

# Самые востребованные профессии: тамада, шофер, экономист

Читайте на стр. 3 ▶



**РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА FM.KP.RU**

## От Волги до Енисея

Радио «КП» и Олег Газманов включают новые песни со всей России! - radiokp.ru 15:00



# КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



7 036 000

уникальных посетителей за минувшие сутки



Основана в мае 1925 года

Пятница  
17 февраля

Газета нашего города ★

№ 12 (27460) 2023 год

# Трагедия Костомарова может повториться с любым, кто занимается самолечением



Жена фигуриста Оксана Домнина: - Это огромное чудо, что Роман с нами.

Читайте на стр. 14 ▶



## Для украинских войск «варится» новый котел

Дмитрий СТЕШИН, военкор «КП»

Почему так важно взять Угледар и Бахмут.

События последних дней четко обозначили (или подтвердили) стратегический замысел «битвы за Донбасс» и все страхи киевских политиков и военных. Военкор «КП» смог своими глазами увидеть это сражение с двух направлений - подступов к Угледару и Бахмуту.

Продолжение на стр. 5 ▶

## Береги автомобили!

Наталья ВАРСЕГОВА

Неожиданный эффект санкций: водители стали реже нарушать правила.

Принцип ЕКХ - «еду как хочу» - теряет популярность у российских автолюбителей. Сервис «Мои штрафы» провел исследование, которое показало, что 81,5% опрошенных автомобилистов хотя бы раз получали штрафы в 2022 году. И - что удивительно - это на 14,4% меньше, чем

годом ранее.

На первом месте по нарушениям - превышение скорости (92%). Затем следуют игнорирование знаков (19,3%) и неправильная парковка (12,5%). 0,2% водителей вовсе лишились прав в 2022-м.

Вице-президент Национального автомобильного союза **Антон Шапарин** считает, что аккуратнее водители стали ездить по нескольким причинам.

- ✓ Средств фото- и видеофиксации нарушений становится больше.
- ✓ Ремонт авто - это еще



то приключение в наше время. На это повлияли санкции, повышение цен и дефицит запчастей на иномарки.

- ✓ Дорого гонять не только из-за штрафов, но и из-за стоимости топлива.
- ✓ Система ОСАГО стала на 26% дороже, при этом по страховке выплачивают компенсацию, которую эксперты рассчитывают по самым низким расценкам.

## Летние каникулы взять и сократить

Евгений АРСЮХИН

Дети хулиганят и калечат себя - нечего им столько и отдыхать.

Эксперты РАНХиГС рекомендуют сократить летние каникулы: они в России длятся три месяца, и это самые длинные каникулы в мире.

По данным вуза, смертность у детей 5 - 9 лет летом вырастает на 21%, а у подростков 10 - 14 лет

даже на треть. Постарше - поразумнее, но рост тоже есть (15 - 19 лет - на 19%).

Сократить каникулы порываются уже давно. Советские длинные каникулы задуманы под тогдашнюю систему летнего отдыха детей, охватывавшую всех. Сегодня лагеря кусаются и их мало, так что дети просто сидят в телефонах.

Отсюда и травматизм: в лагерях за детьми хоть как-то приглядывают, а на даче или в городе некому.

Еще один аргумент: дикая перегруженность школьной программы. В старших классах у детей по 7 - 8 уроков. Отсюда плохие оценки и расцвет репетиторства, то есть накачка подростков конкретно для сдачи экзаменов. Знания падают, дети перегружены, экзамены при этом вроде бы сдают неплохо - ну глупая же ситуация? Возможно, сокращение летних каникул и не выход, но что-то делать надо.

# Сергей ЛАВРОВ: Я любил физику, а стал дипломатом

Татьяна АЛЕКСЕЕВА

Глава МИД России дал интервью 13-летней школьнице из Ленинградской области и вспомнил свое первое стихотворение.

В один из декабрьских дней ушедшего года 13-летняя Таня Алексеева из небольшого городка Сясьстрой Ленинградской области оставила на сайте благотворительной акции «Елка желаний» послание следующего содержания: «Хочу окупиться в профессию журналиста». Таня учится в 6-м классе Сясьстройской специальной (коррекционной) школы. Сложный диагноз, ДЦП с частичной потерей зрения, не мешает ей мечтать в будущем работать в СМИ.

И надо же было такому случиться, что шарик именно с этим Таниным желанием снял с кремлевской елки министр иностранных дел России Сергей Лавров. Главный дипломат страны с удовольствием согласился поработать новогодним

волшебником и предложил Тане взять у него эксклюзивное интервью - ниже вы можете прочитать выдержки из него.

- Сергей Викторович, мне и моим ровесникам-подросткам, задумывающимся о жизненном пути, интересно узнать, почему вы стали дипломатом.

- Это произошло случайно. Я любил физику, математику. В школе у нас был классный руководитель - Сергей Иванович Кузнецов. Мы его обожали. Он ходил с нами в походы, пел песни. Видимо, через личное восприятие нашего классного руководителя я и загорелся его предметами, которые он преподавал, - физикой и математикой. Хотел поступать в Московский инженерно-физический институт (МИФИ) или в Московский физико-технический институт (МФТИ), готовился.

Экзамены там начались 1 августа. Мне ребята-приятели, которые хотели поступать в МГИМО, сказали, почему бы тебе не попробовать с нами. В МГИМО экзамены начинались на месяц раньше

ше - первого июля. У меня была серебряная медаль. Поэтому нужно было сдавать два экзамена - первого и третьего июля. Я их сдал, поступил. Потом, через несколько дней, собрались нашим новым курсом на стройку Останкинского телецентра. У нас сложилась такая компания, что я решил не испытывать судьбу и остаться на этой стезе. Нисколько не жалею.

- Я знаю, что вы пишете стихи. А при каких обстоятельствах вы написали первое стихотворение?

- В студенческие годы мы каждые каникулы ездили в Сибирь, на Дальний Восток - Хакасия, Тува, Якутия, Приморье.

В первом студенческом отряде, недалеко от нашего расположения, был поселок Постоянный. Я о нем написал стихотворение. Не знаю, было ли это самое первое, но одно из первых. Там было что-то вроде:

*Видел я, как рождается  
город будущих дней,  
Город, скрытый  
саянским туманом,  
Ты останешься в памяти  
вечно моей,  
Город добрых людей  
Постоянный...*

С огромным уважением отношусь к сибирякам, к их характеру и



Министр иностранных дел Сергей Лавров ненадолго оторвался от международной повестки, чтобы исполнить новогоднее желание Тани Алексеевой.

духу. Это то, что сейчас необходимо всей нашей стране, - твердость духа и уверенность в своей стране, народе.

- В связи со сложной обстановкой в мире будут ли издаваться в России книги иностранных писателей?

- Конечно, будут. Мы же не хотим уподобляться инквизиторам, тем, кто сжигает книги. В нашей истории их сжигали инквизиторы в Средние века, нацисты, уничтожавшие произведения мировой культуры. Этим занимаются и неонацисты, те, которые в Скандинавских странах сжигают священную книгу мусульман Коран.

На Украине тоже правят бал неонацисты.

Они изымают книги на русском языке из библиотек и тоннами сжигают книги русских классиков.

Это не наша философия. Это философия тех, кто хочет отменить все, кроме себя, кто хочет окончательно уничтожить все русское, как они громкогласно призывают унижить Россию, нанести ей поражение, сделать так, чтобы Россия долгие десятилетия не могла оправиться в экономическом смысле.

Те, кто понимает свою слабость, кто боится честного соприкосновения с конкурентами в экономике, военной технической области, спорте или культуре,



Полную версию интервью главы МИДа Тани Алексеевой читайте на сайте KP.RU



закрываются, запрещают журналистов и СМИ, пишущих правду. В своем медийном пространстве наши западные коллеги не хотят видеть правду. Им нужна информационная среда, которая будет оглушительно молчать в ответ на факты совершения западными лидерами тягчайших преступлений, как это было со взрывами газопроводов «Северный поток-1» и «Северный поток-2». Были опубликованы убедительнейшие свидетельства, но ни один западный журналист, даже из тех, кто позиционирует себя объективным, не прокомментировал эти убийственные факты.

Нас не удивляет стремление Запада «рисовать» картину мира и представлять ее исключительно как ему выгодно. Но и мы, и наши дети, и внуки будем обогащаться за счет всей сокровищницы мировой культуры.

«Вопрос дня»  
«по мотивам» > стр. 3.



В редакции «Комсомольской правды» (слева направо): маститый обозреватель Александр Гамов, молодая журналистка Татьяна Алексеева и ее сестра Камилла.

## ■ ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

### Как интервьюер - интервьюеру

Для того чтобы Таня почувствовала себя настоящим журналистом, департамент информации и печати МИД России и Медиагруппа «Комсомольская правда» организовали для нее, ее мамы и сестры экскурсию по офису нашей редакции.

Таня смогла побывать в студии прямого эфира Радио «Комсомольская правда» (FM. KP.RU) и пообщаться с ведущим Михаилом Антоновым, а также получила небольшой мастер-класс по тому, как брать интервью, у признанного мэтра этого жанра, журналиста «Комсомольской правды» Александра Гамова. Александр Петрович дал девочке несколько советов, как пра-

вильно выстраивать доверительные отношения со своими героями, и вспомнил самое запоминающееся интервью в его жизни.

- Это было уже пару десятков лет назад. Я тогда поговорил со старейшей уборщицей в Кремле, ее все там знали, она всех кормила пирожками. Так вот она работала еще при Сталине и хорошо помнила вожда, рассказывала мне про него, - рассказал Гамов.

На прощание наш обозреватель подписал Тане Алексеевой свои книги о секретах журналистского мастерства: «Пусть сбудутся все твои мечты. Твоя «Комсомолка» и Александр Гамов».

оноклассники



Давайте дружить  
на OK.RU/KPRU

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

**ЗДОРОВЬЕ**  
Простые упражнения на каждый день для хорошей осанки

**ИСТОРИЯ ЛЮБВИ**  
Десять счастливых семейных пар, которые объединила специальная военная операция

**ЗВЕЗДЫ**  
Кристина Асмус впервые после развода с Гариком Харламовым показала своего нового возлюбленного



Елена ОДИНЦОВА

Названы специальности, на которые резко вырос спрос в последнее время.

«Стране нужны ай-тишники! Идите туда, там и зарплаты самые высокие!» Читать такое приходится довольно часто. Но тот же «айтишник» - понятие растяжимое. Какие-то их навыки востребованы, а какие-то не очень, где-то платят больше, а где-то совсем не хотят платить. Специалисты ценового агрегатора Price.ru и платформы для трудоустройства Авито.Работа провели совместное исследование рынка профессий в 2022 году, исходя из запросов на конкретные услуги. Что именно нужно сегодня уметь, чтобы

# Самые востребованные профессии в стране

НА КОГО БОЛЬШЕ ВСЕГО ВЫРОС СПРОС

• Выездные бармены	+46
• Аниматоры	+35
• Организаторы игр в лазертаг	+23
• Организаторы детских дискотек	+21
• Организаторы свадеб	+13

СКОЛЬКО МОЖНО ЗАРАБОТАТЬ

• Аниматор	- около 2000 руб/ч
• Ведущий мероприятий, тамада	- 1500 руб/ч
• Фотографы и видеографы	- от 1000 руб/ч

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

к тебе выстраивалась очередь из работодателей и клиентов? Учитывалось не только число вакансий, но и интенсивность поиска через онлайн-сервисы тех или иных исполнителей. Так и на какие же услуги больше всего вырос спрос за 2022 год?

Как отмечают исследователи, ожила инвент-индустрия. То

бишь организация всевозможных мероприятий и праздников.

- После пандемии россияне ожидаемо потянулись «в люди» - восполнять недостаток общения, - отмечает руководитель отдела аналитики Price.ru Денис Логанов. - Торжества перестали проводиться в узком кругу, поэтому спрос на организаторов мероприятий

начал вновь набирать обороты.

- Праздники становятся комплексными, яркими, зрелищными, что увеличивает потребность в совершенно разных специалистах: тамадах, ведущих, вокалистах, менеджерах, - говорит управляющий директор платформы Авито Работа Артем Кумпель. - Для таких профессий характерна сдельная почасовая оплата. И им нередко предлагают зарплатки выше средних.

Есть и неожиданные тенденции. Например, на 52% вырос спрос на обучение кавказским танцам. Эксперты это связывают с активным развитием внутреннего туризма - на Кавказе насмотрелись.

## ВОПРОС ДНЯ



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

**13-летняя Таня Алексеева при помощи «Комсомолки» исполнила свою мечту - взяла интервью у главы МИДа Сергея Лаврова (см. стр. 2).**

## А вы бы у кого хотели взять интервью?

**Виталий МИЛОНОВ, депутат Госдумы:**

- Наверное, у **Байдена**. Мне даже не профессионально, а лично для себя интересно увидеть, что движет человеком, старательно ввергающим мир в Третью мировую. Причем и переводчик не нужен, моего знания английского хватит для разговора.

