

В этом номере спецвыпуск «КП»!

Время неравнодушных!  
Волонтеры  
на передовой  
борьбы с пандемией



АГН «Москва»

РАДИО  
КОМСОМЛЬСКАЯ  
ПРАВДА

Владивосток 90,4 FM  
Находка 107,2 FM  
Уссурийск 99,4 FM

Что приморцу  
хорошо

Слушайте по будням 08:00



# КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА



6 892 000



Основана в мае 1925 года

уникальных посетителей  
за минувшие сутки

Среда - четверг  
2 - 3 декабря

Газета нашего города ★ Владивосток

№ 138 (27211) 2020 год

## Каким будет декабрь 2020-го в столице Приморья



Главный синоптик края рассказал, что покажут столбики термометров в первый месяц зимы.  
Читайте на стр. 2 ▶



Юлия ПЕХАЛОВА

### Можно ли доверять экспресс-тестам на коронавирус?

Анна ДОБРЮХА

Разбираемся во всех нюансах  
вместе со специалистами.

Продолжение на стр. 4 ▶

## ... а Новый год по расписанию

Константин МИХАЙЛОВ

На улицах Владивостока  
уже устанавливают  
праздничные елочки.



М.С. ПИ

Несмотря на режим ЧС, столица Приморья продолжает готовиться к встрече Нового года. В разных районах города идет установка девятиметровых символов зимнего праздника - елей.

Зеленые конструкции уже появились на территории дворца детского творчества, улице Окатовой, в Снеговой Пади, у кинотеатра «Галактика» и возле поликлиники № 8 на улице Вострецова. Ели также украсили сквер в районе Лермонтова, 81, в поселке Трудовом.

Всего на территории Владивостока мэрией

будет установлено 13 новогодних елей. Особо примечательны две елочки, которые установят на площадке в районе Черемуховой, 3 и в поселке Экипажном на Русском острове. Во-первых, это будут самые настоящие деревья. Во-вторых, их украсят новогодними игрушками, которые смастерят юные жители Владивостока. Детский конкурс елочных игрушек продлится до 20 декабря.

ВСЕРОССИЙСКАЯ ДЕКАДА ПОДПИСКИ  
С 3 ПО 13 ДЕКАБРЯ ПО ЛЬГОТНЫМ ЦЕНАМ  
во всех почтовых отделениях



ПОДПИСКА  
НА КОМСОМЛКУ  
ОТЛИЧНЫЙ ПОДАРОК  
К НОВОМУ  
ГОДУ



ЦЕНА НА 6 МЕСЯЦЕВ	ИНДЕКС	ДЛЯ ЧАСТНЫХ ЛИЦ	ДЛЯ ЛЬГОТНИКОВ*
ежедневная + еженедельник	14671	2094, 78 руб.	1883, 58 руб.
еженедельник с телепрограммой	14672	767, 70 руб.	679, 74 руб.
ежедневная газета	14673	1431, 42 руб.	1290, 96 руб.

Предложение для жителей Приморского края  
Льготные категории граждан: ветераны ВОВ, инвалиды I и II групп. Справки по телефону 8 (423) 230 22 57

Реклама, 12+

# Каким будет декабрь во Владивостоке

Кристина ГРИН

**В первый месяц зимы синоптики обещают морозы в ночное время.**

Вот и наступил декабрь. Как сообщает главный синоптик края Борис Кубай, погода в первую декаду месяца будет носить устойчивый антициклонический характер. Ночные температуры воздуха с первых дней дадут понять, что наступила зима, - станет морозно, да и это вполне оправданно.

Так, на севере региона температуры воздуха опустятся до -25... -30 градусов. Прогноз погоды на декабрь 2020 гласит о том, что на севере также пройдет вторичный холодный фронт с небольшим снегом. Минимальная температура воздуха ночью будет -18...-27 градусов, в горных районах до -31 градуса, на побережье намного теплее: -8...-15 градусов. Днем, разумеется, тоже будет минус, но для декабря совсем незначительный: -1...-11 градусов.

В первые дни декабря во Владивостоке будет даже небольшой плюс, только вот потом он снова медленно перейдет в минус, правда, тоже в небольшой. В целом синоптики отмечают, что антициклон обеспечит жителей Приморья солнечной и спокойной погодой. По крайней мере, в первой декаде месяца. Снега метеорологи в первой десятидневке зимы не наблюдают.



Время кутаться в теплые одеяла и согреваться горячим чаем.

Глава Примгидромета также отметил, что повторение ледового апокалипсиса исключено. В регионе не будет условий для его зарождения.

- Аномально суровой зимы мы не ожидаем, она все-таки будет теплее нормы. Предзимье показало, что это будет так. Но колебания температур, безусловно, будут. Несколько дней -20...-25, потом несколько ночей -5... -10, - отметил Борис Кубай.

Выходит, что госпожа погода сохранит неустойчивый характер, но бояться суровой зимы жителям Приморья не придется. Только ночные морозы будут подтверждать, что бразды правления перешли первому зимнему месяцу.

## ■ КРАСОТИЦА!

### «Краса Приморья - 2020» - студентка медуниверситета

Василий ПОЛИКАРПОВ

**21-летняя Дарья Долгова обошла своих конкуренток и завоевала престижный титул.**

Во Владивостоке завершился конкурс красоты «Краса Приморского края - 2020». Среди девяти конкурсанток жюри выбрало одну красавицу, достойную диадемы победительницы конкурса. Ею стала 21-летняя студентка ТГМУ Дарья Долгова.

Дарья живет во Владивостоке, учится на 5-м курсе Тихоокеанского государственного медицинского университета по специальности «Медицинская биохимия».

Девушка не скрывала эмоций и призналась, что сама не ожидала того, что станет победительницей конкурса красоты. В своем инстаграм-аккаунте Дарья поблагодарила всех, кто поддерживал ее.

- Всем огромное спасибо за поздравления, сама пока нахожусь в шоке, всем обязательно отвечу, - делится своими эмоциями победительница конкурса.

В этом году мероприятие проходило 27 ноября в атмосфере лоска и роскоши - в гостинично-развлекательном комплексе в пригороде Владивостока.

Всего же в финале участвовало 10 девушек из Владивостока. Примечательно, что две из них в анкете указали, что учатся в Тихоокеанском государственном медицинском университете



(ТГМУ), а одна окончила Владивостокский базовый медицинский колледж. Похоже, 2020 год проходит под знаком медицины, и представители здравоохранения покоряют вершины и становятся героями во всех областях.

## ■ ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ



### Управление ФНС по Приморью напоминает

Олег БЕЛОВ

**Индивидуальным предпринимателям необходимо уплатить фиксированные страховые взносы за 2020 год не позднее 31 декабря.**

Управление федеральной налоговой службы по Приморскому краю напоминает о необходимости своевременной уплаты фиксированных страховых взносов на обязательное пенсионное и медицинское страхование.

В категорию плательщиков попадают индивидуальные предприниматели (без наемных работников), адвокаты, нотариусы (занимающиеся частной практикой), арбитражные управляющие, оценщики, патентные поверенные.

Уплатить страховые взносы необходимо в срок не позднее 31 декабря 2020 года в фиксированном размере (ст. 430 НК РФ):

- **32 448 рублей** – обязательное пенсионное страхование (ОПС);
- **8 426 рублей** – обязательное медицинское страхование (ОМС);

**Для пострадавших от коронавируса отраслей** предусмотрено снижение суммы к уплате.

- **20 318 рублей** – обязательное пенсионное страхование (ОПС).

Важно, что взносы по медицинскому страхованию остаются для этой категории неизменными.

В случае неуплаты страховых взносов в срок у предпринимателя - физического лица возникает задолженность, на которую начисляются пени, а также применяются меры принудительного взыскания.

Уплатить страховые взносы можно - в «Личном кабинете налогоплательщика для индивидуальных предпринимателей»;

- с помощью электронного сервиса «Уплата налогов и пошлин» в подразделе «Уплата налогов и пошлин индивидуальных предпринимателей».

Для уплаты взносов достаточно внести реквизиты банковской карты или воспользоваться онлайн-сервисом одного из банков-партнеров ФНС России.

Для решения интересующих налогоплательщиков вопросов также можно направить обращение через сервис «Обратиться в ФНС России» на сайте [www.nalog.ru](http://www.nalog.ru), или же обратиться по номеру «Единого контакт-центра ФНС России» 8-800-222-22-22.

УФНС РОССИИ ПО ПРИМОРСКОМУ КРАЮ #этоудобно npd.nalog.ru

**СПЕЦИАЛЬНЫЙ НАЛОГОВЫЙ РЕЖИМ ДЛЯ САМОЗАНЯТЫХ ГРАЖДАН**

**КАК СТАТЬ НАЛОГОПЛАТЕЛЬЩИКОМ НАЛОГА НА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ДОХОД?**

1. Скачайте бесплатное приложение «Мой налог»
2. Выберите способ регистрации «Регистрация по паспорту РФ»
3. Просканируйте паспорт в приложении
4. Сделайте своё фото на смартфон

Регистрация занимает несколько минут. Заполнять заявление на бумаге и посещать инспекцию не требуется.

# Готовы были целовать мне руки за чашку борща

Кристина ГРИН

Как жительница Приморья спасала от холода и голода узников ледяной блокады.

## ЧЕЛОВЕКУ ПОМОЖЕТ ЧЕЛОВЕК

Ни для кого не секрет, что аномальное обледенение стало причиной настоящих коммунальных бедствий в Приморье. Массовые отключения света и воды носят катастрофический характер. Но стихия будет проигрывать до тех пор, пока в регионе живут такие отзывчивые люди.

Уже восемь лет Светлана Козаренко занимается организацией и проведением праздников, но до того, как в ее жизнь ворвались свадьбы и корпоративы, она носила погоны, 20 лет прослужила в полиции. И вот, когда Чуркин погрузился во тьму, она поняла, что обязана помочь людям.

- Решила, что потрачу свои деньги на то, чтобы купить свечи и прочие необходимые продукты, - рассказывает Светлана. - Собралась в магазин и позвонила подруге, спросила, как прошел первый день ее акции по бесплатной раздаче обедов. Она сказала, что вообще никто не пришел в гимназию.

Логично, ведь никто с Чуркина не придет на Бородинскую, чтобы покушать. А второе - откуда они знают о том, что им хотят помочь, интернета же тоже у многих нет.

Тогда Светлана взяла у знакомой наборы с горячей едой и поехала в обесточенный Чуркин.

## ТУК-ТУК: «РЕБЯТА, КУШАТЬ ХОТИТЕ?»

Вопрос - куда ехать. Куда глаза глядят. Светлана признается, что решила начать с самого, по ее мнению, тяжелого района. Для нее таковой была улица Надибаидзе. И вот Светлана уже паркует машину у местных гостинок в крошечной тьме.

- Думали, что делать. Кричать: «каша, суп»? Они же все равно не услышат. И пошла стучать во все двери со словами: «Ребят, кушать хотите? У меня вот тут есть еда». Молодежь напрочь отказалась. Тогда был небольшой ступор, потому что не могла понять, кому тогда все это надо, для кого я все это привезла, - делится Светлана. - Одну из дверей открыла бабушка. Я у нее начала спрашивать, выходит ли она на улицу. Она сказала, что не выходит, потому что очень скользко. Ей я и дала



Сейчас в команде волонтеров уже 15 человек.

Предоставлено героем публикации

комплект обеда и свечи. Потом пошла дальше по соседям, чтобы узнать, живут ли в доме одинокие пенсионеры или инвалиды. Никто не подсказал. Мы обошли все 8 этажей и сами их нашли.

Светлана записала контактные данные всех тех, кто не может самостоятельно выйти из дома и купить себе все необходимое, чтобы продолжить им помогать.

## ОПЕРАЦИЯ «НА ЧУРКИН»

Уже на следующий день появились помощники, такие же равнодушные горожане. Первым делом команда дала объявление в сети - кидайте адреса тех, кто нуждается в помощи из-за коммунальных аварий.

- Нам полетели адреса. Написала девочка, которая находится в Санкт-Петербурге. Здесь у нее живет мама, которая оказалась в этой ледяной блокаде. Она практически неходячая, - говорит Светлана. - Затем мы создали группу, которую назвали «На Чуркин», почти как «на Берлин». Там мы планировали наши действия.

Приходилось общаться с пожилыми людьми, многие из них опасались за себя и свое имущество. Были даже и те, кто согласился открыть дверь только по кодовому слову. Тем не менее Светлане удавалось убедить бабушек и дедушек, что за дверью человек, который пришел с добрыми помыслами.

## СУХАЯ ЛАПША, ВАРЕЖКИ, ДВА ПАЛЬТО И +8 °С

Много нашлось среди чуркинцев тех, кто до приезда волонтеров грыз сублимированную лапшу.

- В первый день мне пытались целовать руки за плашку с борщом. Я высказывала за дверь и плакала. Было ощущение, что война. Тогда радовались куску хлеба, а сейчас газовому баллону. Была женщина, на ней были два пальто, две шапки и варежки, - говорит Светлана. - Это был самый колоритный кадр, в квартирах у них, кстати,

+8. Как я поняла, макароны и гречка есть почти у всех, но какая от них польза, если нет воды. У одной барышни на днях был день рождения - 74 года. Купила торт, поехала и поздравила ее. Одинокая женщина, она потеряла сына. Также мы нашли двух инвалидов-колясочников. У них вообще нет возможности выйти из дома.

В итоге сейчас в списке уже больше 50 адресов, куда ежедневно приезжают волонтеры и привозят им горячие обеды и другие необходимые товары. Кормят чуркинцев борщом, рассольником, рисом с курицей и картошкой с котлетой. В один из дней волонтерам удалось накормить 175 человек - еду развозили узникам вплоть до 11 вечера. Сами помощники притом даже не успевают ни поесть, ни поспать. «Радость и благодарность в глазах бабушек и дедушек - лучшая пища, хоть и для души», - говорит Светлана.

## «КТО, ЕСЛИ НЕ МЫ»

Развозят еду нуждающимся порядка 15 человек. Это люди, которые никак не связаны друг с другом. Ранее никто из них даже не был знаком. Их объединила идея помочь землякам в беде. Большую часть продуктов каждый из них оплачивает из своего кармана. Денег ни с кого не берут. «Не по-людски это», - говорят волонтеры.

- Я безмерно благодарна судьбе за этих ребят, которые объединились в одну команду, чтобы прийти на помощь. Они с удовольствием делают то, что им захотелось делать по велению сердца. Есть у нас хештег - кто, если не мы. Может, это будет новым слоганом для нашего волонтерского сообщества. Кто знает. Ведь всем этим бабушкам и дедушкам нужна не столько еда, сколько простое общение, - рассказывает Светлана. - Мы беседуем с ними, шутим. Они нам фотографии свои показывают, рассказывают о своей жизни. Им просто не с кем поделиться.

**Мандариновое настроение**  
с «Комсомолкой»

**ВЫРЕЖИ**  
**ОТПРАВЬ**

**Новый год и мандарины - Нет чудеснее картины!!! И не штучку, килограмм Я гостям сегодня дам.**

**Дорогие читатели, «КП - Владивосток» объявляет конкурс! Условия:**

1. С 18 ноября по 13 декабря в ежедневных и еженедельных выпусках «Комсомольской правды» - Владивосток» мы будем публиковать изображение символа Нового Года - мандарина!
2. Вы должны собрать не менее 12 мандаринов и отправить или принести их в конверте в редакцию по адресу: **690091, г. Владивосток, ул. Лазо, 8 (5-й этаж)**
3. Мы принимаем письма до 13 декабря включительно (по почтовому штемпелю).
4. Имена победителей мы опубликуем 17 декабря в еженедельном выпуске «КП».
5. Призы победителям мы вручим 24 декабря.
6. Три участника, приславшие больше всего мандаринов, вырезанных из газеты, получат праздничный набор от Комсомолки.

**Следующие 7 участников (по количеству собранных изображений) получат по 1 кг мандаринов.**

**КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА**  
ГАЗЕТА • САЙТ • РАДИО

## Можно ли доверять экспресс-тестам?

# Вы больны коронавирусом,

Анна ДОБРЮХА

После «казуса Илона Маска» многие задаются вопросом: насколько в самом деле достоверны результаты модных «быстрых» анализов на ковид? «КП» разобралась во всех нюансах вместе со специалистами.

### «ЗВЕЗДНЫЙ» ПАЦИЕНТ И БЛОНДИНКА

У знаменитого американского предпринимателя-изобретателя, инженера и миллиардера Илона Маска ковид. Узнал он об этом с приключением.

- Творится что-то очень сомнительное. Сдал сегодня четыре теста на ковид. Два результата отрицательные, два - положительные. Одно и то же оборудование, один и тот же тест, одна и та же медсестра, - в недоумении написал Маск на своей странице в соцсетях.

В общем, результат - как в анекдоте про блондинку: «Какова вероятность, что, выйдя на улицу, вы встретите динозавра?» - 50 процентов». - «Это как?» - «Ну, или я его встречу, или нет». Ровно такой же вердикт выдал предпринимателю экспресс-тест под названием BD Veritor™ Plus System for rapid COVID-19 testing (система BD Veritor™ Plus для экспресс-тестирования COVID-19, англ.).

Для этого анализа нужно взять мазок из носа, опустить палочку в пробирку с реагентом, капнуть полученный раствор на тест-полоску и вставить ее в прибор-анализатор. На мониторе появляется результат. Всего 15 минут, и вы узнаете о себе самое важное - пробрался ли в организм коварный коронавирус. Так говорит реклама. Что на са-



Плакат на стене гласит: «Мы будем обниматься снова», но, судя по всему, к прежней жизни мы вернемся очень не скоро.

мом деле испытал на себе Илон Маск.

После изумившего его экспресс-обследования «звездный» пациент по совету врачей сдал классический ПЦР-тест (тот же мазок из носа и ротоглотки, но он исследуется по полной программе в лаборатории - с помощью так называемой полимеразной цепной реакции). И через сутки получил ответ: да, у вас COVID-19.

### ОТ АНТИТЕЛА ДО ФРАГМЕНТОВ ВИРУСА

Тем временем в России, как и во многих странах мира, процветает продажа экспресс-тестов на новую инфекцию. Они считаются продвинутыми. Это ведь не то, что сдать

классический анализ и ждать несколько суток. А то и неделю - в нынешних реалиях, когда медики и лаборанты буквально захлебываются от потока пациентов.

- Сегодня есть два вида экспресс-тестов на коронавирус, - поясняет руководитель научного центра молекулярно-генетических исследований ДНКМ, опытный эксперт по лабораторной диагностике Андрей Исаев. - Один из них появился чуть раньше, в России - в апреле, это анализ на антитела к вирусу SARS-CoV-2. Делается по капиллярной крови, то есть из пальца.

Второй тест - по мазку из носа, пришел к нам в мае. Это принципиально другая технология: исследование на антигены коронавируса. Упрощенно говоря, тест ловит белки-фрагменты самого вируса. (Подробности - в таблице.)

### КАК ИСПЫТЫВАЛИ ПЕРВЫЕ ТЕСТ-ПОЛОСКИ

- Судя по истории Илона Маска, экспресс-тесты вообще никуда не годятся. Или, может, ему попалась бестолковая разработка? Либо особенности организма такие? Насколько чувствительны «экспресски» у других людей по вашей практике? - спрашиваю я у эксперта.

- Мы были в числе первопроходцев, испытавших экспресс-тесты на ковид в России, - рассказывает Иса-

ев. - Весной на нас вышли некоторые госкорпорации и попросили обкатать экспресс-тесты на антитела - попробовать эту технологию в сравнении с классическими тестами. Практика показала, что чувствительность очень низкая, в районе 70%. Это означает, что тесты пропускают каждого третьего пациента с ковидом -

человек уверен, что он безопасен, продолжает вести активную жизнь и может успешно заражать окружающих.

«Мы сами тогда приняли решение: в своих лабораториях не будем использовать экспресс-полоски на антитела», - говорит Андрей Исаев.

Потом появилась технология определения антигенов коронавируса.

### «НЕ НОУ-ХАУ, А УЧЕБНИК ДЛЯ 7-го КЛАССА»

- Для теста на антиген берется мазок из носоглотки или задней стенки глотки - там, где вирус поселяется сразу после заражения человека. Собственно, взятие биоматериала такое же, как для ПЦР-анализа, - продолжает эксперт. - Просто, когда мы делаем ПЦР, то берем вирион (вирусную частицу. - Авт.) и из него извлекаем генетический материал, РНК. А если тест на антиген, то

нужно само тельце вируса, капсид (оболочка) и S-белок (из которого состоят шипики короны). Готовится как бы мелкорубленая смесь белковых фрагментов вируса. Против них подобраны и сделаны моноклональные антитела (то есть выращенные в лаборатории в культуре клеток человека). Они нанесены на специальную подложку.

Если в биоматериале человека есть фрагменты коронавируса, то моноклональные антитела в составе теста вступают в реакцию с ними, и подложка меняет цвет. Так мы получаем положительный результат теста.

