

«Единственная возможность не превратиться в животное – творчество»

Читайте на стр. 6 ▶



РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

Предварительные Дрызги

Какую игру ведет Киев перед второй встречей в Стамбуле - radiokp.ru 18:00 и стр. 2



100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Пятница, 30 мая
№ 39 (27687)/2025 год

Газета нашего города ★

KP.RU 3 680 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Что делать, если больше не можешь платить по кредитам



Россияне должны банкам 38,6 триллиона рублей

Читайте на стр. 4-5 ▶



Великолепный ЗЭК

Алена ПАЛАЖЧЕНКО,
Инна ФЕДОТОВА

Звезде турецких сериалов Халиту Эргенчу светит тюремный срок.

У мегапопулярного в России турецкого актера **Халита Эргенча**, исполнителя роли султана Сулеймана в сериале «Великолепный век», неприятности: суд приговорил его к одному году и 10,5 месяца тюрьмы. Причем по весьма давнему делу. 55-летнего артиста признали виновным в даче ложных показаний по поводу протестов в Стамбуле против политики Эрдогана.

Продолжение на стр. 14 ▶

Международный аэропорт Домодедово

Владимир МЕРКУШЕВ

Почти половина россиян летом никуда не поедут, а за границу отправятся лишь 6%.

«Ялта. Август. И мы с тобою влюблены!» - идеальный сценарий на лето. И 8% наших читателей планируют провести отпуск именно так.

Мы спросили в соцсетях «КП»: где вы собираетесь отдохнуть грядущим летом?

Как выяснилось, в Крым собираются 8% опрошенных - всего на 1% меньше, чем на Черноморское побережье Кавказа. За границу отправятся только 6%. А 44% вообще никуда не поедут - проведут отпуск дома или будут все лето работать.

По оценке вице-президента Российского союза туриндустрии **Юрия Барзыкина**, турпоток по России в этом году вырастет на 10 - 11%. Причем внутренний туризм уже превзошел доковидные показатели. Вы-

ездные направления тоже растут, но пока не достигли уровня 2021 года.

40% поездок - это пляжный отдых, примерно 30% - культурно-познавательный, когда едут посетить музеи, посмотреть памятники архитектуры - по городам Золотого кольца и т. п. И примерно 30% уже составляет доля экотуризма, агротуризма, гастротуризма, хотя многим удастся совмещать.

«Вопрос дня» на эту тему - на стр. 3 ▶

Новый роман Александра Лапина

«ДВЕ ЖИЗНИ»
УЖЕ В ПРОДАЖЕ



Спрашивайте в киосках печати и в магазине «Пресса» по адресу: пр. Ленина, 116, или заказывайте по тел. (4872) 501-292

(4872) **708-000**
www.pkwater.ru

ЧИСТАЯ ПИТЬЕВАЯ ВОДА

- Бесплатная доставка
- Оплата на сайте
- Ежедневно на дом и в офис

19,3 и 5 л
гибкие цены



ООО «Вотерхаус». Реклама.

Тула, проезд Некрасова, 12



Алексей НИКОЛЬСКИЙ/РИА Новости

■ ИЗ КРЕМЛЯ С ЗАБОТОЙ

Владимир Путин в среду провел заседание Совета по физической культуре и спорту. В нем приняли участие министр спорта **Михаил Дегтярев** (на фото - слева) и вице-премьер **Дмитрий Чернышенко**. Обсуждали, как помочь людям с ограниченными возможностями. В России таких 11 миллионов. И только два миллиона пользуются важной возможностью.

- Спорт всегда был и остается важным ресурсом физической, психологической, социальной поддержки человека. Этот ресурс должен работать на благо тех, кто нуждается в особой заботе, - заметил Путин.

В России уже много сделано для защиты инвалидов - в больницах, школах и госучреждениях. Но из 370 тысяч спортивных объектов в стране меньше 10 процентов имеют специальное оснащение. Поэтому Путин дал несколько поручений:

- 1 Разработать стратегию развития адаптивного спорта. Полностью оснастить спортплощадки к 2030 году.
- 2 Обеспечить качественное протезирование и помочь производителям протезов.
- 3 Увеличить число соревнований, проводимых для людей с ограниченными возможностями.
- 4 На «Госуслугах» и в СМИ рассказать, где люди с ограниченными возможностями могут заняться спортом в своем городе. Для тех, кто не может выйти из дома, создать видеуроки.

Какую игру ведет Киев перед второй встречей в Стамбуле и как он готовит Трампа к большому шоу.

Андрей ЗОБОВ

Российско-украинские переговоры все больше похожи на боевые действия. На поле перед каждым наступлением - разведка, артподготовка, удары дронами... В дипломатии - перед каждым раундом льется ложь и сыплются обвинения.

Шоу перед вторым раундом начал **Зеленский** - у него есть подробный план, как заставить **Трампа** вернуться к санкциям и поставкам оружия.

НЕПРИКРЫТАЯ ЛОЖЬ

- Мы ждали, что они (Россия. - **Ред.**) предложат повестку, скажут, что им нужно, - заявил **Зеленский** в среду. - Сначала прекращение огня, потом - повестка для встречи лидеров. Мы ждали этого до обмена 1000 на 1000. Потом они сказали: повестка или меморандум будут сразу после обмена. Пришлось министру обороны **Умерову** (главе украинской делегации. - **Ред.**) звонить российскому господину **Мединскому**.

Слова **Зеленского**, как пожар, понеслись по мировым СМИ: мол, «Россия не хочет мира», «переговоры затягиваются». Но всплыла правда.

- Прочитал новость, что якобы мне звонил **Рустем Умеров** по поводу меморандума, который мы, дескать, до сих пор не подготовили. Мол, что-то русские не торопятся. Прокомментирую. Всё было почти так. Только наоборот, - ответил на это глава переговорной группы России **Владимир Мединский**.

ГДЕ БУДЕТ ВТОРОЙ РАУНД

Оказалось, **Умеров** никому не звонил. А ровно на-

■ ПЕРЕГОВОРЫ РОССИИ И УКРАИНЫ

Предварительные дрызги

оборот - звонок поступил от главы российской делегации, причем с предметным предложением - продолжить переговоры.

- **Умерову** позвонил сегодня я. Предложил точную дату и место встречи для обмена меморандумами. Там же, сразу, мы готовы начать обсуждение каждого из пунктов соглашения по будущему прекращению огня. Украинская сторона пошла совещаться. Видимо, совещание затянулось. Ждем как можно быстрее от них подтверждения и готовы в обозначенную дату встретиться и начать работать, - заявил **Мединский**.

Глава МИДа **Сергей Лавров** добавил: Россия предложила встретиться 2 июня в Стамбуле. Правда, ответа на это предложение пока ни от кого так и не последовало.

ЧТО ЗАДУМАЛ ЗЕЛЕНСКИЙ

Чтобы это понять, нужно вспомнить вечер вторника, 27 мая. Спецпредставитель **Трампа Кит Келлог** в прямом эфире заявил, что «Украина уже передала США свой проект меморандума», а Россия почему-то не торопится. Удивленный **МИД РФ** устами **Марии Захаровой** ответил.

- Нам неизвестно, что и кому передала украинская сторона. Наша делегация исходит из договоренности, достигнутой в ходе прямых российско-украинских переговоров. Мы условились, что каждая сторона подготовит свое видение урегулирования и прекращения огня, после чего они обменяются соответствующими документами и обсудят их на следующем раунде. Догово-

ренностей о посредничестве США или других стран у нас не было, - заявила она.

Другими словами: Россия не собиралась никому передавать свой меморандум до начала второго раунда переговоров. Сядут за стол - мы выложим карты.

Киев это смутило, но планов не расстроило. Наша правда их не интересует, равно как и мирное урегулирование. Этот спектакль для единственного зрителя - президента США **Дональда Трампа**.

А ЧТО ТРАМП?

Киев планировал перетянуть его на свою сторону еще после первой встречи в Стамбуле. Блестящие дипломатические навыки **Путина** спутали карты во время телефонного разговора.

Но «партия войны» не сдается: в среду вечером, после заигрываний **Зеленского**, **Трамп** вышел к журналистам и снова оказался перед необходимостью отвечать на провокационный вопрос. «Вы все еще верите, что **Путин** действительно хочет положить конец войне?» - спросила первая же журналистка.

- В течение двух недель мы всё узнаем, - ответил тот. - Мы пойдем, водит ли он нас за нос или нет. И если это так, мыотреагируем иначе. Кажется, они хотят что-то сделать, но пока документ не подписан - я не могу ничего утверждать. Но вот что я могу сказать: я очень разочарован тем, что произошло пару ночей назад (речь об ударах России по военно-промышленной

инфраструктуре Украины. - **Ред.**), посреди того, что вы бы назвали переговорами.

ЧЕМ ОТВЕТИТ РОССИЯ?

Москва тоже не стоит на месте. Мы ведем дипломатическую игру за закрытыми дверями. Даже **Трамп** признал: сейчас между Кремлем и Белым домом продолжаются переговоры. И действия президента США подтверждают - наши дипломаты не зря едят свой хлеб.

Поэтому официальные спикеры Кремля на раздражение **Трампа** реагируют достаточно спокойно. **Дмитрий Песков**, например, назвал критику от **Трампа** «эмоциональной перегрузкой», а помощник президента **Ушаков** добавил, что **Трампа** «недостаточно информируют» о реальной ситуации.

Очередной ход в большой шахматной партии будет сделан 2 июня.

ДЬЯВОЛЬСКИЙ ПЛАН

Все шаги Зеленского разыгрываются по простым нотам и с одной целью - сорвать мирные переговоры и перетянуть Вашингтон на свою сторону. Вот его сценарий:

Первый ход
Сделка по редкоземельным металлам, чтобы заинтересовать США финансово (**Зеленский** чуть не проиграл эту партию прямо на первом ходу, закатив скандал в Овальном кабинете, - выручили лишь европейские союзники).

Второй ход
Украина поддерживает предложение **Трампа** немедленно заключить 30-дневное перемирие (во первых, ВСУ хоть немного вздохнут от нашего успешного наступления, во-вторых, Киев уже договорился с Великобританией и Францией о вводе натовских «миротворцев» - на самом деле обычный военный контингент). Все понимали, что Москва откажется, и решили сделать этот отказ главным аргументом для **Трампа**: «Русские не хотят мира».

Третий ход
Теперь нужно подтвердить свою «готовность к переговорам». Именно поэтому украинцы не стали срывать дипломатический процесс на первой встрече в Стамбуле.

Четвертый ход
Спровоцировать Россию на удар по Украине. За

неделю больше двух тысяч украинских беспилотников были посланы в атаку. Запад эти удары не освещает, а вот наш ответ - во всей красе.

Пятый ход

Украина передает США тот самый меморандум. Вероятно, в нем даже есть уступки - чтобы еще раз показать Белому дому: «мы на все готовы». Рядом с ними, конечно, будут совершенно неприемлемые для России условия, например, то самое перемирие. Чтобы Москва ни в коем случае не приняла предложение. После отказа сыплются очередные обвинения: мол, мы затягиваем переговоры (да, это полнейшая ложь, но снова американские СМИ вряд ли будут цитировать **Мединского**, а вот **Зеленского** - пожалуйста).

Шестой ход

Заявить, что предложенные Россией условия мира неприемлемы. Здесь есть варианты: могут сорвать вторую встречу или еще поиграть в дипломатию, продолжая громко обвинять Москву. Все будет зависеть от реакции того самого главного зрителя. И его готовности ввести первые санкции.

Этот план составлялся, конечно, не в Киеве. Элиты демократической партии США, европейские политики мечтают продолжать войну, инструктируют **Зеленского** и подстраховывают в случае особо громких провалов (как было в Белом доме).

Новые законы июня:

Заблокируют просроченные лекарства и подозрительные переводы

Самые важные изменения, которые ждут нас в первый месяц лета.

БОЙСЯ ИНОСТРАННЫХ МЕССЕНДЖЕРОВ

Если после 1 июня вам по ватсапу придет сообщение от какой-нибудь государственной конторы или банка - это точно мошенники. Потому что с лета начинает действовать новый закон, направленный на борьбу с телефонными и интернет-аферистами. И вводятся ограничения на официальное общение с гражданами и клиентами через иностранные системы обмена электронными сообщениями. Они, в частности, касаются:

- ✓ чиновников и любых представителей власти всех уровней, включая полицию, следственные органы и прочие официальные структуры;
- ✓ банков и прочих финансовых организаций (в том числе ЦБ);
- ✓ госкомпаний;
- ✓ операторов связи;
- ✓ сайтов-агрегаторов с инфор-

мацией о товарах и услугах (например, интернет-магазинов или сервисов по поиску авиабилетов);

- ✓ рекламно-информационных сайтов с аудиторией более 500 тысяч человек в сутки;
- ✓ сайтов и информационных систем с российской аудиторией более 100 тысяч человек в сутки.

Иностранные мессенджеры во всех этих случаях разрешено использовать только для рассылки общедоступной информации, продублированной в интернете. Но никак не для предложений, которые касаются конкретного человека и требуют от него неких действий с получением секретного кода. Звонить через те же мессенджеры «по делу» тоже нельзя.

Главные примеры мессенджеров, которые считаются иностранными: ватсап и Телеграм.

ОТКУДА ДЕНЬЖАТА?

С 1 июня также начинают действовать поправки к закону о противодействии легализации доходов, полученных преступным путем.

Теперь банки должны по запросу Росфинмониторинга буквально в режиме реального времени (а иначе - миллионный штраф) блокировать на срок до 10 дней подозрительные денежные переводы. Блокировку может вызвать подозрение в дроппинге (это когда чьи-то банковские счета или карты «арендуются» для отмыкания украденных мошенниками денег) или другие противоправные действия - финансирование терроризма и т. д.

За 10 дней банк обязан провести проверку. И если клиент окажется способен дать нужные объяснения и подтвердить документами цель платежа, перевод таки проведут. А если нет - откажут.

СНЯТЬ САМОЗАПРЕТ БУДЕТ СЛОЖНЕЕ

Чтобы снять самозапрет на кредит через портал госуслуг, с 1 июня потребуются усиленная квалифицированная электронная подпись (УКЭП). До этого было проще: хватало обычного подтвержденного аккаунта на «Госуслугах».

Получить УКЭП можно через связанное с «Госуслугами» приложение «Госключ». Но потребуются еще или подтвержденная биометрия, или

действующий загранпаспорт нового образца. Либо надо посетить с паспортом МФЦ или банк (но годятся не все: нужен список с адресами надо опять же смотреть на «Госуслугах»).

Так что пока получается, что установить себе самозапрет на кредиты намного проще, чем его снять. Для установки достаточно просто подтвержденного аккаунта на «Госуслугах».