**Владимир ВИШНЕВСКИЙ, поэт и сатирик:**

- Я в своей короткой журналистской юности взял несколько интервью, но потом быстро понял, что сподручнее их давать. С тех пор я делал это бесчисленное число раз. Сейчас я ни у кого брать интервью не хочу, мне неинтересно.

**Оскар КУЧЕРА, актер и телеведущий:**

- Взять бы интервью у **Путина**. Слишком много вопросов, на которые сам пока не могу найти ответы. А он их наверняка знает.

**Вадим ПАНОВ, писатель-фантаст:**

- Вот если бы была возможность взять у кого-то из прошлого, то я бы поговорил с **Екатериной Великой!** На время ее правления пришлось одна из самых эпохальных страниц в истории России. Мне интересно было бы знать, как на самом деле все происходило.

**Владимир КУЗНЕЦОВ, пранкер Вован:**

- Ну с политиками мне уже не особо интересно говорить. Но я бы взял интервью у **Виктора Пелевина**. Некоторые книги у него неплохие. Но он очень закрытый человек. Вот если бы мне помогли договориться...

**Станислав САДАЛЬСКИЙ, заслуженный артист РСФСР:**

- Мне сейчас запретили сладкое, поэтому у меня теперь все мысли о конфетах. Я бы взял интервью у директора кондитерской фабрики! Не важно какой. И спросил бы: сколько еще в конфеты будут класть пальмовое масло? Ведь как раньше вкусно было! А сейчас сплошные растительные жиры.

**Елена ИЩЕЕВА, журналист, бизнесвумен:**

- Я бы с удовольствием хотела бы встретиться с вице-премьером **Маратом Хуснуллиным**. Он у нас в стране занимается строительством, мой бизнес тоже в этой сфере, и у меня есть масса вопросов: что будет реализовываться в нашей стране по этому направлению и почему у нас мало используются российские инновационные материалы?

**Георгий, 43 года, читатель сайта KP.RU:**

- Я несколько раз был в компании с известными людьми и всегда робею перед ними. Так что если бы и хотел, то все равно взять интервью не смог бы. Зато до сих пор, как в детстве, представляю, что стал богатым и знаменитым и у меня берут интервью. Задаю себе вопросы, даю красивые ответы. Такое интересное получается.



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



## Планируем и перевозим

В регионах аналитики Price.ru зафиксировали рост спроса на экономистов «с опытом».

Но особенно быстро в связи с санкциями и изменением привычной логистики в 2022 году росла в плане количества вакансий транспортная сфера. А именно грузоперевозки. Особенно популярно направление кросс-докинг - сквозная перевозка с прямой доставкой без промежуточного хранения на складах.

Среди вакансий водителей почти каждая пятая - «опытные дальнбойщики».

- Сфера транспорта и логистики не только быстро адаптировалась к изменениям. Потребность в **водителях** испытывают как транспортно-логистические компании, так и промышленные предприятия, АПК, строительство, ретейл, - рассказывает Артем Кумпель.

НА КОГО БОЛЬШЕ ВСЕГО ВЫРОС СПРОС

• Опытные экономисты	+69
• Логисты	+48
• Водители с категорией E (транспортное средство с прицепом)	+35

СКОЛЬКО МОЖНО ЗАРАБОТАТЬ

• Ведущий экономист	- 50 - 85 тыс. рублей (регионы), 100 - 170 тыс. руб. (Москва)
---------------------	---

• Ведущий специалист по транспортной логистике	- 50 - 300 тыс. руб.
• Водитель большегруза	- до 140 тыс. руб.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

## ФОТОФАКТ



Валерий ШАРИФУЛЛИН/ТАСС

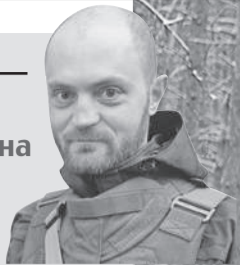


Валерий ШАРИФУЛЛИН/ТАСС

В подмосковном аэропорту Жуковский встретили отряд российских спасателей, сотрудников кинологовической службы и врачей, которые в течение недели помогали в ликвидации последствий разрушительного землетрясения в Сирии. Наши эмчезники вытащили из развалин более 50 человек в провинции Латакия и при этом сами ежедневно рисковали жизнью, работая в условиях повышенной сейсмической опасности и разрушенной инфраструктуры. Работу российских спецов сирийские коллеги оценили на отлично.

Александр КОЦ

Военкор «КП» передает из района Кременной, где наши бойцы держат рубежи и теснят противника.



Первая мина с противным свистом падает метрах в ста за «спиной» двух танков Т-72Б3. Они выкатились на прямую наводку. Меньше чем в километре - позиции противника. Машины водят стволами вправо-влево, выцеливая вражеский опорный пункт. Поставлена задача его «размотать». Наводчик смотрит в тепловизор и бьет по скоплению живой силы...

### ЗДЕСЬ НЕТ УСТАВНОГО ЛОСКА

Утро было многообещающим - небо затянуло наливными тучами, которые рвало крупным снегом. В такую погоду беспилотники не летают, а значит, есть возможность добраться до переднего края с минимальным риском. Чем я и воспользовался, отправившись к окопам подразделения, состоящего из мобилизованных и добровольцев.

Минут 30 езды по лесным дорогам на бронемашине «Тигр», затем несколько километров пешком по узеньким лесополосам, которые «разрезают» простреливаемые насквозь поля. Идешь по протоптанной тропинке, и, когда уже подходишь к крайнему блиндажу, за которым только поле с позициями противника на «том берегу», рядом подлетают два танка и начинают выцеливать что-то в нескольких сотнях метров по фронту.

Свист и взрыв в лесополосе. Там, где я прошел всего 5 минут назад. Танки на мину не обращают никакого внимания: «Ну ты попробуй из миномета попасть в танк. Это должно очень повезти», - флегматично комментирует стоящий рядом офицер с высоты трех своих ранений.

«Семьдесятдвойки» начинают методично лупить за поле. Еще свист - и мина разрывается чуть в стороне, в 50 метрах от нас. Желание продолжать съемку в такие моменты рассеивается, как черный дым от ушедшей в непромерзшую землю «стодвадцатки». Мы скатываемся вместе в блиндаж, который слегка потряхивает и от близких разрывов, и от работы танков.

В полумраке сидят бородастые бойцы, возраст которых трудно определить и из-за растительности на лице и недостатка света.

Здесь нет уставного лоска, свежей вагонки и натянутых одеял на кроватях. Вместо них - ящики из-под снарядов с накинутыми на них матрасами и спальниками. Минимализм как он есть. Здесь даже печки



Александр КОЦ/«КП» - Москва

Срочку отслужил танкистом, на спецоперацию ушел по специальности. Командиру танка с позывным «Пламя» долго привыкать к своей машине не пришлось.

## Мобилизованные на передовой: Мы же российские воины. Если никто, то мы!

нет - чтобы не привлекать тепловизоры противника. Лишь по углам горят окопные свечи. И парни так живут уже несколько месяцев. При этом не теряют ни присутствия духа, ни чувства юмора.

- Мы просто знаем, что мы здесь до талого (пока снег не сойдет - жарг.). Все пацаны это знают, и все к этому готовы, - поясняет самый опытный с позывным «Старик».

### «ПЕЧКУ НЕ ТОПИМ, ЧТОБЫ НАС ВИДНО НЕ БЫЛО»

Коротаем время за блиндажными разговорами.

- Как у вас с денежным довольствием, с экипировкой? - «включаю» я члена Совета по правам человека при президенте.

- По обмундированию, по снаряжению все есть. Вооружение есть. Есть гуманитарная помощь, спасибо большое нашим родным, близким, всем спонсорам, помогают \*\*\* (очень хорошо. - Ред.). Молодцы ребята, просто низкий поклон им всем. По деньгам нормально всё. Платят. Поначалу было \*\*\* (много. - Ред.) непонятно. Но со всем разобрались. Хотя единичные случаи с невыплатами бывают. Надеюсь, наладят все безупречно.

- Лет-то тебе сколько? - спрашиваю «Старика».

- Честно? 25, а остальное все опыт.

Раньше он работал на заводе мастером, бригадиром. А воевал еще в первую чеченскую. Только, говорит, характер боевых действий совершенно разный.

- Ты врага в основном не видишь здесь. Новые средства разведки. Модернизация всех этих бытовых приборов, для того чтобы нас лишить жизни. «Тепляки» (тепловизоры. - Ред.), «ночники» (приборы ночного видения. - Ред.). Вроде ты сидишь в блиндаже, а какая-то печка работает - тебя видят, к тебе прилетает. Поэтому мы не топим ничего, чтобы нас не видно было.

### НЕПОБЕДИМЫЕ!

- Ну а как греетесь?

- Никак. Окопные свечи, горячий чай. На передке чем ты тише себя ведешь, чем ты меньше наверху отсвечиваешь, тем по тебе меньше прилетает. Все просто.

- Сколько уже воюете?

- Воюю? Если честно, то всю жизнь. То с бабами, то с кем-то еще. Здесь пацаны находятся некоторые 4 месяца, кто 3, кто 2. Кто-то заболел, потери естественно, есть - и «200-е», и «300-е». Без этого не бывает.

- Потери от артиллерии в основном?

- В основном да. Но у нас более-менее. В нашем батальоне порядок хороший. В основном потери от артиллерии и несоблюдения

некоторых правил: не собираться толпой, скрытность передвижения. «Глазки» (оператор беспилотника. - Ред.) срисовывают, та же самая «птичка» (коптер. - Ред.) видит. За одним она бегать не будет, увидела толпу - соответственно «яичко» туда скинет.

- Сколько времени проходит от момента, когда увидели, до ударов?

- Вы только что видели. Ну максимум 10 минут. Вас увидели, срисовали «глазки» оттуда, с севера - вот вам результат, ребята.

- А настроение-то у вас как тут вообще?

- У нас самое охрененное настроение. Мы же непобедимые. Мы же российские воины. Если не мы, то кто? Точнее, у нас другой девиз. Если никто, то мы.

У противника, к слову, с ротацией людей на передке работа поставлена по-другому. Там больше двух дней на одном месте не сидят. Почти на каждом опорнике личный состав меняют каждые два дня - чтоб испугаться не успели, если повезет выжить. А судя по радиоперехватам, с везением на той стороне не очень. Артиллерийские и танковые атаки ежедневно выводят из строя на Сватовском рубеже десятки человек. При этом наши танки научились работать не только прямой наводкой, но и с закрытых позиций - навесом. Получается фактически снайперское артиллерийское орудие. Которое к тому же приме-

нять можно с относительно безопасного расстояния.

### ЕСТЬ ТАКАЯ РАБОТА...

Попрощавшись с парнями, преодолеваем обратный путь неуклюжей трусцой. В душе немного свербит - я приехал-уехал, а парни в таких условиях живут месяцами. И держат оборону, идут вперед. Среди новичков появились уже настоящие «рексы», которые действуют иной раз лучше, чем кадровые контрактники. Да взять тот же танковый экипаж «Пламя», который на моих глазах разобрал опорник ВСУ. Все три человека - из Брянской области, город Клинцы, все - мобилизованные.

- А как тебя командиром танка-то назначили? - спрашиваю «Пламя».

- Да как, вместе посовещались, и мне доверили должность, - пожимает плечами рядовой запаса.

Но он, к слову, служил срочку в Таманской дивизии. Поэтому мобилизовали согласно воинской учетной специальности. Чем не каждый может похвастаться.

- Слушай, не страшно в эту штуку железную залезать? - спрашиваю танкиста, вспоминая, как полтора часа назад его обкладывали 120-миллиметровыми минами.

- Я даже не знаю. Ощущения... Такого на гражданке не испытаешь. И не передашь это словами никому. Танк - это сила, танк - это мощь, - улыбается механик-водитель.

- Счет ведете целям, в которые попали?

- Поначалу вели, сейчас уже сбились.

- По машинам! - командует офицер.

Мужики ныряют в свои железные машины и, кашля дилеммами, уезжают на огневые позиции. Буднично, как на работу. Хотя почему «как»?..

Окончание.  
Начало < стр. 1.

**ПРЕДПОЛЬЕ СЛАВЯНСКА**

Первый, логичный вопрос - при чем тут Бахмут (Артемовск)? Оказывается, все взаимосвязано. Еще в начале лета, когда наметились бои на Угледарском направлении, я слышал такое мнение от воюющих офицеров: «Только бы не пришлось штурмовать Славянск и Краматорск в лоб, завяжем». Фактически с падением Бахмута у врага в Донбассе останется последний оборонительный узел, так называемая Славянско-Краматорская агломерация. Длинная кишка из городов, поселков и промзон, идущая дугой с севера на юг.