«В аннотации к таким тестам пишут умные слова: иммунологический, хроматографический, - и люди думают, что это что-то высокотехнологичное. На самом деле это простейший тест «антиген-антитело», как в учебнике по биологии для 7-го класса. Антиген с антителом связывается, а слово «хроматографический» означает, что просто меняется цвет. В общем, как в тесте на беременность - все то же самое. Только пиара гораздо больше и цена теста выше», - разводит руками Исаев.

### ЭФФЕКТИВНОСТЬ НЕ ВЫШЕ 80%

Однако простота теста еще не говорит о его недостоверности.

- Когда появились первые тесты на антигены, мы сами вышли на их производителей в Южной Корее. Сейчас они мировые лидеры в этой области, - говорит Андрей Исаев. - К нам приехал представитель из этой страны и тоже предложил провести апробацию: исследовать мазки больных в активной фазе методом ПЦР и сравнить с антиген-тестами.

Увы, данные тоже оказались неутешительные. Не совсем то, что у Илона Маска - 50 на 50, либо встретишь на улице динозавра, либо нет. Практика показала эффективность на уровне 75 - 80%. Для медицинских целей этого точно недостаточно, потому что означает: в среднем каждого четвертого человека, выделяющего вирус, тест не заметит. И он продолжит гулять и заражать окружающих.

- А в самой Южной Корее массовое тестирование, за которое страну так хвалят все эпидемиологи, делали разве не антиген-тестами?

- Нет, ПЦР. Антиген-тестов тогда еще и не было.

**«Комсомолка» рекомендует:**

**НОВЫЙ СМЕРТЕЛЬНО ОПАСНЫЙ ВИРУС COVID-19 НАНЕС УДАР ПО ВСЕЙ ПЛАНЕТЕ.** Миллионы людей оказались беззащитны перед атакой. В книге собрана самая актуальная, жизненно важная информация про коронавирус от специалистов ВОЗ и ведущих российских медиков.

Вы узнаете, как защитить себя и свою семью. Как помочь тем, кто в группе риска. Как жить в условиях пандемии. Как побороть панику. Четкая и емкая компетентная информация от ведущих российских врачей, иммунологов, эпидемиологов, инфекционистов. 100% проверенные данные от профессиональных медиков. Информация меняется каждый час, люди находятся под давлением огромного числа фейков. В этой книге только проверенная информация, без домыслов.

Наглядная инфографика поможет каждому читателю разобраться в главных правилах профилактики и защиты здоровья.

**Приобретайте в книжных магазинах, на shop.kp.ru и labirint.ru.**

АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781, ООО «Лабиринт.РУ», Москва, ОГРН 1077764644264



Андрей Исаев опробовал в своих лабораториях разные тесты и откровенно рассказал о результатах.

Реклама 16+

# НО ЭТО НЕ ТОЧНО

■ КОНКРЕТНО

## Они нас обманывают

Основной минус обоих видов экспресс-тестов - и на антитела, и на антигены - низкая чувствительность, отмечает эксперт по лабораторной диагностике **Андрей Исаев**.

Впрочем, это проблема не только тестирования на ковид. Автору этого материала в свое время экспресс-тестом определили хронический гепатит В, весьма опасное заболевание с высоким риском развития цирроза и рака печени. Стресс был еще тот. А потом классический лабораторный анализ показал: ничего подобного, диагноз ложноположительный. «Экспресскам» я с тех пор не доверяю.

- По моим данным, у нынешних антиген-тестов на COVID-19, которые доступны в России, достоверность результатов все-таки чуть повыше, чем у экспресс-тестов на антитела, - говорит эксперт по лабораторной диагностике Андрей Исаев.

При этом уже четко вырисовывается закономерность: экспресс-тесты на антигены гораздо чаще дают ложноотрицательные результаты, чем ложноположительные. **Иными словами, если у вас нет «ко-**

**роны», то маловероятно, что тест ее вдруг покажет. А если вирус есть, то достаточно велика вероятность, что тест «не заметит» возбудителя болезни.**

Специалисты называют такие причины ошибочных результатов экспресс-тестов:

1 Меншая чувствительность, чем у классических лабораторных исследований - в силу особенности технологий экспресс-тестирования.

2 Нарушение техники забора мазков - для антиген-теста.

3 Неудачные сроки взятия биоматериала (мазков, крови).

**О сроках важно знать:**

✓ экспресс-тесты на антигены, а также ПЦР-тесты на коронавирус наиболее точны в первые 5 - 7 дней болезни. На более поздних стадиях концентрация вируса в рото- и носоглотке уменьшается (он преобладает уже в легких и других внутренних органах), поэтому в биоматериале мазков «поймать» инфекцию сложнее. Количество ложноотрицательных результатов может достигать 30 - 40%;  
✓ экспресс-тесты на антите-

ла типа М (IgM), сигнализирующие об острой фазе ковида, наименее точны (таковы особенности технологии). В среднем IgM образуются, начиная с 5 - 7-го дня после появления симптомов, но, возможно, и позднее (по новым данным - вплоть 20-го дня!). То есть, скажем, с 1-го по 7-й день болезни человек, всю выделяя вирус в окружающую среду, получит отрицательный результат экспресс-теста на антитела типа М;

✓ антитела типа G (IgG) появляются в среднем на 7 - 14-е сутки после возникновения симптомов ковида. Экспресс-тесты на этот вид антител говорят о том, что человек переболел COVID-19 и заработал иммунитет к инфекции. Но! У таких тестов выше вероятность ложноположительных результатов. Потому что после обычных простуд, которые могут быть вызваны сезонными коронавирусами, появляются антитела, частично схожие с иммунной реакцией на перенесенный ковид. В результате тест «ловит» не специфические антитела к новому коронавирусу, а отголоски былых простуд.

**Илон Маск был обескуражен: из четырех экспресс-тестов, сданных в один день, два оказались положительными, два - отрицательными.**



Patrick Pleul/dpa-Zentrabild/ZB/globallookpress.com

### ВОПРОС - РЕБРОМ

## Зачем нужна и почему популярна «полуправдивая» диагностика?

**Если экспресс-тесты так часто ошибаются - почему они настолько востребованы?**

- Во-первых, есть ситуации, когда технически просто невозможно быстро транспортировать кровь для классического теста, который проводится только в лаборатории, - поясняет Андрей Исаев. - Скажем, при работе вахтовых предприятий, в отдаленных населенных пунктах. Как там проверить, есть ли у работников коронавирус? Лучше экспресс-метод, чем никакого. Еще один пример: к человеку приезжает скорая, нужно быстро определить, куда везти - в ковидный стационар

или обычный. Понятно, что точность экспресс-теста низкая, но, когда нужно быстро принять решение, это лучше, чем ничего.

В нынешних условиях, когда заболеваемость COVID-19 очень высокая и продолжает расти, лаборатории перегружены и физически не успевают справиться с наплывом ПЦР-тестов. В результате Роспотребнадзор пошел на то, чтобы признать экспресс-тесты на антигены достаточными для окончательной диагностики ковида. Да, это может значить, что мы будем пропускать больше случаев инфекции (тесты не «увидят» их). Но это вынужденная мера в чрезвычайных условиях пандемии, говорят эпидемиологи.

Впрочем, кроме объективной необходимости, есть и недобросовестные уловки частных клиник и коммерческих лабораторий.

- О положительных результатах ПЦР-тестов мы обязаны сообщать в Роспотребнадзор, чтобы человек попал под контроль, наблюдение, на самоизоляцию, - поясняет Андрей Исаев. - Несознательные граждане и ковид-диссиденты возмущаются: чего это мы должны себя ограничивать? Для таких клиентов ушлые дельцы от медицины придумали маркетинговую уловку. «Если вы сдадите у нас экспресс-тест на антитела, то получите быстрый результат - и даже при положительном тесте никакой Роспотребнадзор о вас не узнает!» - обещают они. А ведь это откровенная провокация, безответственное поведение и стимулирование наплевательского отношения к санитарным правилам.

### ■ БУДЬ В КУРСЕ

## Несколько часов или неделя?

**За какой минимальный срок можно сделать действительно качественный анализ на COVID-19.**

Некоторые ученые говорят, что технология ПЦР-анализа мазка на ковид позволяет получить результат через 6 - 8 часов. На практике люди видят итоги своего теста в лучшем случае через день (платно), в среднем через 2 - 3 дня, при сдаче по ОМС ожидание может доходить до 5 - 7 дней и больше.

- Через 8 часов результат вы получите только в том случае, если вся ваша лаборатория будет заниматься анализом одного-единственного человека, - поясняет Андрей Исаев. - Когда идет поток тестирований, нам нужно выполнить ряд действий, связанных с приемом, обработкой большого количества биоматериала и т. д. Поэтому на практике самый оперативный вариант - получение результата через 12 часов. При этом многие лаборатории еще обязаны в случае положительного результата передать его на перепроверку в аккредитованные лабораторные центры Роспотребнадзора. Мы не жалуемся, они работают оперативно. Но все равно уложиться быстрее, чем в сутки, в реальной жизни невозможно.

### КСТАТИ

Недавно Роспотребнадзор выпустил постановление, согласно которому срок выполнения ПЦР-мазка на ковид не должен превышать 48 часов. Но в документе есть нюанс: срок отсчитывается с момента поступления биоматериала в лабораторию. Если в той же районной поликлинике попросту не успевают собрать и привезти биоматериал пациентов, срок может затягиваться неопределенно...

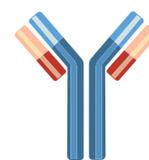


**Новости о коронавирусе и вакцинах против него - на сайте**

### ВИДЫ ЭКСПРЕСС-ТЕСТОВ НА КОРОНАВИРУС



ТИП ТЕСТА	На антитела	На антигены
КАК СДАЕТСЯ	Кровь из пальца	Мазок из глотки и из носа
ЧТО ПОКАЗЫВАЕТ	Острую фазу болезни (наименее точно), перенесенную болезнь	Подтверждает диагноз COVID-19; свидетельствует, что человек заразен
ДОСТОВЕРНОСТЬ РЕЗУЛЬТАТОВ	<b>Около 70%</b>	<b>75 - 80%</b>
В КАКИЕ СРОКИ ЛУЧШЕ РАБОТАЕТ	На антитела <b>М</b> - в среднем начиная с 5 - 7-го дня болезни. На антитела <b>G</b> - на 7 - 14-й день болезни (подробнее - в тексте).	Первые 5 - 7 дней болезни
ЦЕНА ТЕСТА	<b>От 1000 руб.</b>	<b>От 2000 руб.</b>



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Владимир ПОЗНЕР:

# СССР «сломали» американские холодильники и стиральные машины

Борис КУДРЯВОВ/  
Экспресс газета

Когда именно Советский Союз проиграл «гонку привлекательности» Америке? И почему сейчас в России готовы к телемосту с США, а американцы боятся? Об этом известный тележурналист Владимир ПОЗНЕР рассказал ведущему программы «Культурный код» на Радио «Комсомольская правда» (FM.KP.RU) режиссеру Юрию ГРЫМОВУ.

Борис КУДРЯВОВ/  
Экспресс газета

## «США ЗАКРАСИЛИ СЕБЯ В УГОЛ»

**Грымов:** - Знаете, Владимир Владимирович, когда вы вели знаменитые телемосты СССР - США, это было так новаторски! Я прямо бежал к телевизору. А сегодня возможен телемост Москвы и Америки?

**Познер:** - Я не сомневаюсь, что это нужно. Чтобы обыкновенные люди с обеих сторон - из России и из Америки - могли друг другу посмотреть в глаза. А не слушать то, что говорят политики. Российское телевидение, я ручаюсь, готово на это. А вот американское, как я понимаю, нет. Очень жаль.

**Грымов:** - Америка боится некомфортных вопросов?

**Познер:** - В этом смысле Америка напоминает мне маляра: он красил пол, красил и не понял, как сам оказался в углу, а весь остальной пол покрашен. И как из него выйти? Он не знает. Столько лет там идет такая антироссийская пропаганда, какой не было даже во времена холодной войны... И теперь им сказать: «а все-таки давайте поговорим с русскими» - психологически трудно.

**Грымов:** - С другой стороны, в то время на телевидении США не было столько программ про Россию. А сегодня много.

**Познер:** - Вы не правы. На американском телевидении вообще нет программ о России!

**Грымов:** - Но очень часто у них так или иначе фигурирует Россия.

**Познер:** - В основном не «так или иначе», а совершенно определенно: «русские вмешиваются в наши выборы», «это бандиты», «они хотят нарушить нашу демократию»... Представить себе, что русская пропаганда может заставить какого-то фермера из Айовы голосовать так или эдак, это очень высокая оценка. Конечно, нет. Но больше о России не говорят почти ничего. Если, конечно, не возникает тема типа **Навального**, тогда только об этом и говорят.

## «ПРОШЛИ ЧЕРЕЗ ПОРТВЕЙН, А НА КОКА-КОЛЕ СЛОМАЛИСЬ»

**Грымов:** - Ваша семья переехала в СССР в 1950-е. На ваших глазах менялась страна. Где Советский Союз сломался и побежал за Америкой? Помните, была шутка: «Мы прошли через портвейн, а на кока-коле сломались»? Вы почувствовали этот момент?

**Познер:** - Да, почувствовал. Я приехал в декабре 1952-го, **Сталин** умер через три месяца - в марте 1953-го, ко всеобщему горю, и было видно, что народ растерялся, не знал, как быть...

А потом возник **Хрущев**. И поначалу, после расстрела **Берии**, подъем был необыкновенный. Было чувство, что вот наконец-то будет построен тот самый социализм, о котором мечтали. Я помню первый спутник, когда просто всеобщий восторг был! А уж о **Гагарине** и говорить нечего! Ощущение - мы сейчас как рванем! Догоним и перегоним эту самую Америку. Мы всем покажем! Но это быстро прошло.

**Грымов:** - Когда случился этот слом?

**Познер:** - К началу 1970-х вера, энтузиазм куда-то ушли. Уже много было



Фотобанк журнала «Огонь»/Коммерсантъ

На выставку достижений США в Москве в 1959 году прилетел вице-президент Никсон (в темном костюме в центре). Показывая стиральную и посудомоечную машины, он объявил: «Такую кухню может себе позволить любой американец!» Хрущеву (слева) пришлось съязвить: «А у вас нет машины, которая сама еду в рот кладет?» Брежнев (справа) молчал...

иронии, скепсиса, и все больше думали о том, как бы уехать. Было чувство, что завтрашнего дня здесь нет.

## ДРАКИ ЗА ПАКЕТЫ

**Грымов:** - В 1943 году ваш отец работал в Америке начальником отдела советского кино при военном департаменте США. Режиссер **Калатозов**, которого делегировал туда Сталин, писал, что любой американский актер мечтал поработать с русским актером. Они боготворили Россию, ее актерскую школу. А теперь русские актеры мечтают поработать в Америке.

**Познер:** - То, чем занимался мой отец, к кино не имело отношения. Он работал на советские спецслужбы. По убеждению, даже без денег. Но его отдел был создан американцами.

Сталин тут ни при чем...

**Грымов:** - Сталин тогда запустил культурную экспедицию в Америку. Хотел сформировать хорошее мнение об СССР.

**Познер:** - Разумеется, Советский Союз стремился к дружеским отношениям с США. Это все-таки был наш союзник. СССР посылал в Америку Большой театр, хор Пятницкого, ансамбль Моисеева... Не получилось. Восхищались, да! Но это не меняло отношения американцев к советской системе. Она не становилась привлекательней!

А вот американцы открыли у нас свою выставку - я это хорошо помню - в 1959 году, когда с конной милицией надо было сдерживать толпу. Все хотели посмотреть на американскую кухню с холодильником и стиральной машиной. Настоящие драки шли за пластмассовые пакеты с надписью «Пепси-кола»! Таких пакетов

## «НЕТ ДЕНЕГ? ТОГДА ИЗВИНИ, СТАРИК»

**Грымов:** - То же самое с кино. Голливуд отодвинул кинематографы многих стран. Нам в 90-е вообще навязали комплекс неполноценности. Что мы так не можем. Хотя был же прекрасный советский кинематограф. Мы его тоже профукали из-за дешевого спецэффекта?

**Познер:** - Я думаю, из-за денег. Все-таки 90-е годы - зарождение капитализма. Причем в России - такого зверского, где цель одна - деньги. Чего не было раньше. Денег-то в СССР не было. А даже если и были, то что ты мог купить при всеобщем дефиците, при тех законах? Полагалось 8 квадратных метров жилья на человека. Если ты писатель и работаешь дома - тогда 15 метров. Всё. А деньги? Ну, спрячь их в подвале, может, пригодятся. А тут вдруг оказалось, что деньги - это вообще все! Если у тебя есть, то нет ограничений.

**Грымов:** - А если нет денег?

**Познер:** - Тогда, старик, извини. Знаешь, ты не умеешь жить. Очень жестоко, несправедливо, но это и есть капитализм! А как вы думали? И в Америке это так. И у нас теперь в значительной степени так.

## ЧЕМ МЫ НЕ ПОХОЖИ

**Грымов:** - Можно ли сравнить культурный код Америки и России? У нас стало так много общего...

**Познер:** - Я не считаю, что у нас много общего. Это внешние вещи общие. А внутренне как были не похожи русские и американцы, так и остались. Америка в XX веке оказалась самой мощной, богатой, самой привлекательной страной в мире. Какое-то время с ней конкурировал СССР со своей новой идеей социализма. Но все это провалилось, и осталась одна страна. Ее стали копировать все. Не только русские. Привлекательность Америки нельзя ставить в вину американцам. Просто все хотели быть на них похожими. Ходим в джинсах, жуем резинку... Это же не американцы взяли и сказали: «Будьте как мы».

**Грымов:** - Что всегда будет главным камнем преткновения между русскими и американцами?

**Познер:** - Столкновение сиюминутного и приземленного с романтикой.

**Грымов:** - Той романтикой, которую мы потеряли?

**Познер:** - Нет. Русский человек все равно остался романтичен! Как сказал мне один англичанин: «Если вам надо произвести на свет что-то уникальное, чего нигде нет, закажите русскому. Но если вам надо произвести огромное количество качественных, но одинаковых вещей, - только не к русскому! Ему будет скучно...»

О том, почему люди узнавали о визитах Брежнева в Крым по сигаретам, читайте на сайте



# Кто-кто в Белом доме заживет?

Людмила ПЛОТНИКОВА

**Назначенные на ключевые посты в администрации избранного президента Байдена американские чиновники в лояльности к России не замечены.**

Избранный, но пока официально не утвержденный президент США Джо Байден в самом начале своей кампании заявлял, что в случае победы сделает свою администрацию максимально разнообразной и назначит на ключевые посты представителей чуть ли не всех возможных меньшинств.

И вот, после того как действующий президент США Дональд Трамп одобрил положенный процесс передачи власти, Байден начал раздавать должности старым друзьям и верным соратникам.

## НЕ ЛЮБЮ РОССИЮ

От самого Джо Байдена ничего прорывного на российском направлении ждать не приходится. Он и в бытность вице-президентом США, и в ходе нынешней



**Демократ Джо Байден уверен, что вскоре на законных основаниях въедет в Белый дом. И уже подбирает себе команду, в которой нет тех, кто хорошо бы относился к нашей стране.**

предвыборной кампании неоднократно заявлял, что «Россия атакует основы западной демократии», стремясь ослабить НАТО, разделить Европейский Союз и подорвать избирательную систему США. Утверждал, что «Москва использует западные финансовые учреждения для отмывания миллиардов долларов», которые, по его словам, затем используются для влияния на политиков.

Про китайские и украинские миллиарды, поступавшие на счета его сына Хантера, Байден предпочитает не говорить.

## ВОТ ВАМ БЛИНКЕН

Госсекретарем Байден решил назначить Энтони Блинкена, карьерного дипломата, работавшего в администрациях президентов-демократов.

В свое время Блинкен был помощником вице-президента Байдена по делам с Украиной и Китаем. И параллельно сотрудничал с его сыном Хантером. Об этом говорят обнародованные Госдепартаментом электронные письма, которые Блинкен адресовал Байдену-младшему.

В 2015 году Хантер Байден просил у Энтони Блинкена совета по некоторым вопросам. «У вас есть несколько минут на следующей неделе, чтобы выпить чашку кофе?» - писал Байден-младший. - Знаю, что вы невероятно заняты, но хотел бы получить ваш совет». Блинкен согласился на встречу, и в последующих письмах обсуждались дата и время. В итоге они смогли увидеться в

июле 2015 года, а вот о чем говорили, осталось тайной.

Тем не менее, узнав об этих письмах, республиканцы заговорили и о возможной связи Джо Байдена-старшего с украинцами и китайцами. По их мнению, сын мог консультироваться с отцом по внешнеполитическим и экономическим вопросам.

Политологи уверены в том, что Блинкен будет продолжать линию Вашингтона на сдерживание России, которая, по мнению США, подрывает американское влияние в мире. Хотя сам новоиспеченный госсекретарь признает, что охлаждение между Москвой и Вашингтоном началось с того, что Запад не сдержал свои обещания и позволил НАТО расширяться на Восток.

## БЕЗОПАСНЫЕ СОВЕТЫ

У Дональда Трампа отношения с советниками по национальной безопасности, прямо скажем, не складывались: за 4 года своего президентства он поменял четырех таких советников. Байден надеется, что с Джейком Салливаном у него сложится все, один раз и надолго.