АПТЕЧНЫЙ КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА

С 1 июня же нас ждет новшество в аптеках: продажа просроченных или контрафактных препаратов будет автоматически блокироваться на кассе. Такая же система уже действует, например, с молочными продуктами в магазинах. При покупке кассир считывает маркировку (без этого нельзя выдать чек), данные автоматически сверяются со специальной информационной системой. И если обнаруживается несоответствие - например, истек срок годности или по каким-то причинам распространение определенной партии лекарств приостановлено, - продажа блокируется.

А ЧТО ЕЩЕ

Иностранцев оцифруют

С 30 июня иностранцам, которым для поездки в Россию не нужна виза, для пересечения нашей границы понадобятся QR-код и цифровая регистрация. Это касается в том числе граждан большей части стран ближнего зарубежья: Азербайджана, Армении, Грузии, Казахстана, Киргизии, Таджикистана, Узбекистана и т. д.

Чтобы получить QR-код, иностранец должен не позднее 72 часов (то есть минимум за трое суток) до прибытия в Россию зарегистрироваться через мобильное приложение «Госуслуги RulD» - это госуслуги для иностранцев. Оно и сформирует код, который надо предъявить на пограничном контроле. Исключение - если жизненная ситуация требует попасть в Россию срочно (например, умер близкий родственник). Тогда

зарегистрироваться и получить QR-код можно не позднее чем за 4 часа до приезда.

А еще с 30 июня все иностранцы (не только из безвизовых государств) при въезде в Россию будут сдавать биометрию - фото и отпечатки пальцев. Это второй этап эксперимента по созданию «цифровых профилей» выезжающих к нам граждан других государств. Первый этап начался 1 декабря 2024 года - сдать биометрию можно было только на некоторых пунктах пропуска, в основном в московских аэропортах.

Граждан Белоруссии все это по-прежнему не касается - они могут въезжать в Россию без всякой «оцифровки».

Елена ОДИНЦОВА.

■ ВОПРОС ДНЯ

Мы провели опрос в соцсетях «КП», чтобы узнать о планах россиян на отпуск (см. стр. 1).

А как вы проведете это лето?

Эдгард ЗАПАШНЫЙ, глава Большого Московского госцирка:

- После майских гастролей в Донбассе наш цирк все лето работает в Москве. Цирковые летом не отдыхают. Разве что на свой день рождения в июле я устрою маленький праздник для самых близких. На один день.



Вадим ДЫМОВ, предприниматель:

- Мое лето - работа в Суздале. Строю завод по производству керамики. Здесь столько работы, что мне даже страшно. Это декоративные прикладные промыслы. Создаем новое творческое пространство - вне Москвы. И большую зону для детей, для их обучения ремеслам. Задумали большой фестиваль керамики. В Суздале эта традиция восстанавливается.

Александр ПАШУТИН, народный артист России:

- Все лето буду представлять разные спектакли антрепризы по всей стране. Съёмки в новых кинопроектах пока не вижу. Но поучаствую в «Евразия-Кинофесте» в Сочи. Я там в качестве гостя, не в жюри, упаси Бог. Вообще летом передо мной мелькают разные города - ваш звонок застал меня в самолете в Питер, где играю спектакль «Волки и овцы» по Островскому. Никакого отдыха летом не жду. В любое время может раздаться звонок. А еще меня в июне ждут мои студенты на сессии в Институте театрального искусства имени Кобзона.

Юрий КУКЛАЧЕВ, руководитель Театра кошек в Москве:

- Летом самая работа у меня кипит. Все театры уезжают из Москвы или уходят на каникулы. А мы работаем по два раза в день. Хотя это не работа, это отдых для меня. На гастроли я никуда не еду, разве что в Ленинград. Мы радуем москвичей и тех, кто приезжает в столицу. 1 июня в Театре эстрады мы делаем с помощью президентского фонда в 7 часов вечера благотворительное представление, где половина зала, 600 человек, будут дети тех, кто участвует в СВО. Вот такое правильное начало лета.

Евгений ТИШКОВЕЦ, ведущий специалист Центра погоды «Фобос»:

- Отдыха будет немного. Если получится, проведу отпуск в центральной части России. Грибы, ягоды, рыбалка. Морской отдых на жаре, на гальке - это я не очень понимаю. А в наших сосновых и березовых лесах отдохнуть можно прекрасно.

Анзор КАВАЗАШВИЛИ, вратарь сборной СССР по футболу:

- Лето для меня - рабочая пора. В Москве буду ездить с турниром на турнир. Везде меня ждут встречи с интересными людьми. У меня все лето расписано. Когда кто-то ко мне обращается, я прошу, чтобы присылали запросы конкретные, чтобы я скорректировал свое время. Лето у меня начнется с Московской области и окрестностей - Калуга, Иваново, Кострома. А раньше я объехал всю страну - был везде, кроме Камчатки.



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



В контакте



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

Вступайте в нашу группу ВКонтakte VK.COM/KPRU

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



ОБЩЕСТВО

Путеводитель «КП»: выбираем вуз по душе, баллам и географии

ЗДОРОВЬЕ

Как современная медицина ставит на ноги людей при износе суставов

Закредитованность россиян растет. Это настоящая головная боль - и для самих заемщиков, и для ЦБ, и для обычных банков. Насколько глубоко мы погрязли в долгах и как нас снимают с кредитной иглы?

Евгений БЕЛЯКОВ

Знаю по себе. Брать первый кредит страшно. Стараешься отдать как можно быстрее. Второй - уже проще. Особо не торопиться. А третий - вообще «на изи» (запросто), как говорит современная молодежь. Если очень хочется или очень надо, можно взять даже несколько займов одновременно.

Каюсь, сам так делал, когда покупал трехкомнатную квартиру. Цены в Москве не шутки. Ипотека, автокредит, рассрочка на машино-место, потреб на ремонт и в долг у парочки друзей... Как вам такой наборчик?

Но наша семья как-то вывезла. А кто-то, видимо, нет. Поэтому в России стала резко расти просрочка по кредитам. Что происходит и чем это грозит всем нам?

СНАЧАЛА ПЛАТИМ, ПОТОМ ПЛАЧЕМ

Вот несколько цифр и фактов, которые громко кричат: надо что-то делать!

✓ 50,1 млн россиян имеют долги перед банками или микрофинансовыми организациями. За пять лет эта цифра выросла на 16%.

✓ 38,6 трлн рублей россияне должны банкам и микрофинансовым организациям. Для понимания: это больше всех доходов бюджета России за прошлый год.

✓ При этом стала резко расти доля просроченной задолженности (на срок более 90 дней). По кредитам наличными она сегодня составляет 10,5%. До рекорда 2016 года еще далеко (16,7%), но тенденция тревожная. Об этом заявил в среду **заместитель председателя ЦБ Филипп Габуня**.

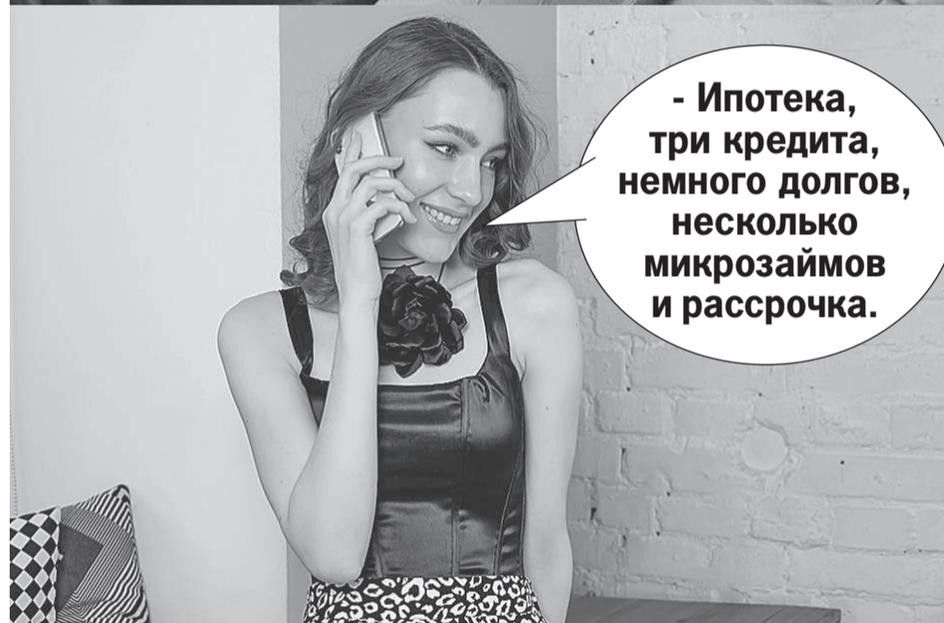
- Уровень плохих кредитов наличными повысился до 10,5%, это почти на 3 процентных пункта больше, чем год назад, - сказал Габуня.

По его словам, в 2023 году и первой половине 2024 года банки активно наращивали потребительское кредитование по высоким ставкам, и такие кредиты брали заемщики с повышенным уровнем риска. Это люди, которые отдают за кредит слишком высокий процент своего дохода.

- Похожая ситуация и на рынке ипотеки. Доля кредитов с просрочкой свыше 90 дней увеличилась почти до 1%. Это вдвое больше, чем годом ранее. Снизилось качество обслуживания ипотечных кредитов, выданных во второй половине 2023 года и первой половине 2024 года, когда банки не так строго оценивали риски заемщиков, а заемщики спешили взять кредит до завершения массовой «льготной ипотеки», - пояснил Габуня.

Пока в ЦБ считают, что ситуация под контролем. Рисков для финансовой стабильности нет. У банков все хорошо с прибылью, плюс есть «жирок», который они могут проесть - например, рекордная прибыль прошлых лет.

Долговое похмелье



Но заемщикам от этого не легче. Только за три месяца этого года банкротами стали 136 тысяч россиян - это на треть больше, чем годом ранее.

ПОЧЕМУ ТАК ВЫШЛО

Почему сложилась такая непростая ситуация с закрепитованностью? Причин, как всегда, несколько.

1 Процентные ставки. Чем они выше, тем больше приходится платить заемщику. А ключевая ставка на аномально высоких уровнях держится

с декабря 2023 года. Тогда она составляла 16%, а через год поднялась до 21% годовых. И с тех пор не менялась. В итоге доля просрочки растет в большей степени из-за тех, кто брал кредиты в последние пару лет. Набрали дорогущих займов, а платить нечем, силы не рассчитали.

2 В последние годы зарплаты растут очень быстро. Дефицит кадров привел к высокой конкуренции за работников, работодатели стали платить больше. По данным Росстата, в 2023 году зарплаты в стране выросли на 14,1%, в 2024 - на 17,5%. И у многих появилась иллюзия, что так будет и дальше. Некоторые поспешили в банки, надеясь, что растущие доходы позволят окупить все их хотелки. Сейчас ситуация изменилась. Дефи-

цит кадров все еще есть, но многие компании стали поджимать расходы. Сокращают часть персонала и уже не так щедры к новобранцам.

3 Сейчас очень сложно рефинансировать кредит (перенести его в другой банк, чтобы снизить ставку). Раньше многие банки переманивали к себе заемщиков. Предлагали им закрыть долги в других банках и оформить кредит у них. В итоге заемщику становилось легче обслуживать долг. Сейчас таких «акций» нет. Ведь, поскольку ставки растут, большинство новых кредитов «дороже» старых.

4 Банки неохотно реструктурируют кредиты. То есть не хотят увеличивать срок и уменьшать ежемесячный платеж клиента. К примеру, в четвертом квартале прошлого года они одобрили лишь 28,3% заявок на реструктуризацию. Хотя еще в третьем квартале уровень одобрения превышал 41%.

ЦБ ЗАКРУЧИВАЕТ ГАЙКИ

Есть такая поговорка. Маленький долг - проблема заемщика. Большой долг - проблема кредитора.

С одной стороны, отдельные проблемы конкретных граждан - это их личная беда. С другой стороны, когда таких людей станет слишком много, это может оказаться общей проблемой. Банки от этого банкротятся, а вкладчики теряют деньги (хотя у нас есть система страхования на 1,4 млн рублей в каждом банке).

Чтобы не допустить нарастания проблем, в ЦБ пытаются превентивно закручивать гайки банкам. Чтобы те в погоне за прибылью не давали деньги кому попало. Это так называемые макроprudенциальные меры - различные лимиты и надбавки.

Их суть в том, что кредитным организациям становится невыгодно давать в долг слишком рискованным заемщикам - тем, у кого доля расходов на выплаты по займам превышает 50% или даже 80% доходов. Работают эти меры так: чем выше кредитная нагрузка заемщика, тем сильнее увеличивается сумма денег, которую банк должен отчислять в резервы, если даст такому человеку в долг. Эти деньги лежат мертвым грузом - в качестве страховки на случай банкротства клиента. Естественно, это делает кредиты таким заемщикам очень невыгодными для банков.

И ограничения уже работают. В четвертом квартале прошлого года банки одобрили лишь 17% заявок на кредит наличными (в третьем квар-

КОНКРЕТНО

Каких займов набрали россияне

- Ипотека **37%**
- Кредиты наличными **28%**
- Кредитные карты **19%**
- Автокредит **14%**
- Займы в точках продаж **2%**

По данным Объединенного кредитного бюро.

Нагрузка на человека

- Средняя задолженность на одного заемщика - 770 тысяч рублей
- Среднее число кредитов - 1,9
- Средняя доля от доходов, идущая на погашение долгов, - 30%

Данные ЦБ и расчеты «КП» на их основе.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Заначка должна быть всегда

Возвращаясь к началу. Кто-то может сказать: Беляков всегда советует жить по средствам, а сам вон какой - набрал кредитов, повезло, что чуть не облажался. Но все не совсем так. Долговую нагрузку мы с женой наращивали не бездумно.

Во-первых, была заначка из банковских вкладов. Ее в первоначальный взнос на квартиру мы не кидали.

Из нее постепенно черпали деньги, когда не хватало.

Во-вторых, была вторая машина. Ее продали, когда кончилась заначка. Не хотелось, но пришлось.

В-третьих, оставалась старая квартира. Ее мы тоже продали, когда доделали ремонт в новой, чтобы погасить дорогие кредиты, оставить только ипотеку и вздохнуть спокойно.

Грубо говоря, у нас на каждом этапе имелся денежный буфер, который можно было использовать в том случае, если регулярных доходов не хватило бы на покрытие ежемесячных платежей банкам. Без такой заначки пришлось бы действительно сложно. А с ней было надежнее и спокойнее. Всем рекомендую!

ВАЖНО

ОТ КРЕДИТНОГО ВЕСЕЛЬЯ

тале было 23%). Упало и число заявок - с 70 до 60 млн штук. Кредиты наличными нынче дают под 35 - 40% годовых, и брать займы столь высокие ставки хотят немногие. В итоге общая задолженность по кредитам наличными сократилась на 3%. И то неплохо!