У этого естественного оборонительного рубежа были, как говорят на Украине, фортеці, крепостицы в предполье - Соледар, Бахмут и множество прилегающих поселочков, превращенных в оборонительные узлы. Поселочки эти в большинстве своем уже взяты. Соледар пал, взятие Бахмута - дело ближайшего времени.

По сообщениям местных жителей и официальным заявлениям украинских властей, с понедельника в Бахмут закрыт доступ гражданским лицам, не проживающим в городе, волонтерам и журналистам. А все дороги, ведущие в Бахмут, либо перерезаны, либо простреливаются.

Нет оснований не верить местным. Еще на прошлой неделе бойцы-вагнеровцы, штурмующие Бахмут с севера, подтвердили военкору «КП» - «артиллерийская активность противника заметно снизилась». А последние иностранные журналисты, побывавшие в городе - из британской Би-би-си, в своем репортаже отметили, что ВСУ начали испытывать дефицит боеприпасов даже к стрелковому оружию. Момент для врага неприятный, особенно когда начались бои в городской застройке.

В сложившихся обстоятельствах можно ждать, ког-



Дмитрий СТЕШИН, военкор «КП»:

# Зачем мы вгрызаемся в Бахмут и Угледар



Минобороны РФ заявило об освобождении в окрестностях Бахмута еще одного села - Красная Гора. Российские бойцы в доказательство сфотографировались у въезда в него. Кольцо вокруг Бахмута сжимается.

да противник сам начнет отход на более надежные рубежи - то есть в «Славянско-Краматорскую агломерацию». Но там ему приготовлен неприятный сюрприз.

**УДАР С СЕВЕРА**

До сих пор помнят печальную историю французской тысячекилометровой мощной оборонительной «линии Мажино», которую немец в 1940 году просто обошел, не стал долбить в лоб бетонные укрепления. В этом эпизоде истории сокрыта вся проблема таких оборонительных линий - их можно обойти, они не предназначены для круговой обороны. Даже у крепостей, созданных,

чтобы сражаться в полном окружении, всегда находятся слабые места, где стены ниже, частокол гнилее, бойцы трусливы и не обучены. Что уж тут говорить про 100-километровую кишку ВСУ, привыкшую воевать, обороты только на одну сторону, восточную.

Киевские военные и политики много раз заявляли, что Краматорск и Славянск станут «нерушимыми твердынями, о которые разобьются москальские орды». Разумеется, если «москальские орды» станут штурмовать их в лоб, с востока. По ряду признаков, мы так делать не будем.

Признак первый - резкая

активизация боев у Кременной, нависающей с севера над Славянском.

И второй признак - начало штурма Угледара. Он проходит нелегко и не во всем гладко, но никто не отступился. В этом городке - наш шанс выйти с юга в тылы «Славянско-Краматорской» группировке ВСУ. Потому что за Угледаром мощных украинских оборонительных узлов уже нет, больших городов нет. Поля и редкая сетка дорог - не за что цепляться врагу.

**ОБХОД С ЮГА**

Второй вариант, это промежуточный результат: наполовину или полностью окружить группировку ВСУ под Донецком, окапывавшуюся там 9 лет. Весь мир знает названия этих городков и поселков вроде Авдеевки и Маринки, из которых украинские войска все это время обстреливали столицу ДНР.

В выходные дни наши применили по Угледару так называемое изделие 305. Самое высокое сооружение городка - труба ТЭЦ. ВСУ развесили на ней все возможные средства наблюдения - оптику, тепловизоры, приборы ночного видения. Угледар и так находится на холме, поэтому с трубы противник, по сути, контролировал все подходы к городу и всю полосу наступления. Трубу пытались разрушить снарядами и даже попали один раз, но она устояла. «Изделие 305» несет на себе 25 кг взрывчатки и запускается с вертолета на удалении до 14 километров. Средства объективного контроля передали скую черно-белую картинку попадания «изделия» в верхушку трубы, точно по электронным «глазам» и антеннам. Теперь есть уверенность, что Угледар наши уже не оставят в покое, возьмут и будут двигаться дальше.

Пока клещи не зажмут последнюю «бандеровскую твердыню» в Донбассе.



Репортажи военкоров «КП» - последние новости о спецоперации на Украине от первого лица читайте на сайте KP.RU



**КНИЖНАЯ НОВИНКА**

**РОССИЙСКОЕ ВОЕННО-ИСТОРИЧЕСКОЕ ОБЩЕСТВО**

**СДЕЛАНО В ЦРУ**

**ТАЙНАЯ ИСТОРИЯ ЦВЕТНЫХ РЕВОЛЮЦИЙ И ПЕРЕВОРОТОВ**

**Кто стоит за организацией цветных революций и госпереворотов по всему миру?**

**Более 400 оригинальных фотоиллюстраций**

**50 рассекреченных операций ЦРУ**

**по смене режима**

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

Для одних россиян Казахстан стал перевалочным пунктом по пути в Европу, для других - местом для открытия бизнеса, для третьих - шансом отсидеться на время СВО. Как они там поживают и что об этом думают местные, выяснила спецкор «Комсомолки».

Елена КРИВЯКИНА

### «ВЫПЬЕМ ВОДКИ - И В ПРОРУБЬ»

- Мы к русским хорошо относимся, праздники вместе отмечаем. В Крещение казахи ныряют в прорубь похлеще наших, а морозы у нас в январе бывают под 40 градусов. Выпьют водки - и в прорубь, не важно, христианин ты или нет, - смеясь, рассказывает мне один мой казахстанский знакомый.

К началу 2022 года в Казахстане насчитывалось 3,43 млн русских. Это 18% населения страны. Для сравнения, в 1989 году доля русских в Казахстане составляла 38%. Покидала Казахстан в основном молодежь.

Однако в прошлом году ситуация изменилась. Казахстан стал точкой притяжения для тех, кто решил уехать из России с началом спецоперации и мобилизации. Оседали беглецы в Астане и Алма-Ате - самых богатых и развитых городах Казахстана. Некоторые российские компании переехали целыми офисами.

А для некоторых Казахстан стал хорошей возможностью заработать шальные деньги. Это прежде всего перекупщики автомобилей. Иномарки, которые пропали в России, продаются в Казахстане, к тому же по более низкой цене.

### «ЗАРПЛАТА В 7 РАЗ МЕНЬШЕ, ЧЕМ В РОССИИ»

Сергей продает в Казахстане как раз подержанные автомобили. Уехал из России в сентябре вместе с братом, испугавшись мобилизации.

- Я дома тоже работал в этой сфере, опыт большой, поэтому в Алма-Ате без проблем устроился на работу. Но зарплата здесь раз в 7 меньше, чем в России, - рассказывает мне Сергей.

В свободное время он таксует. Но таксисты в Казахстане не шикуют, поездки стоят дешево (по городу 100 - 200 рублей). Машина у Сергея своя, приехал на ней из России.

- Пока ехал, пару раз нарушил правила, гаишники местные останавливали. И тут же предлагали оплатить штраф нелегально. Хорошо, я полез в интернет и проверил сумму штрафа. Оказалось, что россияне дурят, просят в несколько раз больше денег. Я тогда сказал: «Выписывайте штраф официально».



Осенью бывшая советская республика стала Меккой для релокантов из России. Сейчас поток россиян схлынул.

## Жители Казахстана - «понаехавшим» россиянам:

# Теперь вы у нас гастарбайтеры!

Выписали. Приехал в Алма-Ату и без проблем оплатил. Коррупции в Казахстане хватает. В городе гаишники более осторожные, стараются на лапу не брать, а за городом - только так, - рассказывает Сергей.

В Алма-Ате Сергей снимает частный дом. Живут вчетвером. Аренда обходится в 50 тысяч рублей в месяц в пересчете на наши деньги. Для работающих в Казахстане русских работодатель делает разрешение на временное проживание. Оно действует год. Потом нужно выехать из Казахстана (формально пересечь границу), а потом разрешение можно продлить.

При этом с 27 января в Казахстане вступили в силу новые правила пребывания для иностранцев. По ним россияне могут находиться в стране не более 90 дней в течение 180 дней. Раньше те, кто скрывался в Казахстане от мобилизации, по истечении 3 месяцев просто ненадолго выезжали в соседние Узбекистан или Киргизию. Теперь такая схема не сработает. Чтобы остаться в стране, нужно оформлять разрешение на временное проживание или визу. Впрочем, на тех, кто приехал в Казахстан до 27 января, но-

вые правила пока не распространяются.

Казахские власти уверяют, что это просто зеркальный ответ. Точно такие же правила въезда действуют и для жителей Казахстана, которые приезжают в Россию.

### «МНОГИЕ НА ВАШИХ ОЗОЛОТИЛИСЬ!»

Релокантов из России в Казахстане особо никто не ждал. - Когда был бум «понаехавших», многие озолотились. Задрипанная однушка на выселках взлетела до 800 - 1000 долларов в месяц. Беглецов рассматривали как способ заработка. Сейчас толпа релокантов схлынула. Часть россиян отправилась в Турцию, Сербию, Черногорию. Часть уехавших вернулись обратно в Россию, - рассказывает мой казахский коллега.

В Казахстане остались в основном те русские, кто может работать на удаленке. А также сотрудники компаний, которые целиком перенесли свой бизнес из России на казахские земли.

- Из России в Казахстан приезжают на хорошие позиции, а не дворы мести. Хотя местные комики хохмили: мол, раньше мы были в России гастарбайтерами, а теперь русские у нас, - рассказывает мой коллега.

### «РУССКИЙ БИЗНЕСМЕН - ЭТО МЕШОК С ДЕНЬГАМИ»

Алексей Глазырин - основатель и продюсер «Первого профессионального джаз-клуба Алматы» EverJazz. Родом он из Екатеринбурга. В 2009 году Глазырин открыл в столице Урала первый профессиональный джаз-клуб, собирая под его крышей лучших музыкантов.

- Хотелось создать подобную площадку в других странах. Выбор пал на Алма-Ату, здесь есть своя джаз-школа, - рассказывает мне Алексей.

Из России он уехал больше года назад. А алма-атинскому клубу всего лишь месяц. В Екатеринбурге у Алексея осталась семья, жить приходится на две страны.

По его словам, бизнес-среда в Казахстане развита слабее, чем в России: отставание по уровню подготовки кадров, сервиса лет на 5, а то и 10.

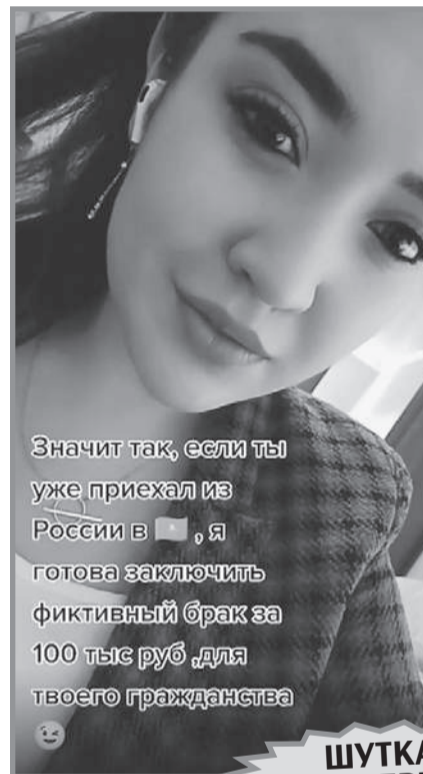
- На бизнесмена из России здесь смотрят как на мешок с деньгами и хотят подоить. Заходить на казахский рынок нужно осторожно, оценивая риски. Если не иметь четкого плана, то через полгода уйдешь без денег, и тебе в этом помогут, - говорит Алексей. - Начинаяшему бизнесмену взять кредит практически невозможно - огромное количество требований. А средняя ставка по кредиту - 25% годовых! - ошарашивает меня Алексей.

По его словам, джаз-клуб окупается хорошо. Половина выступающих в клубе музыкантов из России, половина - местные.

- В сентябре в Алма-Ате тусовалось очень много музыкантов из России - до 100 человек. Сейчас из них остались человек 30, некоторые переехали вместе с семьями, - рассказывает Алексей. - Гонорары для музыкантов остались такими же, как были в России. В Казахстане люди тратят больше денег на развлечения.

Алексей из эмигрантской семьи. Прадед у него был немецким дворянином на службе у российского императора. В 20-е годы семья эмигрировала из СССР в Шанхай, а в 47-м году вернулась обратно в Россию.

- Эмиграция - это всегда потеря корней, - говорит Алексей. - Но я не эмигрант, я гастарбайтер!