44-летний Салливан станет одним из самых молодых членов новой президентской администрации. За свою карьеру он уже успел побывать советником Хиллари Клинтон, когда та была госсекре-

тарем США, а также советником Байдена, когда тот был вице-президентом.

Его отношение к России известно: он неоднократно говорил, что введенные США санкции против РФ недостаточны, и призывал Белый дом усилить ограничения, налагаемые на Москву.

«Тот, кто верит, что США и Россия могут стать отличными партнерами в рамках какого-то глобального проекта и придерживаться одинаковых взглядов по ключевым проблемам, будет вынужден разочароваться», - заявил он в одном из интервью.

## ДАМСКОЕ ПРИСУТСТВИЕ

В аспекте гендерного разнообразия Байден сдержал свои обещания: вице-президентом США будет Камала Харрис, а главой Федерального резерва, должности, аналогичной председателю Центробанка, - Джанет Йеллен.

Йеллен, возглавлявшая Федрезерв и ранее, к международной политике имела и будет иметь отношение опосредованное. Тем более что ее главной задачей на ближайшие четыре года станет вывод США из экономического кризиса, в который весь мир погрузился из-за коронавирусной пандемии.

А вот Харрис, которая, случись что с Байденом, станет 47-м президентом США, из своих русофобских высказываний может сложить памфлет. Она не раз заявляла, что «Россия - противник США». И не выбирала слов, цинично насмехаясь над желанием Трампа побывать на Параде Победы в Москве.

В декабре 2017 года вместе с группой сенаторов-демо-



**Внешней политикой займется госсекретарь Энтони Блинкен.**



**Уже понятно, что будет говорить Байдену его советник по национальной безопасности Джейк Салливан: нужны новые санкции против России.**

кратов Харрис разработала законопроект в сфере кибербезопасности, который предполагал борьбу с возможным виртуальным вмешательством Москвы в президентские выборы 2020 года. Она и сегодня убеждена в причастности России к победе Трампа, уверяя всех, что «русские непременно решат вновь вмешаться во внутренние дела США».

А вот в экономическом плане будущий вице-президент США, сама не подозревая того, может сыграть позитивную роль. Дело в том, что она активно выступает за запрет добычи американской сланцевой нефти. Если Харрис такой запрет пролоббирует, то цена российской нефти заметно вырастет.

## В ОЖИДАНИИ

Байден также объявил фамилии назначенцев на еще несколько важных постов в своей администрации. В плане этнического разнообразия номинации удостоился пока лишь кубинский еврей Александр Майоркас. Он должен стать министром внутренней безопасности США.

Остальные посты пока еще не распределены. Вероятно, Байден тщательно выбирает новых претендентов, квоты которых еще не заполнены, - например, тех же трансгендеров. Ведь он помнит о своем обещании сформировать самую нетипичную администрацию за всю историю США.



**А это избранная вице-президент Камала Харрис. Случись что с 78-летним Байденом, она сменит его у руля государства и станет 47-м президентом США.**



**Джанет Йеллен должна вытащить США из жестокого кризиса, в котором страна оказалась из-за коронавирусной пандемии.**

Наталья ВАРСЕГОВА

Об этой программе знают еще немногие. Хотя она уже экспериментально работает в некоторых регионах. А с нового года распространится по всей России. И маловато людей пользуются этой мерой господдержки. А зря. Как показывает практика, социальный контракт - реальная помощь для тех, кто в ней реально нуждается.

### ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Социальный контракт - это договор, который оформляется на срок до года между муниципальным органом соцзащиты и малоимущей семьей, чтобы вывести эту конкретную семью из категории нуждающихся. Главное условие - деньгами от государства надо распорядиться так, чтобы они приносили доход. Варианты следующие:

- профессиональное обучение,
- создание ИП,
- развитие личного подсобного хозяйства.

Максимальная сумма - до 100 тысяч рублей. Пользоваться этой господдержкой можно раз в три года.

Пилотный проект стартовал в 2011 году в 17 регионах. В 2020 году в проекте участвуют 23 региона. И, по словам министра труда Антона Котякова, уже оформлено около 70 тысяч договоров. Начиная со следующего года проект будет работать по всей стране.

Мы нашли несколько российских семей, которые пошли на сделку с государством и не пожалели об этом.

### ОТ ГУСЕЙ ДО КОРОВЫ

У домохозяйки Елены Исаевой - трое детей. Муж - фермер-агроном. Живут в станице Тагинской Ростовской области. Доход на каждого члена семьи получается значительно ниже прожиточного минимума. В 2013 году Исаевы узнали о социальном контракте и решили попробовать.

- Тогда деньги давали на разведение птицы, - рассказывает Елена Исаева. - Мы, недолго думая, оформили контракт, решили купить гусей. Подали все справки (см. «Какие условия?») и бизнес-план, который я сама составляла с помощью интернета. Подсчет был несложный. Сколько птиц покупаем, куда и как будем сбывать гусиное мясо. Один гусенок тогда

# Нужны 100 000 ? Государство даст, но только на дело

стоил около 170 рублей. По контракту мы получили 30 тысяч. На эти деньги купили гусят и корм.

Проблем со сбытом у Исаевых не было. Родственница мужа торговала на местном рынке, с ней и договорились.

- Деньги хорошие выручили, и для себя мясо осталось, - говорит Елена. - Перед соцзащитой мы отчитывались чеками о покупке гусят и чеками о продаже мяса. Показывали, что государственные деньги были использованы

бычок, откормим и продадим на мясо. Если телочка, будут у нас две дойные коровы. Отчитываемся по контракту так же, как и с гусями. Квитанция за покупку коровы, чеки за проданное молоко и фотографии.

Самый главный плюс социального контракта, по мнению Исаевых, - если с коровой беда случится, семья не обязана возмещать ее стоимость государству. Так, например, в прошлом году знакомые Елены взяли по контракту птицу, но ее сгубил какой-то вирус. Договор был расторгнут по причине форс-мажора.

### Я В ВОДИТЕЛИ ПОЙДУ

Артему Бялту 23 года. Весной он оформил социальный контракт на 23 тысячи. Несколькими месяцами парень, автомеханик по специальности, не мог найти работу. Тогда он решил выучиться на водителя «БелАЗа», а денег на автошколу не было.

- Вся сумма пришла на карту через 2 - 3 дня после заключения контракта, - говорит Артем. - Отчитывался фотографиями во время вождения автомобиля с инструктором. Потом фото вручения прав, квитанции за обучение. По окончании автокурсов устроился водителем «БелАЗа». Зарплата - 20 тысяч рублей. Немного, но я доволен.

### ПРАВИЛЬНЫЕ ПЧЕЛЫ

нами по контракту и что получен доход. Плюс отправлял фотоотчет: мы с гусями, просто гуся и так далее.

В этом году Исаевы вновь подписали договор - на сумму 45 690 рублей, но уже на покупку коровы. Все-таки гуся - это разовая история, а корова может приносить доход годами. Сейчас корова дает до 10 литров молока в день.

- Сами пьем, продаем знакомым и сдаем остатки на молокозавод, - объясняет Елена. - Каждый день имеем какую-то прибыль от нашей кормилицы. А в феврале ждем приплод. Если будет



Катерина МАРТИНОВИЧ



Семья Черевковых и их козочка Лана, которую купили по соцконтракту.

Семья пчеловода Сергея Кравченко уже 15 лет держит пасеку. Этим и живут: что накачали, то продали. На семью из четырех человек доход всегда был небольшим. Когда-то Сергей работал на шахте, зарплаты не хватало. Жена как соцработник тоже получала немного. Поэтому Кравченко уволился и стал заниматься только пчелами. Но так как их было мало, то и доход от меда составлял около 4000 рублей за три месяца на каждого члена семьи. А в этом году задумал оформить соцконтракт для расширения пасеки.

- Мы взяли 58 тысяч бюджетных денег на покупку 10 пчелосемей, - рассказывает Сергей Кравченко. - И заработали уже на этих семьях больше 200 тысяч рублей. Контрактные пчелы дали около тонны меда, плюс прополис набрали, воск натопили. Конечно, риск был, пчелы могли погибнуть или принести мало меда. Но в итоге все получилось. И я надеюсь, что в следующем году мы также сможем получить хороший доход.

### ДОРОГАЯ МОЯ КОЗА

Англо-нубийская козочка Лана для семьи Черевковых стала не только любимицей, но и кормилицей. Купили ее несколько месяцев назад по социальному контракту за 40 тысяч рублей. Еще на 18 тысяч закупил кормов.

- Эта порода коз стоит недорого, но зато молока дает много, - говорит Юлия Черевкова. - Сейчас мы с Ланы получаем около 2,5 литра в день. В следующем году будет побольше.

Молоко от Ланы, по словам Юлии, жирное - до 7 процентов. На вкус, как топленый пломбир. Потому дети Черевковых, да и сами родители, молоко пьют с удовольствием.

ем. К тому же оно очень полезное.

- Мы перестали болеть, теперь уже не нужно спускать дикае суммы на лекарства от простуд, ангина и бронхитов, - объясняет Юлия. - Максимум насморк случается.

Конечно, в первую очередь англо-нубийскую козу семья брала для себя, но соцконтракт предусматривает определенные доходы, которые нужно заранее просчитать в бизнес-плане.

- Часть молока мы продаем, - говорит Юлия. - Среди наших клиентов мамы двух грудничков-ал-

лергиков, которым противопоказано коровье молоко. И приезжает раз в две недели семья из Москвы. У мужчины проблемы с легкими, наше молоко ему помогает избавиться от кашля. На сегодня наш доход в среднем - 350 рублей в день. Для нашего бюджета - это существенная помощь, учитывая, что я не работаю, а муж как диспетчер подразделения МЧС получает 14 тысяч.

### Справка «КП»

#### КАКИЕ УСЛОВИЯ?

Соцконтракт предназначен для:

- малоимущих семей,
- малоимущих одиноких граждан (доход которых ниже регионального прожиточного минимума),
- семей с инвалидами или пенсионерами на иждивении,
- иных малообеспеченных лиц со среднедушевым доходом менее регионального прожиточного минимума.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

#### Среднедушевой доход рассчитывается за три последних календарных месяца.

Нужно сложить все средства - зарплаты, пенсии, премии, проценты со вкладов, субсидии, стипендии и т. д. Разделить полученную сумму на три месяца и на число членов семьи (которые должны быть прописаны по одному адресу!). Если полученный результат меньше, чем размер прожиточного минимума в регионе, то семья имеет право на соцконтракт. Необходимые документы: паспорта, свидетельства о рождении детей, о регистрации брака, справки о составе семьи, зарплате, инвалидности (при наличии), об имуществе, транспорте, уплате налогов, письменные согласия всех членов семьи на получение контракта.



Как начать инвестировать с нуля и получить возможность хорошо зарабатывать - читайте на сайте



# Поздравление с Днем добровольца

5 декабря во всем мире отмечают один из самых теплых праздников - День волонтера. Ежедневно миллионы добровольцев безвозмездно трудятся над тем, чтобы сделать мир вокруг нас лучше и добрее. В России праздник стал официальным в 2017 году, когда **Президент Российской Федерации Владимир Путин** подписал соответствующий указ.

В 2020 году волонтерское движение обрело еще больше единомышленников. Тысячи людей ежедневно объединялись для помощи нуждающимся и без раздумий присоединялись к штабам добровольцев в каждом регионе страны. Акция **#МЫВМЕСТЕ** смогла наглядно показать, что для волонтера абсолютно не важно, какой статус имеет человек, если у него есть желание помочь тем, кому это действительно необходимо. Предприниматели, студенты, бухгалтеры, ученые, инженеры, строители, байкеры, продавцы, школьники, водители, пенсионеры, воспитатели и представили сотен других профессий

объединились вместе, чтобы побороть пандемию и как можно скорее вернуть жизнь в привычное русло.

Волонтеры не забывают и о других направлениях своей работы, несмотря на коронавирус. Недавно они помогли жителям Приморского края во время ЧС: разносили газовые баллоны, горячую еду, работали на полевых кухнях, расчищали улицы от снега, наледи и веток.

Общероссийская акция взаимопомощи **#МЫВМЕСТЕ** запущена 21 марта 2020 года силами волонтерских организаций. За это время помощь получили более 4 млн человек. Волонтеры поддержали общественные объединения, бизнес, органы власти, медиахолдинги и тысячи неравнодушных граждан по всей стране. Почти 2 млрд рублей пожертвований было собрано в фонд акции, которые направили на поддержку работы волонтерских штабов, закупку продуктовых наборов для нуждающихся, помощь медицинскому персоналу и приобретение СИЗов.



Пресс-служба #МЫВМЕСТЕ

## #МЫВМЕСТЕ

# КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

## Спецвыпуск

Декабрь 2020 года

### На передовой!

Главные герои сегодняшнего выпуска - люди скромные и немногословные. Когда слышат от журналиста слово «подвиг» - искренне удивляются. В ответ говорят: да что вы, я просто не мог остаться в стороне в это трудное для всех время!

Сегодня они снова заступят на вахты и выйдут во внеочередные смены.

Придут в красные зоны больниц. Сядут за руль своих автомобилей, чтобы на вызовы отвезти продукты и лекарства. Будут отвечать на звонки горячих линий. Помогут тем, кому сейчас особенно нужны Поддержка и Сострадание. Непоказные. Настоящие.

И они вместе вновь сотворят обыкновенное чудо. Прибавят сил и вернут надежду. Спасут пусть даже одну, но бесценную жизнь.



ХОЧУ В СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ Снова гулять в парке, играть на гитаре и стать хорошим врачом

АНАСТАСИЯ ЮРЬЕВНА ТРОПЫНИНА  
НОВОСИБИРСКАЯ ОБЛАСТЬ

Студентка Новосибирского государственного университета (лечебное дело). Волонтер по взаимодействию со старшим поколением, доставляет продукты и лекарства.



ВЕРЮ, ЧТО У НАС ВСЕХ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОЛУЧИТСЯ ВЕРНУТЬСЯ К ПРЕЖНЕЙ ЖИЗНИ

ДАНИИЛ АЛЕКСАНДРОВИЧ САЛТЫКОВ / 20 ЛЕТ  
САМАРА

Студент ФГБОУ ВО «СамГТУ», волонтер кол-центра горячей линии по помощи пожилым людям в доставке еды и лекарств на период распространения коронавируса.



ХОЧУ УСЫНОВИТЬ БЛИЗНЕЦОВ, КОГДА НЕМНОГО ПОДРАСТЕТ МЛАДШИЙ СЫН, КОТОРОМУ 5 ЛЕТ

ЕВГЕНИЯ ВАСИЛЬЕВНА КАЗАКОВА / 36 ЛЕТ  
РЕПУБЛИКА ТАТАРСТАН  
НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ

Таможенный декларант, помогает набережночелнинскому Дому малютки, мотоволонтер.



РАССКАЗАТЬ ЛЮДЯМ О ЛЮДЯХ, КОТОРЫЕ СТАЛИ ВОЛОНТЕРАМИ ПАНДЕМИИ, И КОНЕЧНО, ОБНЯТЬ БЛИЗКИХ

ДАРЬЯ АЛЕКСАНДРОВНА БЕЛИМОВА / 23 ГОДА  
Г. МОСКВА

Руководитель московского регионального отделения «Волонтеры-медики». Отвечает за координацию медицинских добровольцев.



ХОЧУ ПОЛУЧИТЬ ДИПЛОМ И ПОЙТИ РАБОТАТЬ УЧАСТКОВЫМ ПЕДИАТРОМ

АЛЕКСАНДР ВЛАДИМИРОВИЧ СТАРЯНОВ / 23 ГОДА

Студент ФГБОУ ВО «СамГТУ», волонтер кол-центра горячей линии по помощи пожилым людям в доставке еды и лекарств на период распространения коронавируса.

## Президент РФ Владимир ПУТИН

Великодушными, смелыми людьми всегда славилась Россия. У нас подвиг и подвижничество - слова, близкие по смыслу. И всегда, во все времена, во все исторические эпохи мы противостояли любой напасти всем миром, объединяя усилия. Это в традициях, буквально в крови нашего народа, в его генетическом, культурном коде. И сейчас мы снова вместе. Вы это доказываете своей самоотверженной работой, готовностью отзываться на боль, готовностью к заботе о тех, кому она нужна, отзываться на проблемы других людей, быть там, где вас ждут, нуждаются в вашей помощи.

«С праздником, большие люди! Веры в свои силы, свои мечты, в дело, которым мы трансформируем этот мир. Состояния благодарности за то, что есть, и близких на пути людей!»

Инесса КЛЮКИНА  
(Волонтер года-2019).

«Дорогие друзья, коллеги, добровольцы! Быть волонтером может только по-настоящему добрый человек - не каждый может в свое свободное время, которого порой немного, прийти на помощь даже незнакомому человеку. Благодаря нашей деятельности этот мир становится добрее, безопаснее, счастливее. Помощь волонтеров повсеместна - сейчас трудно представить без нас с вами хоть одно крупное событие, праздник, мы приходим на помощь при чрезвычайных ситуациях, мы готовы быть рядом в любых ситуациях. В Национальный день волонтера я хочу вам пожелать неиссякаемой энергии для добрых свершений, бумеранга положительной энергии после каждого благого дела, икры в глазах и постоянно горящего сердца! С праздником, дорогие друзья!»

Антон КОРОТЧЕНКО  
(Волонтер года-2018).

Большое спасибо вам от всех россиян за ваше доброе сердце!

## Общероссийская акция взаимопомощи

### #МЫВМЕСТЕ

Акция #МЫВМЕСТЕ продолжила объединять добровольцев, врачей, бизнес, НКО, а также простых людей, которые не могут просто остаться в стороне в это непростое время.

Беспрецедентная по своим масштабам Общероссийская акция взаимопомощи #МЫВМЕСТЕ стартовала 21 марта по инициативе Общероссийского народного фронта, Ассоциации волонтерских центров и Всероссийского общественного движения «Волонтеры-медики».



# 74%

россиян считают, что волонтеры оказывают существенную помощь населению во время пандемии коронавируса

Более

# 90%

россиян доверяют волонтерам.

Результаты опроса ВЦИОМа, 2020.

### ЦИФРА

### Основные направления работы волонтеров

- 1 Помощь врачам в медицинских организациях. Студенты медицинских вузов работают в красных и желтых зонах. Остальные волонтеры трудятся в зеленых зонах, где минимизирован контакт с пациентами.
- 2 Помощь в кол-центрах. Волонтеры работают на горячих линиях медучреждений, принимают звонки пациентов, записывают их к профильным врачам, консультируют по формату работы поликлиник в период пандемии. Это позволяет снизить нагрузку с медперсонала и сократить время ожидания ответа.
- 3 Адресная помощь в доставке продуктов, лекарств и предметов первой необходимости людям, находящимся в зоне риска или на карантине.
- 4 Помощь автоволонтеров. Автолюбители развозят врачей по вызовам, что увеличивает количество посещенных пациентов в несколько раз.
- 5 Психологическая и юридическая помощь. Любого желающий может получить квалифицированную консультацию по своему запросу.
- 6 Доставка питания для врачей. Рестораторы бесплатно готовят горячие обеды и ужины для медработников, а в доставке помогают волонтеры. Многие представители бизнеса в период пандемии оказывали посильную помощь врачам, добровольцам и пожилым людям: предоставляли СИЗы, продукты питания, обеспечивали бесперебойную мобильную связь.



Почти **2 млрд рублей** пожертвований было собрано в фонд акции, которые были направлены на поддержку работы волонтерских штабов, покупку продуктовых наборов для нуждающихся, помощь медицинскому персоналу и приобретение СИЗов.

### Телефон горячей линии

# 8 (800) 200-34-11

В настоящий момент на горячей линии открыто 8 направлений

### САМЫЙ ЮНЫЙ ДОБРОВОЛЕЦ

#### ТОЛЬЯТТИ

«Хотел Лего и путешествие, но подожду»: первоклашка Марк Василик разбил копилку и отдал деньги на борьбу с коронавирусом.



Его примеру уже последовала маленькая Варя. Родители мальчишки надеются, что видео станет вирусным и люди вместе начнут бороться с коронавирусом.

Марку Василику 7 лет. Мальчишка всегда любил

ходить в школу, а теперь своих лучших друзей Степу и Ваню он может видеть только на экране ноутбука. Вместе с папой и мамой весной ему пришлось остаться дома - родители решили, что здоровье важнее, чем заработок. Посмотрев новости про пандемию коронавируса и волонтеров, которые помогают бабушкам и дедушкам оставаться в изоляции и приносят им домой все необходимое, в какой-то момент мальчик подумал: «Я тоже хочу помочь!»

- У меня копилка была, зеленая машинка, мне ее сестра подарила. Я решил ее разбить, а деньги передать тому, кому нужно, - рассказывает Марк. - Я хотел новый набор Lego и путешествие, но, пожалуй, подожду.

Мама Марка, Любовь Василика, признается: она с детства мечтала поплавать с китовыми акулами, вот и сына заразила этой идеей. Путешествие все равно сейчас невозможно, поэтому они поддержали идею сына и перечислили 1490 рублей из его копилки на реализацию акции #МыВместе.



