что Екатерина испытывает стойкое неприязненное отношение ко всему семейству из-за конфликта, который у нее был с матерью, - сформулировала Беленькая.

Ну то есть добра и вежлива Екатерина была с теми, кто ее не трогал, - но не в кругу семьи. Бабушка и дедушка были в шоке - и ненависть только нарастала.



ВЕРНИТЕ МНЕ МОЮ ЭПОХУ

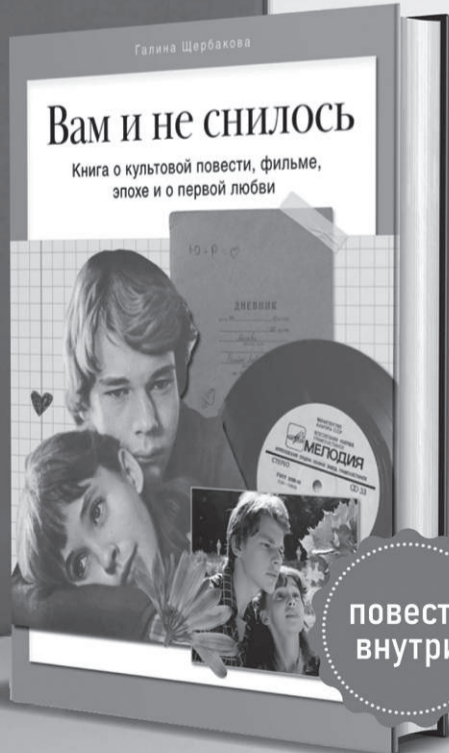
Погружение в ранние 80-е, удивительные и незабываемые, сложные, переломные, когда билет в кино стоил 50 копеек.

Уникальные фотографии со съемочной площадки, киноафиша и другие артефакты

★★★★★ Татьяна

«Купила дочке, ей 15, у нее первая любовь, ей в самый раз такое чтение. И сама тоже читаю не отрываясь. Я помню, как редела над этим кино. А книга даже лучше, там и сама повесть, и много фактов о том, как создавали фильм. Жизнь актеров оказалась еще хлеще, чем в кино. Я очень много не знала. Спасибо за эти эмоции».

КУПИТЬ ЗДЕСЬ



повесть
внутри



В антикварной лавке рядом с бюстами Сталина и Жукова - арт-объект из минералов, принадлежавший Тархову и проданный внучкой Катей.

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

Ульяна СКОУБЕДА «КП» - Москва

Экс-мэра Самары в пыль ради наследства

Екатерина опрокинула кальян на крохотного сына, мальчик попал в ожоговый центр. Тарховы посчитали, что это было сделано специально, и попросили Бельскую составить исковые заявления о признании внучки частично недееспособной, а опеку над ее малышом передать Наталье Ивановне... То есть старики попытались лишить Екатерину сына.

Катя в этот период пишет деду: «Что же ты, старик... Тебе рассказали, что ты в 20-м году подохнешь? Нашему городу ждать такой радости или ты, бухая каждый день, и так скоро доставишь нам радость? А правнук твой благодаря мне будет ходить и с...ть на твою ущербную могилу. Всю жизнь ты был мешком с деньгами, кстати, пока все не... (потерял, матерн. - Ред.). Виктор Тархов это просто никто... Продолжения рода у такого... (ничтожества, матерн. - Ред.), как ты, не будет. И твой будущий род даже знать за такое г...но как ты не будет»...

Сильно. Шах и мат всем, кто писал, что «Виктор Александрович обожал внуку, баловал», - и лил прочий сахарный сироп: отношения в семье были жесткие и страшные. По словам **Сергея Логинова** (Катиного папы, Лорда), Катя душила деда шарфом.

Лорд тогда, по возвращении Кати из Израиля, попытался восстановить отношения с дочерью, появился в ее жизни спустя 25 лет, чтобы посмотреть на маленького внука, а Катя, обняв новообращенного папу, первым делом предложила ему «тряхнуть деда»: вытрясти из старика денег.

Этот дед всего лишь воспитал ее с двухгодовалого возраста, вырастил и выкормил. Всего-то...

Лорд так обалдел, что даже пытался

сообщить о произошедшем Тархову, которого откровенно не любил, ездил к тому самому помощнику Кузнецову... Все зря: Виктор Александрович не стал говорить с бывшим зятем. К собственной гибели.

ПЫТАЛАСЬ СПАСТИ ИМУЩЕСТВО ОТ МАТЕРИ

Ох, подведем итоги.

Катя не работала (институт бросила, потому что «дед экзамены и зачеты не проплатил», так объясняла свое отчисление отцу, Лорду).

Мама Людмила Катерину, по сути, разорила. Какие проблемы у мамы, можно только догадываться: бывший адвокат Бельская сказала «КП» дословно: «Людмила Викторевна человек объективно больной, страдающий алкогольной зависимостью», - но, кажется, здесь пахнет чем-то похуже. На одной из передач упоминались игромания и полеты в Лас-Вегас, то есть рулетка, - но без доказательств, конечно. Примем это как версию.



Отец Екатерины Сергей Логинов, известный как Лорд...



Внучка Тархова на следственном эксперименте.

Так вот, мама Катерину разорила, а дед обеднел. Вспомним слова Колычева про «ничего не осталось». Вспомним, что перед Новым годом бабушка и внучка не смогли купить Кате вещь, у них не хватило денег...

При этом старики кормили молодую женщину и платили ей за съемную квартиру (и хорошо платили,

около 70 - 100 тысяч), но... аппетиты у девушки были гораздо большие.

Подумаем: ей приходилось жить на иждивении и милостью тех, кого она ненавидела и кто чуть не отобрал у нее сына. А еще она понимала: случись что с дедом, все имущество достанется совсем не ей, а маме Людмиле, которая, во-первых, наследница первой очереди, а во-вторых, умеет как-то пропускать сквозь пальцы гигантские суммы денег бесследно.

Именно потому Катенька пыталась спасти хоть что-то: весь январь бешено реализовывала тарховские иконы и драгоценности, продала бабушкину машину, получила дивиденды деда (в одной фирме ему еще причитался миллион рублей): понимала, что иначе все достанется матери и мать все спустит.

