

**Ипотеку  
под 6%  
ГODOVЫХ  
будут давать  
на вторичку**



**РАДИО  
КОМСОМОЛЬСКАЯ  
ПРАВДА 99,6 FM**

**Главный  
ЗВОНОК ГОДА**

Рассказываем все подробности телефонного разговора Владимира Путина и Дональда Трампа -  
radiokp.ru 20:00 и стр. 2



**100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА**



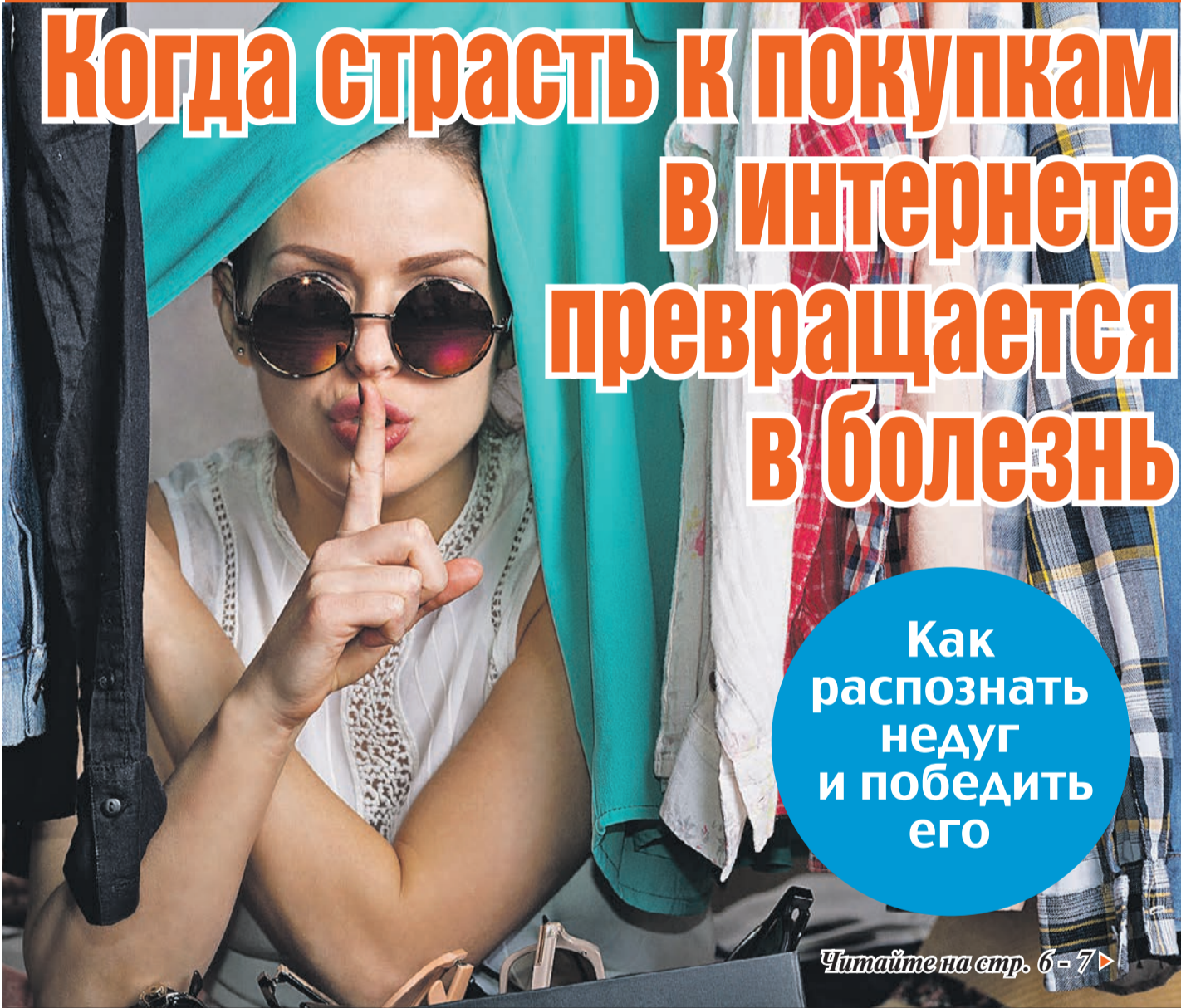
Основана в мае 1925 года

Вторник, 18 марта  
№ 20 (27668)/2025 год

Газета нашего города ★ Тюмень

**KP.RU 4 701 000**  
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ  
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

**Когда страсть к покупкам  
в интернете  
превращается  
в болезнь**



**Как  
распознать  
недуг  
и победить  
его**

Читайте на стр. 6-7



Даниил ОПАРКИН

**Атака клонов**

Евгения РУДИНА

Эксперты прокомментировали феномен одинаковых лиц среди знаменитостей.

Блогер **Оксана Самойлова**, певица **Алсу**, модель **Анастасия Решетова**, пианистка популярных девушек похожи друг на друга буквально как сестры-близнецы. И вряд ли такими их сделала природа. Дело, скорее всего, в стандартах красоты и улыбки, которые превратили симпатичных женщин в «одинаковых с лица». Какие процедуры и вмешательства могут привести к таким последствиям, рассказала косметолог и пластический хирург.

Продолжение на стр. 14

**Звезду «Аноры»  
разыскивает военкомат**

Кирилл МИШИН

Более полугода **Марк Эйдельштейн** активно снимается для глянцевого журнала, посещает в качестве почетного гостя статусные мероприятия - например, недавнюю Парижскую неделю моды. Бренды зазывают его в амбассадоры, а знаменитости не прочь сделать с ним селфи. В начале марта Марк поднялся на сцену премии «Оскар» - ведь фильм «Анора» американского режиссера Шона Бейкера, в котором снялся

Марк, получил сразу пять статуэток (чувствовали всю команду).

Внезапно парню пришлось поставить гламурную жизнь на паузу. В России у 23-летнего Эйдельштейна проблемы с военкоматом. В родном Нижнем Новгороде актер забыл отметить для продления отсрочки, которая ему полагается как... аспиранту филфака (у Марка также диплом Школы студии МХАТ). Когда военный комиссариат объявил его в розыск, артист вспомнил про «хвосты» по сессии.



Globallookpress.com

А то ведь исключат и об отсрочке придется забыть.

- Я сейчас в родном Нижнем Новгороде. Хочется обратиться к студентам: «Ребята, сдавайте сессию вовремя». У меня были дела, я не все сдал. И теперь хочется гулять, а я пошел учиться, - объяснился актер в видеозаписи.

**Самые аварийные  
регионы России**

Николай МЫСИН

Похоже, чем горячее температура, тем выше уровень ЧСС, то есть частоты страховых случаев. ЧСС, если простыми словами, это доля полисов ОСАГО, по которым осуществлялись выплаты в связи с ДТП, от общего числа таких страховок. Значит, чем выше ЧСС, тем выше уровень аварийности в регионе (и наоборот). В среднем, по данным Российского союза автостраховщиков (РСА), по стране цифры не изме-

нились - показатель 4,6%. То есть на 100 полисов приходилось 4,6 аварии. Но вот от региона к региону ситуация сильно разнится.

Бывший лидер Дагестан опустился на вторую позицию (7,6%), а на первое место вырвалась Ингушетия (7,8%). В топ-10 и Москва с показателем 5,6% (7-е место). А вот в числе лидеров по наименьшему проценту аварийности в основном регионы с малым количеством машин и низкой плотностью автопарка - Чукотский

АО (1,8%), Крым (3,1%), Ненецкий АО (3,2%).

- Частота страховых случаев - показатель, который указывает на проблемы аварийности в регионах, - отмечает глава РСА **Евгений Уфимцев**. - Если он на высоком уровне, это говорит о разнообразных проблемах - начиная от проблем с безопасностью организации движения и заканчивая высокими рисками мошенничества по ОСАГО (речь о фиктивных ДТП. - **Ред.**).

В числе причин эксперты называют и особенности местного менталитета. Не секрет, что в тех же кавказских республиках многие водят не слишком аккуратно.

# Трубка перемирия

Андрей ЗОБОВ

**В Кремле состоится важнейший телефонный разговор.**

Сегодня вечером **Владимир Путин** и **Дональд Трамп** обсудят перемирие между Россией и Украиной. Информацию подтвердил **Дмитрий Песков**.

- Разговор между Москвой и Вашингтоном действительно готовится. Но содержание разговора двух президентов не подлежит обсуждению заранее, - подчеркнул официальный спикер Кремля.

А вот Дональд Трамп был словоохотлив. Он объявил, что «у США с Россией все идет хорошо». И даже предположил, что по итогам телефонного разговора может быть сделано «большое заявление». О личной встрече президентов? О мирном саммите между Россией, Украиной и США? Или о вступлении в силу

временного перемирия? Хозяин Белого дома уточнять не стал.

- За выходные было проделано много работы, - рассказал Трамп о ходе переговоров. - Теперь мы хотим посмотреть, сможем ли мы положить конец этому конфликту. Может быть, сможем - я думаю, что у нас очень хорошие шансы.

Напомним, что Владимир Путин называл несколько препятствий для немедленного прекращения огня. В первую очередь это ситуация в Курской области, где до сих пор остаются окруженные террористы ВСУ. Отпустить тех, кто совершал преступления против мирных граждан, Россия не готова. Кроме того, нужно решить, кто будет контролировать соблюдение перемирия, и уточнить, по какой линии будет остановлен конфликт.

Готовность двух лидеров провести телефонный разговор может означать, что Кремль и Белый дом пришли к взаимному пониманию как минимум по части этих вопросов.

## ФОТОФАКТ



Кристина КОРМИЛИЦЫНА/РИА Новости

В Москву с официальным визитом прибыл президент Республики Таджикистан **Эмомали Рахмон**. Он обсудил с **Владимиром Путиным** экономическое сотрудничество стран и стратегические планы ОДКБ. Кроме того, гость принял приглашение России на празднование 80-летия Великой Победы, став десятым главой государства, который посетит парад 9 Мая. В списке также лидеры Китая, Бразилии, Словакии, Сербии, Казахстана, Индии, Палестины, Белоруссии и Армении.

## КВАРТИРНЫЙ ОТВЕТ

Николай МЫСИН,  
Елена АРАКЕЛЯН

Но только в тех городах, где почти нет новостроек. Так кто же может рассчитывать на льготный кредит?

### УСЛОВИЯ НЕ МЕНЯЮТСЯ

Миллионы российских семей стали на шаг ближе к решению квартирного вопроса. В Минфине заявили, что семейная ипотека теперь будет распространяться не только на новостройки, а еще и на вторичное жилье. Но не по всей стране, а только в населенных пунктах с «малым объемом жилищного строительства». То есть в городе одновременно должно строиться не больше двух многоквартирных домов.

Условия для получения семейной ипотеки останутся прежними:

- ставка 6% годовых;
- в семье должен быть хотя бы один ребенок в возрасте до 6 лет (включительно) либо ребенок-инвалид не старше 18 лет.

Кроме того, это должен быть многоквартирный дом не старше 20 лет, который не признан аварийным. Плюс запрещены сделки между взаимозависимыми лицами (например, когда сын покупает жилье у отца или матери).

Новые правила начнут действовать с 1 апреля.

### КАКИЕ ЭТО ГОРОДА

В каких же городах можно будет купить квартиру на вторичном рынке под 6% годовых? Конкретного списка пока нет. Возмож-

# Семейную ипотеку под 6% расширят на вторичку

но, к 1 апреля он появится. Но перечень, скорее всего, будет длинным.

- Под данные критерии попадает большинство городов страны! - говорит **vice-президент Гильдии риэлторов России Константин Апрельев**. - Если приводить примеры населенных пунктов, где строится не более двух многоквартирных домов одновременно, то это практически любой город с населением до 100 тысяч человек. Возможно, за исключением городов в курортных зонах или в регионах с активным развитием какой-либо специализированной инфраструктуры, например, сельскохозяйственного кластера.

По словам экспертов, порой это касается даже крупных областных и районных центров, например, Мурманска, Орска (Оренбургская область), Братска (Иркутская область), Комсомольска-на-Амуре (Хабаровский край).

Вообще практически треть возводимого сегодня застройщиками жилья приходится всего на четыре города. Это Москва (абсолютный лидер - 15% от всех новостроек, если считать по жилой площади), Санкт-Петербург, Краснодар и Екатеринбург. А 55% всего строительства ведется всего в 20 городах (см. «Только цифры»).

- По факту у нас есть 10 - 15 городов, где действительно можно



Николай ОБЕРЕМЕНКО/«КП» - Пермь

**Раньше семейную ипотеку давали только на новостройки. С апреля программа изменится.**

говорить о сложившемся рынке новостроек, поскольку там присутствует больше трех-четырех разных застройщиков, - рассказал «КП» **заведующий кафедрой ипотечного жилищного кредитования и финансовых инструментов рынка недвижимости Финансового университета Александр Цыганов**.

Сколько же в стране городов, в которых сегодня возводится «не больше двух новых многоквартирных домов»? Таких данных нет.

Но можно прикинуть примерные цифры.

Возьмем две четырехподъездные пятиэтажки (или два десятиэтажных двухподъездных дома) - это примерно 6000 квадратных. Такой объем жилья (или больше) возводится сейчас только в 465 российских городах. А всего в стране 1117 городов. Получается, больше 650 российских городов (или около 59%) подходят под условия семейной ипотеки на вторичку.

## ТОЛЬКО ЦИФРЫ

**Топ-20 городов, где возводится больше половины нового жилья**

В них точно нельзя будет взять семейную ипотеку на вторичку

Тыс. кв. м жилой площади в процессе строительства

Процент от общего объема по стране

1. Москва	17 249	15%
2. Санкт-Петербург	5 521	4,8%
3. Краснодар	5 162	4,5%
4. Екатеринбург	4 835	4,2%
5. Тюмень	3 645	3,2%
6. Ростов-на-Дону	3 435	3%
7. Уфа	2 765	2,4%
8. Новосибирск	2 675	2,3%
9. Владивосток	2 513	2,2%
10. Казань	1 998	1,7%
11. Пермь	1 726	1,5%
12. Воронеж	1 710	1,5%
13. Красноярск	1 695	1,5%
14. Самара	1 424	1,2%
15. Хабаровск	1 312	1,1%
16. Тула	1 267	1,1%
17. Красногорск	1 114	1%
18. Рязань	1 102	1%
19. Мытищи	1 057	0,9%
20. Нижний Новгород	977	0,9%

Данные Единой информационной системы жилищного строительства на 17 марта 2025 года (оператор - Дом.рф). Без учета частного строительства, на которое нет проектной документации.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

В контакте



Вступайте в нашу группу ВКонтате  
VK.COM/KPRU

## ШОУ-БИЗНЕС

Адвокат рассказал о суде Петросяна с дочерью

## ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

### ПОЛИТИКА

Макрон хочет послать войска западных стран в три города Украины



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



# Народный журналист России

На Верхней Масловке, где много лет жил легендарный журналист «Комсомолки» Василий Песков, к 95-летию со дня его рождения открыли памятную доску.

**Александр РОГОЗА**

С утра пятницы синоптики обещали в Москве сильнейший ветер - с порывами до 25 метров в секунду. Многие переживали, что погода может как-то повлиять на ход церемонии. Но все получилось, словно по волшебству: сначала ветер постепенно затих, как прирученный, а потом и вовсе пошло солнце. В толпе заулыбались: «Это потому что Василий Михайлович!»