- Дочка Варя твердо решила, что тоже хочет помочь. В этом году мы стали учить ее финансовой грамотности и выдавать по 50 рублей в неделю на карманные расходы. Она их в кошелек складывала и копила на собаку, - рассказывает Инна Заботина.

Девочка принесла кошелек, там были 250 рублей. Сумма небольшая, но для Вари это было важное решение, и родители его оценили. Еще раз объяснили ребенку, куда и зачем пойдут деньги, Варя согласилась. И перечислила волонтерам.

### САМЫЙ МУДРЫЙ ВОЛОНТЕР

#### САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

Зинаида Корнева собрала более 4 миллионов рублей семьям врачей.



98-летняя ветеран Великой Отечественной войны Зинаида Корнева из Санкт-Петербурга собрала более четырех миллионов рублей для поддержки медиков, борющихся с COVID-19. Пережившая блокаду волонтер организовала фонд помощи медработникам, пострадавшим от коронавируса. Она вдохновилась примером британского ветерана Тома Мура, собравшего 30 млн фунтов для помощи Службе здравоохранения Великобритании. Помощь получили 135 семей медработников, члены которых погибли при борьбе с COVID-19, в разных регионах России.

- Мы решили собирать деньги в помощь семьям погибших врачей. Они же лечат, а сами заражаются и погибают. Им нужна помощь, поддержка. И мы помогаем. За это время мы собрали почти 4,5 миллиона - и все эти деньги ушли адресно.

Всего помощь от бабы Зины, как ее называют в Петербурге, получили 143 семьи погибших медработников. Но на этом благотворительный проект, организованный ветераном, останавливаться не собирается. Зинаида Корнева уверена, что ее помощь требуется еще очень многим семьям врачей.

## Память

### УЛЬЯНОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

#### СВЕТЛАНА АНУРЬЕВА, ИМЕЯ IV СТАДИЮ РАКА, ПОМОГАЛА ОДНОСЕЛЬЧАНАМ ДО ПОСЛЕДНЕГО

19-летняя Светлана Анурьева (на фото) из Карсуна в Ульяновской области была одним из самых активных волонтеров движения. С первых дней работы акции #МыВместе доброволец развозила продукты одиноким бабушкам и дедушкам. За месяц труда самостоятельно выполнила 30 заявок, постоянно помогала в штабе.

В начале мая она почувствовала себя плохо. 5 мая ее положили в больницу. Врачи обнаружили рак четвертой степени. Прогноз - четвертая стадия. При которой большинство больных неоперабельны и им

предлагается только паллиативное лечение.

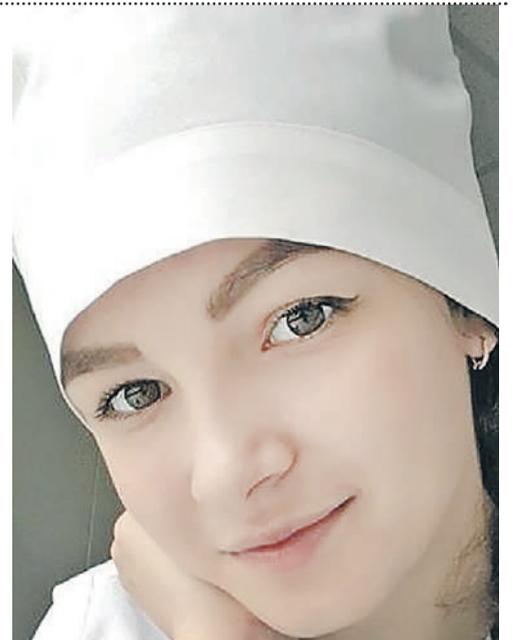
12 мая девушку выписали из больницы. Она продолжила помогать...

«Дочь до последнего была на ногах, очень боролась за свою жизнь. 22 мая мы увезли ее в больницу повторно, 28-го привезли домой уже лежачую. Света находилась в сознании, верила, что все равно встанет и поправится. Она не хотела нас расстраивать и не подавала виду, что серьезно больна, - рассказывает мама девушки. - Практически весь апрель мы ее не видели. Тогда у Светы уже боли были, а она все равно ходила и помогала людям, - вспоминает мама девушки. - В тот месяц и я приболела, так она и меня успевала лечить - и систему ставила, и уколы делала. Помню, все говорила мне: «Только, мамочка, не болей».

26 апреля Светлана Анурьева вместе с волонтерами фонда «Дари добро» приняла участие в «Караване добра». Неутешительный прогноз врачей оправдался. 31-го Светланы Анурьевой не стало.

«Света вместе с нами развозила продукты одиноким бабушкам и дедушкам. Тогда уже она знала, что болеет, но помогала, несмотря ни на что, - говорит вице-президент благотворительного фонда «Дари добро» Ольга Богородецкая. - Светлая память светлой девушке. Для меня она Герой».

Владимир Путин наградил Светлану орденом Пирогова за самоотверженность, проявленную в борьбе с коронавирусной инфекцией, посмертно. В регионе в честь девушки учрежден знак «За вклад в развитие добровольческого движения имени Светланы Анурьевой».



# Проект «Тележка добра»

Волонтеры проекта «Тележка добра» организуют доставку необходимых продуктов питания для граждан, находящихся на самоизоляции. География акции - **60 регионов**, задействовано 600 точек с установленными тележками, собрано и передано нуждающимся **20 тысяч 736 наборов**.

В Симферополе сейчас в акции участвует 13 симферопольских супермаркетов, среди которых сетевые магазины «Яблоко» и «ПУД».

Любой житель крымской столицы может оставить купленные продукты (желательно долгого хранения) в качестве благотворительной помощи нуждающимся в специальных боксах (тележки или корзины) возле кассы супермаркета. Таким простым путем любой житель может стать частью масштабной акции **#МыВместе** и помочь людям, оказавшимся в сложной ситуации в период распространения коронавирусной инфекции.

В период первой волны COVID-19 весной 2020 года в Симферополе акция «Тележка добра» стала настоящим оплотом народной помощи. Волонтеры акции **#МыВместе** и активисты ОНФ доставляли собранные неравнодушными людьми в магазинах продуктовые наборы симферопольским многодетным семьям, матерям-одиночкам, отцам-одиночкам, людям с ограниченными возможностями здоровья, одиноким пожилым людям, оказавшимся в сложном финансовом положении. Такую необходимую в этот период помощь получили более 200 семей.

С учетом сложной эпидемиологической ситуации местные торговые сети с готовностью откликнулись на предложение возобновить работу акции и повторно открыть «Тележки Добра». Доставлять помощь людям, оказавшимся в сложной жизненной ситуации, все так же будут волонтеры, уже ставшие неотъемлемой частью команды **#МыВместе** в Крыму.

Среди них простые крымчане, которые не могут остаться в стороне от чужой беды. Например, **Елена Лисина** из Симферополя. Весной она присоединилась к акции **#МыВместе** в связи с тем, что организация перешла на удаленную работу. Активный участник событий «Крымской весны»,

одна из инициаторов создания и работы координационного центра по приему и размещению беженцев в Республике Крым в 2014 г. всегда готова помочь.



«Как только узнала о наборе волонтеров для помощи пожилым и маломобильным людям, стала в первые ряды. Считаю своим долгом помочь обществу и государству в такой сложной ситуации», - без сомнения отмечает **Елена Лисина (на фото)**.

В первую, весеннюю, волну она доставила более 60 продуктовых наборов нуждающимся семьям. Сегодня она готова продолжать эту работу и надеется на активное участие крымчан в акции «Тележка Добра».

В Воронежской области к всероссийской акции взаимопомощи **#МыВместе** подключилась розничная сеть «Магнит». По социальной программе **#МагнитЗабота** в регион поступили продукты для формирования 11 тысяч бесплатных наборов. Их получают находящиеся на самоизоляции пожилые воронежцы в возрасте от 70 лет с ежемесячным доходом ниже прожиточного минимума. Категорию малообеспеченных воронежцев от 70 лет и старше определили не случайно. Они находятся на самоизоляции

практически с начала 2020 года и состоят в группе риска по COVID-19. Такие критерии гарантируют, что благотворительной помощи хватит на всех. Каждый благотворительный набор будет состоять в среднем из десяти позиций: крупы, тушенка, подсолнечное масло, сахар, кондитерские изделия и другие продукты длительного хранения. Сеть «Магнит» еще в апреле объявила о старте программы **#МагнитЗабота** для оказания помощи социально незащищенным гражданам в условиях сложной эпидобстановки. В сотрудничестве с региональными властями уже предоставлено 150 тысяч бесплатных продуктовых наборов в восемь регионов России. Девятым регионом, где социальная программа **#МагнитЗабота** продолжает добрую историю, стала Воронежская область. Продуктовые наборы сформированы таким образом, чтобы они включали востребованные товары длительного хранения, которые всегда есть в рационе покупателей.

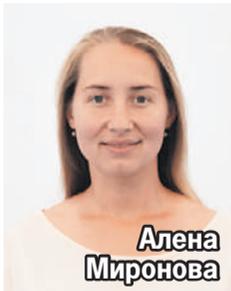


## САМЫЕ ДОБРОСОСЕДСКИЕ ВОЛОНТЕРЫ

### КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ

Алена Миронова - врач, волонтер штаба **#МыВместе** в Красноярском крае. Она вместе с друзьями-волонтерами из других регионов работает в формате соседского волонтерства. Они закрепляются за домами пожилых людей, нуждающихся в поддержке в радиусе проживания. Это позволяет помогать даже в условиях вводимых по всей стране ограничений по передвижению. Таким способом волонтерам удается каждый день обходить 270 бабушек и дедушек, при этом формируя доверительные отношения между добровольцами и пожилыми. Волонтеры не просто приносят продукты и лекарства, но становятся для них спасением от одиночества, друзьями. Такой подход формирует в стране культуру добрососедства и взаимопомощи.

«К идее «соседского волонтерства» мы пришли уже давно, - рассказала Алена Миронова. - Мы понимали, что самое правильное - это когда волонтером является сосед, живущий в одном доме или подъезде с теми, кому нужна помощь. Это важно и с точки зрения безопасности. Каждый раз, когда к нам приходят волонтеры, мы предлагаем им разные волонтерские вакансии, всегда рассказываем про то, что помочь можно буквально в своем подъезде. Они могут опросить своих соседей, нужна ли им помощь. Мы помогаем пенсионерам, инвалидам, многодетным семьям. Волонтеры могут купить и привезти продукты, вынести мусор и так далее».



## #МЫВМЕСТЕ

**4 422 375 человек** получили помощь



Что делают волонтеры, помогая медикам и людям бороться с COVID-19:

- помощь участковому врачу;
- обход пациентов, проходящих лечение на дому;
- сбор анамнеза и первичной информации при обращении в поликлинику (оптимизация работы поликлиники, маршрутизация и навигация пациентов, помощь в заполнении медицинских документов);
- осмотры на дому пациентов с невыраженными симптомами ОРВИ;
- диспансерное наблюдение на дому пациентов с хроническими заболеваниями (без симптомов ОРВИ);
- помощь в качестве помощника среднего медицинского персонала в первично-амбулаторном звене и стационаре, помощь при взятии анализов на COVID-19;
- помощь в лабораториях;
- работа в кол-центрах по вопросам профилактики, лечения и диагностики коронавирусной инфекции и поликлиниках для приема вызовов;
- контроль состояния пациентов с подтвержденным диагнозом коронавируса, информирование о результатах анализа на коронавирус;
- помощь в регистратуре приемного отделения и поликлиник.

Ежедневно более 10 тысяч пожилых людей со всей страны обращаются на горячую линию акции за помощью с доставкой продуктов и лекарств. Также в большинстве регионов волонтеры помогают забрать рецепт из больницы, вынести мусор и купить корм животным.

Официальный сайт: [мывместе2020.рф](http://мывместе2020.рф).



## Всероссийское общественное движение «Волонтеры-медики»

Образовано в 2013 году из гражданского проекта «Волонтеры Склифа» в НИИ СП им. С. В. Склифосовского. Ядро движения составляют студенты медицинских образовательных учреждений.

## Всероссийская акция ко Дню медицинского работника «#СпасибоМедикам» - 18 - 21 июня 2020 года

День медика в России отметили масштабной акцией «Спасибо медикам». С 18 по 21 июня по всей стране прошли праздничные мероприятия. Волонтеры-медики, активисты Всероссийской акции **#МыВместе** и представители общественных организаций подготовили более 10 различных форматов поздравления.

### Итоги:

- охват **85 регионов**;
- более **15 000 медиков в 78 регионах** были поздравлены адресно и получили памятные подарки;
- в **9 городах России** (Белгород, Владивосток, Волгоград, Махачкала, Екатеринбург, Казань, Пермь, Санкт-Петербург, Ставрополь) прошли автопробеги в честь медицинских работников;
- в **43 медицинских учреждениях (29 регионов)** в подарок были переданы комплекты техники для обустройства комнат отдыха медицинских работников;
- в **20 медицинских учреждениях** волонтеры высадили цветы в форме слова «Спасибо» во дворовых территориях медорганизаций;
- во дворах **85 больниц** волонтеры нарисовали поздравительные граффити и рисунки мелками и красками;
- на территории **48 медицинских учреждений** организованы фотовыставки «Герои нашего времени» с портретами медицинских работников, которые спасают жизни во время пандемии коронавируса.

## Всероссийский конкурс «Школа лидерства в здравоохранении»

В рамках конкурса участники получили возможность пройти обучение и получить навыки проектного менеджмента, коммуникации, организации рабочего процесса, а также развить личностные компетенции и знания об устройстве системы здравоохранения и актуальных тенденциях в данной сфере.

Финалисты конкурса получают рекомендательные письма и возможность прохождения стажировок в партнерских государственных структурах и НКО, занимающихся здравоохранением и молодежной политикой.

### Итоги 2020 года:

- участники из 57 регионов;
- 215 участников подали заявку на конкурс;
- 179 участников прошли в заочный этап;
- 50 человек прошли в очный этап.
- Финал конкурса пройдет весной 2021 года.



**4 061 863 обращения** принято на горячую линию

## #МЫВМЕСТЕ

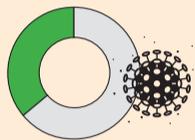
Средний возраст  
волонтеров проекта**34 года**

(По данным портала dobro.ru.)



**64%** - две трети россиян лично готовы оказать помощь людям, которые находятся на карантине, в том числе одиночкам.

(Результаты опроса ВЦИОМ, 2020.)

**Более 33%**

россиян самостоятельно помогали тем, кто пострадал от пандемии чаще других.

(По данным ФОМ.)

Типичный социальный помощник - это человек в возрасте от 35 до 50 лет, с высшим образованием, работающий в сферах ИТ, строительства или искусства.

## Ассоциация волонтерских центров

Еще одним организатором акции #МЫВМЕСТЕ является Ассоциация волонтерских центров.

АВЦ является оператором крупнейших волонтерских программ: XXII Зимних Олимпийских и XI Паралимпийских игр в Сочи, чемпионата мира по хоккею-2016, XIX Всемирного фестиваля молодежи и студентов и еще более 100 событий.

Это крупнейшая волонтерская организация в России, созданная в 2014 году с целью сохранения наследия волонтерской программы Олимпийских игр в Сочи и развития добровольческого движения в целом.

**Почти 2 000 000 000**

рублей пожертвовано бизнесом и физическими лицами в фонд #МЫВМЕСТЕ

**Более 18 000**

автоволонтеров по всей стране.



## Всероссийский конкурс для школьников «Большая перемена».

## Истории победителей

С 31 октября по 5 ноября 2020 года в МДЦ «Артек» прошел финал Всероссийского конкурса для школьников «Большая перемена» - проекта президентской платформы «Россия - страна возможностей».

«Большая перемена» стартовала 28 марта 2020 года и стала самым масштабным конкурсом в истории современной России. В нем приняли участие более 1 миллиона старшеклассников (учеников 9 - 11-х классов). Главная цель конкурса - дать возможность каждому старшекласснику проявить свои таланты. **Каждый участник мог выбрать одно из 9 направлений:**

- «Расскажи о главном!» (новые медиа)
- «Твори!» (искусство и творчество)
- «Сохраняй природу!» (экология)
- «Меняй мир вокруг!» (среда обитания)
- «Будь здоров!» (здоровый образ жизни)
- «Создавай будущее!» (наука и технологии)
- «Делай добро!» (добровольчество)
- «Познавай Россию!» (путешествия и туризм)
- «Помни!» (историческая память).

**НАТЭЛЛА ДЬЯЧКОВА, 17 лет, поселок Вельяминовский Уезд, Московская область.**



Участница направления «Делай добро!». Автор добровольческого проекта «Волонтеры образования» (про школьников, которые помогают друг другу с освоением учебной программы).

**О себе:** «Добро - неотъемлемая часть меня и моей жизни. Я глубоко убеждена, что человек может стать счастливым, только совершая добро. Когда мое имя объявили как победителя «Большой перемены», слезы у меня покатились ручьем. Это были слезы самого искреннего счастья. Моя семья смотрела за награждением онлайн. Не успела я им написать, как меня засыпали поздравлениями! Семья сыграла огромную роль в моей победе: они верили в меня и поддерживали каждое мое действие».

Как можно описать эмоции от победы? Это как будто внутри тебя взрываются миллионы искринок, и это переполняет тебя. А еще это очень сильно мотивирует. Сейчас у меня есть огромное желание рассказать каждому о конкурсе «Большая перемена» и о реальных возможностях, которые он дает».

СТАРТ НОВОГО СЕЗОНА «БОЛЬШОЙ ПЕРЕМЕНЫ» НАМЕЧЕН НА 28 МАРТА 2021 ГОДА. БУДУЩИХ КОНКУРСАНТОВ ЖДЕТ РЯД НОВОВВЕДЕНИЙ.

**Владислав БЫКОВ, 17 лет, рабочий поселок Самойловка, Саратовская область.**



Участник выезда «Расскажи о главном!», артист мюзикла «Большая перемена. Успех за тобой».

**О мюзикле и финале:** «Практически с нуля, всего за три дня, режиссеру удалось поставить такой интересный, разноплановый, полуторачасовой мюзикл. Я до сих пор не могу поверить, что мы это сделали за столь короткий срок. Финал конкурса дал мне возможность поработать с профессионалами своего дела, научиться быстро и качественно выполнять свою работу. На финал «Большой перемены» съехались все самые умные, харизматичные и целеустремленные личности, которые знают, чего они хотят от жизни и как этого будут добиваться».

**ДАРЬЯ ЧЕКАЛКИНА, 16 лет, село Шурма, Уржумский район, Кировская область.**

Участница направления конкурса «Твори!». Наставником Дарьи в конкурсе выступила ее бабушка Елизавета Михайловна - учитель математики. Она поддерживала финалистку с самого момента регистрации в конкурсе «Большая перемена». Дарья очень доверяет мнению бабушки - наставница помогла ей с выбором команды, вместе с которой впоследствии Дарья сочинила гимн конкурса.

**О себе:** «В полуфинале у бабушки не получилось помочь мне непосредственно на решении задания из-за уроков в школе. Но она очень помогла мне морально, настроила на успешную работу и дала важные советы. Мы вместе были безумно рады прохождению в финал. Елизавета Михайловна



на смотрела все эфиры из «Артека», постоянно интересовалась моими успехами. Я очень благодарна ей за все, что она сделала. Моя победа во многом - ее заслуга».

**Илья АРХИПОВ, 17 лет, районное поселение Линево, Искитимский район, Новосибирская область.**



Участник направления «Твори!».

Мечтает связать свою жизнь с театром. Пишет сценарии для спектаклей. Трехкратный стипендиат губернатора НСО в сфере культуры и искусств. Пять лет работал корреспондентом на телевидении.

**О себе:** «Я болею сахарным диабетом с 5 лет, но это не мешает мне вести активный образ жизни. Со 2-го класса занимаюсь театром и художественным словом. Творю руками, создаю декорации любых размеров, ко Дню Победы сделала модель руки высотой 3 метра (стела Вечного огня, которая находится в Волгограде, - меня просили сделать ее копию), работа выполнена в технике паперкрафт. В данный момент один расписываю стены в детском центре, общий метраж составляет более 200 м<sup>2</sup>».

**КИРИЛЛ ДЖЕНЖЕРУХА, 16 лет, город Лесной, Свердловская область.**

Участник направления «Создавай будущее!». Ученик образовательного учреждения, которое вошло в топ-20 школ. Журналист школьной телестудии, занимается фотографией, звукорежиссурой и баскетболом. В школе Кирилл реализует проект по открытию многофункционального образовательного пространства Openspace, в котором каждый ученик сможет найти себе занятие по душе. В финале он создавал концепцию школы будущего - той модели, которую следовало бы внедрить в структуру школы.

**О своем проекте:** «Сейчас я продолжаю разработку модели школы будущего на базе своей школы и считаю, что это будет достаточно важно, ведь инновационное учебное пространство с внедрением технологических решений станет прорывом в качестве образования, у школьников появится мотивация к учебе и саморазвитию. Мой лицей получил грант на собственное развитие в размере 2 млн рублей, войдя в топ-20 школ, подготовивших победителей конкурса «Большая перемена», и сейчас с точки зрения финансового обеспечения мой проект будет легче доработать до совершенства и ввести в структуру школы».