- Они ее на денежную иглу посадили - потом денежную иглу убрали, - сказал Сергей Логинов о дочери. - Денежной наркоманкой сделали.

Люблю людей из 90-х. За базар отвечают, потому говорят конкретно.



...и мать Людмила, ныне отбывающая наказание в колонии за вымогательство 200 миллионов рублей.

■ ФИНИТА ЛЯ ТРАГЕДИЯ

Анекдот про сообщника, которого то ли нет, то ли он есть

Осталось рассказать историю-фарс.

С самого начала общественность спрашивала, как фифа в «Ролексе» с бриллиантами могла додуматься распилить тела пиллой, а еще знать, как действует азот.

«Она не такая умная!» - сказал израильский свекор Кати, а мы добавим: и пишет с ошибками.

В информпространство сразу было вброшено, что на зоне у Кати есть возлюбленный, и это - барабанная дробь - **член знаменитого ОПС, организованно-преступного сообщества обнальщиков Виталий Лукин!**

Это громкое дело о выводе финансовых средств из страны, его фигурантов долго и с треском сажали...

В общем, в Самаре история на слуху.

Вот якобы Лукин и руководил Тарховой с зоны: она звонила ему весь январь и получала инструкции, он наврал возлюбленной, что должен 15 миллионов по карточному долгу, она ездила к нему на суд и возила передачи... Ромео

и Джульетта по разные стороны решетки. Романтика.

Я разыскала адрес Лукина и сунула визитку его маме, этим же вечером со мной связались в Телеграме:

- Вы интересуетесь Виталием? Мы можем рассказать, как обстоит на самом деле: то, что печатается сейчас, какой-то позор...

До часу ночи я брала интервью. Вкратце мне рассказали, что да, Виталий и Екатерина шапочно были знакомы давно, а тут Катя приехала в суд к матери, которая знакомилась со своим уголовным делом, и встретила Виталика, они разговорились, назначили свидание в суде еще раз... Нет, о любви речи не идет, Виталий спокойно отзывается о Кате: мол, неплохая девушка, выйду - присмотрюсь.

И нет, Катя не привозила ему передачи: передачи ему возит мама, и он не задолжал никаких денег:

- С деньгами у Витали все отлично, по версии следствия он заработал 500 миллионов рублей, так что никакие деньги он у Тарховой не просил и просить не мог, это

бред. Если бы написали, что он ее обеспечивал, это было бы больше похоже на правду. Лук, чтоб вы понимали, там на баланде не сидит, питается только домашней едой, все отлично у него, посылки налажены два раза в неделю.

Но главное - сидит обнальщик не в колонии, где эски всем баракком разводят глупую «ждулю», а в СИЗО-1 Самары: там камерная система, и в камере с ним несколько таких же «первоходов», сидящих ВПЕРВЫЕ за экономические преступления. То есть все они, по сути, офисные клерки! Люди из бизнеса! Они не играют в карты, и сами не знают, как уничтожать трупы азотом!

Виталий сейчас в шоке и не верит, что Катя способна на такое, следователи вскрыли его телефон (да, его нашли в камере), но обнаружили в переписке «только личное», так что в деле Тарховой Лукин не организатор, а свидетель. Вообще вброшенная информация о причастности Виталия к «этой грязи» - заказной оплаченный пиар: Лукин сидит уже пять

лет и скоро готовится к УДО за хорошее поведение. Он специально затягивает апелляцию, пишет жалобы, чтобы как можно дольше не отправляться на зону: в СИЗО день считается за два и срок таким образом идет быстрее. Адвокаты Виталия уже готовят иски к СМИ, которые приплели его к убийству, денег хватит...

Знаете, я прониклась. Математик с университетским дипломом (потому, вероятно, и смог стать мозгом финансовой махинации, хе-хе), что у него общего с распиливанием пиллой?

Анонимная гражданка, отвечающая мне в ночи, назвалась «источником, близким к Следственному комитету» и упомянула, что «знает Виталию с детства». Мы поджентльменски договорились, что текст выйдет, когда я вернусь в Москву, и...

Через два дня интервью было неожиданно удалено из моего Телеграма и разослано в самарские СМИ, из текста были только вырезаны мои вопросы. Фактически меня обокрали: украли мою работу и отдали коллегам. ОПС - всегда ОПС: не стоило верить преступникам. Если ты пьешь с ворами, опасайся за свой кошелек.

Когда писался этот материал, Екатерина дала признательные показания, что у нее все-таки был сообщник и он покинул пределы Самарской области. Но и Лукина я бы со счетов не сбрасывала.

Например, на последнем суде выяснилось, что у Кати Тарховой появился адвокат по назначению, то есть за деньги. Родных у девушки на воле нет, сбережений тоже... Кто бы мог порадеть о сиротке?

Теряюсь в предположениях.



Подробности расследования убийства экс-мэра Самары - в специальном разделе на сайте



Школьников будут учить по «Комсомольской правде»

Учебники по медиабезопасности, написанные журналистом «КП», вошли в Федеральный перечень учебников.

Евгений СТРИГУНОВ

На днях опубликован проект Федерального перечня учебников, в который вошел курс «Медиаграмотность и медиабезопас-

ность» для средней школы, написанный нашим коллегой.

Мы спросили Александра МИЛКУСА, как получилось, что журналист стал автором книг для школьников.

- Для меня важно, что учебники изданы в год столетия «Комсомолки», в которой я проработал больше 35 лет, в том числе больше десяти лет редактором отдела образования, науки и новых технологий «КП». А потом меня пригласили возглавить лабораторию медиакоммуникаций в образовании Высшей школы экономики. Мы с коллегами занялись медиаобразованием школьников. Общаясь со старшеклассниками, я увидел, что ребята очень легко поддаются на манипуляции злоумышленников, засевших в Сети. Многие убеждены: информации из интернета можно, безусловно, доверять.

В течение 2019 - 2021 годов практически во всех странах, которые входили в состав Советского Союза, синхронно вышли учебники по медиаграмотности для школ, вузов. И - странное совпадение - их издание везде было профинансировано западными фондами (интересно, почему учебники по математике они не поддержали?). У нас такого курса не было, и я знаю учителей - медиапедагогов (новая специальность!), которые использовали те учебники для своих уроков.