На стене кирпичной девятиэтажки на Верхней Масловке, 11, была торжественно открыта памятная доска в честь знаменитого журналиста «Комсомольской правды» **Василия Пескова**. Церемонии подгадали под 95-летие со дня его рождения. Сам писатель и путешественник, всю свою жизнь воспевавший природу огромной России, ушел из жизни в 2013 году, в возрасте 83 лет.

**57 ЛЕТ В «КОМСОМОЛКЕ»!**

- Василий Михайлович 60 лет был в журналистике, 57 из них - в «Комсомольской правде», - рассказала главный редактор, генеральный директор Медиагруппы «Комсомольская правда» **Олеся Носова**. - Нашей газете в этом году исполнится 100 лет, и больше половины ее жизни в «КП» работал Василий Михайлович. И он до сих пор остается главным журналистом «Комсомольской правды». Мы до сих пор меряем себя по мерке Пескова. Больше 40 лет он вел в «Комсомолке» рубрику «Окно в природу», и сейчас мы продолжаем эту тра-

дицию, гордимся ею. Он был еще и научным журналистом. Например, Песков первым взял интервью у Юрия Гагарина после того самого полета в космос. И это тоже вписано красными буквами в историю журналистики. Мне очень хочется сказать огромное спасибо мэру Москвы **Сергею Собянину**, столичным Департаменту культурного наследия и Департаменту культуры - за то, что они помогли этот проект с памятной доской сделать явью.

**ОТ УСМАНКИ ДО «ТАЕЖНОГО ТУПИКА»**

В журналистской жизни Василия Пескова было столько событий и побед, что иным хватит не на одну, а на десятки жизней. Он писал книги, которые до глубины души трогали миллионы людей, он первым открыл миру спрятавшихся от цивилизации в непроходимых лесах отшельников-староверов Лыковых (легендарная повесть «Таежный тупик»), во многом благодаря ему еще в СССР появились первые национальные парки и первый Комитет по охране природы.

Конечно, со сцены звучало много воспоминаний от людей, которые много лет знали Василия Михайловича как коллегу.

Председатель Совета директоров Медиагруппы «Комсомольская правда», генеральный директор радиостанции «Говорит Москва» **Владимир Мамонтов**:

- Из многих разговоров с ним я запомнил, что он всю жизнь боролся, чтобы речка его детства - Усманка -

была чистой. (Василий Песков был родом из Воронежской области и много для своей малой родины сделал, уже будучи известным журналистом. - **Авт.**). Однажды он вернулся с берегов Усманки в Москву и сказал: «Речка чистая, а счастья нет!» Его начали спрашивать, почему счастья-то нет. А он ответил: «Речка чистая, потому что нет заводов. И страшно нет». То есть Песков сочетал в себе не только эту любовь к птичкам-червячкам, он понимал, в какой стране эта природа. Для него болезни России, как и ее радости, были очень важны.

К слову, многие маститые современные журналисты нисколько не стесняются рассказывать, что в детстве, юности были настоящими поклонниками творчества Василия Пескова - как и вся страна, впрочем.

- Миллионы, если не десятки миллионов наших сограждан каждую неделю вырезали из газеты «Окно в природу», складывали в папку и наклеивали

в альбом. Я это тоже делал в юности, - признался председатель Союза журналистов России **Владимир Соловьев**. - Представьте себе, насколько для людей были ценны эти публикации!

- Он не просто писал о природе, он спасал ее, делал все, чтобы сохранить богатство нашей страны. Я был его реальным поклонником, потому что сам много путешествовал, - рассказал главный редактор газеты «Московский комсомолец», председатель Союза журналистов Москвы **Павел Гусев**. - Он действительно народный журналист. Жалко, что на сегодняшний день нет такого официального звания. Заслуженный журналист - есть. А народного еще нет. Но я считаю, что пришла пора это исправить.

Многим, кстати, очень понравилось, что Василия Пескова скульптор **Сергей Савин** изобразил в его знаменитой кепке и с фотоаппаратом. Многие именно таким мэтра и запомнили.

Председатель Совета директоров Медиагруппы «Комсомольская правда», гендиректор радиостанции «Говорит Москва» **Владимир Мамонтов** (на фото сверху - у микрофона) на церемонии вспоминал своего коллегу, а внук знаменитого журналиста **Дмитрий Песков** (на фото внизу) - дедушку.



Владимир ВЕЛЕНГУРИН/«КП» - Москва

## ■ ВОПРОС ДНЯ

### А кем был для вас Василий Песков?

**Дмитрий ШПАРО, знаменитый полярный путешественник:**

- Моим старшим товарищем. Которому я поначалу смотрел в рот с чувством глубокого уважения, а также потому, что он старше на 11 лет. Чувство глубокого уважения осталось и потом - потому что он большой русский писатель. А эта его статья про наш поход к полюсу - «Они идут» - это же библейское что-то. Песков уже был известным писателем, ему хорошо и так, он фигура видная, но он почему-то пошел и стал бороться за нашу экспедицию с секретарями ЦК. Почему? Потому что ему, видимо, хотелось, чтобы мы дошли. Он тонко чувствовал слово. Таких очень мало. Он был народным писателем, но не был пропагандистом.

**Геннадий ОНИЩЕНКО, академик РАН:**

- Василий Песков заполнял собою все советское пространство. Не пересечься с ним было невозможно. Песков, работая в главной молодежной газете СССР, исповедовал идеологию традиционных ценностей. Это естественные ценности, которые были обретены человеком в процессе эволюции. Его фуражечка, его плащ, я их помню - это тоже были символы эпохи.

**Валерий КОМАРОВ, учитель ОБЖ, ветеран ВДВ, Рязань:**

- Мы уважали Пескова. «Комсомолка» доходила до нас в Афгане, пусть и с опозданием, и тогда как раз начали печатать статьи Пескова про Агафью Лыкову. Какой это был язык, настоящий - он так передавал этот сибирский говорок, который мне был хорошо знаком. Он про природу писал так, будто бы ты сам в тайге оказался! А еще мне казалось, он не только подмечал главное в настоящем, но и угадывал наше будущее.

**Юрий КОВЕРДЯЕВ, экс-художник Гознака:**

- Я читал Пескова много в юности. Его статьи в «Комсомолке» - они цепляли. Песков понимал, что волнует людей. Правдиво рассказывал не только о природе, но и о людях в ней. Не плакатно, по-человечески. Он ситуации подавал такими, как они есть. И у него живой русский язык, нормальный - с земли был человек. Песков так же талантливо фотографировал, как и писал.

**Юрий КУКЛАЧЕВ, народный артист РСФСР:**

- Я с ним встречался однажды в «Комсомолке». Василий Михайлович любил птичек, а я занимался теми, кто активно кушал птах. Он увидел моих кошек и сказал: да, это интересно все, этот ваш Театр кошек, но... Мне казалось, что Песков к пернатым теплее относился, чем к хвостатым. Но вообще он обнимал всю живую природу всей душой.

**Виталий МИЛОНОВ, депутат Госдумы:**

- Василий Песков рассказывал о подвигах, о смысле существования настоящего человека - от Юрия Гагарина до Агафьи Лыковой.



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



Владимир ВЕЛЕНГУРИН/«КП» - Москва

Скриншот ТГ-канала t.me/a\_stelomou



Неповторимый оригинал - надпись, которую наши военные оставили в 2008 году на заборе грузинской воинской части...

Александр КОЦ,  
военкор «КП»

Командование ВСУ отправило «тэрэошников» прикрывать свое бегство.

Пленный из Суджи:

# Я русский, но на Украине это сейчас грешно

Оригинальный антикризисный тезис сейчас продвигают украинские информационщики. Оказывается, то, что сейчас происходит в Курской области, - не разгром группировки ВСУ, а «организованный отвод войск в рамках переговорного процесса». Кто с кем переговаривается, не уточняется. Зато зрада плавно превращается в перемену. Жест доброй воли после предложения 30-дневного перемирия.

Только в самой Курской области «захисники» об этом ничего не знают. На командном пункте бригады имени князя Александра Невского оживление: на экране - трансляция из Суджи, где через разбитый мост неуклюже перебираются украинские военные и устало драпают в сторону границы. Через пару сотен метров их накрывает артиллерия. Очередная группа оккупантов остается лежать на обочине.

## «СМС» НА АСФАЛЬТЕ

В среду перед администрацией Суджи российские штурмовики подняли флаги России и своих подразделений. Под их ногами на площади - надпись большими буквами: «РУССКНЕ НАУЧНТЕСЬ ВОЕВАТЬ. ВАШН СПРЧННКН ТЫСЯЧН ГННЮТ В ПОСАДКАХ...» Нарисовано краской большими буквами, чтобы было видно с беспилотника. И бог с ним, что срочников отвели, а попавших в плен обменяли через две недели. Никаких тысяч погибших там не было. Телеграм-канал «Стекломой» обратил внимание на стилистику и грамматику. Во-первых, написание буквы «и». Во-вторых, безграмотная постановка слов - ни на русском, ни на украинском так не говорят. В-третьих, явная отсылка к 2008 году, когда наши войска оставили надпись на заборе грузинской военной базы: «Товарищи грузины, учитесь военному делу настоящим образом. Приедем - проверим».

Скорее всего, «СМС» на асфальте оставили грузинские наемники, решившие, что взяли реванш за свое позорное бегство от Цхинвала до

Тбилиси. Но в итоге из Суджи они драпали в авангарде. А прикрывать «организованный отход» оставили обычных мобилизованных из территориальной обороны. По крайней мере это читается по качеству пленных, которые сдаются нашим парням. К юго-востоку от Суджи перед штурмовиками бригады Александра Невского подняли руки сразу четверо «тэрэошников».

## «НЕ ПОНИМАЮ, ЗАЧЕМ МЫ СЮДА ЗАШЛИ»

30-летний Дмитрий - из Черкасс, 118-я бригада ТРО. Родители разошлись еще в детстве. Он остался с отцом, мать с сестрой уехали в Крым. Сейчас они - граждане России. А он - военнопленный. На гражданке трудился и фитнес-инструктором, и

маршруты - фиксировать звуки выходов российской артиллерии и их направление... Вместо обещанных трех месяцев прожил в окопе полгода. Когда началось наступление, получил приказ держаться и открывать огонь на подавление. Но Дмитрий решил, что лучше будет откатываться назад - уходили в восьмером, накрыли дронами, четверых ранило. Отступающие побросали стонущих побратимов. Спрятались в подвале, запросили по рации старших:

- Нам сказали: хотите жить - бегите через поле. Два километра, чтобы нас не сризовал дрон, это невозможно. Просто отключили рацию и решили ждать, когда по посадке будет идти зачистка со стороны России. Выбежали, начали кричать: мужики, мы сдаемся!

полтора боевых месяца он зарабатывает со всеми надбавками почти пять тысяч долларов. Со снабжением, правда, говорит, не очень. Но за такие деньги можно и потерпеть.

- Если бы можно было бы раньше сдаться, я бы это сделал, - говорит он сейчас. - Мы уже поняли, что что-то не так, что нас бросили.

Это, кстати, не первый его подобный опыт. 10 лет назад его так же бросили - в Дебальцево. Но тогда ему удалось вырваться.

- Ты второй раз на те же грабли наскожил, значит.

- Да, получается.

## «ОБЩЕСТВО САМО ВИНОВАТО»

- А зачем вы все добровольно идете, понимая, что вас бросят, что вы с большой долей веро-



Александр КОЦ «КП» - Москва

Андрей сам признается, что он - русский. Но пошел воевать за Украину и... повезло, остался жив - оказался в плену у русских.

стороны, я боялся, что будут разрушения в городе. Война есть война.

- У тебя воевали родственники в Великую Отечественную?

- Конечно. В Великую Отечественную за Красную армию, само собой.

- А 9 Мая отмечали?

- Раньше отмечали. Потом люди стали бояться отмечать, потому что стали делать провокации, нападать, и на ветеранов в том числе. Люди запуганы.

- А ты себя украинцем считаешь?

- Сейчас очень много украинских фамилий в России, русских - на Украине. По фамилии я русский. По менталитету, возможно, тоже, потому что вырос на этой литературе, музыке, кино. Наверное, все-таки я больше русский человек. Но у нас в стране сейчас это грешно говорить.

- И что же с вами произошло?

- С распада Союза пошло. Иностранцы «доброжелатели» начали обрабатывать украинское общество, подкладывать ему другую историю, настраивать против России, обвинять ее во всех бедах. Хотя никаких бед у Украины не было, когда она в содружестве с Россией жила, вместе в империи, в Союзе, была богатая страна. Просто людям предложили другую программу, воспитали молодежь по-другому. Самое удивительное, и люди взрослого возраста, как будто они не жили раньше. Общество само виновато в большей степени, не только продажное правительство, но и мы сами.



...и жалкая копия - надпись, которую бежавшие вэсушники оставили на площади в Судже. На ее фоне сделали фото наши бойцы, которые освобождали город.

продавцом-консультантом, и охранником, и водителем. Едет как-то на базу, а тут - мобильный блокпост «людоловов». Дали повестку, припугнули тюрьмой. Решил, что пойдет в территориальную оборону - она же предполагает службу по месту жительства. Но его отправили в Курскую область.

- Я до сих пор не понимаю, зачем мы сюда зашли, - удивленно поднимает он брови.

Стоял в Судже на кольце на блокпосту. Потом завели на позиции к северу от города. Он должен был следить за нашими беспилотниками - составлять графики пролета,

- Получается, ваше командование не давало вам разрешение на отход до того момента, пока вас окончательно не отрезали?

- Да.

## ЗНАКОМЫЕ ГРАБЛИ

Максим Литовко из Полтавской области - еще один пленный из-под Суджи. Пришел в военкомат добровольно, по повестке. Первый боевой выезд - в Курскую область. С ротацией ему повезло больше, чем Дмитрию: сидишь на позициях 45 дней, потом неделю отдыхаешь в Сумской области. И снова заезжаешь на позиции. За

ятности погибнете? За родину, за Зеленского?

- Понимаете, давят на тебя, грозят всяческими карами, лишением прав, тюрьмой... Большинство людей поддается, потому что система переламывает, - рассуждает третий пленный, Андрей.

Сам он из Николаева, грамотно поставленная речь, хороший русский.

- А в 2022 году что думал, когда началась СВО?

- Я всегда был за содружество с Россией. С одной стороны, я понимал, что это неплохо, потому что это - русский язык, все права, никаких ущемлений. Но, с другой

# Битва за воздух и подвалы



**Дмитрий СТЕШИН,**  
военкор «КП»

**ВСУ забрасывает в Дзержинск боевиков, оставляя их погибать без связи, еды и помощи.**

## Дмитрий СТЕШИН

В донецком городе Дзержинск (который раньше был Торетском) не затихают бои. Военкор «КП» отвез нашим штурмовикам дрон - подарок из далекой Африки.

### ПРИВЕТ ИЗ ТАНЗАНИИ!

За неделю до отъезда в Донбасс мне позвонил читатель. Говорит, мол, дрон хочу купить бойцам, отвезете? Конечно, отвезу! А вы откуда? Ответ поразил:

- Из Танзании, из Дар-эс-Салама.

Я спросил автоматически:

- **Жарко у вас?**

- Не особо, 35 градусов.