- Наше регулирование снизило долю закредитованных заемщиков, - констатирует Филипп Габуня.

РАССРОЧКА ВМЕСТО ИПОТЕКИ

Правда, банки активно сопротивляются и ищут пути обхода. Особенно на рынке ипотеки. Где прибыль хорошая, а риски небольшие (ведь если заемщик не выплатит долг, квартира остается в залоге у банка). Вместе с застройщиками они придумывают разные схемы, которые позволяют продавать квартиры в кредит, но при этом не светить это в отчетности ЦБ.

- Желая сохранить объем продаж, застройщики стали массово предоставлять гражданам рассрочку. В результате объем продаж в январе - апреле даже вырос на 7%. Но продажи в рассрочку могут нести риски для покупателей. После окончания рассрочки они могут столкнуться с тем, что банки откажут им в ипотеке, - и тогда они потеряют выплаченные деньги, если не смогут погасить остаток задолженности перед застройщиком, - предупреждает Филипп Габуня.

По его словам, сейчас долг покупателей по рассрочке оценивается как минимум в триллион рублей, что вдвое больше, чем год назад.

МАКРОСПРОС НА МИКРОЗАЙМЫ

Еще одна тревожная тенденция - рост числа людей, которые обращаются за микрокредитами. За три года оно подскочило в полтора раза - до 10 млн человек. И это на фоне сокращения заемщиков в банках.

Звучит вроде бы нелогично: человек идет не в банк, где дают деньги под 35 - 40% годовых, а берет микрозаем, где те же проценты придется отдать не за год, а за два месяца. Но ларчик открывается просто.

«Со второй половины 2024 года увеличились выдачи через аффили-

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

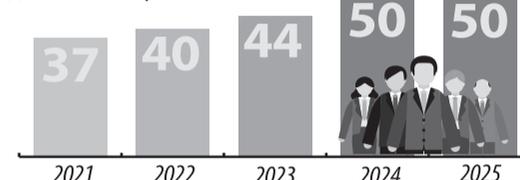
Число заемщиков в России

Количество (млн человек)



Доля россиян, у которых три и более кредита

Доля (в % от взрослого населения)



Расчеты ЦБ на основе объединенных данных Бюро кредитных историй. Данные на 1 января каждого года.

рованные (тесно связанные. - Ред.) с банками МФО. В итоге доля таких микрозаймов за год выросла с 4 до 7,7%», - говорится в отчете ЦБ.

Проще говоря, банки стали хитрить. Жесткие требования регулятора не дают им давать деньги слишком уж закредитованным людям. И они отправляют их в свои же МФО. Там условия помягче. Но и проценты сильно выше. В итоге ситуация

у заемщика только усугубляется. А кредитор доволен.

Более того, как недавно отмечал ВЦИОМ, растет число заемщиков, которые идут к черным (нелегальным) кредиторам. Они дают деньги в долг, не имея на то лицензии от ЦБ, нередко под залог дорогого имущества. По данным социологов, к ним обращались 4% опрошенных, а у каждого четвертого есть родственник или знакомый, который брал деньги в долг таким образом. При этом до 15% россиян готовы обратиться к нелегалам, если те дадут деньги на более выгодных условиях, чем в банках или МФО. Хотя в большинстве случаев такая «выгода» будет липовой, а риски потерять деньги, здоровье или имущество - вполне реальными.

ЧЕГО ЖДАТЬ ДАЛЬШЕ

В ЦБ уже хорошо закрутили гайки. И пока не планируют дальнейших ужесточений. По крайней мере в плане потребительских кредитов. Там возможны даже послабления, если в ЦБ увидят, что ситуация исправляется.

Исключение - различные схемы, связанные с ипотекой. В Центробанке видят в них большие риски. Это подтверждает статистика по росту просрочки. В ЦБ пообещали пристально следить за ситуацией. В случае чего отрегулируют и этот рынок. Инструменты для этого есть.

Например, Центробанк может ввести те же меры, что и на рынке потребкредитов (см. пункт «ЦБ закручивает гайки»). Чтобы все меньше заемщиков, особенно рискованных, могли получать одобрение по различным ипотечным программам.

СОВЕТЫ ЭКСПЕРТА

Что делать, если не можешь платить?

Андрей ПАРАНИЧ, директор Национальной ассоциации специалистов финансового планирования:

- Какой-то тайны я не открою. Рецепты банальные. Сводятся они к тому, что надо повысить доходы и снизить расходы. Если пошагово, то можно действовать следующим образом:

◆ Попробуйте взять кредитные каникулы. Их банк обязан дать по закону, если соблюдены условия для их получения (см. «Знай!»).

◆ Если права на каникулы нет, запросите у банка реструктуризацию. В этом случае банк обычно увеличивает срок кредита и снижает ежемесячный платеж. Банку это выгодно, потому что он зарабатывает на длинных сроках больше. Заемщику - не очень. Но в экстренной ситуации такая стратегия позволит выиграть некоторое время и деньги.

◆ Продайте что-нибудь. Рынок б/у вещей сейчас огромный. Проведите инвентаризацию, разберите гараж или дачный чердак. На пару месячных платежей деньги наверняка найдете. А может, даже и больше.

◆ Проведите ревизию расходов, включите режим жесткой экономии. Или возьмите подработку. Или и то, и другое вместе. Разницу между доходами и обязательными платежами бросайте на досрочное погашение кредитов. Это будет с каждым месяцем снижать долговое бремя. Настроение улучшится.

◆ При досрочном погашении есть две стратегии. Первая - сначала гасить самые мелкие кредиты. Это даст психологический комфорт. Чем меньше долгов, тем спокойнее. Вторая - погашать самые дорогие кредиты. Это более рациональный путь.

◆ Можно занять деньги у родственников и друзей и погасить часть долгов. Если не без процентов, то хотя бы под ставку вклада. Так будет честнее по отношению к близким.

◆ Если совсем все плохо, можно пройти процедуру банкротства. Но у нее есть определенные условия и ограничения (у должника не должно быть имущества, доходов и т. д.).

Главное - не бегать от кредитора, а идти и разговаривать с ним. Банк, как правило, заинтересован в том, чтобы получать платежи без перебоев. В его интересах помочь заемщику выпутаться из сложной ситуации. В противном случае он получит просрочку и рискует потерять львиную часть выданных в долг денег. Коллекторы скупают такие долги максимум за 15% от стоимости.

ЗНАЙ! В каких случаях дают каникулы

Основания:

- Снижение доходов более чем на 30%
- Чрезвычайная ситуация (пожар, наводнение и т. д.)
- Инвалидность
- В случае ипотечного кредита - жилье должно быть единственным

Вид долга

Кредитная карта	Максимальная сумма (рублей) 150 тысяч
Потребкредит	450 тысяч
Автокредит	1,6 млн
Ипотека	15 млн

Условия каникул:

- Срок отсрочки - не более 6 месяцев (прибавляется к сроку кредита)
- Платежей во время каникул нет
- Проценты начисляются, но их нужно будет отдать в конце срока
- Отсрочку дают один раз в течение действия кредита
- Каникулы не влияют на кредитную историю

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



ПМЭФ'25
ПЕТЕРБУРГСКИЙ
МЕЖДУНАРОДНЫЙ
ЭКОНОМИЧЕСКИЙ
ФОРУМ



80
ПОБЕДА!



РОСКОНГРЕСС
Пространство доверия

18-21
ИЮНЯ
2025

forumspb.com

РЕКЛАМА

6+

Титульный партнер



Титульный партнер



Официальный автомобиль Форума



ГигаПартнер



Стратегический партнер



Официальный авиаперевозчик Форума



Генеральный спонсор



Генеральный партнер



Генеральный партнер



Генеральный партнер



Генеральный партнер



Генеральный партнер



Генеральный партнер



Генеральный партнер



Государственная корпорация развития «ВЭБ.РФ», ПАО Сбербанк, Банк ВТБ (ПАО), Банк ГПБ (АО), АО «НСПК», ПАО «Банк ПСБ»

«Единственная возможность не превратиться в животное – творчество»

Сергей ПРОХОРОВ

В Москве известный писатель Александр Лапин презентовал свои романы и рассказал о новой религии.

Название книжной ярмарки «Наши герои» вполне логично могло бы отсылать к героям литературным. Или выдающимся личностям прошлого. Но ситуация изменилась. И время требует новых героев. Как в реальности, так и в беллетристике. Может, поэтому на мероприятии, организованном Союзом писателей России в победные майские дни на ВДНХ, можно было наблюдать такое соседство: известный писатель Александр Лапин представляет аудитории свои романы «Крымский мост» (16+) и «Копье Пересвета» (16+), составившие дилогию «Две жизни» (16+), а в следующем зале фронтонные – уже современные – поэты читают стихи об СВО. Потому что «путешествие во времени, пространстве и самом себе» (лейтмотив лапинской презентации) неизбежно приводит нас в точку «здесь и сейчас»: когда самому нужно ответить на главные вопросы и сделать свой – судьбоносный – выбор.

Сам автор «Русского креста» (16+) определился с ним 13 лет назад. Когда решил, что делом жизни для него теперь является не бизнес, не общественная работа и даже не журналистика, а именно литературное творчество.

Результатом такого решения стал многотомный цикл, в котором он описал жизнь своего поколения, а вместе с ним – целый век отечественной истории на сломе эпох. Истории, которая пишется и сегодня. Но обо всем по порядку.

«НАДО ПИСАТЬ, ПОКА ДЫМИТСЯ»

– «Копье Пересвета» я писать не собирался, – начал Александр Лапин. – Создал «Крымский мост». Кстати, роман не о строительстве путепровода. Книга была написана до того, как появилось это сооружение. Меня периодически упрекают: ты попал в точку, смазал власть. Но это совсем другая история. Она о человеке, который был очень успешным. Хорошо жил, трудился, много путешествовал. Но периодически в нашей стране вдруг что-то происходит – и все, что мы строим и пытаемся двигать вперед – рушится. Так развалился СССР в 1990-х, и точно так рушатся судьбы людей сегодня. Особенно таких, как герой моей дилогии Олег Мировой.

Он предприниматель. А бизнесмены всегда являются двигателями прогресса. Когда почва ушла из-под ног, человек стал думать над тем, а правильно ли он жил? Зарабатывал кучу денег и считал, что мир устроен идеально. Ему пришлось начать все с начала. Строить свою судьбу. Искать корни. Находить ответы на важные вопросы. Вот это я и описал в «Крымском мосте».



Потом грянул 2022 год. И я решил, что нужно успеть зафиксировать происходящее. Зачем? Наблюдают за тем, как развивается история и как сознание нашего народа постепенно меняется. Вещи, которые когда-то казались значимыми, сильно пропагандировались властью и СМИ, вдруг оказываются ненужными и бесполезными. Все распадается на наших глазах. А потом приходят люди, которые рассказывают народу сказки. То есть нынешняя история может быть быстро смазана маслицем, позолотой – и мы не узнаем, что же происходило на самом деле.

Вот и подумал: надо писать, пока дымится, пока горячо. Пока есть такая возможность. Сам я человек немолодой и уже все видел. В том числе, как быстро захлопывается перед писателями это окно возможностей говорить правду. Поэтому, несмотря на возраст, мне пришлось сесть и создать роман «Копье Пересвета».

Это продолжение «Крымского моста». В нем герой начинает новую жизнь. Он переезжает в Кенигсберг, ныне Калининград, строит там дом, бизнес, отношения с любимой женщиной. Но тут у него появляются очередные проблемы. Все это написано так, потому что я сам попал в похожие ситуации. У меня тоже отжимали предприятие с иностранным партнерством, нас шмонали росгвардейцы, я воевал с чиновниками... Прекрасно знаю эту среду: был депутатом, много с ней работал. Так что описанная история – не вымысел, а горькая правда о том, что сейчас происходит. А еще она о поисках своего пути теми людьми, которые являются солью земли русской.

Для молодежи жизнь при Советском Союзе – терра инкогнита. Но сегодня мы идем по кругу и повторяем историю, которая была 70 лет назад. Вот эта книга и рассказывает о нашем существовании, о борьбе, о том, как меняются взгляды человека. Что происходит с ним, когда обрушивается вся его жизнь, и когда он все-таки находит свой смысл и правду.

«ТВОРЧЕСКИЙ АКТ – ВЫСШЕЕ НАСЛАЖДЕНИЕ»

По признанию автора, читавшие «Крымский мост» стали говорить ему, что он написан давно – книгу уже не найдешь. А хорошо бы понять всю историю: чем началась и чем заканчивается. Поэтому Лапин решил издать дилогию «Две жизни». Это окончание полного цикла романов «Руссиада», описывающего жизнь героев с середины прошлого века и по сегодняшний момент. В него входят шеститомник «Русский крест», романы «Святые грешники», «Книга живых», «Страсть и бомба Лаврентия Берии» (все произведения – 16+)... В конце года их планируют издать все вместе – в правильной последовательности.

– Нужно еще сказать о нашей духовной жизни: куда и зачем сегодня человек идет? – продолжил автор. – Поэтому в дилогии есть вещи мировоззренческого плана. Я никогда не видел, чтобы русский народ жил так сыто и комфортно, как сейчас. Но это привело к тому, что люди потеряли ориентиры. Нынешний идеал заключается в очень простой вещи: человек должен лежать на кровати, на глазах у него – очки виртуальной реальности, и сам он становится ее героем. Люди настолько обленели, что не хотят даже ходить в магазин, покупать продукты, готовить. Все получают путем заказа. И этот всеобщий настрой приведет нас к тому, что рано или поздно мы будем представлять собой нечто растительно-травоядное. Но каков же выход? Единственная возможность не превратиться в животное – творчество. Оно поможет сохранить личность в механизированном и чудовищно техногенном мире.

Творчество и является философской основой моего нового романа. Я рассказываю о том, что каждому, чтобы остаться человеком, надо стать творцом. Исповедовать религию творчества, которая сегодня должна возникнуть. Потому что творческий акт – высшее наслаждение. Ничто другое с ним сравниться не может.

Вот эта дилогия и наполнена таким философским содержанием. Герой как раз ищет точку приложения. Смысл жизни. И находит его в творчестве.

Сам я тоже долго маялся, думал. В конечном итоге пришел к одной простой вещи. Она выражена в библейской притче о талантах – мерах серебра, которые хозяин (читай Господь)

дал двум слугам. И один из них свой талант закопал, а другой – пустил в оборот и сумел преумножить. Когда же вернулись (а мы все рано или поздно возвратимся к Хозяину), тот спросил их, как распорядились его даром. В итоге первого он приказал кинуть к свиньям, а второго похвалил. Эта притча вкратце говорит о том, в чем смысл нашего существования.