В общем, стало понятно, что нам нужен собственный курс, основанный на истории отечественных медиа и дающий ребятам представление о технологиях, которыми пользуются создатели фейков для манипуляции молодыми людьми. Я его назвал «Медиаграмотность и медиабезопасность». Готовили мы его на базе старейшего учебного издательства «Просвещение». Решили начать с 5-го класса, потому что в 10 - 12 лет ребята начинают активно пользоваться интернетом, заводят соцсети и попадают в разные неприятные истории.

НАУЧНО, НО УВЛЕКАТЕЛЬНО

- Насколько сложно было писать школьный учебник? Отличается ли такая работа от работы журналиста?

- К сожалению, нет такой традиции - посвящать школьный учебник какому-то человеку. Книги можно, стихи - тоже. Учебники не принято.

А была бы возможность - я бы посвятил его многолетнему главному редактору «Комсомолки» Владимиру Николаевичу Сунгоркину, скоропостижно ушедшему от нас не так давно. Он многому нас научил. Например, из меня, пришедшего в редакцию юным репортером, журналистом, сделал опытного медиаменеджера. Он учил нас всех, какими должны быть «фирменные» публикации в «КП» - короткими, понятными, написанными хорошим языком, снабженные эмоциональными фотографиями и четкой инфографикой. Они должны учитывать интересы аудитории, читателей.

видеоуроки, а еще педагоги могут с сайта издательства бесплатно скачать книжку для учителя с методикой ведения занятий по нашему курсу, написанную Екатериной Бирюковой.

Учебник разбит на две части - для 5 - 6-х классов и для 7 - 9-х классов. Несмотря на то, что это все средняя школа, ребята в 5 - 6-х классах существенно отличаются по интересам, желанию учиться и жизненному опыту от учеников более старшего возраста.

Пример - учебник для 5 - 6-х классов оформлял художник Дмитрий Бикашов. Он же



Странички учебников содержат примеры из богатой истории «КП».

Мы в лаборатории разрабатывали для московских медиаклассов пособия по медиакоммуникациям в Москве, по современным технологиям медиапроизводства. Так что опыт систематизации знаний для учебников у меня уже был. Плюс многолетний опыт издания «Комсомолки». Были времена, когда я работал выпускающим редактором и федерального, и московского выпусков.

Поэтому учебник мы вместе с замечательными дизайнерами, верстальщиками, редакторами издательства готовили «по комсомольскому» принципу - увлекательно, компактно, с максимумом иллюстраций. Кстати, часть иллюстраций предоставлены «Комсомолкой». Плюс - есть

СМИ были инициаторами важных спортивных и культурных событий. Газета «Известия» проводила международный турнир по хоккею. А газета «Комсомольская правда» организовала первый в мире поход на Северный полюс на лыжах. Журналисты пропагандировали чтение, устраивали читательские конференции. С 80-х годов прошлого века стал популярен жанр «Прямая линия», когда любой читатель мог позвонить по телефону в редакцию и получить ответ от компетентного специалиста — чиновника, врача, режиссера или популярного артиста. Новый этап для российской журналистики наступил в конце 80-х — начале 90-х годов XX века, когда стали издаваться десятки тысяч периодических изданий, в сотни известных и малоизвестных журналистов, политиков и новоявленных бизнесменов стали выпускать собственные СМИ. Было время, когда, встречаясь, журналисты обменивались не визитными карточками, а газетами, которые издавали.

оформлял учебник по истории для 5-го класса. Поэтому стиль картинок в книге ребята знают, близок. А для учебника для 7 - 9-х классов рисовала молодая талантливая Анастасия Ярв. В нем есть комиксы. Герои-подростки «переходят» со страницы на страницу. Стиль рисунков более контрастный.

Когда «Просвещение» напечатало пару десятков пробных экземпляров, часть книг быстро разобрали сами сотрудники издательства, «чтобы почи-



Учить разбираться в медиа сегодня нужно уже в средней школе, чтобы дети не попадались на удочки мошенников в Сети, уверен автор учебников Александр Милкус.

тать». Значит, действительно интересно и полезно.

КОМУ НУЖНА МЕДИАГРАМОТНОСТЬ

- И все-таки неужели информации хватит на изучение в течение пяти лет?

- Давайте для начала разберем, что означают термины «медиаграмотность» и «медиабезопасность».

Медиаграмотность - это способность критически воспринимать, анализировать и оценивать информацию, представленную в самых разных форматах. Она подразумевает и понимание влияния медиа на общественное мнение и культуру, осознание этических и правовых аспектов.

А медиабезопасность - это меры и правила, направленные на защиту нас с вами - читателей, зрителей - от негативного воздействия медиаконтента.

В учебниках мы рассказываем историю возникновения медиа. О том, как изменило информационный мир появление интернета, расцвет соцсетей. Объясняем, кто и зачем запускает фейки, как они влияют на нас, почему порой на фальшивку

ключают даже опытные люди. Знакомим с правилами «вычисления» дезинформации и дипфейков.

Еще одна, на мой взгляд, важная часть учебников - мы объясняем то, как на восприятие информации влияют тип, размер и даже цвет шрифта, освещенность кадра и композиция фотографии. Имеет

значение все - размер строки, формы абзацев, тембр и интонации ведущего.

Исследователями установлено: получив некую тревожную информацию (например, звонок от «следователя» о «воровстве денег со счета»), наш мозг не сразу включается, чтобы проанализировать информацию. Это такой древний механизм в нас заложен. Наши предки в случае опасности, нападения дикого зверя не должны были задумываться, насколько дела плохи, а ноги в руки - и бежать. Также и мы сначала эмоционально реагируем на строгий голос «следователя». Задача мошенника «поймать» наш мозг, чтобы он не включил критическое мышление, а, встревоженный, шел вслед за ним (очевидно, снимать деньги в банке).

Примерно так же действуют на нас дипфейки, провокационные публикации. Кстати, установлено, что лживым сообщениям мы доверяем на 60% чаще, чем сообщениям правдивым. Потому что они правильно с точки зрения эмоциональности «упакованы».