Читатель перевел мне 200 тысяч рублей, и я кинулся искать дрон. «Мавик 3 Про» - рабочая фронтовая лошадка, в самом дешевом варианте, без кейса и пульта управления, стоил на наших маркетплейсах 240 тысяч! Дешевле не было. Выручили ростовские гуманитарщики. Свели с нужным человеком. Себя не афиширует, понятно почему. Он давно занимался закупками всякой электроники в Китае. Когда началась СВО, поклялся, что не будет накручивать больше 10%, и свято соблюдает этот обет. А еще он возит с фронта битые дроны и ремонтирует - бесплатно, разумеется. И постоянно конфликтует с таможней на границе, не нравится им электронное «эхо военных действий». Поэтому единственное, о чем попросил меня этот бескорыстный бизнесмен, - опубликовать его жалобу-просьбу к ростовской таможне: «Не придирайтесь!» - что я и делаю.

А еще этот ростовский мужик чинит и настраивает рации, печатает на 3D-принтерах хвостовики для сбросов. Наш человек.

Два дрона (второй - подарок фронту от поэтессы Юнны Мориц, который вручу чуть позже), всего по 160 тысяч за штуку, я купил в самом неподобающем месте. Сделка состоялась глубокой ночью, на обочине северного объезда Ростова. Мне еще хватило на шесть батарей, настоящих! Сейчас валом пошли поддельные, «птицы» на них либо отказываются летать, либо бьются. То ли жадность мо-



Наши штурмовики только вышли из Дзержинска и греются на мартовском солнышке.

шенников, то ли натуральная диверсия! А стоят эти батареи одинаково, что паленые, что настоящие - по 15 тысяч штука, и если ты не спец, не отличишь.

В очередной раз подивился, как лихо наживается на СВО недобросовестный бизнес, накидывая на каждый дрон треть стоимости! Выход есть - делать все самим.

### ДРОН-КОРМИЛЕЦ

Залихватскую надпись на дроне «Привет из Танзании!» я выводил сам, прикусив язык от старательности. География подарка вызвала у бойцов 132-й бригады 51-й армии нешуточное оживление, все на минуту вернулись в пятый класс. Кто-то из штурмовиков вспомнил: «Там Мадагаскар рядом!» Мадагаскар знали все, и это успокоило ребят. Буквально несколько часов назад эти парни дрались в кварталах Дзержинска. Только чуть привели себя в порядок перед встречей. Штурмовики и «коптерчики» сейчас работают в одной связке, выполняют одни и те же задачи, поэтому подарок оценили все. Командир взвода БПЛА с позывным «Тунгус» сразу же достал из рюкзака пульт. Я заметил, что дрон уже «прошитый», то есть полностью готов к работе, не «из коробки», как говорится. «Тунгус» обрадовался еще больше, и через пару минут дрон свечкой ушел в небо. Я начал спрашивать под руку, какие задачи будет этот «Мавик» выполнять? «Тунгус», не отрываясь от пульта, все подробно растолковывал:

- Такой «Мавик» вещь очень нужная и для разведки, и для сбросов боеприпасов по противнику, и еще такими «Мавиками» мы снабжаем ребят на «первой линии» - пауэрбанки, аккумуляторы для раций.

«Тунгус» оглянулся на штурмовиков. Парни расселись на бревне и с наслаждением грелись на солнышке, насиделись в подвалах. К разговору они прислушались и закива-

ли, мол, все так! Я уточнил у «Тунгуса»:

- **Сколько у дрона грузоподъемность?**

- 700 граммов. Банка консервов, галеты и пачка сигарет. Воду сбрасываем в бутылках 0,5.

- **А по врагу как он работает?**

- Такой «Мавик» за день «разбирает» позицию противника, просто работает весь световой день, сброс за сбросом, и к вечеру позиции нет. За ними охотятся специально.

По словам «Тунгуса», именно дроны-«камикадзе» заменили противнику артиллерию. Я спросил:

- **Можно сказать, что «половина военных действий ушла в «малое небо»?**

«Тунгус» кивнул:  
- В небе уже бывают сражения! Дрон на дрон! На нашем направлении мы сталкиваемся - активно летают дроны с веревками - сбивают наши «Мавики». Зависают сверху над дроном противника и пытаются намотать свисающую веревку на вражеские винты.

- **А вы?**

- У нас то же самое, и веревка у нас не простая, а с магнитами. Два дня назад вели разведку и был настоящий бой с противником, дрон на дрон! Оба с веревками!

- **Кто победил?**

- Мы, конечно.

### «ПРИВЕЗЛИ И БРОСИЛИ»

Есть признак, по которому почти точно можно определить штурмовика, - ствольная коробка его автомата будет вытерта до белизны. И в этой группе штурмовиков примета сработала на 100 процентов. Командир с позывным «Шок», полностью подтверждает слова «Тунгуса», мол, сейчас стрелковые бои большая редкость, все решают дроны. Спрашиваю его о боях в Дзержинске. Он говорит просто, поглаживая, даже нагирая то место на его автома-

те, где газоотводная трубка заходит в ствол:

- Буквально сегодня выехали из Дзержинска. Там тяжелые, встречные, городские бои. С подвалами особенно тяжело. Перед тем как штурмуют многоэтажное здание, они (противник) отстреливаются из квартир. Когда наши начинают занимать здание, бросают гранаты, много гранат, и прорываются в подвалы. Подвал обычно сквозной под всем домом, там они и держат оборону. Через продухи подвальные бьют, никого к дому не подпускают, отстреливаются на все стороны.

- **Но если вы дом над ними заняли, значит, в подвале - смертники?**

- Да, и они это прекрасно понимают. Некоторые



Тот самый дрон от нашего читателя из Африки. Увидев эту надпись, враг сразу поймет: сейчас будет жарко.

сдаются. Скидывают броники, каски, поднимают руки и выходят. А некоторые стоят до последнего. Если у нас не получается прорваться в подвал, тогда мы блокируем выход, заваливаем его просто, подрываем, хороним их заживо.

- **Пытались понять, зачем они до последнего держатся?**

- Когда мы брали их пленных, все говорили: «Нас сюда привезли, сказали держать оборону, без связи, задачи мы не знаем, еды и воды нет, раненых не вывозят». И это правда!

«Шок» рассказывает плохо укладывающуюся в голове историю. Парни заняли половину многоэтажки, но во

второй половине сидели вэсэшники. Но этот факт ничуть не помешал «побратымам» начать разваливать этот дом минами и снарядами, а потом выпустить по нему 60 дронов!

### МИР И МИРНЫЕ

Спрашиваю, оставались ли в Дзержинске гражданские? Для «Шока», как уроженца Донбасса, это болезненная тема:

- Помню пятиэтажку в центре, там мирные жили в подвале много месяцев. Как я понял, вэсэшники были вместе с ними и мирняк никуда не выпускали, прикрывались, получается. Нам тяжело было вэсэшников выкуривать. Видел, как гражданские из такого подвала выбежали, но метров через четыреста их украинцы накрыли минометами!

Мне непонятна логика этого, но у «Шока» есть ответ:

- Бандеровцы же знали, что люди бегут в нашу сторону, не к ним! Они боятся, что мирняк нам все расскажет - сколько их, где сидят... поэтому мин не жалеют.

- **То есть боеприпасы у них пока есть?**

«Шок» подтверждает: есть, и много.

- На группу из трех человек могут до 40 мин кинуть. Я вел четырех, забежали в подвал, укрылись. Сначала обкидали минометом, а потом 20 дронов прилетело. Не жалеют.

Впрочем, у штурмовиков есть чем ответить. Так, что мало не покажется. СВО родила необычное применение противотанковых мин.

- Вот сегодня утром пытались к «немцам» (вэсэшникам) закинуть ТМ (противотанковую мину), они отбивались. Но мы закинули все-таки!

Это на словах выглядит легко и просто. Каждое такое применение как минимум контузия для метателя мины, но эффект поразительный.

- Мы запальный шнур ставим короткий, секунд 15 - 20. Запальиваешь зажигалкой и забрасываешь к противнику. И все! Позиции больше нет...

На прощание я решил задать вопрос, буквально «по просьбам читателей»: что на фронте думают о возможном «30-дневном перемирии»? Отвечал замкомвзвода «Волчок», и чувствовалось, что штурмовик и без меня все это давно обдумал:

- На Западе слушать некого, верить некому, а правда на нашей стороне. Думаю, это 30-дневное перемирие нам не очень интересно, если на той стороне не примут наши условия. Или нюансы.

Страсть к интернет-шопингу стала настоящим недугом для многих россиян. Как распознать болезнь и победить ее?

# ПОКУПАЮ ДРЕБЕДЕНЬ

Наталья ВАРСЕГОВА

## ПИПИДАСТР РАЗДОРА

В прошлом году приятель вдрызг разругался с женой. Дошло до развода. И когда мировой судья спросила о причине расторжения брака, тот выпалил: «Пипидастр».

- Простите... что? - слегка опешила судья.

- Пипидастр, - невозмутимо ответил истец. - Метелка, чтобы пыль смахивать.

Судья хотела что-то еще уточнить. Но тут мужика прорвало. Год три назад его благодарная вдруг подсела на маркетплейсы. «Озон», «Вайлдберриз», «Яндекс Маркет»... Зараза оказалась хуже соцсетей. Последние только время отнимают, эти же еще и деньги. Покупалось практически все без разбора: от всякой ерунды типа новых мыльниц, подставка под ноги, крючков и подсветки на унитаз до свитеров, платьев, спортивных костюмов, курток. Практически каждый день жена отправлялась в пункты выдачи заказов и выходила оттуда, увешанная пакетами.

- Барахла дома накопилось столько, что вторую квартиру надо под него покупать, - возмутился приятель в суде. - Она не только зарплату спускала, но и в рассрочку покупала, и кредитку потратила.

Последним шагом к разводу стал тот са-



- Ну и как я могла не заказать все это сразу, ведь уникальная скидка действовала всего 23 минуты 17 секунд!

мый разноцветный пипидастр, в сериалах им красиво смахивают с полок пыль горничные...

## ЛИСТАЙ И НАСЛАЖДАЙСЯ

История о шопоголизме стара как мир, но в последнее время приобрела новую тональность. Если раньше шопоголики по магазинам с пакетами бегали, теперь достаточно иметь смартфон. Минпромторг подсчитал: в 2024 году 84% россиян покупали что-либо на маркетплейсах. 80% из них - два-три раза в месяц. При этом в прошлом году только на одежду и обувь интернет-покупатели потратили больше 1,9 трлн рублей. Такие выводы сделали

аналитики Moneypulse, изучив продажи со складов двух крупнейших маркетплейсов - Ozon и Wildberries.

- Прирост продаж одежды и обуви со складов маркетплейсов относительно 2023 года составил 109%, - комментирует аналитик Анастасия Романова.

Всего же за прошлый год россияне потратили в онлайн-магазинах 9 трлн рублей - таковы данные Ассоциации компаний интернет-торговли. Столько же за год тратит российская казна на здравоохранение, ЖКХ, образование, охрану окружающей среды, культуру, СМИ, спорт и обслуживание госдолга. Суммарно!

При этом за год на-

## КОНКРЕТНО

### Вы попали в зависимость, если:

- 1 Постоянно реагируете на уведомления от приложений маркетплейсов, вам все время хочется на них перейти.
- 2 В вашей квартире скопление вещей, которыми нет времени или необходимости пользоваться.
- 3 У вас растут траты на интернет-покупки.
- 4 Проводите на маркетплейсах много времени, в том числе просто так, без какой-либо необходимости.
- 5 Из-за этого страдают работа, домашние дела, вы стали меньше общаться с близкими.
- 6 Рука постоянно тянется проверить, скоро ли придет очередной товар.

ши расходы на шопинг в интернете выросли на 41%. А чего бы им не расти, когда процесс стал таким удобным! Но есть и побочный эффект: маркетплейс-наркомания прочно входит в нашу жизнь,

и остановить ее ой как непросто.

- Маркетплейсы устроены так, что они подталкивают к покупке, - объясняет психолог Александр Невеев. - Постоянные мнимые скидки, возможность доставки по расчету... Однако простоты покупки недостаточно для того, чтобы впасть в зависимость. Есть даже такой термин - «шопинг-терапия». Это означает, что, когда человек что-то покупает, он испытывает приятные эмоции. В итоге вырабатывается рефлекс.

К тому же, по словам эксперта, само пребывание на маркетплейсе является для многих людей приятным времяпрепровождением.

Можно прокручивать ленты в соцсетях, а можно - на маркетплейсах, и это тоже дает приятные ощущения и подталкивает к покупке.

- С одной стороны, таким способом можно организовать свое время, заполнить пустоту, отвлечься от негативных переживаний, - объясняет Александр Невеев. - С другой стороны, можно действительно удовлетворить свои потребности или, по крайней мере, получить рефлексорное удовольствие.

## ТРЕВОЖНЫЕ ЗВОНЧКИ

Но когда здоровое желание купить что-нибудь нужное переходит в зависимость? По словам психолога, человеку стоит серьезно задуматься, если листание лент на маркетплейсах начинает занимать слишком много времени и замечать продуктивные дела. Например, подсев на онлайн-покупки, человек не занимается спортом и собственным развитием.

- Если человек приобретает товар незапланированно, если он вообще заходит на маркетплейс, не имея конкретной цели, а именно желая заполнить свободное время, отвлечься от работы и чем-то себя занять, то это уже свидетельствует о зависимости. Редкий зависимый может сам себе поставить диагноз. Тут, конечно, должны подключаться близкие, - акцентирует внимание Александр Невеев.

Кроме того, о зависимости будет кричать еще один факт: если вы покупаете товары импульсивно и потом их не используете. Скорее всего, эти предметы казались вам полезными, а на деле они не нужны. Допустим, какие-нибудь приспособления для нанесения макияжа или ухода за собой, чешалки для спины, хитрые мочалки и тому подобная ерунда (см. «Конкретно»).

- Усугубить ситуацию могут бесконечные уве-

## ТОЛЬКО ЦИФРЫ

### Топ-10 ПОПУЛЯРНЫХ КАТЕГОРИЙ ТОВАРОВ НА WILDBERRIES И OZON

	2022 год		2023 год		2024 год	
	Всего потрачено, руб.	Рост продаж к прошлому году	Всего потрачено, руб.	Рост продаж к прошлому году	Всего потрачено, руб.	Рост продаж к прошлому году
Одежда и обувь	587 млрд	62,3%	907,4 млрд	54,6%	1,9 трлн	109,7%
Товары для дома	212,6 млрд	103,1%	356,7 млрд	67,8%	614,5 млрд	72,3%
Косметика	135,6 млрд	73,2%	224,9 млрд	65,9%	321,7 млрд	43%
Электроника	110,6 млрд	71,1%	221,6 млрд	100,3%	387,1 млрд	74,7%
Смартфоны	43 млрд	68,1%	72,5 млрд	68,9%	109 млрд	50%
Бытовая техника	91,6 млрд	71,6%	138,7 млрд	51,4%	251,7 млрд	81,4%
Детские игрушки	60,1 млрд	47,5%	89 млрд	48%	140,3 млрд	57,6%
Продукты питания	52,8 млрд	81,2%	86,4 млрд	63,7%	134,8 млрд	56%
Зоотовары	30,6 млрд	24,2%	55 млрд	80%	88,3 млрд	60,5%
Товары для хобби	22 млрд	102,1%	40,8 млрд	85%	66,6 млрд	63%

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

По информации сервиса Moneypulse (входит в экосистему Контур). Данные парсинга (автоматизированного сбора и анализа информации) по сумме продаж в рамках указанных товарных категорий со складов маркетплейсов Wildberries и OZON.