Каждому дан свой талант. Растить ли детей, сажать деревья, строить дома, писать романы... Нужно просто найти собственное предназначение. И реализовать. Чтоб в конце пути мы не говорили: «Мог, а не сделал... Хотел, а не сумел».

Когда приходит время расчета, сам себя начинаешь гнобить за упущенное время и возможности. Но о себе могу спокойно сказать: я реализовал то, что мне дал Господь. И моя жизнь имела смысл. Поэтому читайте дилогию, где вся эта философия передана через занимательный сюжет и личность главного героя. Если хотите разобраться во времени, пространстве и самом главном – в самих себе. Потому что, прежде чем выстроить свою судьбу и достичь успеха, надо понять, чего вы действительно хотите и чем готовы ради этого пожертвовать.

«СОЗДАЕТ НОВУЮ РЕЛИГИЮ ДЛЯ ВСЕХ НАС»

Выступил на презентации и главный редактор издательства «Вече» Сергей Дмитриев. Он прочитал все книги Александра Лапина:

– Александр Алексеевич – человек очень удивительный и оригинальный. Так ярко выступать сегодня мало кто умеет. Когда мы впервые увиделись, я не мог и представить, что вместе сделаем такую историческую сагу. Трудно подобрать что-то соразмерное. Даже «Воина и мир» раза в три меньше. Но Лапин смог за эти 12 лет написать 12 томов. Колоссальная работа. Правильно он сказал: только творчество делает человека человеком. И только оно спасет нас от наступления цифры, искусственного интеллекта. В России не много писателей, которые могли бы похвастаться, что осветили целую эпоху в своих книгах. Навскидку могу вспомнить только Проханова, у которого столько же романов.

Причем я замечал, что с каждым разом Александр Алексеевич все сильнее углубляется в историю. Любил документы. О книге «Страсть и бомба Лаврентия Берии» как историк могу сказать: там действительно очень много уникальных бумаг. Ярко показаны и главный герой, и сама эпоха. Правда, есть на мне грех: попросил поменять название. Авторский вариант «Секс и бомба Лаврентия Берии» звучал, на мой взгляд, с

перебором. В итоге немного исправили – по смыслу получилось даже шире. Сейчас Лапин продолжает работать в историческом ключе. Пошел вглубь – это говорит о многом.

Что еще интересно. Сам я написал книгу о Луначарском. Он был «богостроителем». В своем произведении «Религия и социализм» (16+) угадал, сформулировал многое из того, что потом было сделано в сфере перестройки общественного сознания. А Александр Алексеевич сегодня создает новую религию для всех нас. У него тоже есть своя книга «Религия творчества» (16+). И кто знает: может, скоро у этой идеи появятся новые адепты и апостолы.

Сергей Дмитриев также уточнил у автора, какие еще заповеди включены в его «учение» помимо необходимости упорно трудиться.

– Во-первых, надо любить себя, – несколько неожиданно ответил писатель. – Мы же все рефлексируем, сомневаемся, страдаем. Чтобы очистить разум для творчества, надо заняться самим собой. Что это значит? В моей книжке есть метод – сам им пользовался. Иначе как 35 лет выдержать в бизнесе, которым я занимаюсь? Это война. Тебя ненавидит государство, конкуренты, враги... Как настроить мозг, чтобы он работал четко и отбрасывал ненужные мысли? Для этого необходимо установить тишину разума. Такие методики есть в православии, буддизме, исламе... Приходит момент – вы просто переключаетесь: с утра – на одну волну, вечером – на другую. Попробуйте 12 томов написать, продолжая заниматься бизнесом. А я в 60 лет сел за свою сагу о поколении. И вот теперь ее закончил. При этом еще и живу счастливой жизнью. Много путешествую. Для этого надо выстроить систему работы так, чтобы все успевать. Грязные мысли и тяжелые переживания не дадут вам творить – лишат возможности себя реализовать. Нужно понять: я так жить больше не буду. Изменить себя. Тогда приходит творчество.

Сам я стараюсь с утра помедитировать или помолиться – настроиться. И хоть страничку написать. Сейчас начал роман о Симеоне Бекбулатовиче и Смутном времени.

А закончил встречу Александр Лапин полезным советом: первый шаг к творчеству – чтение. Потому что просмотр фильмов и прочее – процесс потребления:

– Наш мозг при этом не работает. А как только начинаете читать – в сознании появляются картины и образы. Ваши собственные – не автора: он только подбрасывает дровишки. Когда читаешь, включается процесс сотворчества. Вот с этого и надо начинать.

16+



Почему палка интереснее куклы и что с этим делать

Советы детского врача и папы двоих сыновей Алексея Раншакова, автора книги «Мамочек жалко! Руководство к ребенку, которое могли бы давать в роддоме» (16+) издательства «Комсомольская правда».

Выбираешь подарок на день рождения ребенку - самую модную куклу, дорогущую машинку, хит сезона по отзывам мамочек из чата. Торжественно вручаешь. А в ответ: «Угу». И малыш снова играет с той самой палкой, что подобрал на улице неделю назад. Обидно? Да. Необычно? Совсем нет.

Почему нам непонятны интересы детей?

Потому что мы - взрослые. Наш мозг работает иначе. Детская нервная система только формируется, каждый день для ребенка - как первый. Он получает новый опыт, изучает мир и взаимодействует с ним через игру. Игра - это не просто «занятие», это жизнь.

Ему действительно интереснее веревка, за-

мок от двери или коробка, чем «развивающая» игрушка за 3000 рублей. Его мышление наглядно-действенное - все, с чем он взаимодействует, становится частью его маленького мира, он живет в своей игре.

Игрушки и реальность

Если у ребенка не было опыта игры с конструктором - не жди восторга от лего. А закручивать крышечки или щелкать замками он может часами. И это его мир, а не наш. У него нет границ между «мужским» и «женским». Есть просто - интересно и неинтересно. Пока эти границы не навязываем мы, взрослые.

Кружки, секции, развивашки

Да, они нужны. Но не для того, чтобы вы-

растить гения к 4 годам. Их задача - дать новый опыт и немного времени маме на кофе (без мультиков). Это смена обстановки и легкая социализация.

Ошибочно думать, что ребенок «должен» заниматься тем, чего не дали нам в детстве. Он - другой. Со своими интересами, склонностями и вкусами. Не обязательно он полюбит музыку, потому что вы мечтали играть на скрипке.

Оценки - не равно любовь

Ребенок приходит с двойкой. Что дальше? Поддержать - или «А я тебе говорила!». Но разве мы оцениваем взрослых по школьным критериям? Насколько быстро они читают? Помнят ли формулу косинуса? То же и в

школе - не все измеряется баллами. И плохая оценка - не повод разлюбить, а шанс стать рядом и поддержать.

Как привить интерес? Хочешь, чтобы ребенок чем-то увлекся? Сначала увлекись сама. Все, что он делает, - это подражание. Если папа лежит с пивом и поучает про спорт - ничего не произойдет. Хотите активности - будьте активными. Хотите творчества - рисуйте вместе. Хотите доброты - будьте добрыми.

Что действительно важно?

Совместный досуг - не просто «времяпрепровождение», а основа привязанности и доверия. Интересы ребенка - уникальны. Не надо их



Детский уролог, хирург Алексей Раншаков.

Иван МАКЕЕВ/«КП» - Москва

переделять под себя. Любовь - без условий, оценок и достижений.

Палка - это не ерунда

Это возможность. Так что не обесценивайте палку. Не превращайте дом в школу с баллами, а кружки - в «проект». Просто будьте рядом. Внимательные, живые, настоящие. И тогда праздник детства будет - каждый день.

Эту и другие книги вы можете купить на shop.kp.ru, а также на маркетплейсах и в книжных магазинах



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

Реклама 16+

ХОРОШАЯ НОВОСТЬ

Летние каникулы - отличная возможность провести время с пользой и получить первый трудовой опыт. В этом молодежи помогают кадровые центры «Работа России».

По данным Минтруда, ежегодно число подростков, работающих летом, увеличивается. Школьники и студенты не только зарабатывают деньги, но и учатся ответственности, организованности и деловой этике. Лето - лучшее время для подработки, когда учеба не мешает работе. Но важно знать, как правильно начать и куда обращаться. Надежных работодателей и проверенные вакансии помогают найти кадровые центры «Работа России», которые открываются по национальному проекту «Кадры».

СОПРОВОЖДАЮТ НА ВСЕХ ЭТАПАХ

На сегодняшний день в России действуют более 900 кадровых центров «Работа России». Они оказывают поддержку на всех этапах трудоустройства: проводят профориентацию, помогают с резюме, подбирают подходящую вакансию и работодателя, контролируют соблюдение Трудового кодекса при оформлении документов.

Как подросткам найти работу на лето



Студентки Конаковского колледжа довольны своей первой работой в санатории «Карачарово».

Например, Арсений Голубев из Твери - студент-первокурсник, который два прошлых лета подрабатывал на местном хлебозаводе. Он узнал о вакансии на встрече с работниками кадрового центра, заполнил заявку через портал «Работа России» и получил помощь в оформлении документов. Так в трудовой книжке Арсения

появилась первая запись: он выгружал хлеб, фасовал и упаковывал продукцию. За два летних месяца парень заработал около 65 000 рублей.

Дарья и Алина из Конаковского колледжа в Тверской области учатся на поваров. Решили подрабатывать по специальности - помощниками на кухне в санатории. Работодатель предложил удобный график: два дня

со сменой по шесть часов, потом два выходных. Девушки могут и отдохнуть летом, и вырасти профессионально. Еще и зарабатывать.

- Я работала в мясном цеху. Первые дни нам рассказывали о технологиях приготовления, показывали, как правильно работать с продуктами. Спустя месяц я уже сама готовила вкусные блюда для гостей, - рассказывает Дарья. - Нравится доброжелательное отношение коллектива, чувство самостоятельности и возможность получать доход.

КАК ПОДАТЬ ЗАЯВКУ И НАЧАТЬ РАБОТУ

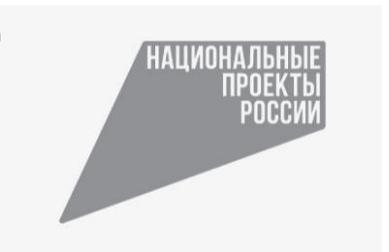
Для поиска работы подросткам нужно заполнить заявку на портале «Работа России». Также можно обратиться напрямую в кадровый центр.

Рабочие часы для подростков регулируются Трудовым кодексом в зависимости от возраста:

- 14 - 15 лет: не более 4 часов в день, 24 часа в неделю;
- 15 - 16 лет: до 5 часов в день, та же недельная норма - 24 часа;
- 16 - 18 лет: до 7 часов в день и до 35 часов в неделю.



Временная работа для подростков



Школьникам открыты новые возможности

Профориентация в России вышла на новый уровень

Александра БУДАЕВА

С 2025 года в России реализуется национальный проект «Молодежь и дети». Его задача - создать условия для гармоничного развития подрастающего поколения. Например, создать комфортную среду для обучения, где дети могут пробовать себя в разных направлениях и выбирать подходящие, развиваться в них с помощью современных технологий и поддержки наставников.

БИЛЕТ В БУДУЩЕЕ

Выбрать профессию мечты поможет единый цифровой портал профориентации «Билет в будущее» (bvbinfo.ru). Он доступен школьникам 6 - 11-х классов всех регионов России и города Байконур.

- Личный кабинет портала - это единое окно, которое дает ученику возможность пройти профориентационные диагностики, - пояснил руководитель Научно-методического центра Фонда гуманитарных проектов **Игорь Иванов**. - Тесты представляют собой не просто вопросы, где нужно выбрать один из вариантов ответа, но и решение кейсов, оценку разных вариантов по заданной шкале.

На основании онлайн-диагностики система выдает рекомендации по профилю обучения и офлайн-профориентации (можно участвовать в экскурсиях на производства, мастер-классах и др.). Набор мероприятий профессионального выбора тоже неслучайный. Каждый регион составляет свой список наиболее востребованных специальностей на основе кадрового прогноза Минтруда России и программы социально-экономического развития.

За 2024/2025 учебный год Единая модель профориентации охватила уже 8,5 млн учеников и 9,5 тыс. работодателей. При этом она продолжает развиваться, как и портал «Билет в будущее». Появляются тесты для родителей, по результатам которых легко увидеть, какие профессии могут быть интересны ребенку, понять, как помочь ему принять взвешенное решение.

В новом учебном году результаты диагностики «Мой профиль» можно будет загрузить на «Госуслуги», где специальный сервис предложит список вузов, которые подходят школьнику с учетом его способностей и интересов.

МАСТЕРА ИСКУССТВА

Развивать компетенции по уже выбранному профилю позволяет Национальный открытый чемпионат творческих компетенций ArtMasters. В этом году он будет проходить уже в шестой раз, и число заявок к сегодняшнему дню увеличилось с 10 тыс. до 40 тыс. Всего за время существования чемпионат объединил более 100 тыс. участников.

Аудитория ArtMasters - это дети в возрасте от 14 до 17 лет («Юниоры») и взрослые в возрасте от 18 до 35 лет (основная группа) - представители творческих специальностей, которые обычно остаются «за кадром», - операторы, звукорежиссеры, композиторы и др. С участниками работают эксперты, в каждой компетенции свой.



Алексей БУЛАТОВ

С 6-го по 11-й класс школьники вовлечены в профориентационный проект с тестами, познавательными занятиями и профпробами для осознанного выбора будущей профессии.

У веб-дизайнеров, к примеру, **Артемий Лебедев**, у креативных продюсеров - **Федор Бондарчук**.

- В каждой из 10 творческих компетенций юниоры могут выиграть 300 тысяч рублей за первое место, 200 тысяч за второе, 100 тысяч - за третье, - отметила руководитель чемпионата ArtMasters в возрастной категории «Юниоры» **Елена Капура**. - Приз они могут потратить на определенные цели: дальнейшее обучение, закупку оборудования, реализацию своего проекта или на путешествие по России.

- Я потратила выигрыш на покупку ноутбука и камеры, оплатила курсы подготовки к вступительным экзаменам. Мне это очень важно, потому что в этом году я оканчиваю 11-й класс в родном городе Выкса в Нижегородской области, а потом планирую поступать в Москве или Санкт-Петербурге на режиссуру игрового кино, - рассказала **Екатерина Баландина**.

В 2024 году она заняла третье место в компетенции «Клипмейкер». Причем в финал попала лишь со второго раза: в 2023 году потерпела неудачу, но не сдалась, много работала над собой и профессиональными навыками. Поэтому в результате достигла успеха.