Вот про технологии, которыми пользуются разного рода мошенники, манипуляторы, которые хотят спровоцировать человека обычно на какое-то противоправное, спонтанное поведение, мы рассказываем школьникам. Учим, как научиться не попадать в такие ловушки. А если уж ты взялся писать пост, снимать видеоподкаст - объясняем, как правильно, корректно это сделать. И подчеркиваем, какая ответственность сегодня лежит на создателе контента - любого, хоть развлекательного, хоть образовательного.



Физике в школе могут добавить год, а химии - два. Читайте на нашем сайте



17 - 23 марта

ГОРОСКОП

Подготовила Евгения АН.

Читательницы спорят: надо ли гоняться за альфа-кавалером или лучше спокойно растить детей с бетой.

Плохонький, но свой

Александра ЗАЙЦЕВА

МЕХ БЕЗ ПРИЧИНЫ

Всю эту теорию на нашу голову придумал в 1947 году швейцарский ученый Рудольф Шенкель. Это он поделил волчью стаю на альфа-, бета- и гамма-самцов. По другим источникам, то же самое делал спустя почти 30 лет американский зоолог со странной фамилией Мех. Потом он от своей теории отрёкся, но поздно, она уже ушла в народ и укоренилась там намертво.

Мех так Мех, читательницы наших страничек в соцсетях матчасть не учили. А просто разделились на два примерно равных по численности лагеря и спорят, кто такой альфа.

ТЕОРИЯ ВОПРОСА

Одна половина доказывает, что главное в альфах - экстерьер. Красив, умен, обаятелен, душа и лидер компании. Одним словом, выглядит так, что эффективнее только греческая футбольная сборная. Все тебе завидуют, когда он рядом. А инстинкт подсказывает, что и потомство от такого будет всем на зависть.

Глупости, уверяет другая часть женщин. Вы детей олигархов видели? Как-то маловато среди них двухметровых писаных красавцев с мышцами футболистов. Гораздо важнее не отборные гены, а умеет ли будущий отец потомство обеспечить. Главное - его врожденная способность отгрызать у других представителей стаи ресурсы для комфортной жизни. Сумеет обеспечить комфорт себе - значит устроит его и вам.

(При всем обилии зоологических терминов мы все же говорим про людей. Иначе фоном звучала бы музыка из «В мире животных», а рассуждал бы на эту тему Николай Дроздов, а не читатели в соцсетях.)

По поводу бет никто не спорит. С этими понятно, какая жизнь вас ждет: сама зарабатываешь, сама решаешь все проблемы, а серьезных ситуаций лучше вовсе избегать. Потому что случись в жизни горящий на скаку конь - останавливать его придется тоже тебе. Твой бета либо сам затупит в поисках выхода из кризиса, либо его начальник на работе не отпустит на подвиг.

Зато есть надежда, что бета никуда из дома не денется.

Не рванет немедленно спасать человечество, не укатит на великую стройку с одной только парой носков в рюкзаке. И отцы из них, говорят, получаются хорошие.

Гамма-личностей давайте не будем рассматривать. В российских реалиях это те, кто пасется на крыльце продуктовых магазинов и выпрашивает пятаки на поправку здоровья.

САМЫЙ СИМПАТИЧНЫЙ ВО ДВОРЕ

Амина:

«У меня тоже был такой одноклассник: смазливый на лицо, три спортивных разряда. К десятому классу раскочал плечи так, что школьный пиджак на нем лопнул по швам, и он донашивал отцовский. По этому мальчику умирали все девчонки старше 14, я в том числе. Совсем как в известной песне «из 107-й квартиры па-а-арень самый симпа-а-атичный во дворе».

Замуж я вышла совсем за другого одноклассника - самого обычного, неприметного. Муж звезд с неба не хватает, в компаниях помалкивает. Зарабатываем одинаково. Был даже период, когда он числился на бирже труда, и жили мы на мои деньги. Потом я устроила его в свою же организацию. Про цветы к моему дню рождения ему нужно напоминать, сам не сообразит. Зато у нас двое детей, я спокойна и точно уверена, что никто мое счастье не разрушит.

А того яркого одноклассника периодически встречаю. Дважды был женат, четверо детей у него, все от разных женщин, двоих не признал. Живет по-прежнему с родителями. Работал тренером в фитнес-центре, выгнали. Он и сейчас хорош собой, но бывшего шлейфа из девушек давно нет. Молоденьким дурочкам он неинтересен, у них свои

кумиры. А ровесницы давно поняли, что он из себя представляет. Так что сказки про альфа-принцев я бы оставила школьницам».

«НАПЛАЧЕШЬСЯ С НИМ!»

Настя:

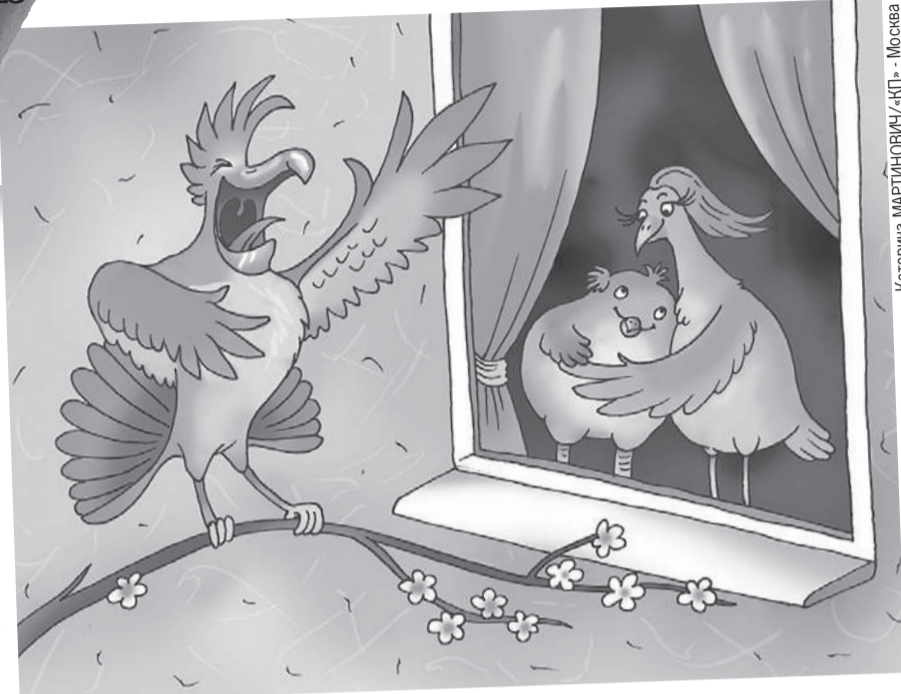
«Кого-то устраивает жизнь по принципу «пусть плохонький, зато свой». Но это не моя история. Я всегда брала от жизни по максимуму.