ПОРТАЛ DOBRO.RU - ЕДИНАЯ ИНФОРМАЦИОННАЯ СИСТЕМА РАЗВИТИЯ ВОЛОНТЕРСТВА. ФЛАГМАНСКИЙ ПРОЕКТ АССОЦИАЦИИ ВОЛОНТЕРСКИХ ЦЕНТРОВ.

Система была создана в 2016 году с целью объединить на одном ресурсе все волонтерское сообщество и социальные проекты страны.

Оператором системы DOBRO.RU является Ассоциация волонтерских центров, а формирование и развитие системы в соответствии с Федеральным законом о волонтерстве обеспечивают федеральные органы власти.

DOBRO.RU - универсальная экосистема социального взаимодействия.

На портале действует система DOBRO ID - единая точка входа для всех сервисов экосистемы, которая позволяет:

Стать волонтером, а значит, помогать добрыми делами, участвовать в программах мобильности, получать дополнительные баллы к ЕГЭ и прибавку к стипендии, принимать участие в конкурсах и грантах;

Стать организатором и получить совершенно бесплатно в свое распоряжение удобный интерфейс для работы с волонтерами и партнерами: дашборд, собственную CRM, в которой можно работать с заявками, раздавать часы, делать рассылку по своей базе

волонтеров, привлекать не только волонтеров, но и участников мероприятия;

Приобретать новые знания в университете социальных наук Добро.Университет.

Экосистема DOBRO.RU включает в себя несколько IT-сервисов:

DOBRO.УНИВЕРСИТЕТ - онлайн-университет социальных наук. Бесплатные курсы для волонтеров и организаторов волонтерства, основанные на реальных кейсах и вдохновляющих историях.

DOBRO.ЖУРНАЛ - медиапроект о созидательной гражданской активности. Здесь волонтеры могут опубликовать свои добрые истории.

DOBRO.КОНКУРСЫ - каталог и площадка для проведения конкурсов социальных инициатив.

DOBRO.АНАЛИТИКА - открытые и интерактивные данные по развитию волонтерского движения в России.

DOBRO.ПОМОЩЬ - проект адресной помощи.

# Всероссийский конкурс «Доброволец России»

Участие в конкурсе могут принять все желающие от 8 лет: руководители общественных организаций, представители НКО, инициативные добровольческие группы.

Четвертьфиналисты - **13 208 человек** выполнили задания первого этапа, соревновались в рамках региональных этапов и проходили заочную оценку экспертов.

В полуфиналах конкурса - **1557 авторов** проектов в дистанционном режиме приняли участие в очных защитах своих инициатив перед федеральными экспертами.

В финал прошли лучшие **210 проектов**. Их оценивали, как профессиональные жюри, так

## Грантовый фонд - 90 млн рублей

## Заявок - 53 219

## Приняли участие -

## 3 248 915 добровольцев



и пользователи интернета путем народного голосования.

Народное голосование продлилось 25 дней (с 20 октября по 13 ноября) на платформе **DOVRO.RU**. По итогам народного голосования за инициативы было подано **84 597 голосов**.

В оценке проектов конкурса приняли уча-

стие **70 экспертов из 26 регионов России**. Оценку финала конкурса проводили **42 члена жюри**, состав которого был сформирован из числа руководителей федеральных добровольческих и благотворительных организаций, а также лидеров общественного мнения в сфере развития добровольчества.

#МЫВМЕСТЕ

### Пожертвования

Собрано «Волонтерами-медиками»

## 1 812 450 314

рубля (данные на 25 ноября)

**ЛЮБАЯ СУММА МОЖЕТ СУЩЕСТВЕННО ПОМОЧЬ ТЕМ, КТО В ЭТОМ СЕЙЧАС ОСОБЕННО НУЖДАЕТСЯ.**

Отчетность о полученных средствах - на официальном сайте Всероссийского движения «Волонтеры-медики» (<https://волонтеры-медики.рф>)

**Церемония награждения победителей конкурса - 4 - 5 декабря 2020 года в рамках онлайн-марафона «Мы вместе» и будет приурочена к Национальному дню добровольца (волонтера). Здесь же вручается ежегодная премия «Волонтер года» и отмечаются победители в 14 номинациях.**

Победители конкурса получают гранты **до 2 миллионов рублей** на реализацию своего проекта и возможность включить статью расходов на образовательные курсы и повышение квалификации команды.

Впервые участники в возрастной категории «от 14 до 17 лет» смогут претендовать на получение гранта на реализацию проекта **до 500 тыс. рублей**. Призеры примут участие в обучающих стажировках, а также получат возможность представить свой проект руководству страны или региона.

**Победители также смогут выбрать наставника для профессиональных консультаций в течение года. В число наставников вошли:**

**Организаторы конкурса - Федеральное агентство по делам молодежи, ФГБУ «Роспатриотцентр» и Ассоциация волонтерских центров.**

## Интересные идеи конкурса

**СОФЬЯ КОВАЛЕВИЧ** - заявка в номинации «Смелые сердцем» (возрастная категория старше 18 лет). Софья принимает участие с проектом «Лига юных пожарных» уже третий год подряд и, можно сказать, что выросла сама и вырастила проект с конкурсом.



**СЕРГЕЙ ЗИХОВ** - заявка в номинации «Оберегая сердцем» (возрастная категория старше 18 лет). Сергею 24 года, он работает врачом скорой помощи, а также является региональным координатором организации «Волонтеры-медики» во Владикавказе. Благодаря усилиям Сергея организована деятельность волонтеров по помощи медицинским работникам: сегодня скорой помощи помогают 140 волонтеров-медиков, 222 добровольца помогают в отделениях больницы, где проходят лечение пациенты с новой коронавирусной инфекцией. Волонтеры помогают и в первично-амбулаторном звене: работают в колл-центрах, помогают в доставке лекарственных препаратов, в том числе рецептурных, осуществляют транспортировку врачей по вызовам. Под руководством Сергея **помощь волонтеров за время первой волны пандемии получили более 23 000 граждан.**



## Проект «Винсент Ван Дог»

**17-летняя Полина Грозенок из города Иваново** стала автором проекта «Винсент Ван Дог». Проект реализуется через создание открыток с изображением животных из приюта.

Что такое проект «Винсент Ван Дог»? Это помощь приютам для животных через реализацию своего творческого потенциала. Каждый месяц волонтеры проекта и неравнодушные люди посещают приют Зоо37 и проводят время с пушистыми постояльцами. Каждую поездку ребята делают в приюте зарисовки с натуры, чтобы впоследствии сделать из набросков готовую композицию для открытки. На открытке - изображение конкретного животного, сзади - его история. Позже они печатаются и передаются в пользование приюта: он может продавать их на своих ярмарках или дарить гостям, тем самым привлекая внимание общественности к проблемам бездомных животных через уникальную арт-продукцию.

На данный момент команда проекта состоит из пятнадцати человек, среди них - студенты художественного училища им. М. И. Малютина (**их рисунки - на фото**).

Во время пандемии поездки в приют продолжались.



## Экологическое волонтерство

Несмотря на самоизоляцию, многие экологические повестки не остались в стороне. Всероссийская общественная организация волонтеров-экологов «Делай» - на конкурсе «Доброволец России 2020».

Волонтеры-экологи ведут благотворительную деятельность по охране природных территорий и развитию туризма в России. Цель Всероссийской общественной организации волонтеров-экологов «Делай» - сохранить природное наследие нашей страны, привлечь как можно больше добровольцев к этому доброду делу.

В уходящем году Всероссийский молодежный проект по развитию экологического волонтерства на особо охраняемых природных территориях «**Дело в природе**» организовал флешмоб в социальных сетях, в котором приняли участие 150 участников, была проведена всероссийская акция Министерства природных ресурсов и экологии Российской Федерации «Вода России». Помимо этого, волонтеры-экологи организовали несколько эстафет с целью сохранения памятников природы и улучшения экологической обстановки.

К примеру, волонтерами Архангельского регионального молодежного экологического общественного движения «Чистый Север - чистая страна» (**на фото справа**) в 2020 году реализовано много важных для региона проектов:

- «**Экопросвещение молодежи Архангельской области**» - образовательные мероприятия, в том числе в онлайн-формате с целью формирования экологической культуры у населения. Лекции и уроки для школьников и студентов, Эколекторий, Школа волонтера, выездной Экологический молодежный лагерь «Чистый Север - чистая страна», экологический лагерь «Фабрика Хаски» и др.

- «**Экопрогулка «В контакте с природой»**» - выезд на природу с образовательной программой для молодежи

- «**Экопатруль**» - уборка леса в труднодоступных местах с использованием спецтехники

- «**Экологическая экспедиция**» - Исследование содержания микропластика в водах бассейна Белого моря»

- **Мастерская** по переработке пластика

В рамках проекта «Чистый регион» проведено 188 субботников, в которых приняли участие 2482 волонтера. Собрано 4289 мешков мусора (примерно 60 тонн), 984 мешка вторсырья.



## Зооволонтеры России

Во всероссийском конкурсе добровольческих инициатив «Доброволец России-2020» в номинации «Помощь животным» выступают представители волонтерских организаций из российских регионов. В этом году номинация «**Помощь животным**» стала самой популярной в народном голосовании - за проекты номинации было отдано 9925 голосов. Зооволонтерами становятся люди разных возрастов и профессий с одной целью - обеспечить комфорт братьям нашим меньшим: найти приют, питание, уделить им внимание.



## Проект «Спасти рядового тюленя»

**Юлии Садовской 31 год, она руководит Институтом «Биосфера Балтики».** В 2020 году вместе с коллегами девушка запустила проект «Спасти рядового тюленя», в рамках которого был создан мобильный лагерь для реабилитации щенков серого тюленя и балтийской нерпы.

В постоянной команде проекта около 20 человек, однако в разное время в спасении тюленей поучаствовали около 300 добровольцев. Команда разработала схему взаимодействия с Росприроднадзором, Калининградским зоопарком, специалистами из других регионов (Фонд друзей балтийской нерпы). За прошедший год на реабилитацию были приняты 5 особей серого тюленя (**один из спасенных - на фото внизу**). Центр реабилитации - это не только инфраструктура для спасения щенков, но и база для научных исследований и просветительской деятельности в сфере экологии моря. Опыт проекта может быть полезен для экологического добровольчества в любом регионе страны. Команда надеется на расширение и огласку: проблема спасения краснокнижных видов стоит остро и требует внимания человека. Совместно с зоопарком спасли и выпустили 5 щенков серого тюленя.



## #МЫВМЕСТЕ

**163 083 волонтера**  
участвуют  
в Общероссийской акции  
взаимопомощи #МЫВМЕСТЕ

## ● Молоды душой

Для людей старшего возраста реализуется программа «Молоды душой», которая уже объединила **27 000** волонтеров в возрасте от 55 лет и выше.

Она направлена на раскрытие их творческого, интеллектуального и профессионального потенциала, а также на улучшение качества жизни, открытие новых возможностей для самореализации и изменения отношения к старости.

В этом году был объявлен одноименный Всероссийский грантовый конкурс, который проводился по двум направлениям: «Волонтерские центры» и «Социальные проекты». Победителями стали **56** инициатив из **34** регионов. Лучшие проекты получили финансирование от **100 до 200 тысяч рублей**.

## ● Программа мобильности волонтеров

С 2019 года более **10 000 россиян** подали заявки на участие в программе мобильности волонтеров. Этот проект позволяет обеспечить участие лучших добровольцев в мировых массовых мероприятиях, проводить для них обучающие стажировки, а также организовать участие добровольцев в ликвидации ЧС.

Благодаря программе мобильности волонтеры приняли участие в таких знаковых мероприятиях, как **Всемирные игры ветеранов спорта в Инсбруке, российский этап чемпионата мира FIA «Формула-1» в Сочи, III Зимние юношеские Олимпийские игры в Лозанне, этап Кубка мира по фристайлу в Красноярске, Всероссийский молодежный патриотический форум «ОстроVa» в Сахалинской области, фестиваль «Таврида-АРТ», конкурс «Большая перемена» и другие проекты.**

В 2020 году победителями конкурса на право организации стажировок стали шесть регионов России: **Москва, Республики Карелия и Коми, Калининградская, Ивановская и Тюменская области**. Также шесть социально ответственных НКО приняли у себя представителей добровольческих и общественных объединений, чтобы поделиться с участниками эффективными способами поддержки и развития волонтерской деятельности.

Программа реализуется в рамках федерального проекта «Социальная активность» национального проекта «Образование».

## ● Волонтеры-спасатели

**Всероссийский студенческий корпус спасателей (ВСКС)** - одна из крупнейших студенческих добровольческих организаций в России. Добровольцы ВСКС регулярно оказывают помощь людям и специальным службам. В первую волну пандемии участвовали **500 добровольцев из 28 регионов** страны. Осуществили более **5000 адресных доставок** пожилым людям, тем, кто наиболее подвергнут заболеваниям. Раздали более **30 000 средств индивидуальной защиты** жителям. Добровольцы дежурили в аэропортах и на железнодорожных вокзалах, встречали самолеты и поезда. С помощью бесконтактных термометров измерили температуру **более 5000 пассажиров**, а также обеспечили их памяткой о правилах поведения на домашнем карантине, при необходимости - медицинской маской, помогли в заполнении предписаний о самоизоляции.

Сейчас добровольцы Всероссийского студенческого корпуса спасателей из **Москвы, Санкт-Петербурга, Свердловской, Ростовской, Кемеровской, Вологодской, Новосибирской, Нижегородской областей, Республик Северная Осетия - Алания, Крым, Забайкальского края** и других субъектов страны в рамках Всероссийской акции взаимопомощи #МЫВМЕСТЕ активно проводят санитарную обработку социально значимых мест и государственных объектов совместно с ГУ МЧС России по региону.

## ● Волонтеры культуры

Общественное движение «Волонтеры культуры» существует с 2019 года. На начало ноября 2020 года на информационном портале Волонтеры культуры.рф зарегистрировано **66 105 добровольцев**.

Во время пандемии «Волонтеры культуры» не остались в стороне и активно включились во Всероссийскую акцию #МЫВМЕСТЕ. Добровольцы прошли обучение и приступили к работе операторами единой горячей линии, а также оказывали информационную помощь по вопросам самоизоляции, мерам по предупреждению распространения инфекции, профилактике заболевания и другим вопросам.

## «ДОВЕЗИ ВРАЧА»

**Смысл акции - организация транспорта для врачей поликлиник и больниц для выезда к пациентам.**

Автопарк акции «Довези врача» составляет **более 500 машин** по стране, которые помогают врачам добираться до дома и на работу абсолютно бесплатно. К акции присоединились не только неравнодушные граждане, но и крупные компании (предприниматели, такси, НКО).

Акция «Довези врача» стартовала весной, в самом начале пандемии коронавируса. Тогда ее автопарк составил более тысячи автомобилей по всей стране.

Пятнадцать добровольцев из числа коренных малочисленных народов Севера на квадроциклах и снегоходах доставляют продукты и лекарства для людей на самоизоляции в селе Новый Порт. Село расположено на побережье Обской губы, где во время ливней и морозов не могут проехать даже автомобили. При хороших погодных условиях доставка товаров первой необходимости в тундру занимает от трех часов.

**Волонтеры в тундре**

## МОСКВА

Руководитель отделения «Ночные волки» в столичном Свиблове Юрий Пятов весной начал помогать развозить продукты многодетным семьям и детям-инвалидам. С Юрием волонтерством занимались двое взрослых сыновей и «Ночные волки». За все время пандемии они доставили больше 2,5 тонны продуктов. Юрий признается, что люди присылали огромные сообщения с благодарностями. Помимо продуктовой помощи, волонтеры доставляли людей в больницы, привозили лекарства. Юрий рассказал, что получил штраф на 6,5 тысячи за минимальное превышение скорости, но доброе дело с лихвой оправдывает эти затраты.

**Самый brutalный волонтер**

## «ОСТАВАЙСЯ ДОНОРОМ»

**Акция «МОЛОДЕЖКИ ОНФ» стартовала в конце апреля по всей России. Она организована «Молодежкой ОНФ» совместно с Федеральным медико-биологическим агентством.**

В первые два этапа марафона, которые прошли в апреле и июне этого года, его участниками стали порядка **70 тысяч человек в 76 регионах страны**. В августе прошел расширенный комплекс мероприятий «**донорские субботники**», который продолжил добрую традицию, зародившуюся 10 лет назад. В третьем марафоне, организованным «Молодежкой ОНФ» совместно со Службой крови, задействованными были уже все регионы страны. Вместе с командой «Молодежки ОНФ» кровь сдавали спортсмены федераций, мотоциклисты и байкеры, участники клуба «Ночные волки» вместе с их президентом Александром Залдастановым, а также футбольные болельщики клубов ЦСКА, «Локомотив», «Спартак», «Зенит» и участники акции «Молодежки ОНФ» по уличному футболу «Уличный красавец». В сентябре к марафону присоединились уполномоченные по правам ребенка при Президенте РФ.

**Всероссийский марафон #ОставайсяДонором, Служба крови ФМБА и «Молодежка ОНФ»**

## ■ ФУТБОЛИСТЫ ГОВОРЯТ

**Артем Ребров, вратарь ФК «Спартак»**

«Я знаю, что такое травма, особенно травма в профессиональном спорте. Никогда не знаешь, когда понадобится помощь. Очень важно, чтобы помощь пришла вовремя. Каждый из нас может стать донором, участвуя в акции #ОставайсяДонором. Мы можем спасти чью-то жизнь, пополнив запасы крови».



## РЕСПУБЛИКА БУРЯТИЯ

Ежедневно бригадой волонтеров обслуживаются врачи поселков Аэропорт, Сокол, Исток, Солдатский, Бурвод, Тапхар, Нурселение, Левый берег города Улан-Удэ. Уникальна история одного из волонтеров: увидев этой осенью информацию в одном из чатов Viber о том, что медикам нужна помощь, Аюна отозвалась и стала возить медиков до дома и работы. Аюна родилась в 1991 году в Улан-Удэ. В детстве увлекалась цирком. Тети девочки были балеринами, а бабушка долгое время проработала преподавателем в хореографическом училище. Родственники настояли на том, чтобы она начала заниматься в цирке. После окончания школы она поступила на факультет психологии. На первом курсе девушка начала заниматься танцами, так как привыкла к подвижному образу жизни. В 2016 году Аюна попала в аварию, в результате которой был сломан один из позвонков, из-за чего теперь ей приходится передвигаться при помощи инвалидной коляски. Несмотря на серьезную травму, девушка продолжала вести активный образ и даже сама стала водить машину с ручным управлением. Аюна и дальше готова помогать в развозе медиков на личном автомобиле.



проводят совместно, от раза к разу объединяя все большее количество небезразличных людей. **127 тыс. 882 человека** - таково число участников последней акции, которая стартовала в июле и завершилась в сентябре.

«Мы начинали с разовых акций в период пандемии, а теперь понимаем, что желание помочь и сдать кровь отозвалось в сердцах многих жителей нашей страны и трансформировалось в целое движение #ОставайсяДонором. Это очень приятно и здорово. Данное мероприятие имеет важное социальное значение, привлекает внимание общества не только к вопросам донорства, но и к работе самих учреждений, служб крови, к вопросам обеспеченности клиник различными компонентами крови. Кроме того, марафон всегда выполняет широкую просветительскую функцию», - отметила руководитель Федерального медико-биологического агентства (ФМБА) Вероника Скворцова.

**Вадим Карпов, защитник ФК ЦСКА**

«Мы с командой знаем, как важно здоровье. Поэтому, когда появляется возможность как-то помочь врачам в их труде, я считаю, что нужно это сделать. Такая возможность есть у каждого - принять участие в акции #ОставайсяДонором. Просто приди и сдай кровь», - призвал игрок знаменитого столичного клуба.



«НОВЫЙ ГОД С ДОСТАВКОЙ НА ДОМ»:

# Как волонтеры подарят праздник всем жителям страны

**Массовое новогоднее движение - более 15 000 волонтеров** и все желающие в период пандемии, когда отменены традиционные новогодние елки, на целый месяц станут волшебниками и в образе Деда Мороза и Снегурочки подарят праздник детям во всех регионах страны. Бизнес возьмет на себя изготовление новогодних костюмов и покупку подарков детям, а волонтеры доставят праздник в каждый двор и дом.

## ПОЗДРАВЛЕНИЯ ОТПРАВЛЯЮТСЯ К:

- детям из семей, оставивших заявку через платформу dobro.ru или сайт [новыйгод.мывместе2020.рф](http://новыйгод.мывместе2020.рф);
- детям из семей врачей, таксистов, курьеров, которые работают в период пандемии;
- детям из семей, находящихся в трудной жизненной ситуации (малообеспеченные, многодетные и др.);
- детям из детских домов, интернатов и медицинских учреждений.

**Старт акции: 5 декабря в рамках марафона «МЫ ВМЕСТЕ».**

## ЖЕЛЕЗНОВОДСК

**Снегурочка-волонтер!**



Здесь Снегурочка собственноручно сшила оригинальные маски для команды Деда Мороза. Девушка украсила средства защиты зимними узорами и снежинками. Эти инициативой зимние волшебники напоминают горожанам об обязательном соблюдении масочного режима во всех местах массового пребывания людей, в том числе в зимних питьевых бюветах и транспорте.