В этом году отборочный этап ArtMasters стартовал 4 марта, в мае ребята уже выполнили квалификационные задания от экспертов, в июле приедут на финал в Москву, а награждение у юниоров пройдет 2 августа.

БИТВА ПРОФЕССИОНАЛОВ

Попробовать себя в деле и даже найти будущего работодателя школьникам и студентам колледжей позволяет Всероссийское чемпионатное движение

по профессиональному мастерству. В него вовлечено более полумиллиона человек. Это не только участники, но и их наставники, а также представители бизнеса. Участвовать можно почти по трем сотням разных компетенций (IT, сельское хозяйство, строительство, индустрия красоты, медицина, логистика, образование и пр.). Регионы-участники сами выбирают приоритетные категории в зависимости от потребностей локального рынка труда.

Во Всероссийское чемпионатное движение входят два ежегодных масштабных соревнования по профмастерству - «Профессионалы» и «Чемпионат высоких технологий». Оба позволяют выиграть по 100, 200 и 300 тысяч рублей - в зависимости от занятого места. Но главное в них - не это!

- Чемпионатное движение сегодня - это лаборатория профессий будущего, - уверен **Сергей Кожевников**, ректор Института развития профессионального

Чемпионаты позволяют не только выявить и поддержать талантливых школьников, но и помогают им выбрать будущего работодателя.



Эрик РОМАНЕНКО/ТАСС

НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

образования, который курирует проект. - Работодатели транслируют требования к подготовке специалистов, имеют возможность влиять на образовательные программы. И прямо на соревновательных площадках они могут найти будущих сотрудников, а победители и призеры - получить предложения о стажировках и трудоустройстве.

Чемпионат «Профессионалы» ориентирован на широкий спектр профессий (более 250), а «Чемпионат высоких технологий» сосредоточен на 15, которые относятся к технологиям будущего (летающая робототехника, нейросети, биопротезирование и др.). Цель обоих - по всей стране выявить и поддержать как можно больше талантливых ребят.

- Ваня с 5-го класса принимал участие в различных конкурсах. Он очень разносторонний специалист: разбирается в электронике, проектировании умных устройств, программировании, - я даже не успеваю следить за всеми его интересами, - призналась **Валентина Любимова**, эксперт-наставник Ивана Кизилова из Санкт-Петербурга. Молодой человек в 2024 году стал золотым медалистом финала «Чемпионата высоких технологий» в компетенции «Агроботы (агророботы)». Для победы ему пришлось не только изучить длинные инструкции к роботам, которые применяются в сельском хозяйстве, но и применить знания в программировании и умение работать с массивами данных. Сейчас Ваня учится в 10-м классе и пока не может определиться, куда поступать: интересы и глубокие знания в разных сферах дают ему столько возможностей, что дух захватывает! Но уже сейчас совершенно ясно: впереди его ждет много интересного.

Еще больше возможностей по нацпроекту «Молодежь и дети» на сайте: национальныепроекты.рф



Гуляем против Альцгеймера

Ученые определили лучшие физнагрузки для защиты от болезни. И после майских праздников самое время заняться профилактикой!

Анна ДОБРЮХА

Сегодня более 46 миллионов человек на земле страдают болезнью Альцгеймера (БА). К 2050 году количество больных этим тяжелым недугом составит более 131 миллиона, прогнозируют ученые. Излечивать или хотя бы останавливать деградацию мозга медицина пока не в силах. Но лекарства активно разрабатываются. А до тех пор, пока они появятся и станут доступны, основной способ защиты - профилактика, говорят врачи. Поэтому непрерывно ведутся исследования: какие методы эффективнее всего тормозят

ухудшение работы мозга и даже могут улучшить ее? В новой научной работе команда специалистов университета Уэйк-Форест и Калифорнийского университета (США) представила обнадеживающие данные экспериментов с разными видами физнагрузок.



Иллюстрация: МАРИИ ЧЕРДАК / КП - Москва



Запомнить всё: что поможет натренировать память за два месяца до ЕГЭ - читайте на сайте KP.RU



5 правил, чтобы тренироваться безопасно и с пользой

БУДЬ В КУРСЕ

- 1 Самый простой способ - ходьба быстрым шагом. Темп должен быть таким, чтобы вы почувствовали прилив тепла, слегка вспотели, но при этом могли свободно дышать (без одышки) и говорить. Это **нагрузка средней интенсивности**.
- 2 Работа на даче - прополка, подрезание веток, сбор урожая, любые передвижения по участку тоже относятся к **умеренным нагрузкам**. Если же человек копает огород, это уже **нагрузка высокой интенсивности**. Ее характерные признаки - значительное ускорение дыхания и пульса, при котором становится сложно разговаривать.
- 3 Всемирная организация здравоохранения считает, что **людям среднего и пожилого возраста для здорового долголетия нужно от 150 до 300 минут умеренной физической активности в неделю**. Или от 75 до 150 минут высокоинтенсивных упражнений. Врачи-неврологи добавляют: для улучшения работы мозга желательно сочетать то и другое. Например: заниматься уборкой дома, садовыми работами, гулять быстрым шагом, при

возможности ездить на велосипеде, плавать и т. д.

4 **В идеале нужно заниматься физической активностью блоками не менее 30 - 40 минут**, рассказала «КП» врач-невролог, кандидат медицинских наук Мария Чердак. Если занятие длится меньше, то человек, как правило, не может достичь того уровня интенсивности, который обладает защитным действием для организма, включая головной мозг, пояснила эксперт.

5 **Для людей старшего возраста очень важен индивидуальный подбор упражнений** - с учетом имеющихся заболеваний и состояния организма в целом, подчеркивают специалисты. За бесплатной помощью в том числе предварительным тестированием и консультациями о наиболее подходящих физнагрузках, можно обращаться по полису ОМС в государственные центры здоровья. Они открыты во всех регионах России, адреса подскажут по телефону единого контакт-центра: +7 (495) 212-07-13. Также ближайший Центр здоровья можно найти на интерактивной карте на сайте НИИЦ терапии и профилактической медицины.

«Спортивный сюрприз»

Участниками исследования стали люди старше 60 лет, уже имеющие легкие нарушения памяти. Такие сбои в пожилом возрасте считаются одним из самых грозных факторов риска болезни Альцгеймера, поясняют ученые.

До начала эксперимента добровольцы вели малоподвижный образ жизни. Их разделили на две группы. Первой назначили аэробные тренировки средней и высокой интенсивности. Второй - нагрузки низкой интенсивности, а именно упражнения на растяжку и поддержание баланса. Режим занятий у обеих групп выглядел так:

✓ тренировки 4 раза в неделю по 45 минут, включая разминку и заминку;

✓ общая длительность эксперимента - 12 месяцев;

✓ первые 8 занятий проводились под присмотром тренера. Далее он присутствовал на двух из четырех еженедельных тренировок.

По окончании курса добровольцам провели обследование головного мозга и тестирование. Специа-

листы проверили глобальную когнитивную функцию (мышление, концентрация внимания, память и др.), а также способность к выполнению различных действий и эпизодическую память. **Результаты сравнили с аналогичными тестами и обследованиями у пожилых людей, ведущих малоподвижный образ жизни без перечисленных физнагрузок. И оказалось: тренировки и высокой, и низкой интенсивности показали великолепный эффект.**

«Регулярные поддер-

живающие упражнения могут остановить ухудшение состояния у взрослых с легкими нарушениями памяти», - заключают авторы научной работы.

Если такие физнагрузки помогают даже людям с высоким риском болезни Альцгеймера, то всем остальным спорт, без сомнения, улучшит работу мозга, радуют эксперты. Но важно, чтобы это была разумная физическая активность, без перегрузок и дополнительных стрессов.



Большинство из нас считают себя забывчивыми. Но есть ли реальные проблемы? Определить это в домашних условиях поможет такой тест - его рекомендуют врачи-неврологи.

Партнер зачитывает вам список из 10 - 12 слов. Они не связаны по смыслу, но для каждого указывается категория. Например: фрукт - груша, одежда - пиджак и т. д. Важно осмыслить каждое слово, в этом как раз помогает проговаривание категории.

Затем нужно выполнить какое-то отвлекающее задание - что-то нарисовать, рассказать и т. п. Через 5 - 10 минут проверяющий просит припомнить все слова. Сначала нужно попытаться вспомнить их самостоятельно. Если не получается, партнер дает подсказки-категории. Скажем: какой был фрукт?

«Любой здоровый человек вспоминает полностью весь список. Если какие-то слова выпадают и подсказки не срабатывают, врачи задумываются о возможных повреждениях структур мозга, участвующих в формировании памяти», - пояснила невролог Мария Чердак. В такой ситуации нужно записаться на прием к доктору для обследования. И уделять побольше внимания физнагрузкам. Они в любом случае внесут вклад в улучшение работы мозга.

У ВАС ЗАПОР? ВЫ ОТРАВЛЯЕТЕСЬ ИЗНУТРИ!

ПИЛОРИС: российские ученые-медики нашли спасение

Любовь Ильина, эксперт

Хронические запоры — это страшное заболевание! Страшен он не только дискомфортом, огромным напряжением, стрессами и мучениями. Запор вызывает массу очень опасных последствий! И запустить этот процесс ни в коем случае нельзя! Почему? Из-за запора содержимое кишечника сначала гниет, а потом каменеет и цементируется, перекрывая просвет! Шлаки должны выводиться из организма ежедневно. Если этого не происходит, они накапливаются в кишечнике и гниют, выделяя крайне опасные токсины, которые всасываются в кровь.

Начинается отравление организма. Но при этом кишечник продолжает работать и всасывать воду из шлаков. И чем дольше это происходит, тем более твердые становятся шлаки, и тем труднее и опаснее дефекация. А если просвет кишечника полностью перекроется каловыми камнями, наступит острая кишечная непроходимость. Российским ученым из наукограда Пущино удалось практически невозможное!



Звоните на горячую линию **8-800-100-55-60** или *2031 (только с мобильного)

Используя уникальную технологию гидродинамической кавитации (патент РФ RU 2384342), без химии и высоких температур они создали молекулярный гель для диетического лечебного питания **ПИЛОРИС** с «живыми» молекулами бурых водорослей фукус. Поэтому принимая **ПИЛОРИС**, уже с первого дня стул становится легким и регулярным, а также **ПИЛОРИС** способствует:

- **ОЧИЩЕНИЮ** кишечника от шлаков, токсинов, гнилостных остатков и каловых камней;
- **ВОССТАНОВЛЕНИЮ** слизистой оболочки и снижению воспаления;
- **УСИЛЕНИЮ** моторики и перистальтики кишечника;
- **НОРМАЛИЗАЦИИ** микрофлоры;
- **АКТИВИЗАЦИИ** защиты от антибиотиков и патогенных бактерий.

ПИЛОРИС — это не БАД. Это 100% натуральный «живой» гель для диетического лечебного питания, который работает с первой ложки при любых заболеваниях желудочно-кишечного тракта: запора и диареи, воспалительных заболеваний, язв и эрозий, хеликобактера и геморроя. **ПИЛОРИС** может помочь справиться с запорами легко, быстро и без усилий, и вернет Вам силы, энергию и радость жизни!

Звоните прямо сейчас и получите банку ПИЛОРИСА бесплатно! Не забудьте назвать оператору код Вашего подарка *«ПИЛОРИС».

* При покупке 5 банок и более. Не является БАД. Не является лекарственным средством. Возможны противопоказания. Необходимо проконсультироваться со специалистом. СГР № RU.77.99.19.004. E.004354.10.18 от 01.10.2018 г. Акция действует с 01.05.2025 по 01.11.2025 г. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, 127287, г. Москва, пр. Петровско-Разумовский, д. 29, стр. 4, этаж 1, пом. 1, комн. 28. Информация об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел. 8-800-100-55-60. РЕКЛАМА.

Насморк насморку рознь

Вроде на улице тепло, а у вас насморк. Как можно было умудриться подхватить простуду? А может это никакая не простуда, а аллергический ринит?



Как отличить аллергический ринит от простуды рассказал заведующий ЛОР-отделением ГУЗ «ТГКБСМП им. Ваныкина» Николай Сергеевич Кочетов.

«Аллергический ринит — это воспалительное заболевание слизистой оболочки носа, вызванное воздействием сенсibilизирующего (причинно-значимого) аллергена и проявляющееся такими симптомами, как заложенность носа, чихание, зуд и обильные прозрачные выделения из носа.

ЧЕМ РАЗЛИЧАЮТСЯ АЛЛЕРГИЯ И ПРОСТУДА

Чтобы понять, как лечиться, сначала надо удостовериться, что дело пришло именно с аллергией, а не с инфекцией. Что делать для этого?

Первое. Определить был ли за последнее время какой-либо контакт с аллергеном (пища, растения, парфюм, косметика, животные и т. д.) Или наоборот у вас было переохлаждение, переутомление, контакты с большим ОРВИ.

В первом случае ответ будет склоняться в пользу аллергии, во втором — исключит инфекционное заболевание.

Чаще всего пациенты страдают от сезонной аллергии, вызванной пылью цветущих растений. Аэроаллергены попадают на слизистую оболочку носа и вызывают развитие IgE-зависимого воспалительного процесса. В ТОП-10 сезонных аллергенов входят береза, дуб, орешник, рожь, полынь и другие деревья и растения, цветущие в период с середины весны до самой осени. Среди главных аллергенов круглогодичного ринита выделяются клещи домашней пыли и эпидермальные аллергены (кошки, собаки и других животных). Вызвать аллергию также могут компоненты бытовой химии (чистящие, моющие средства), и химикаты, которые, например, добавляют в воду бассейнов для ее очистки.

Второе. Оцените сопутствующие симптомы. Прежде всего, обратите внимание на наличие или отсутствие интоксикационного синдрома с повышением температуры тела, ознобом, ломотой или болью в суставах и мышцах. Это скорее признаки простуды, они практически никогда не возникают при аллергическом рините.

С головной болью и кашлем ситуация сложнее: такие симптомы бывают



и при том, и при другом заболевании. А вот зуд, частое чихание и покраснение глаз являются верными спутниками аллергического ринита.

Но даже если по всем приметам у вас аллергический ринит — идите к врачу, не лечитесь сами. «Это хроническое заболевание, и только при соблюдении всех принципов терапии можно минимизировать неприятные симптомы и предотвратить их появление в будущем. Плюс запущенный аллергический ринит, повышает риск развития бронхиальной астмы. При отсутствии медикаментозного контроля и недооценке тяжести своего состояния впоследствии это может привести к плохо контролируемой бронхиальной астме.

КОГДА ИДТИ К ВРАЧУ

Существует 3 степени тяжести аллергического ринита, — говорит наш эксперт. — Заболевание может протекать в легкой форме, проявляющейся ограниченными числом симптомов, не влияющих на качество жизни, в средней тяжести, а также в виде тяжелого аллергического ринита, мучитель-

ные симптомы которого значительно ухудшают качество жизни — нарушают сон и работоспособность.

