

Полезно ли закаливание

Что думают по этому поводу врачи

Читайте на стр. 10 ▶



Олег УСТАДОВ/КП - Барнаул

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

radiokp.ru

Самара 98,2
Пермь 96,6
Ижевск 107,6



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

КП RU

4 381 000

уникальных посетителей за минувшие сутки



Основана в мае 1925 года

Вторник
16 января

Приволжье

№ 3 (27553) 2024 год

Тридемия придет в Приволжье в начале февраля



Эпидемиологи объясняют, кто в группе риска и как лечиться.

Читайте на стр. 8 ▶

Спортивный врач из Перми спас жизнь пассажиру рейса Москва - Красноярск

Алена ОВЧИННИКОВА («КП» - Пермь)

Доктор скромно объясняет, что так на его месте поступил бы каждый.

- Ситуация не заслуживает такого пристального внимания, я думаю, так на моем месте поступил бы каждый, - сказал «Комсомолке» врач молодежной команды «Парма-М» Леонид Сиротин, спасший жизнь человека.

Все случилось в воскресенье, 14 января, когда баскетбольная команда «Парма» летела рейсом Москва - Красноярск. Во время перелета одному из пассажиров стало плохо: он едва не потерял сознание.

- Мы с главным тренером команды Антоном Катаевым сидели на последнем ряду самолета, - рассказывает о случившемся доктор. - Видим, в нашу сторону из середины салона направляется мужчина. Как мы потом узнали, зовут его Сергей, ему 41 год.

Мужчина с трудом передвигался по салону, не дойдя двух рядов до его конца, упал. - Мы подбежали к нему, он был бледный, но в сознании. Сказал, что ему очень плохо. Мы положили его к себе на сиденье, ноги подняли вверх.

К ситуации мгновенно подключились стюардессы. Они принесли баллон с кислородом и тонометр. Доктор измерил давление, оно было низкое - 90/50.

- На фоне оксигенотерапии состояние пас-

сажира начало улучшаться, давление поднялось почти до нормальных значений. Когда Сергею стало лучше, его напоили горячим сладким чаем, - продолжает Леонид Сиротин, весь дальнейший полет он не отходил от пассажира ни на шаг. - Когда самолет приземлился, я дал мужчине рекомендации по дальнейшему обследованию. Надо отметить стюардесс «Аэрофлота», которые действовали без паники и по инструкции.

- Мы бесконечно гордимся профессионализмом наших докторов и благодарны им за готовность прийти на помощь в любую минуту, - говорят в БК «Парма».

Кстати, в октябре 2017-го Леонид Сиротин оказал первую помощь мужчине, которому стало плохо в поезде.



Речная прогулка длиной в месяц

Елена ТРЕТЬЯКОВА («КП» - Пермь)

По Приволжью пройдет маршрут самого длинного речного круиза России.

В этом году жители Приволжья смогут устроить себе очень длинную речную прогулку. В августе стартует первый в истории страны 30-дневный круиз «Сказка странствий». Теплоход «Николай Некрасов» выйдет из Москвы 24 августа и в течение месяца пройдет по Волге, Каме и Дону.

За 30 дней пассажиры посетят 30 городов «золотой» коллекции круизов, в том числе Ярославль, Нижний Новгород, Казань, Елабугу, Сарапул, Пермь, Чайковский, Чистополь, Ульяновск, Саратов, Самару, Болгар, Чебоксары, Нижний Новгород, чтобы 22 сентября вернуться обратно в Москву.

Продолжение на стр. 8 ▶



Баскетбольный клуб «Парма»

Леонид Сиротин уже не в первый раз спасает человека во время командировок с командой.

Министр просвещения **Сергей Кравцов** доложил президенту, как дела с детским образованием. Главное:

- ✓ Программа и капитального ремонта школ, и строительства новых школ идет по плану, без сбоев.
- ✓ Чуть-чуть увеличилось количество учителей русского языка, логопедов, дефектологов (хотя общее количество учителей сокращается).
- ✓ Полностью ликвидирована третья смена в школах. Да и во вторую учатся лишь 15% детей.
- ✓ 1300 школ будут оснащены современным оборудованием в 2024 году.
- ✓ Педагогическое образование стало вторым по популярности.
- ✓ Новые регионы восточной интегрируются в систему образования.
- ✓ Во всех школах новых регионов есть охрана, а младшеклассники получают горячее питание.
- ✓ В школьные библиотеки новых регионов завезли 1,3 млн художественных книг.



Пресс-служба Президента РФ

СКАЗАНО

«Наша общая задача - поддерживать семьи погибших боевых товарищей, последовательно укреплять всю систему социальных гарантий для участников специальной военной операции, повышать эффективность медицинской помощи, реабилитационных программ. И конечно, ключевой приоритет - создавать условия для того, чтобы герои, прошедшие фронт, смогли в полной мере реализовать себя в самых разных сферах: в отраслях экономики, в бизнесе, в органах власти всех уровней, в местном самоуправлении. Особо отмечу значимость участия ветеранов в воспитании молодежи, в продвижении востребованных волонтерских, образовательных, просветительских, гуманитарных проектов и инициатив».

(Владимир ПУТИН - на открытии Форума ветеранов специальной военной операции «Вместе победим».)

■ ВСТАЛИ НА РЕЛЬСЫ

Новенький вагон бежит, качается

Олег АДАМОВИЧ

РЖД готовит запуск поездов с персональными капсулами.

ЖДИТЕ ОБНОВКИ

Глава РЖД **Олег Белозеров** рассказал президенту, когда россияне пересадят в новые составы на железной дороге. Оказалось, что уже в этом году в плацкарте можно будет вытянуть ноги и не задевать плечами соседей, когда идешь по проходу.

- Он (новый вагон. - Ред.) отличается от предыдущего тем, что он шире на 30 сантиметров, а это означает, что полка будет длиннее: не 1,83 метра, а два метра. Традиционная проблема пройти по вагону - на пять сантиметров шире проход в вагоне. Появится дополнительное персональное пространство. Соответственно, такие заделы дополнительные сделали, начали реновировать пассажирские вагоны, - рассказал главный железнодорожник.

- Когда такой вагон будет уже? - тут же уточнил Путин.

- В декабре, - ответил Белозеров.



Агентство РИА Новости

«ФИНИСТ» - ЯСНА «ЛАСТОЧКА»

Говорили Владимир Путин с Олегом Белозеровым и о пригородных поездах. Как отметил глава РЖД, компания уже вышла на импортзамещение в их производстве.

- Создан российский поезд из серии «Ласточка» - абсолютно стопроцентно наш. 21 субъект получит новые

Полностью российский «Финист» совсем скоро будет перевозить тысячи пассажиров в десятках регионов. Свой первый «полет» он уже выполнил.

подвижные составы нашего производства, - заявил он.

Дело в том, что «Ласточка» - совместный с немецкой компанией «Сименс» проект. Но уже готов полностью наш аналог. Назвали его «Финист». В нем, так же как и в «Ласточке», 5 вагонов, но уже не 346 мест, а 416. И первый такой поезд уже прошел обкатку и вышел на линию из Екатеринбурга в Каменск-Уральский. 21 регион уже стоит в очереди, чтобы получить такие составы.

ВОКЗАЛ ДЛЯ ПОЛУСТАНОЧКА

А на маленьких станциях, где раньше не было своих вокзальчиков или они совсем разрушились, начнут ставить новые модульные помещения. Сборные вокзалы сейчас делают в Петербурге и Чечне. На монтаж надо всего четыре дня. Особый фундамент не требуется. А расчетный срок службы - около 50 лет.

Пока в планах открыть 15 таких вокзалов.

■ СПРАВКА «КП»

Габарит «Т» (так обозначается новый вагон) на 73 сантиметра длиннее и на 28 сантиметров шире привычного вагона дальнего следования. Из-за этого железнодорожникам даже пришлось проводить замеры на маршрутах, где планируется пустить обновленные составы, чтобы убедиться, что нигде ничего не будет задевать.

Инженеры создали три возможных типа внутренней компоновки вагона: модульный, капсульный и с планировкой «елочкой».

В модульном вагоне предложены варианты: от традиционного размещения в открытом купе, отличающемся конфигурацией багажной полки, до варианта купе, разделенного «шкафом» для личных вещей (так создается более персонализированное пространство для каждого пассажира).

Капсульный вагон вместо привычных купе разделен на изолированные капсулы, расположенные по обеим сторонам от прохода. Такой вагон рассчитан на 56 пассажиров. При этом каждое место максимально автономно: у пассажира индивидуальный свет, окно, столик, шторка, которой можно отгородить от прохода, розетка на 220 вольт и USB-зарядка.