Значит так, если ты уже приехал из России в [country], я готова заключить фиктивный брак за 100 тыс руб для твоего гражданства

### ШУТКА ИЗ ИНТЕРНЕТА

Те, кому не на что жить, в Казахстане в основном не остаются. Если в России айтишник может получать 200 тысяч рублей в месяц, то для Казахстана это уровень топ-менеджера. Устроившись на работу в Казахстане, российский айтишник будет получать 70 тысяч рублей.

Или возьмем преподавателей английского. Казахские образовательные центры предлагают учителям из России зарплату в 200 долларов в месяц при загрузке 5 дней в неделю. Понятно, что россияне на такие условия не пойдут.

- Чтобы нормально жить в Алма-Ате, нужно зарабатывать не менее 800 - 1000 долларов в месяц. Плюс жилье - это еще минимум 500 долларов в месяц на аренду, - рассказывает мне знакомый.

### ТОВАРОБОРОТ БЬЕТ РЕКОРДЫ

В российско-украинском конфликте казахи сохраняют нейтралитет. На государственном уровне отношение к России исключительно позитивное, ведь Казахстан связан с Россией прочными экономическими связями: Таможенным союзом и Евразийским экономическим союзом (ЕАЭС). И российско-казахстанский бизнес идет в гору.

Товарооборот между странами по итогам 2022 года прибавил \$2 млрд и достиг рекордных \$26 млрд. За год торговля увеличилась на 10% после роста на 30% в 2021 году.

РАДИО КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА FM.KP.RU

Особенности межнациональных отношений и менталитетов разных наций, конфликты и противоречия, которые мешают нам жить дружно. По воскресеньям в «Национальном вопросе» в 16.00 (мск) на Радио «КП»

Всего было обмануто  
10 человек.

Четыре человека, проживающих в Тульской области, попались на самую распространенную уловку мошенников. Им звонил неизвестный мужчина, который представлялся сотрудником банка или правоохранительных органов, и под различными предложениями уговаривал их перечислить денежные средства на указанные им банковские счета. В общей сложности было похищено 3 миллиона 660 тысяч 128 рублей.

Также, в полицию обратилась 63-летняя пожилая женщина. Ей на телефон поступали звонки о том, что её дочь стала виновницей дорожно-транспортного происшествия, и для незамедлительного урегулирования возникшей ситуации необходимо заплатить некую сумму денег. Пенсионерка, не раздумывая, согласилась, после чего к ней подъехал молодой человек и забрал 100 тысяч рублей. Только после передачи денег пенсионерка поняла, что стала жертвой мошенников.

69-летняя женщина сообщила полицейским, что ей поступил звонок с ранее неизвестного телефонного номера. Молодой человек, представившись брокером одной из Интернет-платформ, предложил потерпевшей инвестировать свои денежные средства в крупные государственные и международные проекты, с целью получения дохода с прибыли от их реализации. Она зарегистрировалась на Интернет-площадках, указав свои полные персональные данные. В итоге её обманули на 700 тысяч рублей.

21-летняя женщина захотела сдать квартиру в аренду. Используя один из сайтов размещения объявлений, принадлежащий мошенникам, пострадавшая лишилась 30 тысяч 667 рублей.

# Жители Тульской области обогатили мошенников на 4 миллиона 682 тысячи 886 рублей



25-летний механизатор из Новомосковска лишился 13 тысяч 400 рублей, которые он перевёл в качестве предоплаты за оказание интимных услуг, используя один из сайтов размещения объявлений подобного рода.

Мошенники завладели персональными данными 33-летнего жителя Алексина и оформили на его имя микрозайм в размере 5 тысяч рублей.

43-летняя женщина разместила своё резюме на сайте поиска вакансий. Через некоторое время с ней связал-

ся ранее незнакомый ей мужчина, выслал ссылку на установку приложения якобы необходимого для работы. Далее потерпевшей стали приходить указания, суть которых заключалась в пополнении зарегистрированных «работодателями» банковских счетов в зарубежной валюте,

с целью дальнейшего заработка от их продажи. В итоге женщина лишилась 143 тысяч 681 рублей, а прибыль она так и не получила.

В данный момент сотрудниками полиции проводятся мероприятия по установлению личности мошенников и их задержанию.

## ШОУ



## В Туле отменили концерты Клавы Коки и рок-группы Loupa

Информация об этом появилась в соцсети на странице клуба, где должно было пройти выступление.

Выступление исполнительницы Клавы Коки должно было пройти на площадке Concert Hall 21 февраля, а российской рок-группы Loupa - 8 апреля. Но теперь они отменены. Причина неизвестна. Деньги за билеты вернут автоматически не позднее 13 марта 2023 года. Также при желании их можно обменять на любое другое мероприятие.

Ранее в Туле на год перенесли выступление Инстасамки, которое должно было состояться 1 апреля. Причина - перенос тура, связанный с запретом на её концерты во многих городах России. Однако, приобретенные билеты остаются действительными и в следующем году.

## Дорогие читатели!

Обращаем ваше внимание на то, что следующий ежедневный номер «Комсомольской правды» выйдет в среду, 22 февраля, вместо вторника, 21 февраля.

Вас ждет документальный выпуск, посвященный году новейшей истории страны.

Все самое важное о том, как изменилась жизнь в России и мире с 2022 года.

Спрашивайте в точках продаж прессы вашего города 22 февраля!

ВСЕГДА ВАША,  
«КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»



В стационаре тульского кардиодиспансера появился современный аппарат для проведения рентгенхирургических операций С-дуга. О возможностях нового оборудования рассказывает заведующий отделением рентгенхирургических методов диагностики и лечения Вячеслав Михайлов.



Отделение рентгенохирургических методов диагностики и лечения ГУЗ «ТОККД» основано 2 сентября 2013 года. Отделение оснащено двумя современными рентгеноперационными, в которых работают опытные специалисты и имеется возможность выполнить любое экстренное или плановое вмешательство больным с нарушением ритма и проводимости сердца.

Ежегодно в отделении выполняется более 500 оперативных вмешательств, с каждым годом количество оперативных вмешательств увеличивается.

С 2013 года имплантировано более 3600 электрокардиостимуляторов.

#### ПОЧЕМУ ТАК ВАЖЕН ПРИБОР

Электрокардиостимулятор предназначен для людей, чьи сердца бьются слишком медленно или нерегулярно. Он представляет собой прекрасный заменитель естественного водителя сердечного ритма и восстанавливает один из наиболее необходимых ритмов жизни — ритм человеческого сердца. ЭКС посылает крошечные электрические импульсы сердечной мышце. Электрические импульсы устанавливаются индивидуально и точно дозируются, заставляя сердце работать в диапазоне естественного ритма. Частота сердечных сокращений индивидуальна и зависит от возраста, национальности, конституции, образа жизни и профессии. У взрослых нормальными считаются значения от 60 до 100 ударов сердца в минуту. При цифрах ниже 60 — состояние трактуется как брадикардия, выше 100 — тахикардия. Таким образом, электрокардиостимуляторы предназначены для пациентов с брадикардией.

Имплантация ЭКС является хирургическим вмешательством и производится в условиях полной стерильности. В неосложненных случаях процедура занимает 1-1,5 часа. Чаще всего имплантация у взрослого пациента производится под местной анестезией. Врач, находясь в контакте с пациентом, всегда контролирует ситуацию и делает все, чтобы операция была безболезненной.

#### НОВЫЕ МЕДИЦИНСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ

С помощью нового оборудования С-дуга проводят установку кардиостимулятора через небольшой разрез в области ключицы. При такой операции хирург ориентируется на показания приборов и цифровые снимки.

Рентгенологическая С-дуга — это цифровой передвижной аппарат для выполнения рентгенографического исследования, разработанный специ-

# Цифровая хирургия в Туле



ально для использования в условиях операционных. Основная задача таких установок — визуализация во время хирургических операций и получение снимка под нужным углом.

Основной элемент С-дуги — плоский детектор. Это уникальный инновационный прибор, который обеспечивает изображение высокого качества объекта диагностики при проведении сложных операций и лечебных процедур с минимальной дозой облучения.

#### ПРЕИМУЩЕСТВА ДАННОЙ С-ДУГИ

- ✓ Плоский детектор 31 x 31 см обеспечивает обширный охват анатомической области.
- ✓ Минимальное облучение пациента — аппарат цифровой;
- ✓ Изображения высокого разрешения;
- ✓ Сокращение времени оперативных вмешательств.
- ✓ Полный пакет сосудистых программ и возможность проведения цифровой субтракционной ангиографии (DSA).



- ✓ Повышение эффективности работы в операционной с помощью удобных элементов управления для хирурга прямо у стола во время процедур.
- ✓ Простота управления по типу планшетного компьютера.

С января 2023 года с помощью но-

вого аппарата прооперировали более 70 пациентов. Это несомненно говорит о том, что применение нового инновационного оборудования позволит расширить объемы и виды высокотехнологичной медицинской помощи для жителей Тулы и Тульской области.

### 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.



ЛО-71-01-001021 от 11.10.13. ГУЗ Горбольница №13. На правах рекламы.

✓ 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



Лечебный центр

Кардиоцентр: Веневское 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



**Названы  
неожиданные способы  
сбросить лишний вес.**

Анна НИКОЛАЕВА

Каждый, кто когда-нибудь пытался похудеть, в курсе золотого правила: нужно меньше есть и больше двигаться. Однако кроме диет и физнагрузок есть еще несколько условий, которые влияют на процесс избавления от лишних килограммов. О неочевидных для большинства людей, но очень значимых факторах, открытых в ходе научных исследований, рассказал на просветительской лекции **руководитель направления превентивной медицины многопрофильного медицинского центра, врач-терапевт Кирилл БЕЛАН.**

**ПОЧЕМУ РАЗНОСИТ  
ИЗ-ЗА СТРЕССА**

Когда говорят о гормонах, от которых зависит появление лишних килограммов и похудение, в первую очередь на ум приходят **грелин** (гормон голода) и **лептин** (гормон насыщения). «КП» подробно писала о них. В то же время масса нашего тела заметно меняется под влиянием и ряда других гормонов, а именно:

◆ **инсулин.** Этот гормон, вырабатываемый поджелудочной железой, подавляет сжигание жира. Соответственно, повышенный уровень инсулина способствует набору веса;

◆ **гормоны щитовидной железы, тироксин и трийодтиронин,** усиливают окисление жиров, активируют распад холестерина и стимулируют снижение массы тела. Чем ниже уровень гормонов, тем выше риск располнеть;

◆ **кортизол,** знаменитый «гормон стресса». При его повышении растут уровень глюкозы, холестерина в крови. И, увы, вес. Так что в жалобе «из-за стрессов разнесло как на дрожжах» есть доля истины (хотя, конечно, в организме все устроено гораздо сложнее, влияет и масса других факторов).

**НЕДОСЫП - ВРАГ ТАЛИИ**

Если вы мало или плохо спали, то в течение дня, скорее всего, будете голодны как волк, предупреждают врачи. Вот что выяснили ученые:

✓ **недосып - мощнейший стрессовый фактор.** Он вызывает гиперсекрецию, то есть буквально зашкаливающую выработку кортизола. «Из-за одной ночи без сна уровень этого гормона может повыситься в два раза», - привел данные исследований Кирилл Белан.



**Чтобы похудеть,  
нужно больше спать**



А повышенный кортизол, как мы помним, гонит вверх и жировую массу;

✓ **при нехватке сна подскакивает уровень инсулина.** И это тоже фактор, повышающий склонность к набору веса;

✓ **недостаточная продолжительность сна снижает уровень лептина (гормона насыщения) и повышает уровень грелина (гормона голода).**

И еще один секрет. Во время глубокой фазы сна происходит наиболее активная выработка гормона роста. Именно благодаря ему мы набираем ценную мышечную массу и эффективнее сжигаем жир. Кстати, известны также антивозрастные функции гормона роста - он причастен к сохранению молодости кожи и хорошей памяти.

**ВСЕСИЛЬНАЯ МИКРОБИОТА**

Одно из главных увлечений ученых во всем мире сегодня - углубленное исследование микробиоты. То есть

миллиардов бактерий, которые населяют организм человека. Больше всего их обитает в кишечнике. Уже доказано, что наши сожители - микробы очень серьезно влияют на развитие многих заболеваний. А также на настроение, эмоции человека. И, само собой, на массу тела.

Как рассказал Кирилл Белан, наблюдения за большими группами людей выявили закономерность: чем меньше разнообразие кишечной микробиоты, тем больше у человека жировых накоплений. И наоборот: наиболее богатый «ассортимент» бактерий отмечается у самых стройных. Что делать с этими знаниями? К счастью, у исследователей уже есть подсказки для повседневной жизни:

- 1 ешьте побольше продуктов с клетчаткой: фруктов, овощей, бобовых. Доказано, что их употребление повышает микробное разнообразие в кишечнике. И - ура! - способствует снижению массы тела;
- 2 исследования показали, что окружность талии и жировая масса снижаются при употреблении пробиотиков. Из продуктов ими наиболее богаты кисломолочные и квашеная капуста;
- 3 ограничивайте фастфуд. Согласно научным данным, такая еда приводит к обеднению микрофлоры. Полезные микробы гибнут, а их противники набирают силу.

