

## От маленького зала во Владивостоке до сцены Большого Кремлевского дворца

Откровения хореографа.  
Читайте на стр. 2 ▶



предоставлено «КП» - Владивосток»

**РАДИО  
КОМСОМЛЬСКАЯ  
ПРАВДА**

**ВЛАДИВОСТОК 90,4 FM  
НАХОДКА 107,2 FM  
УССУРИЙСК 99,4 FM**

## Что приморцу хороШОУ

С Ильей КУЗНЕЦОВЫМ  
и Павлом ПАТРИКЕЕВЫМ

radiokp.ru

По будням в 09:35



# КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

3 857 000

уникальных посетителей  
за минувшие сутки

Среда - четверг  
29 - 30 ноября

Газета нашего города ★ Владивосток

№ 92-с (27540-с) 2023 год

## Вы не думайте, вы рожайте



Регионы  
взялись улучшить  
демографию с помощью  
запретов  
и штрафов.

Читайте на стр. 8 - 9 ▶



## Ложка сахара здоровью не помеха?

Анна ДОБРЮХА

Правда ли, что ученые  
определили безопасную  
норму подслащивания кофе  
и чая, выяснила  
«Комсомолка».

Недавно СМИ и соцсети разнесли благоую для сладкоежек весть. Мол, добавление сахара в кофе и чай ничуть не вредит организму! Не повышает смертность от сердечно-сосудистых заболеваний, рака и практически не увеличивает риск развития сахарного диабета, обнадеживают авторы оптимистичных заметок. Ссылаются на новое исследование датско-голландской команды ученых, опубликованное в научном журнале PLOS One.

Продолжение на стр. 11 ▶

## Укрепить позицию Дальнего Востока



Дарья ИЩУК

Стали известны даты  
проведения Восточного  
экономического  
форума в 2024 году.

ВЭФ пройдет 3-6 сентября в кампусе Дальневосточного федерального университета на острове Русском, рассказали в Росконгрессе. На мероприятии обсудят вопросы ускоренно-

го развития экономики Дальнего Востока и расширения международного сотрудничества в странах АТР.

- Уверен, что ВЭФ-2024 традиционно пройдет на высоком организационном уровне, укрепит позиции Дальнего Востока в системе экономических отношений АТР, а главное - поможет найти ответы на поставленные вопросы и вызовы. В повестке форума, безусловно, будет выполнение поручений Президента России по социально-экономическому развитию инфраструктуры региона, - рассказал **полпред Президента в ДФО Юрий Трутнев**.

Деловую повестку форума традиционно дополнят культурная и спортивная программы. Вновь будет организована выставка «Улицы Дальнего Востока», где любой желающий сможет ознакомиться с потенциалом регионов Дальнего Востока.

## Приморские кикбоксеры показали, кто лучший на Дальнем Востоке

Павел  
САХАРОВСКИЙ

В родной край  
спортсмены  
вернулись  
с десятью  
медалями.

Состязания на призы губернатора Свердловской области проходили в Екатеринбурге. Сборную Приморья представили 11 ребят из Артема, Владивостока и Уссурийска. Спортсмены показали свое



Федерация кикбоксинга ПК

мастерство в дисциплинах «фулл-контакт» и «K1» в уральской столице.

По итогам соревнований приморская команда завоевала 4 золотые, 2 серебряные и 4 бронзовые медали.

- Наша команда сильнейшая на Дальнем Востоке, и мы это подтверждаем ежегодно на всех соревнованиях. Поздравляю каждого спортсмена с полученным результатом, а тем, кто в этот раз не смог достичь намеченных высот, желаю не терять веру в себя, а проанализировать все и двигаться дальше к своей цели, - прокомментировал **президент Федерации кикбоксинга Приморья Виктор Тарабарин**.

Андрей АБРАМОВ

# Танцуя и зажигая Сердца



Кадр из номера «Законы воздухоплавания».



Гордость страны.

**Екатерина МАКСИМОВА**

**Впервые хореограф из Приморья представила свою работу на кремлевской сцене и удостоилась высочайшей награды.**

В ноябре в Москве состоялась торжественная церемония награждения Национальной премии «Гордость страны» в области хореографии. В течение года эксперты оценивали работы более 500 коллективов со всей России. Впервые на сцене Большого Кремлевского дворца выступил хореографический коллектив из Приморья. В номинации «За выдающийся вклад в воспитание подрастающего поколения в области хореографии» обладателем премии стала хореограф из Владивостока, художественный руководитель Maugli Dance Company Виктория Бригге.

**ОТ ШКОЛЬНОГО ЗАЛА ДО КРЕМЛЕВСКОЙ СЦЕНЫ**

*- Расскажите, пожалуйста, сколько лет существует ваш коллектив?*

- Maugli Dance Company была основана мной в 2008 году. После окончания Санкт-Петербургского государственного института культуры до 2008 года я занималась сольной концертной деятельностью: работала в Шоу в Нагое, училась в Институте Музыкантов в Лос-Анджелесе, выступала в качестве вокалистки и танцовщицы. После рождения сына настало время укорениться, и я создала творческое пространство, где я могла бы делиться знаниями и как художник воплощать свои идеи в жизнь. Все началось с обычного школьного зала...

А если еще точнее, то преподавать хореографию я начала с возраста 14 лет. Когда получила звание мастера спорта по художественной гимнастике, решила пойти танцевать и сразу же набрала группу учеников, кото-

рые были со мной практически одного возраста и всерьез меня особо не воспринимали.

*- Ребятам из вашего коллектива, которые занимаются в группе «Там-Тамы», выпала огромная честь выступить на сцене Большого Кремлевского дворца с номером «Законы воздухоплавания». О чем этот номер?*

- «Там-Тамы» - это группа детей 10-12 лет, и для них, конечно, выступление в Кремле - это огромное событие. Номер «Законы воздухоплавания» они получили по наследству от старших ребят, пять лет назад его исполняли артисты Brigge Dance Theatre (BDT), моего старшего состава. Номер романтический, красивый, про мечту человека уметь летать, как птица, и быть свободным. Тема - вне времени и вне возраста.

*- Что для вас значит стать лауреатом такой престижной*



Виктория Бригге.

*премии?*

- Номинантами на премию выступили мои коллеги со всех уголков страны: от Кавказа до Калининградской области, от Бурятии до Татарстана. На этом грандиозном мероприятии из 100 коллективов страны, которые вошли в топ лучших России, на сцену вышли лишь 40. Отбор был очень жесткий. Нам удалось его пройти. Премия «Гордость страны» не ежегодная, она явилась результатом моего многолетнего пути как хореографа и пути Maugli DC как коллектива. Это высокие конкурсные результаты на международном и российском уровне, завоеванные Гран-при, звания лауреатов первой степени, многочисленные премии за лучшую балетмейстерскую работу и так далее.

Стать лауреатом такой премии, несомненно, почетно, но я не чувствую нимба над головой. Я человек, который постоянно в процессе, в творчестве, поэтому задумываться над наградами особо некогда, раз дали, значит, наверное, заслужила. На этом я и мой коллектив не останавливаемся, мы идем дальше. Награды - это не самое важное. Главное, чтобы тебе хотелось говорить со сцены и было, о чем сказать.

**ТАНЕЦ - ЭТО ПРО ДУШУ, А НЕ ТОЛЬКО ПРО ДВИЖЕНИЯ**

*- Действительно ли в каждом танце есть душа, особый смысл?*



Артисты Brigge Dance Theatre.

- Душа в танце, конечно, есть. По крайней мере в наших работах - точно. В каждом номере должен быть смысл, есть некое послание зрителю, которым мы хотим поделиться. Каждое наше произведение - это живая субстанция, и с каждым новым выходом на сцену оно обрастает нюансами, новыми смыслами и красками. То есть каждый раз номер «звучит» по-разному, вызывает у артистов переживания и ощущения, я бы даже сказала, что он таким образом дышит.

*- Может ли танец раскрыть человека?*

- Занятия искусством могут раскрыть, потому что здесь работает душа, а не только тело и мозг. Поэтому любой творческий человек обладает огромным богатством внутренней свободы и возможностью создавать свои миры.

**ДЕТСКИЙ ТАЛАНТ: ПОГАСИТЬ ИЛИ РАСКРЫТЬ?**

*- Легко ли найти подход к ученикам?*

- Мне, к счастью, это не сложно. Я не помню, чтобы у меня были какие-то проблемы со взаимопониманием с учениками. Это большое счастье - ощущать в зале, когда дети откликаются, тянутся к тебе, у них горят глаза, и чувствовать, что они хотят учиться и ты можешь их многому научить.

*- Можно ли сразу понять, стоит ли вообще ребенку заниматься танцами? Были ли случаи, когда вы говорили с родителями, что их сыну или дочке это не подходит?*

- Конечно, должны быть способности. Можно заниматься и просто для развития, но Maugli Dance Company ориентирована на профессиональный уровень, поэтому нам интереснее брать все же ребят с природной сценической данностью.

В Baby-классы мы принимаем малышей без отбора, с любыми данными, а вот потом уже, в процессе обучения, на пути к большой сцене ребятам приходится проходить через серьезные

экзамены, через усталость и возможные неудачи, через многие трудности, ведь все совсем не просто!

Зато с первым участием в конкурсе на сцене у каждого из них начинается новая удивительная артистическая жизнь, от которой зачастую невозможно отказаться. К сожалению, бывает и так, что юный танцор может быть безумно одарен, но родители уводят его из коллектива. Это происходит по разным причинам: неудобно возить на занятия, не считают танцы чем-то серьезным, не готовы жертвовать отдыхом и поездками с семьей в угоду занятиям и так далее. Очень грустно видеть, как забирают из коллектива талантливых детей просто из-за непонимания ценности того, чем одарила ребенка природа и что можем ему дать мы.

Поэтому я безумно рада, что у многих ребят родители с нами на одной волне, что они ценят и уважают то, что мы делаем. В нашем камерном зале мы устраиваем творческие вечера, где звучит живая музыка, можно посмотреть наши новые работы и работы прошлых лет, на этих вечерах мы читаем стихи, танцуем, поем, каждый раз отдавая по-честному частичку себя нашим гостям в зрительном зале.

*- В вашей семье еще кто-нибудь танцует?*

- У меня прекрасная творческая семья. Муж музыкант, он руководит студией Maugli Beat, мы работаем вместе. Наш сын с 3 с половиной года занимается танцами. Ему уже 18, он артист Brigge Dance Theatre. Сейчас он учится на отделении эстрадно-джазового вокала Приморского краевого колледжа искусств, прекрасно поет. В общем, вся семья занимается творчеством, чему я безмерно рада. Еще у нас очень артистичная собака - английский сеттер, который тоже поет и танцует.

Любовь к своему делу привела хореографа из Владивостока на сцену Большого Кремлевского дворца. Эта история о том, что труд и мечта, объединившись, дают невероятный результат. Виктория уже вернулась к обычному ритму жизни: проводит занятия, ставит номера, в планах Brigge Dance Theatre - серьезнейший конкурс в Санкт-Петербург, она и ее ребята готовы покорять новые вершины, танцуя и зажигая сердца.

**Фото: предоставлено «КП» - Владивосток».**

# Гигантская опухоль едва не убила жительницу Приморья

Екатерина МАКСИМОВА

Женщина не обращалась в больницу 20 лет.

Во Владивостоке этой осенью врачи гинекологического отделения Краевой клинической больницы № 2 провели сложнейшую операцию по удалению гигантской опухоли в 16 килограммов. Заместитель главного врача по ОМР, врач-гинеколог Оксана Горбунова поделилась, как она и команда профессионалов боролись за жизнь пациентки и что ее ждет дальше после чудесной истории спасения.



предоставлено «КП»

Когда 54-летняя жительница Большого Камня обратилась за помощью, команда врачей была шокирована, узнав диагноз женщины. Сразу же возник вопрос - как же это произошло? Оказалось, женщина 20 лет не ходила в больни-

цу, поэтому и попала на операционный стол.

- В нашей практике такой случай мы встречаем впервые, также в литературе я не нашла описание про оперативное лечение опухолей таких размеров. Данную ситуацию, конечно, предотвратить можно было. Для это необходимо ежегодно проходить диспансеризацию. Учитывая то, что это можно сделать за один день - пройти узких специалистов, в том числе гинеколога, и сдать необходимые анализы.

Оксана Сергеевна говорит, что трудно объяснить, почему же опухоль прогрессировала с такой скоростью и чем она вызвана. Однако врач предполагает, что на это повлияли факторы окружающей среды. Например, пациентка долго работала маляром на заводе.

У женщины развилась полиорганная недостаточ-

ность, способная привести к летальному исходу, поэтому тянуть с операцией было нельзя. В отделении созвали врачебный консилиум, который решил, что необходима операция по жизненным показаниям, так как у пациентки отказывала большая часть важных органов.

- Мы выполнили лапаротомическое вмешательство с разделением спаек (соединительные ткани между органами. - Прим. ред.) и удалением кисты яичника, которое потребовало предельной концентрации внимания и четкой слаженной работы коллег. Сложнейшая многоэтапная операция длилась 3 часа 10 минут, вес удаленной капсулы кисты составил 16 килограммов, объем откачанной жидкости превысил 35 литров. За жизнь женщины боролись всем стационаром. Болел душой каждый, включая главного врача и администрацию. Конечно, слаженная работа профессионалов разного профиля, таланты реаниматологов помогли спасти жизнь пациентки. К счастью, опухоль была пограничной, у



anastasivahudchenko

Пациентка на УЗИ.

таких есть не все признаки злокачественности, на счету была каждая минута.

По словам специалиста, рисков угрозы жизни женщины больше нет. Пациентку направили на амбулаторное лечение по месту жительства. Курить ее будут специалисты на дому

в Большом Камне. Состояние стабилизировалось, динамика положительная. Оксана Горбунова уверена, что такие случаи обязательно нужно освещать в СМИ. Ведь, возможно, кто-то задумается о своем здоровье и перестанет откладывать походы к врачу на потом.