Некупейный вагон «елочка» - все спальные места расположены по диагонали к проходу. Если смотреть на планировку внутреннего пространства вагона сверху, получается елочка. Такой вагон есть в двух вариантах: персональная капсула и открытое купе. В первой компоновке нет общих зон, но у каждого пассажира персональное окно, столик, шторка, светильник, розетки, места для гаджетов, личных вещей, багажа и обуви.



Начинайте день в правильной компании!

С понедельника по пятницу в 8 утра (мск) слушайте программу «Что будет» - честный взгляд на происходящее вокруг!

В контакте

<http://www.kp.ru/>

ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

Вступайте в нашу группу ВКонтакте
VK.COM/KPRU

ЭКОНОМИКА
Как китайские авто переживают суровую российскую зиму

ЗДОРОВЬЕ
Избыток растительных жиров грозит коронавирусом и раком



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



Сгорел гигантский склад Wildberries. Кто заплатит покупателям



70 тысяч полыхающих квадратов тушили почти 400 сотрудников МЧС.

Вероника ОБЕСЯНИКОВА

Дмитрий РОЖДЕСТВЕНСКИЙ, Анна ГРЕНЬ («КП» - Санкт-Петербург), Елена ОДИНЦОВА

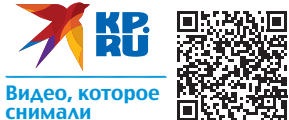
Обстоятельства ЧП в Петербурге вызывают много вопросов.

Руины - это все, что осталось от 70 000 квадратных метров склада Wildberries, на котором произошел пожар страном утром 13 января. Пока страховики подсчитывают убытки (от 10 до 15 млрд рублей), а СК расследует уголовное дело, небольшие группы МЧС продолжают проливать тлеющие конструкции. С трудом у пожарных получается разбирать завалы. На месте - ни намека на уцелевшие товары. Все либо расплавилось, либо заледенело под напором воды из пожарных рукавов. Где-то там уничтожены документы и телефоны чудом уцелевших рабочих склада. Из-за этого родственники 12 сотрудников комплекса не могут выйти с ними на связь (пострадавшими, погибшими никто не числится). Отвечаем на самые актуальные вопросы о последствиях для продавцов и покупателей.

ПОЧЕМУ ПРИ ЭВАКУАЦИИ БЫЛА ДАВКА?

Все началось в первом из двух блоков сортировочного центра, откуда с сотен полок товары отдаются на отгрузку.

- Загорелся отсек с пленкой для упаковывания палет. Там работали 350 человек. Сначала подумали, что справятся своими силами. Но огонь перекинулся на товары с химией. Тогда пришлось эвакуировать всех рабочих, это более 1600 человек, - говорит источник «КП» - Санкт-Петербург».



Видео, которое сняли сотрудники, выбираясь из горящего склада, - на сайте

Пожар начался в 7.42, через два часа его сложность повысилась до максимального ранга. Версий несколько. Рабочие обсуждают поджог. Дело в том, что за три дня до ЧП там произошла массовая драка мигрантов, на склад зачастили силовики. Теперь работники думают, что кто-то мстил за инцидент с поножовщиной. Еще несколько рабочих заявляют, что чувствовали запах газа, а затем слышали взрыв баллона.

- Пожарная сигнализация просто не сработала! И никто не знает, почему, - пожаловался один из рабочих сгоревшего склада. - Была угроза обрушения крыши. И все рухнуло в первый блок, где горело: там раздевалки и основные выходы. Охрана проверяла всех на выходе, начались паника и давка. В итоге охранников смели, чуть не затоптали. Иначе мы все бы там погибли.

А ЧТО СО СТРАХОВКОЙ?

После пожара Госстройнадзор Петербурга удивил тем, что здание вообще-то не получало разрешения на ввод в эксплуатацию, только документ о соответствии требованиям проектной документации. Дальше - больше. Судя по данным Госстройнадзора и базы СПАРК, с 2022 года до момента пожара на складе не было про-

верок МЧС, Роспотребнадзора и Ростехнадзора. Теперь эксперты считают, что Wildberries может не дожидаться страховых выплат. А ведь ущерб составляет, по первым оценкам, ни много ни мало от 10 до 15 млрд рублей.

ВЕРНУТ ЛИ ДЕНЬГИ КЛИЕНТАМ И ПРОДАВЦАМ?

Если склад работал без разрешения, то неудивительно, что СК завел уголовное дело именно по статье о злоупотреблении полномочиями.

- Скоро будут допрошены люди из числа руководства сгоревшего склада. В деле пока нет подозреваемых. Проверяется, как управляющие сортировочного центра соблюдали правила безопасности, - сообщил источник «КП» - Санкт-Петербург» в правоохранительных органах. Вина может грозить как штраф в размере до 200 тысяч рублей, так и до четырех лет колонии.

Тем временем масштаб ущерба уточняется. Товары, размещенные на складе в Шушарах, будут скрыты с витрины маркетплейса. Покупателям вернут деньги за утраченные заказы. Продавцы получат компенсацию за поврежденные или утраченные товары, это официально сообщили в Wildberries. Компания обещает начать выплаты с 15 января.

От кого ждать компенсации

По словам юриста, возвращать покупателям деньги за оплаченные, но не отгруженные товары будет либо сам маркетплейс, либо продавец. Все зависит от того, что прописано в договоре.

- Это потери бизнеса, потребители в таких историях особо не страдают, - говорит **председатель правления Конфедерации обществ потребителей Дмитрий Янин**.

Допустим, вы заказали товар на Wildberries. А вдруг он был на том самом складе? И как быть?

- Ждать в оговоренный срок. Если не доставили, тогда подавать через сайт маркетплейса заявление на возврат денег - заполнять форму. Очевидно, что задержки сейчас, скорее всего, будут связаны именно с этим пожаром. Вероятность того, что компания аналогичный товар найдет, есть. Но, на мой взгляд, проще и быстрее в такой ситуации разругать ее через возврат денег.

Если же вы заказали товар без предоплаты и он сгорел, продавец может предложить новый или же попросит отказаться от заказа. В любом случае стоит связаться с ним через форму на сайте.

ВОПРОС ДНЯ

На родину возвращаются релокранты, разочаровавшиеся в жизни за рубежом (подробнее на стр. 6 - 7), и мы спросили:

В чем Россия догнала и перегнала Запад?

Александр БРОД, член СПЧ при Президенте РФ и директор Московского бюро по правам человека:

- В духовных и нравственных ценностях. Европа их за была, а мы сохраняем. Так же как и любовь к культуре, к литературе. Мы давно обогнали Запад по терпимости - у нас не встретишь депортацию людей из-за «политической неблагонадежности» или из-за «незнания языка», как в Латвии.

Сергей МАРКОВ, директор Института политических исследований:

- Россия обогнала многие страны в важнейшем показателе - снижении безработицы. И безопасность в наших мегаполисах выше, чем во многих больших городах мира, где гопники всех цветов кожи могут ограбить тебя даже в центре. И медицина у нас лучше, чем во многих странах: и платная, и бесплатная. Наши бюрократы оказались человечнее западных. А интернет - быстрее и дешевле.



Катерина МАРТИНОВИЧ/КП - Москва

Лев КОРОЛЬКОВ, ветеран СВР:

- Мы обогнали Запад по стабильности системы. Мы обошли ведущие страны по объемам разведанных и разработанных природных ресурсов - в том числе из-за этого американцы в три раза увеличили закупку нашего титана. В области гиперзвука мы ушли вперед, как и в ряде технологий двойного назначения. Лишь две страны мира в мире могут себя полностью прокормить по всем продовольственным позициям - США и Россия. Значит, и тут мы впереди почти всех.

Валентина САФРОНОВА, глава Ассоциации российских флористов:

- Мы впереди других по предоставлению равных возможностей для работающих людей. А еще у нас лучшие в мире конкурсы по обучению рабочим профессиям, в том числе для самых юных: в феврале я буду судить конкурс для малышей от 1-го до 5-го класса, которые будут соревноваться на взрослых условиях.

Юрий КОВЕРДЯЕВ, художник-график:

- На Западе территории мало, людей много и, как правило, тепло. У нас территории полно, людей немного и холодно. Им деньги надо заработать, расталкивая всех локтями, а нам человека надо выручить и согреть. Потому они пленных мучают, а мы спасаем.

Юрий КУКЛАЧЕВ, народный артист России:

- В отношении дрессуры кошек обогнали их давно и надолго - мой Театр кошек признавали феноменальным и на Бродвее, и в Монте-Карло, где давали мировые призы.



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



Болгарский памятник Алеше опять хотят убрать

Может ли Россия спасти монумент освободителям Болгарии?

Александр КУДЕЛЯ

Депутаты прозападной партии «Демократы за сильную Болгарию» покусились на памятник советскому солдату Алеше в Пловдиве - мол, его надо снести до конца года. 17 января вопрос рассмотрит городской совет.