Первый брак не удался. Чтобы выкарабкаться из депрессии после развода, я сменила все: квартиру, город, гардероб, прическу. И работу. Именно там я встретила будущего второго мужа, своего начальника. И поняла, что хочу быть рядом именно с таким человеком. Хочу на его уровень жизни.

Да, я его добивалась, отмечая одну за другой соперниц. Под шипение коллег: «Куда ты лезешь, не по Сеньке шапка, наплачешься с ним, выбери попроще». Но к тому времени я уже знала цену дружеским добрым советам. Нет уж, «попроще» ищите сами. У меня такой вариант был, хватит.

И вот что хочу сказать. Никогда, никогда не сдавайтесь. Даже если ситуация на 200, на 500 процентов не в вашу пользу. Потому что завтра эта ситуация внезапно изменится сама, а вы уже заранее сдались и проиграли.

Не знаю, какие там энергетические поля я сдвинула своим упорством, но - бинго. Мы сыграли красивую свадьбу. Ждем ребенка. Я прекрасно осознаю, что мне все так же придется отметить соперниц, теперь уже в качестве жены. Но жизнь, к которой стремишься, того стоит. Ох, с каким удовольствием я теперь смотрю на кислые лица бывших «подруг», которые так советовали мне отступить».



Катерина МАРТИНОВИЧ / КП - Москва

Овен



Овнам предстоит много общаться - вы и старые связи укрепите, и новые полезные заведете. Главное - не копаться в прошлых обидах и промахах. Не хватало вам еще разбираться в скандалах столетней давности. Так что получайте удовольствие от общения, а в конфликты не лезьте.

Телец



Предыдущие недели были напряженными, поэтому Тельцам ретроградный Меркурий даже на руку. Ну и пусть все процессы замедлились, зато не нужно никуда бежать, чтобы успеть все и сразу. Вам нужно замедлиться и отдохнуть. Это не лень, это восполнение энергии - очень важная, между прочим, штука.

Близнецы



Конек Близнецов - общение. Эта неделя будто создана для вас, потому что именно общение будет на этой неделе на первом месте. Обязательно общайтесь с друзьями и близкими, укрепляйте связи. И про коллег не забывайте - это будет полезно и для работы, и для личной жизни.

Рак



Раков ожидает судьбоносная встреча, которая способна изменить всю их личную жизнь. Вы посмотрите на отношения и любовь совсем другими глазами. Возможно, вас это немного испугает, ведь перемены всегда пугают. Но эта встреча подтолкнет вас к принятию важного решения.

Лев



Львы могут почувствовать раздражение. А все потому, что мнение руководства не совпадает с вашим. Не стоит на этом заикливаться. Даже если между вами нет согласия, но вы продолжаете хорошо работать - все ваши заслуги обязательно будут замечены и вознаграждены.

Дева



Девам захочется побольше времени проводить в тишине и уединении. В этом нет ничего плохого. Однако это не значит, что нужно зарыться в берлогу и носа оттуда не показывать - эту неделю нужно использовать для поиска единомышленников, с которыми вам будет приятно делать одно дело.

Весы



У многих дела встанут колом, но только не у Весов. Вы будете одними из самых успешных знаков зодиака на этой неделе. За что ни возьметесь - все-то у вас получается. Главное - не хвастаться, чтобы не нажить врагов. Продолжайте трудиться, чтобы оставаться на вершине успеха.

Скорпион



Посоперничать с Весами по успешности могут Скорпионы. По крайней мере в том, что касается работы и профессиональных вопросов. У вас будет возможность проявить себя - покажите, на что вы способны. Вы сможете блеснуть острым умом и легко добьетесь целей, до которых окружающим далеко.

Стрелец



У Стрельцов неделя с ретроградным Меркурием во главе проходит по всем канонам: вам точно не стоит брать за что-то новое, посвятите это время завершению старых дел. Наведите порядок во всех делах, проведите уборку на рабочем месте, сделайте то, что давно откладывали.

Козерог



К Козерогам ретро-Меркурий приведет человека из прошлого. Если вы свободны и не рассчитываете на глубокую связь, то можете окунуться в быстротечный роман. Вы не просто так расстались, и давать этому человеку второй шанс не стоит. Если вы в отношениях - просто проигнорируйте его.

Водолей



Водолеям период всеобщего торможения - хуже горькой редьки. И самое неправильное - начать срывать с близких. Держите себя в руках, если хотите сохранить гармонию в ваших отношениях. Если у вас попросят совета - обязательно посоветуйте, но глубже не влезайте.

Рыбы



Делать миллион дел одновременно не получится. И не переживайте, если что-то не получается. Будьте корректны с окружающими и вам воздастся. Поскольку из-за Меркурия наступает неразбериха, следите за всеми своими обязательными платежами и кредитами - все должно быть выплачено вовремя.

Анна КУКАРЦЕВА

Избирательность детей в выборе блюд - это, оказывается, диагноз. Что же с этим делать?

Ребенок наотрез отказывается есть овощи и фрукты, питается исключительно макаронами и пиццей. Знакомо? Это, дорогие читатели, не избалованность и за это не «надо драть ремнем». Оказывается, это особый тип пищевого поведения ребенка. По-английски - ARFID (avoidant/restrictive food intake disorder), в прямом переводе - избегающее/ограничительное расстройство приема пищи (ИОРПП). Проще - пищевая избирательность. Об этом на 26-м Конгрессе педиатров России рассказала д. м. н. Елена Павловская, старший научный сотрудник отделения педиатрической гастроэнтерологии, гепатологии и диетологии ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологий» Минздрава России.