## ВСТАНЬ С ДИВАНА!

# Йога смеха - это не шутка



Владивостокский клинико-диагностический центр

Проект «Прогулка с врачом» существует с 2012 года.

«Дом радости» и «Счастливый вагон».

«Прогулка с врачом» состоится на набережной Цесаревича в приморской столице 2 декабря. Проект существует 11 лет и даже вошел в «Сборник лучших практик активного долголетия России 2020 года». Множество жителей и гостей Приморья благодаря «Прогулке» зарядились бодростью и новыми знаниями. Во время пандемии мероприятие проходило в виртуальном пространстве. В офлайн «Прогулка» вернулась только в 2022 году, но уже в обновленном формате. Тогда-то и появилась новая практика развития эмоционального интеллек-

та «Доктор смех».

Идейным вдохновителем «Прогулки» стала главный внештатный специалист краевого Минздрава по медпрофилактике Анжела Кабиева.

По мнению специалистов, подобный проект - наиболее эффективный и малозатратный способ оздоровления организма. Для него не нужны специализированные площадки или особая одежда. Позитивная прогулка состоится 2 декабря в 10:00.

Всю информацию можно узнать по телефону: +7 924 248-03-08

Павел САХАРОВСКИЙ

Жителей Владивостока приглашают на радостную прогулку.

Увлекательное мероприятие пройдет под руководством Мити Ефимова - амбассадора йоги смеха в России, сертифицированного тренера по радости, эксперта в борьбе со стрессом и выгоранием. Он также основал знаменитый клуб «Харррррррашо» и стал инициатором проектов «Доктор смеха»,

## НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ

# Уникальный способ лечения костей



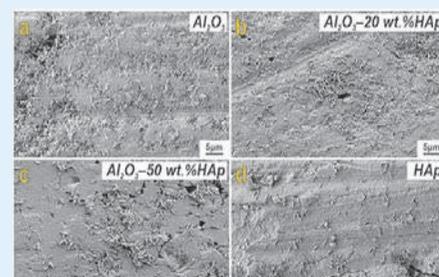
Новая разработка может появиться на рынке в ближайшие пять лет.

Анастасия АЛЯМКИНА

Ученые из Владивостока создают новую биокерамику с помощью современных технологий.

Над производством материала работают исследователи Дальневосточного федерального и Тихоокеанского медицинского университетов. Эксперты уже собрали прототип костно-керамического матрикса для восстановления крупных дефектов костей и испытали его на белом кролике.

Новый тип биокерамики поможет активировать рост костной ткани и способствовать ее глубокому прорастанию в имплантат. Для формирования керамического каркаса специалисты использовали технологию реакционного искрового плазменного спекания.



Эволюция биопленки Pseudomonas aeruginosa на поверхности керамики SPS-RS с течением времени.

- Предложенный подход позволяет получить материал с повышенной плотностью, механической прочностью и микротвердостью, а также с определенным уровнем пористости, обладающей необходимыми биосовместимыми свойствами и антибактериальной активностью. Это важно для эффективной связи между тканью кости и имплантатом, а также регенерации костной ткани, - рассказал кандидат химических наук, заместитель директора по развитию Института наукоемких технологий и передовых материалов ДВФУ Евгений Папынов.

Образцы нового биоматериала уже исследовали на животном. Их имплантировали в мягкие ткани грудной клетки новозеландского белого кролика. За три месяца восстановительного периода у млекопитающего не выявили специфические воспаления, некроз или опухолевые образования. Также ученые доказали, что материал абсолютно не токсичен и обладает полной биосовместимостью с живым организмом.

Исследователи из ДВФУ отметили, что их разработка может быть представлена на рынке в ближайшие пять лет, когда завершится цикл испытаний.

Фото: пресс-служба ДВФУ.

На Украине заведено 56 тысяч уголовных дел за политические взгляды. И 10 тысяч политзаключенных только в официальных тюрьмах, которых хотят обменять на военнопленных.



Григорий КУБАТЬЕВ, военкор «КП»

Павел Волков - журналист, до 2022 года жил в Запорожье, помогал украинским политзаключенным, заподозренным в пророссийских взглядах. Он отсидел в украинской тюрьме, чудом смог убежать в Россию.

### «РУССКИЙ, ТЕБЕ НЕ ЖИТЬ!»

- Павел, как вы попали в Россию?  
- Когда началась СВО, меня стали оскорблять невменяемые соседи: ты русский, тебе не жить! Пришлось уезжать.

- А как в Запорожье отличали, кто русский, а кто нет?

- Они знали мои взгляды, про родню в России. Людям там навязали, что раз живут на Украине, значит, украинцы. Хотя говорят и по-русски, и на суржике, и на украинском. Раньше никто не думал, что нужно определяться. С соседями мы на колядки друг к другу ходили. Но я понял, что дальше будет хуже. Квартиру пришлось бросить. Через два дня после моего отъезда за мной пришли.

- Как в разгар военных действий удалось перейти в Россию?

- Легально - невозможно. Дал денег военным, чтобы вывели в серую зону, не проверяя паспорт, - несколько тысяч долларов. Сейчас это дороже. В серой зоне нас с другими нелегалами бросили. Нас было 9 человек. Мы ждали колонну с легальными беженцами, чтобы к ним присоединиться. Иначе на российскую территорию нас бы не пустили. 7 часов ждали под обстрелами, прятались в воронках от снарядов. «Тигр» на нас российский выезжал - было страшно. Но он разглядел, что оружия у нас нет, и не стрелял. После нас в такую же колонну с беженцами прилетел снаряд, и этот канал закрыли. Думаю, Украине просто стало невыгодно показывать, что люди стремятся на «оккупированную Россией» территорию. И шамальнули.

### ОДИН ОСВОБОЖДЕННЫЙ

- Как стали правозащитником?

- В апреле 2014-го случилась история с «300 запорожцами». Помните видео, где люди под дождем стоят, а их нацисты мукой закидывают? Преддверие 2 мая в Одессе. Людей позвали на митинг против майдана, но все знали, что придут и нацисты. Оба митинга были раскиданы по времени, но организатор антимайдана не увел своих, и началось... Поджигали машины, избивали людей. Все могло закончиться трагедией, как в Одессе.

Я видел, как это было. Собрали парней со щитами, битами, в масках, с нацистской символикой. Шли подростки с пакетами муки, яйцами, чтобы закидывать антимайданщиков. Боевики шли за подростками.

- И вы решили защищать людей от зверей?

- Позже. У меня родня в Донецке. Я там снимал референдум в 2014-м,

а в 2015-м полгода жил на передовой, делал репортажи для российских СМИ. После Минских соглашений вернулся в Запорожье. И в 2017-м меня посадили.

- В чем обвинили?

- В покушении на целостность Украины, которое «привело к несчастным жертвам». На меня повесили три тысячи трупов. В тюрьме надо мной смеялись сокамерники. Но обвинение было недоказуемо. Его переквалифицировали в «содействие террористической организации ДНР» за репортажи из Донецкого аэропорта. Грозил 15 лет.

- Сколько были за решеткой?

- Больше года. Случай уникальный, отпустили потому, что род-



Уже к Дню Победы - 2020 на Украине пропагандисты предлагали давить «колорадских жуков», имея в виду всех, кто симпатизировал России, и призывали стучать на них в СБУ.

ственники подняли шум, подключили ООН, Красный крест. СБУ не хотела отпускать.

- В СБУ передумали?

- Нет. Но, как только появились международные наблюдатели, суд больше не мог откладывать дело. И оказалось, что нет преступления. Призывов к нарушению целостности Украины не нашли.

- И почему же твои репортажи из Донбасса не нарушили украинских законов?

- Герои в моих репортажах говорили: «Мы хотим мира. Мы у Украины ничего не захватываем. Хотим, чтобы наш город перестали обстреливать». Это не совпадало с пропагандой из Киева, но состав преступления где? В СБУ заявляли, что задержали кремлевского пропагандиста, вернувшегося из России с чемоданом денег. Но никто ничего не доказал. Выпустили под обязательство являться в суд. Суд длился три года - и это единственный на

Украине оправдательный приговор по журналистам и блогерам.

### ВОН ИЗ СТРАНЫ

- А много было подобных дел?

- Достаточно. Я понял, что правозащитники должны быть на судах. И начал следить за делами политзаключенных в Запорожье, Николаеве, Харькове, Днепрпетровске, Одессе. Благодаря мне эти дела начинали рассматривать, меняли меру пресечения... Например, водители из Макеевки просидели 2,5 года за то, что возили в Запорожье донецких пенсионеров за пенсиями. Пенсионеры не могли получить украинскую пенсию в Донецке. Украина делала все, чтобы не платить. Поэтому их собирали и везли. С водителями я

коллекция древностей, раритеты... Бабушкам за лайки в Одноклассниках дают по пять лет тюрьмы. Тоже с конфискацией.

- Зачем нужна конфискация? Запугать? Обогащаться?

- Просто у граждан, если их потом обменяют, не будет причин вернуться на Украину. Люди с пророссийскими взглядами там властям не нужны. Нет имущества - не за чем возвращаться. 1 января 2023 года на Украине принят закон о национальной и гражданской идентичности, в нем четко поставлены цели: уменьшение русскоговорящих, увеличение украиноговорящих, критическое отношение к советской и российской истории, ориентация на Европу...

### ОБМАН С ОБМЕНОМ И ТАЙНЫЕ ТЮРЬМЫ

- Человек с пророссийскими взглядами, отсидевший может уехать? Или у него один путь - на фронт и там погибнуть?

- Почти все такие люди сели недавно, еще никто не вышел. Но Украина не скрывает, что готовит их на обмен и склоняет к признанию вины. И многие вину признают, услышав обещание, что их внесут в списки на обмен. Хотя сама Россия ничего такого не предлагала. И после признания вины эти люди могут сидеть бесконечно.

- Почему? Не будет обмена?

- В России людей, которых с тяжестью можно считать политзаключенными, слишком мало. И самой Украине они не нужны. Если это задержанные за шпионаж и помощь ВСУ жители Запорожья или Херсонщины, их могут взять. Украина их еще считает своими гражданами. А если это диверсанты-россияне, вроде Дарьи Треповой, то зачем они Киеву? Украине интересно обменять своих политзаключенных, на военнопленных из «Азова»\* и ВСУ.

- Сколько политзаключенных Украина может готовить к обмену?

- По нашим оценкам, только в официальных тюрьмах Украины таких людей около 10 тысяч. И неизвестное число еще держат в тайных тюрьмах.

- Что за тайные тюрьмы?

- Там люди сидят без суда или следствия, это подвалы СБУ. Факт наличия этих тюрем зафиксирован с 2015 года международными организациями. А в 2019-м правозащитников пустили в такую тайную тюрьму в Харькове. Она не входила ни в какие списки, но по факту есть.

- Вы сталкивались с подобным?

- В 2018-м судили режиссера Олега Сагана, который в своих фильмах выступал за Украинскую православную церковь. Его держали в подвале и оттуда возили на суды. Суд пишет, куда направить заключенного, в какое СИЗО. А в деле Сагана это

\*«Азов» - террористическая организация, запрещенная в РФ.

# В кармане? В тюрьму!



Павел Волков чудом вырвался из украинских застенков.

не написано. Просто заходили люди в масках и забирали неизвестно куда.

## ПОСАДИЛИ ЗА КАРТУ ГРИБНИКА

- Какие самые вопиющие случаи были?

- Много было.

✓ Парень был в ополчении ДНР, его посадили. 5 лет отсидел, в 2022 году вышел и жил в подконтрольной Украине части Донбасса. У них с его девушкой появилась дочь. А у девушки брат воевал за ДНР и погиб. Их схватили обоих, якобы за передачу данных батальону «Спарта». Сидят оба, причем девушка с грудным ребенком.

✓ Был случай, политзаключенная из Одессы прямо в тюрьме рожала. Потом ее обменяли, но ребенок умер.

✓ Еще одна пара из Донбасса. Муж умер в СИЗО от побоев. А женщина до сих пор сидит.

✓ Подростков 16 - 17-летних брали, из так называемой «Молодой гвардии Бахмута». Якобы за передачу данных России. У них приговоры по 10 лет тюрьмы!

✓ Был вопиющий случай. **Ольга Галанина** из Бердянска занималась гуманитаркой в украинской администрации. Когда пришла Россия, ей предложили остаться на той же должности. Она даже не успела поработать. Просто позвонила своей семье на подконтрольную Украине территорию, что, наверное, согласится. На следующий день ей позвонили эсбэушники и сказали, что ее сын, студент, у них. Его похитили из общежития и держат под дулом пистолета. А матери сказали: приезжай его спасать. Она приехала и сидит в СИЗО уже 1,5 года по обвинению в госизмене.

✓ Или **Татьяна Незеленникова** из Крыма, работавшая в местной администрации в 2015 - 2016 годах. Она устраняла последствия энергетической блокады Крыма, когда украинцы взрывали вышки ЛЭП. Даже получила

медаль. А родители ее жили в Днепропетровской области, и все эти годы она к ним ездила. В начале СВО снова поехала, у нее умер отец. Обрато выехать ей не дали. Осудили на 12 лет.

✓ Есть львовский правозащитник, 72-летний **Александр Косторный**, он возглавлял общество пушкинистов во Львове. Его посадили за то, что он якобы наводил «Калибры» на Яворовский полигон. Нашли у него карту грибника, на которой не было никаких

координат, только указание, где грибы растут. Этого было достаточно - госизмена, 15 лет.

## ПАРТИЗАН НЕТ. А ДОНОСЫ ЕСТЬ

- Есть ли на Украине какие-то подпольные движения? Партизаны?

- Забудьте! Ничего нет и не было. Это нужно готовить заранее. Партизаны в Великую Отечественную не появились сами собой. Там заранее оставляли сотрудников НКВД, офицеров, схроны с оружием. И потом собирали людей в созданные сети. Сейчас сопротивление на Украине - это обычные граждане - пассивисты, каждый сам по себе. В XXI веке не уйдешь в лес с берданкой. У всех смартфоны, везде камеры - не спрячешься.