Но нельзя недооценивать проблему в любом случае. Заложенность носа и отек, из-за которых пациенты испытывают проблемы со сном, приводят к раздражительности, чувству усталости, разбитости с утра, нарушению концентрации внимания и снижению производительности труда из-за снижения психомоторных и мыслительных процессов, — говорит наш эксперт. — Доказано, что пациенты с сезонным аллергическим ринитом во время сезона цветения демонстрируют низкую способность к обучению, ухудшение кратковременной и долговременной памяти. Кроме того, у них чаще бывают депрессии.

Если заболевание протекает в легкой форме, пациенты, как правило, не идут к врачу. В аптеках же полностью средств от заложенности носа. Пшикнул спреем, закапал в глаза — и можно спокойно жить дальше. Это опасный путь, поскольку при этом происходит лишь временное уменьшение симптомов, а базового лечения не проводится.

«Сегодня при аллергическом рините врачи применяют так называемую «step by step» (пошаговую) терапию. Объем лечения и дозы назначаемых препаратов определяются в зависимости от степени тяжести заболевания, — объясняет наш эксперт. — При достижении контроля над симптомами доза снижается и наоборот — при усилении проблем».

ЧЕМ ЛЕЧИТЬСЯ

Основа лечения — антигистаминные препараты. Они блокируют H1-гистаминовые рецепторы, за счет чего эффективно снижают зуд в носу и глазах. Антигистаминные препараты системного применения 2-го поколения в большинстве случаев не вызывают сонливости. Но, если вы хотите устранить вероятность возникновения этого побочного эффекта, рекомендуется применять топические антигистаминные препараты. Например, ищите назальные спреи.

Вторая группа препаратов — глюкокортикостероиды, которые хорошо устраняют заложенность носа, снимают отек. Однако очень важно правильно использовать назальные аэрозоли с глюкокортикостероидами: перед нанесением препарата необходимо промыть нос любым изотоническим раствором (например, спреем с морской водой или даже физраствором). Струя должна быть направлена не на носовую перегородку, а на внутреннюю поверхность боковой стенки носа, где расположены отечные нижние носовые раковины.

Также, в период ремиссии рассматривается возможность проведения аллергенспецифической терапии (АСИТ). Это — радикальный метод лечения, который борется не с симптомами, а с самой причиной аллергии.

ЧТО ПОЛОЖИТЬ В АПТЕЧКУ АЛЛЕРГИКУ?

Я бы порекомендовал антигистаминный препарат, комбинированный назальный спрей, изотонический раствор морской воды в виде спрея в нос и топический интраназальный глюкокортикостероид. И при любом проявлении ринита — обратиться к специалисту.



Тульская городская клиническая больница скорой медицинской помощи им. Д. Я. Ваныкина

<p>Центр здоровья - бесплатное обследование:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Антропометрический метод расчета индекса массы тела • Скрининг-оценка уровня функциональных и адаптивных резервов организма • Экспресс-оценка сердечно-сосудистой системы с помощью кардиовизора • Ангиологический скрининг - расчет лодыжечно-плечевого индекса • Спирометрия • Смоклайзер • Пульсоксиметрия • Экспресс-анализ общего холестерина и глюкозы крови • Оценка суммарного риска фатальных сердечно-сосудистых осложнений по шкале SCORE • Осмотр в офтальмологическом кабинете • Осмотр стоматологического гигиениста • Профилактическое обследование: кардиолог, эндокринолог, гинеколог, окулист, ЛФК 	<p>Поликлиническое отделение для взрослых оказывает услуги:</p> <ul style="list-style-type: none"> • УЗ-диагностика • Рентген • Врачи различных специальностей • Функциональная диагностика • Стоматология • Гинекология • Водительская комиссия • Комиссия на право владения оружием • Лабораторная диагностика, анализы
<p>ЛЕЧЕНИЕ В ТОКСИКОЛОГИЧЕСКОМ ОТДЕЛЕНИИ НА ПЛАТНОЙ ОСНОВЕ: пребывание в палате повышенной комфортности, профессиональное снятие интоксикации. Адрес: г. Тула, ул. Первомайская, 13, корпус № 3</p>	
<p>(4872) 33-48-12, 35-36-26 ул. Сидович, 12</p>	<p>(4872) 25-29-39 отделение токсикологии добавочный 331 Первомайская, д. 13</p>



10-71-01-001281 от 27.11.2014 г. Рязань.

О ПРОТИВПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

О ПРОТИВПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

Какие проекты наградили на премии КП «Маршрут построен 2025».

Юлия СМЕРНОВА,
Александра ЕГОРОВА

Сегодня мы в «Комсомолке» уже можем говорить об истории Национальной туристической премии «Маршрут построен». Впервые этот конкурс провели в 2021 году, сейчас завершился четвертый сезон. Премия развивается, масштабируется, появляются новые номинации - и уже есть постоянные участники. Среди них: туроператоры, отели и хостелы, организаторы экскурсий, компании, занимающиеся развитием разных видов туризма, рестораны и театры, онлайн-сервисы и блогеры, целые регионы, города и туристические информационные центры.

В этом году в премии «Маршрут построен» были представлены 980 проектов из 78 регионов России - максимум за все время проведения конкурса.

- Для нас большая честь поддерживать этот конкурс. Туризм - один из национальных проектов, продвижением которых занимается АНО «Национальные приоритеты». Спасибо большое за то, что мы с вами вместе двигаем отрасль и делаем это очень живо, активно и радостно, - сказала на церемонии заместитель генерального директора АНО «Национальные приоритеты» Ирина Осадчая.

КТО И КАК ВЫБИРАЕТ ЛУЧШИХ В РОССИЙСКОМ ТУРИЗМЕ

«Маршрут построен» - народно-экспертная премия. На первом этапе за свои любимые маршруты, отели, туркомпании, сервисы голосуют туристы в формате открытого онлайн-голосования. Проекты, набравшие наибольшее число голосов, выходят в финал премии. А уже финалистов оценивает профессиональное жюри из числа экспертов туристической отрасли.

У премии «Маршрут построен» с годами становится все больше экспертов и партнеров - и это тоже признание ее масштаба и значения. Второй сезон конкурса проходит при участии национального проекта «Туризм и индустрия гостеприимства». Туристическими партнерами премии 2024 - 2025 стали туроператор FUN&SUN и сервис онлайн-бронирования Яндекс Путешествия. Номинация «Семейный туризм» в качестве партнера поддержала Останкинская телебашня.

Путеводитель для туристов и шанс заявить о себе



Вячеслав Фетисов (в центре) чествовал призеров в номинации для санаториев.

Участники приехали на церемонию из самых дальних уголков нашей страны.

Лучшим вручили статуэтки премии и памятные подарки.



Столица может удивить не только музеями, но и яркими маршрутами для активного отдыха.

Партнерами также выступили Фонд Росконгресс, Ассоциация туроператоров России, Ассоциация туристических агрегаторов, Международная выставка туризма и индустрии гостеприимства MITT, Международная премия в области событийного туризма Russian Event Awards, Международная выставка индустрии гостеприимства ПИР Экспо, Всероссийская туристская премия «Маршрут года», конкурс «Туристический сувенир», телеканал MUSICBOX GOLD, Союз городов Золотого кольца России, Национальная Курортная Ассоциация, форум-выставка ОТДЫХ Leisure.

ОТ КАЛИНИНГРАДА ДО ПРИМОРЬЯ: НАШИ ПОБЕДИТЕЛИ

Итак, кого же назвали лучшими туристы и эксперты? Список победителей конкурса «Маршрут построен» охватывает буквально всю страну, в прямом смысле слова, от Калининграда до Дальнего Востока. Например, проект глэмпинг-отеля «Атмосфера» из поселка Южно-Морской, что в Приморском крае, стал победителем в номинации «Глэмпинг года и экотуризм». На территории этого объекта расположены 15 экосфер с видом на Японское море.

- Мы восстановили брошенный маяк, и теперь это первый и единственный на Дальнем Востоке маяк-часовня, - рассказал о своем проекте Иван Молчанов, генеральный директор глэмпинг-отеля «Атмосфера». - Известный путешественник Федор Конюхов подарил нам икону, приехав на открытие. И маяк

стал местом паломничества для поклонников Федора Филипповича и всех, кто любит путешествовать.

А вот уже самый западный уголок нашей страны. В номинации «Гастро-туризм» главный приз уехал в Калининград, на семейное производство «Шаакен Дорф». Проект включает в себя авторские экскурсии с дегустацией сыра и сладостей, причем производят одну фамилию.

Столице нашей родины, конечно, тоже есть, чем порадовать туриста, да и не только его. Нет, речь не про знаковые всем с детства достопримечательности, музеи или изысканные рестораны. Городской проект «Зеленое кольцо Москвы» принимает участие в нашем конкурсе уже не первый год. Он охватывает аж 160 км пешеходных, беговых и веломаршрутов через весь мегаполис, включает в себя 32 парка, а также другие культурные и исторические объекты города и доступен людям

любого возраста: родителям с детьми, бабушкам с внуками.

А видеопроjekt «Места силы России» блогера Григория Горчакова на одном каком-то регионе не останавливается и рассказывает о разных уголках нашей большой страны. Причем экскурсоводами и героями роликов каждый раз выступают представители местных народов. Они знакомят зрителей с национальными традициями российских этносов из первых уст.

«БУДЕМ ОТКРЫВАТЬ СТРАНУ!»

Награду в номинации «Санаторно-оздоровительный туризм» вручил депутат Госдумы РФ, Посол доброй воли ООН, председатель Всероссийского общества охраны природы Вячеслав Фетисов.

- Я путешественник с большим стажем. И рад быть среди людей, которые открывают мир и дарят нам это счастье - путешествовать, - сказал эксперт со сцены, передавая награду. - Туризм - это круто, будем познавать свою страну!

Фото:

Михаил ФРОЛОВ/«КП» - Москва.

■ НА ЗАМЕТКУ

Анастасия Ступецкая - руководитель направления развития отелей Яндекс Путешествий.



Роман КОЛЕСНИКОВ/«КП» - Москва

Яндекс Путешествия

Партнером четырех номинаций премии «Маршрут построен», в которых награждаются лучшие отели, хостелы и глэмпинги, уже второй сезон выступает сервис бронирования Яндекс Путешествия. Десятки тысяч объектов - от крупных гостиничных сетей и санаториев до гостевых домов и глэмпингов - размещают предложения на Яндекс Путешествиях и находят своих гостей. А миллионы пользователей по всей стране планируют отпуск и деловые поездки с Яндекс Путешествиями.

Туристы ценят сервис за широкие возможности по бронированию, а отельеры - за удобство и эффективность.

- Цель нашего сервиса - помочь любой гостинице найти своего гостя, будь то глэмпинг в Подмоскowie, гостевой дом в Горно-Алтайске, санаторий в Краснодарском крае или бизнес-отель во Владивостоке, - сказала руководитель направления развития отелей Яндекс Путешествий Анастасия Ступецкая. - Поэтому нам сегодня особенно приятно вручать эту

премию, отмечающую отели из разных уголков страны, которые полюбили путешественникам!

- У нашего сервиса и у «Комсомольской правды», организатора премии, похожие задачи - мы вместе работаем для развития туризма, для того, чтобы вдохновлять людей отправляться в поездки, - добавил Ян Бакаев, руководитель группы по развитию ключевых отелей Яндекс Путешествий. - Благодаря «Комсомолке» миллионы людей по всей стране открыли для себя новые интересные места, а отельеры получают заслуженное признание. Благодарим организаторов премии, очень рады здесь быть!

Притворившаяся мертвой школьница сумела позвать на помощь.

Шокирующая история - 17-летний Иван Савельев изрезал ножом восьмерых друзей, четверых насмерть, сам погиб в устроенном им же пожаре... В Байкальске (Иркутская область) врачи борются за жизнь тяжело раненных школьников. Они спаслись благодаря подруге, которая во время бойни притворилась мертвой, а потом смогла позвать на помощь.*

«СЕГОДНЯ, КОРОЧЕ, ЖЕСТКО БУХАЕМ»

Мы побывали на месте трагедии... И это история не про маргинальную семью. Подозреваемый в убийстве (так по закону сейчас звучит формулировка) Иван Савельев - гордость школы (фото висит на доске почета), один из самых успешных спортсменов-борцов местной спортивной секции. Именно ему родители разрешили пригласить на дачу друзей, которые учатся в той же школе и многие занимаются в той же секции, чтобы отметить 15-летие подруги Ирины. Дача находится в СНТ в двух километрах от города Байкальска - это скорее приличный коттедж. Просторный двухэтажный дом, еще недостроенный, находится рядом с прежним дачным домиком, из которого Савельевы собирались потом сделать подсобное помещение. О самой семье пока известно немного. Многодетные, обеспеченные, все дети хорошо учатся, занимаются спортом. Папа работает, мама тоже - с раннего завтрака до развоза по школе и секциям...

Родители Ивана знали, что многим его друзьям разрешили остаться праздновать до утра. Папа проверил ребят поздно вечером - осталась примерно половина компании, три девочки и шестеро парней, включая его сына. Часть, в том числе именинницу, развезли по домам.

Пока непонятно, когда появилось видео, которое компа-

*Имена изменены.



Праздник закончился страшным убийством и пожаром.

Полина ПШЕННИКОВА

Гордость школы, спортсмен-борец зарезал четырех друзей на дне рождения

ния выложила в соцсетях, - до или после этой проверки. На нем: «Сегодня, короче, жестко бухаем!», «Именинница!!! (нецензурно) повернулась!!! (на телефон. - Ред.)».

Если посчитать только то, что попало на камеру: 15 банок алкогольных коктейлей, 3 бутылки водки, 2 - джина, 1,5 литра крепкого пива. Закуска - лапша, пюре из пакетиков, чипсы.

Но обсуждают в Сети сейчас одно - даже нереальное количество алкоголя не может заставить благополучного парня взять нож и пойти резать друзей.

«Или у него было не все в порядке с психикой, или чего-то еще «накинулись». Но следствие пока не озвучивает ничего по этому поводу. Резня началась около двух ночи. К тому времени компания устала. Одни отправились спать в старый домик, другие остались в новом. Иван приставал к одной из оставшихся девушек, Лене, та жестко отшила. Подруги, Оля и Лена, легли спать вместе.

«СТОИТ ДЕВЧОНКА, ВСЯ В КРОВИ»

Около трех часов ночи в частный дом 50-летней Аллы Смирновой в том же СНТ заколотила девочка: «Помогите!!! Я хочу жить!!!» Это Лена просила о помощи.