**ВДОХНИВЬСЬ!**

**КАКИЕ БОНУСЫ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ПРИНЕСЕТ ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ ЛИШНИХ КИЛОГРАММОВ**

Начнем с главного: избавление от лишнего веса продлевает жизнь! А теперь - подробности. Избыточный вес и его крайняя форма - ожирение - связаны с развитием более чем двух десятков заболеваний. Вместе с лишним жиром уходят или как минимум сокращаются многие угрозы для здоровья.

**В том числе снижается риск:**

- онкологических заболеваний;
- сердечно-сосудистых заболеваний, включая инфаркты и инсульты;
- диабета 2-го типа;
- заболеваний позвоночника и суставов;
- нарушений репродуктивной системы (бесплодие, импотенция).



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

**МЕНЬШЕ СОЛНЦА - БОЛЬШЕ ЖИРА**

Дефицит солнечного света не только вредит настроению. Но и мешает худеть, рассказал Белан. Почему?

Во-первых, при нехватке солнца нам не хватает витамина D. А его дефицит, в свою очередь, ученые связывают с повышением склонности набирать лишний вес (предполагается несколько различных механизмов).

Во-вторых, в солнечную погоду улучшается выработка гормона серотонина. Он стабилизирует настроение и снижает чувство голода. А когда на улице хмарь - сами понимаете.

Так что с нетерпением ждем весны. И сейчас, в редкие пока солнечные дни, старайтесь хоть ненадолго выйтись на улицу, советуют врачи.

**В ТЕМУ  
Избегайте пластика**

Ученые обнаружили, что некоторые вещества способны нарушать эндокринный баланс в организме. Они вмешиваются в обмен веществ и могут в том числе способствовать росту жировой ткани, предупредил доктор Белан. Таких вредителей называют эндокринными разрушителями (EDC). В их числе: бисфенол, парабены, пестициды.

На практике, чтобы снизить контакты с EDC, старайтесь избегать пластиковой посуды и не разогревать еду в микроволновке в пластиковых контейнерах, посоветовал врач. Используйте стеклянную или керамическую посуду.

Израильские ученые подтвердили

**ПРОБЛЕМЫ С ПРОСТАТОЙ НЕ ПРИГОВОР!**

Простатит - это болезнь, которая не только отравляет здоровье и интимные отношения мужчины, но и укорачивает жизнь. К сожалению, к 60 годам у половины мужского населения возникает аденома простаты со всеми вытекающими последствиями: боли, нарушение мочеиспускания, проблемы в сексе.

**Но наука не стоит на месте!** И Израиль - признанный мировой лидер в медицине - как всегда оказался впереди. Изучая статистику, ученые из израильской компании **Vaga Herbs\*\*** выяснили, что большинство мужчин не доживают даже до 60 и имеют множество проблем со здоровьем (в том числе простатит). **А в 5 регионах мира - не знают проблем с простатой и сексуально активны до 90 лет.** А все потому, что с давних времен они используют экстракты удивительных растений! В Северной Америке - это пальма сереноа. Ее активные вещества блокируют фермент, из-за которого предстательная железа увеличивается

в размерах. В Японии используют реманию, которая помогает подавить воспаление простаты и восстанавливает функцию почек. На Шри-Ланке мужчины предпочитают аспарагус. Он стимулирует работу мочеточников, способствует нормализации мочеиспускания. В горах Непала собирают корни двудомной крапивы, которая может улучшить отток мочи и снять отек. Ну а в Перу мужской травой называют длинную куркуму за то, что она способна подавить воспаление и снять боль.

**Специалисты Vaga Herbs собрали и объединили экстракты этих 5 растений в одну формулу и создали мощный продукт для мужчин САЛЮТЕМ ПРО, сертифицированный Минздравом Израиля.** Таким образом, ученые доказали, что в любом возрасте можно справиться с простатитом и вернуть себе нормальную жизнь - без мучений, нарушения мочеиспускания и проблем с эрекцией.

- Действие САЛЮТЕМ ПРО направлено на:**
- Избавление от проблем с простатитом
  - Восстановление мочеиспускания
  - Поддержание стойкой эрекции
  - Повышение сексуального желания

Купить САЛЮТЕМ ПРО теперь можно в России напрямую от производителя и решить свои проблемы с простатой.

**ЗВОНИТЕ ПО БЕСПЛАТНОЙ ФЕДЕРАЛЬНОЙ ЛИНИИ  
8 (800) 100-55-60  
и назовите код Вашего подарка «КП-2022»**

**КОНСУЛЬТАЦИИ АНОНИМНЫ**

**1 упаковка  
БЕСПЛАТНО\***  
при покупке в течение 7 дней



\*Акция действует с 01.03.2023 г. по 01.10.2023 г. при покупке трех шт. и более. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 121770093159, 127287, г. Москва, Петровское-Разумовский пр., д. 29, стр. 4, этаж 1, помеш. 1, ком. 28. БИД, СРР № RU 77-99-11-003.R.001678.06.20 от 25.06.2020 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60. \*\*База хирлс. РЕКЛАМА.

**НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ**

Журналисты «Комсомолки» продолжают свое беспрецедентное путешествие автостопом от Калининграда до Владивостока, чтобы увидеть настоящую страну, не ту, что в телевизоре.



Читайте на сайте **KP.RU** все путевые заметки нашей экспедиции (там же - видео, которое мы снимали в пути).



**Владимир ВОРСОБИН (текст),  
Иван МАКЕЕВ (фото)**

Продолжение.  
Начало в предыдущих  
номерах «КП»  
и на сайте KP.RU.

Канск. Добрый краевой министр леса, подбросивший нас из Красноярска, умчался на совещание. А мы бродили по уютно погребенному под снегом городу.

### СЕНАТОР И НАРОД

И тут произошло НОНЭ (Неизбежно-Обязательные Недоразумения Экспедиции). В городок ворвался сенатор Клишас. Он тоже хотел познать народ. Мы встретились с Клишасом, когда его привезли на зону. Для несовершеннолетних преступников. Народ состоял из хмурых сотрудников колонии, пацанов с внимательными глазами и отряда юных хоккеистов. Сверху сквозь колючую проволоку пробивалось: «Пусть всегда будет солнце!»

После приветственных речей заключенных, состоящих из благодарностей начальству и сенатору лично, гости пробили буллиты. Вратарь старательно пропустил все.

«Россия! Россия!» - взревели юные зеки.

- Андрей Александрович, - спрашиваю сенатора. - Вы знаете свой народ?

- Нет, - ответил Клишас. - Даже не знаю, возможно ли это... Но вам я завидую. Я бы тоже так хотел - бросить все и поехать...

- Очень советую бросить и поехать, Андрей Александрович! - обрадовался я. - Поверьте, пара недель разговоров с простыми людьми полезнее, чем...

Договорить не успел. Клишаса увели благодарные граждане.

### ТАКИЕ РАЗНЫЕ СОСЕДИ

До Нижнего Ингаша нас подвозил Николай из Кемерово. С супругой. По дороге мы разгадывали русские загадки.



Знакомство с зоной сенатор Клишас начал с хоккея.

- Есть, - говорит, - у нас под Кемерово деревенька. Крепкая. Крестьянская. Жили мужики своим трудом. И сейчас село зажиточное. Пашет. И ладно все там - асфальт хороший, глава работающий. А по соседству, километров в 20, стоит еще одна. В старину рядом с тем селом золото нашли. Набились в деревушку золотари с приисков, а селяне начали деньги из них качать - через постоялые дворы, кабаки, карты да проститутки. Придет с прииска золотарь с мешочком золота, а к утру уже последнюю рубаху продал... Народ там работу побросал. А как закончилось в округе золото, народ уже забыл, как работать. И до сих пор в той деревне все не слава богу - асфальта нет, все разворовано, и глава каждый год новый, и все - на дорогих джипах...

- Знакомая история, - киваю. - Бытие определяет сознание...

- Сознание? - ухмыльнулся Николай и качает головой.

Похоже, неправильный ответ.

- У меня теща - учитель, -

рассказывает дальше. - Живет на границе Новосибирской области и Алтайского края. Граница проходит между деревнями. В трех километрах друг от друга. В новосибирской зарплаты учителей и медиков в два раза больше. И каждый день из алтайской деревни в соседнюю отправляются те, кому не повезло родиться на три километра южнее.

А учеников из бедного Алтайского края ни лечить, ни учить некому.

- Отсюда вопрос, - вздыхает Николай. - Чем те, кто родился в Москве, лучше тех, кто живет в Нижнем Ингаше? Мы живем в одной стране? Или России у нас разные?

- В одной, - говорю. И, глядя на Колю, пытаюсь понять - верно?



Медсестра-психиатр Жанна не побоялась остановиться, чтобы подвезти незнакомца. (На заднем плане на фото - Володя Ворсобин.)

### СЫНОВЬЯ С ПЕРЕДОВОЙ НЕ ХОТЯТ ВОЗВРАЩАТЬСЯ

Эта чудесная встреча стала возможной, потому что Ваню, к счастью, увез какой-то бензовоз. Останавливается маленькая «КИА» - и...

- Да ладно! Женщина! - расплылся я в идиотской улыбке.

Первая дама в истории экспедиции останавливается, чтобы подвезти нас. Поймать женщину, как известно, нелегко.

- А я тут работаю недалеко, - улыбается прекрасная Жанна.

- Где? - интересуюсь.

- В психиатрическом стационаре. Медсестрой. Раньше, рассказывает, профессионально было интереснее - работало мужское отделение, преимущественно по белой горячке.

«Ой, там такие галлюцинации!» - говорит с восхищением. - К счастью, это лечится. С нами, женщинами, все по-другому. Мы и здоровые (смеется) чуть-чуть того...

Дочка у Жанны работает во ФСИН. А сын сейчас на передовой.

Работал на заводе, там же получил повестку. Пара дней на сборы. Иногда звонит. Слышны канонада и голос: «Мама, все нормально!» Оказалось, правда, что у завода бронь. Но сын уже не хочет возвращаться.

180 тысяч Жанне за сына перевели. Ждет следующую выплату.

- И то хорошо, - говорит.

### ЗДРАВСТВУЙ, ДЕДУШКА!

Потом меня подхватила цистерна с пивом. И мы с Сашей из Красноярска спивали окрестные городки, заливая в каждый пивной магазинчик по 200 литров.

- Ну, здравствуй, дедушка! - сказал я, пока Ваня пил его воду.

Колдун смотрел на нас бездонными серо-голубыми глазами. Ветер развеивал седые кудри облаков. Хорошо у Байкала. Спокойно. Остаться бы.

- Ну, че, Вань, дошли до края? - подначил я напившегося самой чистой в мире воды Макеева. Ваня, конечно, ответил, что нет. И что впереди еще запредельные Бурятия, Забайкалье, Амурская область, Хабаровск...

И завтра снова в путь.

Продолжение читайте в следующих номерах «КП» и на нашем сайте KP.RU.

Ярослав КОРОБАТОВ

Ученые предлагают организовать «фиктивные» поездки в офис для тех, кто трудится дистанционно.

**ДИСТАНТ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ**

Исследования показывают: 80 процентов сотрудников считают, что переход на удаленку плохо сказался на их психологическом состоянии.

Ученые принялись разбираться - в чем дело?

**ЧТО ЖЕ ТЫ ГУЛЯЕШЬ, МОЙ СЫНОЧЕК, ОДИНОКИЙ?..**

Выяснилось, что освободившееся время, которое планировалось провести с пользой, мы чаще всего тратим на чтение новостей.

При этом, по данным исследования Microsoft, 81 процент удаленщиков моложе 35 лет признались, что стали чувствовать себя более одиноко. Дом перестал быть нашей крепостью, поскольку мы практически круглые сутки находимся под колпаком работодателя, который считает в порядке вещей раздавать задания и контролировать нас и после окончания рабочего дня...

А еще оказалось, что эти самые «42 минуты под землей», которые воспела группа «Браво», играют очень важную роль в нашем психологическом благополучии. Словно портал в пространство между рабочими и домашними обязанностями.

**АВТОБУС - ЭТО КАЙФ!**

Вы спросите, что может быть полезного в том, чтобы встать ни свет ни заря и тащиться в переполненном автобусе на работу? Ведь мы всегда считали это пустой тратой времени. Однако психологи Мэттью Пищик

**Ежедневно 42 минуты под землей: Дорога с работы домой - счастье, которое мы потеряли на удаленке**



Ксения ТИМОФЕЕВА/КП - Самара

Гораздо приятнее выпить бокал вина, вернувшись домой из офиса. А не из кухни в комнату...