## ЗАБАЙКАЛЬЕ

Шесть волонтеров из поселка Ага (Забайкальский край, Агинский район) сошьют 120 защитных медицинских костюмов для местной больницы. Инициатива принадлежит выпускницам местного женского клуба, где учат вышивать и делать домашний декор. Силами женщин-волонтеров уже изготовлено 22 изделия. Готовые СИЗы доставят в Агинскую окружную больницу.

**Самые рукодельные волонтеры**



## Чагодский Дед Мороз

**300 детей** из малообеспеченных многодетных семей, детей-инвалидов и учащихся по адаптивной общеобразовательной программе получают на Новый год подарки от чагодского Деда Мороза. Каждый ребенок получит несколько подарков. По меньшей мере две тысячи ярких упаковок со сладостями, игрушками, сувенирами, книгами развезет веселая сказочная компания Деда Мороза, в которой теперь много молодых.



## «Кохомский Дед Мороз»

Это проект со своей 15-летней историей. Само по себе название взято не просто так, это точный перевод с финно-угорского (**Кохма: «кох» - любимая, родная, «ма» - земля**). Таким образом в названии заложено понятие - Дед Мороз с родной земли. Основная цель - соединение актива добровольцев на реализацию и создание празднований Нового года, Рождества Христова, Крещения и многих других событий. В проект входит поиск спонсорской помощи для приобретения и передачи подарков детям-инвалидам, ребятам, оставшимся без попечения родителей или оказавшимся в трудной жизненной ситуации. А также пожилым людям, ветеранам и людям с инвалидностью.

Проект реализуется в Ивановской области, Москве, Московской, Ярославской, Костромской, Тульской, Ульяновской, Нижегородской областях, Республиках Татарстан и Чувашия.

## Здравствуй, северный олень!



Алена Комикова в 2019 году загадала желание - прокатиться на упряжке. На уроке краеведения она нарисовала северных оленей, и с тех пор ее заветным желанием было увидеть этих прекрасных животных. И желание исполнилось! Как же Алена была рада прокатиться на упряжке и погладить этих сказочных животных! Девочка растет в многодетной семье - Комиковы воспитывают пятерых детей. У Алены доброе сердце, она во всем помогает маме. И очень любит животных.

## КУРСК

# Свадьбу сыграем в феврале!

История курских студентов-медиков **Дмитрия Колесникова** и **Елены Сиделевой** началась еще несколько лет назад.

- Впервые я увидела Диму, когда училась на втором курсе Курского медуниверситета, - рассказывает пятикурсница Елена. - Он был на год старше, мы пересекались на кафедре биохимии, и парень мне сразу понравился. Я начала его искать, но не знала ни имени, ни фамилии, в конце концов потеряла всякую надежду.

В марте 2020 года в КГМУ открылся волонтерский штаб Общероссийской акции взаимопомощи **#МЫВМЕСТЕ**. Елена сразу пошла туда координатором, через месяц на призыв о помощи в борьбе с пандемией откликнулся и Дмитрий.

- Я его сразу узнала, но не подала виду. Сначала мы общались исключительно по волонтерской работе, обмениваясь формальными сообщениями типа «заявку выполнил» или «коробки с продуктами возьми на столе». Потом Дима начал спрашивать, как у меня дела, не устала ли я, встречал меня с улыбкой, желая хорошего дня.

- Лена меня зацепила своей целеустремленностью и желанием не меньшим, чем у меня, помогать людям, - говорит Дмитрий. - Редко можно в наше время встретить таких девушек.



С приходом лета отношения между ребятами потеплели. У них оказалось много общих интересов - кино, музыка, театр, машины. И, конечно же, медицина, примечательно, что родители и Лены, и Димы - тоже врачи.

- Мы сразу как-то поняли, что созданы друг для друга, - говорит Елена. - И хотя работаем в разных местах, не расстаемся ни на один день.

В ноябре Дима попросил у Лены руку и сердце.

Для Лены поступок оказался сюрпризом. - Я знала, что рано или поздно мы поженимся, но не ожидала, что это будет так быстро и неожиданно, - говорит Лена.

Сейчас Дмитрий трудится медбратом в красной зоне Кшенской ЦРБ, а Елена подрабатывает медсестрой в паллиативном отделении третьей горбольницы Курска.

Ребята по-прежнему занимаются волонтерской деятельностью и скоро будут вместе навсегда. В феврале у Елены и Дмитрия свадьба.

**Над выпуском работали: Редактор - Алексей БЕЛЯНЧЕВ. Дизайн, верстка - Дмитрий ПОЛУХИН, Алексей РОГОВ. Бильд-редактор - Елена КАРПОВА.**

## #МЫВМЕСТЕ

### «Елка желаний»

Участники проекта **«Мечтай со мной»** стали организаторами всероссийской акции **«Елка желаний»**. В преддверии Нового года партнеры акции исполняют желания детей и пожилых людей с ограниченными возможностями здоровья, детей из малоимущих семей, детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

**Акция является ежегодной:**

- в 2018 году было исполнено **450 желаний**;
- в 2019-м количество исполненных желаний возросло до **7,5 тысячи**;

• На сегодняшний день на сайт **елкажеланий.рф** поступило уже более **7,5 тысячи** заявок со всей страны. **Исполнение желаний начнется с 5 декабря и продлится до 28 февраля 2021 г.**

В прошлом году, сняв записку с желанием и исполнив мечту 10-летнего Андрея Кочетова из Ставропольского края побывать в Красной Поляне на Международном форуме добровольцев, участником акции «Елка желаний» стал президент страны **Владимир Путин**. **Акцию поддержали и главы всех российских регионов, крупные корпорации, известные политики, спортсмены и артисты.**

## ТАТАРСТАН

В прошлом году желание **шестилетнего Даниса Гараева** - побывать в пожарной части сполнили сотрудники МЧС. Обзорная экскурсия началась с диспетчерской, где мальчику и его младшему брату показали, как принимают звонки и отправляют дежурный караул по тревоге. Побывав на месте водителя пожарной автоцистерны, Данис не только порулил, но и опробовал сигнальную громкоговорящую установку, с помощью которой поздравил маму с Новым годом. В завершение встречи огнеборцы, как настоящие Деда Морозы, подарили юным гостям уменьшенную копию пожарной автолестницы, а Данису - золотую пожарную каску.



## САМАРА

**Мише 11 лет**, он живет с папой, мамой и младшим братом. Мальчик очень любит животных. Однажды семья Булавиных была в отпуске в Крыму, где они посетили дельфинарий. С тех пор Миша мечтал поплавать с дельфином.

В адрес организаторов акции «Елка желаний» родители Миши направили заявку на исполнение желания сына - поплавать с дельфином. В январе вся семья Булавиных прилетела в Москву, где Миша впервые поплавал с дельфинами в центре плавания «Москвариум». И мальчик отлично справился - тренер отметила его старание и очень хвалила.

Теперь у Миши и его семьи появилась новая мечта - пройти курс дельфинотерапии.

## ПЕРВОУРАЛЬСК

**А Виталий Муханов побывал в Сочи.**

Мальчик мечтал о поездке с того времени, как посмотрел по телевизору зимние Олимпийские игры-2014. В конце прошлого года он написал об этом на «Елку желаний». Открытку с желанием Виталия сняли с елки в Кремле и... отправили Виталика в город мечты.

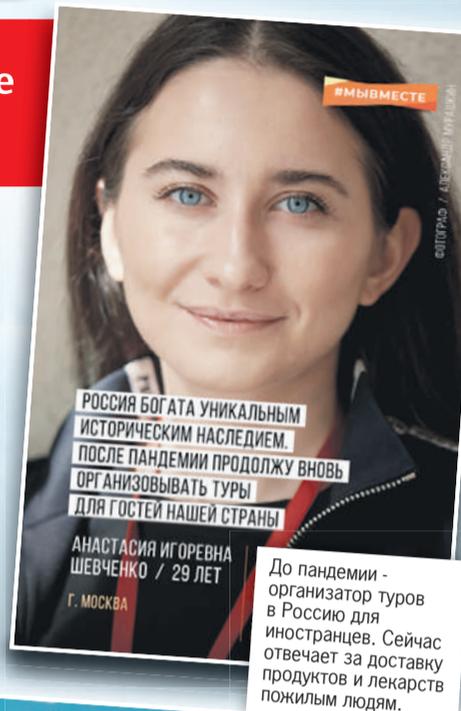
За четыре дня в Сочи мальчик побывал в Олимпийском парке, прокатился на электрокарах, поднялся в горы по канатной дороге и, конечно, увидел море.



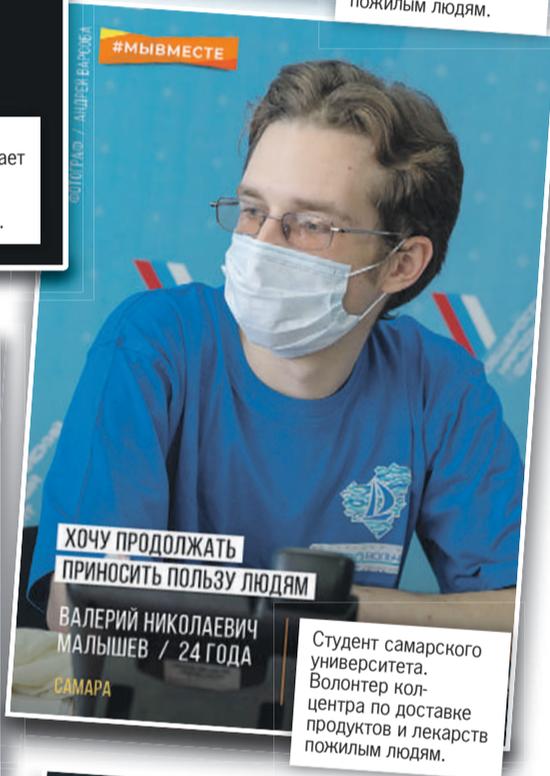
**Любой желающий может стать Дедом Морозом! елкажеланий.рф**

# «На передовой»

Так свой проект назвали фотожурналисты, снимающие работу волонтеров в разных российских городах.



Здесь - короткие фотоистории героев. Тех, кто вышел на передовую борьбы с коронавирусом. Их действия - шаги в сторону общей победы над пандемией. А их оружие - мечты, что трудное время обязательно закончится, и все мы вернемся к нормальной жизни.



## АКЦИЯ «СПАСИБО!»

5 декабря 2020 года в России - не просто День волонтера. В этот день люди говорят друг другу спасибо: врачам, добровольцам, социально ответственному бизнесу, друзьям, родным, соседям и всем, кто рядом и поддерживает в это непростое время.

### В ЭТОТ ДЕНЬ В ИНТЕРНЕТЕ МОЖНО НАЙТИ:

- специальные видеоролики «Спасибо» от ветеранов, пациентов, постояльцев социальных учреждений и всех благополучателей из 85 регионов Российской Федерации, интегрированных в программу Марафона;
- ролики «Спасибо» всем добровольцам и волонтерам от известных личностей.

### К ЭТОМУ ДНЮ АКТИВИСТАМИ И НЕРАВНОДУШНЫМИ ГРАЖДДАМИ ЗАПУЩЕН РЯД ФЛЕШМОБОВ:

- Флешмоб «Спасибо» в социальных сетях Instagram и ВКонтакте. Пользователи социальных сетей вспомнят организации и людей, которые помогли им когда-то давно, чтобы вновь сказать «Спасибо» за то доброе дело, таким образом подчеркнув важность поступка, совершенного в прошлом.
- Флешмоб в TikTok, официально поддерживаемый платформой. Здесь волонтерские организации расскажут о своих направлениях деятельности и совместно с блогерами TikTok предложат пользователям к ним присоединиться: совершать добрые дела и рассказывать о них вместе.
- Челлендж в TikTok #Цель-Добра и в Likee #МЫВМЕСТЕ делаем добро». Блогеры TikTok и Likee по очереди делают добрые дела, записывают видео об этом и в каждом из них они благодарят тех, кому давно хотели сказать спасибо, и призывают это делать каждого: Скажи «Спасибо» за добро».
- Добрый челлендж от «Большой перемены» - #БольшоеСпасибо. Школьникам всех возрастов предлагается записать видео, в котором они выразят благодарность тем, кого считают героем этого года - врачам, учителям, волонтерам, психологам, курьерам или соседям. Челлендж стартует во время «Доброго урока» и продлится до 25 декабря. Автор самого креативного видео получит приз - путешествие на родину Деда Мороза в Великий Устюг.

«Спасибо» по всей стране: на билбордах и цифровых плакатах появятся надписи «Ваше «спасибо» - улыбка на лицах других людей». В кампании участвуют аэропорты, вокзалы, торговые центры.

ПУСТЬ МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ!

# А мы сядем в электрокар и помчимся куда-нибудь



Владимир ПЕРЕКРЕСТ

Все больше людей в России выбирают автомобили без бензина.

В России в 4 раза увеличились продажи новых электрокаров и в 2 раза - с пробегом. И пусть их доля в общем объеме по-прежнему едва заметна (по данным агентства Автостат, примерно 0,02% от общего числа легковушек), рост налицо. А в Европе «электричек» покупают уже больше, чем дизелей. Что же привлекает автолюбителей в этих необычных машинах?

## «ЭЛЕКТРИЧКА» ИЗ ТОЛЬЯТТИ

Принято считать, что электромобили - это импортные штучки. Оказывается, нет. Еще 6-7 лет назад выпускался на АвтоВАЗе электромобиль Lada EL Lada (в смысле электро-«Лада», ее фото см. в правом верхнем углу страницы). Но в серию не пошел. Собрали всего сотню экземпляров, а после того как решили больше не продолжать, авто попали в автохозяйства южных городов и в частные руки. Уходил штучный раритет примерно за 500 тысяч. Корреспонденту «КП» удалось найти обладателя отечественного электрокара.

- Мне досталась новая машина с завода, и я начал ее улучшать - сделал подрамник, поменял задние тормоза, заменил родные сиденья, новую резину поставил, кованые диски, еще что-то по мелочи - набезало на 150 тысяч. Плюс новая печка - еще 50 тысяч, - рассказал инженер и блогер Михаил Школьников.

Родная печка не угодила тем, что потребляла 5 кВт, а емкость аккумулятора - 22 кВт-ч. Получалось, что за 3 часа зимой печка забирала 15 кВт-час, на еду энергии уже не оставалось. Михаил произвел некоторые доработки в конструкции, после этого все стало хорошо: энергии потребляет меньше, а греет не хуже. Вообще он машиной доволен.



Производитель электрокаров «Тесла» в этом году стал самой дорогой автомобильной компанией мира, обогнав «Тойоту». На снимке - модель Tesla X.

dpa/picture-alliance/globallookpress.com



Электрзаправок, подобной этой, в России мало, поэтому большинство владельцев заряжают аккумуляторы от домашней розетки.

- Заряжаюсь от домашней розетки, это рублей 70, - продолжает владелец «Лада Эллада». - Хватает на 140 км. Я бы столько платил при расходе бензина 1 литр на 100 км. Моторчик тяговитый, чтобы где-то застрять и не вытянуть - таких проблем не было. Но надо понимать, что это все-таки не внедорожник.

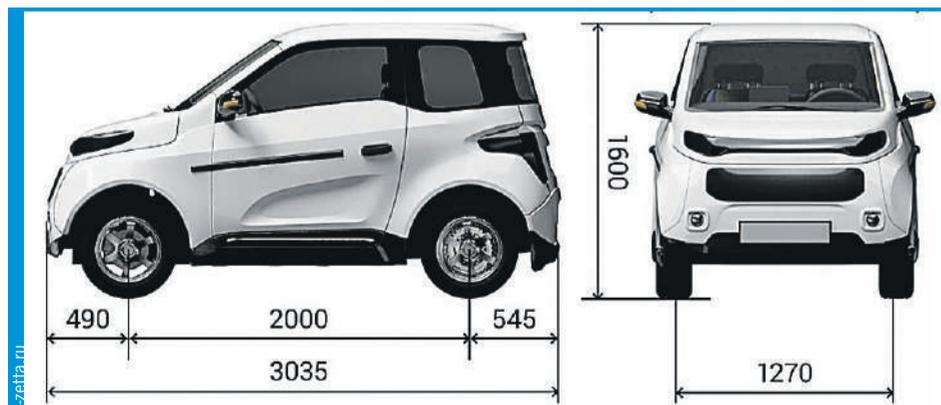
Еще одна особенность, на которую обращают внимание владельцы электрокаров, - практически не изнашиваются тормозные колодки. Это связано с тем, что нажимать педаль тормоза нужно только в экстренном случае. Машина эффективно тормозит, даже когда просто отпускаешь педаль газа - в это время авто не про-

сто катится, а подзаряжает аккумулятор. День-два - и владельцы электрокаров приравниваются к такому стилю вождения. И заранее сбрасывают скорость перед светофором, а не бьют со всей мочи по тормозам, не успевая проскочить на желтый.

## ПЛЮС ДВИЖОК ОТ МОТОЦИКЛА

Из всех электромобилей едва ли не самый необычный - BMW i3. Первым делом, внешность: впечатление, будто капот слегка сплющило от несильного лобового удара.

Но главное отличие от собратьев



А это российский электромобиль ZETTA - его серийное производство планируется начать в следующем году.

ezetta.ru

## ТОЛЬКО ЦИФРЫ

СКОЛЬКО В РОССИИ ЭЛЕКТРОМОБИЛЕЙ



3,6 ТЫС.

На 1.01.2019

6,3 ТЫС.

На 1.01.2020

10,4 ТЫС.



На 1.10.2020

## КАКИЕ ЭЛЕКТРОКАРЫ АКТИВНО ПОКУПАЮТ

Новые	Штук	Доля, %	Цена от, млн руб.
Nissan Leaf	105	30,6	2,0
Tesla	104	30,3	4,5
Audi e-tron	61	17,8	7,7*
<b>Всего 343</b>			
*В России продаются официально в дилерских центрах			
С пробегом	Штук	Доля, %	Цена от, млн руб.
Nissan Leaf	3541	94	0,5
Tesla	85	2,3	2,8
Mitsubishi i-MiEV	64	1,7	0,8
<b>Всего 3770</b>			

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

### КАЛЬКУЛЯТОР

ВО ЧТО ОБХОДИТСЯ

Марка BMW i3 Год выпуска 2014 Пробег, 54 000 км

Цена - 2 млн руб.  
Мощность, 170 л. с.  
Максимальная скорость 150 км/час  
Разгон до 100 км/час - 7,2 сек

**Расходы:**

- Домашняя электророзетка - 26 руб на 100 км
- Техобслуживание - раз в два года.
- Поменять масло в экстендере и редукторе (три литра - 2500 руб), масляный фильтр (1000 руб.) и салонный фильтр (1000 руб).

**Итого - 4500 руб.**

Советы экспертов, на что обращать внимание при покупке электрокаров, читайте на сайте kp.ru

по классу - это экстендер. Дополнительный бензиновый двигатель на случай, если сядет аккумулятор. Только задача этого движка не в том, чтобы крутить колеса, а в том, чтобы подзарядить севший аккумулятор.

- Мы ездили в Карелию - отмахали 3300 км, - рассказал автору владелец такой машины Сергей. - Зарядки батареи хватает на 130 км. А после того, как она разряжается, включается экстендер с 9-литровым бензобаком и начинает ее подзаряжать. Можно проехать еще сотни полторы.

Сергей свое авто купил 6 лет назад - пригнали новую из США.

- Машина обходится почти даром, - продолжает он. - Парковка в столице для электрокаров бесплатная. Налог тоже не плачу. Заряжаюсь от домашней розетки по ночному тарифу. А что до батареи, то у меня за 6 лет емкость упала всего на 8%.

## НА ЧАШЕ ВЕСОВ

### 5 плюсов и 5 минусов

Подводим итог - в чем преимущества и недостатки электромобиля.

- ➕ Ездишь - и ни за что не платишь. Не нужно покупать бензин-керосин. Практически не тратишься на техобслуживание. Тормозные колодки почти не изнашиваются.
- ➕ В некоторых регионах бесплатная стоянка и не берут транспортный налог.
- ➕ Комфортно ездить - хорошая тяга, разгон гораздо быстрее, меньше уровень шума.
- ➕ Выше безопасность: расположенная в днище батарея понижает центр тяжести - электромобиль становится устойчивее, не опрокидывается.
- ➕ Чувствуешь себя крутым и продвинутым, все интересуются, советуются.

- ➖ Машина стоит в 1,5 раза дороже сравнимой по классу традиционной - переплачиваешь за «батарейку». И годами ждешь, когда это окупится.
- ➖ Не развита сеть техобслуживания - даже в Москве. Узнать о хороших мастерах можно только по сарафанному радио в профильных сообществах.
- ➖ Запас хода невелик, при этом очень мало заправок - в дальних путешествиях можно серьезно влипнуть.
- ➖ В морозы быстро садится батарея.
- ➖ Репутация в обществе может пошатнуться. К чудачкам и «самым умным» сами знаете какое отношение.