- Слышу стук в дверь. Стоит девчонка, вся в крови, - рассказала «КП» Анна Смирнова. - Голые ноги, в носках. А на шее штаны, которыми она перевязала рану. Скорее всего, сняла их, пока бежала...

Говорила: «Мальчик из нашей компании достал нож и всех зарезал. Я смогла вырваться и убежать. Увидела ваш участок...»

Дом, в котором произошла трагедия, находится на 5-й улице, а дача Аллы - на 2-й. Школьнице пришлось бежать с горки несколько километров, чтобы найти кого-то, кто сможет ей помочь.

- Она понимала, что это дачный поселок и люди не живут здесь постоянно. Бежала и целенаправленно искала дома, где горит свет и может кто-то находиться. Замети-

ла за оградой мою машину. Забежала во двор и стала стучаться в дверь дома. Повторяла: «Там много мертвых».

Женщина вызвала полицию и скорую. Сама обрабатывать раны школьнице не решилась, - боялась, что кровотечение может усилиться.

- Она плакала и постоянно повторяла: «Моя подруга накрыла меня собой, поэтому я и выжила».

Что же произошло? Иван, которому отказала в близости Лена, взял нож и стал резать друзей. Из девочек проснулась Оля, накрыла собой подругу, но Лена он тоже пырнул ножом. Лена замерла, слышала, как Иван идет дальше. Иван же открыл в доме газовый баллон, поднес зажи-



Иван позвал всех к себе, ему разрешили родители.

Личная страница в социальной сети

галку. Взрыв, пожар, огонь перекинулся и на соседний домик...

На место очень быстро приехали спасатели и полиция, которых вызвала та самая соседка.

Каким-то чудом из огня вытащили нескольких человек - выжить удалось четверым, включая Лену.

Сам Иван, возможно, задохнулся в дыму.

«СКАЖИТЕ, ЧТО ЭТО СОН»

Глава министерства здравоохранения Иркутской области Андрей Модестов сообщил, что все пострадавшие доставлены в Иркутскую областную детскую больницу. Они находятся в тяжелом физическом и психологическом состоянии.

Следователи проводят допросы - поговорить надо со всеми детьми, в присутствии родителей.

В Байкальске готовятся к похоронам. Мама Ивана была в командировке - сейчас она возвращается в город. Прощаются со своими детьми и другие семьи. «Пожалуйста, скажите, что это сон. Я не хочу верить, что мой брат умер. До сих пор молю, чтобы ты был жив», - написала на своей странице сестра одного из погибших.

Заведены уголовные дела. По «факту убийства двух и более лиц» - пока не в отношении конкретных людей.

Идет проверка и тех, кто продал детям алкоголь, - по статье «вовлечение несовершеннолетних в совершение антиобщественных действий» грозит лишение свободы на срок до 4 лет.

**Виктория КУДАЕВА,
Регина РАХИМОВА,
Анастасия КУРЕНОВА,
Полина ПШЕННИКОВА
(«КП» - Иркутск).**



Оля погибла, закрывая собой подругу.

Телеграмканал мэра Байкальского городского поселения Темневского

Телеграмканал мэра Байкальского городского поселения Василия Темневского



Пришли на день рождения и погибли: все жертвы учились в одной школе и давно дружили.

Телеграмканал мэра Байкальского городского поселения Василия Темневского



Телеграмканал мэра Байкальского городского поселения Василия Темневского



10 мужских фраз, которые больше всего бесят девушек.

«Ты накаркала, а я тебя услышал»

Александра ЗАЙЦЕВА

Помните вирусную песенку Артура Пирожкова «Я не Андрей, я андроид - Бесишь меня!»? Диалог там типичный, как раз такой, который почти любую девушку выведет из себя. А какие еще мужские фразы способны нас взбесить? Судя по обсуждению в соцсетях, их не так много. Зато они на удивление одни и те же на всем русскоязычном пространстве. Вот так же было и в школе: любая учительница от Калининграда до Владивостока периодически произносила: «А голову ты дома не забыл?» А любой мужчина от Минска до Камчатки регулярно выдает вот это. И женщины в ответ взрываются.



Катерина МАРТИНОВИЧ «КП» - Москва

1 «Посмотрим». Вариант - «Надо подумать»

Что означает: давай отложим этот вопрос, не хочу им заниматься, желательнее навсегда.

Катя:

Я думала, что только у нас в Беларуси мужчины так говорят. Оказалось, везде! Этой фразой они мягко нас посылают, чтоб не отказывать напрямую.

2 «Не выноси мне мозг», «Ты сама себя накрутила», «Это только в твоей голове», «Это тебе кажется»

Женщина видит в этих словах нежелание ее услышать и понять. Мужчина будто отгораживается от нее забором. А потом удивляется, когда она, не в силах забор разломать (маникюр пострадает!), подкладывает под него взрывчатку.

Елена:

Из-за этого «тебе кажется» мы в итоге и развелись. Что бы ни случилось - этого нет, это я выдумала. Ну да, и все остальные вокруг тоже выдумали, глаза их обманывают.

3 «Не начинай, а», «Чё началось-то опять, нормально же сидели?»

Виктория:

Как это не начинать? Я хочу прояснить ситуацию, я уже начала, и этот локомотив не остановить.

4 «А вот другие женщины...», «А моя мама...», «Почему другие все успевают, а ты нет?»

Кстати, обоюдно запрещенный прием. Если такое регулярно повторять мужчине, он, скорее всего, возмутится сравнением и сочтет, что его пилят.

Лиза:

Недавно я наорала на отца, потому что он сказал коронную фразу: «А как же Оля (родственница) все успевают?!» Я в это время крутилась на кухне и готовила сразу несколько блюд, одновременно мыла посуду, а отец болтал под руку. Конечно, это взбесило. Жить, как Оля, не дай бог. В разводе, одна тянет сына и дочь, заботится о престарелых родителях, на работе 6 дней в неделю двойная нагрузка - она учитель. Еще и научную работу пишет и закрутки делает. Куча болячек от такой жизни. И ее мне батя в пример ставит!

5 «Послушай женщину и сделай наоборот»

В первый раз воспринимается как шутка, в пятый раздражает, а потом уже заставляет задуматься, а так ли уж нужен тебе мужчина с такой позицией.

6 «А чё такая красивая и одна?»

Алексей:

Этим вопросом и так задается вся ее семья. Не надо им добивать девушку.

7 «Я тебя услышал»

Означает ровно противоположное: прислушиваться не собираюсь, реагировать тоже. Ты высказалась, а теперь я все равно сделаю по-своему.

8 «Накаркала!»

Алина:

Вот вроде и безобидно звучит, а на самом деле этим он меня регулярно обвиняет в своих бедах. Машину разбил не потому, что вел невнимательно, а потому, что я опять что-то сказала. И т. д. Надоело выслушивать.

9 «Ты не развиваешься», «Ты деградируешь»

Ксения:

О, получила я эту фразу про «ты не развиваешься». Он после работы учится трейдингу, игре на гитаре, тренирует память и кучу других полезных навыков. А я, клуша, после работы забираю сына из сада, иду за покупками, готовлю, мою посуду, занимаюсь стиркой и уборкой, делаю с ребенком логопедические домашние задания, просто с ним общаюсь. Это ж все легко, что там сложного? Бытовуха! Теперь разводимся, но живем еще на одной территории. Уборка, стирка и готовка по очереди, как и занятия с ребенком. И вот же чудо, муж твердит, как я похорошела, какая интересная стала, новую профессию осваиваю! Вот если б всегда такая была, мы б и не развелись, жили счастливо! Ага, во мне и была вся проблема.

10 И коронное при разводе «Почему? Все ж хорошо было!»

Лера:

Как и многие, я услышала это, когда подала заявление. И еще раз убедилась: муж не слышал и не видел, что мы давно не семья, что я уже не в состоянии тянуть этот воз в одиночку и терпеть обиды. Ему и правда было хорошо - за счет моих нервов.

ДРУГОЙ ВЗГЛЯД

Ольга:

Мужчины, конечно, сейчас хором возмущаются: да вас любая наша фраза бесит, ничего сказать нельзя! Но дело не в этом.

Я замужем в третий раз, общий стаж семейной жизни - 22 года, и вот что хочу заметить. Пока живы чувства, нас не бесит в любимом мужчине ни-че-го. Бесконечно придирается к каждой соринке на полу - ну и что, он просто чистюля, папой-военным воспитанный. Не может принять решение сразу - привык сначала все хорошо обдумывать. И т. д. А вот когда накопилась усталость друг от друга, страсть ушла, и осталась только привычка... Тогда мы и начинаем чуть ли не любую фразу воспринимать как попытку обидеть. И раздражаться. А это ох какой звонок.

Овен



Под влиянием Меркурия Овны почувствуют особый интерес к обучению. Вы будете впитывать знания как губка. Книжки, лекции и даже случайные статьи в интернете покажутся вам увлекательнее сериалов. Ловите момент - самое время записаться на курсы или освоить новые навыки.

Телец



Тельцы погрузятся в глубокие размышления о своем предназначении: какую пользу вы приносите обществу и близким? Философия - это хорошо, однако постарайтесь не упустить из виду тех, кто рядом: кому-то из вашего окружения сейчас особенно важны ваше внимание и поддержка.

Близнецы



Вас ожидает рост в профессиональной сфере: сейчас от вас не укроется ни одна деталь. Вы будете в центре внимания, и это способно вызвать приступ ревности, уделяйте больше внимания любимому человеку. Помогите близким финансово, но не давайте совать нос в ваш кошелек.

Рак



Раки будут воспринимать действия окружающих в штыки. Люди явно недотягивают до ваших высоких стандартов, и это невероятно раздражает. Чтобы не переругаться со всеми, попробуйте немного сменить угол зрения - люди не так уж и плохи, а ваше терпение и понимание помогут наладить отношения.

Лев



На Львов могут свалиться неожиданные предложения, где придется проявить харизму и напор. Но не летите сломя голову - присматривайтесь к деталям и не ведитесь на пустые обещания. Если не торопиться, сможете избежать подводных камней и добиться оглушительного успеха.

Дева



Для Дев это время крутых возможностей! В делах и общественной жизни вас ждет прорыв. Возможно, кто-то из окружения откроет вам двери в мир влиятельных людей. Вы будете легко находить общий язык и блистать лучшими качествами. Но не забывайте отдыхать, чтобы были силы побеждать.

Весы



Неделя подарит легкость и вдохновение. Вас ждут приятные сюрпризы, новые знакомства и возможность проявить творческую натуру. Этому миру явно не хватает ваших свежих идей! Но это не значит, что нужно всегда лезть из кожи вон. Иногда лучшие озарения приходят в моменты расслабления.

Скорпион



Июнь начнется с мощного интеллектуального подъема. Новые знания будут даваться легко - используйте это время для курсов и книг. Учтите, что вы станете душой компании, ваши карьерные перспективы станут особенно яркими. Так что это идеальный момент для повышения.

Стрелец



Стрельцов может подвести любовь к авантюрам. Подумайте, что вам важнее: минутное удовольствие от аферы с последующими за ней неприятностями или незапятнанная репутация? Вместо сомнительных дел лучше возьмитесь за швабру - долой хлам, наступило время большой уборки!

Козерог



Козерогов одолеют мошенники и другие сомнительные личности. Будьте предельно осторожны. К тому же у вас дел по горло, вам некогда разгребать печальные последствия. А успеть все в срок вам поможет грамотное планирование - вы ведь это умеете.

Водолей



Вам нужно замедлиться. Бежать впереди паровоза весело, но неэффективно - на такой скорости вы будете постоянно ошибаться, а потом с ужасом осознавать, сколько всего придется исправить и переделать. Продумывайте свои шаги, действуйте спокойно и уверенно, и все у вас получится.

Рыбы



С приходом лета Рыбы встрепенутся. Вы словно только сейчас отошли от зимней спячки и увидели мир в новом свете. Вы пересмотрите свое отношение ко многим вещам и откроетесь новому, готовые принимать перемены. Оставьте прошлое в прошлом - давно пора. У вас впереди светлое будущее!

Великолепный ЗЭК

Окончание.
Начало < стр. 1.

Но есть и хорошая новость: Эргенч пока на свободе. И вообще может избежать заключения.

ЗАЩИТНИКИ ПАРКА

В мае - июне 2013 года по Турции прокатилась волна протестных акций. Поводом стало намерение властей вырубить небольшой парк Гези в центре Стамбула. Там хотели построить торгово-развлекательный комплекс, элитное жилье и восстановить здание казарм «в османском стиле».

Защита парка переросла в демонстрацию с требованием отставки Эрдогана, который в то время был премьером и считался автором идеи уничтожения парка. Накал протестов так

напугал власти, что за их участников взяли всерьез и надолго, возбуждав уголовные дела.

Халита Эргенча привлекли свидетелем: он засветился на фото из парка с одним из главных организаторов бунта, режиссером Меметом Али Алабора (тот потом получил политическое убежище в Британии). В суде Эргенч утверждал, что никаких особых связей у

них не было - разве что по работе. Но прокуратура Стамбула вскрыла переписку, которая, по мнению следователей, доказывала обратное.

Артисту светило 2 года и 3 месяца тюрьмы, однако суд смягчил наказание, учитывая «хорошее поведение» Халита, который исправно посещал заседания.

Источник в юридических кругах Анкары пояснил «КР»: пока «великолепного Сулеймана» за решетку сажать не будут: «Фактически это условный срок. Его вина не на-



Эргенч (слева) с коллегой, актером Рызой Коджаоглу, в уголовном суде Стамбула.

Кадр из видео



В жизни Сулейман I был ростом 165 см, имел лишний вес и кривые ноги. Рост Эргенча - 185 см.

Кадр из сериала «Великолепный век», 2011

ЧЕМ ЗНАМЕНИТ ХАЛИТ

В четырех сезонах «Великолепного века» (16+) - 139 серий. Гонорар Эргенча был самым крупным среди актеров: \$20 тыс. (1,6 млн руб.) за серию. Больше того, Халит - единственный из артистов, кто получал процент за трансляцию сериала в других странах.

Сейчас средний гонорар звезды за эпизод - аналог 1 млн руб. Турецкая пресса оценивает его состояние в \$5,5 млн (438 млн руб.).

Съемки с участием Эргенча в Стамбуле продолжают, и недавно на них побывала наша Ксения Бородина - большая любительница турецких сериалов. Бородина в шоке из-за суда: «Интересно, что будет дальше с «Если король проиграет», неужели остановят съемки»...

До начала актерской карьеры Халит занимался вокалом и танцевал, поэтому иногда принимает участие в концертах. В

его репертуаре джазовые композиции, народные песни и хиты из популярных фильмов.

Эргенч женат на коллеге: с актрисой Бергюзар Корель он снимался в сериале «1001 ночь», ради нее развелся с первой женой. Супруги воспитывают троих детей.