Болгарские радикалы заявили: 12-метровый памятник Алеше, дескать, «символ оккупации Болгарии Красной армией». Холм Освободителей, где стоит монумент, хотят увенчать другой фигурой, например, хана Маламира, при котором Пловдив впервые стал частью Болгарии, или даже... древнегреческого Орфея.

Архитектор **Костадин**

Палазов, представитель болгарской соцпартии, считает: «Первый признак неонацизма - снос памятников. Правые политики хотят отвлечь народ от проблем - коррупции, низких зарплат... Алеша - символ Пловдива! У всех

выпускников, молодоженов есть фото на его фоне».

Городской советник **Илья Гатев** назвал покушение на памятник позором для Болгарии: «Советская армия спасла мир от гитлеровского фашизма, она заслуживает почета и уважения вне зависимости от политической конъюнктуры».

Снос монумента, кроме моральных, нарушает и юридические нормы. Ведь семь лет назад было принято «Положение об управлении природной достопримечательностью Холм Освободителей». Где четко указано: любое вмешательство в целях сноса, демонтажа или иных строительных работ недопустимо. И наказуемо.

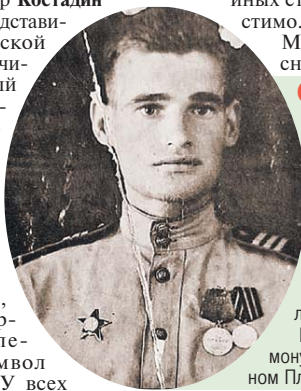
Монумент Алеше пытаются снести не в первый раз.

СПРАВКА «КП»

Памятник Алеше в Пловдиве открыли в 1957 году. Скульптура стоит на холме, возвышаясь над городом.

Прообразом для памятника стал сержант-связист **Алексей Иванович Скурлатов** (на фото), который восстанавливал телефонную линию Пловдив - София.

Песня «Алеша», посвященная монументу, до 1989 года была гимном Пловдива.



До сих пор его удавалось отстоять. Но что делать, если радикалы добьются своего?

Вадим Трухачев, доцент кафедры зарубежного регионоведения и внешней политики РГГУ, считает:

- Теоретически лучший способ - выкупить землю под памятником, сделав его собственностью России. Или поставить на территории посольства России в Болгарии.

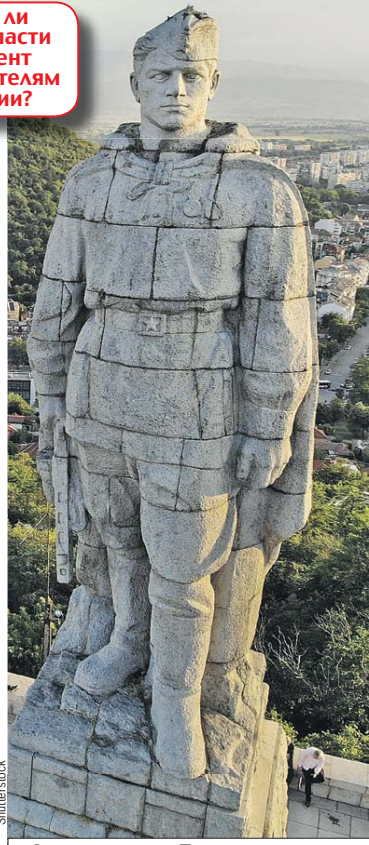
Есть и еще один вариант - забрать памятник на Родину, как в 90-х перевезли в Воронеж из Вильнюса монумент генералу Ивану Черняховскому.

- Почему болгары постоянно поднимают тему сноса?

- Внешний премьер **Николай Денков**, как и бывший премьер **Петков**, и многолетний диктатор **Бойко Борисов**, руководивший страной более 15 лет, так или иначе антироссийские, прозападные политики. Снос памятников для них - способ выслужиться перед ЕС и НАТО.

- Памятник Алеше называют «символом советской оккупации». Правда ли, у болгар есть такое ощущение?

- В отличие от тех же чехов большинство болгар социализм приняла, строили его и об «оккупации» на протяжении долгих лет не говорили. Для Болгарии это идеологический новодел.



Алеша - символ Пловдива, сносить его запрещено местными нормами. Но радикалам это не указ.

■ НИ ПУХА НИ ПЕРА

Илон Маск отправит на МКС российского космонавта

Евгений АРСЮХИН

Это первый полет образованного и обаятельного Александра Гребенкина.



Александр Гребенкин сменит на МКС Константина Борисова.

В феврале на МКС отправляется корабль **Илона Маска Crew Dragon**. Россиянин **Александр Гребенкин** полетит в компании американских коллег: **Мэттью Доминика**, **Майкла Барратта** и **Джанетт Эппс**. И это первый полет улыбчивого человека с открытым взглядом, который еще в детстве мечтал о звездах и даже строил телескоп.

У «Роскосмоса» с НАСА особые соглашения: наши ребята могут летать на их корабле, а американцы - на нашем. В прошлом году, несмотря на ситуацию в мире, соглашения продлили. Гребенкин сменит космонавта **Константина Борисова**,

ва, который сейчас на МКС и попал туда тоже на корабле Маска (код миссии - Crew-7). А код миссии Гребенкина, как вы уже догадались, Crew-8, и Александр пробудет на МКС полгода.

Только что стало известно, что Александр завершил тренировки, которые проходили в Лос-Анджелесе. Точная дата старта пока не объявлена, но это февраль.

42-летний **Гребенкин** - уроженец Кемеровской области. У него два высших образования. Он инженер и специалист по радиосвязи. Много лет работал на авиабазе в подмосковной Кубинке, готовил к полетам самолеты, в том числе те, на которых делает крутые виражи знаменитая авиагруппа «Стрижи». А в 2018 году подал заявление в отряд космонавтов. Приняли. С тех пор он прошел самые суровые тренировки. Имеет навыки выживания, если при посадке зимой окажешься в тайге среди болот или в пустыне. Тренировался под водой. Сдал экзамен на знание российского сегмента МКС.

Александр женат, супругу зовут **Любовь**, она родом, как и сам космонавт, из города Мыски Кемеровской области.

НОВЫЙ ХИТ

от автора бестселлера «Жизнь как праздник»
УЖЕ В ПРОДАЖЕ!



Катя Каплар

КЛАССНЫЕ ЯРКИЕ ИДЕИ
для КУЛИНАРОВ
и САДОВОДОВ-ОГОРОДНИКОВ

КНИГА-МАГНИТ для ТЕПЛА
и ОТЛИЧНОГО НАСТРОЕНИЯ!

НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ для
ХОЗЯЙКИ: КАК НАХОДИТЬ
ВДОХНОВЕНИЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ
и ДЕЛИТЬСЯ ИМ СО ВСЕМИ



Купить сейчас
shop.kp.ru



КОМСОМЛЬСКАЯ
ПРАВДА

«Украинец по-русски материл своих за то, что бросили умирать без воды»

Ангелина ШАРЫПОВА

Российский боец с позывным «Бабка», 10 дней выживавший в окопе с солдатом ВСУ, дал эксклюзивное интервью «КП».

Один окоп. Два раненых бойца враждующих сторон. Украинец и русский. Кругом обстрелы. Десять дней они пролежали в этом окопе плечом к плечу. В обнимку со смертью, без воды, но с надеждой на помощь. Когда раны российского бойца с позывным «Бабка» начали кровоточить, украинец подсобил с перевязкой. На четвертый день боец с Украины умер, а «Бабка» пролежал в окопе рядом с его трупом еще 6 дней. Сейчас российский боец в госпитале в Москве, и «КП» удалось с ним поговорить.

«Я ПЕРЕКАНТУЮСЬ ЗДЕСЬ?»

31-летний Алексей, так по гражданке зовут «Бабку», попал на СВО во время мобилизации. Был бригадиром на текстильном производстве в Питере. Пришла повестка. Дальше сборы, учения и отправка на передовую. Дома любимая девушка и родители. День, когда его ранило, Алексей старается забыть.

- Я был в резерве, поступила команда выдвигаться. Шли группой из четырех человек. Штурмовали мы блиндаж врага. Я попал под мину, получил осколочные ранения, - рассказывает наш боец.

В первые секунды Алексей успел подумать, что больше уже не встанет, но смог пошевелить ногами. Наступление было ночью. На поле боя «Бабка» пролежал до утра.

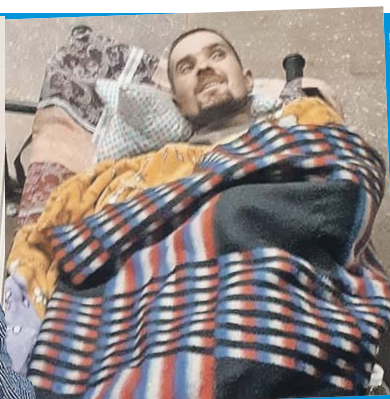
- Притворился мертвым, чтобы «птичка» (дрон. - Ред.) не увидела. Обстрелы продолжались. Утром залез в ближайший окоп, чтобы спрятаться. Там увидел хохла раненого, - вспоминает Алексей.