А еще маркетплейсы стали продавать автомобили! Как это работает - читайте на KP.RU



# КАЖДЫЙ ДЕНЬ

домления от маркетплейсов, которые социальные инженеры от маркетинга делают все более изощренными, - дополняет ведущий эксперт Института фундаментальных проблем социогуманитарных наук НИЯУ МИФИ Яков Якубович. - Уведомления от маркетплейсов наряду с социальными сетями и мессенджерами «вынимают» человека из повседневности

и вовлекают в бесконечный мир скидок, уникальных персональных предложений, которые якобы будут действовать еще час двадцать минут... Немалую роль в формировании зависимости играет и возможность покупать в рассрочку. Страдают и нервы: короткое удовольствие от покупки сменяется чувством стыда и ощущением потери времени.

- Такие покупки в итоге приводят к дырам в семейном бюджете и накоплению дома абсолютно ненужных вещей, - заключает Александр Невеев. - Но самое страшное, что человек превращается в того, кого японцы называют «хикикомори» - это одинокая, избегающая социума личность, которая не в состоянии самостоятельно решать свои проблемы.

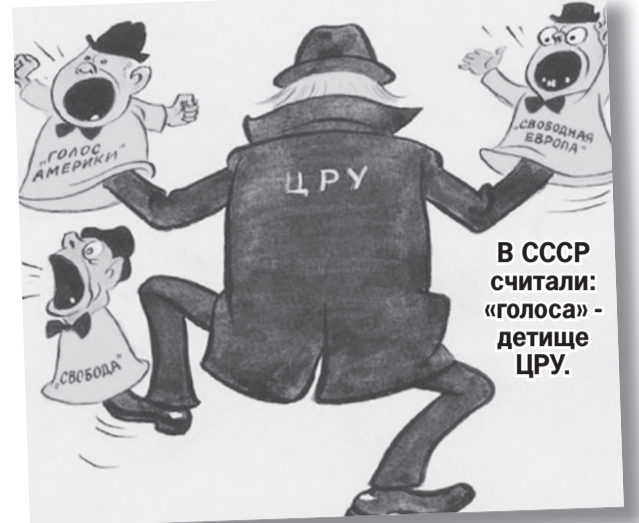
## ■ НЕПРЯМОЙ ЭФИР

Андрей БАРАНОВ

**Дональд Трамп распорядился прекратить работу радиостанций, вещавших на СССР и Россию.**

Трамповская бритва, кромсающая госаппарат США, пощады не знает. На стену в Овальном кабинете только что прибили два новых скальпа. Да каких! Лет сорок назад их с удовольствием повесили бы и в Кремле, но тогда долгая и изнурительная охота не удалась.

Грозные орудия холодной войны, стоившие по разрушительной силе нескольких ядерных ракет, теперь наконец замолкли. Причем в прямом смысле. Радиостанции «Голос Америки» и «Свобода/Свободная Европа» (обе организации признаны иноагентами и нежелательными в РФ) прекратили вещание, которое вели на протяжении почти 80 лет. Президент Трамп подписал указ о закрытии Агентства по глобальным СМИ, финансировавшего работу обеих станций, и они сразу исчезли из эфира. Около 2000 их сотрудников были вынужде-



В СССР считали: «голоса» - детище ЦРУ.

## Америка заглушила «Голос Америки»

ны уйти в административные отпуска.

Власти в СССР называли «вражьи голоса» провокаторами и пропагандистами, пытались нещадно глушить, а в карикатурах рисовали не иначе как в виде рупоров, изрыгающих помой. Но народ упорно крутил ручки приемников, желая узнать «другие новости». И умело поданная информация проникла в мозги и души.

Так почему же теперь Вашингтон сбрасывает столь сильную, казалось бы, карту?

Например, Илон Маск объясняет это так: «Это просто

сумасшедшие, которые разговаривают сами с собой, их больше никто не слушает. Они сжигают миллиард долларов в год из карманов граждан США».

Белый дом обвинил обе организации в «радикальной пропаганде» (!) и «высокомерном мошенничестве, часто отражающем левую предвзятость».

Честно говоря, и не знаешь, что они там отражают. Потому что действительно интерес к их вещанию практически исчез. Эти реликты давно пережили сами себя, и пришла пора вымирать. Как динозаврам!

### ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ

#### КТО В ЗОНЕ РИСКА

- Шопоголиком в интернете (через маркетплейсы) может стать кто угодно, - уверяет социолог Яков Якубович. - Если традиционный офлайн-шопоголизм все-таки требует определенных моральных и физических усилий, то в интернете оформление покупки практически никак вас не напрягает, в особенности, если платежные данные привязаны к аккаунту. Однако, как и с любой зависимостью, чаще всего под нее попадают люди, которые восполняют эмоциональный вакуум и недостаток дофамина (пресловутого гормона счастья).



#### Больше всего подвержены такому недугу люди с пониженной самооценкой:

- молодежь, скрывающаяся в маркетплейсах от неразделенных чувств или проблем со сверстниками, учебой, родителями и т. п.;
- пожилые люди, ощущающие себя брошенными;
- люди среднего возраста, зачастую переживающие разлад в семье, падение самооценки, связанное с неудачами в профессиональной сфере, личной жизни. Зачастую это женщины среднего возраста (35 - 50 лет) - нередко одинокие либо разведенные.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

## Как «слезть с иглы»

Тренер по личным финансам Максим Темченко делит способы борьбы с зависимостью от онлайн-шопинга на три категории - поведенческие, финансовые, психологические.

**ВАЖНО!**

Если у вас банковская карта привязана к маркетплейсу - отвяжите ее. Необходимость совершать лишние телодвижения - вводить банковские данные, коды из СМС - может помешать вам тратить деньги на ерунду. Тот самый случай, когда лень спасет ваши время и деньги.

### Поведенческие

- ✓ Удалите приложения маркетплейсов с телефона, а когда вам действительно нужно что-то купить, заходите на нужные сайты через браузер. Или для начала хотя бы отключите уведомления от приложений маркетплейсов.
- ✓ Отправляйте понравившийся товар в избранное вместо корзины. Это поможет выдержать паузу перед покупкой.
- ✓ Возьмите тайм-аут перед оплатой. Вау-эффект от желания купить вещи на следующий день может пройти.
- ✓ Перед шопингом составляйте списки вещей, которые вам действительно нужно купить: только необходимое и ничего лишнего.

### Финансовые

- ✓ Ведите учет доходов и расходов. Чтобы видеть, сколько вы зарабатываете и сколько тратите. Отдельно записывайте траты на маркетплейсах.
- ✓ Выделяйте определенную сумму на маркетплейсы и не превышайте ее.
- ✓ Заведите отдельную карту для онлайн-шопинга. И закидывайте на нее ту самую сумму из предыдущего пункта. Когда на этой карте деньги заканчиваются, это уже звоночек - притормози, тебя заносит.
- ✓ Никаких кредиток, только дебетовые карты.

### Психологические

- ✓ Устройте сеанс шоковой терапии: разложите перед собой все, что купили за последние месяцы на маркетплейсах, и ужаснитесь от количества ненужных вещей.
- ✓ Найдите себе хобби. Чтобы занять мозг чем-то другим, отвлечь от маркетплейсов.
- ✓ Ведите учет времени: на что оно тратится в течение дня. Как правило, скроллинг на маркетплейсах всегда занимает очень много времени.
- ✓ Больше общайтесь с близкими. Чем больше времени вы проводите с друзьями, любимыми людьми, тем меньше у вас времени на то, чтобы замкнуться в себе и заблудиться в лабиринтах маркетплейсов.
- ✓ Обратитесь к психологу, если чувствуете, что зависимость от маркетплейсов становится навядением.
- ✓ Снимайте стресс спортом.

Социолог Яков Якубович добавляет: физическая активность - простой и очень действенный способ компенсации недостатка дофамина. Она позволяет бороться с зависимостью от маркетплейсов - и не только от них - именно через дополнительное удовольствие генерацию гормонов удовольствия.



## ВЫ ПОЙМЕТЕ, КОГДА ДЕЙСТВИТЕЛЬНО СТОИТ ВОЛНОВАТЬСЯ, А КОГДА ТОЧНО НЕТ

Цель книги - показать, что большая часть проблем, с которыми сталкиваются родители по мере роста ребенка, не ужасны и чаще всего легко решаемы.



★★★★★ Екатерина  
«Побольше бы таких грамотных врачей, которые не назначают 100 500 лекарств «на всякий случай» и доходчиво объясняют все тревожным мамам и папам».

стикеры в подарок



КУПИТЬ ЗДЕСЬ



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

Анна КУКАРЦЕВА

Как говорить с подростком так, чтобы договариваться.

Подростковый период - не подарок как для ребенка, так и для родителей. Взрослые должны повышать уровень свободы детей, а подростки - принимать, что «предки» все же бывают правы.

- В этот период для родителей главное - предотвратить последствия детских решений, опасных из-за отсутствия у подростка жизненного опыта, - говорит **Екатерина Свистунова, психолог, кандидат психологических наук, директор Психологического центра образования и консультирования.** - Рассмотрим ситуацию: вы - хорошие родители - видите, что с ребенком что-то не так, он отказывается идти в школу, плохо спит, часто срывается на крик или замыкается при малейших попытках поговорить с ним. Как быть?

Если вам в общении с подрастающими

# Не спорь, послушай, не кричи

ми детьми приходится прибегать к фразам-оценкам или распоряжениям вроде «быстро пошел делать уроки», «хватит ныть», «сам виноват», то, возможно, у вас в семье слишком сильна негативная коммуникация.

- Именно такая форма общения становится причиной хронического конфликта, но распознать у себя ее не так легко, - говорит Екатерина Свистунова. - Вы ведь с благими намерениями критикуете какие-то действия, чтобы ребенок старался больше, или повышаете голос, чтобы он услышал наконец. Слова вылетают на автомате. Но подросток реагирует не так, как вы ожидали. Разговор быстро

переходит в обмен упреками и крики. В итоге вопрос не решается, напряжение растет.

Что делать? Поменять негативную коммуникацию на конструктивную. Вот правила для этого.

**1.** Ваши реплики должны быть от первого лица. Вместо «Ты никогда не говоришь мне, куда идешь» скажите: «Если я не знаю, где ты, я беспокоюсь о тебе».

**2.** Договоритесь с подростком, как вы общаетесь друг с другом. Его предложения тоже должны быть учтены. Прямо составьте договор по пунктам: «Я на тебя не кричу, а ты без напоминания делаешь



Светлана МАКОВЕЕВА  
«КП» - Самара

уроки». «Ты всегда сообщаем мне, куда идешь гулять, с кем и когда вернешься, а я тебя отпускаю без споров».

**3.** Выберите темы, в которых вам реально важно отстоять свою позицию. И препирайтесь с ребенком только по ним. Очевидно, это вопросы безопасности - например, место и время прогулок. Несущественные вещи, например уборку в детской, лучше проигнорировать!

**4.** Обновите свою позицию об обязанностях и свободах подростка. Договоритесь с ним, что право на большую самостоятельность будет пропорционально готовности вести себя ответственно.

**5.** Прежде чем отказать в просьбе, подумайте, надо ли. Ваш подросток, возможно, уже достаточно взрослый и ответственный, чтобы на этот раз сказать «да». Если все-таки все еще «нет», объясните почему («потому что я так сказал» в этом возрасте уже не работает). Нужно привести веские причины.

**6.** Больше слушайте и меньше говорите. Вы удивитесь, насколько подростки будут вам доверять, если почувствуют, что их действительно слушают. Вникайте хотя бы пару минут не перебивая.

**7.** Избегайте злого или нетерпели-

вого языка тела. Не закатывайте глаза и не вздыхайте. Избегайте сарказма, критики и крика. Подростки перестанут разговаривать, если вы не будете слушать их уважительно.

**8.** Цените то, что у вашего подростка отличный от вашего взгляд на мир. Уважайте его мнение, оно может быть очень продуманным и глубоким.

**9.** Критикуйте конструктивно. Научите извлекать опыт из ошибок. Это поможет детям исправлять свои промахи, не дожидаясь ваших напоминаний об этом. Нахватал троек в четверти? «В следующем месяце не жди последней недели, подходи к учителю, спрашивай, как отработать». И не забывайте праздновать достижения!

**10.** Подавайте хороший пример, извиняясь, если вы не правы.

- Человек на пороге взросления сталкивается с новыми чувствами и переживаниями, которые могут быть сложными для понимания, - говорит Свистунова. - При этом скрывается стремление к независимости от родителей, особенно если между ними уже были конфликты. Возрастает влияние сверстников. Надо разговаривать на языке подростка о том, чем близкие взрослые могут ему помочь. Для подростков знание того, что их родители доверяют им, может укрепить их чувство безопасности в мире, повысить самооценку и уверенность в будущих достижениях.

**КСТАТИ** Что поможет вернуть доверие

**Общайтесь между делом.** Не стоит «вызывать»

подростка на диалог, потому что это может сделать разговор неловким или односторонним. Тем более что общение «глаза в глаза» вызывает неприятные чувства и тревогу у человека. Особенно после слов «нам надо поговорить» (взрослые тоже напрягаются). Попробуйте вести беседы, например, во время поездок на машине, готовки еды или игры в настолки. Даже совместный просмотр контента из интернета поможет перейти к обсуждению жизни вашего подростка и обсудить отношения и границы.

**Задавайте открытые вопросы.**

Например: «Что-то Мария Павловна с двойками зачастила, многие родители отметили. Не знаешь, с чего бы это?» Такие вопросы помогают начать откровенный разговор, а подросток будет чувствовать, что вам интересно то, что он говорит, и что у него есть возможность поделиться своими идеями и эмоциями.

**Дайте поддержку, которая очень нужна подростку, даже если он ее не просит.**

Исследования показали, что 7 из 10 молодых людей считают, что, когда в их жизни происходит что-то важное, они не могут перестать беспокоиться об этом, а 70% из них стараются скрыть это от других. Чтобы усилить доверие подростка к вам, поделитесь с ним своим собственным опытом решения проблемы. Например, если вы заметили, что подросток чувствует тревогу или депрессию, вы можете рассказать о времени, когда вы чувствовали то же самое.

**Доверие - это улица с двусторонним движением.**

Делайте то, что вы обещаете, и будьте честным. Когда вам приходится нарушить свое слово, скажите об этом подростку и извинитесь, если это необходимо.

100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

**ПЕРВЫЕ И ЕДИНСТВЕННЫЕ МЕМУАРЫ ЛЕОНИДА РОШАЛЯ**

Детского доктора мира, президента НИИ детской неотложной хирургии и травматологии

**КАРЬЕРА**

«Я встал перед серьезным выбором: или спортивная медицина, или детская хирургия».

**ВЕРИТЬ И БОРОТЬСЯ НОРД-ОСТ**

«Террористы стали стрелять в их сторону из автоматов, а наши, наоборот, по террористам. Когда стрельба закончилась, один из бандитов подбежал к нам и, размахивая автоматом, закричал, что мы все специально подстроили».

**О ЛИЧНОМ**

«Не надо делать из меня супергероя».

КНИГА, КОТОРУЮ СТОИТ ПРОЧИТАТЬ

КУПИТЬ ЗДЕСЬ

Леонид Рошаль  
**ВСЕГДА РЯДОМ**  
ОТКРОВЕННО О ЖИЗНИ И ХИРУРГИИ

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



# Его сердце остановилось...

Вера ЗЕНИНА

**Скончался семилетний мальчик, пострадавший во время взрыва газа в частном доме в Тобольске.**

12 марта - день, который навсегда изменил жизнь многодетной семьи **Бахаревых** и всех, кто их знал. Около 18.00 в доме, где жили супруги и их дети, произошел взрыв, причем волна оказалась такой силы, что в соседней многоэтажке вылетели стекла. Неравнодушные тоболяки сразу же вызвали скорую помощь и спасателей. Уже через считанные минуты медики и оперативные службы были на месте.