В Лондон из Стамбула семья переместилась после рождения третьего ребенка, купив дом в британской столице. Говорили, что переехали ради образования детей. Но уже через два года, в 2024-м, вернулись обратно в элитный стамбульский район (там у них особняк в 200 кв. м с бассейном и террасой). На родине актеры тут же приступили к съемкам, а вот в Лондоне сидели без работы.

столько серьезна, чтобы сразу из зала суда отправлять под арест. Но в течение пяти лет ему нужно оставаться чистым перед законом - иначе срок может стать реальным. Впрочем, у актера еще есть право подать апелляцию, и он это наверняка и сделает».

Алена ПАЛАЖЧЕНКО,
Инна ФЕДОТОВА.



Убийство, наркотики, рукоприкладство: 10 турецких актеров, имевших проблемы с законом



■ УТРАТА

Прощай, Крош

Екатерина ИНОЗЕМЦЕВА

На 63-м году жизни умер актер Василий Фунтиков.



Кадр из фильма «Каникулы Кроша», 1980

Советский и российский актер театра и кино **Василий Фунтиков** для миллионов зрителей навсегда остался Сергеем Крашенинниковым, или Крошем, из приключенческого мини-сериала «Каникулы Кроша».

В кино актер дебютировал в 1975 году, играл небольшие роли. Звездный час наступил в 1980-м, когда на экраны вышла новая экранизация повести Анатолия Рыбакова про смелого и наблюдательного старшеклассника Кроша. К этой роли актер возвращался в проектах «Неизвестный солдат» (1984) и «Воскресенье, половина седьмого» (1988). В более зрелые годы снимался в сериалах «МУР есть МУР», «Герой нашего времени», «Глухарь» и других.

Как сообщила пресс-служба Союза кинематографистов РФ, артист ушел из жизни скоропостижно. Ему было 62 года. Смерть могла наступить из-за проблем с сердцем. Прощание с Василием Владимировичем пройдет в пятницу, 30 мая, на Хованском кладбище в Москве.

■ НЕ ПЛАЧЬ, ДЕВЧОНКА!

Кирилл МИШИН

Артист решил пойти на службу после съемок в фильме про юного рэпера из Донецка.

Актер **Глеб Калюжный**, знакомый зрителям по сериалам «Вампиры средней полосы» (18+) и «Трудные подростки» (18+), утром 27 мая отправился на срочную службу. К сборному пункту в Москве он подъехал на шикарном черном «Гелендвагене» под музыку из сериала «Солдаты» (помните, «Здравствуй, юность в сапогах?»). Артист появился уже побритый налысо и рассказал журналистам, что ждет от службы новых навыков и друзей. Он надеется попасть в элитные войска, о которых ему говорили в призывном пункте. Калюжный не боится пропустить целый год съемок, потому что будет время отдохнуть, а к тому же есть шанс вырваться на премьеры своих коллег.

Провожали Калюжного агент, сестра, тетя, бабушка и другие родственники. Мама Наталья обмолвилась, что большая часть проводов накануне прошла без сына. Будущий военнотрудовой появился уже в конце вечеринки,

Глеба Калюжного проводили в армию



Кадр из видео

Актера и музыканта (он еще и рэп пишет) ждали на сборном пункте военкомата.

а собравшиеся встречали его песней «Как родная меня мать провожала».

По словам артиста, он умеет держать оружие и решил пойти на службу после съемок в фильме про юного рэпера из Донецка, который становится добровольцем, чтобы спасти свою маму в Мариуполе.

- В проекте «Малыш» как раз и получил окончательный

импульс: я и так хотел пройти службу и собирался идти. И я благодарен и судьбе, и Богу за то, что так происходит. И проекту «Малыш» за то, что так сложилось, - сказал Глеб перед уходом. В своих соцсетях Калюжный написал лишь: «До скорой встречи».

Напомним, ранее против 26-летнего актера возбудили уголовное дело за уклонение



Блогер Женек в «Вампирах...» - одна из самых ярких работ Калюжного.

от службы. Калюжный не являлся по повесткам без законных оснований. По словам его матери, Глеб учился в вузе, но, видимо, на заочном отделении. Когда эта информация всплыла, артист решил добровольно пойти срочную службу.

Интересно, что буквально на днях появились первые кадры со съемок третьего сезона популярного сериала «Вампиры средней полосы». Ни в списке актеров, ни на фото, ни на традиционной тарелке (которую киношники разбивают в начале съемок) Калюжный не фигурирует. Однако поклонники надеются, что в финале проекта туповатый, но милый вампирчик Женек в исполнении Глеба все-таки появится.

Кадр из сериала «Вампиры средней полосы», 2021



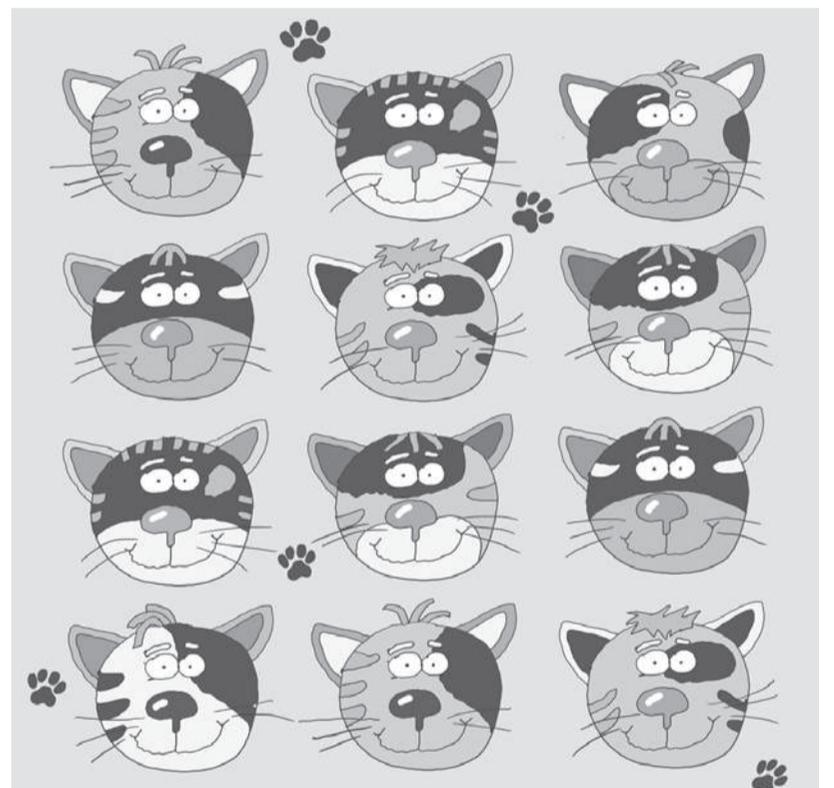
Найди в буквенной цепочке три слова, которые очень хочет отыскать и поймать кот.



Узнай, как зовут котика: зачеркни повторяющиеся буквы, а из оставшихся составь слово.



Внимательно посмотри на мордочки котиков и найди две, у которых здесь нет одинаковых.



Рисовал Сергей БЕЛОЗЁРОВ.

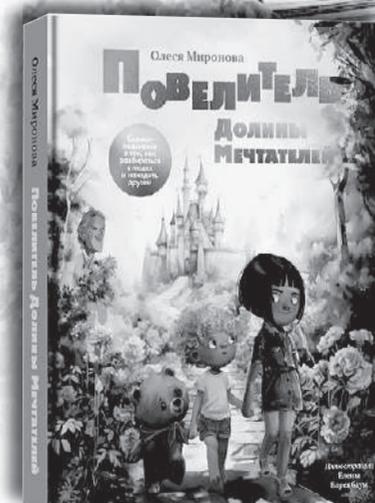
**ПОДАРИТЕ РЕБЕНКУ СКАЗКУ!
ЧИТАЙТЕ ВСЕЙ СЕМЬЕЙ**

Олеся
МИРОНОВА



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

Отсканируйте
QR-код
и закажите
книгу



**ЗАХВАТЫВАЮЩАЯ
ИСТОРИЯ С ВОЛШЕБНЫМИ
КАРТИНКАМИ**

**НЕВОЗМОЖНО ОТОРВАТЬСЯ:
ПРИКЛЮЧЕНИЯ
НА КАЖДОЙ СТРАНИЦЕ**

**СКАЗКА ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ?
КАК ПОНИМАТЬ ЛЮДЕЙ
И НАХОДИТЬ ДРУЗЕЙ**

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КР»

Кристина СМЕРНОВА, Магнитогорск:
- Визажист и стилист по прическам. Профессиональная фотомодель. Люблю танцы различных направлений. Обожаю путешествия как по нашей стране, так и за границей.



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:
- Высокая линия талии акцентирует длину ног, а рюши по подолу добавляют винтажного настроения образу. Этот оттенок красного Кристине к лицу. А босоножки! Неужели она будет танцевать?!



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 «КР»!

АНЕКДОТЫ

Многие пары тратят деньги на ерунду. А ерунда еще и капризничает, и выспрашивает:
- А ты точно меня любишь?..

Люди берут ипотеку, чтобы им было где голодать.

Как глубоко россияне погрязли в кредитах < стр. 4 - 5.

Теперь питаюсь исключительно вермишелью с ароматом курицы... так как получил зарплату с ароматом денег...

Самое страшное наустро после пьянки - взглянуть в опустевший кошелек и оценить масштаб своей щедрости на пьяную голову!

Вся жизнь - театр. Поэтому я встаю только после третьего звонка будильника.

- Вы, сударь, видно, сильно согрешили, раз вам судьба подкинула меня...

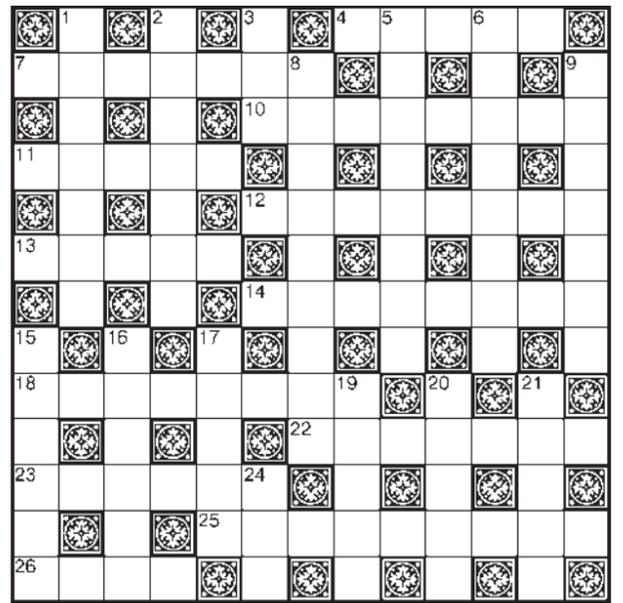
«Не знаю, как насчет полетов, - Друзьям сказала фрекен Бок, - Но я клянусь: как вентилятор Он бог!»

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Какой тропический плод ботаники считают толстокожей ягодой? **7.** Овощ для пиццы capricciosa. **10.** Кто помогает связать поддерживать? **11.** «Экстерьер» человека. **12.** Кого из героев, как утверждают злые языки, Мольер написал со своего отца? **13.** Источник паюсной икры. **14.** Армянский танец «канатного плясуна». **18.** Что вручают школьнику на выпускном вечере? **22.** Кому жених кольцо на палец надевает? **23.** Какой углерод принес Нобелевскую премию Андрею Гейму и Константину Новоселову? **25.** В какой игре блистает эрудит? **26.** Что во хмелю «не вяжут»?

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Поза гимнаста на одной ноге. **2.** Кому в правительстве портфель положен? **3.** Лес с хвойным ароматом. **5.** Летная часть. **6.** Какая мифическая царевна стала героиней трагедии «Семеро против Фив»? **8.** Тандем на воде. **9.** Как сердолик иначе называют? **15.** Жаровня шашлычника. **16.** «Бинго!» в боулинге. **17.** Кто из советских поэтов придумал понятие «социальной заказ»? **19.** Самодельный... **20.** Какой король стал основателем династии греческих Глюксбургов? **21.** Что штукатуры перед тем, как оклеивать обоями? **24.** Какая из африканских рек замерзала дважды в истории?

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Банан. **7.** Артишок. **10.** Радистка. **11.** Облик. **12.** Гараж. **13.** Осер. **14.** Памятник. **18.** Аттестат. **22.** Невеста. **23.** Графен. **25.** Виктория. **26.** Лыко. **ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.** Аванпост. **2.** Министр. **3.** Бор. **5.** Катамаран. **6.** Катамаран. **9.** Карнеол. **15.** Мангал. **16.** Страйк. **17.** Асеев. **19.** Театр. **20.** Георг. **21.** Стена. **24.** Нил.

Прогноз погоды на завтра, 31 мая

	ночью	днем	
Тула	+14 ... +16	+23 ... +25	Давление – 744 мм рт. ст. (норма мая – 740) Относительная влажность воздуха – 48% (норма – 50%) Ветер – юго-западный 4 м/с Восход – 4:04 Закат – 20:51 Луна – растущая
Ясногорск	+14 ... +16	+22 ... +24	
Новомосковск	+15 ... +17	+22 ... +24	
Белев	+14 ... +16	+22 ... +24	
Ефремов	+15 ... +17	+23 ... +25	
ясно ☀️	облачно ☁️	пасмурно ☁️	
дождь 🌧️	гроза ⚡️	снег ❄️	

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

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

Звоните нам!
(495) 777-02-82

Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

■ Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.
■ Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.

■ Ведущий редактор номера **Е. ПОПОВА** (ответственный секретарь).

■ Шеф-редактор **Е. САЗОНОВ**.

■ Учредитель, редакция и издатель - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».
■ Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
Индексы П1101, ПМ976
Тип. №
■ Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30
■ ISSN 0233-433X

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

Тираж этого номера: 172 470 экз.

Рекомендуемая цена 14 руб. 00 коп.

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



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

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

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

Газета отпечатана в типографии ООО «Трайм Принт Воронеж», 394026, Воронеж, пр. Труда, 48Л. Время подписания тульского выпуска по графику и фактически в 18.00. Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты. Заказ №2189 Тираж регионального выпуска - 2 800 экземпляров. За достоверность информации в рекламных материалах ответственность несет рекламодатель. «На правах рекламы», «Люди дела», «Точка зрения», «Ситуация», «Бизнес-пресс», «События», «Новости компаний», «Региональная жизнь», «Хорошая новость», «Это полезно знать», «Вопрос-ответ», «Законы красоты», «Ваше здоровье», «Кушать подано», «Открытая трибуна», «Версия», «Мнение», «Персона» - публикации на коммерческой основе.