Тому было под 50 лет. Коленная чашечка была полностью открыта, разорвана. Кровь уже не шла, запеклась.

- При мне он не ходил. Пытался вы-



Из архива героя публикации



t.me/ZA_FRONT

Российский воин уже идет на поправку в госпитале (на фото слева), хотя сразу после эвакуации (вверху) его не узнавала даже родная мать.

- Мы в кружку чуть-чуть воды собрали, по глоточку. Поделились. У меня жвачка была, она от сухости помогает, если сильная жажда мучает. Я с ним поделился. Потом снег пошел, но растаял быстро. Мы ничего не ели. Были их сухпайки то ли корейские, то ли японские. Тушенка была. Я не ел, потому что пить хотелось после, - объясняет Алексей.

История случилась в ноябре. От холода у российского бойца начался кашель.

От кашля начали разрываться и кровоточить раны на спине.

- Украинец помог перевязать раны. Мы с ним не разговаривали особо, не интересовались, как зовут. Он меня, может, и понимал, я его нет. Я по-русски говорил, а у него из русских слов были только мат. Материл командование свое, что оставили. Прожили мы с ним дня три-четыре. В один момент он ушел из жизни. Рана у него уже сухая была. Умер не из-за ранений. Возможно, даже не от холода, а от обезвоживания. Он, может, больше меня без воды просидел, - говорит «Бабка». - Я благодарен ему. В окопе мы не были врагами, не ругались.

браться из окопа, но я ему говорил не лезть никуда. Было страшно, что увидят движение и гранатами закидают. Так и сидели оба, - говорит «Бабка». - Встретились в окопе мы не как враги. Я попросил воды. Он сказал, что воды нет. Говорю: «Я залезу, перекантуюсь здесь чуть-чуть?» Там еще двое мертвых было. Думал, потом дойду до своих. Но уже на второй день ноги не двинулись.

СУХПАЙКИ И МАТ

Во вражеском окопе с украинцем начали выживать вместе. На второй день пошел дождь, появилась возможность попить.

Служи по контракту в Вооруженных Силах России

195 тыс. руб. одновременно (при заключении контракта на срок от года и более)

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВЫПЛАТЫ

В ЗОНЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

от 210 тыс. руб. в месяц (в зависимости от воинского звания, должности и выслуги лет)

- заместитель командира взвода - командир отделения - от 242 тыс. руб. в месяц
- командир отделения - от 232 тыс. руб. в месяц
- инструктор штаба - от 226 тыс. руб. в месяц
- начальник радиостанции командно-штабной машины - от 226 тыс. руб. в месяц
- старший сапер - от 216 тыс. руб. в месяц
- старший телефонист - от 219 тыс. руб. в месяц
- гранатометчик - от 211 тыс. руб. в месяц
- водитель - от 211 тыс. руб. в месяц
- повар - от 211 тыс. руб. в месяц
- стрелок - от 204 тыс. руб. в месяц
- старший водитель-электрик - от 216 тыс. руб. в месяц
- пулеметчик - от 211 тыс. руб. в месяц

Горячая линия по вопросам службы по контракту

117

службапоконтракту.рф



СОЦИАЛЬНЫЕ ЛЬГОТЫ И ГАРАНТИИ

- единице дополнительные выплаты, льготы и гарантии субъектов Российской Федерации для военнослужащих по контракту
- возможность быстро приобрести жилье за счет Минобороны России через накопительно-ипотечную систему
- служебное жилье или компенсация за наем жилья
- бесплатное обследование, лечение и реабилитация в военно-медицинских учреждениях
- страхование жизни и здоровья за счет федерального бюджета
- право на льготную пенсию после 20 лет службы
- статус ветерана боевых действий и соответствующие льготы
- кредитные и налоговые каникулы
- бюджетные места для обучения детей в вузах
- за будущими контрактниками бронируются рабочие места
- бесплатный отдых детей в летних оздоровительных лагерях



Слышен стон релоканта

Василиса НИКОЛАЕВА

«Цены высокие, города грязные, работу не найти, интернет черепаший, а банки отвратительные», - жалуются релоканты - наши соотечественники, уехавшие за рубеж после начала СВО.

«КП» изучила соцсети этих русских за границей и собрала их самые частые причитания.

США:

«Чтобы жить с тем же комфортом, как в РФ, надо \$10 - 12 тысяч»

Про Америку и ее райские берега рассказов за последние лет 30 было много. Еще со времен развала СССР там осело немало «наших». Но интересен взгляд новичков - релокантов. Свежий, так сказать. Они-то уезжали не в лихие 90-е.

Вот, например, **30-летний Константин из Приморского края** рванул за границу в сентябре 2022-го, пожил в нескольких странах и в итоге через Мексику пробрался в Нью-Йорк. Завел блог и стал честно рассказывать о жизни в Штатах. Вот, например, что он рассказал про расходы на жизнь.

- Квартиру с одной спальней в Бруклине (отдаленный район Нью-Йорка) мы арендовали за \$2100 (186 тысяч рублей по текущему курсу) в месяц. Плюс «коммуналка» \$150 (13 тысяч рублей). На еду и гигиену на двоих уходит \$1000 (90 тысяч рублей). У меня нет машины, я не плачу за нее страховку (около \$400 в месяц - 35 тысяч рублей), налоги, техобслуживание, услуги парковки... А общественный транспорт выходит \$200 в месяц (18 тысяч рублей). Еще один пункт расходов, который вас удивит, - стирка. В большинстве квартир Нью-Йорка нет стиральных машин. А на прачечные уходит \$70 в месяц (6000 рублей). Мобильная связь и интернет - то, что вызывает у меня бурю негатива. На двоих выходит \$112 в месяц (10 тысяч рублей), тариф безлимитный, но я получаю просто отвратительное качество связи! Про еду вне дома ничего не скажу, мы стараемся готовить сами. Так что из этих расходов кофе, вода, жвачка - \$200 (18 тысяч рублей). Уже вышло на двоих \$3832 (340 тысяч рублей). Это мы живем скромненько. А если еще экономить, жизнь станет совсем некачествен-

ная. На то, чтобы жить с тем же уровнем комфорта, как в России, надо зарабатывать \$10 - 12 тысяч в месяц (900 тысяч - 1,1 млн рублей), не меньше.

И это молодая пара, без детей (школ, садиков, кружков), ипотек, медстраховок!

Зарабатывал в США Константин мелким ремонтом. Оплата - \$15 в час (1300 рублей) и огромная конкуренция. «Мексиканцы готовы и за \$7...». Это, собственно, весь его карьерный рост в Штатах.

- В России работал на се-



Лена КАРТНИКОВА/КП - Москва

Грузия хороша для туризма, но жить здесь сложно. Зарплаты маленькие, пенсии крошечные. Неспроста тысячи грузин уехали в другие страны на заработки, да так там и остались.

и пахать 24 на 7, то можно, наверное, начать нормально зарабатывать. Но за эти же 5 - 6 лет в России

я наработаю больше и вырвусь дальше... Для статистики 40% людей в Нью-Йорке даже не могут снять себе отдельную квартиру без соседа... А по США - 30%.

Под откровениями Константина много комментариев от других американских русских.

«Выжить можно, только если работать дальнотойщиком, жить в траке и мыться на стоянках».

«Поддерживаю. Переехал 3 недели назад, в шоке от увиденного. Я в Чикаго. После Москвы ощущение отсталого города и страны. Все, как будто лет 20 назад».

Франция:

«Не жизнь, а условия содержания для беженцев»

Известная московская правозащитница, бывший аналитик столичного управления ФСИН Анна Каретникова уехала во Францию в январе 2023-го. И пишет в соцсетях все как есть, без прикрас.

«...Тяжело возвращаться в наш Дом бездомных (так Анна называет место, куда их с сыном как беженцев поселили французские власти. - Авт.)... В безлюдный Ревин (город в провинции Шампань. - Ред.), на гору, пятый, практически недоступный для меня, этаж, в камеру с двухъярусной кроватью и тараканами, одной кухней, туалетом и умывальником на четыре разнонациональные семьи.

Грузия:

«Готова на любую работу, кроме скама и проституции»

В Грузии осело порядка 60 тысяч наших (по данным местных властей). Здесь в целом лояльное отношение к русским, несмотря на прозападную политику. И удобная налоговая система, мало бюрократии. Но минусов тоже хватает:

«На каждом шагу тебя стараются обмануть: то таксист завысит стоимость в 10 раз, то хозяйка квартир кормят обещаниями по решению проблем с жильем».