- **Что вообще сейчас с украинским обществом?**

- У многих психическое расстройство. Хотя такой истерии, как в первые месяцы СВО, уже нет. Тогда ночью бегали, стреляли друг в друга или по проезжающим машинам. Искали на асфальте и крышах какие-то метки. Обвиняли соседей: «Ты Путину лампочкой сигналишь»... Сейчас свет в квартире уже можно включать. Зато СБУ раздает анкеты: напишите про себя, родню, были ли в России, есть ли там знакомые, напишите их данные, телефоны. Это самодонос! В конце приписка: разрешаю использовать мои данные и данные моих родственников. Как можно разрешать использовать чужие данные?! По результатам анкет проводят «стабилизационные мероприятия».

- **Что это за мероприятия?**

Это зачистка, поквартирный обход. Ходят по Николаеву, Херсону, Харькову. Отчитываются о сотнях задержаний во время этих рейдов. Что дальше с этими людьми - непонятно. Проверяют телефоны, переписки. Может, у тебя георгиевская ленточка завялялась в шкафу? Или календарик с **Путинным?**

## ЗНАЙ НАШИХ!



Так выглядят готовые одеяла-невидимки. На изготовление каждого нужно задействовать больше 8 человек.

# Одеяла-невидимки спасают бойцов на СВО

**Виктория ЖУРАВЛЕВА**  
(«КП» - Екатеринбург)

**Чудо-защиту для военных шьют мастерицы из Сысерти.**

Камера ночного видения с тепловизором запечатлела настоящее чудо в зоне спецоперации. Запись была сделана еще в феврале 2023 года, но в Сети наделала шуму только сейчас. На ней видно, как боец накидывает на себя некий плащ и попросту исчезает. Камера уловила тепловое излучение от человека, а чудо-одеяло его поглотило.

В зоне СВО эти одеяла называют невидимками. За год о них на передовой сложились легенды. Ценятся они на вес золота: выдают их на руки только тем бойцам, которые идут на сложное задание. А шьют их мастерицы из Сысерти Свердловской области. О разработке «КП» рассказали женщины из движения «Тепло матери», которые и создают одеяла-невидимки.

## СЕКРЕТ В РАССТОЯНИИ

Шьют одеяла из прочной водоотталкивающей ткани оксфорд. Ее еще используют при производстве тентов и палаток.

- Кто-то из наших ребят узнал про такие одеяла, и мы решили их сшить. Взяли кусок оксфорда, на него положили спасательное одеяло, а сверху накрыли вторым куском ткани, и все сшили меж-

ду собой. Оказалось, попали в точку! - рассказывает основатель движения «Тепло матери» **Лариса Мухлынина**.

Спасательное одеяло - «простыня» из тонкой фольгированной пленки. Оно поглощает тепловое излучение, которое видят дроны противника при помощи тепловизора. Оксфорд служит прочным «чехлом» для пленки - настолько, что на одеялах даже выносят раненых, и дополнительной маскировкой: принт сливается с окружающей средой. Например, осенью мастерицы закупили ткань с рисунком пожелтевших листьев.

Чтобы тепловое излучение скрылось от коптеров, нужно знать, как одеялами пользоваться.

- Расстояние между человеком и одеялом должно быть от пяти до десяти сантиметров. Этого достаточно, чтобы тепло поглотилось, - продолжает боец. - У снайперов, например, работа лежачая. Поэтому мы расставляли на земле стойки, на них по периметру натягивали одеяло и подползали под него - не увидит ни один коптер.

Некоторые завешивают одеялами входы в укрытие.

## «ЕСЛИ БЫ НЕ ВЫ, ВСЕ БЫ СЛЕГЛИ»

В какой-то момент по передовой поползли слухи, что одеяла сысертских мастериц не работают. Мол, натягивают их бойцы, а толку нет. В волонтерском движении озада-

чились, ведь до этого много раз испытывали технологию на себе. Вышли на связь с одним из командиров на СВО, в чье подразделение направили партию «невидимок».

- Командир говорит нам: «Вы чего? 16 человек ночью вывел под вашими одеялами. Если бы не вы, все бы слегли», - рассказывает участник движения Игорь Михайлов.

Это случилось на направлении Сватово - Кременная. Кругом обстрелы, взрывы. Парни связали сысертские одеяла между собой за стропы, которые «матери» предусмотрительно пришивают, подняли над головами и просто шли вперед, напролом. Так и выжили.

К движению «Тепло матери» присоединилось уже больше 120 участников. Большинство - женщины: жены, матери, бабушки.

- Помню тот день, когда объявили частичную мобилизацию. Сразу мысль: надо нашим мальчикам помочь. Сразу написала местным мастерицам, так и объединились. В голове было слово «тепло» - осень же, надо согреться. А «матери» мы, потому что только мама знает, как любить, как согреть. Они же нам все сыновья, там, на передовой, - признается глава волонтерского движения Лариса Мухлынина.

Сейчас у «Тепла матери» уже полноценное помещение. Даже вывеску себе придумали «РАЙКОММ». Расшифровывается просто: «Районный комитет матерей и мастериц».

**Поверив аферистам в социальных сетях и мессенджерах, наивные россияне мечтают озолотиться. Но вместо этого теряют свои сбережения.**

**Евгений БЕЛЯКОВ**

Как ни зайдешь в этот Telegram, так тебе тут же предложат неплохо заработать. Вот успешный трейдер с 10-летним опытом. Живет на Бали, ездит на Bentley. Жизнь удалась. Учит нас, мерзнущих и прозябающих, делать большие деньги. Не вставая с дивана. А все почему? Потому что сам уже все заработал, а теперь хочет «оставить след в жизни, сделать что-то хорошее для максимального числа людей»... Ну как такому не поверить? Но за яркими картинками стоит банальная правда: вас хотят надуть!

### Развод № 1. Деньги - ваши, прибыль - наша

Мошенники раскручивают телеграм-канал об инвестициях в криптовалюту. Продвигают его через профильные каналы. Мол, подключайтесь, пока бесплатный доступ. Поначалу в канале ничего криминального. Обычный ликбез по биржевой торговле. «Успешный трейдер» рассказывает, что покупает и зачем, хвастается своими удачными сделками.

Но когда набирается критическая масса подписчиков (обычно от 20 - 30 тысяч), начинается развод. Перед потенциальными жертвами вешают сочную морковку. Мол, есть вариант заработать кучу денег, доходность сумасшедшая - 100 - 200% в день.

- Симпатичный мужчина публиковал графики, биржевые курсы. Потом выложил переписку со своими счастливыми клиентами, которым он сделал 7 - 8-кратную прибыль за 24 часа. В итоге предлагает поработать с ним. Суть: вносим депозит, он работает и на следующий день переводит прибыль, а себе берет комиссию 30%, - рассказывает одна из пострадавших.

Женщина отправила «симпатичному трейдеру» 50 тысяч рублей. Через сутки он показывает, что депозит вырос в 10 раз - до 500 тысяч рублей. Но чтобы забрать деньги, нужно оплатить услуги - те самые 30%. На резонный вопрос, а почему бы не взять комиссию из сумм прибыли и прислать остаток, мошен-

## Осторожно, мошенники!

# Купил крипту, да не ту



Катерина МАРТИНОВИЧ-КП - Москва

ник придумывают нелепые отговорки. Мол, система не пропускает, таковы условия договора и т. д.

- Это типичная схема - поскольку сумма инвестиций невысока, легковверные люди решают рискнуть, - поясняет **Олег Анисимов**, основатель проекта «Вклады». - А потом мошенник сообщает о «выигрыше», но, чтобы его забрать, надо заплатить ту или иную сумму. Вымогать деньги будут до момента, как жертва поймет, что ее обманули.

### Развод № 2. Фейковая монетка

В этом случае наживка не много другая. Рассчитана на более продвинутых пользователей - они хотя бы знают, что на пустом месте сверхприбыль не получить.

Тут мошенники предлагают купить не известные всем криптовалюты вроде биткойна, а некую новую монету. Якобы они лично знают ее создателей, провели анализ проекта и уверены, что он точно взлетит. - Собственную криптовалюту можно создать за полминуты. В интернете можно легко найти инструкции, как это сделать, - объясняет Олег Анисимов.

Дальше идет разогрев аудитории. Организаторы мошенничества каждый день постят скрины того, как растет новая криптовалюта. Прибыль зашкаливает за сотни процентов, скорее покупайте, иначе растеряете всю прибыль!

А потом происходит главный трюк. При попытке вывода своих денег вложения клиентов обнуляются, потому что в монете была зашита комиссия в 100% при продаже. Всем спасибо, все свободны! От своих денег.

### Развод № 3. Купи/продай

Крипта - это вам не фондовый рынок. Тут множество бирж. И современные технологии якобы позволяют отследить цены на разных биржах. И найти ту, где какая-то конкретная монета стоит дешевле. Там ее можно будет оперативно купить, а выгодно продать на той бирже, где она стоит дороже.

- Раньше анонимные «инвестиционные помощники» предлагали вложиться в якобы перспективные и быстрорастущие криптовалюты, до этого - вложиться в установки для майнинга. Те, кто поверил и рискнул, предсказуемо остались ни с чем. В эту волну предлагается заработать на так называемом арбитраже, то есть покупать одну и ту же криптовалюту на тех площадках, где она якобы стоит дешевле, и продавать там, где нарисована более высокая цена. Очевидно, что в реальной экономике такой дисбаланс цен если и бывает, то устраняется за секунды и не бывает постоянным. Так что зачастую такие криптовалюты и криптобиржи создаются только для выманивания денег, - поясняет **Валерий Лях**, экс-директор департамента ЦБ по противодействию незаконным практикам на финансовых рынках.

По его словам, вероятность выиграть в эту игру нулевая.

### Развод № 4. Знакомство и предубеждение

Это самый изощренный вид криптомошенничества. Здесь аферисты щипают не по мелочи, а ловят крупную рыбку. Суть проста.

Девушка или парень знакомятся с кем-то на сайте или в приложении знакомств. И какое-то время мило общаются с новым виртуальным знакомым. Если развод рассчитан на мужчин, то обычно на другом конце провода - симпатичная девушка, живущая по легенде где-то в Европе и занимающаяся собственным бизнесом.

Через неделю легкого общения она просит собеседника порадоваться за нее, поскольку она провернула очень удачную сделку. Якобы в свободное от работы время она торгует криптовалютой. И очень успешно. А все потому, что у нее есть родственник, который работает в одной крупной брокерской компании и дает ей сигналы, когда и что покупать. Жертве обмана предлагают тоже попробовать таким образом заработать... В сети много рассказов о том, как люди теряли по такой схеме миллионы.

## НАИВНЫЕ ВОПРОСЫ

**КТО ВСЕ  
ЭТИ ЛЮДИ?**



**Как правило, для создания образов успешных инвесторов мошенники привлекают актеров со стороны.**

### Сами организаторы схемы предпочитают не светиться.

Особенно если они раскручивают какой-нибудь телеграм-канал.

- Настоящие мошенники не показывают своих лиц. А если поймать актера, он скажет, что получил 500 долларов за эту работу. Хотя на самом деле является сообщником. Аферисты ищут людей, которые живут за границей. В каком-нибудь красивом месте. В Дубае или на Бали. Видимо, эти люди попали в плохую ситуацию, им там надо снимать себе жилье, у них нет денег. Вот и берутся за такой вид заработка, - рассказывает **Олег Анисимов**.

### Но ведь есть же реальные отзывы...

Как и почти все в нашей жизни, отзывы тоже покупаются. И текстовые, и видео. Есть целые ресурсы, которые называются биржами видеотзывов. Там можно зарегистрироваться и выполнять задания от любых заказчиков. Хвалить хоть ресторан, хоть онлайн-курс, хоть крипторазводняк. В среднем один видеотзыв стоит 1000 рублей. Делов-то - на пять минут. Хороший заработок для тех, кто не хочет или не может найти другую работу ну или не знает, что врать - плохо.

### А как же скриншоты с реальными прибылями в сотни процентов годовых и с переводами на круглые суммы?

Здесь еще проще. И дешевле. Даже к услугам профессионального фотошопера прибегать не придется. Все можно сделать самому. Берется несколько реальных скриншотов из мобильного банка, а дальше - магия добавления и переставления чисел. Суммы можно указывать любые.



**Новый способ развода на свиданиях: аферисты потрошат банковские карты романтиков, готовых на все ради любви**

## ВЫВОД

### Не верьте в сказки!

Хотите главный совет, как не отдать деньги мошенникам? Все просто - не верьте в сказки и сказочникам, которые рассказывают о том, что получают 10%, 20% или даже 50% прибыли. И не за год, а за месяц или даже неделю. Да еще и готовы поделиться своими деньгами и знаниями. Это точно аферисты. Будь у них рабочая технология, как быстро приумножить свой капитал, они давно бы заложили в банке машины, квартиры, набрали бы потребительских кредитов, заработали бы миллиарды и вошли в список Forbes.

- К сожалению, на неправдоподобно высокую доходность ведутся люди небогатые. И часто приносят аферистам свои последние деньги. Несколько лет назад те, кто вложил деньги в криптовалюту, смогли заработать кучу денег. Возможно, на этом основывается вера, что на этом рынке каждый может удвоить и утроить свой капитал. Но эти времена давно прошли, - считает **Алексей Марков**, кандидат экономических наук, автор книг «Хулиномика» и «Криптовоюматика».

- Если кто-то владеет технологией заработка хороших денег, он не будет учить этому других. Он будет зарабатывать сам. Глупо плодить себе конкурентов, - говорит Олег Анисимов.

- Конечно, секретные технологии на рынке есть, но вряд ли ими с вами кто-то поделится, - резюмирует **Анна Обижаева**, профессор финансов Российской экономической школы.

Названа  
главная причина  
выгорания  
школьных  
учителей. И это  
не двоечники.

# Не доживем до понедельника...

Анна ЛУКЬЯНОВА,  
Оксана КАЛЬНИНА

В Московском государственном психолого-педагогическом университете провели исследование учительниц в возрасте от 23 до 62 лет и с разным стажем работы.