- Врачи начали считать пищевую избирательность проблемой совсем недавно, - говорит Елена Павловская. - Раньше полагали, что существует единственный правильный подход к нарушениям пищевого поведения. Если ребенок плохо ест, то есть недостаточно разнообразно или слишком мало, по мнению родителей, и если он худой, надо его накормить всеми способами.

Но в XXI веке появились новые знания о том, что аппетит - это достаточно сложная функция, которая не определяется чисто волевыми показателями, и, если человек что-то не ест, это не значит, что он просто капризный.

- У нас расширились представления о расстройствах пищевого поведения (это не только анорексия и булимия), - продолжает Елена Павловская. - И, конечно, изменилось отношение родителей к детям, появилось ответственное родительство, когда детей не заставляют силой, а стараются помочь.



Елена Павловская.

Ребенок от еды воротит нос? Пожалуй, это к доктору вопрос!



Катерина МАРТИНОВИЧУ-ЧП - Москва

? ПОЧЕМУ ЕМУ НИЧЕГО НЕ НРАВИТСЯ

- Раньше считалось, что ребенок вырастет и будет есть все, что и остальные сверстники, - говорит доктор Павловская. - Но сегодня известно, что пищевая избирательность сохраняется с возрастом и у взрослых людей. Поэтому важно вовремя ее выявить и защитить ребенка, у которого с таким избирательным аппетитом может быть множество проблем. И речь не только о худобе.

У дошкольников, по разным оценкам, частота избирательного аппетита доходит от 8 до 50%. И чаще всего дети, конечно, отказываются от овощей. Если родители хотят привить им принципы ЗОЖ, этот вопрос становится ключевым.

Причин пищевой избирательности может быть несколько:

✓ Сенсорная гиперчувствительность и тревожность у ребенка, из-за которой ему могут не нравиться текстура, фактура, температура, вкус, запах пищи. И это может быть проявлением неврологических заболеваний (по различным данным, ARFID

диагностирован у 10 - 50% детей с расстройствами аутистического спектра).

✓ Стиль кормления и нерациональные пищевые привычки родителей. Например, некогда или лень готовить, и ребенку дают баночку пюре (бутылку со смесью) чуть ли не до трех лет, не вводят твердый прикорм до 12 месяцев, в целом не дают какие-то новые виды пищи, потому что удобнее детское питание. Или, напротив, устраивают пляски с бубнами, лишь бы впихнуть в ребенка лишнюю ложку еды. Отвлекают мультиками, играми в попытке накормить.

✓ Довольно распространена у детей примерно с 2 до 6 лет пищевая неофобия (боязнь нового, в том числе и еды). Она, как правило, проходит с возрастом. Но если эта пищевая неофобия начинается в годовалом возрасте, когда малыши обычно как раз очень охотно пробуют новые вкусы, то она может закрепиться и остаться у взрослого человека.

? КОГДА ЭТО СТАНОВИТСЯ ПРОБЛЕМОЙ

ARFID, то есть избегающее пищевое поведение, не связано с отношением к соб-

ственному телу, как, например, анорексия или булимия. Не связано это и с малым разнообразием: у ребенка может быть в доступе очень много еды, но он все равно будет предпочитать только определенные продукты, избегая других. Это связано с его негативным отношением, например, к консистенции, звуку. И тогда он будет есть только хрустящее и сухое - чипсы, сухари, но не морковь или яблоко. Но и это может быть не патологией, а просто возрастной избирательностью.

- Конечно, обычная пищевая избирательность может легко перерасти в нарушение пищевого поведения, которое уже отражается на здоровье ребенка, - поясняет эксперт. - И, по большому счету, о пищевой избирательности должен знать педиатр. Поскольку, если он видит, что ребенок излишне худ, слаб, у него даже не сформирован навык пищевого поведения (условно говоря, он не может пользоваться ложкой, зато в 5 лет по-прежнему сосет бутылку), то, безусловно, нужна помощь. И не только дополнительный прием витаминов и минералов, но, скорее всего, уже и неврологическая, и психиатрическая. Да, пока тема избирательного пищевого поведения для нас очень новая, но постепенно начинают собираться данные и исследования. Сейчас мы уже можем классифицировать ARFID и начать с ним работать.

? НА КАКИЕ ВОПРОСЫ ДОЛЖЕН ОТВЕТИТЬ РОДИТЕЛЬ

Поскольку грань между обычной пищевой избирательностью и ARFID часто бывает стертой, нужно обратить внимание на поведение ребенка. И если вы можете ответить «да» на большинство следующих вопросов, это веский повод обратиться к врачу-педиатру.

Итак, проверьте, согласны ли вы с этими наблюдениями:

1. Ребенок не интересуется никакой едой?
2. Не любит есть продукты, которые издают, по его словам, неприятный звук при откусывании?
3. Есть проблемы с кишечником (запоры, диарея и т. п.) или неприятные ощущения в животе (колики, метеоризм)?
4. Другим людям (например, воспитателям детсада) приходится следить, чтобы ребенок хоть что-то поел?
5. Не ест продукты, которые неприятно, как ребенку кажется, пахнут?
6. Не ест продукты с определенной текстурой, которая ему не нравится?
7. Выплевывает продукты?
8. Часто говорит, что не голоден?
9. У него частые инфекции, простуды?
10. Ребенок быстро устает?
11. У него часто сонливость, слабость?
12. Старается избегать ситуаций, связанных с приемом пищи (например, уходит, если все садятся пить чай)?

- Положительные ответы на вопросы, связанные с текстурой, консистенцией, запахом, видом еды, можно отнести к пищевой избирательности. Но если присоединяются и другие ответы, говорящие о функциональном нездоровье, то мы говорим об ARFID, - поясняет доктор Павловская.

В ЧЕМ ЖЕ РАЗНИЦА

Когда нет причин для беспокойства...

Предпочтение определенных видов пищи или брендов, текстур, способов приготовления.

Может пробовать новую пищу.

Регулярно ест пищу из всех пяти видов продуктов*, пусть и понемногу.

Физически нормально развит.

Питание не создает для него проблем.

...и когда надо обращаться к врачу

Строгая приверженность определенным видам пищи, способам приготовления, брендам.