«Цены на все, как в Москве. При этом продуктов привычных не найти, молочки вообще нет человеческой. За нормальным мясом надо ехать куда-то, в супермаркетах одна заморозка. Я уже молчу про всякие ЗОЖ-прибабасы, тут ими не пахнут».

С работой совсем беда.

«Я в России работал в банке, - говорит релокант Алексей. - Но кому я тут нужен? Устроился ремонты делать

в бригаду. Обещают зарплату в \$500 (44 тысячи рублей. - Ред.)».

«Я в будни здесь преподаю языки по интернету, - рассказывает лингвист, приехавший из Екатеринбурга. - А в выходные в ресторане зазываю людей с улицы. Платят 25 лари в день (825 рублей)...»

На интернет-досках объявлений полно запросов от русских:

«Ищу работу, готова взяться за что угодно, кроме скама (мошеннический инвестпроект. - Ред.) и проституции. Образование: высшее фармацевтическое. Опыт: продажи (аптека), преподавание химии (репетитор). Работа нужна очень срочно. Хотя бы за \$350 - 400 в месяц (30 - 35 тысяч рублей. - Ред.)».

Самые провокационные открыли в Грузии кафе. В Тбилиси около 10 русских заведений. В Батуми больше. Сидят, ждут начала летнего сезона, когда русский турист поедет.



После года эмиграции Константин выписал ожидания и реальность на разных частях доски.

бя в строительстве. Думал, и тут получится, - сетует он.

После года эмиграции парень составил табличку «Ожидания и реальность». И получилось: из того, на что рассчитывал, сбилось примерно ничего. В итоге Константин с женой вернулись на родину. Ролик об этом назвал «Чемодан, вокзал, Россия. Или самодепортация». Про причины такого решения говорил много: и про отсталые технологии, и про мусор на улицах, и про никакую безопасность, и про вранье русских американцев, сочиняющих про какие-то мифические возможности. Еще молодой человек очень скучал по родным и понял, что перевозить родителей в США, как планировал, не стоит.

- Про работу: если потратить лет 5 - 6, выучить язык, обзавестись контактами

Это, конечно, лучше, чем тюрьма... но похоже. И это было бы забавно, если бы не продолжалось уже семь (7) месяцев.

Почему мне это напомнило тюрьму? А я помню ответ администрации, когда спросила: можно нас перевести ниже? Мне сказали: нужна бумага от врача! Хорошо, а можно мне к врачу? Мне с издевкой ответили: нет, сначала надо прожить три месяца во Франции... На тот момент мы с Сергеем уже находились во Франции 3 месяца, чем удручили администрацию, которая неохотно, но к врачу меня отправила. Тот написал, что я тут жить не могу. Но на

письмо никто не ответил. Я вообще не знаю: во Франции есть какие-то сроки ответов на письма? В России по ФЗ-59 (федеральному закону. - Ред.) это месяц. Тебе могут бред какой-нибудь ответить, но хоть что-то ответить должны. Тут как-то иначе.

Еще вдобавок то отключают воду, то изгоняют на день из дома для борьбы с тараканами (тараканы бесшумные), то диким голосом орет по сорок минут пожарная сигнализация.

Итого: документов, позволяющих переезжать, у нас нет, счета расчетного нет, пособия уже или еще больше нет...»

далёко

Латвия:

«В квартирах холодно, горячая ванна - роскошь»

Несмотря на агрессивную русофобию латвийских властей, русских сюда перебралось за последние полтора года немало. Цены на аренду жилья невысокие - однушку можно снять за 250 евро (24 тысячи рублей). Среди переселенцев много известных журналистов, правозащитников.

«В квартире холодно. Даже не так - ОЧЕНЬ ХОЛОДНО», - пишет **Станислав К.** в соцсетях. - Если держать температуру выше +20, то сразу неадекватные счета за «коммуналку», до 400 евро в месяц (39 тысяч рублей) Плюс отдельно подогрев воды. О такой роскоши, как горячая ванна, и не мечтаю. Пользуемся свечами, потому что красиво, а во-вторых, дешевле, чем платить за свет».

А вот комментарий одного нового русского рижанина под новостью о небывалом снегопаде в Москве и Питере в начале зимы.

«В Риге тоже выпал рекордный снег. И его не собираются убирать вообще. Лежат трехметровые сугробы себе и лежат. Когда-нибудь же растают. Парковки во дворах под

свои машины чистите сами. Сосульки на крышах просто гигантские, их тоже никто не убирает. Сами упадут, если на голову кому-нибудь, то простите. На прошлой неделе мужчину убило».

Или вот еще какими впечатлениями делятся релоканты в Латвии:

«Когда я рассказываю людям, что в России вообще не пользовалась наличкой, что у нас даже бабушке на рынке можно за секунду отправить 100 рублей за купленные яблоки, мне не верят. Когда я говорю, что счета в банках у нас открывают бесплатно и даже приплачивают новым клиентам, - тем более не верят. В Латвии просто подать заявку на открытие счета стоит 200 евро (19 тысяч рублей). - **Ред.**», и не факт, что откроют».

«Я нашла работу в фармацевтической компании быстро, повезло. Так что у меня есть и «голубая карта жителя ЕС», и медстраховка. Но все это отберут, если уволюсь и в течение максимум трех месяцев не найду другую официальную работу».

СПРАВКА «КП»

Точного числа уехавших в 2022 - 2023 годах из России нет.

Цифры назывались разные - от 300 тысяч до 1 миллиона человек. Российские эксперты заявляют, что 50 - 70% всех уехавших уже вернулись. Иностранцы агентства говорят о 15 - 40%. Однозначно высказываются лишь конторы, помогающие оформлять виды на жительство за границей - в 2022 году на их услуги был бум, а в 2023-м спрос упал в десятки раз.

Самыми популярными для переезда в «режиме паники» были соседние Армения, Грузия, Казахстан, Киргизия... Но для многих они стали лишь перевалочным пунктом на пути в дальнее зарубежье. И если первые месяцы в соцсетях про новую жизнь изливались восторги, то сейчас все больше - разочарование.

«Очереди на запись к врачу огромные. У подруги хрустнула челюсть, опухло все лицо. В травмпункте приняли быстро, сделали рентген. Отдала она за это 40 евро (3900 рублей). По итогу рекомендовали консультацию у челюстно-лицевого хирурга. Ждать ее предстоит 3 месяца. Придется со сломанной челюстью ходить».

Чехия:

«Розовые очки падали болезненно»

Про отвратительную медицину говорят не только те, кто осел в Прибалтике. В Европе в целом попасть к доктору - целый квест.

- У знакомой в Чехии разболелся зуб. Три недели она пыталась просто записаться на прием - ни в частных, ни в госклиниках мест не было. Кое-как поймала окно, еще полторы недели ждала приема. Но поставленная пломба вывалилась через пару дней. Доктор сказал: «Это ваши проблемы, записывайтесь заново», - делился в соцсетях 29-летний **ай-тишник Андрей**, живущий в Чехии.

Андрей этнический русский, вырос в Казахстане и переехал в ЕС еще до СВО, то есть не наш классический релокант. Но он рассказывает ровно про то, с чем все переехавшие столкнулись в Европе. И сам уже собирается обратно в Казахстан, а после - в Россию на ПМЖ. Потому что:

- Ехал за культурой этой хваленной. Но нет тут ее, как и банальных удобств, просто курьеров не вызывать. Жуткая бюрократия. И хотя я востребованный специалист - с работой проблем нет, качество жизни у меня в Чехии упало очень сильно. Розовые очки слетели с меня болезненно. Возможно, в 90-е Евросоюз и был лучше, но сейчас это кучка стран, которые считают себя развивающимися, хотя по факту они деградирующие. Страны СНГ уже давно перескочили Европу по цифровизации, комфорту и качеству жизни. В Чехии до сих пор за каждой бумажкой надо в очереди по два дня стоять, а не как в цивилизованных странах - открыл приложение и заказал. Когда я рассказываю про это местным, даже не верят.

При этом налоги в ЕС душат. Не поверите, но есть даже налог на радио и телевидение, который хочешь не хочешь, платят и все владельцы смартфонов. Почему? Потому что можете посмотреть ТВ через интернет, а значит платите. Налог на мусор - отдельная история! Ты платишь и за муниципальный мусор (который в доме), и за городской, и за переработку мусора. То есть три налога, при этом все равно грязно. Я сам думал, что тут рай. Но тут все держится на штрафах, на кнуте. Чуть отступил от правил - сразу летит штраф.

Блогер-эмигрант Станислав много лет жил в ЕС, Канаде и США, но вернулся в Россию. Теперь собирает рассказы таких же вернувшихся.