## УСТАЛИ ТЕРПЕТЬ УНИЖЕНИЯ

Профессиональное выгорание у российских женщин-педагогов чаще развивается не из-за возраста, стажа работы в школе и сложностей с учениками, а из-за токсичной среды в коллективе, - подытожила руководитель исследования - профессор кафедры научных основ экстремальной психологии факультета «Экстремальная психология» Московского государственного психолого-педагогического университета (МГППУ) Татьяна Березина.

Неудовлетворенность взаимоотношениями с коллегами или недостатком уважительного отношения к себе отметили в анкетах 25% педагогов. Почти половина (40%) указали низкую защищенность от публичного унижения в коллективе, угроз в свой адрес или принуждения делать что-либо против своего желания.

В своих группах в соцсетях учителя не меньше жалуются на действия администрации учебных заведений: «После того, как сообщила руководству школы о беременности, нагрузка без моего согласия значительно увеличилась. Возможно, администрация намеренно создала тяжелые условия, чтобы я уволилась до декрета».

Пользуясь тем, что педагоги - люди ответственные, начальство нередко заставляет их работать сверхурочно: «Я учитель в селе. Нагрузка небольшая, и зарплата соответственно. Сейчас в райцентре



Катерина МАРТИНОВИЧУ-КП - Москва

начинают проводить олимпиады, на которые необходимо сопровождать детей. Меня поставили в график на две субботы подряд, при этом у нас 5-дневная рабочая неделя. Проезд не оплачивается, выходной отгулом не компенсируется».

С них даже требуют оборудовать за свой счет рабочее место: «У меня сломался школьный принтер, которому примерно лет 20. Мне намекнули, что, если требуется новая техника, магазин через дорогу. Принтер на работе нужен постоянно, пришлось снимать зарплату и покупать».

Попавшие в исследование педагоги с высоким уровнем выгорания чаще, чем коллеги-ровесники с низким его уровнем, отмечали у себя признаки биологического старения. Жаловались на хронические заболевания и усталость. Что интересно: интенсивность профессионального выгорания не зависела от возраста или стажа работы: и молодые, и бывалые рискуют «испепелить себя на службе» одинаково. В соцсетях о чувстве опустошенности нередко пишут «молодые специалисты» - то есть педагоги, работающие свои первые три года.

## ОДИН В КЛАССЕ НЕ ВОИН

Психологическая обстановка в значительной степени зависит от действий администрации - ведь именно она организует работу в школе и способна принуждать педагогов, уточнил декан факультета «Экстремальная психология» МГППУ Дмитрий Деулин, тоже участвовавший в исследовании. Психологически нездоровая атмосфера в педагогическом коллективе, равнодушие коллег, ощущение безуспешности и незащищенности - все это снижает чувство безопасности у педагогов, способствует эмоциональному истощению и вызывает отторжение к своей работе и коллегам.

Нагрузка у современных учителей сейчас большая, с этим не поспоришь. Помимо собственно часов, проведенных в классе, и подготовки к урокам, классным руководителям приходится быть на связи с детьми и родителями едва ли не круглосуточно. Лет тридцать назад такой проблемы в профессии просто не стояло. И если за спиной у учителя нет мудрого поддерживающего директора школы/завуча, борьба за обучение и воспитание наших детей кажутся многим сражениями с ветряными мельницами.

«Пожалуйста, проголосуйте за благоустройство нашей улицы, с нас администрация требует по-фамильный отчет!», «Завтра от класса нужно трое детей с папами в спортивной форме - устраиваем флеш-моб в поддержку здорового образа жизни», «Все, даже двоечники, должны принять участие в олимпиаде - с нас спрашивают 100-процентную посещаемость!» Такие просьбы классруков валом сыплются в классный чат. Родителям непонятно, почему они в рабочий день должны участвовать в бессмысленном флеш-мобе. Они не рвутся активничать. А педагогов прессуют на педсоветах.

Да и мы, родители, далеки от идеала. Очень типичный крик души: «Я классный руководитель, у одного ученика неадекватный отец. В общении мне грубит, хамит, может позволить нецензурную лексику, «тыкает», хочет что-то предьявить всегда и т. д. Вызывала в школу - не пришел. Могу ли я отказаться от общения с ним по телефону?» Педагог настолько не уверен в своем праве на уважение и соблюдение личных границ, что спрашивает совета у коллег. Причем в интернете, потому что в своем коллективе пыталась узнать у начальства, что делать, но понимания не нашла...

В МГППУ говорят, что профессиональное выгорание - это тяжелый клинический синдром. Терапия после такого психологического опустошения - долгая и сложная. Иногда единственным выходом остается сменить профессию. Но образовательную среду, то есть обстановку в коллективе, по мнению исследователей, можно корректировать. Это и будет профилактикой выгорания. Правда, как ее корректировать - вопрос отнюдь не простой. Сплетни со стороны коллег, давление начальства - это все есть в любом коллективе, людскую природу не исправить.

Министр просвещения Сергей Кравцов заявил на минувшей неделе, что в школах создадут комиссии, которые будут контролировать защиту прав учителей и отстаивать их авторитет. Под новостью об этом - сотни комментариев педагогов: «Неужели наш статус поднимут из-за плнтуса?!», «Наконец-то!», «Защитите, пока еще есть кого защищать!».

## В ТЕМУ

### Огромная нагрузка при небольшой зарплате

В учительских чатах о выгорании упоминают очень часто.

В числе причин часто фигурирует большая загруженность отчетами и прочими делами, не имеющими прямого отношения к урокам. Пишут, что вынуждены брать полторы, а то и две ставки. Причем не всегда по своей воле: администрации школы выгодно показывать, что работники имеют не мизерный доход. Ну а что они при этом перерабатывают вдвое - это тайна, скрытая в табелях, она в статистику не подается... В итоге у предметников по 37 часов вместо нормативных для одной ставки 18. У людей не остается времени ни к урокам нормально готовиться, ни повышать свой культурный и образовательный уровень, отслеживать новую литературу... Для собственной семьи не хватает времени, признаются многие.

Именно этот набор называл «выгоранием учителя» классик педагогики Василий Сухомлинский в своей последней книге и говорил, что, если учитель работает действительно профессионально, то провести 5-6 уроков в день - уже большая нагрузка.

А вот интересные подсчеты провел телеграм-канал «Равенство-Медиа», основываясь на данных Росстата и Минпросвещения. За последние 10 лет школьников в России стало на 31% больше (18,1 млн), а учителей - всего на 2% (1,08 млн). В результате нагрузка выросла на треть только за счет роста числа учеников. Оплата труда в реальном исчислении (за вычетом инфляции) выросла всего на 2% (в среднем по стране зарплаты увеличились на 26%). Стремительный рост был в 2010-2013 г., когда учителям накинули 51%, потом затишье и новое повышение в этом году.

На 1 учителя приходится сейчас 16,7 ученика. Если взять за норму 14 учеников на учителя, как в 1990 году, то дефицит кадров составляет не менее 190 000 человек. Больше всего учителей не хватает в Тюменской обл., Краснодарском крае и Калининградской обл.



Учителя бегут из глубинки в столицы, где их покупают, как звезды футбола. Как предлагает спасти русскую школу Владимир Ворсобин - на сайте



## «Комсомолка» рекомендует:

### Истории волшебного леса

Мечтаете о волшебных событиях? Почувствуйте магию природы на сказочной прогулке по лесам Карелии, смастерите собственного ловца снов, соберите гербарий и украсьте дом в северном стиле. Хюгге по-русски - волшебство, которое доступно всем.

Приобретайте на [shop.kp.ru/](http://shop.kp.ru/)  
А также на сайте [labirint.ru](http://labirint.ru)



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



Регионы один за другим взялись улучшать демографическую ситуацию с помощью запретов и штрафов. Помогут ли ограничения на аборт решить проблему?

# Вы не думайте.

Елена АРАКЕЛЯН

Если вы женщина детородного возраста, немедленно бросайте читать эту статью и идите займитесь делом. И чтобы через девять месяцев предъявили результат. Да вы еще, оказывается, и читать умеете. Безобразия какое.

Если что, это была ирония. Но родилась она не на пустом месте, а после знакомства с высказываниями и реальными действиями некоторых представителей нашей власти.

## ГОСУДАРСТВО ВОСПИТАЕТ

Уже который день российская общественность взбудоражена проблемой аборт. Ведь сразу несколько российских регионов решили ввести у себя ограничения на аборт и штрафы за «склонение» к прерыванию беременности. Все это, конечно же, с благородной целью: повысить рождаемость. Обсуждаются возможные новшества и на федеральном уровне.

Например, депутат Госдумы **Бийсултан Хамзаев** предлагает платить россиянкам за отказ от аборта. А детей потом у них забирать - государство воспитает.

Вице-спикер Госдумы **Петр Толстой** хочет запретить аборт в частных клиниках.

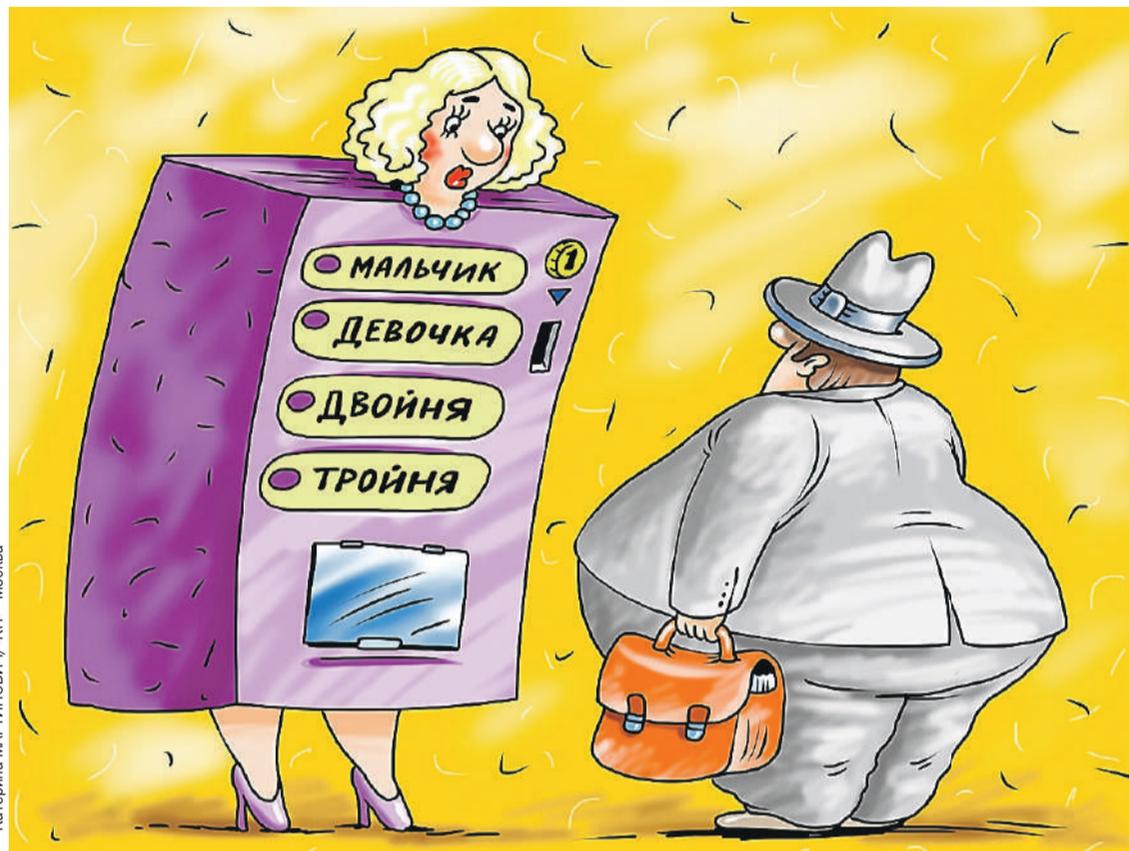
Дальше - больше: сенатор от Челябинской области **Маргарита Павлова** призвала «перестать плодить» молодых женщин с высшим образованием. А то они «забыли про свое предназначение: рожать и сохранять домашний очаг».

Потом, правда, дама поправилась. Мол, говорила она не о запрете на высшее образование, а только о правильной системе ценностей для женщин: семья и дети на первом месте, образование - уж как получится.

Но снежный ком уже не остановить. «Человечество сделало огромную ошибку, когда дало женщине возможность получать образование», - считает профессор (!), доктор биологических наук (!!), директор Института биологии и биомедицины (!!!) Нижегородского университета **Мария Ведунова**.

А еще раньше, в октябре, депутат **Анна Кузнецова**, бывший уполномоченный по делам ребенка, призвала россиянок начинать рожать в возрасте не старше 20 лет. Тогда можно успеть родить четверых и поспособствовать успеху нацпроекта «Демография».

- Лучшие, качественные с точки зрения здоровья дети рождаются в 20 лет, - вторит ей министр семьи, труда и со-



Катерина МАРТИНОВИЧУ/КП - Москва

циальной защиты Башкортостана **Ленара Иванова**.

От такого отношения к женщине как «производительнице», главная задача которой - дать стране угля, пардон, качественный человеческий материал для реализации нацпроекта «Демография», и правда становится несколько беспокоило. Так ведь можно договориться и до ситуации, как в романе-антиутопии **Евгения Замятина** «Мы». Все под контролем: секс - строго по расписанию и розовым талонам, деторождение - тоже по графику и в нужных количествах...

До такого у нас, по счастью, пока не дошло даже в депутатских цитатах. Но лиха беда начало.

Кстати, а с чего все началось-то?

## В ЕДИНОМ ПОРЫВЕ

А началось все с круглого стола, который прошел в сентябре в Госдуме. Среди прочего там обсуждали изменения положений об искусственном прерывании беременности из закона «Об основах охраны здоровья». Изменения эти предложила Русская православная церковь.



KP.RU

Читайте на сайте - «Стоимость жилья улетела в космос: что будет с ценами на квартиры до конца года»



Предложений было много: сократить допустимые сроки аборта, требовать обязательное согласие со стороны супруга, исключить аборт из услуг частных клиник... В думском Комитете по охране здоровья заявили, что сформируют свою позицию по этим предложениям после того, как изучат все мнения экспертов - от представителей Минздрава до общественных организаций.