Оказалось, что поездка на работу - это источник новых впечатлений и способ сменить обстановку. Пейзаж за окном, хорошенькая женщина, сидящая напротив, любимая музыка или подкаст в наушниках, дорожные сценки с чудачковатыми пассажирами - кому могло прийти в голову, что это стоит ценить? Но без этого фона основное содержание нашей жизни оказывается скучным и пресным. Потому что на 99 процентов «житие мое» состоит из обязанности и рутины. Жизнь - игра.

А теперь представьте, что спектакль, в котором мы играем главную роль, оказался без декораций. И только задним числом мы обнаружили, что они были невероятно важны.

**В ТОЛПЕ СПЕШАЩИХ НА РАБОТУ ПРОЩЕ СОХРАНИТЬ СВОЕ Я**

Пищик и МакАлпайн изучали, как пребывание в пограничном пространстве (те самые поездки на

и Кристи МакАлпайн (представляю соответственно Университет Уэйна и Университет Рутгерса) объясняют: поездки на работу - это портал в пограничное пространство между рабочими и домашними обязанностями. То есть это то сладкое время, когда мы можем побыть самим собой и никому ничего не должны.

- Это пограничное пространство дает людям возможность психологически восстанавливаться, - говорят авторы исследования. - На дистанционной работе мы лишены возможности привести свои мысли в порядок. Человек откладывает ноутбук и тут же превращается в раба домашней рутины. Это вызывает рост случаев эмоционального истощения, который фиксируют все психологи, изучающие эффекты удаленной работы.

**ВЫХОД ИЗ СИТУАЦИИ**

Эксперты советуют практиковать «фиктивные» поездки на работу в начале и в конце трудового дня.

Маршрут может быть любым. Смысл в том, чтобы перед началом рабочего дня и после его окончания собираться и выходить из дома на 20 - 30 минут. Необязательно куда-то ехать. Главное - побыть наедине с самим собой. Потому что главное зло, которое творят большие города, - крадут у нас нашу собственную личность.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

работу) влияет на два фактора: эмоциональное восстановление после тяжелого дня на работе и быстрота переключения мыслей от служебных дел к своей частной жизни. В частности, психологи попросили людей поехать с работы домой разными маршрутами. Выяснилось, что более длительные, чем обычно, поездки парадоксальным образом оказывают умиротворяющее воздействие на человека. Если, конечно, речь идет не о долгом сидении в автомобильных пробках. Как это ни странно звучит, в толпе горожан, спешащих на работу, проще сохранить свое собственное Я.



Михаил ФРОЛОВ/КП - Москва

**- В России в заторе нельзя расслабляться - можно получить привет от соседа в задний бампер...**

**ВАЖНО Пробки: ярость или радость?**

Время от времени ученые исследуют поведение людей, которые подолгу стоят в пробках. Но результаты противоречивы. Что повторяется от исследования к исследованию: женщины в принципе не против пробок и даже любят их. Согласно британскому опросу (с замерами) 2011 года, уровень стресса у женщин-автомобилисток почти не растет (на жалкие 8%). А вот мужчины просто бешутся. Это вызвано физиологией. Мужчина - боец, и,

если он видит проблему, у него включается известный рефлекс «бей или беги» (проще говоря, надо что-то делать). Хотя многие мужчины считают, что женщины «склонны истерить», у них ничего такого не включается, и они просто сидят за рулем, поглядывая в телефон. Но вот недавнее исследование, сделанное в США, показало немного другую картину: выяснилось, что и мужчины теперь в пробках скорее отдыхают. Думают о вечном,

мечтают о рыбалке на выходные и вообще расслабляются. Ведь ты уже не в офисе, но еще и не дома, где забот тоже хватает, можно слушать любимую музыку, курить, звонить по телефону хоть любовнице - никакого контроля! Где правда? Посмотрите на московские пробки. Загляните в лица водителей через стекло. Забудьте то, что увидели, а то приснится. Может, это у них люди любят пробки. У нас - ненавидят.

**БЛАГОМАКС**

**КОМПЛЕКСЫ ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛОВ НАПРАВЛЕННОГО ДЕЙСТВИЯ**  
для КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ ИЗНУТРИ

БЛАГОМАКС КРАСОТА И СИЯНИЕ (60 капсул)  
ВИТАМИНЫ ДЛЯ ВОЛОС, КОЖИ И НОГТЕЙ

БЛАГОМАКС Чага B12 (30 капсул)  
BLAGOMAX CHAGA B12

БЛАГОМАКС ВИТАМИНЫ ГРУППЫ В (30 капсул)  
[B1 B2 B3 B5 B6 B7 B8 B9 B12]  
СПОСОБНОСТИ:  
• улучшение функционального состояния нервной системы  
• увеличение энергии и улучшение памяти  
• поддержка иммунитета

здравсити apteka.ru

Ежедневно обеспечивая бесперебойную работу организма, витамины играют огромную роль в здоровье каждого из нас. Витаминно-минеральные комплексы БЛАГОМАКС, созданные с учетом пищевой физиологической потребности человека, способствуют восполнению дефицита важнейших микроэлементов, способствуют восстановлению сил и поддержке активности

Телефон «горячей линии»: 8-800-333-10-33 (звонок по России бесплатный)

AM.01.07.01.003.R.000783.08.22 OT 22.08.2022 № KZ.16.01.78.003.E.002733.09.13 OT 26.09.2013 № RU.77.99.11.003.E.000027.01.15 OT 12.01.2015

РЕКЛАМА № RU.77.99.11.003.E.000032.01.15 OT 12.01.2015 № AM.01.07.01.003.R.000787.08.22 OT 23.08.2022

**БАД НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ**

# Повзрослевшая Пуговка появится в новых «Папиных дочках»

Ирина ВИКТОРОВА

Екатерина Старшова снимается в новых сериях популярного сериала.

Как мы уже сообщали, в Москве начали снимать продолжение «Папиных дочек» - одного из самых популярных сериалов нулевых. Поначалу мало кто верил, что в новых сериях появится Пуговка - самая младшая из дочек, которую играла **Катя Старшова**. Ей сейчас 21 год, она живет и учится за границей, а еще катается в ледовых шоу - ну какие в такой ситуации съемки? И все же девушка смогла найти выход. «До последнего не была уверена, что смогу принять участие, потому что живу не в России и часто на гастролях с ледовым шоу, - говорит Екатерина. - Но в итоге все получилось. Для меня это полезный опыт, интересный эксперимент и возможность вспомнить детство. В новом сезоне Пуговки будет немного, но думаю, что зрителям куда интереснее будет наблюдать за основными персонажами и переживать вместе с ними их историю. Пуговка скорее станет отсылкой к старым сезонам, поводом поностальгировать».

Действительно, в свежих сериях в центре внимания окажется Вениамин Васильев, он же Веник, которого вновь играет **Филипп Бледный**. Напомним, он в старых «Дочках» успел жениться на одной из сестер Васнецовых, Даше (**Анастасия Сиваева**), и к новым сериям подошел уже в статусе многодетного отца. И

к тому же одинокого - по сюжету героиня Сиваевой сбежала из дома, оставив супругу четырех дочерей. Таким образом Вениамин повторит путь Сергея Васнецова (**Андрей Леонов**) - будет учиться быть для девочек одновременно мамой, папой и другом.

Будет в продолжении и любимица публики - легендарная секретарша Сергея Васнецова **Тамара Кожемятько (Татьяна Орлова)**. «Когда мне предложили



Такой мы запомнили Катю по классическим «Папиным дочкам»...

сниматься в продолжении, сразу ответила: «Буду!», - признается Татьяна.

Также на экране вновь появятся и другие ключевые герои классических «Дочек» в исполнении **Елизаветы Арзамасовой, Мирославы Карпович, Нонны Гришаевой и Александра Олешко**. Планируется снять 20 серий по 24 минуты, которые телезрители увидят на канале СТС.



...а вот как Старшова выглядит сейчас, снимаясь в продолжении культовой комедии.

■ УТРАТА



Ушла звезда 60 - 70-х Рэйчел Уэлч

Денис КОРСАКОВ

Актрисе было 82 года.

Советский зритель впервые увидел **Уэлч** в фильме «Миллион лет до нашей эры» (на фото - кадр из этой ленты) - приключенческой ахинеи, в которой первобытные люди существовали на одном отрезке времени с динозаврами. Главным украшением картины стала красотка в бикини из оленьей шкуры. Это был один из фильмов, принесших ей в середине 60-х и звание секс-символа. Сама она секс-символом быть не хотела и отказывалась сниматься обнаженной. Ее партнерами были

**Фрэнк Синатра, Джеймс Стюарт, Дин Мартин**, она блистала в самых разных проектах: успешной стала картина «Ослепленный желаниями» - комедийная переделка легенды о Фаусте, в которой Уэлч изобразила саму Похоть. А еще - «Три мушкетера», где актриса сыграла Констанцию.

Постарев и расставшись с кино, она занялась бизнесом, писала мемуары. Несмотря на то что свою кинокарьеру она удачной не считала, журнал Playboy поставил ее на третье место в списке «Самых сексуальных звезд XX века» - а это чего-нибудь да стоит.

## Бесконтактная подписка на любимые издания от «Комсомолки»

### Подписка по QR-коду на shop.kp.ru



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

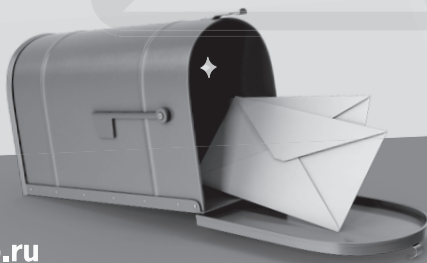
Тариф	1 мес.	3 мес.
«КП» ежедневная газета	314	942
«КП» еженедельник + телепрограмма	160	480
«КП» ежедневная+еженедельник	440	1320
«Фиксики»	137	411

### Сбербанк Онлайн

1. Открыть приложение Сбербанк Онлайн на мобильном телефоне
2. Ввести код доступа, выбрать раздел «Платежи»
3. Ввести в поиске «Комсомольская правда»
4. Заполнить ФИО и адрес
5. В «Назначении платежа» укажите: издание и контактный телефон
6. Подтвердить оплату
7. Когда деньги будут списаны, последует звонок нашего оператора
8. Сообщить оператору ФИО получателя и адрес доставки

### Сайт Почты России

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



Популярные газеты и журналы для всей семьи будут приходить прямо в почтовый ящик!

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

# С актрисы Анны Большовой сняли все обвинения в смертельном ДТП

Александр РОГОЗА

Подтвердилась версия, что муж погибшей женщины бросил ее на дороге.



Дело о смертельном ДТП, в котором оказалась замешана известная актриса Анна Большова, официально закрыто. Напомним, трагедия произошла в октябре 2022 года в деревне Грачевка Калужской области. У звезды «Остановки по требованию» здесь дача. Ехала ночью со спектакля, сворачивала с дороги на свою улицу и вдруг (фонарей здесь нет) почувствовала удар о капот. Остановилась. Вышла из машины и обнаружила под колесами женщину в крови. Вызвала скорую помощь и полицию. Однако врачи спасти раненую не смогли. 31-летняя Олеся Борисенко, мать двоих детей, скончалась. Местная полиция возбудила уголовное дело по статье «нарушение правил дорожного движения и эксплуатации транспортных средств, повлекшее по неосторожности смерть человека». Актрисе Большовой обвинения тогда не предъявили. Но скандал, разумеется, грянул. Срок за смертельное ДТП - до 5 лет.

## ЧТО СО СКОРОСТЬЮ?

Местные жители активно обсуждали версии случившегося. Выяснилось, что погибшая Олеся Борисенко вообще непонятно откуда взялась в деревне. Она когда-то жила здесь, но много лет назад уехала в соседний Обнинск. Два раза была замужем, сейчас жила с новым мужчиной, Алексеем, но без штампа в паспорте.

- Актриса эта гнала со скоростью 100 - 120 километров в час! - заявляла осенью прошлого года в разговоре с корреспондентом «КП» мать Алексея.

Впрочем, версия выглядела сомнительной. Олеся угодила под машину уже за поворотом, на грунтовой дороге. Если бы Большова летела по асфальту на скорости, перед поворотом на грунтовку она явно бы затормозила, оставив хорошо заметные следы. Но тормозного пути не было. Тем не менее факт остается фактом: женщина погибла.

Сама Анна Большова от комментариев отказалась. Ее версию озву-

чил директор театра «Ленком», где служит актриса, Марк Варшавер:

- Ее машина двигалась по второстепенной местной дороге со скоростью 5 - 10 километров в час. Абсолютная темнота. И вдруг сбоку под колеса ей рухнул человек. Женщина, которая погибла, была абсолютно пьяная. Экспертиза это установила. Многие жители Грачевки были уверены,

что она вышла на работу не собиравшись (их общему сыну два года). В деревне по-прежнему живут сестра женщины и старший брат. С ним, правда, Олеся давно не общалась. Многих удивило: почему Борисенко оказалась в полночь одна на дальнем конце деревни, если ее родня живет в начале - километрах в трех отсюда?