- Уехавшие после начала СВО, по сути, ничем не отличаются от эмигрантов прежних лет, - говорит Станислав. - Почти все ехали на Запад в тех самых розовых очках. Но оказалось, что там не так, как в кино. Те, кто уехал раньше и сейчас вернулся, смело рассказывают про это. С началом СВО многие из них, наоборот, засобирались обратно на родину. Новые же релоканты пока чаще молчат о проблемах, только начинают их осознавать. Да и не будут они говорить так открыто.

ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

Вот такая картина. Нигде нас не ждут с бесплатными пирогами. И как гласит народная мудрость: «Не надо путать туризм с эмиграцией».

■ ПРОВАЛЬНЫЕ ГАСТРОЛИ



У фрик-шоу Верки Сердючки все меньше поклонников.

Личная страница Сердючки в социальной сети

Артисты-руссофобы стали персонами нон-грата в Эмиратах

Ольга ЛИБГАРДТ, Игорь ЯКУНИН

Верке Сердючке запретили въезд в страну, а Максима Галкина* оштрафовали на крупную сумму.



Личная страница Галкина в социальной сети

Язык все чаще подводит мужа Аллы Борисовны. Может, пора объясняться с помощью жестов?

Два известных в России и на Украине исполнителя, **Максим Галкин** и **Андрей Данилко** (выступающий в сценическом образе Верки Сердючки), получили жесткие сигналы от властей Объединенных Арабских Эмиратов.

За антирусские призывы во время выступления артистов в ОАЭ и за то, что они со сцены выкрикивали неонацистские лозунги, разжигающие рознь между странами и народами, Сердючке в январе 2024-го запретили въезд в арабское государство и оштрафовали на 100 тысяч дирхам. А пятый муж **Аллы Пугачевой** пока «просто заплатил штраф» в те же 100 тысяч дирхам (около 2,4 миллиона рублей), притом не исключены варианты, что пародисту и сатирику Галкину также опустят шлагбаум перед Эмиратами.

По закону этой арабской страны публичные политические высказывания гастролирующих в ОАЭ артистов на их шоу запрещены. А если вдруг прозвучат еще и призывы к международной розни - то шоумены потеряют не только деньги, но и возможность в дальнейшем здесь гастролировать и стричь купоны с хозяев и гостей страны - жемчужины Персидского залива.

Не исключено, что в жестком отношении к проукраинским гастролерам сыграло свою роль и то, что ОАЭ относится к России как к дружественному государству.

*Внесен Минюстом РФ в список иноагентов.

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

Власти греческой столицы запретили концерт в Афинах британской группы The Tiger Lillies («Тигровые лилии»). Причина проста: это лондонское трио в своем творчестве агрессивно поддерживает режим **Зеленского**. По данным агентства Efsyn, основанная 25 лет назад британская группа из столицы королевства собиралась дать масштабный «проукраинский» концерт на афинской площади в центральном районе Экзархия.

Концерт британцев, выступающих «против агрессии на Украине», греческие власти запретили из-за... многочисленных жалоб местных жителей именно на то, что английские музыканты в своем творчестве и публичных высказываниях ненавидят Россию и обожают независимую. Летом 2023 года британская группа выпустила альбом UKRAINE. На своем сайте The Tiger Lillies постоянно сообщают, что солидарны с Украиной с февраля 2022-го. А все средства, вырученные с продажи альбома, трио обещало отправить украинской армии.

Ну и зачем властям греческой столицы такие, прости господи, трубадуры?

Эпидемиологи объясняют, можно ли заразиться сразу тремя инфекциями и как лечиться.

В наш обиход вошло новое грозное слово - тридемия. На языке медиков оно означает одновременную циркуляцию трех активно распространяющихся вирусов: ОРВИ, гриппа и коронавируса.

ПОКА СИТУАЦИЯ УПРАВЛЯЕМАЯ

И эта напасть, по мнению эпидемиологов, доберется до Приволжья уже в начале февраля. Во многих регионах после Нового года отмечается подъем заболеваемости респираторными инфекциями. К примеру, жители Башкирии более 14 тысяч раз вызывали врачей на дом. Максимум звонков пришелся на 1 и 2 января. COVID-19 подтвержден у 2874 человек, 182 из них лечатся в больнице, большинство - в возрасте старше 60 лет.

В Нижегородской области за первую неделю наступившего года на больничный ушли 14 тысяч человек. Это чуть ниже, чем в последнюю неделю декабря.

За новогодние праздники снизилась заболеваемость и в Пермском крае. Было зарегистрировано 11 780 случаев заболевания - это на треть ниже, чем неделей ранее.

В Татарстане зафиксировали 17 593 случая гриппа и ОРВИ - это тоже ниже последней недели ушедшего года, но новогодние праздники - когда люди были разобщены, уже закончены: дети пошли в школы, студенты - на учебу, а родители - на работу, а значит, начинается обмен вирусами и количество заражений будет расти.

Пока ситуация с заболеваемостью расценивается как управляемая и характерная для данного времени года: эпидемический порог превышен лишь среди некоторых групп населения, но уже во второй половине января врачи ожидают подъема.

ГРИПП ОПАСНЕЕ КОВИДА

Что касается самого термина «тридемия», то он означает, что на территории одновременно распространяется минимум три вируса, однако сейчас у нас активно циркулирует даже не три вируса, а значительно больше, - говорит заведующая кафедрой эпидемиологии Пермского государственного медицинского университета, профес-

Тридемия придет в Приволжье в начале февраля



Если вы заболели, оставайтесь дома и вызывайте врача.

сор, доктор медицинских наук Ирина Фельдблюм. - Самую высокую долю среди всех ОРВИ занимает риновирус. Активно циркулирует коронавирус, также нарастает циркуляция респираторно-синцитиального вируса и вируса гриппа.

Что касается циркуляции COVID-19, то особо опасаться его не стоит. Когда вирус только пришел, он давал тяжелейшие клинические формы течения болезни с поражением всех органов и систем. Сейчас мы создали невосприимчивость к вирусу. И так как ему некомфортно жить в нашей популяции, вирус мутирует в сторону повышенной contagiousности и малой патогенности. А значит, заразность его будет высокой, заболеваемость будет расти, а вот тяжелых клинических форм не прогнозируется.

Зато более патогенным и агрессивным, чем когда-то SARS-CoV-2, становится вирус гриппа. И именно грипп дает сейчас тяжелые клинические формы и летальные исходы. К примеру, на днях трагический случай произошел в поезде Москва - Чита,

когда, возвращаясь домой после отдыха в новогодние праздники в Москве, от вирусной инфекции скончалась семимесячная девочка. Что стало точной причиной ее смерти, сейчас выясняют специалисты.

ОТКУДА ВЗЯЛАСЬ ТРИДЕМИЯ

Во время ограничений в пандемию коронавируса люди не сталкивались с привычными возбудителями в течение нескольких эпидемических сезонов. Из-за этого произошло снижение коллективного иммунитета к различным инфекциям, а доля восприимчивых к ним лиц выросла. Как только защитные меры были ослаблены, вирусы возобновили свою циркуляцию.

Еще один вопрос: может ли человек заразиться тремя вирусами сразу?

- К сожалению, может, - считает Ирина Викторовна. - Существует даже такое понятие, как коинфекция - сочетанное заражение одной клетки различными видами вирусов. И если оно произойдет, то клиническое течение заболевания будет намного тяжелее.

Также тридемия может привести не

ВАЖНО!

Меры профилактики

- ✓ В местах массового скопления людей надевать маску, особенно при посещении медицинских учреждений.
- ✓ Часто и тщательно мыть руки.
- ✓ Вести здоровый образ жизни и правильно питаться.
- ✓ Не допускать переохлаждения.

только к единовременному, но и последовательному заражению различными вирусными инфекциями. Важнейшую роль в борьбе с заболеванием имеет состояние иммунной системы. А если иммунитет ослаблен в результате уже перенесенного заболевания, ему сложнее справиться с вторжением в организм нового вируса и противостоять развитию повторной болезни.

КТО В ГРУППЕ РИСКА?

Как понять, заразился человек одним вирусом, двумя или более, ведь симптомы нередко схожи?

- Да, схожи, потому что все они относятся к группе острых респираторных вирусных инфекций, хотя отдельно бы я все-таки поставила грипп как наиболее тяжелую инфекцию. Но надо ли пациенту определять, одна у него инфекция или несколько? Зачем, если лечением все равно должен заниматься врач? Специфика лечения у каждого заболевания своя, но если вы заболели, причем тяжело, то не нужно выяснять, одна это инфекция или несколько, а нужно обязательно обращаться к докторам. По клиническим проявлениям и экспресс-тестам доктор определит причину заболевания и назначит соответствующее лечение.