Но ждать согласились не все. На местах почуяли, куда дует ветер. И пошла писать губерния.

В Крыму объявили, что все тамошние частные клиники, не дожидаясь федеральных поправок, отказались от абортов добровольно (странно, что не прозвучало «в едином порыве» и «по многочисленным просьбам трудящихся»). По словам главы крымского минздрава **Константина Скорупского**, руководителям коммерческих медучреждений было сдела-

но предложение подобным образом внести свой вклад в улучшение демографической ситуации - и они все согласились.

Следом о добровольном отказе от абортов объявили частные клиники Курской области, Нижневартонска, Сургута, Ханты-Мансийска...

Мордовия же приняла закон, где устанавливается ответственность на территории региона за склонение женщин к прерыванию беременности. Похожий закон одобрен и в Тверской области. Аналогичные меры обсуждаются в Калининграде, Республике Коми, Тамбове...

«Склонение» к абарту - это уговоры, подкуп, обман или угрозы. Как следует из калининградского законопроекта, оштрафовать могут не только врача, но и иное лицо, которому могут быть переданы сведения о состоянии женщины (то есть муж под это определение вполне подходит). Штрафы - от 3 - 5 тысяч рублей для граждан до 200 тысяч рублей для юридических лиц.

Одно радуется: если врач информирует женщину о том, что есть медицинские показания к абарту, «склонением к прерыванию беременности» это не считается.

Сенатор от Крыма **Ольга Ковитиди** тем временем предложила штрафами не ограничиваться: за склонение к абарту нужна уголовная ответственность! Тюрьма то бишь.

- Мы говорим не об абартах. Мы говорим об умышленных действиях, которые направлены на то, чтобы заставить женщину сделать абарт. Такие случаи бывают, - разъяснила она свою позицию в эфире Радио «Комсомольская правда» (97,2 FM).

И подчеркнула, что мужчин, которые не желают ребенка и принуждают женщину к абарту, это тоже касается:

- Беременная женщина очень ранимая, нуждается в том, чтобы ее защищали, поддерживали. А когда близкие и друзья заставляют иногда ее сделать абарт, обосновывая тем, что нет денег, условия не те, выгонят с работы... На это общество должно реагировать.

## МОЖНО ЛИ ЖЕНЩИНУ ЗАГНАТЬ В УГОЛ

Ко всем этим инициативам «в поддержку демографии» есть много вопросов. То есть теперь мужиков, сказавших: «Не нужны мне ни ты, ни твой ребенок - иди делай абарт», в некоторых регионах будут штрафовать на 2 - 3 тысячи рублей? Или, по мысли сенатора Ковитиди, сажать? А как их вычислить будут? По показаниям самих женщин? Вот веселуха-то начнется...

Не все просто и с объявлением частных клиник врагом демографической ситуации. Предполагается, что дамы пойдут в государственные поликлиники - там им мозги-то и вправят. Пусть девушка анкетку заполнит о мотивах желания прервать беременность (это не шутка - Минздрав такое разрабатывает), с психологом поговорит, послушает информацию о социальных мерах поддержки. Ты почто, неразумная, дитё погубить собралась - про маткапитал, что ли, не слышала?

А еще одна из главных претензий к коммерческим клиникам - они даже статистики проведенных операций не подают. Из-за чего не совсем понятно, сколько на самом деле в стране делается абортов.

А теперь давайте посмотрим на ситуацию глазами той несчастной, которая пришла делать абарт за 6000 - 17 000 рублей (это стоимость процедуры в коммерческой клинике в Москве, но в регионах цены немногим ниже). Раз уж она на это решилась, вы правда думаете, граждане депутаты, что она мечтает заполнить анкетку и выслушать лекцию? А не о том, чтобы все закончилось поскорее и чтобы о ее ситуации вообще никто не знал (именно поэтому выбирается дорогостоящая частная клиника)?

## ТОЛЬКО ЦИФРЫ

## ЧИСЛО РОДИВШИХСЯ ДЕТЕЙ И АБОРТОВ В РОССИИ



По данным Росстата с учетом государственных и коммерческих клиник.

# Вы рожайте

Но, видимо, в воображении некоторых представительниц власти прерывание беременности выглядит примерно как поход в магазин за новыми туфельками. Если хорошо прорекламировать - дама купит, даже если не хотела. А если привести другие аргументы, резко передумает.

- Если у женщины нежелательная беременность, несвоевременная беременность, то, вероятнее всего, она ее прервет, - объяснила депутатам, как устроена жизнь, в интервью Радио «Комсомольская правда» гендиректор Региональной ассоциации народонаселения и развития, международный эксперт по репродуктивному здоровью и правам, акушер-гинеколог **Любовь Ерофеева**. - Уговоры о том, чтобы ее не прерывать, может быть, подействуют на 5 - 8 процентов женщин. А вот, наоборот, если у женщины желанная беременность, то вряд ли кто-то сможет уговорить ее прервать. Это исключено. И Россия подписала все возможные декларации и программы ООН о том, что такое право должно быть у женщины - самой решать, становится ей в данный момент матерью или нет. Если мы хотим, чтобы женщины убивали детей, перешли к самостоятельным абортам, чтобы они попали в руки подпольных абортивных кабинетов, тогда полный вперед - давайте ей это (возможность прервать беременность без нотаций и дополнительного стресса. - **Ред.**) запретим. Надо понимать психологию женщины. Ее невозможно загнать в угол и сказать: «Как это ты не хочешь рожать?! Нет, ты будешь рожать!»

«Нужно такие же силы, которые мы сейчас тратим на борьбу с абортными, тратить на просвещение молодежи и подростков о методах контрацепции. В первую очередь нежелательная беременность не должна возникнуть. Тогда не возникнет и вопроса о том, как ее прервать», - рассуждает в своем телеграм-канале директор Департамента здравоохранения Ханты-Мансийского автономного округа **Алексей Добровольский**.

Так должны ли аборт, с точки зрения чиновника от медицины, стать менее доступными?

«На этот вопрос я ответил бы нет, - продолжает Добровольский. - 30 лет назад мне пришлось начинать работу врачом в большой многопрофильной скорпомощной больнице. Туда со всего региона привозили женщин с

криминальными абортными. И я видел, как, несмотря на все усилия врачей, иногда молодые красивые женщины погибали в течение нескольких часов от тяжелейшего сепсиса. Инфекция попадала в организм как раз во время криминального вмешательства. Сегодня нельзя забывать уроки прошлого века, когда недостаточная санпросветрарбота, барьеры доабортного консультирования и сложности в попадании на прием к акушеру-гинекологу подчас приводили к криминальному вмешательству».

## «ЭТО НЕ ПРО ДЕМОГРАФИЮ»

Остается, однако, еще один вопрос: правда ли, что сокращение числа абортных способствует повышению рождаемости?

Российская статистика на этот счет крайне запутанна.

Если верить данным **Минздрава**, то выходит, что число абортных у нас и без всяких ограничений из года в год снижается. Например, в 2022-м оно сократилось на 3,9%. А тех абортных, что делаются по желанию женщины без медпоказаний к прерыванию беременности, - на 5,3%.

Но депутаты - и вот здесь с

лось в сравнении с 2021 годом на 94 тысячи.

Выходит, даже если 10% из 500 - 600 тысяч женщин, решившихся на аборт, откажутся его делать, для общей демографической ситуации это капля в море. Рождаемость из-за этого снижаться не прекратит. Так за что тогда бьются, избранники вы наши?

- Если стоит задача, чтобы не было абортных, это одна программа. А если повысить рождаемость и чтобы рожали пораньше - совсем другая, - говорит **Любовь Ерофеева**. - У нас 90% абортных делают женщины-матери, у которых уже есть один, двое, трое детей. Молоденькие женщины, по счастью, сейчас очень мало абортных делают - видимо, интересуются, ходят к врачам, подбирают средства контрацепции.

- Вопрос абортных скорее относится к сфере моральной. Что касается сферы демографической... Как показывает опыт, даже введение полного запрета абортных - был такой опыт в СССР в 1936 году, в Румынии в 1966 году, да и почти во всех западных странах до 60-х годов прошлого века абортные были в том или ином виде запрещены - дает очень краткосрочный эф-



ними сложно не согласиться - считают эту статистику не очень показательной. Мол, примерно к 400 тысячам абортных в 2022 году, о которых есть сведения у Минздрава, надо добавить еще тысяч 200, произведенных в частных клиниках. И еще 500 - 600 тысяч медикаментозных. Это когда аборт на небольшом сроке делается безоперационно, принимается специальный препарат - и происходит выкидыш.

У Росстата другая методика расчетов. Она пытается учитывать и частные клиники тоже. По данным Росстата, абортных у нас получается больше, чем по сведениям Минздрава, - около 500 тысяч в год (см. «Только цифры»). Но все равно число их неуклонно сокращается.

А теперь посмотрим, что у нас с рождаемостью. Так вот, число появившихся на свет детей в 2022 году уменьши-

факт. И не такой существенный в количественном плане, как можно было бы ожидать. Современные люди находят как приспособиться, - говорит как демограф **Владимир Тимаков**. - Те же меры, которые у нас сейчас обсуждаются, вряд ли особо снизят количество абортных. Они могут разве что заставить людей более серьезно относиться к контрацепции.

## ЛУЧШЕ ДЕНЬГАМИ ПОМОГИТЕ

При этом в Госдуме вполне понимают (пусть и не все), что поднимать демографию надо другими методами. Но они куда сложнее, чем запрещать и не пущать.

Вот еще цитата из дискуссии на Радио «Комсомольская правда» - от председателя Комитета Госдумы по защите семьи, вопросам детства, материнства и детства **Нины Останиной**:

## ИЗ ИСТОРИИ ВОПРОСА

### Мы это уже проходили

В 1936 году абортные в СССР запретили. А в 1955-м опять разрешили. Потому что в 1937 - 1938 годах коэффициент рождаемости (число рождений на одну женщину) немного вырос, а к 1940-му опустился даже ниже того, что было в 1936-м.

При этом выросла женская смертность. Что неудивительно: расцвели подпольные абортные, которые делались кем попало и как попало. Как свидетельствует хроника тех лет, среди привлеченных к уголовной ответственности за производство левых абортных лишь 23% оказались врачами. Остальные - служащие, домохозяйки, рабочие.

А еще выросло количество детоубийств. Новорожденных детей топили, как котят, и протыкали иглами.

- Чтобы молодая студенческая семья в 19 - 20 уже родила первого ребенка, надо эту семью обеспечить элементарно местом, где бы она могла проживать. Бесплатным студенческим семейным общежитием. Не во всех вузах есть такое. Ребята не должны бросать учебу, им нужна няня, которая могла бы присмотреть за ребенком. И чтобы они сами ели-пили, полноценно питались, мамочка кормила бы молоком ребенка. Для этого необходимо, чтобы студенческая стипендия была не 1800 рублей, а не ниже двух прожиточных минимумов в субъекте Федерации.

- Сколько бы мы ни говорили о духовных и моральных ценностях, мы все-таки сейчас живем в материальном обществе. И многое будет упираться в материальное обеспечение, - считает **Владимир Тимаков**. - А сегодня мы видим, что рождение каждого последующего ребенка снижает уровень по-

Беседуем с теми, кому есть что сказать. Слушайте программу «Диалоги» в 20.00 (мск) на Радио «КП»

ребления. И это касается не только бедных семей. В богатых странах рождаемость зачастую ниже, чем в государствах со средним и низким уровнем дохода. Потому что чем человек богаче, тем у него выше запросы. И тем больше он теряет с каждым ребенком. Ведь он должен с ним делить и свое потребление, и свое время, свой досуг. Поэтому единственный способ повысить рождаемость в современном обществе - аккордно компенсировать потерянные блага при каждом следующем ребенке.

Понятие «аккордно» подразумевает примерно следующее. При рождении второго ребенка семья должна получать больше денег и (или) других благ, чем при рождении первого. А при рождении третьего - еще больше. И так далее.

- Сейчас все наши меры соцподдержки с учетом маткапитала компенсируют примерно 25 - 30% затрат на ребенка, - говорит **Тимаков**. - И основные выплаты сосредоточены на первом ребенке. Нужно пересматривать эту политику и переносить акцент на вторых и особенно третьих детей. Это, конечно, серьезные материальные расходы. Но если мы хотим семью с тремя детьми, нужно сделать так, чтобы семья с тремя детьми не теряла в потреблении в сравнении с семьями, где детей меньше или вообще нет.

Что тут можно еще добавить? Хочется все же сказать пару слов от себя чисто поженски. Чтобы женщина захотела рожать, она как минимум должна чувствовать себя в безопасности. Это сложное ощущение. И эмоциональное. И да, финансовое. Но любые разговоры на тему «не хочешь - заставим» ощущение безопасности ломают напрочь.

## А КАК У НИХ

### На улицах стало спокойнее

Интересное исследование провели американцы. В 90-х годах в США заметно снизился уровень преступности. И ученые из Стэнфорда и Чикаго обнаружили связь между этим отрядным фактом и легализацией абортных в начале 70-х.

Подтекст простой: нежеланные дети, особенно родившиеся в не самых богатых и благополучных семьях, вряд ли получают прекрасное воспитание и образование. Они с большей вероятностью окажутся на дне общества и будут всячески доставлять этому обществу проблемы.

То есть получается, не стоит совсем уж закидывать тапками женщин, которые считают, что «не надо плодить нищету». Лучше создавать такие условия, чтобы дети были желанными.