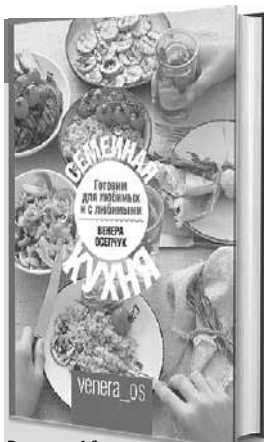
Отказывается пробовать что-то новое.

Исключение целых групп продуктов. Или может их есть крайне нерегулярно и мало.

Нарушение физического (худоба, мышечная слабость) и психосоциального развития.

Испытывает настоящий стресс при еде.

*Хлеб и злаки, фрукты, овощи, белок (рыба, мясо, яйца), молочные продукты.



Читатели рекомендуют

Книга Венеры Осепчук «Семейная кухня»

★★★★★ Дарья:

Баранина долгого томления из этой книги стала фирменным блюдом в нашей семье. Карп с грибами и куриные желудки в пиве тоже великолепны. А какие иллюстрации!

★★★★★ Галина:

Я подписана на страницу Венеры Осепчук. Очень обрадовалась, узнав, что изданы сборники ее рецептов. Купила этот, хочу остальные. Листать книгу удобнее, чем рыться в блоге.

Книгу можно заказать на shop.kp.ru и приобрести в книжных магазинах и на маркетплейсах.



Как отучить ребенка есть только чипсы: правила замены фастфуда

на здоровую еду от диетолога - на сайте



ЕРОШКИНА ПОЛЯНКА

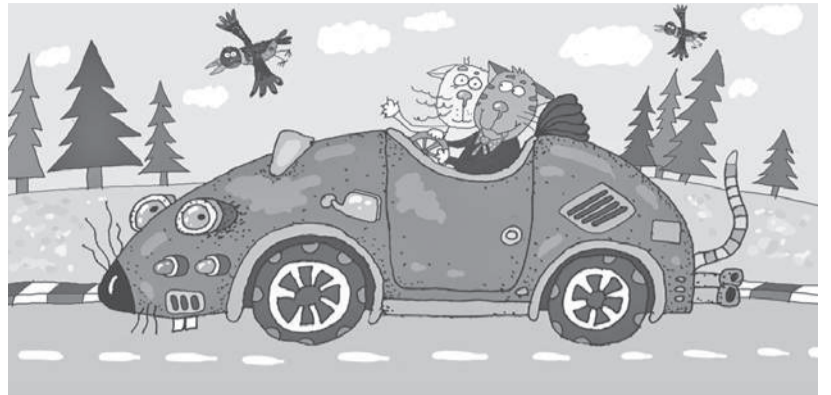
Без кота жизнь не та!

Отыщи в буквенном ералаше клички 10 мартовских котов.
Слова могут ломаться в любом направлении,
но только под прямым углом.

Р	А	Б	И	К	Р	С	И	М	А
С	И	А	З	П	Е	Р	К	К	Р
В	К	К	Р	У	М	Ы	Ж	И	К
А	С	Ь	К	И	🐾	К	Ё	Л	И
О	К	Ш	У	Р	Л	И	К	О	З
Ш	У	П	С	Т	Б	У	Б	Г	У



Кот катает на стильной мышине кошку-подружку.
Найди 10 отличий.



Определи, с какой игрушкой гуляет каждый кот.



Рисовал Сергей БЕЛОЗЁРОВ.

ПОДАРИТЕ РЕБЕНКУ СКАЗКУ!
ЧИТАЙТЕ ВСЕЙ СЕМЬЕЙ

Олеся
МИРОВА



***** Лолита
«Интересная книжка для современных детей. Потрясающие рисунки. Адекватная цена за такое качество и объем. Можно брать на подарок».

Отсканируйте
QR-код
и закажите
книгу



ЗАХВАТЫВАЮЩАЯ
ИСТОРИЯ С ВОЛШЕБНЫМИ
КАРТИНКАМИ

НЕВОЗМОЖНО ОТОРВАТЬСЯ:
ПРИКЛЮЧЕНИЯ
НА КАЖДОЙ СТРАНИЦЕ

СКАЗКА ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ?
КАК ПОНИМАТЬ ЛЮДЕЙ
И НАХОДИТЬ ДРУЗЕЙ

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»



Светлана СОЛОГУБ, 31 год, Магнитогорск:

- Вице-«Миссис Евразия - 2024», победительница Всероссийского конкурса красоты «Миссис Топ Мира Россия - 2024». Люблю путешествия, активный отдых, коллекционирую впечатления. Главный девиз по жизни: «Человек может достичь всего, главное - желание».



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Светлана выглядит так, будто только что вышла из дворца, где произвела фурор. Цвет - королевский, силуэт - опасный, взгляд - безукоризненный. Все кричит о силе, но шепчет о мягкости. Единственное, что смущает, - массивность платформы. Она добавляет некоего диссонанса, будто мы застыли где-то между старинной сказкой и современной подиумной драмой.

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

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



АНЕКДОТЫ

Дорогие женщины! Если вы получили подарок от мужчины 6 марта - вы любовница...

Если 7 марта - вы коллега...

Если 8 марта - вы любимая женщина...

Если вообще не получили - вы ЖЕНА!

«Эксперты заняты анализом ситуации и дают прогнозы по будущему миропорядку». После заявлений Трампа в российских школах резко снизилась посещаемость.

1 Макрон = 1 микрон Наполеона.

Вот, бывало, в детском саду нарисует маме на 8 Марта каляку-маляку - она так радуется! Но почему же с женой этот фокус не прошел...

- Красная Шапочка! - воскликнул Серый Волк.

- Серая шубка! - воскликнула девочка.

В здоровом теле даже микробы крепкие и выносливые.

Решили с женой начать все сначала. Так она даже на свидание не пришла...