В момент взрыва дома находились 40-летняя женщина и ее семилетний сын. Когда пострадавших доставили в больницу, врачи оценили их состояние как крайне тяжелое и отправили в реанимацию. После **глава Тобольска Петр Вагин** отчитался, что медики делают всё возможное для спасения жизни матери и сына.

И вот пришло печальное известие

о смерти ребенка. К сожалению, все усилия медиков оказались напрасны. Что касается матери мальчика, борьба за ее жизнь продолжается.

- Трое суток врачи боролись за жизнь ребенка, пострадавшего в момент взрыва газа в Тобольске. К сожалению, мальчик получил травмы, несовместимые с жизнью, спасти его не удалось, - рассказали в департаменте здравоохранения Тюменской области.

Не остался в стороне от трагедии и **губернатор Тюменской области Александр Моор**. Он выразил искренние соболезнования родным, близким ребенка и пообещал оказать семье материальную помощь.

- Тюменский ожоговый центр использует самые современные технологии, в нем работают врачи с большим опытом, но травмы, полученные ребенком при пожаре, оказались слишком серьезными, - добавил глава региона.

После случившегося следователи завели уголовное дело по статье 238 Уголовного кодекса РФ (оказание услуг, не отвечающих требованиям



Telegram-канал Александра Моора

Всё, что осталось от дома, где жила семья.

безопасности). Также свою проверку организовала прокуратура. Ее сотрудники установят причины произошедшего, дадут оценку соблюдению требований при эксплуатации газового оборудования и проконтролируют оказание необходимой помощи гражданам.

В тот же день в Тобольске завершился разбор завалов разрушенного дома. По словам Петра Вагина, сейчас все силы сосредоточены на расчистке территории и установке ограждения. Параллельно идет восстановление окон и балконов соседних домов, пострадавших от ударной волны.

## ■ ДТП

### Пять человек пострадали в аварии из-за зайца

Мария ВАСИЛЬЕВА

**За сбитое на дороге дикое животное водителям по закону грозит штраф.**

Заяц внезапно выпрыгнул на дорогу накануне утром на 71-м километре автомагистрали в Ярковском районе. Из-за этого автомобиль «Киа-Серато» съехал в кювет, но, к счастью, не перевернулся. Вся семья из пяти человек получила травмы и попала в больницу.

- 41-летний водитель объяснил, что попытался избежать столкновения с зайцем. В результате ДТП пострадали пять человек: сам водитель, его 40-летняя супруга, 20-летняя дочь, 17-летний сын и 17-летний друг сына, - рассказали в пресс-службе Управления Госавтоинспекции Тюменской области.

Уже позже водитель автомобиля рассказал полицейским, что семья возвраща-



Госавтоинспекция Тюменской области

Ушастый сбежал с места ДТП и спрятался в ближайшем лесу.

лась из села Ярково домой в Ялуторовск, но встретилась с диким животным. Инспекторы ДПС призывают водителей в Тюменской области сбавлять скорость на дорогах в условиях межсезонья, дождливой погоды и скользкого покрытия.

Напомним, что в РФ действуют штрафные санкции

за смерть диких животных на дороге в результате ДТП.

Заяц тоже попадает в список таких зверей. Сбитый ушастик обойдется водителю в тысячу рублей. Столько же будет стоить наезд на песца, корсака, дикую кошку, норку, дикого кролика, казарку и гуся.

## ■ БОЛЬШАЯ ВОДА

### В Тобольске готовятся к паводку

Серафима КРАСНОВА

**Уже построены временные насыпи, а в Ишиме продолжают работы по очистке русел малых рек.**

Ожидается, что уровень воды в реке Иртыш останется в пределах нормы, хотя возможно затопление поймы, но критических отметок не прогнозируется, информируют гидрологи. Тем не менее в Тобольске сформирована специальная комиссия по чрезвычайным ситуациям для координации действий. **Мэр Тобольска Петр Вагин** доложил, что в городе уже сделано:

- ✓ укреплены гидротехнические сооружения общей длиной около 18 километров;
- ✓ созданы запасы мешков, пленки, грунта и щебня;
- ✓ построены временные насыпи в некоторых частях города, включая поселок Сумкино и Левобережье;
- ✓ определены 15 пунктов временного размещения на 3760 человек, а также места для содержания домашних и сельскохозяйственных животных;
- ✓ готовы к действиям 394 сотрудника и 168 единиц техники.

- Наша главная задача - обеспечить безопасность населения. Мы будем держать вас в курсе всех изме-

нений ситуации и необходимых мер, - заверил жителей Петр Вагин.

Напомним, что вопросы подготовки к паводку обсуждались ранее на заседании регионального правительства. **Губернатор Александр Моор** провел встречу с комиссией по предотвращению чрезвычайных ситуаций. По предварительным прогнозам метеорологов, в регионе есть около месяца на подготовку. Прошлый год показал, что нельзя упускать ни одного дня.

Особое внимание уделяется Казанскому, Ишимскому, Абатскому районам и городу Ишиму, где ожидается подъем уровня воды.



Информационный центр правительства Тюменской области

В городе уже возвели временные насыпи.

## ■ А В ЭТО ВРЕМЯ

На втором километре Уватского тракта, в районе остановки «Алемасова» в Тобольске, был совершен наезд на пешехода вне зебры. Водитель, управлявший неустановленным транспортным средством, скрылся с места ДТП.

Пострадавший мужчина в критическом состоянии доставлен в медицинское учреждение. Личность пострадавшего устанавливается, его возраст приблизительно 55 лет.

«Очевидцев данного происшествия и лиц, обладающих какой-либо информацией по факту ДТП, просим обращаться в отдел Госавтоинспекции по адресу: г. Тобольск, 7-й микрорайон, строение № 73, кабинет № 16 либо по телефонам: **02, 25-23-70, 25-54-66**. Также можно оставить сообщение в группе «Госавтоинспекция Тобольска» в социальной сети «ВКонтакте», - говорится в сообщении тобольской полиции.

# «Машинист заметил красный галстук и стал бешено тормозить»

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

1936

«ТОВАРИЩИ ЧИТАТЕЛИ!

Сегодняшний номер «Комсомольской правды» - необычный номер.

Все статьи и письма, которые напечатаны на первой, второй, третьей и шестой страницах, написаны и рассказаны детьми.

Просим читать их с особенным вниманием.

Учтите, что фотографии тоже сняты детьми».

Такое объявление под фото забавного карапуза открывает этот номер. Четыре полосы детских корреспонденций - смешных, наивных, порой нескладных - какой же искренней и доброй делают они комсомольскую газету (орфография и пунктуация публикаций сохранены).

✓ Дети сообщают о своих небольших, но важных подвигах:

«МЫ СПАСЛИ ПОЕЗД

Как всегда, в 8 часов утра мы шли в школу по железнодорожной линии, и вдруг перед нами открылась картина. Мы видим два лежащих куска рельсов. Шагнули вперед и видим большой зазор, размером 250 мм. После этого мы побежали на станцию Куцевка. Но не добежали. Из-за поворота показался скорый поезд № 21 Сочи - Москва, который мчался. Я снял пионерский галстук и дал его Якименко, он повыше меня и начал давать сигнал остановки. Машинист заметил красный галстук и стал бешено тормозить. Крушения не было, и все остались живы.

После этого Якименко и Голубь показали машинисту опасное место. Мы побежали и заявили дежурному по станции о случившемся.

Когда в школе рассказали некоторым ребятам о случившемся, то они над нами посмеялись, тем и дело кончилось.

В 8 часов вечера за нами приехал парторг тов. Маслов на дрезине и он нас привез на ст. Куцевка. Здесь состоялся очень большой митинг железнодорожников.

Здесь же тов. Маслов прочитал две телеграммы: одна от слета стахановцев-кривоносовцев железной дороги и другая от нач. Азово-Черноморской ж. д. тов.



Все выпуски рубрики «О чем писала «Комсомолка» в этот день» - на сайте KP.RU



Осипова о том, что он нас пригласил по 400 рублей каждого и кроме того школу 2.500 руб.

КОЛЯ БУРДЮГОВ,  
ВАНЯ ГОЛУБЬ,  
ВАНЯ ЯКИМЕНКО.

Куцевка,  
Азово-Черноморская ж. д.».

✓ Стремятся помочь родной стране:

«ВОЗДУШНЫЕ ПОЧТАЛЬОНЫ

(Письмо голубятников)

Мы были сегодня опять у мальчика Адама Нестерова. Ох, какие хорошие у него голуби! Эта порода - «гонцы». Когда эти голуби сытые, их и ястреб в полете догнать не может.

В нашем городе есть такие улицы, где очень много голубей живет. Новомясницкая улица, Широкая, Завальная. Там полно голубятников.

У нас тоже были «почтари», и мы ими очень интересовались. Но чтобы держать дома голубей, нужно иметь для них удобства.

Многие вожатые считают разведение голубей плохой забавой и поэтому обращают на это мало внимания. Но мы считаем это полезным делом, хотим разводить голубей. На детской технической и сельскохозяйственной станции есть все удобства, чтобы держать голубей. Но почему-то голубей там нет. Скоро в Минске откроется Дворец пионеров, а вот голубиной станции опять не будет.

Мы знаем, что в Рогачеве у Осоавиахима есть большой голубиный питомник. Корм для голубов тоже имеется». «А желающих заниматься голубями тоже искать долго не нужно. Это - мы и сотни других мальчигов. Мы бы ухаживали за голубями, чтобы они жили в чистоте, были сыты и летали так быстро, чтобы их ястреб не мог догнать. Уж мы бы учили голубей далеко-далеко летать и исправно доставлять почту. Они будут хорошими воздушными почтальонами.

Пусть для детей во всех городах и местечках пооткрывают детские голубиные станции, чтобы юнаты интересовались птицами,

а также готовили связь для нашей Червонной армии.

МИША ДАВИДОВ,  
ЛЕЛЯ ХОДАС,  
юнаты детской сельскохозяйственной станции.  
Минск».

✓ Пишут стихи и рассказы:

«РАССКАЗ ПРО КОШКУ

У меня есть очень красивый пушистый котенок. У него черная спинка и большие сверкающие глаза, беленькая мордочка и беленькое пузочко. Я с ним играю в хоронюшки. Это бывает так: он куда-нибудь убежит, а я его ищу.

«РАБКОР ПЕРО» - 8 лет».

«СТИХИ ПРО КОШКУ

Я сидела у стола  
И кормила кошку.  
Она смотрела на меня  
И кушала картошку.  
ИДА ПОЛЯКОВА - 8 лет».

✓ Жалуются на отсутствие товаров народного потребления:

«РИТА ЛИХАЧЕВА (Мичуринск. Ученица 2-го класса). Я хочу говорящую и моргунью-куклу. Но их нет в магазинах.

ИРА КОРЕНЕВА (Москва. Школа им. Горького. Уч. 5-го класса). Обходила пол-Москвы и нигде не нашла ботинок для коньков. Везде один ответ: нет и неизвестно когда будут. Так прошел месяц. Наконец, мы написали в Ленинград одной знакомой, чтобы она нашла нам там ботинки, но, увы, и там не оказалось. А летом были. Неужели нельзя так устроить, чтобы мы могли зимой купить все для коньков?

АННА ТЕРЕШИНА (с. Донское. Воронежск. обл. Ученица 4-го класса). Мы ставили спектакли, но нигде нет грима и усов для лица».

✓ И даже на собственных преподавателей:

«ЭТО ПРОСТО СМЕШНО

Это очень обидно пропечатываться на последней колонке, но мы просим. Мы не можем писать смешно. И потом нам самим не смешно. Ведь у нас в школе учится 1 400 ребят, и на всех есть только один учитель физкультуры. Зовут его Яков Васильевич и ему 60 лет. Это просто смешно! Он ничего не может показать или сам сделать. Говорит: «Достаньте руками пол, не сгибая колен», а сам не может. В общем смехатура какая-то. Конечно, Яков Васильевич мог бы получать пенсию и что-нибудь работать, но заниматься физкультурой на старости лет ему трудно. И нам тоже. И на 40 пионеров у нас нет ни одного значкиста БГТО.

«ШИЛО».  
г. Ростов-на-Д.,  
10-я школа им. Попова».

Ведущие рубрики Татьяна АДАБАШ, Елена ПОПОВА.

Любимая газета страны

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!



Почему Шуфутинский до сих пор не женился на молодой подруге



Мистические пророчества об Украине начали сбываться

Дворец, четыре квартиры и 40 земельных участков:

Список имущества Блиновской, которое продадут за долги



Везение важнее, чем трудолюбие

Ученые изучили секреты успеха

В ПРОДАЖЕ С 19 МАРТА

Ярослав КОРОБАТОВ

60 лет назад советский космонавт совершил первую в истории «прогулку» среди звезд.

18 марта 1965 года космонавт Алексей Леонов навсегда вошел в историю как человек, покоривший совершенно новую для землян стихию - открытый космос. Звездная прогулка Алексея Архиповича длилась всего 16 минут, но за это время космонавт несколько раз был на грани жизни и смерти.

Выход в космос начался спустя 1 час 35 минут после старта, когда Леонов и его напарник по полету Павел Беляев толком не отошли от сильных перегрузок во время вывода ракеты на орбиту. Через несколько минут после выхода в открытый космос скафандр Леонова сильно раздуло, несмотря на плотную ткань и ребра жесткости. Это не только сковывало движения - главное, что космонавт не мог втиснуться в шлюзовую камеру, чтобы вернуться «домой».

Первопроходец сбросил давление внутри скафандра до 0,27 атмосферы. Это было нарушением инструкции, поскольку могло привести к закипанию азота в крови.

- Но я понимал, что в противном

# Во время выхода в космос Леонов 4 раза был на грани жизни и смерти

случае просто останусь в космосе навсегда. А кроме того, по моим расчетам, я уже час дышал чистым кислородом, и азот уже успел вымыться из организма, - вспоминал Леонов.

В итоге ему удалось пролезть в шлюзовую камеру, но не ногами вперед, как положено по инструкции, а головой. В таком положении в сам корабль было не попасть, пришлось каким-то чудом разворачиваться в тесном шлюзе. В этот момент пульс космонавта подскочил за 190, пот заливал глаза - за время выхода организм Леонова потерял 6 литров жидкости! Едва Алексей Архипович втиснулся внутрь корабля, как внезапно в «Восходе-2» стало расти содержание кислорода. Оказывается, люк закрылся неплотно, и автоматика нагнетала кислород, стремясь компенсировать потери воздуха. Достаточно было одной искры, чтобы произошел взрыв. Экипаж ри-

сковал и тем, что кислорода может не хватить до посадки, нечем станет дышать. К счастью, спустя какое-то время люк под давлением встал на место и щель закрылась.

Во время приземления отказала автоматика и посадку корабль пришлось делать вручную. Приземлились в глухой тайге, где поисковые команды нашли экипаж только через трое суток.

Однако главная миссия Леонова и Беляева была выполнена: они доказали, что выходить в открытый космос можно. С тех пор это стало частью работы экипажей орбитальных станций.