Ярослав КОРОБАТОВ

**Ученые научились путешествовать, но пока в пределах миллионных долей секунды.**

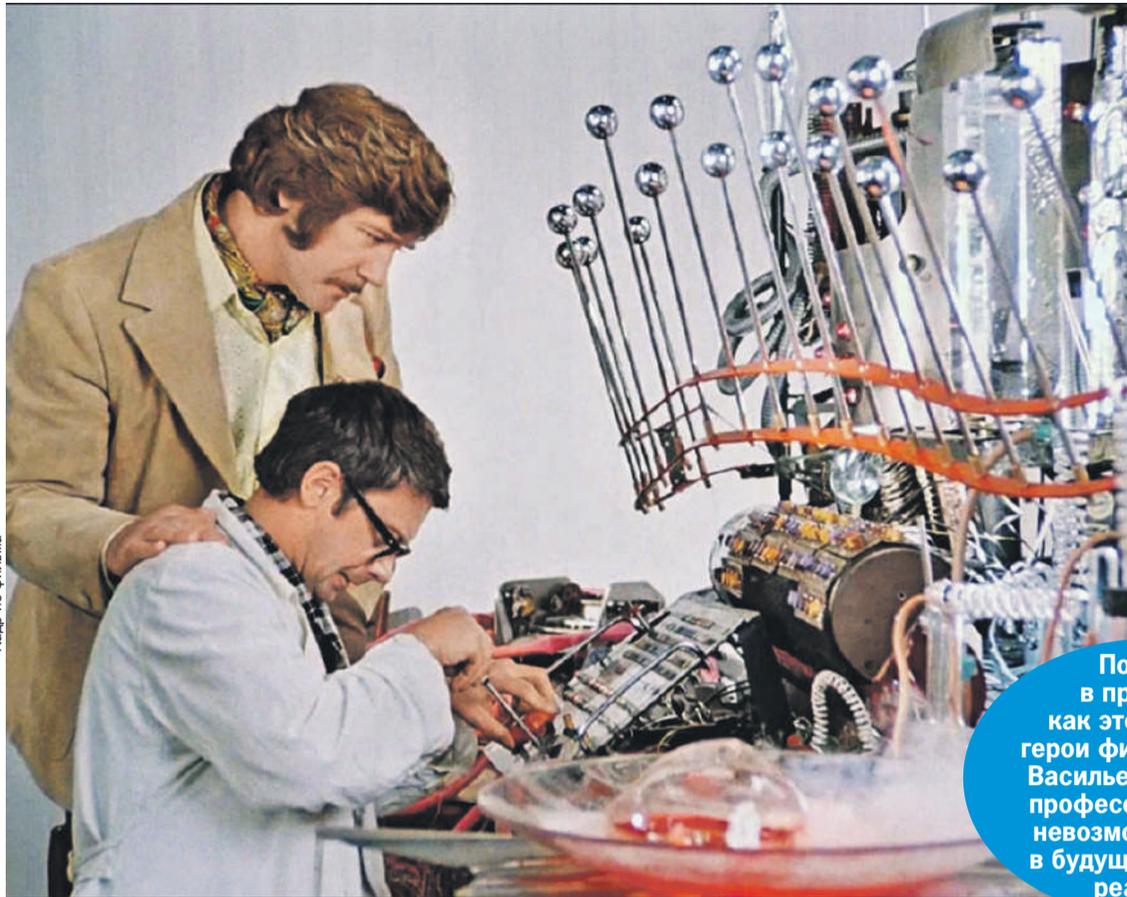
Возможно ли в реальности повторение сюжета культового советского фильма «Иван Васильевич меняет профессию», когда грозный царь попадает во времена позднего СССР, а Жорж Милославский и управдом Бунша оказываются в средневековой Москве?

Физики утверждают, что путешествия во времени возможны! Но при этом уточняют: сегодняшняя наука довольно ясно представляет, как машина времени движется вперед, в будущее. А вот такая опция, как задний ход, скорее всего, устройством Вселенной не предусмотрена. Иными словами, с путешествиями в прошлое дело обстоит значительно сложнее.

Вы спросите, откуда ученые об этом знают? Дело в том, что теоретические выкладки уже получили подтверждение на практике. Ученые с помощью приборов зафиксировали, что прогулки по времени реальны, но эти «путешествия» возможны пока на крайне незначительное расстояние.

**ЭЙНШТЕЙН СКАЗАЛ: «ПОЕХАЛИ!»...**

Существование машины времени вытекает из теории относительности Альберта Эйнштейна. Он заявил: все относительно, в том числе и время. Его ход может ускориться или замедлиться в зависимости от обстоятельств. В 1971 году правоту нобелевского лауреата опытным путем подтвердили физик Джозеф Хафеле и астроном Ричард Киттинг. Ученые дважды облетели вокруг света (один раз в восточном направлении, а потом в западном) вместе с несколькими комплектами атомных цезиевых часов. А затем сравнили их показания с данными точно такого же контрольного прибора, который находился все это время



Кадр из фильма

**Попасть в прошлое, как это сделали герои фильма «Иван Васильевич меняет профессию», почти невозможно. А вот в будущее - вполне реально.**

ского университета в Великобритании.

Но на практике этот способ путешествий во времени мало применим. В повседневной жизни эти эффекты слишком малы, чтобы мы их заметили. Замедление времени было бы значительным, если бы человек оказался вблизи черной дыры - это область пространства-времени, которая обладает мощным гравитационным полем. Но в этом случае путешественника во времени просто разорвало бы на атомы. Поэтому космический корабль, летящий со скоростью света, выглядит предпочтительнее в качестве машины времени.

Путешествуя таким образом, вы проживете относительно короткий отрезок времени, в то время как в других частях Вселенной пройдут десятки или сотни лет.

## Машина времени уже работает!

на земле. Оказалось, что все часы показали разное время.

**1** Атомные «ходики», которые летели на восток, в направлении движения Земли (в этом случае скорость вращения планеты складывалась со скоростью лайнера), отстали от земного времени на 59 наносекунд. Одна наносекунда - это 1 миллиардная доля секунды.

**2** Часы, летевшие на запад (тут скорость вращения планеты вычиталась из скорости самолета), наоборот, показали ускорение времени на +273 наносекунды.

Это было первое задокументированное путешествие людей во времени.

Конечно, чтобы замедление времени стало заметным, необходимо приблизиться к скорости света. Как говорят физики, для путешествий в

будущее не надо изобретать машину времени, достаточно построить очень быстрый космический корабль. Вы летите куда-нибудь к альфе Центавра, а когда возвращаетесь, можете познакомиться со своими правнуками, которые успели вырасти за это время на Земле.

**ПОЧЕМУ ГОЛОВА СТАРЕЕТ БЫСТРЕЕ, ЧЕМ НОГИ**

Однако временной сдвиг достаточно зримо можно ощутить и в окрестностях Земли. На орбитах, где летают спутники, время течет медленнее на несколько десятых микросекунды (это одна миллионная секунды) в день. Поэтому на борту навигационных спутников установлены атомные часы, которые корректируют ра-

боту приборов. В противном случае навигаторы, которыми пользуются водители на Земле, выдавали бы ошибки размахом примерно 10 км в день.

Впрочем, Альберт Эйнштейн описал и другой способ путешествия во времени, для этого надо оказаться вблизи какого-то массивного объекта - там время будет идти медленнее. Этот эффект известен как «гравитационное замедление времени», и он был экспериментально подтвержден в 1976 году. Аппарат, на котором размещалась водородная мазерная система отсчета времени (погрешность в пределах 2 секунд на отрезке 100 миллионов лет), был запущен на высоту 10 тысяч километров и работал 1 час 51 минуту. Затем показания мазера сравнивали с аналогичной установкой на Земле, то есть на дне гравитационного «колодца». Предсказанный Эйнштейном эффект задержки времени подтвердился с точностью до 0,02%.

- Это значит, что ваша голова стареет чуть быстрее, чем ноги, потому что гравитация Земли сильнее у ваших ног, - утверждает Эмма Осборн, астрофизик из Йорк-

**КРОВОЯЯ НОРА И МЕТОД БУРАТИНО**

Можно ли вернуться в прошлое? Консерваторы утверждают: не только можно, но и нужно! Физики, в свою очередь, разводят руками - миссия видится им практически невыполнимой. Чисто теоретически в прошлое можно попасть через кротовую нору - эдакий тоннель между разными точками пространства-времени во Вселенной. Гипотетически пространство-время можно сложить, как лист бумаги. А потом проткнуть в нем «дырочку» - как это сделал Буратино на холсте в камерке папы Карло и попал в сказочную страну.

- Существование туннелей времени, между двумя далекими точками в ткани пространства-времени, было показано математически, - говорит Эмма Осборн. - Но существуют ли они физически - ответа на этот вопрос мы не знаем.

Если кротовые норы и существуют, то они, скорее всего, крайне недолговечны - это может быть, например, момент слияния двух черных дыр. А во-вторых, они могут быть такими крошечными, что человек не сможет протиснуться в это игольное ушко.

Это значит, что по большому счету на данный момент человечеству некуда деться с «подводной лодки» под названием Земля. Если мы хотим выжить, придется учиться уважать друг друга.

**«Комсомолка» рекомендует:**

### Тайна смерти Гитлера

Главные документы НКВД, Смерш, КГБ

Адольф Гитлер - политик, диктатор, нацист № 1 и... чудовище. Удалось ли Гитлеру бежать из осажденного Берлина или он покончил жизнь самоубийством? Новый уникальный альбом Издательского дома «Комсомольская правда» дает однозначный и неопровержимый ответ на этот вопрос. Более 1000 редчайших документов и фотографий, допросы свидетелей ближайшего круга Гитлера, акты судмедэкспертиз останков Гитлера и Евы Браун.

Приобретайте на [shop.kp.ru/](http://shop.kp.ru/)  
А также в книжной сети «Читай-город», [chitai-gorod.ru](http://chitai-gorod.ru)



Реклама, 16+

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

Он так рассказывает о науке, что нравится даже двоечникам! Слушайте «Теорему Лагосенько» на Радио «КП» по воскресеньям в 22.00 (мск)

# Ложка сахара здоровью не помеха?

ВОПРОС - РЕБРОМ

## Сколько есть в граммах?

Вопрос о пользе и вреде сахара очень напоминает аналогичные споры об алкоголе. Мнения экспертов разных профилей, различных организаций противоречивы. Так, кардиологи и неврологи считают, что умеренные дозы спиртного помогают снимать стресс и при отсутствии противопоказаний даже могут быть полезны. Всемирная организация здравоохранения и российский Минздрав настаивают на полном отказе от алкоголя, утверждают, что безопасных его доз не существует вообще.

В «сахарном» вопросе ВОЗ придерживается такой позиции:

- Значительный вред здоровью наносит употребление сахара более 50 г, или 12 чайных ложек в сутки. В это количество включается в том числе скрытый сахар, который содержится во многих продуктах (соусы, консервация, соки и др.).

- В идеале, «в целях обеспечения дополнительных преимуществ для здоровья» нужно стремиться снизить количество сахара менее 25 г в сутки. То есть менее 6 чайных ложек в общей сложности.

Но это норма для более-менее здоровых людей с нормальным весом. Если же человеку нужно похудеть, есть нарушения обмена веществ и другие проблемы со здоровьем, то сократить количество сахара желательнее еще сильнее. Ученые - исследователи старения также настаивают, что для замедления дряхления организма нужно ограничивать сладости максимально.

И все же это не значит, что нужно пытаться вообще забыть о сладком вкусе. Алексей Москалев, который уже много лет полностью воздерживается от сахара, советует заменять его фруктами, сухофруктами, небольшим количеством меда. Также есть безвредные натуральные сахарозаменители. Например, такие, как стевия. «Плюс в том, что стевия снижает воспаление в организме, которое лежит в основе многих болезней», - говорит эксперт. Однако увлекаться этим подсластителем и применять его на постоянной основе ученый все же не советует.

Подготовила  
Анна ДОБРЮХА.



Оксана ЗУЙКО/«КП» - Москва

Окончание.  
Начало < стр. 1.

Сотрудники медицинского центра Лейденского университета (Нидерланды) и их коллеги пришли к выводу: умеренное употребление сахара с самыми популярными напитками вполне безопасно. Безвредной «нормой» назвали в среднем 5 граммов, или одну чайную ложку сахара в сутки. Такой результат ученые получили, сопоставив опросники об образе жизни и данные реестра причин смерти 2923 мужчин из Копенгагена. Наблюдательное исследование продлилось более 30 лет.

«Наконец-то чай и кофе с сахаром реабилитированы!» - обрадовались те, кому недоступно наслаждение неподслащенными напитками. Кстати, как поясняют эксперты, повышенная чувствительность к горькому вкусу у некоторых людей обусловлена генетически. Таким страдалцам крайне сложно приучить себя пить кофе без сахара. Но большинство все-таки мо-

гут привыкнуть. И до сих пор стремление максимально ограничить сладкое считалось похвальным. Теперь - нет?

«Комсомолка» решила глубже разобраться в вопросе вместе с экспертами.

### ДРУГОЕ МНЕНИЕ

«ПОЛНЫЙ ОТКАЗ - ЭТО КРАЙНОСТЬ»



Эксперт Роскачества, врач-эндокринолог высшей категории, кандидат медицинских наук Елена Сюракшина тоже предостерегает от избытка сахара в еде и напитках. Однако и полный отказ считает неправильным.

- У сахара есть свои полезные свойства, - рассказала врач. - Он быстро усваивается организмом, дает прирыв энергии в тех случаях, когда человеку нужно скорее восстановить силы (например, после истощения). При непосредственном участии глюкозы в печени формируются особые кислоты, которые обеспечивают обезвреживание токсических веществ. Поэтому при отравлениях и некоторых заболеваниях сахар принимают внутрь либо вводят раствор глюкозы в кровь, пояснила Сюракшина.

«Небольшое количество сладостей помогает легче переносить стресс. Однако важно помнить, что увлекаться таким «лечением» не стоит, ведь сахар может вызвать настоящую зависимость», - предупредила врач.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

## Ученый-геронтолог:

### Сладости отнимают нашу молодость

- Для оценки качества, достоверности выводов исследования прежде всего нужно посмотреть, в каком источнике оно опубликовано, - поясняет ученый-геронтолог, директор Института биологии старения ННГУ, член-корреспондент РАН, ведущий телеграм-канала «Путь долгожителя» Алексей Москалев. - В PLOS One подаются научные работы, которые не подошли по качеству своего дизайна и результатов в более высокорейтинговые медицинские журналы (то есть, как правило, исследования с наименее убедительными доказательствами. - Ред.). Это уже повод задуматься об обоснованности выводов. Кроме того, само исследование не клиническое, а наблюдательное. Что означает: прямая причинно-следственная связь не доказана. Например, люди, употреблявшие чай и кофе с сахаром, могли в то же время в целом вести более здоровый образ жизни, иметь больше доходов, лучший доступ к медицине и т. п. И именно благодаря этому риски для здоровья у них оказались в среднем такие же, как у тех,

кто обходился без сахара, но, скажем, меньше двигался, хуже питался, реже попадал к врачам.