# Дочь нашла отца, о котором даже не подозревала 35 лет

Ирина КИРШЕВА  
(«КП» - Красноярск)

Она всегда чувствовала себя неловко рядом с мамой-блондинкой и двумя белокурыми сестрами. Регине Закировой из Татарстана с детства доставалось и за нос с горбинкой, и за раскосые глаза, и за густую черную шевелюру. Ее дразнили цыганкой, в глаза говорили, что не папина дочка. Обижалась сильно, а потом привыкла, смирилась со своей непохожестью. Поэтому, когда спустя 35 лет мама вдруг заявила, что у нее другой отец, сразу не поверила...

## ГОРЯЧИЙ ГОРЕЦ И РУССКАЯ КРАСАВИЦА

Завязка этого российско-грузинского «сериала» произошла в небольшом городке Уяр в Красноярском крае. Именно там в восьмидесятых годах жила девочка Галя. Стройная, милая, красивая. Ее русые косы, пухлые губы и взгляд голубых глаз пленили не одного парня. Но завоевать ее любовь удалось приезжему грузину.

Ей было почти 18 лет, когда они встретились. Ему 21 год.

Приехал в Сибирь с двумя братьями колымить на стройке. По вечерам после работы гуляли по местным улочкам, познакомились с тремя девчонками. Галина покорила Ношревана. Отношения развивались стремительно. Вскоре она призналась, что ждет ребенка. А он в ответ - что берет ее с собой в Грузию.

- Поедешь со мной? - спросил прямо. - Я купил два билета - тебе и мне.

Но она боялась. Здесь все понятное, родное - семья, друзья.

В один из вечеров к Гале нагрянули братья Ношревана.

- Он из-за тебя уезжать не хочет. Отстань от него. У него невеста в Грузии, у них семья будет!

И Галина отказалась

ехать с любимым. Но ребенка решила оставить. Через пару месяцев познакомилась с солдатом-срочником из Татарстана - Рустемом. Тот пороги обивал, хотя знал, что она скоро родит от другого. Назло Ношревану и сошлась с ним. Поженились. Вскоре появилась на свет ее доченька. Крепкая, смуглая, бойкая. Имя ей мама дала звонкое - Регина! Отчим удочерил. И всей семьей они переехали в Набережные Челны.

## СЕМЕЙНАЯ ТАЙНА

Почти сразу после переезда родилась еще и Альбина. Спустя два года - Марина. Обе девочки - как с советских открыток: голубоглазые, круглолицые, со светлыми волосами. Тем разительнее был их контраст с Региной.

- В детстве меня всегда обзывали, - вспоминает девушка. - Мне очень тяжело было слышать: «Ты от другого папы, это не твой папа, ты - цыганка».

Но близкие хранили тайну. Сестры часто гостили в деревне у бабушки, мамы Рустема, она всех привечала. Казалось, Регину даже больше. Отчим никогда, даже выпив, не обмолвился ни словом, не упрекнул.

- Получается, абика (так называют бабушек в Татарстане), зная, что я не родная внучка, меня из всех троих больше всех любила, - говорит Регина. - Она мне помогла, воспитание правильное дала. А вот от мамы и тем более отца я не чувствовала сильно любовь родительскую.

Галина пахала на нескольких работах, чтобы дочери были одеты и накормлены. Для себя никогда не жила. А в 1996 году она решила: хватит! И развелась.

Через какое-то время Регина встретила свою судьбу, вышла замуж, родила двоих детей. Работала продавцом, управляющим, директором. Два года назад открыла свой мебель-

ный магазин.

## У ТЕБЯ ДРУГОЙ ПАПА

Жизнь женщины изменилась летом 2017 года. Был поздний вечер. Регине позвонила мама.

- Что делаешь?

- Да вот кино посмотрели, спать собираем-

тогда Регина вдруг ответила: «Очень!»

## НАЙТИ ЧЕЛОВЕКА

Именно Айгуль часами сидела в соцсетях и пыталась найти однофамильцев отца Регины. И однажды откликнулся человек, который согласился



Жизнь у Ношревана сложилась не очень удачно, и обретение дочери стало для него настоящим подарком судьбы.

ся.

Молчание в трубке, а потом...

- Регин, ведь Рустем не твой папа, у тебя другой.

- Мам, ну хватит шутить, проехали уже эту тему, - буркнула дочь.

- А я не шучу, твой папа грузин...

Регина бросила трубку. Три месяца она не общалась с матерью. Отгородилась полностью. Даже заблокировала ее номер телефона.

- Почему снова начали общаться? Ну, потому что это все-таки мама. А я начала представлять, какая бы жизнь у меня была, если бы мой родной отец был рядом со мной.

Фантазировала, но ничего не предпринимала. Пока подруга Айгуль не спросила: «Ты хочешь его найти?» И

помочь. Зовут Резо, он занимается туристическим бизнесом.

- В феврале 2018 года прочитал объявление Айгуль, что подруга ищет отца, уроженца Грузии, - рассказал Резо. - Полгода искал его адрес. Оказалось, живет Ношреван в селе Ацквита Аспиндзского района.

А Регина вдруг струсила: «Может, отец ничего обо мне не знает, у него большая семья, и я ему не нужна?» Решила оставить все как есть...

Резо же позвонил Ношревану. Узнал, что у того всю жизнь шло все не так: был женат, родился ребенок, но Ношреван развелся через четыре года. А дочь утонула в море, когда ей было 16 лет.

Узнав о дочке в России, мужчина был просто счастлив.

- Здравствуй, доченька моя! - Ношреван сам позвонил Регине. Общались по видеосвязи.



Регина (слева) с мамой Галиной - сразу и необразишь, где здесь мама, а где дочь.

Плакали оба - и отец, и дочь.

- Я - его копия, - уверяет Регина. - Меня прямо всю затрясло, когда увидела папу, слезы покатились. Сама такого не ожидала. А он рассказал, что уже потерял веру в жизнь, а тут такой подарок судьбы!..

Регине 19 октября исполнилось 37 лет. Отмечали с самыми близкими людьми. Праздник получился на две страны. Один за тысячи километров.

- Папа позвал друзей, накрыл стол, и они праздновали мой день рождения, - говорит Регина. - Я это все видела сама через видеозвонок. Такой вот мне устроил праздник...

## «ГЛАЗА У ТЕБЯ НАШИ, ФАМИЛЬНЫЕ»

Ношреван рассказал, что через год после своего отъезда в Грузию вернулся в Уяр. Искал свою Гаю. Но никто толком не мог сказать, куда она уехала. Родился ли малыш, он тоже не знал, жил и мучился.

А что Галина?

Ей сейчас 58 лет. На пенсии, но работает. От поклонников отбоя нет. Со своей первой любовью тоже общалась по видеосвязи.

- Он смотрит на нее и плачет, - рассказыва-

ет Регина. - На колени встал и говорит: «Галя, я тебя всю жизнь любил, до сих пор люблю тебя».

Галина смущается, но проявляет твердость: «Я вертихвостка, не смогу уехать туда и жить в горах».

Ношреван уже познанил дочь со своими сестрами. Их у него две. Одна живет возле Тбилиси, еще одна - в Италии. Обе говорят Регине: «Глаза у тебя наши, фамильные, только по нашей линии такие глаза красивые».

Все любят и все принимают, в гости зовут. А она бы рада, но пока никак:

- Пока у меня не все стабильно с деньгами, а отец живет в горах, сено продает, орехи собирает, ремонты делает, копейки получает. Ну и, конечно, закрытые границы, виза, пандемия. Но ждать нет сил!

Папа говорит: «Я хочу тебя встретить, обнять и плакать вместе». И я готова на все, чтобы с ним просто встретиться и обняться. Когда плохо бывает порой, даже говорю: «Я хочу к папе!» Хотя никогда его, кроме как через компьютер, не видела.

А Ношреван мечтает купить хороший телефон с интернетом, чтобы всегда быть на связи с дочерью.



Другая история - про девушку, которую бросили в роддоме из-за отсутствия руки и которая стала чемпионкой и нашла сестру, - на сайте



# От Майка Тайсона до Пэрис Хилтон: Кто из мировых звезд побывал за решеткой

Мария БЕРК

Многие жили в ожидании того, где же все-таки будет сидеть Михаил Ефремов, устроивший страшное ДТП, в результате которого погиб человек.

Была версия: отбывать будет в Москве, в СИЗО «Водник», работая в хозслужбе и живя довольно нормально. Не в камере.

Ан нет, отправили в колонию в Белгородской области. В современной России суд над Ефремовым, также как и над футболистами Павлом Мамаевым и Александром Кокориным, стал прецедентным: ведь прежде многим нашим знаменитостям удавалось замять подобные дела.

Но есть с кем сравнить: звезды Голливуда тоже далеко не святые, и некоторые из них не понаслышке знают, каково это - мотать срок.

## НА АВТО

Михаила Ефремова никто так не поймет, как американский актер **Мэттью Бродерик**, супруг Сары Джессики Паркер. В 1987 году он отправился на отдых в Северную Ирландию, где попал в страшную автоаварию. На арендованном BMW актер случайно выскочил на встречу, где столкнулся с проезжавшей Volvo, пассажирки которой - 28-летняя Анна Галлагер и ее 63-летняя мать - погибли на месте.

- Я не помню того дня. Я даже не могу вспомнить, как встал утром, как застелил постель. Первое мое воспоминание - я проснулся в больнице со странным ощущением, - оправдывался Бродерик. В той аварии он отделался переломом ноги. Актер мог получить до 5 лет тюрьмы, но все

Мэттью Бродерик (на кадре из фильма он за рулем) после аварии, в которой погибли люди, отделался минимальным штрафом.



обошлось штрафом в \$175 (несмотря на ничтожность суммы, штраф был именно таким) и обвинением в неосторожной езде.

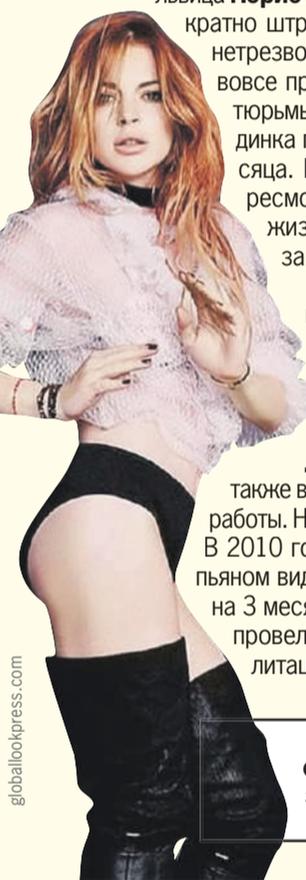
Любовью к пьяной езде прославилась светская львица **Пэрис Хилтон**. Актриса неоднократно штрафовали за вождение в нетрезвом виде. А в 2007 году и вовсе приговорили к 1,5 месяца тюрьмы. Но в заключении блондинка провела чуть меньше месяца. После ареста Пэрис пересмотрела свое отношение к жизни и больше не попадала за решетку.

Еще одной автохулиганкой является актриса **Линдси Лохан**. В 2007 году суд впервые отправил актрису на сутки за решетку за езду в пьяном виде, обязав также выполнять исправительные работы. Но это не отрезвило Лохан. В 2010 году за нарушение ПДД в пьяном виде ее посадили в тюрьму на 3 месяца, еще столько же она провела в специальном реабилитационном центре.

Линдси Лохан отсидела 3 месяца за нарушение ПДД в пьяном виде.



Пэрис Хилтон приговорили к 1,5 месяца тюрьмы за пьяную езду.



globallookpress.com

О том, где и как отбывает срок наш актер Ефремов, - на сайте



## ШКОЛЬНАЯ ШПАНА

Перед тем как стать успешным актером, **Марк Уолберг** прославился как знатный хулиган. Уже в 14 лет он попал в поле зрения полиции, когда швырял камни в сверстников-афроамериканцев и выкрикивал расистские оскорбления в их адрес. Через два года Уолберг напал на пожилого вьетнамца, которого забил чуть ли не насмерть деревянной палкой. Когда на место прибыл наряд полиции, Марк попытался скрыться. Путь ему преградил прохожий, которого Уолберг ударил так, что мужчина ослеп на один глаз.

Криминальная история Уолберга включает в себя 25 приводов в полицию, а также два года тюрьмы за ограбление аптеки и попытку убийства в состоянии наркотического опьянения. В тюрьме Марку не особо понравилось, поэтому там он вел себя хорошо и вышел досрочно. По достижении 19-летнего возраста Уолберг остепенился.

## ХУЛИГАН ПО ЖИЗНИ

Звание главного бунтаря Голливуда можно присудить **Мартину Шину**. К своим 80 годам он плюсует почти 70 арестов. В списке правонарушений - гражданское неповиновение, незаконное проникновение на чужую территорию, нарушение спокойствия и др. При этом Шин известен как активный общественный деятель, участник антивоенных акций.



Роберт Дауни-младший отсидел полгода за наркотики.

## НЕПРАВИЛЬНАЯ ТРАВА

С наркотиками в мире кино и шоу-бизнеса знакомы неплохо. Свидетельство тому - история жизни комика **Тима Аллена**. 25-летнего парня задержали в аэропорту за контрабанду почти килограмма кокаина.

Обладатель «Золотого глобуса» **Роберт Дауни-младший** раньше, в 1990-е годы, злоупотреблял алкоголем и наркотиками, его задерживали за хранение кокаина, героина и марихуаны. Периодически Дауни-младший отправлялся на лечение в реабилитационный центр. В итоге Роберта приговорили к трем годам условно. Но когда он не пришел сдавать анализы для определения наркотических веществ в крови, суд отправил его за решетку на полгода. Через три года история повторилась, и из-за наркотиков Роберт Дауни-младший провел в тюрьме год. После этого он взялся за ум и актерскую карьеру.

## СЕКС И ДОМОГАТЕЛЬСТВА

Самым знаменитым голливудским сидельцем рискует стать американский продюсер **Харви Вайнштейн**. Его уже приговорили к 23 годам тюрьмы за сексуальное насилие. В харассменте и изнасилованиях одного из самых могущественных людей в Голливуде обвинили почти 80 женщин.

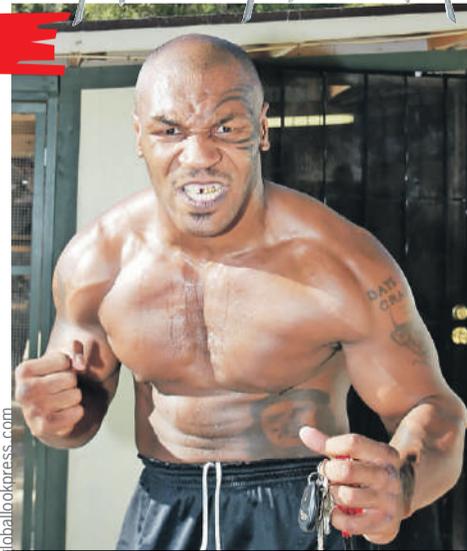
Компанию Вайнштейну в тяге к прекрасному полу составил в начале 1990-х знаменитый боксер **Майк Тайсон**. В 1992 году его приговорили к шести годам лишения свободы за изнасилование 18-летней участницы конкурса красоты. Отсидел

же половину срока - выпустили за хорошее поведение. К слову, самый первый раз его арестовали в 12 лет за кражу кошелька.

Небо в клеточку вот уже много лет грозит в США режиссеру **Роману Поланскому**. В 1977 году его арестовали по обвинению в изнасиловании несовершеннолетней. Режиссер думал, что получит условный срок, если будет сотрудничать со следствием. Но когда перед ним замаячила тюрьма, Полански перед вынесением приговора сбежал из США. В итоге дело Поланского остается открытым уже более 40 лет, и вот уже почти полвека режиссер избегает ступать на американскую землю.



Полански сбежал из США, но его уголовное дело там уже 40 лет не закрывают в надежде на возмездие.



Тайсон был приговорен к 6 годам лишения свободы за изнасилование.



**Тигран Кеосаян:** «Над Владимиром Владимировичем мы шутим давно и смело. У некоторых других президентов с юмором хуже. Бывают скандалы».



**Тина Канделаки:** «Может, надо таким президентам говорить: «Вы меня вырезали-вырезали, вот я к вам и приехал?»»

Ведущий телешоу «Международная пилорама» рассказал, какие шутки под запретом на ТВ и почему вспыхнул Карабах.

Известная журналистка, генпродюсер «Матч ТВ» **Тина Канделаки** поговорила в эфире Радио «Комсомольская правда» ([fm.kp.ru](http://fm.kp.ru)) с актером, режиссером и телеведущим **Тиграном Кеосаяном** о его «скандальной» программе и не только.

### «СКАНДАЛЬНОСТЬ МЫ ПЛАНИРОВАЛИ»

- Тигран, расскажи, когда ты понял, что «Международная пилорама» стала приобретать скандальную известность?

- Мы планировали это. Потому что сам формат скандальный.

- На американском телевидении много таких шоу. А почему у нас их не было?

- Ну, у нас вообще юмор на федеральных каналах тяжело проходит.

- Политический юмор в том числе.

- Абсолютно. В «Бульдогошоу», на мой взгляд, были смешные выпуски, но не пошло. А здесь новостная история. Человек матерится время от времени, его запикивают. Но все это было и есть форматно.

- Кто пишет сценарии, кто эти люди? Они - кавээнщики, просто киношники?

- Я подозреваю, что это частично кавээнщики, частично стремящиеся.

- Пять твоих любимых скетчей?

- Никогда не скажу... Ну, были скандалы. Например, с Додоном. Он как-то приехал с официальным визитом в Москву. И в нашем репортаже была шутка, которую я до словно повторять не буду. Там Додон рассматривал стены и думал, что пора в Кремле делать ремонт. Над Владимиром Владимировичем мы шутим достаточно давно и смело, с юмором все нормально. Тут, видно, плохо было с юмором...

## Тигран КЕОСАЯН - Тине КАНДЕЛАКИ:

# Новым лидером Армении должен стать человек из России

### ЗАПРЕЩЕННЫЕ ШУТКИ

- Ты в «Пилораме» за что боролся? Ну, чтобы шутить над вещами, над которыми до тебя не шутили, например?

- Нет, мы шутим над теми вещами, над которыми давным-давно никто уже не шутит. Борются не приходилось, это вопрос профессионализма. Если мне говорят: «Тигран, я тебя прошу...» Мы все давным-давно товарищи и друзья. Так что какого-то диктата нет.

- То есть, если шутим над Белоруссией как-то не так, а там идет вещание...

- В Белоруссии вещание моей программы не идет ровно 3 года. Ее вырезают. Я даже знаю человека, который вырезает.

- Но ведь Марго (Маргарита Симоньян, главный редактор МИА «Россия сегодня» и телеканала RT. - Ред.), твоя супруга, была в Минске, встречалась с Лукашенко...

- И я встречался.

- Ты не сказал: «Александр Григорьевич, вы меня вырезали-вырезали, а вот я и приехал?»

- Нет, я не пытался встретиться с Александром Григорьевичем. Но ему кто-то сообщил. Меня пригласили. Я говорю: «А что с юмором-то, Александр Григорьевич? Мы же шутим. И о Владимире Владимировиче тоже шутим». Он говорит: «Ты так же шути, как над Владимиром Владимировичем, надо мной, тогда все будет хорошо».

- А как в Армении дела?

- В Армении не транслируют российское телевидение! Там его вывели из основного пакета, и только неделю назад (по

случайности, наверное?) армянское руководство вернуло эти телеканалы. Это хороший, позитивный сигнал. Может, даже это начало серии таких сигналов для российско-армянской дружбы.

- Когда ты шутишь, ты понимаешь: нет, это чересчур? Так бывает?

- Бывает, конечно, чересчур. Это мы убираем, иногда прямо перед съемками. Иногда начинаешь говорить, а это не влезает в рот. Я люблю заниматься «Пилорамой», это реально любимое хобби, на провокационном супе таком, который должен вызывать резкие, противоположные реакции. И я безумно рад, что свою задачу по реакциям наших псевдолиберальных товарищей я выполняю. Правильной дорогой идем, все нормально.

- И ты не считаешь, что некоторые сюжеты «Пилорамы» жесткие?

- Считаю. Наверное, да, можно было помягче, но тогда бы не было такого резонанса. «Пилорама» появилась в самый разгар такой тотальной ненависти. Тогда был разгар Украины. И задача была очень простая: ребята, надо о том же, но с юмором. Если выбирать между ненавистью и сарказмом, второе лучше. Просто потому, что он хотя бы заставил уголки губ приподниматься у кого-то. Ну, с плохим вкусом, а они приподнимаются. Там, где с хорошим, - людей рвет.

### БИТВА ЗА ИНТЕРНЕТ

- Мне как-то Марго сказала в интервью,

статьи «Комсомольской правде», фразу: свой телеграф и почту мы давно уже проиграли.

- Тут в большей части речь о соцсетях. Об американских по сути и факту платформах. У нас ведь своих нет. А они могут цензурировать и продвигать то, что им нужно. Вот телеведущего Соловьева иностранные соцсети задвигают в угол, а «Эхо Москвы», наоборот, выдают чаще. Понимаешь? Это такая история, которую рулить и бибикать не нам, а им, получается. Если мы хотим быть суверенным государством, нужно создавать свое виртуальное пространство.