Также перед предстоящим подъемом заболеваемости медики напоминают, что в группе риска по-прежнему находятся пожилые люди и лица, страдающие хроническими заболеваниями. Им сложно противостоять вирусам из-за ослабленного иммунитета. Существует и еще одна группа риска - это люди, чья профессия связана с большим количеством контактов, - медики, педагоги, работники торговли и транспорта.

Подготовили Алена ОВЧИННИКОВА («КП» - Пермь), Рузалия ХАКИМУЛЛИНА («КП» - Набережные Челны), Лилиана ГАРИФУЛЛИНА («КП» - Казань), Павел КРАЙНОВ («КП» - Уфа).

ОТДОХНИ

Речная прогулка длиной в месяц

Окончание.
Начало < стр. 1.

В каждом из городов участники круиза смогут посетить экскурсии или самостоятельно погулять по улицам, посмотреть достопримечательности.

Например, 27 августа в Нижнем Новгороде пассажиры ждут на экскурсиях «800 лет над Волгой и Окой», включающей посещение Нижегородского кремля, или «Православ-

ные храмы и монастыри», где можно увидеть церковь собора Пресвятой Богородицы, Александро-Невский кафедральный собор, в котором собраны 188 икон Богородицы, пройти по аллеям Печерского Вознесенского монастыря.

28 августа в Казани состоится автобусная обзорная экскурсия по исторической части города.

31 августа теплоход цели день проведет в Перми, где запланирована ав-

тобусная экскурсия «Пермь - 300 лет истории», можно будет также побывать в архитектурно-этнографическом музее «Холовак», где собраны памятники деревянного зодчества.

3 сентября Ульяновск пригласит познакомиться с купеческим прошлым города. Можно будет также воспользоваться случаем и съездить на экскурсию в столицу Мордовии - Саранск.



Стоит такое путешествие очень недорого: от 258 до 500 тысяч рублей.

Николай ОРЕФЕИЧЕНКО

И теперь ребята с удовольствием приходят в штаб и помогают волонтерам.

Анна МАРКОВА («КП» - Пермь)

Лариса Костерина из Перми по образованию экономист. Год назад она присоединилась к волонтерам, которые помогают бойцам на СВО, а позднее привлекла к работе всю семью.

ВОЕННАЯ ТАЙНА САВЕЛИЯ

- Меня научили плести сети, и несколько часов в день я проводила за этим занятием, - рассказывает Лариса Костерина. - У меня нет никого на СВО, но я хотела хоть как-то помочь нашим ребятам.

Дети Ларисы - 10-летний Савелий и 15-летний Тимофей - пишут проникновенные письма военным. Савелий даже рассказал в послании про свою «военную тайну». Парень мечтает изобрести секретное лазерное оружие, чтобы защищать нашу Родину. Это письмо, кстати, один из наших бойцов хранил вместе с иконкой в нагрудном кармане до самой своей смерти.

Тимофей учится в 4-й гимназии. В каникулы школьники работают в отрядах мэра, и Лариса договорилась с директором, что будет учить детей плести сети.

- Нам выделили помещение, школьный плотник изготовил станок, а ленты я приносила от волонтеров из нашей организации «Молот - наш пермский танковый батальон». И каждый день в течение трех месяцев мы с детьми плели

Пермячка научила школьников плести маскировочные сети



Сыновья волонтера тоже активно помогают.

сети. Всего получилось 53 сети, которые сразу же отправили на СВО.

Дома у Костериных тоже стоит станок для плетения.

- Муж сделал его еще весной, и когда есть возможность и время, мы с детьми тоже плетем сети, - рассказывает Лариса.

И ДАЖЕ ШПИЦ В ДЕЛЕ

С конца прошлого года Лариса отвечает в штабе за тактическую медицину: волонтеры собирают индивидуальные аптечки для солдат и большие наборы для санинструкторов.

- В наших аптечках все продумано до мелочей. Предусмотрена помощь на случай ранения и различных болезней: жгуты, турникеты, перевязки, таблетки.

Лариса не только собирает лекарства по списку, но и ведет закупку. Старается найти подешевле, но не уступающее по качеству. Каждый блистер с лекарствами подписывается: для чего, как принимать.

- Мужчины в основном лечиться не умеют, дома их мамы и жены лечат. Мы формируем пакеты с леденцами для горла, «Звездочкой», пластыри от мозолей, салфетки спиртовые. К нам



Лариса не только плетет сети, но и собирает аптечки для бойцов.

приходят резиновые жгуты в больших метражах, их нужно разрезать, просушить, смотать улиточкой и разложить по пакетам.

С этой работой Ларисе также помогают ее дети, а также те, кто плел сети в школе. Ребята приходят в волонтерский штаб, подписывают лекарства и раскладывают по аптечкам.

В семье Ларисы даже спиц по кличке Мишель помогает фронту - делится шерстью для вязания теплых носков.

- Я сама вязать не умею, но передаю шерсть вязальщицам, потом носки отправляем ребятам. Хочу сказать, что помогать надо обязательно. Парням там очень сложно без нашей поддержки, она им нужна, они должны ее чувствовать.

ЛЮДИ ДЕЛА

Сызранцы отпраздновали старый Новый год на коньках

Анна ФЕДОРОВА

Сызранский НПЗ организовал праздник для заводчан и их детей.

«ГОРЯЧИЙ» ЛЕД

Наступивший 2024 год официально провозглашен Годом семьи. Символично, что для нефтепереработчиков стартовал он семейным фестивалем в ледовом дворце «Роснефть Арена». Волшебства много не бывает, поэтому заводские семьи с восторгом приняли идею вместе встретить Новый год по старому стилю. А поскольку радость имеет свойство умножаться прямо пропорционально количеству ее разделяющих, заводчане пригласили на праздник сызранские семьи с детьми-сиротами, а также с детьми, оставшимися без попечения родителей.

Дед Мороз и Снегурочка отложили свой отъезд на Северный полюс: у сызранских ребятишек в запасе осталось много веселой энергии для хороводов, конкурсов и игр с зимними кудесниками. Да и мешок с подарками не иссяк - сладостей хватило на всех! Взрослые и детвора с удовольствием еще раз погрузились в атмосферу самого любимого праздника. Здесь нашлось место и шумным активностям, и созидательному творчеству - все желающие смогли научиться расписывать имбирные пряники. Самих же участни-



Первый семейный праздник 2024 года заводчане провели по-зимнему - на ледовой арене.

ков тоже предварительно «расписали» мастера аквагрима, так что на каток выпорхнули уже не школьники-дошкольники, а игривые котятки, прекрасные бабочки и прочие люди-паучки. Скользить по ледовой арене не побоялись даже малыши - ребятишки чувствовали себя в полной безопасности, катаясь с помощью специальных опор в виде забавных животных. А любителей коньков ждал сюрприз - уроки от хоккеи-

стов заводской команды «Нефтяник». Массовое катание здесь же, на льду, завершилось новогодней лотерей.

- Здорово, что НК «Роснефть» проводит такие замечательные праздники для работников предприятий и их детей, - считает старший мастер ремонтного производства Дмитрий Поздняков. - Приятно вместе с семьей активно и весело провести субботний день. Уверен,

что дети надолго запомнят этот праздник!

Праздник старый Новый год стал для заводчан продолжением в веренице зимних чудес. И не только для них.

- На таком ледовом празднике мы побывали впервые. Но недавно нас приглашали на «Елку желаний» - тоже было очень круто, дети получили от нефтепереработчиков замечательные подарки. И сегод-

ня ребятишки в полном восторге! - улыбается приемная мама Надежда Кутырева.

СЕМЬЯМ - ЗАБОТУ И ТЕПЛО

Семейные праздники для коллектива Сызранского НПЗ - давняя и бережно хранимая традиция. Соревнования «Папа, мама, я - спортивная семья», экологические фестивали - нефтепереработчики встречаются не только на промышленной площадке, но и большим семейным кругом для неформального общения. Сейчас на заводе трудятся более 170 семей, где оба супруга - сотрудники предприятия. В прошлом году в семьях нефтяников появились на свет 82 малыша, а количество многодетных семей приближается к семи десяткам. Эти цифры не просто статистика: предприятие оказывает поддержку семьям на всех основных этапах их жизни. Согласно коллективному договору, заводчане получают денежные выплаты при заключении брака и рождении ребенка, а мамы - дополнительные пособия в отпуске по уходу за ребенком. Чем больше семья - тем больше льгот, внимания и почта: на заводе существует трогательная традиция награждать многодетные семьи и семьи с большим стажем супружеской жизни. Заводчане внимательно следят за успехами детей своих коллег, искренне радуясь их достижениям. Одна большая семья - это точно про СМПЗ!