Да и вообще, полагаются на анкеты, которые заполняли участники исследования (в том числе о количестве сахара в рационе), не слишком надежно, отмечает эксперт. Не факт, что добровольцы писали только правду и ничего, кроме правды. Кто-то мог попросту забыть, ошибиться и т. д. Средний возраст мужчин на момент начала наблюдения составлял около 60 лет, а к концу - 90.

- Алексей, каким же даным о вреде или безопасности сахара тогда доверять?

- Я бы посоветовал ориентироваться на выводы исследований, опубликованных в авторитетных научных журналах, где проводится строгая проверка качества работы ученых. А такие публикации однозначно подтверждают: чем больше ограничиваешь употребление сахара, тем лучше. Избыток сладостей доказанно повышает риск набора лишнего веса, ожирения, развития сахарного диабета, сердечно-сосудистых заболеваний.

Все это увеличивает вероятность преждевременной смерти.

Также известно, что при попадании глюкозы в кровь происходит реакция гликирования. Это один из базовых механизмов старения, говорит ученый. В определенных масштабах организм способен справиться с неблагоприятными последствиями гликирования, предотвратить их. Но чем больше сладкого ест человек, чем он старше, меньше двигается, приобретает сопутствующие заболевания, тем хуже работает система предотвращения и исправления «поломок». «Пристрастие к сладкому точно ускоряет старение кожи, артерий, капилляров, вен, многих других органов и нашего головного мозга», - предупреждает Алексей Москалев.



## «Комсомолка» рекомендует:

### Да, диабет

Как жить долго и счастливо с диагнозом

Книга Ольги Павловой, практикующего врача-эндокринолога, станет настольной для каждого пациента с диагнозом «сахарный диабет». Вы узнаете о современных методах лечения, эффективных диетах и подборе физических нагрузок. Бытовые понятные примеры, самые острые вопросы пациентов и их самые частые ошибки и заблуждения - благодаря грамотным советам профессионала вы сможете привести сахар в норму, ведь диабет в любом возрасте - это не приговор!

Приобретайте на [shop.kp.ru](http://shop.kp.ru)! А также на сайте [labirint.ru](http://labirint.ru)

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

Реклама, 16+

Шум города снижает наш слух, что с этим делать - читайте на сайте





Угадайте,  
над какими  
картинами  
поработала  
нейросеть.

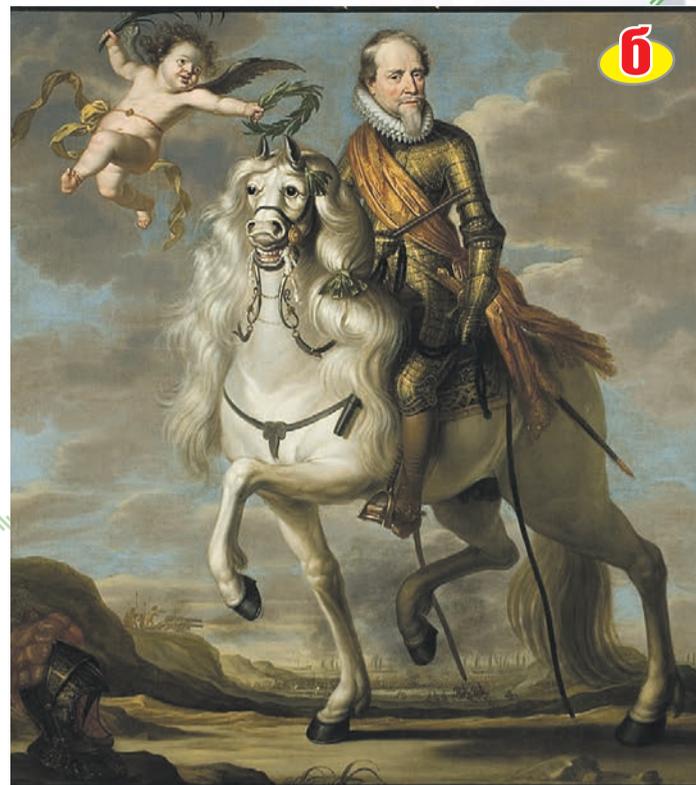
# По портрету всему свету

**1** Конный портрет занимает особое место. Абы кого на лошадь не сажали. Только самых важных вельмож и глав государств. Правда, изображение самой лошади иногда вызывало сложности.

Продолжаем наши эксперименты с искусственным интеллектом, который поднатерел в рисовании. На этот раз полем для творчества стали известные (и не очень) портреты. Один из самых сложных жанров в живописи. А уж парадный портрет - особенно. Тут нужно и статус изображаемого лица подчеркнуть, и характер передать, и польстить, и не слишком отойти от оригинала. Поэтому героя писали во весь рост при полном параде. Но не всегда. «Упущение» мы и решили исправить. Определите, где старался художник, а каким портретам «приделала ноги» нейросеть.



Жан-Марк Наттье. Портрет Петра I (1717).



Якоб ван дер Мерк. Конный портрет Морица Оранье-Нассау (1640 - 1645).



**2** В женском портрете, разумеется, важную роль играл наряд. Чем пышнее и дороже ткань - тем знатнее дама. И мастерство художника определялось его умением передать переливы парчи и бархата.

Питер Пауль Рубенс.  
Портрет Елены  
Фоурмен  
в свадебном  
одеянии  
(1631).



Николай Аргунов. Портрет графа Н. П. Шереметева (1801 - 1803).

**3** Произносишь фамилию Шереметев - и сразу вспоминаются усадьба Останкино; крепостная актриса, а потом супруга графа Параша Жемчугова-Ковалева; нынешний Склиф, а когда-то Странноприимный дом, построенный графом в память рано умершей жены. Все это - о Николае Петровиче Шереметеве. Между тем у этой фамилии было немало славных представителей. Например, соратник Петра I, фельдмаршал Борис Петрович.



Иван Аргунов. Портрет фельдмаршала графа Б. П. Шереметева (1768).

Дмитрий Левицкий.  
Портрет  
А. Д. Левицкой  
(Агаши),  
дочери  
художника  
(1785).



## СПРАВКА «КР»

Нейросеть - это «умная программа», которая обучается путем обработки большого набора данных. Особую популярность приобрели нейросети, способные быстро генерировать изображения из текстового запроса, воссоздавать недостающие элементы.



Хотите  
попробовать?  
Смотрите  
на сайте KP.RU,  
как создавать  
роскошные  
картинки  
с помощью  
искусственного  
интеллекта



# Классная шапочка

Какие головные уборы выбирают этой зимой звездные красавицы.



Еще минимум пять месяцев мы не расстанемся с головными уборами. И это не только шапки - сегодня мы посмотрим на фото уже успевших утеплиться звезд и узнаем, как носить капоры, бини, чепчики с кошачьими ушками, меховые панамы и многое другое.

Разобраться, что есть что, читателям поможет корреспондент «Комсомолки» и дипломированный стилист **Ольга Родина**.

## Диана Пожарская

Супруга **Ивана Янковского** показывает, как легко и стильно утеплиться, сделав ставку на благородные светлые оттенки. Актриса сочетает комплект из шапки бини, шарфа и перчаток с серой курткой, уютным трикотажным костюмом и замшевыми ботинками. Образ получился максимально расслабленным, подходящим и для прогулок, и для путешествий.



Личная страница в соцсети Дианы Пожарской



Личная страница в соцсети Анастасии Ивлеевой

## Настя Ивлеева

Анастасия с удовольствием щеголяет в пестрых шапках из нулевых. Головной убор Ивлеева носит с укороченным кардиганом и белой майкой. Не хватает только куртки, которую Настя, скорее всего, скинула перед тем, как сделать фото для соцсетей.

Отметим, что ностальгия по былым временам не оставляет дизайнеров уже не первый сезон. 90-е, нулевые сейчас в топе. Поэтому не бойтесь и смело доставайте вещи из бабушкиного (или мамино) сундука.

Личная страница в соцсети Анастасии Волконской-Решетовой



## Алена Водонаева

Шапки с кошачьими ушками придумала и представила стилист и основательница собственного бренда **Ксюша Смо**. После того как ушастые чепчики от Смо появились в гардеробе многих звезд, даже **Билли Айлиш**, такие модели начали выпускать и другие бренды.

Алена примерила праздничную и пушистую «версию» кошачьей шапки. Экс-звезда «Дома-2» сочетает ее с костюмом, украшенным пайетками. Также эти головные уборы можно носить с куртками, пуховиками и объемными цветными шубами.



Личная страница в соцсети Алены Водонаевой



## Татьяна Брухунова

Жена **Евгения Петросяна** предпочитает утеплять голову с помощью меховой панамы. Аксессуар она комбинирует с курткой, похожей на фуфайку, шарфом Christian Dior, юбкой ниже колена и ботинками на шнуровке, дополняя образ сумкой, декорированной цветами, и перчатками без пальцев. В целом Татьяна не удалось вполне гармонично совместить мало сочетаемые вещи.



Личная страница в соцсети Татьяны Брухуновой

## Анна Заворотнюк

Капор - еще один трендовый аксессуар этого сезона. Данный головной убор был популярен в 30-е годы XIX века, и тогда он выглядел как шляпа, которая завязывалась с помощью лент под подбородком. В наше время капор - это мягкая шапка-капюшон, которая закрывает шею, как воротник. Мастер-класс по использованию необычного аксессуара дает Анна Заворотнюк.

С капором дочь «прекрасной няни» составляет стильный тотал-блэк лук. Всем любителям черного цвета на заметку! Актуальный кожаный тренч она сочетает с грубыми ботинками и с не менее брутальной сумкой с шипами.



Личная страница в соцсети Анны Заворотнюк

## Ольга Серябкина

Серябкина тоже выбирает капор, только светлого оттенка. Ольга комбинирует головной убор с молочным свитером на молнии, леггинсами и высокими сапогами. Образ у певицы получился универсальным, его легко повторить, а сверху можно накинуть что угодно - шубу, пуховик или дубленку.



Личная страница в соцсети Ольги Серябкиной

## Нино Нинидзе

Кажется, что шапка бини есть почти у каждого. Плотный прилегающий вязаный головной убор появился в 20-е годы прошлого века в Лондоне и подходит как мужчинам, так и женщинам.

Как составить классный образ с этой шапкой, показывает Нино. Актриса сочетает ее с трендовой дубленкой, объемным свитером и белыми джинсами, дополняя образ с помощью стильных очков и перчаток в тон шапки. Обратите внимание, как Нинидзе поднимает вверх воротник свитера, придавая образу стильную небрежность.



Личная страница в соцсети Нино Нинидзе



# К молодым везде у них дорога

Ирина ВИКТОРОВА

Зрелые артисты часто женятся на молодых. И часто это у них не первый брак. Рассказываем о тех семьях, где известный мужчина гораздо старше жены - и их пары считаются одними из самых крепких.

**Счастливые истории знаменитостей солидного возраста, которые женились на юных красавицах.**

42 года



Личная страница Владимира Стеклова в социальной сети

## Владимир Стеклов и Ирина Дерягина

(Разница 33 года)

Рабочий график народного артиста Владимира Стеклова контролирует его супруга Ирина. По образованию она финансист. Стеклов был три раза разведен к моменту знакомства с Ириной. Приятели «случайно» познакомили их в гостях в 2016 году. Народному артисту женщине приглянулась: «Ира поняла, что это сватовство. Повеяло каким-то теплом. Она оставила мне телефон».

75 лет

Начался роман. А через полтора года родилась дочь. Владимир Александрович рассказал, что беременность стала для них неожиданностью: «Мы на нее не рассчитывали. Вопрос, рожать или нет, не стоял. Конечно, рожать! Ире тогда исполнилось 37, это был ее первый ребенок. Ходила легко, за нее больше тревожился я. Роды прошли без осложнений».

Через полгода после рождения дочери Арины Стеклов стал... прадедом: у его внука Даниила родился сын Петр. Актер

**Даниил Стеклов** - сын актрисы **Агриппины Стекловой**, дочери Владимира Александровича от первого брака. А дочь от второго брака Глафира работает преподавателем английского в гимназии. Дети и внук дружат и общаются с нынешней семьей отца. Арине Стекловой скоро будет 6.

«Взрослые, состоявшиеся люди притираются особенно не просто. А с Ирой я почувствовал, что вернулся в годы, когда жил с мамой. И ощутил, как машина времени перенесла меня в молодость», - делится Стеклов.

## Евгений Петросян и Татьяна Брухунова

(Разница 44 года)

Татьяна Брухунова - директор Театра эстрадных миниатюр Петросяна. Она следит за гардеробом супруга и, главное, здоровьем - артист заметно посвежел. Они расписались в декабре 2018-го. За месяц до того Петросян оформил развод с **Еленой Степаненко** после 33-летнего брака. Сына Вагана Татьяна родила в марте 2020-го.

Начиналось все с трудовых отношений: после переезда из Тулы в Москву Брухунова работала у Елены Степаненко. В 2006 году второкурсница Татьяна (училась в универси-

тете культуры и искусств на факультете менеджмента) стала помощницей директора театра Петросяна. Когда тот умер, Евгений Ваганович попросил Брухунову занять его место. И завертелось...

«Все говорили, что я увела Петросяна из семьи. Это не так! - говорит Татьяна. - Если бы все было хорошо, он бы не ушел. Нельзя сказать, что у нас «история любви». Это не вспышка, как в молодости. Это душевный комфорт, я бы это назвала так».