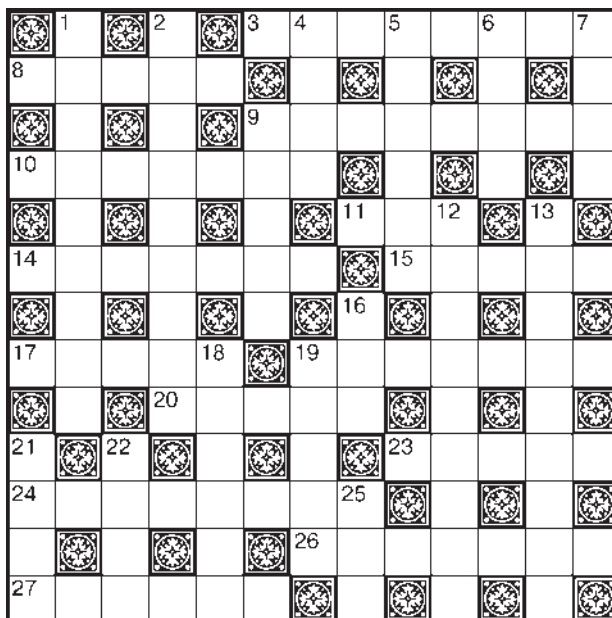
У меня в деревне Был земли надел. Он зимой и летом Мной рабовладел.

Оставьте свой анекдот на сайте KPRU в рубрике «Анекдоты»!

Весь архив анекдотов от «КП» - на KPRU



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3.

«Плачущий философ». 8. С чем конкретно связана свисающая с чьих-то ушей лапша? 9. Самый южный вольный город из Игры престолов. 10. Кто считал, что вся русская литература XIX века ранена христианской темой, вся она ищет спасения от зла? 11. Земной. 14. Заклятие на отмену сглаза. 15. Умение ремесленника. 17. Что механизму грозит? 19. Сердце Ирана. 20. Владелец тембра. 23. По каким правилам живет компания? 24. Объединение ленинградских художников «Боевой...». 26. Катапульта юного хулигана. 27. «Око правосудия Ра» у древних египтян.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.

«Водочный вред» здоровью. 2. Сердечных недугов доктор. 4. Соавтор сценария фильма «Баллада о солдате». 5. Командир казачьего звучания. 6. Игра в числа. 7. Пролог к выпивке. 9. «Свеж и душист твой роскошный...». 12. Кого из великих актрис Бертольд Брехт называл «ходячим эффектом отчуждения»? 13. Злой дух любовной страсти из славянских мифов. 16. Агент нечистой силы. 18. От какой звезды человечество зависит больше всего? 19. Что в витрине выставлено? 21. Что в блюде привлекает? 22. Что следует сжечь в огне покаяния? 25. Причина ступора.

18. Солнце. 19. Товар. 21. Вкус. 22. Грех. 25. Шок. 2. Венок. 12. Раневская. 13. Вытаращка. 16. Бес. 9. Кардиолог. 4. Ежов. 5. Атаман. 6. Лото. 7. Тост. 2. Кардиолог. 4. Ежов. 5. Атаман. 6. Лото. 7. Тост. 2. Кардиолог. 4. Ежов. 5. Атаман. 6. Лото. 7. Тост. 2. Кардиолог. 4. Ежов. 5. Атаман. 6. Лото. 7. Тост. 2. Кардиолог. 4. Ежов. 5. Атаман. 6. Лото. 7. Тост.

Прогноз погоды на завтра, 15 марта

	ночью	днем
Тула	+2 ... +4	-1 ... +1
Ясногорск	+2 ... +4	-1 ... +1
Новомосковск	+1 ... +3	-1 ... +1
Белев	+2 ... +4	-1 ... +1
Ефремов	+3 ... +5	-1 ... +1
ясно	☀️	☁️ пасмурно
дождь	☔️	❄️ снег
облачно	☁️	☁️
гроза	⚡️	☁️

Давление - 746 мм рт. ст. (норма марта - 739)
Относительная влажность воздуха - 89% (норма - 50%)
Ветер - северо-восточный 4 м/с
Восход - 6:44 Закат - 18:33
Луна - убывающая

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

Если у вас есть: ● тема для публикации ● отклики на статью ● жалобы на доставку

Звоните нам! (495) 777-02-82

Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.

Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.

Ведущий редактор номера Е. ПОПОВА (ответственный секретарь).

Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.

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

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

НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», Новодмитровская, д. 25, 8-й этаж, пом. 800, Москва, 127015.

Центральные почтовые отправления не доставляются. ТЕЛЕФОНЫ: отдел связи с читателями - (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22 e-mail: kp@kp.ru

Web-сервер: www.kp.ru отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82 e-mail: advert@kp.ru служба распространения - (495) 777-02-82

АО ИД «Комсомольская правда», 2025. 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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы П1101, ПМ976 Тип. №

Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30 ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2025», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 171 222 экз.

Рекомендуемая цена 14 руб. 00 коп.

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



Главный редактор «КП-Тула» и «КП-Калуга» - П. В. Коренюгин E-mail: kov@tula.pressa.ru Генеральный директор ООО «Дом Прессы», ООО «Агентство Комсомольская правда - Калуга» - П. В. Коренюгин

Адреса редакций и издателей: ООО Дом Прессы: 300012, Тула, Городской переулок, 15-Б. Телефоны: редакция - (4872) 52-41-35, 52-41-40, рекламный отдел - (4872) 52-42-40, 52-42-45, 50-12-28, служба распространения - (4872) 52-42-49. Директор отдела рекламы - Н. Ю. КОНОВА E-mail: ns@tula.pressa.ru ООО «Агентство Комсомольская правда - Калуга»: 248000, г. Калуга, ул. Космонавта Комарова, 36. Телефоны: редакция - (4842) 79-04-54 (доб. 206), рекламный отдел - (4842) 79-04-54 (доб. 181, 182). Директор отдела рекламы - С. В. ЗАЙЦЕВА. E-mail: sz@kp.kaluga.ru

Газета отпечатана в типографии ООО «Трайм Принт Воронеж», 394026, Воронеж, пр. Труда, 48/1. Время подписания тульского выпуска по графику и фактически в 18.00. Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты. Заказ №2180 Тираж регионального выпуска - 3 200 экземпляров. За достоверность информации в рекламных материалах ответственность несет рекламодатель. «На правах рекламы», «Люди дела», «Точка зрения», «Ситуация», «Бизнес-пресс», «Событие», «Новости компаний», «Региональная жизнь», «Хорошая новость», «Это полезно знать», «Вопрос-ответ», «Законы красоты», «Ваше здоровье», «Кушать подано», «Открытая трибуна», «Версия», «Мнение», «Персона» - публикации на коммерческой основе.