И - к счастью - за 60 лет не произошло ни одной трагедии с космонавтами и астронавтами, собирающимися из своих кораблей во Вселенную. Все возвращаются живыми и здоровыми. Как будто Леонов договорился с космосом о хороших отношениях!



Владимир ВЕЛЕНУТРИН «КП» - Москва

Дважды Герой Советского Союза Алексей Леонов был частым гостем «КП». На фото он с перчаткой скафандра «Орлан», в таких сейчас выходят в космос. Автографы оставили космонавты - участники празднования 40-летия первого, леоновского, выхода в Центре подготовки космонавтов в 2005 году.

## ЭЙ ВЫ ТАМ, НАВЕРХУ!

1985 год

### САМАЯ СЛОЖНАЯ РАБОТА

Она выпала на долю Владимира Джанибекова и Виктора Савиных. В 1985 году станция «Салют-7» потеряла управление и перестала отвечать на команды с Земли. Джанибеков и Савиных совершили сложнейшую стыковку с «мертвой» станцией, а затем предприняли целую серию выходов в открытый космос, чтобы реанимировать «Салют-7».



## РЕКОРДЫ, КУРЬЕЗЫ И ЧП НА ЗВЕЗДНЫХ ПРОГУЛКАХ

### ЧАЩЕ ВСЕХ ЗА БОРТОМ

78 часов 48 минут - рекордсменом по суммарному времени, проведенному в открытом космосе, является российский космонавт Анатолий Соловьев. И он же рекордсмен по количеству выходов в открытый космос, Соловьев побывал там 16 раз.

1990 - 1998 годы

1991 год

### ВОДА УТЕКЛА

Итальянец Лука Пармитано чуть не захлебнулся в космосе, когда в скафандре стал протекать пакет с питьевой водой. Вода скапливалась в шлеме, и космонавту пришлось вернуться обратно на корабль. Выход продлился всего полтора часа вместо запланированных шести.

2013 год



2023 год

### СУМОЧКУ ПОТЕРЯЛИ!

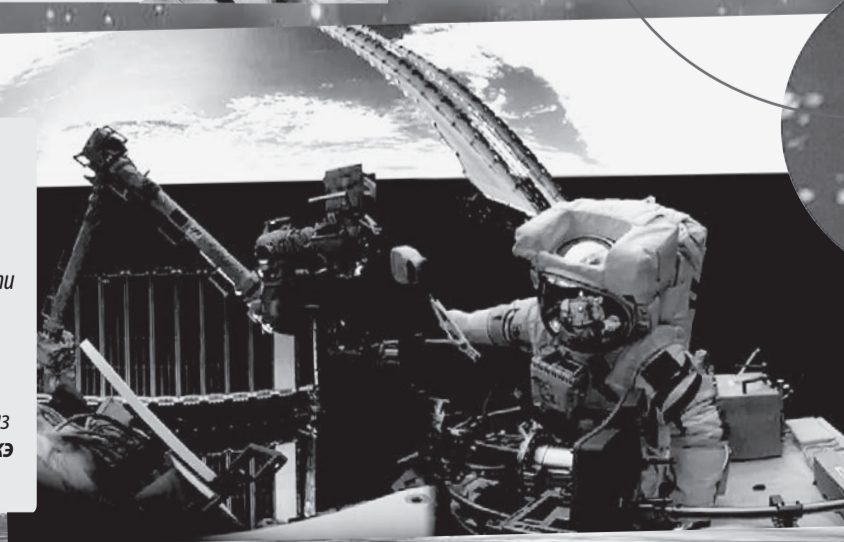
Астронавтки НАСА Жасмин Могбели и Лорал О'Хара во время выхода в открытый космос упустили ... сумочку! Правда, не с косметикой, а с инструментами. Несколько месяцев этот «искусственный спутник»-потеряшку можно было наблюдать с Земли в телескоп.

### ЕДИНСТВЕННЫЙ ПРОКОЛ

Скафандр был поврежден в открытом космосе только раз. Астронавт Джером Эпт проколол перчатку металлическим прутом. Но даже не заметил ЧП - пруток застрял и надежно заткнул дырку, опасной разгерметизации не случилось.

### САМЫЙ ДОЛГИЙ ВЫХОД В КОСМОС

9 часов 6 минут - рекорд продолжительности пребывания в открытом космосе установили тайконавты (то есть космонавты из Китая) Цай Сюйчжэ и Сун Линдун.



Текст Ярослав КОРОБАТОВ, Лилия СОКОЛЬНИКОВА  
Графика Дмитрий ПОЛУХИН.



Николай МЫСИН,  
автоэксперт «КР»

# Везет меня «Волга», а ей уж тридцать лет...

Российский автопарк стремительно стареет - с чем это связано и чего ждать дальше.

## «НЕ ЦЕЛУЙ МЕНЯ ВЕЗДЕ, 18 МНЕ УЖЕ!»

Все мы не молодеем, и российский автопарк - в том числе. По состоянию на начало года средний возраст автомобилей в стране достиг отметки в 15,5 года. Учились бы машины в школе - уже б вовсю готовились к ЕГЭ. А если брать конкретно российские марки - то служили бы в армии, потому их средний возраст - 18,7 года (см. «Только цифры»). Для сравнения - в ковидном 2020-м средний возраст авто на дорогах страны составлял 13,6 года, в 2015-м - 12,4 года. Сейчас же 70,5% от всех легковушек, стоящих на учете в ГАИ, старше 10 лет. А это без малого 33,5 млн авто.

- На самом деле абсолютные цифры чуть ниже, - немного успокаивает вице-президент Национального автомобильного союза Антон Шапарин. - Большое количество очень старых машин, учтенных в статистике, по факту на дорогах отсутствуют. Они либо давно сгнили на свалках, либо стоят-пылятся во дворах и гаражах. Однако по-прежнему числятся в базах данных ГАИ, потому что владельцам либо лень снять их с учета, либо этим некому заниматься. Налоги там, как правило, копеечные.

Но проблема все равно есть - парк действительно постарел. О чем красноречиво говорит тот факт, что на вторичном рынке уверенно лидирует «Жигули»-«семерка», снятая с производства в 2012-м...

## ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ

Рынок просел сначала из-за ковида, потом из-за ухода западных компаний. Стремительный рост продаж, который мы наблюдали в 2024-м, кардинально ситуацию не исправил. А теперь снова намечается спад - от прошлогоднего графика мы уже отстаем на 10%.

А чем меньше покупается новых машин, тем быстрее стареет автопарк.

- Чтобы прекратить тенденцию к увеличению среднего возраста, нам надо выходить на уровень в 2 млн проданных новых машин



«Это машина Стелькина, а он взяточник, - думал Юрий Деточкин. - Но угнать ее я еще сто раз успею - наверняка она будет ездить по Москве года до 25-го».

## Средний возраст автомобилей по брендам

Марка	Возраст (лет)
1. Lada	17,1
2. Toyota	16,5
3. Ford	15,5
4. Mitsubishi	15,4
5. Nissan	14,4
6. Chevrolet	13,5
7. Volkswagen	13,5
8. Renault	10,5
9. Hyundai	9,6
10. Kia	9,2

По данным агентства «Автостат-Инфо».

## ТОЛЬКО ЦИФРЫ

### Средний возраст автомобилей по стране изготовления

Страна	Возраст (лет)
1. Россия	18,7
2. Япония	17,1
3. США	15,4
4. Европа	13,6
5. Корея	11,5
6. Китай	4,9

По данным агентства «Автостат».

в год. А лучше - в 2,5 млн, - отмечает главный редактор журнала «За рулем» Максим Кадаков. - Мы же в успешном, как считается, 2024-м продали 1,57 млн. Это много - но только в сравнении с предыдущим тяжелым периодом, который начался с пандемии.

Есть, впрочем, и другие причины.

- В больших городах люди все чаще предпочитают услуги каршеринга и такси, - рассуждает автоэксперт Андрей Ломанов. - И чем выше становится цена на машины, тем эта тенденция заметнее. Сейчас средняя стоимость нового автомобиля в стране - 3,5 миллиона рублей. За эти деньги на том же такси

можно ездить годами! И никаких дополнительных трат - на сервис, парковку, бензин и запчасти.

А в городах поменьше, тем более в сельской местности, вовсе нет смысла покупать что-то новое. Проще те же «семерки» друг другу перепродавать. Они и в ремонте попроще, и в эксплуатации неприхотливы. Пока, конечно, не развалятся совсем...

## СТАРСТЬ - НЕ В РАДОСТЬ

Эксперты выделяют как минимум три проблемы стареющего автопарка.

1 **Безопасность.** Старые машины не соответствуют современным нормам. К тому же время не щадит ни металл,

ни электрику. Даже функции, заложенные в конструкцию изначально, спустя 10 - 15 лет после выпуска действуют не так эффективно.

2 **Экология.** По данным ГАИ, у нас в стране 5,5 млн машин либо не имеют экологического класса, либо соответствуют нормам Евро-1 и Евро-2 (тоже давно морально устаревшим, сейчас стандарт - Евро-6). Какая уж тут борьба за чистый воздух...

3 **Экономика.** Помните шутку, почему велосипедист - худший враг государства? Он не покупает машину, не тратит деньги на бензин - значит, не платит с них налогов. Почти наверняка ведет здоровый образ жизни, не пьет, не курит - и, соответственно, не отчисляет акцизы на алкоголь и табак. И, скорее всего, будет жить долго, вынуждая платить ему пенсию... В общем,



одни «убытки» от подобного гражданина.

- Со старыми машинами похожая ситуация, - рассуждает Антон Шапарин. - Налоги на них - копеечные, запчасти покупаются на разборках, страховки - не оформляются. Участия владельца подобного автомобиля в экономической жизни страны - почти ноль.

- Нельзя забывать, что автомобильная отрасль - это целая сфера услуг, в которой задействованы сотни тысяч людей, - отмечает руководитель группы исследований и клиентской аналитики «Авто.ру» Роман Соловьев. - Чем меньше покупается новых машин, тем меньше в казну поступает налогов. По всей цепочке - как от самих продаж, так и от трат на содержание автомобиля.

Казалось бы, на этом фоне в выигрыше сами владельцы старых машин.

- Увы, нет, - разводит руками Антон Шапарин. - Экономия на налогах, на сервисе, на запчастях выглядит замечательно. Но это как питаться майонезом. Вроде и калорий в нем достаточно, и белков-жиров-углеводов в избытке. Да и стоит недорого. Но долго ли продержится желудок на подобной диете? В итоге придется расплачиваться качеством жизни, комфортом и здоровьем.

## КОММЕНТАРИЙ ЭКСПЕРТА

### Почему «иностранцы» моложе

- Возраст машин завязан не на качество и долговечность, а на особенности нашего рынка, - объясняет вице-президент Национального автомобильного союза Антон Шапарин. - Чем раньше начинали продаваться автомобили из какой-то страны - тем выше их текущий средний возраст. Логично, что «лидирует» отечественный автопром (см. «Только цифры»). Также логично, что «китайцы», продажи которых набрали обороты лишь в 2022-м, сейчас самые «молодые». Плюс-минус то же самое можно сказать о «корейцах», которые стали у нас популярными лишь в первой половине 10-х - с выходом на рынок бюджетных, но удачных моделей, вроде Hyundai Solaris.

«Американцы» «постарели», потому что проиграли конкуренцию другим западным брендам и покинули нас задолго до 2022 года - даже Ford закрыл завод во Всеволожске еще в 2019-м. Однако до этого было продано много машин, которые до сих пор на ходу.

Отдельная история - «японцы». Тут работает стереотип, что они - очень надежные. Плюс их любят на Дальнем Востоке, где до сих пор большая часть автопарка - «праворукие» автомобили с японского вторичного рынка.



По мнению миллионов россиян, «классика» не стареет!

Олег УКОЛОВ/  
«КР» - Барнаул



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



# Стало мне тревожно что-то, застрахую я енота

Александра БУДАЕВА

**Сколько стоят и кому нужны ветеринарные страховки для домашних животных.**

Признаюсь честно: к написанию этой статьи меня сподвиг шкурный интерес. В декабре того года у меня в доме появился декоративный кролик. Сперва на передержку, да так и остался жить. Питомец оказался с проблемами: то прикус исправляем, то ушки лечим (до этого его содержали неправильно, отсюда и проблемы со здоровьем), а кроличий чекап так и вообще пробивает брешь в бюджете, сопоставимую с тратами на все мои бытовые-процедуры за месяц-другой. В общем, когда в конце года я подсчитала траты на ушастого, то крепко призадумалась. Быть может, страховка поможет? Давайте разбираться.

## ЧЕМ РАЗЛИЧАЮТСЯ УСЛОВИЯ

Страхованием питомцев в России занимаются всего несколько компаний, это крупные банки и профессиональные страховщики, которые заключают договоры с онлайн-ветклиниками. Предлагают два вида услуг: онлайн-ветеринарию и офлайн-визиты в клинику, которые вы оплачиваете из своего кармана, а потом компания вам их возмещает. Или не возмещает, потому что есть множество нюансов. В среднем страховка стоит от 900 рублей за онлайн-ветеринарию и от 4000 рублей за возможность получить потом компенсацию офлайн-услуг. Режимы платежей могут быть разные: помесечные, раз в три месяца или раз в год, это зависит от условий контракта. Большинство компаний страхуют собак и кошек, Росгосстрах предлагает дополнительную страховку с выплатами компенсаций для шиншилл и хорьков. Онлайн-ветеринария дает больший простор, пожалуй, длиннее всего список возможных пациентов у Ресо-вет: грызуны, птицы, хорьки, еноты, минипиги, даже тритоны, саламандры и аксолотли.

Онлайн-страховка чаще всего начинает действовать сразу после оформления и активации, страховка, которая предусматривает выплаты, - только через 15 дней. Некоторые компании в расширенных версиях страховки предлагают дополнительные «плюшки» в виде оплаты такси до ветклиники и обратно (Росгосстрах и Альфа-Банк), компенсацию расходов по укусу клеща (его извлечение

в ветклинике, анализ и лечение, если вдруг питомец заболел, - Росгосстрах, Ренессанс, Альфа-Банк, Сбер-страхование), компенсацию ущерба имуществу или здоровью человека от действий питомца (Росгосстрах, Сбер-страхование, Альфа-Банк, Ренессанс) и даже выгул питомца во время болезни его владельца (Росгосстрах, Альфа-Банк). У многих есть возможность самим создать подходящий тариф, добавляя туда необходимые функции. Разумеется, общая сумма оплаты за год увеличивается.

## ЕСТЬ НЮАНСЫ

Теперь о подводных камнях. Во-первых, у страховщиков предусмотрены ограничения по возрасту. Страховку с выплатой компенсаций оформляют в основном на кошек-собак в возрасте с 2 - 3 месяцев до 7 - 8 лет. Младше или старше - возможен отказ.

Во-вторых, разброс по суммам выплат крайне велик: от 50 до 400 тысяч рублей в зависимости от компании и тарифа. Но и эта сумма максимальная, за весь период страховки. Разовый визит к врачу может быть ограничен частями в 10 - 30 тысяч рублей. Плюс большинство контор за каждое ваше обращение к офлайн-ветеринару удержит так называемую франшизу (часть убытков, которая не подлежит возмещению), ее размер может быть фиксированным (в среднем от 1000 рублей) или определяться процентом от страховой суммы, которую вам должны выплатить (а это может быть и 20%).