- Но в современном мире никто виртуальные границы не закроет.

- Кто сказал, что не закроют? Во-первых, И, во-вторых, безусловно, чтобы быть конкурентным, надо создавать свое. Не запрещать, а создавать альтернативу. Раз уж страна - главный проводник этих платформ - громко объявила нас врагом.

### «МАРГАРИТА БЫ НЕ СОГЛАСИЛАСЬ»

- Что думаешь об армянской финансовой элите, живущей в России? Здесь много богатых армян. Их роль в происходящем?

- Люди, которые входят в мой круг общения, и армянская элита, и такая и сякая элита, они очень мне комфортны во взглядах на буду-

щее Армении. Потому что не воспринимают его без России. И их безумно раздражала хамская политика, которую принес в адрес России Пашинян.

- Карабахский конфликт может быть исчерпан?

- Для меня как человека из Советского Союза вообще этот конфликт был очень странным. И принять его я не могу. Но произошел он по понятным причинам.

- Потому что Турция оказала поддержку Азербайджану?

- Нет, ну много причин. И Турция почему влезла? Потому что увидела замечательный момент для решения вопроса, который зрел 30 лет. Потому что в Армении появился руководитель, который решил, с одной стороны, посориться с Россией как гарантом мира. И с другой - провоцировал по полной президента Азербайджана Алиева, не имея на это оснований. Армия была не в том состоянии.

- Кто идеальный президент Армении?

- Не факт, что это должен быть человек, которого знает вся Армения. Во-первых, я считаю, что игры в многовекторность для Армении вообще опасны и невозможны. Есть одна ориентировка - Россия. Для этого во главе государства должен быть армянин, который понятен и известен в России. То есть из российской диаспоры. И это должна быть системная фигура.

- Если бы Маргарите предложили, что бы ты ей сказал?

- Она бы не согласилась! И правильно бы сделала. Потому что глава государства должен знать национальный язык, должен быть знаком со всеми элитами. То есть он должен быть компромиссной фигурой, умеющей находить равновесие в группах влияния. Ты знаешь, когда двадцать четыре армянина сидят за столом, мнений сорок восемь!

- Спорить не буду. Говорят, Зеленский учил язык по ходу.

- И все над этим сейчас издеваются.





# Катись ты, вирус!

Татьяна СОЛОВОВА  
(«КП» - Новосибирск)

Вирусолог и врачи объяснили, где меньше всего риска подцепить COVID-19 этой зимой и при этом хорошенько отдохнуть.

Коронавирус оставит многих россиян без привычного Нового года. Но кто сказал, что надо сидеть дома? Катки и горнолыжные спуски пока никто не запретил. Мы попросили вирусологов и врачей сравнить варианты зимнего отдыха по ковидоопасности.

## СНЕГОВИКА ЛЕПИМ В МАСКАХ...

Как только выпал снег, дети начинают лепить снеговиков. И рискуют заразиться коронавирусом: не факт, что среди малышей нет бессимптомных больных. К тому же никто не будет соблюдать социальную дистанцию.

- Я советую обязательно надевать на детей маски. Да, от COVID-19 она полностью не защитит, но хотя бы снизит вирусную нагрузку на организм. Вирус проникает через слизистую, а тут для него будет преграда, - объяснил «КП» Сергей Бабак, профессор кафедры фтизиатрии и пульмонологии лечебного факультета МГМСУ имени А. И. Евдокимова.

## ...А В СНЕЖКИ ИГРАЕМ БЕЗ НИХ

Еще одна любимая зимняя забава, особенно у детей - играть в снежки. И вот в этом случае маска может сыграть злую шутку.

- Это очень активная игра, дети постоянно бегают, а значит, маска постоянно будет сползать. Дети начнут ее поправлять, прикасаться руками ко рту и носу, а это - дополнительный риск занести вирус в организм. Поэтому во всех активных зимних увлечениях безопаснее участвовать без нее, - уверен Александр Шестопалов, профессор, доктор биологических наук.

Здесь есть и еще один важный момент.

- Когда дети бегают, прычутся, они волей-неволей соблюдают социальную дистанцию, и это хорошо: чем меньше контактов, тем меньше возможности заразиться, - говорит эксперт.



Бросай диван, вставай на лыжи! Главное - держаться от других на расстоянии вытянутой лыжной палки.

## УСКОЛЬЗАЕМ ОТ ХВОРИ

Каток - одно из самых безопасных мест во время пандемии. Но только не крытый.

- С эпидемиологической точки зрения открытые катки на свежем воздухе намного безопаснее: вирусная нагрузка на организм меньше, - отмечает Георгий Викулов, директор Научного информационного центра по профилактике и лечению вирусных инфекций.

Правда, до самого льда еще надо добраться.

- В пункте проката коньков собирается много народа, да и вокруг катка тоже. И вряд ли кто-то там будет соблюдать социальную дистанцию, а это потенциальный риск заболеть. Поэтому выбирайте катки, где поменьше людей, и по возможности приносите коньки с собой, чтобы не стоять в очереди в пункте проката, - советует Александр Чепурнов, ведущий научный сотрудник Института клинической и экспериментальной медицины.

А вот непосредственно на катке опасность почти нет.

- Когда вы находитесь на льду, то волей-неволей приходится соблюдать дистанцию, иначе можно получить коньком в лоб, - рассуждает Александр Чепурнов. - Плюс на коньках человек передвигается намного быстрее,

а это значит, что и времени на контакт с посторонними практически нет.

## ОТ ЛЫЖ - ТОЛЬКО ПОЛЬЗА

Во время вспышки коронавируса это одно из самых безопасных зимних увлечений, да еще и крайне полезное.

- Этот вид физической активности позволяет человеку поддерживать хорошую респираторную функцию - ее еще называют легочным резервом. Есть постулат: чтобы легкие работали нормально, нужно делать не менее 7000 шагов в день - и не важно, пешком или на лыжах, - рассказывает Сергей Бабак. - С возрастом легочный резерв уменьшается, могут проявляться различные легочные заболевания. Поэтому лыжи пойдут на пользу в любом возрасте, если нет проблем с суставами.

Еще один плюс: подцепить ковид на лыжах крайне сложно.

- Если вы приехали с семьей в лес, соблюдать социальную дистанцию даже не придется: лыжни обычно тянутся на несколько километров, и все находятся друг от

друга в десятках метров, - добавляет Александр Шестопалов.

На горнолыжном спуске тоже особых проблем не будет.

- В очереди на подъемник все уже стоят с лыжами на ногах, так что проблем с соблюдением дистанции нет. Сами подъемники открытые, рассчитаны на одного человека, - описывает вирусолог Александр Чепурнов. - Правда, рядом с горнолыжными



Зоны повышенного риска: как не заболеть коронавирусом в фитнес-клубе и бассейне - читайте на сайте



спусками обычно находятся небольшие кафе, в которых греются отдыхающие. Вот их лучше избегать из-за большого скопления людей.

## СНОУБОРД ОПАСЕН ДЛЯ ПЕРЕБОЛЕВШИХ

Эта зимняя забава ковидоопасная - соблюдать эпидемиологические правила там сложно.

- Сноуборды в очереди на подъемнике держат в руках, а значит, социальная дистанция может нарушаться. Так что здесь риск заразиться коронавирусом куда выше, - считает Александр Чепурнов.

Кроме того, во время самих подъемов и спусков на легкие идет серьезная нагрузка, и такое экстремальное занятие может быть просто опасно для тех, кто перенес COVID-19.

- Если во время болезни было серьезное поражение легких, то такая физическая активность просто противопоказана, - заостряет внимание Сергей Бабак.

## НЫРЯЕШЬ В ПРОРУБЬ... ЗА КОВИДОМ

Еще одна зимняя забава - ныряние в прорубь. И она крайне опасна.

- Коронавирус, конечно, в самой проруби и на льду не живет, но любое погружение в холодную воду - это стресс для организма, а значит, иммунитет снижается. Если человек неподготовленный, то ничего, кроме вреда, от такого ныряния не будет. Поэтому если вы вдруг в этом году решили заняться закаливанием - отложите. Только представьте себе, что рядом в этот момент окажется человек, который болен коронавирусом: риск, что искупавшийся в проруби заразится, повышается, - предупреждает Сергей Козырев, профессор кафедры спортивной медицины и лечебной физкультуры Первого Московского государственного медицинского университета имени И. М. Сеченова.

## КСТАТИ

А НА ГОРКЕ ПОДХВАТИТЬ ИНФЕКЦИЮ МОЖНО?



Увы, но ответ:

**Да**

- Обычно на вершине горки собирается очередь из желающих скатиться, никакой социальной дистанции в принципе не соблюдается.

**И вот тут действительно можно подцепить заразу.**

Поэтому совет один: не стойте в толпе, подождите, когда людей будет меньше, - рекомендует Александр Чепурнов.



Секреты монаршего гардероба:

# Одинаковые пальто принца Чарльза и брюки Елизаветы II



Pool/Anwar Hussein Collection/Getty Images



Tim Graham Photo Library via Getty Images

Два снимка разделяет целых двадцать три года, а на принце Чарльзе все то же твидовое пальто от Anderson & Sheppard.

Британская королевская семья является эталоном стиля.

Казалось бы, беззаботная жизнь у королей и членов их семьи: уж в одежде можно точно себе не отказывать и шеголять чуть ли не каждый день в новых нарядах.

В случае с британской королевой Елизаветой II все так и происходит: на публике монаршая особа появляется каждый раз в новом. Но некоторые из костюмов, пальто и платьев королева может надевать по несколько раз (это ее личное решение), но с перерывами как минимум в несколько недель. Однако такие случаи единичны.

**ВСЕГО ЛИШЬ РАЗ**

Но чего не занимать в плане моды британской королеве, так это постоянства. Например, она годами выбирает одну и ту же марку обуви, а нередко еще и модель. Если дело касается туфель, то вот уже полвека Елизавета II отдает предпочтение бренду Anello & Davide.

Зато весь мир удивился, когда на одном из международных форумов внук королевы, принц Уильям, невольно продемонстрировал стершуюся до дыр подошву своих ботинок. Похоже, что герцог Кембриджский следует заветам своего отца, принца Уэльского, в последние полвека ратующего за экологию, и ста-



David Cairns/Express/Getty Images

А полвека назад ее величество во время визита в Канаду позволила себе появиться на публике в брюках.

рается носить обувь до тех пор, пока она не приходит в полную негодность.

**ЦЕЛЫХ ДВА ПАЛЬТО**

Совместив борьбу за чистоту нашей планеты, частью которой является уменьшение отходов за счет бережного отношения к одежде, принц Чарльз также отдает должное британской поговорке «качество превыше количества».

Одни высоко ценят усилия королевского сына, другие упрекают его в скарденности. Последнее - итог анализа дворцовой фотохроники, показывающей, что две трети своей жизни принц Чарльз носит одно и то же пальто.

Будущий британский король действительно когда-то заказал твидовое пальто в фирме Anderson & Sheppard. Но до недавнего времени никогда не отдавал его в починку! Он просто время от времени заказывал точно такое же, но новое. А вот в последние годы, показывая личный пример бережливости, принц новое пальто не заказывает, а просто отдает в ателье, где его приводят в порядок.

Вообще-то пальто у принца Уэльского как минимум два - то самое, твидовое, и еще одно - прямое классическое, песочного оттенка. Носит он эти модели с начала 1980-х годов.

**БРЮКИ КОРОЛЕВЫ**

В брюках королева блистала на публике всего лишь раз в жизни - в далеком теперь 1970 году во время визита в Канаду. Но вот уже полвека Елизавета II надевает брюки, только когда катается на лошадях, либо за рамками официоза - при переездах из замка в замок или для походов в больницу. В остальное время - только платья или юбки с жакетом!

Подготовил  
Алексей ОСИПОВ.



Tim Graham Photo Library via Getty Images

А это другой постоянный прикид наследного принца - пальто песочного цвета. В нем он с супругой Камиллой Паркер-Боулз и на официальном мероприятии в Лондоне.

Indigo/Getty Images

Такой мы привыкли видеть британскую королеву - в платье, дамском пальто и фирменной шляпке.



Thierry Falise/LightRocket via Getty Images

В 2019 году внук Елизаветы II принц Уильям «блистал» на экономическом форуме в Давосе дырой в подошве своего ботинка.

**КСТАТИ**

**Перчатки по-королевски**

Для королевы разрабатывают специальные перчатки, в которых не страшен коронавирус. Пока неизвестно, каков срок их службы (одноразовые они или «вечные»). Их изготовят с применением особого материала, разрушающего вирусы и микробы. Перчатки не будут отличаться от обычных ни на ощупь, ни внешне.



Читайте на сайте «Почему Меркель Двадцать лет носит одно платье»





## БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

**Екатерина ПОТОРОЧИНА, Тула:**

- По профессии я секретарь-референт. Мои увлечения - фотосессии, искусствоведение, посткроттинг - это обмен открытками и сувенирами с людьми со всего мира. Я собираю марки, монеты, магниты, а еще люблю танцевать, читать фантастику, путешествовать, животных, птиц (кормлю бездомных), а моя мечта - побывать в Лондоне.



**Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:**

- Мне нравится выбор платья - смелый, по-весеннему цветочный вопреки хмурому межсезонью за окном. Мой совет красавице Катерине - сбалансировать акценты в образе. Стилистически это платье - девичье, а туфли скорее из арсенала роковой женщины. Если надеть классические лодочки, балетки или даже кеды, то комплект станет гармоничнее.

Письма с фото присылайте по адресу: «Комсомольская правда», Старый Петровско-Разумовский проезд, д. 1/23, стр. 1, Москва, 127287.

На конверте напишите: «Будь стильной с «КП». Или на e-mail: miss@kp.ru



Голосуйте за понравившуюся вам участницу на нашем сайте [kp.ru](http://kp.ru) в разделе «Будь стильной с «КП»!»



Татьяна УМЯРОВА

## АНЕКДОТЫ В НОМЕР

31 декабря мы все будем звонить своим друзьям из других часовых поясов, где новый год наступает раньше, чтобы они нас успокоили и подтвердили, что 2020-й все же закончился.

\* \* \*

**Ожидающему у роддома отцу медсестра выносит тройню:**

- А вас не пугает, что их так много?

- Нет...

- Тогда держите этих, а я за остальными сбегую!

\* \* \*

Вчера очередной раз убедился, как вредно курить. Пошел на кухню выкурить сигаретку, а там жена борщ начала готовить. Пришлось картошку чистить.

\* \* \*

**- А вот если я надену шлем, то можно мне на машине не пристегиваться ремнем, ездить без двери, без домкрата, без аптечки, с одной исправной фарой и на двух колесах? Нет?! А почему на мотоцикле можно?**

\* \* \*

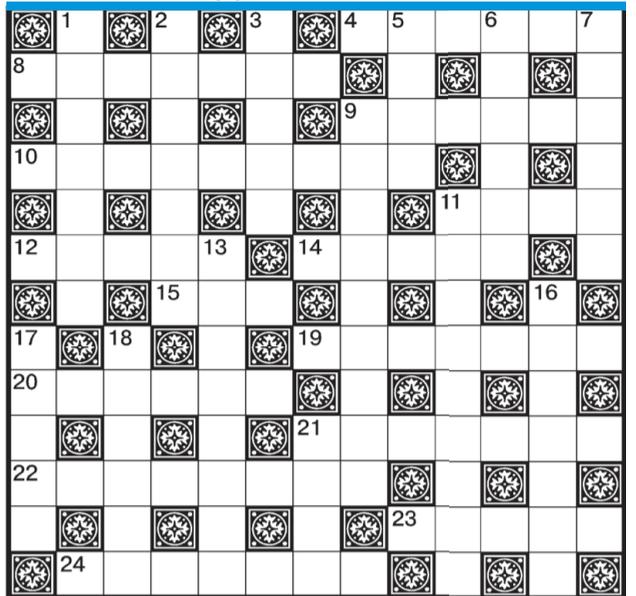
Вот что значит сенсорный телефон... Кот, обнюхивая его, сделал 3 снимка, отправил 5 сообщений и вызвал наряд полиции.

Оставьте свой анекдот на сайте [kp.ru](http://kp.ru) в рубрике «Анекдоты»!

Весь архив анекдотов от «КП» - на [kp.ru](http://kp.ru)



## КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 4.

«Ароматный пузырек». 8. Чьи секреты наставник ученику передает? 9. Кто зарабатывает свою репутацию благодаря знаменитостям, умершим под его наблюдением? 10. Кулинарный шедевр. 11. Инструмент каллиграфа. 12. Мифический герой эссе Альбера Камю. 14. Какого министра обороны Николая Хрущев опасался, но с должности снял? 15. Деловой ... беседы. 19. Сарматские горы ныне. 20. Какой режиссер открыл для советского кино Николая Крюкова? 21. Какую книгу для сельских школ издал в последние годы своей жизни поэт Тарас Шевченко? 22. Кто позвал на помощь разбойников, чтобы спасти от казни героя мультфильма «Рапунцель: Запутанная история»? 23. «Когда

враг погибает в бою, он перестает быть врагом» (роман Чингиза Айтматова). 24. Какую царевну Тесея покинул на Наксосе?

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Кто клонов выращивает? 2. Какой товар купить труднее всего? 3. Кто обычно всю вину за свое поведение сваливает на выпивку? 5. В какой стране на каждом шагу можно встретить красные флаги с серпом и молотом? 6. У какого писателя был в гостях Владимир Маяковский в ночь перед самоубийством? 7. Как общий, так и местный. 9. Улица в древнеримском городе. 11. Лыстец «вместо эха». 13. Наука звуков. 16. «Жертва прорухи». 17. Какого американского президента сменил на посту Дональд Трамп? 18. Кто с биржи доход имеет? 21. Сказочный остров из русского фольклора.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Флакон. 8. Ремесло. 9. Дюкдор. 10. Делникатер. 11. Перо. 12. Сизиф. 14. Жукков. 15. Тон. 19. Карпаты. 20. Барнет. 21. Букварь. 22. Максимус. 23. «Плахы». 24. Ариадна. ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Генетик. 2. Дефицит. 3. Алкаш. 5. Лаос. 6. Катаев. 7. Наркоз. 8. Декуманиус. 9. Подпевала. 13. Фонетика. 16. Старуха. 17. Омама. 18. Брокер. 21. Буня.

## Прогноз погоды на завтра, 3 декабря

	ночью	днем
Владивосток	-8°...-6°	-5°...-3°
Находка	-7°...-6°	-4°...-3°
Уссурийск	-15°...-14°	-6°...-4°
Астраханка	-16°...-14°	-6°...-5°
Терней	-10°...-8°	-6°...-5°

ясно дождь ☀️ ☁️ гроза ☁️ пасмурно снег ☁️ ❄️

Давление - 776 мм рт. ст. (норма для декабря - 750)  
Относительная влажность воздуха - 60% (норма - 76%)  
Ветер - северо-западный, 2,5 м/с

Восход - 08.26 Луна - убывающая  
Закат - 17.38

## СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

Если у вас есть:

- ТЕМА** для публикации
- ОТКЛИКИ** на статьи
- ЖАЛОБЫ** на доставку и качество печати

Звоните нам!

**(495) 777-02-82**

Ваше мнение для нас важно!

Для быстрого доступа на сайт просканируйте QR-код с помощью смартфона



## ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Владимир Николаевич СУНГОРКИН.  
Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.  
РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ: О. НОСОВА (первый зам. главного редактора), А. ГАЕЛИН (зам. главного редактора), А. ДЯТЛОВ (зам. главного редактора), Л. ЗАХАРОВ (зам. главного редактора), П. САДКОВ (зам. главного редактора), А. СЕМЕНЦОВ (зам. главного редактора), А. СЕДОВ (редактор отдела политики).

НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», Старый Петровско-Разумовский проезд, д. 1/23, стр. 1, 6-й этаж, Москва, 127287. Ценные почтовые отправления не доставляются. ТЕЛЕФОНЫ: отдел связи с читателями - (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22; e-mail: kp@kp.ru; Web-сервер: www.kp.ru; отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82; e-mail: advert@kp.ru; служба распространения - (495) 777-02-82

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы 50057, 31470, 32353 Тип. № 4310  
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-2020», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОЛОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 165 960 экз.

Цена договорная

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



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

АО ИД «Комсомольская правда», 2020. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: (495) 970-19-51.

## ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ФИЛИАЛ АО «ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Директор Владивостокского филиала АО «Издательский дом «Комсомольская правда» - Татьяна КЛАНОВЕЦ.

Главный редактор - Сергей ЛАНИН  
Директор по рекламе - Елена КЛИМЕНКО  
Директор службы распространения и продвижения - Екатерина ШУЛЬГИНА

690091, г. Владивосток, ул. Лазо, 8.

Отпечатано в ОА «ИПК «Дальпресс», 690106, г. Владивосток, пр-т «Красного знамени», 10, тел.: (423) 245-05-45.

ТЕЛЕФОНЫ: (423) 230-22-59 - приемная; 230-22-56 - редакция; 230-22-54 - служба рекламы; 230-22-57 - служба распространения; 230-22-58 - бухгалтерия.

Факс: (423) 230-22-59.  
E-mail: vl@phkp.ru  
Web-сервер: www.kp.ru