## ЧТО УТАИЛ МУЖ

Сосед семьи в Обнинске нам подтверждал:

- Лешка мне на Олесю жаловался. Говорит, не



Погибшая Олеся Борисенко с Алексеем, их общим ребенком и своим сыном от первого брака.

что Олесю Борисенко действительно убили. Кто?! Грешили на мужа.

Как выяснилось, Алексей в последнее время на Олесю часто жаловался ее родным. Мол, привезу вам ее назад в Гра-

чевку вместе с детьми. могу уже с ней жить, надо разбежаться.

Во-первых, Олеся начала выпивать. Во-вторых, его зарплаты в цехе по обработке металла на семью не хватало, а жена из декрета

выходить на работу не собиравшись (их общему сыну два года).

Но и у Олеся имелись претензии к Алексею: бывшие одноклассники Борисенко сообщали, что та в переписках часто говорила - муж начал ее бить...

- На допросе Алексей признался, что в тот вечер они с гражданской женой повздорились, - рассказал «КП» источник в правоохранительных органах. - Якобы женщина снова выпила, пока он был на работе. Он психанул, посадил ее в машину и увез в Грачевку. По словам Алексея, он высадил Олесю на дороге в деревне и уехал.

Расследование уголовного дела об аварии со смертельным исходом шло около четырех месяцев. На днях пресс-служба УМВД по Калужской области официально заявила: дело закрыто, «в действиях женщины-водителя состава преступления не усмотрено». То есть к актрисе Анне Большовой у закона больше нет никаких вопросов.

А вот к Алексею есть. Информация о том, что он привез гражданскую жену в Грачевку, подтвердилась. И да, она действительно была сильно пьяна. Вот только некоторые детали Алексей изначально от полицейских скрыл.

- Мужчина на личном автомобиле привез в деревню Грачевка Жуковского района женщину, находящуюся в состоянии алкогольного опьянения, извлек



Борис КУДРЯВОВ/Экспресс газета

Анна Большова в темноте не заметила женщину, лежащую поперек дороги.

ее из транспортного средства на улицу и положил поперек проезжей части, - сообщили в пресс-службе калужской полиции.

Возбуждено уголовное дело по статье «оставление в опасности» (от штрафа в 80 000 руб. до 1 года тюрьмы). Но это пока.

- Если оставленный без помощи потом погиб, действия фигуранта уголовного дела могут квалифицировать и как убийство, - считает бывший следователь МВД, адвокат Александр Карбанов.



О преступлениях и наказаниях советских звезд читай на сайте KP.RU



## «НОГА В КАПКАНЕ»

Телефон «горячей линии»: 8-800-333-10-33 (звонок по России бесплатный)

+ СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!



КАПСУЛЫ И КРЕМ ФУЛФЛЕКС:  
• СОЗДАНЫ НА ОСНОВЕ АФРИКАНСКОГО РАСТЕНИЯ МАРТИНИЯ ДУШИСТАЯ  
• СПОСОБСТВУЮТ УМЕНЬШЕНИЮ НЕПРИЯТНЫХ ОЩУЩЕНИЙ «КАПКАНА»

# ФулФлекс®

"Нога в капкане" - состояние, при котором в организме образуется повышенный уровень мочевой кислоты, приводящий к болезненному ощущению. ФУЛФЛЕКС с экстрактом мартинии душистой способствует снижению мочевой кислоты и чувства "ноги в капкане"

АКТИВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ЭКСТРАКТА МАРТИНИИ ИМЕЮТ СВОЙСТВО СВЯЗЫВАТЬ МОЧЕВУЮ КИСЛОТУ И СПОСОБСТВУЮТ ВЫВЕДЕНИЮ ЕЕ ИЗ ОРГАНИЗМА



# Жена Романа Костомарова Оксана ДОМНИНА: Это огромное чудо, что он с нами

Андрей ПЕТРОВ

**Врачи прервали молчание о критическом состоянии знаменитого фигуриста.**

Больше месяца врачи борются за жизнь Романа Костомарова. В начале февраля стало известно, что спортсмен из-за гангрены, возникшей на фоне сепсиса, перенес операцию по ампутации ступней ног. А на этой неделе олимпийского чемпиона после повторной операции, уже на руках, ввели в кому из-за резкого ухудшения состояния. Один из лечащих врачей знаменитого фигуриста впервые рассказал о том, что происходит с Романом.

«Ситуация была критическая. Было полное понимание тяжести состояния пациента, причин, которые к этому привели, - сообщил в интервью ТАСС директор Национального медицинского исследовательского центра Минздрава России Сергей Царенко. - Врачи выбрали оптимальную и единственно возможную схему лечения для Романа Костомарова, чтобы спасти его жизнь. К сожалению, это привело к вынужденным хирургическим вмешательствам».

По словам врача, специалистам удалось избежать ды-

хательной и почечной недостаточности у Костомарова благодаря инвазивному экстракорпоральному методу насыщения крови кислородом (ЭКМО). «Тактика лечения, как и любая другая, имеет свою цену. Не все угрозы сняты, но есть серьезный шанс, что пациент выживет».

Специалист также считает, что именно процедура ЭКМО, позволившая фигуристу снова дышать, и стала причиной дальнейших проблем с некрозом и ампутацией конечностей. «И это та цена, которую приходится платить в борьбе за жизнь пациента. Решая одну проблему, мы создаем новую. Как правило, микроциркуляторные нарушения происходят на кончиках пальцев рук, ног, бывает и на ушах. Есть риск того, что поражения могут пойти дальше», - сказал Царенко.

Главврач «Коммунарки» Денис Проценко подтвердил: с самого начала было ясно, что ситуация очень серьезная.

«Бактерия, вызванная вирусной инфекцией, которая была выявлена при поступлении, уже тогда давала нам сигналы, что течение болезни будет очень тяжелым, что оно будет протекать с некрозами и некротическим поражением подкожной клетчатки и мышц. Поражение легочной ткани было тотальным - даже ИВЛ не позволяла нам

Владимир Смирнов/ТАСС



Оксана Домнина надеется, что Романа удастся выводить.

поддерживать уровень кислорода на достаточном уровне. Мы понимали, что методики, которыми мы спасаем жизнь, имеют те или иные возможные осложнения, которые в перспективе могут потребовать хирургической коррекции», - рассказал «АиФ» Проценко.

Жена Романа Оксана Домнина благодарит врачей, говорит, что он находился на грани жизни и смерти.

«У мужа было очень тяжелое, сложное состояние, все показатели зашкаливали, это фактически были цифры, с которыми не живут и не выживают. А муж заново родился, и то, что он сейчас с нами, - это огромное чудо и заслуга врачей, и огромное счастье, и это самое важное для нас», - говорит Оксана.

Напомним, что Костомаров попал в больницу после новогодних праздников,

во время которых он откатал с десяток шоу, в том числе и на открытом воздухе. А потом, рассказывали, он, несмотря на простуду, чуть ли не нырнул в прорубь, а по словам его тренера Александра Жулина, пошел еще и в баню. И вместо того чтобы сразу обратиться в больницу, занимался самолечением.

Почему Роман сразу не обратил внимание на свое недомогание, рассказала Оксана Домнина.

«Роман не чувствовал себя плохо, а единственным симптомом был небольшой кашель, появившийся в начале января. Я не считаю это чем-то ненормальным, мы, спортсмены, всегда работаем, даже если у нас поднялась температура, - пока есть силы. Могу сказать про себя: 30 декабря я лежала с температурой 39, а через день уже выступала, для фигуристов это рядовая ситуация», - сказала Домнина.

Комментирова трагедию фигуриста в «КП», известный спортивный врач Александр Яблуневский напомнил, что к своему здоровью надо относиться бережно в любом возрасте и при любой физической подготовке.

«Главное, когда начинается какое-то простудное заболевание, нельзя заниматься спортом. Даже тренированным спортсменам, не говоря уж об обычных людях», - напоминает специалист.



О состоянии Романа - на KP.RU/SPORTS

## ■ УТРАТА

Дмитрий ТЕМНИКОВ

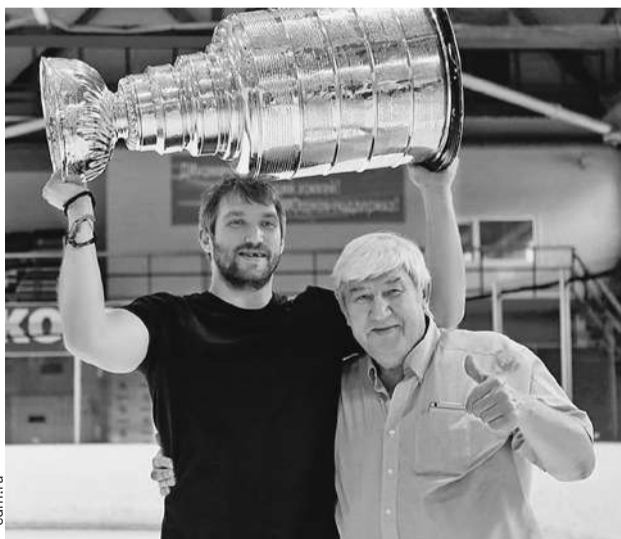
**Форвард сборной России и «Вашингтона» сообщил о печальном событии в своих соцсетях и попросил не беспокоить его близких.**

Михаил Овечкин - тот человек, благодаря которому мы сейчас и восхищаемся Ови. Он заметил в сыне интерес к хоккею. Он не пропускал ни одной его тренировки. Он гордился его заслугами и болезненно воспринимал неудачи. Никакого Александра Великого в НХЛ без него бы не было.

### ЗАРАЗИЛ СЫНА ХОККЕЕМ

У Александра не было шансов обойти спорт стороной: мама Татьяна Николаевна - бывшая баскетболистка, олимпийская чемпионка 1976 и 1980 годов, а папа - футболист. Просто рано завязавший: еще в юниорском возрасте Михаил Викторович полу-

## Александр Овечкин потерял отца



Овечкин-старший был счастлив, когда его сын привез в Россию Кубок Стэнли.

чил травму, зато он долгое время работал тренером в спортшколе «Динамо».

Удивительно, что при таком «летнем» наборе Овечкин вообще заболел шайбой. А случилось это, когда отец переключал телеканалы

и наткнулся на трансляцию хоккейного матча, мальчик попросил оставить и не мог оторваться до конца матча.

Михаил отвел сына в секцию. Но вскоре Саша Овечкин чуть не бросил хоккей. «Мама, папа, поехали

домой, меня не ставят, - рассказывал Михаил Викторович про первые шаги в спорте будущей звезды. - Но уже в следующем матче дебют состоялся - и Александр забил гол. Естественно, еще даже толком не катаясь, а так - можно сказать, одними руками».

Без дяди Миши (так его часто называли знакомые) не было бы и фирменного кистевого броска Ови. Говорят, он лично установил самодельный тренажер для бросков из железа на дедушкиной даче. Но Овечкин-старший уверял, что это не только его заслуга: «Бросал он очень много! У лифта в нашем доме и на даче положили оргалит. Саша рисовал на заборе ворота - и бросал, бросал, бросал. Вся родня делала для него все возможное».

### БОЛЕЗНЬ

Во время Олимпиады-2014 в Сочи у Михаила Викторовича случился инсульт. Так болезненно он перенес поражение сборной России от команды США по буллитам (2:3). «После этого матча я около полутора суток все держал в себе. Жгло в груди. Привезли в больницу, обследовали. «Еще 15 минут, и сейчас вы бы с Господом Богом разговаривали о хоккее», - говорили ему врачи.

Через два года история повторилась - у отца случился сердечный приступ. С того момента глава семейства отказался от перелетов на дальние расстояния. Но трансляций игр с участием сына не пропускал.

Александр же всегда навещал родителей во время пауз в НХЛ и отпуска. И привозил призы. «Когда я пролетел отцу Кубок Стэнли,

он был самым счастливым человеком в мире», - рассказывал хоккеист.

Александр всегда трогательно общался с отцом и часто звонил ему, чтобы обсудить какие-то матчи. Да, даже в 37 лет. А последнее крупное достижение в карьере Ови, увиденное его папой, - 802-я шайба в НХЛ и выход на второе место в списке лучших снайперов в истории лиги. Он и Татьяна Николаевна, как обычно, не спали всю ночь и переживали за своего сына.

К сожалению, побитие «векового рекорда» Уэйна Гретцки Михаил Овечкин не увидит. 10 января Михаила Овечкина госпитализировали с обострением хронической расслаивающей аневризмы аорты. Позже врачи выявили у него злокачественное новообразование. 15 февраля Михаила Викторовича не стало.