В-третьих, каждая компания составляет свой список нестраховых случаев, куда чаще всего попадают: вакцинация, кастрация/стерилизация, онкология, породные заболевания (причем тест на генетику вас заставят сделать за своей счет), лечение бесплодия, опасных болезней (в том числе бруцеллеза, панлейкопении кошачьих, токсоплазмоза), груминг и много чего еще. Позвольте, а что тогда попадает под страхо-

вой случай? Отравления, ушибы, переломы, аллергии, посторонние предметы в ЖКТ, порой - стоматология, пара дней стационара при тяжелых случаях. Как раз таки списки того, что попадает под страховую случай, обычно гораздо короче тех, «что не».

Ну и вишенка на торте: часто обещание «Мы компенсируем расходы на лечение в любой клинике России» означает, что сперва вам придется обратиться к онлайн-ветеринару, а потом уже, если он согласится, - в офлайн-клинику. Причем порой - из утвержденного страховщиком списка, а не в ту, где уже лечились вы.

- Требую трехразовое питание и тихий час, а не то устрою вам страховой случай!



Shutterstock

## ВОПРОС - РЕБРОМ

### А надо ли?

- Сама я страховку никогда не оформляла, но мои клиенты платили за подобную услугу что-то вроде 600 рублей в месяц. Фактически же повода воспользоваться ею у них так и не возникло, - рассказывает корреспондент «КП» **ветеринарный врач-фелинолог, зоопсихолог Ангелина Сиротина**. - У меня создалось впечатление, что страховку оформляют в основном молодым и здоровым животным, а тем, у кого возможны проблемы со здоровьем в силу возраста, могут отказать. Отзывы у тех, кто пользовался страховкой, разные. Есть позитивные: «Котик начал чихать, анализы выявили вирусную инфекцию (хотя прививка была). Обратилась в страховую, запросили

дополнительную выписку из клиники. За ней пришлось ехать, да. Но зато страховка покрыла все расходы на лечение - более 12 тысяч рублей». Есть и негативные: «Обращались с моим корги в больницу в связи с болезнью глаза. Страховая отказывается выплачивать деньги под предлогом того, что по нашему договору предусмотрено возмещение только за ветобслуживание при несчастном случае».

- Страхование животного - вопрос исключительно в компетенции владельца. Но нужно для себя заранее решить, какие именно риски вы хотите «закрыть» с его помощью, и подбирать программу исходя из этого. Не забудьте внимательно изучить порядок получения выплат, - советует **президент Рос-**

**сийской кинологической федерации Владимир Голубев**.

Ок, что предлагают страховые, более или менее понятно. А что по факту нужно владельцам животных - с какими проблемами они обращаются за помощью к врачам чаще всего?

- У нас есть специалисты по работе с экзотическими животными, но основной поток пациентов - это собаки и кошки, - говорит **главный ветврач Европейского ветеринарного центра EVC, гастроэнтеролог Татьяна Люлька**. - С болезнями обращаются чаще, чем с травмами: бывают жалобы на расстройство ЖКТ, кашель, одышку, хромоту, дерматологические проблемы (покраснения, облысения и др.), неврологические симптомы вроде наклона головы. И это животные разных возрастов. У котят и щенков чаще встречаются вирусные или паразитарные заболевания, у взрослых уже проявляются хронические заболевания.

Автор этой статьи со своим кроликом Тишей.



Александра БУДАЕВА/«КП» - Москва

## ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

Анна КУКАРЦЕВА

**К концу года в продаже могут появиться лекарства, продлевающие жизнь собакам.**

В США зарегистрировали препарат, который защитит собак крупных пород от ранней смер-

## Дайте таблеток от старости, да побольше

ти. В конце прошлого года он получил одобрение от Управления по санитарному надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов США (FDA).

Как правило, большие псы стареют быстрее маленьких. Средняя продолжительность их жизни - 8 - 10 лет (в то время как малыши могут протянуть

12 - 17 лет). Мощные крупные собаки становятся малоподвижными, тяжелыми, начинают болеть. Поэтому первой «собачей таблеткой от старости» стал препарат именно для собачьих тяжеловесов. Производители обещают, что лекарство LOY-001 реально может продлить им жизнь минимум на три года.

Также FDA одобрило второй препарат LOY-002, который служит продлению жизни собак небольших пород.

Остается завершить клинические испытания, и препарат может появиться на рынке уже к концу 2025 года. Предполагается, что стоимость его будет в пределах 100 долларов за курс.

## ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

Увы, мой кролик остался без страховки. Потому что те болячки, что мы лечим, относятся к хроническим. А при внезапных ЧП показывать его онлайн-специалисту и терять тем самым драгоценное время было бы странно.

Евгения РУДИНА

Эксперты рассказали, почему некоторые знаменитые девушки так похожи друг на друга.

Совсем недавно многодетная мама и топовый блогер Оксана Самойлова опубликовала в соцсетях видео с певицей Алсу и написала, что нашла сестру, намекая на внешнее сходство. И оно очевидно. Точно так же очевидно, что похожи как сестры Алсу и модель Анастасия Решетова. А если долго смотреть на Оксану Самойлову и Оксану Григорьеву, может показаться, что у них не только одинаковые имена, но и лица.

Много общего во внешности у Марии Мельниковой, жены рэпера Мота, и Валерии Ивлевой, супруги телешеф-повара Константина Ивлева. В чем же дело? Это типаж такой или современные стандарты красоты? Ведь многие из наших героинь не скрывают, что обращались к услугам не только косметологов, но и пластических хирургов. Вместе с экспертами мы попытались разобраться, какие манипуляции превратили звездных красавиц в клонов.

# Шоу-бизнес: атака клонов



**Оксана Самойлова (36 лет)**

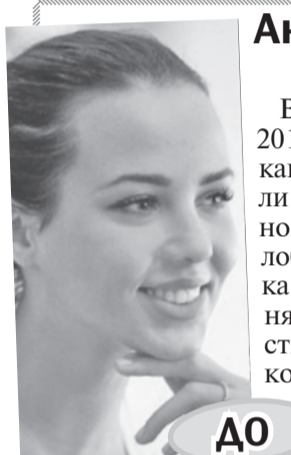
У Оксаны сделана качественная контурная пластика, которая с помощью инъекций (не скальпеля!) позволяет придать недостающий объем различным зонам лица, а также скорректировать его овал, устранить возрастные изменения. В случае Самойловой поработали со скулами, подбородком и губами.

Если говорить о пластике (уже со скальпелем), то заметно, что брови поднялись (эндоскопический лифтинг), а нос стал аккуратным и немного вздернутым (ринопластика). Кроме того, со временем она похудела, из-за чего лицо стало точеным. Поэтому трудно сказать, было удаление комков Биша или нет.



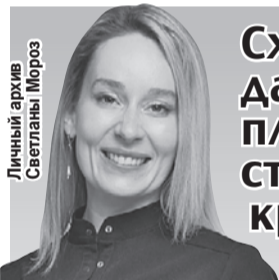
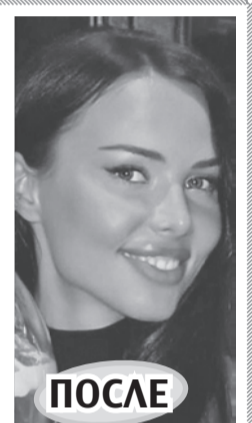
**Мария Мельникова (34 года)**

Можно предположить, что у Марии была ринопластика - видны изменения носа. Также имел место эндоскопический лифтинг, что заметно по бровям. Насчет комков Биша спорно, так как, возможно, она просто похудела. Плюс контурная пластика.



**Анастасия Решетова (29 лет)**

Вероятно, «вице-мисс Россия 2014» делала ринопластику, так как кончик носа и его спинка стали уже, а крылья меньше. Возможно, был у нее и эндоскопический лобно-височный лифтинг - головка брови стоит выше, а хвост поднят. Судя по углам нижней челюсти, предположительно сделана контурная пластика, подколоты лоб и подбородок.



## Схожие данные плюс стандарты красоты

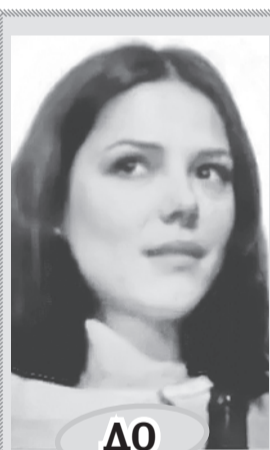
Пластический хирург и косметолог

Светлана Мороз отмечает, что в настоящее время индустрия красоты шагнула далеко в будущее - и в косметологии, и в пластической хирургии. Сейчас даже в 50 лет современные женщины выглядят гораздо моложе, чем их сверстницы еще 20 лет назад. И никто не собирается стареть. При этом существует мнение, что после пластики все становятся похожими друг на друга. Так ли это?

«Посмотрев на фотографии таких знаменитостей, как Алсу, Анастасия Решетова, Мария Мельникова, Оксана Самойлова, Оксана Григорьева, Валерия Ивлева, действительно, можно заметить некоторое сходство, которого было значительно меньше на ранних фотографиях этих персон. Открытый взгляд, брови в правильном положении, аккуратный маленький вздернутый носик, высокие скулы и четкий овал лица - все это современные тренды женской красоты. С некоторыми из девушек, вероятно, поработал пластический хирург: эндоскопический лобно-височный лифтинг, ринопластика, возможно, удаление комков Биша (жировые образования между щечной мышцей и поверхностными мышцами лица. - Ред.). Также здесь поработал косметолог: контурная пластика лица, подбородок и губы. Налицо работа с качеством кожи», - рассказала Светлана Мороз.

При этом косметолог отмечает, что у всех девушек изначально схожие антропометрические данные - форма черепа, хорошо развитая нижняя челюсть, что также усиливает их сходство. Безусловно, шоу-бизнес диктует свои стандарты красоты: нужно следить за весом, качеством кожи и, конечно же, своим здоровьем. Однако, добавляет эксперт, не стоит забывать о своей индивидуальности, когда речь заходит о пластике.

Светлана изучила фотографии звездных красавиц до и после и рассказала про манипуляции, которые, скорее всего, были совершены.



**Оксана Григорьева (55 лет)**

Бывшая подруга Мела Гибсона, пианистка Оксана Григорьева давно живет в Америке и значительно раньше, чем другие наши героини, познакомилась с разными процедурами красоты. В списке манипуляций - контурная пластика, височный лифтинг (см. на хвост брови до/после на фото), ринопластика - нос был курносый, а стал ровный.

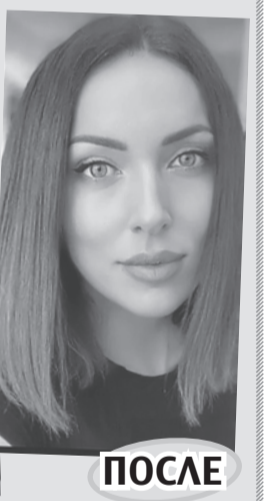


На сайте: жена Евгения Петросяна в купальнике сразила наповал



**Алсу (41 год)**

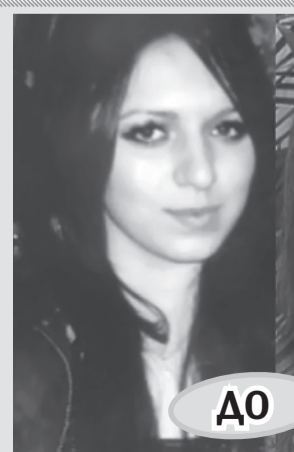
Алсу регулярно посещает косметолога и очень хорошо выглядит. Но никакой ботулотоксин не поднимет так бровь. Скорее всего, имел место лобно-височный лифтинг. Для этого стоит просто оценить фото певицы в юности и сейчас. В целом больше никаких корректировок не видно.



## Стандарт на улыбку

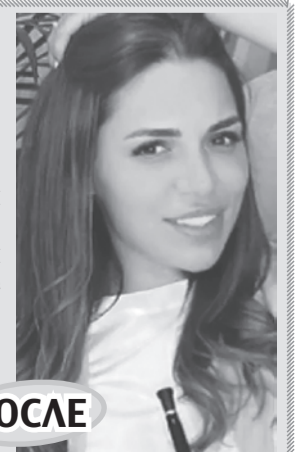
Еще один параметр, который объединяет наших героинь, - это белоснежные и идеально ровные зубы. «Действительно, мода диктует свои правила - в том числе и в плане улыбки. Если присмотреться к лицам на фото, то мы заметим, что все звезды следуют одному и тому же тренду: очень белые, очень ровные и крупные зубы.

Яркая, заметная, белоснежная улыбка. У кого-то я вижу установленные в зоне улыбки виниры - Оксана Самойлова, Анастасия Решетова. А кто-то поработал с природным материалом - Алсу, Мария Мельникова. Но результат практически одинаковый», - рассказал Максим Обушков, стоматолог, основатель бренда Revyline.



**Валерия Ивлева (32 года)**

Валерия не стесняется своих пластических операций и в соцсетях регулярно публиковала фотографии до/после. У нее была ринопластика. Делала она и липосакцию, чтобы похудеть и убрать излишки. Также Ивлева посещает косметолога: контурная пластика, ботокс, биоревитализация и нити. Валерия ухаживает за качеством кожи, что хорошо заметно.



# Как проверить уровень кислотности грунта в огороде?

Светлана БОРИСОВА

Об этом рассказал агроном Иван Григорьев.

Довольно часто от огородников можно услышать, что та или иная культура не растет в огороде. И удобряют, и сорта меняют, и лунным календарем пользуются, а толку нет.

В большинстве случаев это объясняется неблагоприятным уровнем кислотности почвы. Большинство растений, которые встречаются на грядках в наших огородах, предпочитают слабокислую или близкую к нейтральной среде, тогда как почти все почвы в нашем регионе кислые или даже сильнокислые. От том, как проверить уровень кислотности вашего грунта в огороде, рассказывает агроном филиала Россельхозцентра по Тюменской области Иван Григорьев.

Уровень pH можно определить несколькими способами. Самый надежный из них - обратиться в агрохимическую лабораторию. Там специалисты проведут исследования и дадут вам абсолютно точный результат. К сожалению, не всегда и не всем удобен такой путь. Кроме того, за анализ нужно будет заплатить.

Второй способ - приобрести специальный прибор по экспресс-определению кислотности - pH-метр. Такой гад-



Проще всего обратиться в лабораторию, чтобы определить степень кислотности почвы.

жет позволит вам выяснить величину интересующего вас показателя, правда, с относительной погрешностью.

Третий способ - приобрести лакмусовую бумагу на маркетплейсах. Сам я пользуюсь именно этим методом. Нужно взять небольшой комочек почвы с вашего огорода, с глубины 5 - 10 сантиметров, и опустить его в стаканчик с дистиллированной или дождевой (талой) водой. Через 10 - 15 минут отфильтровать полученную вытяжку и погрузить в нее полоску лакмусовой бумаги. Тест-полоска поменяет свою окраску, которую нужно сравнить с эталонной шкалой. Этой шкалой, как правило, комплектуется лакмусовая бумага. Если нет, то ее можно найти в интернете.

Большинство растений комфортно себя чувствуют при уровне pH, равном

5,5 - 6,5. Если исследование показало, что кислотность ниже 5,5, то необходимо провести известкование почвы. Для этого внесите на 1 квадратный метр 0,3 кг пушонки - гашеной извести, которая продается в специализированных магазинах. Желательно этот прием применять осенью под перекопку, но можно и весной. Главное - помнить, что известкование должно быть проведено не менее чем за две-три недели до посадки. Кроме того, можно раскислять почву просеянной древесной золой из расчета 0,3 - 0,5 кг на метр квадратный.