Личная страница Бориса Галкина в социальной сети



50 лет

76 лет

## Борис Галкин и Инна Разумихина

(Разница 26 лет)

Актер Борис Галкин и его супруга, певица Инна Разумихина, воспитывают 6-летнюю дочь Анну. Это единственный ребенок артистов, женатых 10 лет.

В предыдущем браке Галкин воспитывал как родных детей своей жены **Елены Демидовой** - Марию и Владу. После смерти Влады Галкина в 2010 году Борис Сергеевич страшно переживал, а с женой они отдалились друг от друга.

С Инной артист познакомился в 2010-м на фестивале в Брянске: она была увлечена другим мужчиной, но Галкин настойчиво ухаживал и добился взаимности. «Я пришел к Лене и сказал, что люблю другую женщину и мы расстаемся, - рассказывал Галкин. - Она сказала: ну что ж, иди. И отпустила».

Елена Демидова тяжело болела и умерла в 2017-м. Инна переживала, когда ее называли разлучницей: «Было чувство вины, особенно первые два года...» Сейчас супруги счастливы и наслаждаются родительством.

## Юрий Беляев и Татьяна Абрамова

(Разница 27 лет)

Заслуженный артист Юрий Беляев и актриса Татьяна Абрамова счастливо женаты 9 лет. Для каждого это второй брак, у обоих по двое детей. Роман начался на красной дорожке кинофестиваля в Анапе: артист шел позади рыжеволосой коллеги, а когда грянул гром и пошел дождь, укрыл женщину под своим зонтом. Выяснилось, что Татьяна - прекрасная собеседница с искрометным чувством юмора. Беляев влюбился.

«Мы не ощущаем разницу в возрасте. У нас много общего!» - уверяет Татьяна.

48 лет

76 лет



globallookpress.com



Личная страница Татьяны Брухуновой в социальной сети

34 года

78 лет

**Киркоров впервые показал холостяцкую квартиру - смотрите видео на нашем сайте**



Самое большое скопление кинозвезд

Наша криминальная комедия «... на миллионы»

Место для моциона

Настойка на хлебе

Хитовый Григорий

Дока, но иначе

Оружие при джитите

«Бумажные игрушки»

Ткань из искусственного шелка

Хваталка из зоологии

Смотрите фото

«Занавеска в офисе»

Царевна для киношного Аладдина

Маневр из военной стратегии

«... начинается с удивления»

Напольная ... в комнате

«Скала» среди мужских имен

«Герой» «Круглой даты»

Несущая драгоценных металлов

Что можно услышать из сумки, где поллитра лежит?

Что заставляет баскетболиста час-час гнуть спину?

«Но туча грозная нависла над Москвою, и грянул мести ...!»

«Когда погаснут дни мечтанья и позовет нас шумный ...»

Каким металлом особенно богаты Устрицы?

Венгерский танец

Что помогло венецианским купцам вывезти мощи святого Марка из Александрии?

Город, чьи окрестности составляют шестой круг Дантова «Ада»

Друг Квентина Тарантино из режиссеров

Какое войско привел с собой Май?

«Лучший друг» Балбеса

Чем ковбой ловят?

Маневр на перекрестке

Не только буква, но и устье

«Многосерийная Рабыня»

Карточная масть

Какое слово придумал в 1534 году французский писатель Франсуа Рабле?

Роковые духи из романа «Мертвый шар» Антона Чехова

Сооружение на быках и устоях

«С унынием встречаю я сумрачную ...»

Кто мог сыграть главную роль в фильме «Гравитация» вместо Джорджа Клуни?

Французский классик из пушкинского стихотворения «Сравнение»

Единственный шестовик, победивший на шести чемпионатах мира

«С каким судном связана трагическая гибель драматурга Александра Вампилова?»

Как галина вишневецкая ласково называла Мстислава Ростроповича?

Множество поэтическим языком

Какую премию в 1991 году получил фильм «Молчание ягнят»?

Самое ценное в нем, что можно быть одному, но не страдать от одиночества

Праздничный «наряд» для селедки

Красотовед

Косметика на губах

Звезда мировой эстрады, свободно поющий на девяти языках

Цыганская тусовка

OLEG



фото: Иван ВИСЛОВ/КП-Москва

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Парк - Лепс - Кинжал - Оригами - Ваза - Петр - Кара - Поле - Юлиар - Бульканье - Сага - Цинк - Свинина - Подригес - Мильтиад - Разворот - Автомат - Дауни - Буало - Горе - «Аммир» - Бубка - Лодка - Буратино - «Оскар» - Тень - Сонм - Адамс - Табор - Эстет - Блеск - Шуба. ПО ВЕРТИКАЛИ: Буйры - Буны - Ора - Голливуд - Рост - «Ктеши» - Оболтус - Итра - Гром - Новое - Аркан - Свет - Мост - Лике - Пике - Ромб - Квац - Лапа - Брак - Спец - Мартоатом - Кроков - Дельта - Нетто - Жалюз - Роу - Ряба - Дит - Изяра.

Украинская звезда голливуда

Ключевое

Гонимая партия

Что почем ... в банке

«Что обнаружили «под воротами нашего дома» из рассказа «Суета сует» Михаила Зощенко?»

Кто запускает процесс пищеварения?

Лыжа при санях

«И вот ... шлепнулся на порог и оттуда, понемногу, выкатился на дорогу»

Абсолютная правдивая история

«Душевный лиризм» в джазе

Трофей триумфатора

Полицейский офицер у испанцев

Валюта из мировых запасников

Один из официальных языков Индии

Что собрание в балаган превращает?

Зуб из слоновой кости

Что тклет бедная Лиза в повести Николая Карамзина?

Голливудская звезда, отказавшаяся сниматься ради фильма «Гравитация» в нижнем белье

«Животворящий ...» помог грозному царю выйти из лифта в комедии «Иван Васильевич меняет профессию»

Лоскутная мозаика

Верительная ...

Открыск филологии и литературы

Чем обнимают?

Дружеская

Кандидат на проведение ОИ 2006 года

Смотрите фото

Ровесник каменного века

Он удостоился персонального памятника в Одессе, а аргентинцы даже придумали самолет специально под него

Нянька при младенце Зевсе

Главный шут при дворе французского короля Людовика XIII

«Ирландский изгнанник» в названии фильма Захарова

Выпускник акций

Шоу на небесах

«Дяди Федора» из простоквашина работал на продуктах

«Те-перь уже, ... неважно нам, кто прав, кто виноват»

Кого внедряют в разведку противника?

Марка автомобиля стампа из фильма «Приключения Электроника»

«Мореплавание» с романтическими целями

Театральный опус

Компонент жульена

Крем из варенья у англичан

Культурный певец ... Моррисон

Порода кур

«Заповедник огня»

Какой богине древние римляне приносили жертвы на марсовом поле 7 октября?

Дипломатический законник

Карликовый ...

Осенний аврал на селе

«Юмореска» портретиста

Что происходит на усмотрение господ?

Муза Антона Чехова

Хоть и в оправе, но не бриллиант

Какой цветок опередил людей своим появлением на 34 миллиона лет?

«... кажется неприступной только издали»

«Бунт на корабле»

Бессвязная ...

Какое время года многие считают виновным проигрыша наполеона в Отечественной войне 1812 года?



Борис КУДРЯВОВ/Экспресс-газета

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Кунис - Блиц - Счет - Лавры - Евро - Разброд - Полотно - Урду - Альгвасил - Пяворк - Баллок - Закопане - Апельсин - Эмитент - Сыр - Крот - Адресея - Нева - «Бьюкик» - Юрист - Курд - Шабо - Речь - Рост - Жатва - Чудо - Очки - Роза - Киннер - Матек - Гора - Зима. ПО ВЕРТИКАЛИ: Эссе - Юнона - Ланжелли - Бивень - Круз - Свифт - Рюки - Едок - Ничья - Пьеса.

МИСС СТИЛЬ «КР»



**Алиса ИГУМНОВА, Пермь:**  
- Занимаюсь моделингом, состою в «Молодой Гвардии Единой России», занимаюсь общественно полезными делами. Люблю читать книги. Мечтаю выиграть мировой конкурс красоты.

**Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:**  
- Рыжие локоны с алым платьем сочетаются замечательно. Призываю красоток с медным цветом волос ни секунды в этом не сомневаться. Главное, как вы уже знаете, найти свой оттенок. Алиса его, без сомнения, нашла.



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

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

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

Самая затяжная свадьба произошла в одном из горных сел Грузии! После того как невеста по обычаю была украдена, ее вернули жениху только через пять лет с тремя детьми...

\*\*\*

Говорят, что черная полоса - это расплата за счастливые дни... И где же я столько счастья нахватался?!

\*\*\*

Стратегическое мышление - это когда снимаешь белую футболку, перед тем как есть борщ.

\*\*\*

Впечатления от поездки на море:

- Не, там не супер: реально каменистые пляжи.

- Галька, что ли?

- Да если бы галька! Я бы сказала, галья, места-ми даже галина.

\*\*\*

На Рублевском шоссе в гололед дороги не только посыпают солью, но и поливают текилой.

\*\*\*

- Девушка, мне творожок, сметанку и йогурт.

- Дочурке берете?

- Ох ты, блин, про дочку-то я и забыл! «Мартини» и две пачки «Винстона», пожалуйста!

\*\*\*

Смешно будет, когда искусственный интеллект достигнет 65 лет и начнет гундеть, что его с пенсией накололи.

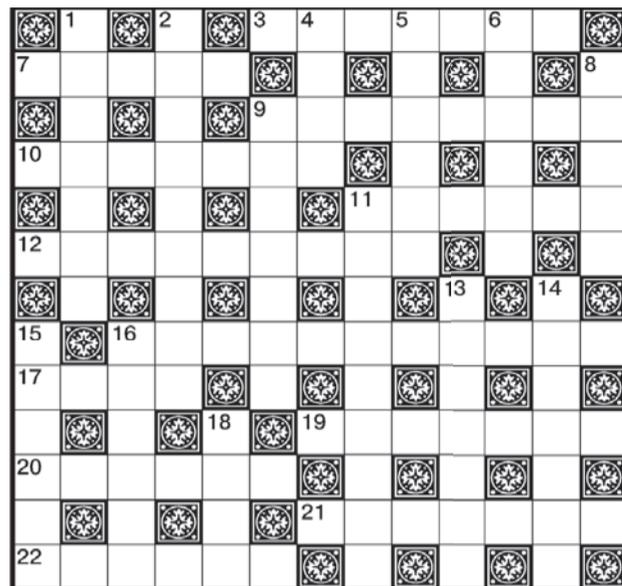
Оставьте свой анекдот на сайте **KP.RU** в рубрике «Анекдоты»!

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



Николай ОБЕРЕМЧЕНКО/«КР» - Пермь

КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3.** В какой комнате у жены чаще всего начинает внезапно болеть голова? **7.** Уже в возрасте 24 недель плод в утробе матери может сосать ..., испытывая тревогу. **9.** На чем герои романа «Происхождение» попали в собор Саграда Фамилия? **10.** Эспрессо с горячим шоколадом. **11.** В каком чине Владимир Даль начал собирать слова? **12.** Партийное ампула героя Владимира Высоцкого из «Интервенции». **16.** Маршал с двумя орденами «Победа». **17.** Едок мух. **19.** Какими цветами традиционно ароматизируют вкус раф-кофе? **20.** Доктор дореволюционного звучания. **21.** Теорема наоборот. **22.** Какой прекрасный принц стал героем «первого романа» в японской литературе?

**ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.** У кого из гоголевских помещиков книга всегда открыта на четырнадцатой странице? **2.** С кем не заскучаешь? **4.** Неволя во вражеских застенках. **5.** Управленец лайнером. **6.** Какую сибирскую рыбу чаще всего подавали на сталинских застольях? **8.** Капитальная ... в помещении. **9.** «В моей судьбе мелькнула ты, как воспаленное ...». **11.** Что на источнике разливают? **13.** Главный питерский собор. **14.** Какой из головных уборов можно встретить в созвездии Волосы Вероники? **15.** Глава с подведением итогов. **16.** «Гора, у которой поехала крыша». **18.** Что мечтают получить конкурсант?

**ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3.** Минералка. **13.** Исаак. **14.** Дездема. **15.** Эпилепс. **5.** Летчик. **6.** Нелюба. **8.** Стена. **9.** Видение. **11.** ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.** Манилов. **2.** Весељчак. **4.** Лен. **19.** Лаванда. **20.** Лекарь. **21.** Аксиома. **22.** Гандзи. Мичман. **12.** Большевик. **16.** Василевский. **17.** Паук. **Спяльня.** **7.** Палец. **9.** Вертолет. **10.** Бичерин. **11.** ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **3.**

Прогноз погоды на завтра, 30 ноября

	ночью	днем	
Владивосток	-10°...-12°	-5°...-8°	<b>Давление</b> - 760 мм рт. ст. (норма для ноября - 766) <b>Относительная влажность воздуха</b> - 49% (норма - 61%) <b>Ветер</b> - северо-западный, 5,6 м/с  <b>Восход</b> - 08.23 <b>Луна</b> - убывающая <b>Закат</b> - 17.39
Находка	-10°...-13°	-7°...-10°	
Уссурийск	-14°...-17°	-7°...-10°	
Астраханка	-15°...-18°	-9°...-11°	
Терней	-13°...-14°	-10°...-12°	

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

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

Звоните нам! **(495) 777-02-82**

Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.  
 Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.  
 Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.  
 Учредитель, редакция и издатель - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».  
 Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.  
 Индекс П1101, ПМ976 Тип. № 6050  
 Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30  
 ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2023», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.  
 Тираж этого номера: 169 635 экз.  
 Цена договорная



АО ИД «Комсомольская правда», 2023. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ФИЛИАЛ АО «ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Директор Владивостокского филиала АО «Издательский дом «Комсомольская правда» - Татьяна КЛАНОВЕЦ.  
 Редактор - Людмила УБАНКИНА  
 Директор по рекламе - Татьяна КЛАНОВЕЦ  
 Директор службы распространения и продвижения - Екатерина ШУЛЬГИНА  
 690091, г. Владивосток, ул. Лазо, 8. Отпечатано в АО «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