Но Саша непременно посвятит свой рекорд ушедшему отцу.

# ЕРОШКИ И ПОЛЯНКА

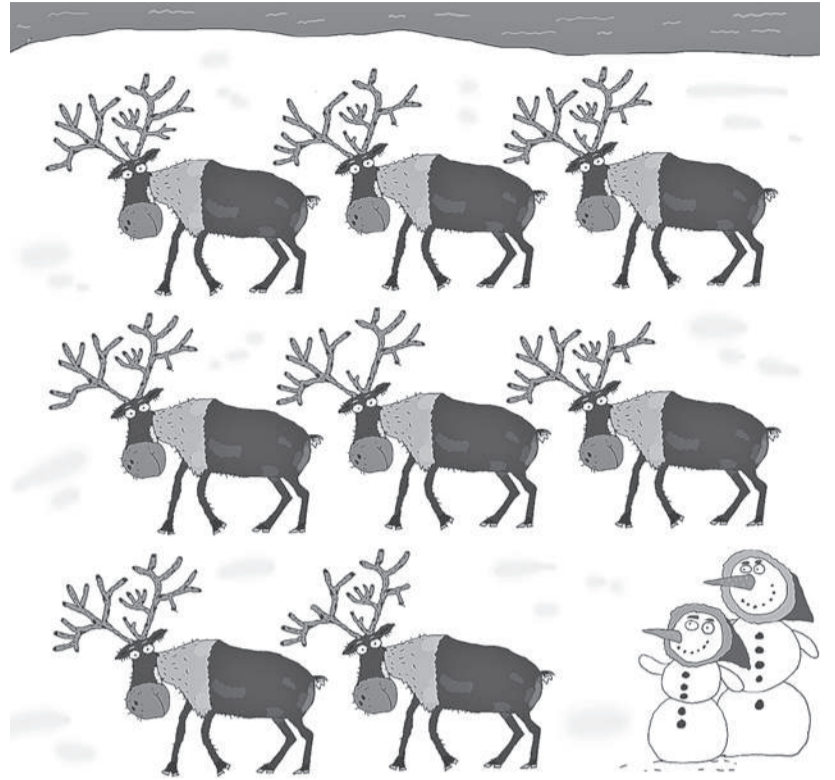


## Снеговики на Севере

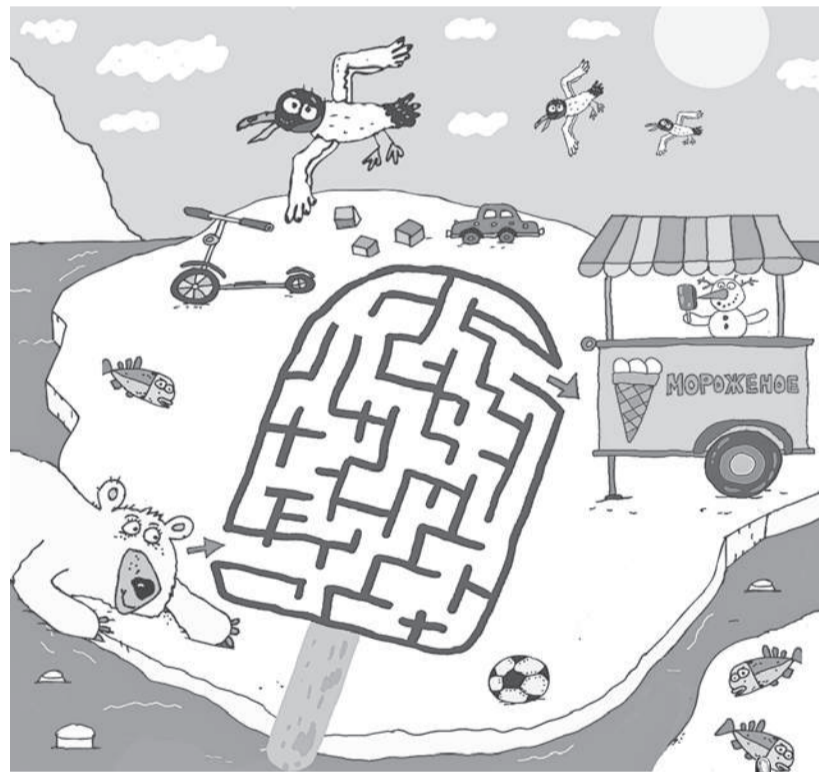
Скоро весна, поэтому снеговики отправились в холодные края, где в первый же день встретили нетёплый приём. Помоги гребцу поскорее убежать от недружелюбной косатки: прыгай до спасительного берега по льдинам от 1 до 10.



Найди со снеговиками двух северных оленей с одинаковыми рогами.



Проведи белого медвежонка по лабиринту до вкуснейшего снеговикового мороженого.



Рисовал Сергей БЕЛОЗЁРОВ.

© АО «Цифровое телевидение», 2023  
© ООО «Ноль Плюс Медиа», 2023

Реклама 0+



АО «ИД «Комсомольская правда», г. Москва.

**ВНУТРИ ИНТЕРЕСНЫЕ ЗАДАНИЯ НА РАЗВИТИЕ ЛОГИКИ, ФАНТАЗИИ И ПАМЯТИ, А ТАКЖЕ УПРАЖНЕНИЯ НА ИЗУЧЕНИЕ БУКВ**

ОГРН: 1027739295781

МУЛЬТ телеканал

Сканируйте QR-код и приобретайте журнал на [shop.kp.ru](http://shop.kp.ru)



**БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»**



Письма с фото присылайте по адресу: «Комсомольская правда», ул. Новодмитровская, д. 5А, стр. 8, Москва, 127015. На конверте напишите: «Будь стильной с «КП». Или на e-mail: miss@kp.ru

**Анна ЛАСКОВАЯ, 30 лет, Самара:**  
- Работая руководителем по инвестиционному проекту. Люблю печь блины и танцевать лезгинку.

**Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:**

- В этом образе чуть больше акцентов, чем хотелось бы. Короткая юбка и пояс - достаточный градус женственности. Красивейшим ярким всполохом стали медные локоны. Красная сумка уже лишняя, она не дополняет, а отвлекает внимание от Анны, яркой и ласковой.



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

**АНЕКДОТЫ В НОМЕР**

Действовал под юридическим лицом, но набили физическое.

\* \* \*

- Знаешь, надо мной в квартире поселился чечеточник, и он каждый вечер бьет чечетку в своих туфлях с подковами на каблуках! Что посоветуешь?

- Магниты на потолок...

\* \* \*

Наша встреча была одной сплошной ошибкой. С ней нужно было рвать все отношения еще тогда, летом, когда она предложила разогреть окрошку.

\* \* \*

- Ты знаешь, сегодня утром мне было так хреново, что я решил свести счеты с жизнью, выпив 100 таблеток аспирина.

- И что?

- Когда я выпил вторую, я почувствовал себя лучше.

\* \* \*

- Я у тебя пиццу забыл.

- Да, спасибо.

\* \* \*

Счастье и радость в семье пенсионеров Петровых поселились, когда муж устроился сторожем на сахарный завод, а жена - сторожихой на дрожжевой.

\* \* \*

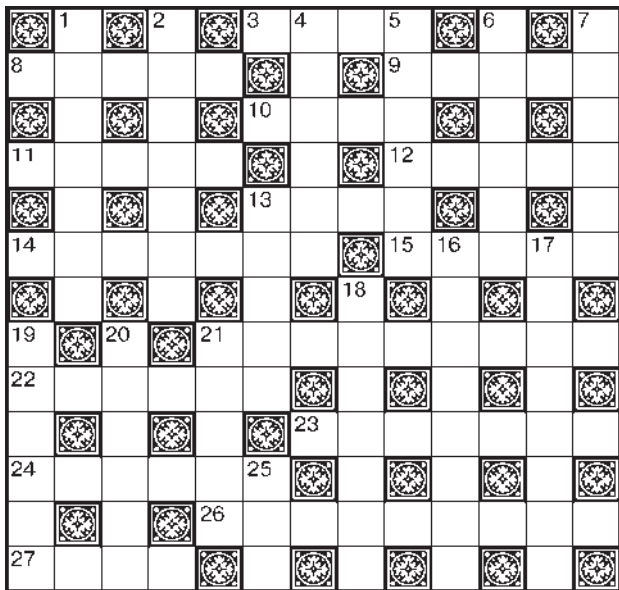
Достаю в конторе из холодильника двухлитровую колу, директор: «О! И мне налей!..» И как объяснить, что она с вискарем уже?

Оставьте свой анекдот на сайте **KP.RU** в рубрике «Анекдоты»!

Весь архив анекдотов от «КП» - на **KP.RU**



**КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА**



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 3. Судно для Олимпиады. 8. Многозначительная ... 9. «Книга» эпохи гаджетов. 10. Британская актриса ... Томпсон. 11. Что приобретает в магазине тот, кто покупает хипстеры или стринги? 12. Член тайного общества. 13. Сокращенная ребячница. 14. Коньяк из Армении. 15. Крылатое выражение «Панургово ...» из романа «Гаргантюа и Пантагрюэль». 21. На каком народном инструменте умел мастерски играть режиссер Леонид Гайдай? 22. «Пещера» носа. 23. На съемках какого сериала актрисе Кристине Асмус пришлось пять дублей есть нелюбимую курицу-гриль? 24. Кумир мецената Сергея Щукина. 26. Песня для фильма. 27. Выпечка к чаю.

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. «Экономические руины» после войны. 2. Старший сын великого князя Владимирского Андрея Боголюбского. 4. Лицо близнецов из «Социальной сети». 5. Кто из героев объединил Чарли Шина с Игорем Старыгиным? 6. Где снимали телефильм о приключениях Петрова и Васечкина? 7. Кумир Барбры Стрейзанд. 13. Какой из своих шедевров отказывался до смерти продавать великий Рембрандт? 16. Актриса, играющая подростков. 17. Какой графин для вина придумал в 1630 году англичанин Дигби? 18. Китайское драматическое представление. 19. Опус фотографа. 20. «Нектарный улов» пчелы. 21. Плавание «лягушкой». 25. Где ночует на канале герой комедии «Будьте моим мужем?»

18. Ваинанг. 19. Снимок. 20. Вязток. 21. Брас. 25. Сад. 7. Брандо. 13. «Даная». 16. Травести. 17. Декантер. 11. Паруха. 2. Мяслав. 4. Хаммер. 5. Арамис. 6. Олес-терный. 24. Матисс. 26. Саундтрек. 27. Кекс. ПО ВЕРТИКАЛИ: «Кухарка». 15. Стадо. 21. Балалайка. 22. Ноздря. 23. «Ин-Пауза. 9. Ридер. 10. Эмма. 11. Трусль. 12. Масон. 13. Дети. 14. Ответы на кроссворд по горизонтали: 3. Яхта. 8.

**Прогноз погоды на завтра, 18 февраля**

	ночью	днем	
Тула	-8 ... -6	-6 ... -4	<b>Давление</b> - 742 мм рт. ст. (норма февраля - 731) <b>Относительная влажность воздуха</b> - 67% (норма - 62%) <b>Ветер</b> - юго-восточный 4 м/с <b>Восход</b> - 7:44 <b>Закат</b> - 17:43 <b>Луна</b> - убывающая
Ясногорск	-8 ... -6	-7 ... -5	
Новомосковск	-8 ... -6	-7 ... -5	
Белев	-9 ... -7	-5 ... -3	
Ефремов	-9 ... -7	-7 ... -5	
ясно ☀️	облачно ☁️	пасмурно ☁️	
дождь 🌧️	гроза ⚡️	снег ❄️	

**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.  
■ 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.

■ Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.

■ Ведущий редактор номера Л. ЗАХАРОВ (зам. главного редактора).

■ НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», Новодмитровская, д. 25, 8-й этаж, пом. 800, Москва, 127015.  
■ ЦЕННЫЕ почтовые отправления не доставляются.  
■ ТЕЛЕФОНЫ: отдел связи с читателями - (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22 e-mail: kp@kp.ru  
■ Веб-сервер: www.kp.ru  
■ отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82 e-mail: advert@kp.ru  
■ служба распространения - (495) 777-02-82

■ 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-2023», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

■ Тираж этого номера: 168 546 экз.

■ Рекомендуемая цена 14 руб. 00 коп.

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



РЕГИОНАЛЬНЫЕ РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛИ - ООО «Дом Прессы», ООО «Агентство «Комсомольская правда - Калуга»

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

■ Адреса редакций и издателей:  
000 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. САМОХИНА E-mail: ns@tula.pressa.ru  
000 «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 АО «Прим-Принт Воронеж», 394026, Воронеж, пр. Труда, 48Л. Время подписания тульского выпуска по графику и фактически в 18.00. Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты. Заказ №1146 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», «События», «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.