При неблагоприятном уровне pH растения не могут нормально расти и развиваться, потреблять элементы питания, противостоять возбудителям заболеваний. Поэтому контроль кислотности почвы очень важен для каждого, кто желает получить отменный урожай.

## ■ БУДЬ ЗДОРОВ!

### Питаемся в пост правильно

Виктория ТЕРИНА

Важно следить за уровнем белка в организме.

Пост предполагает существенные изменения в рационе: из меню исключаются мясные и молочные продукты, яйца, а иногда и рыба с растительным маслом.

Основу питания в пост составляют злаки, овощи, фрукты, орехи, бобовые, грибы, морская капуста. По словам **доктора медицинских наук, заведующей терапевтическим отделением № 2, гастроэнтеролога и геронтолога лечебно-реабилитационного центра Минздрава России Екатерины Хаммад**, время приема пищи в пост не ограничено, есть можно в любое удобное время. При этом общий баланс белков, жиров и углеводов остается примерно таким же, как в обычное время, что помогает избежать стресса для организма.

Пост полезен для здоровья тем, что в этот период происходит разгрузка пищеварительной системы, снижение уровня холестерина, похудение, уменьшение нагрузки на печень и поджелудочную железу, а также детоксикация организма и активизация процессов очищения клеток.

Важно следить за уровнем белка в организме и контролировать потребление железа и витамина B12. Также не надо забывать про кальций и уровень глюкозы.

Важно внимательно следить за своим самочувствием и при необходимости корректировать рацион.

## ■ ЛЮДИ ДЕЛА

На нефтедобывающем предприятии «РН-Уватнефтегаз» подвели итоги XVII Региональной научно-технической конференции молодых специалистов.

Ежегодно научно-технические конференции компании «Роснефть» проходят в три этапа: сначала определяются лучшие разработки молодежи внутри предприятия, затем проходят кустовые соревнования в регионах, наконец, в третьем туре в Москве встречаются авторы наиболее перспективных докладов со всех дочерних предприятий нефтяной компании, иными словами, со всей страны. Конечно, наиболее престижна победа именно в финале. Но путь к этой победе начинается с участия в первом туре.

12 марта XVII Региональная научно-техническая конференция молодых специалистов завершилась в «РН-Уватнефтегазе». Ее участниками стали 44 новатора.

Открывая конференцию, **генеральный директор «РН-Уватнефтегаза» Виталий Чепкасов** отметил, что участие в конференции становится важным шагом в развитии карьеры для молодежи, которая только-только начала работать в нефтедобывающей отрасли.

### РАБОТА НА ПЕРСПЕКТИВУ

Степень готовности молодых специалистов к решению актуальных производственных задач

## Идеи молодежи для будущего нефтедобычи



Победители XVII Региональной научно-технической конференции молодых специалистов «РН-Уватнефтегаз».

продемонстрировали представленные на конференции проекты. Молодежь предприятия выступала в 11 секциях, охватывая множество направлений деятельности - геология и разработка месторождений, бурение скважин и подготовка нефти и газа, энергоэффективность, информационные технологии, экономика, труд и экология.

При оценке работ учитывались такие критерии, как актуальность и новизна темы, практическая значимость, экономическая эффективность, а также умение автора презентовать свой проект.

Выбор тем свидетельствовал о том, что их авторы хорошо пони-

мают, какие задачи сегодня стоят перед отраслью. Даже в рамках одной секции «Информационные технологии и автоматизация производства» спектр направлений, по которым вносят предложения молодые специалисты, был очень широк.

По словам председателя жюри секции **начальника управления метрологии, автоматизации, связи, информационных технологий «РН-Уватнефтегаза» Олега Загайнова**, все представленные в секции доклады ориентированы на современные технологии - это искусственный интеллект, предиктивная аналитика и прочее.

- Каждый участник нашей секции стремился не только поделиться своими идеями, но и узнать, какими перспективными разработками заняты его коллеги. Это важно, - отметил Олег Загайнов.

### МОЛОДЕЖЬ ЦЕНИТ ОТКРЫТОСТЬ

**Главный специалист отдела по закупке производственных услуг «РН-Уватнефтегаза» Анна Булах** участвует в конференции уже второй раз. В этом году она выбрала секцию «Проектирование и обустройство месторождений» и заняла в ней первое место. Она представила проект по сокращению затрат за счет приме-

нения нового типа прожекторных мачт. Эти мачты достаточно популярны в рамках крупноплощадочных проектов городского типа, но на нефтяных месторождениях Уватского проекта ранее не использовались.

- Подготовила презентационный материал, провела сравнительный анализ и экономический расчет. Свой ценный опыт мне передавали два научных руководителя, один из которых курирует меня по направлению технической части, а другой отвечает больше за организационные моменты, - рассказала Анна.

Победа в первом, региональном туре конференции - это оценка в первую очередь потенциала поданной идеи, возможности ее применения на всех предприятиях компании «Роснефть». Авторам разработок предстоит углубить проекты, учитывая полученные отзывы членов жюри.

Законченный вид предложения молодежи приобретут ко второму, кустовому туру конференции, а значит, впереди у победителей еще немало работы. Впрочем, они не будут одиноки: на помощь молодым специалистам придут опытные коллеги. Так в союзе смелости и опыта рождаются действительно передовые идеи, которые уже в скором времени найдут свое применение в нефтегазовой отрасли России.

**Алёна ГАЛИТОВСКАЯ.**

**БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»**

**Галина КУЛИКОВА, Самара:**

- Специалист в бьюти-сфере. Любимая и любящая мама сына, выпускника кадетского корпуса. Мое хобби: путешествия, моделинг, социальные танцы. Мой девиз по жизни: «Влюбись в себя, в жизнь и только потом в кого-нибудь еще!».



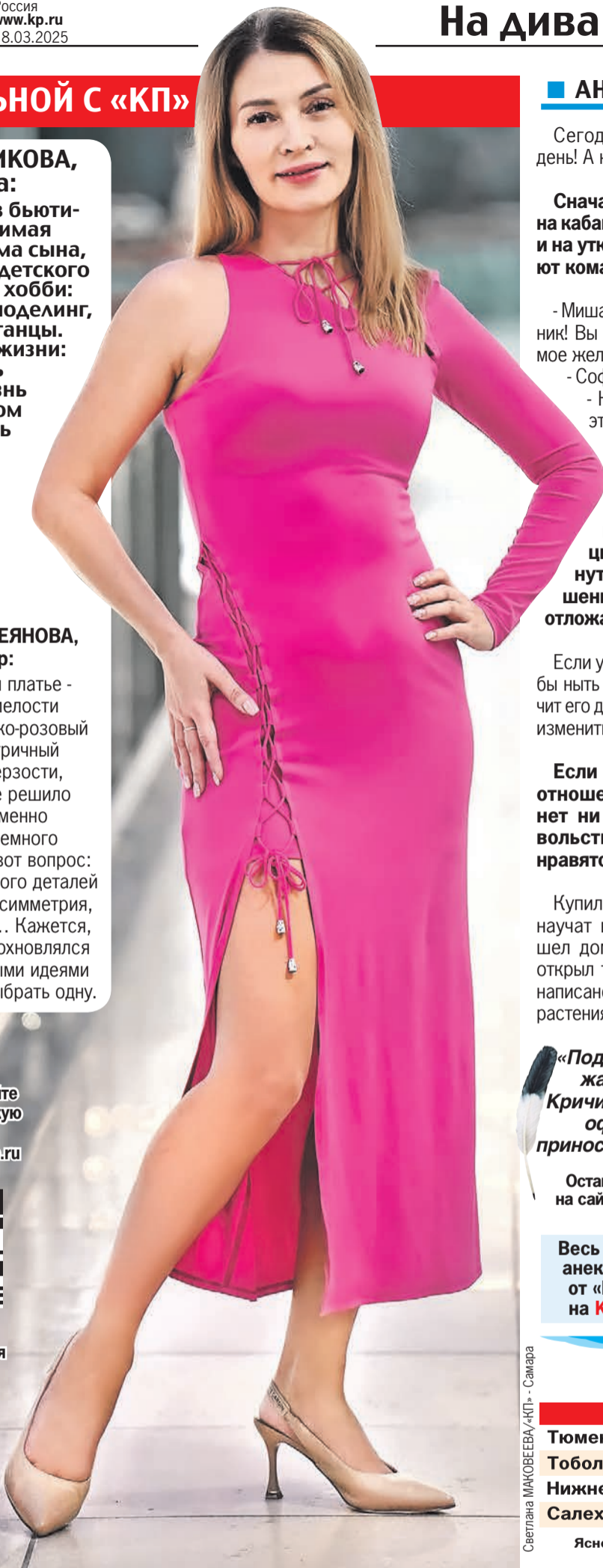
**Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:**

- Галина в этом платье - воплощение смелости и уверенности. Ярко-розовый цвет и асимметричный рукав - нотки дерзости, как будто платье решило быть одновременно элегантным и немного безбашенным. Но вот вопрос: а не слишком ли много деталей на одном платье? Асимметрия, шнуровка, разрез... Кажется, будто дизайнер вдохновлялся сразу тремя модными идеями и просто не смог выбрать одну.

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



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



Светлана МАКОВЕЕВА/«КП» - Самара

**АНЕКДОТЫ**

Сегодня замечательный день! А нет, показалось... \* \* \*

Сначала охотники идут на кабана, затем согласны и на утку, а в итоге убивают комаров.

\* \* \*  
- Миша, вы просто волшебник! Вы угадываете каждое мое желание!

- Софочка, еще румочку?  
- Нет, ну как?! Как вы это делаете?

\* \* \*  
На 8 Марта лучше дарить конфеты, а не цветы. Потому что цветы быстро увянут и будут выброшены, а вот конфеты отложатся надолго.

\* \* \*  
Если у нас есть время, чтобы ныть и жаловаться, - значит его достаточно, чтобы все изменить.

\* \* \*  
Если вы держитесь за отношения, от которых нет ни пользы, ни удовольствия, значит, вам нравятся проблемы.

\* \* \*  
Купил книжку «Этому не научат в автошколе», пришел домой, лег на диван, открыл титульный лист, там написано «Все о комнатных растениях»...

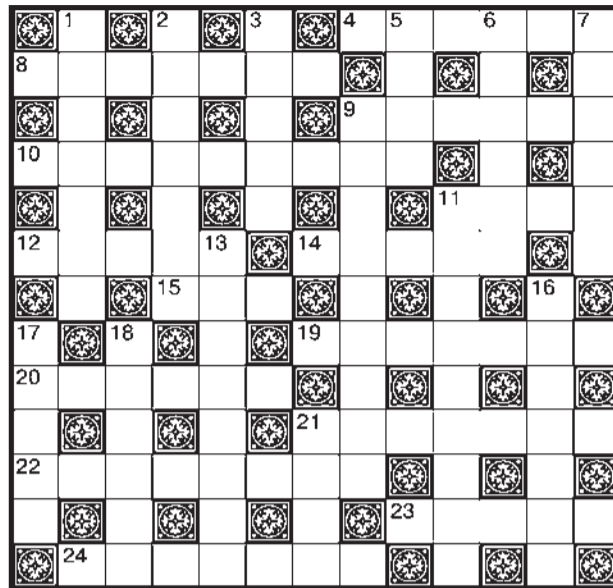
\* \* \*  
«Подайте жалобную книгу!» - Кричит Аркадий, и ему официант в слезах приносит «Муму».

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

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



**КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА**



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 4. Управленцы танком. 8. Зрители кукольного спектакля. 9. Где пастор служит? 10. «Мастер преувеличения». 11. Проблема с позвоночником. 12. Инструмент аквариумиста. 14. Кого внедряют в ряды заговорщиков? 15. Учитель музыки Николая II. 19. Куда ходит на работу крокодил Гена - лучший друг Чебурашки? 20. Богиня мудрости у древних греков. 21. «Вступительные экзамены» конкурса. 22. Моллюск, у которого вместо панциря «чертов палец». 23. Что заставляет сиять дамские уста? 24. Кто стал прототипом Человековой из романа «Таинственная страсть»?

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. У кого к клюву садок приделан? 2. Кому посвящена колыбельная песенка из телефильма «Долгая дорога в дюнах»? 3. Кого из городских обитателей звук работающего вентилятора приводит в бешенство? 5. Кто спокойно спать не дает? 6. Гнездо для лампочки в люстре. 7. Возмущение клиента. 9. Скандальное досье. 11. Больница «на военном положении». 13. Кагор из Азербайджана. 16. Коричневый сыр норвежского производства. 17. Кого немецкий натуралист Резель фон Розенхоф назвал «маленьким Протеєм»? 18. В кого влюбляется персидский кот из мультфильма «Лесная братва»? 21. Столица из пушкинского «Гусара».

**ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 4. Брюнст. 17. Амеба. 18. Стелла. 21. Киев. 9. Компромат. 11. Госпиталь. 13. «Кордамир». 16. Свеченок. 3. Крыса. 5. Клоп. 6. Патрон. 7. Жалоба. Блеск. 24. Лаврова. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Пеликан. 2. парк. 20. Метид. 21. Кастинг. 22. Беленит. 23. 11. Горб. 12. Сачок. 14. Шпион. 15. Кюи. 19. Зор. Экипаж. 8. Девора. 9. Костел. 10. Микроскоп.

**Прогноз погоды на 19 марта**

	днем	ночью	
Тюмень	-1...+1	0...-2	Давление - 748 мм рт. ст. (норма для марта - 756) Относительная влажность воздуха - 85% Ветер северный, 3 - 5 м/с Солнце: восход - 6.42, закат - 18.48 Луна растёт
Тобольск	-1...+1	-1...-3	
Нижневартовск	-2...-4	-4...-6	
Салехард	-7...-9	-8...-10	
Ясно	☀️	☁️	
Дождь	☁️	☁️	
Облачно	☁️	☁️	
Гроза	☁️	☁️	
Пасмурно	☁️	☁️	
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.  
 ■ 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.  
 Ценные 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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.  
 Индекс 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: 169 830 экз.  
 Цена договорная



Директор - Д. С. КОШЕЛЕВ.  
 Главный редактор газеты «Комсомольская правда. Тюмень» - А. А. КОСЕНЧУК.  
 www.tumen.kp.ru, www.yamal.kp.ru, www.ugra.kp.ru.  
 Учредитель, редакция и издатель газеты - общество с ограниченной ответственностью «Комсомольская правда - Тюмень»  
 Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Тюменской области, Ханты-Мансийскому автономному округу - Югре и Ямало-Ненецкому автономному округу, свидетельство ПИ № ТУ72-01305 от 03.12.2015.

**ГАЗЕТА «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА. ТЮМЕНЬ»**  
 Адрес учредителя и издателя: 625003, Тюмень, ул. Гранитная, 4, офис 11а.  
 Адрес редакции: 625003, Тюмень, ул. Гранитная, 4.  
 ТЕЛЕФОНЫ: редакция - (3452) 699-612; отдел рекламы - (3452) 699-694.  
 Email: kp.advert@gmail.com  
 Распространение - (3452) 699-695.

Газета отпечатана в АО «Тюменский дом печати». Адрес: 625002, г. Тюмень, ул. Осипенко, 81.  
 Время подписания тюменского выпуска по графику - 19.30, фактически - 19.00. Индексы: 84750, 84756  
 Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты.  
 Дата выхода: 18.03.2025 Заказ № 303. Цена свободная  
 Тираж регионального выпуска - 3700 экземпляров.