Анна КУКАРЦЕВА

Когда росли мы, нынешнее поколение родителей, педиатры очень активно советовали нашим мамам обливать нас холодной водой. В детских садах даже были специальные программы по закаливанию. Так повышают иммунитет, твердили врачи. Теперь же человек в белом халате выписывает список лекарств, не отрываясь от компа. А о закаливании - молчок. Неужели оно, как и многие фишки советской медицины, оказалось пустышкой?

ВОЗИТ ПРУРЬБУ С СОБОЙ

Спортсмены признают роль терапии (кратковременное воздействие холодом) лучшим способом взбодриться и восстановить мышцы после длительных тренировок. Согласно исследованиям, прохладная вода в 10 - 15 градусов идеальна для облегчения болей мышц атлетов после нагрузки.

Денис Симулякин, врач из Австралии, пишет в своем телеграм-канале: «Дана Уайт, президент Ultimate Fighting Championship (UFC) - крупнейшей в мире организации по смешанным единоборствам, упомянул, что он теперь фанат погружений в ледяную воду, чувствует себя превосходно и даже иногда возит в поездку бочку-купель. Внезапно, старое доброе советское закаливание вновь стало мейнстримом».

КАК ЭТО РАБОТАЕТ?

- Закаливание - это способ сделать организм устойчивым к естественным стрессовым факторам, - объясняет **Дарья Мифтахова, врач-терапевт группы**

У меня насморк, а он говорит: «Лезь в прорубь!»

Что о закаливании думают эксперты?

ВАЖНО

Обливание холодной водой (а тем более ныряние в прорубь) повышает давление. И в некоторых случаях это может привести к гипертоническому кризу. Поэтому экстремальное закаливание противопоказано людям с гипертонией. А также людям с проблемами мочевого пузыря, почек и, конечно, онкологией.



Новый тренд в ТикТоке: молодежь по всему миру, где подходящие условия, окунается в полынь и показывает, что ей все нипочем.

ные принципы закаливания - регулярность и путь от малого к большому. То есть начинать нужно с обливания, ножных ванночек, комфортного контрастного душа. Но это должно стать частью вашей жизни.

КУПЕЛЬ - ЛУЧШЕЕ ОБЕЗБОЛИВАЮЩЕЕ

Большой поклонник криотерапии - д. м. н., **врач-кинезиотерапевт Сергей Бубновский.** Он уверен, что, когда болит спина или суставы, лучшим местным обезболивающим становится холод, и рекомендует каждый день принимать краткосрочную холодную ванну, погружаясь в воду с головой буквально на 5 - 10 секунд. «Исследования в области физиологии доказали, что стресс-белки, которые

вырабатываются мозгом при шоковом (кратковременном) воздействии холода на организм, являются определенной защитой внутренних органов от ишемических процессов и онкологических заболеваний. Погружение тела в ванну с холодной водой не вызывает удовольствия, но уже через 5 секунд - восторг, длящийся весь день», - отмечает доктор.

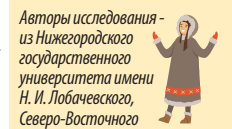
Знаменитый теледоктор **Александр Мясников** не раз упоминал, что зимой ныряет в прорубь. По его мнению, закаливаться никогда не поздно и этот метод укрепления здоровья подходит всем на 100%.

- Но начинать нужно потихоньку: сначала хорошо проветривать комнату, ходить дома босиком и с каждым разом усложнять задачу.

компаний BestDoctor. Смотрите, как наш организм борется с холодом. Создание организмом тепла называется термогенез. Обычно он происходит в результате метаболических реакций (расщепления глюкозы, жиров). Также термогенез может реализовываться за счет сокращения мышц (например, вы топаете ногами, стучите зубами, обхватываете себя руками, когда мерзнете). Способы улучшить термогенез делятся на простой (поесть калорийной еды) и сложный. Это и есть закаливание. Глав-



Российские ученые выяснили, что люди, живущие в районах с вечной мерзлотой, генетически старше остальных жителей нашей страны. То есть долговременное воздействие холода ускоряет старение.



Согласно их работе коренное население Якутии биологически на 3 - 4 года старше жителей европейской части России. Отклонения удалось обнаружить в генах, отвечающих за адаптацию к холоду, метаболизм и процессы старения. То есть якуты быстрее вырабатывают необходимую энергию за счет скорости метаболизма и клеточного цикла, но из-за этого организм быстрее стареет. Об этом же в интервью «КП» говорила профессор, биолог **Анча Баранова:** «Для продления жизни лучше всего подходят холодные условия, но не экстремальный минус, он как раз сокращает жизнь, а умеренный».

СОВЕТ ПЕДИАТРА
Не кутайте детей!

Наш постоянный эксперт, д. м. н., **педиатр Евгений Тимаков** не раз отмечал, что самый действенный метод борьбы с респираторными инфекциями - это закаливание ребенка. - Чтобы приучить организм ребенка отвечать защитными функциями на охлаждение, в первую очередь важно прекратить его кутать, - объясняет врач. - На прогулке ребенок должен играть свободно, а не напоминать вспотевший кочан капусты. Так, наоборот, быстрее простудиться. В летнее время ребенок должен чаще находиться на свежем воздухе, но и зимой также нужно гулять ежедневно. Сильнейшее средство закаливания - это купание в летнее время в открытом водоеме. - Но только одними купаниями в воде иммунитет не повысишь, - считает педиатр Тимаков. - Нужно комбинировать различные методы. Обливания, гуляния, а еще ежедневная гимнастика и стимуляция рецепторов на стопах путем бегания босиком и по различным мелким предметам. Особенно летом.



Обливания малышей на улице в мороз - зрелище не для слабонервных. Да и от простуд не спасает.

■ ДОВОДЫ СКЕПТИКОВ
Научные исследования не подтверждают пользы

Да, многие врачи выступают за закаливание, но раздаются голоса, которые требуют подтверждений эффективности метода. Мол, не было ни одного глобального достоверного исследования о плюсах и минусах закаливания.

Популярный педиатр **Сергей Бутрий** в своем блоге не раз упоминал, что польза закаливания для иммунитета не доказана. Собственно, как и вред. Но доказано, что закаливание точно не снижает частоту заболеваний ОРВИ.

Ученые в Голландии пытались доказать, что закаливание укрепляет иммунную систему и организм становится менее восприимчив к инфекциям. 3000 человек разделили на две группы, участники одной принимали контрастный душ (то есть сначала нормальный, а заканчивали холодной водой). И они, по полученным за год данным, брали больничный реже, чем в контрольной группе. Но при этом болели все участники одинаково, то есть риск заражения

ОРВИ контрастный душ точно не снижает. Зато, видимо, бодит и заставляет двигаться даже человека, облепленного вирусами... «При обливании все изменения, связанные с иммунитетом, носят кратковременный характер, так что на иммунитет закаливание не влияет», - говорит **реабилитолог Георгий Темчев.**

«Помните, что регулярное закаливание может снижать системные воспалительные реакции (есть такие исследования). Но внезапное сильное переохлаждение, наоборот, может вызвать воспаление в организме. Поэтому внезапно начать обливаться холодной водой и нырять в сугроб вредно», - отмечает терапевт **Дарья Мифтахова.** Другими словами, если вам нравится холодная вода - отлично, закаливаетесь, но специально насиливать себя ради мифического «поднятия иммунитета» не стоит. Лучше больше гулять, меньше нервничать и правильно питаться, тогда и иммунитет приложится.

«Комсомолка» рекомендует:
«Привычка быть здоровым»

Можно ли бегать в городе, есть сало, пить крепкий кофе, ходить в сауну и почему занятия спортом не компенсируют вред долгого сидения на стуле? Иногда кажется, что человек ведет здоровый образ жизни, но с точки зрения врачей - ровно наоборот. Инфаркты и инсульты не случаются внезапно. Автор анализирует множество бытовых привычек, разъясняя, что важно, а что не принесет пользы здоровью.

Приобретайте на shop.kp.ru!
А также на сайте labirint.ru

Наталья ВАРСЕГОВА

В супермаркетах могут появиться полки с бесплатными продуктами для малоимущих.

«Так не доставайся же ты никому!» - именно таким принципом руководствуются торговые сети в отношении продуктов хотя и не первой свежести, но вполне пригодных к употреблению. Дело в том, что сейчас супермаркетам выгоднее выбрасывать просроченные продукты, чем раздавать их незадолго до истечения срока годности малоимущим. В результате более трети всех продуктов в России преобразуется в отходы.

1,6 ТРЛН РУБЛЕЙ ИДУТ НА СВАЛКУ

Этой проблемой озаботились депутаты фракции «Справедливая Россия - За правду», представив в Госдуму на рассмотрение законопроект, обязывающий создавать в торговых сетях полки с продуктами, срок годности которых истекает в ближайшее время. Чтобы их могли бесплатно забрать пенсионеры и другие социально незащищенные категории граждан.

«На сегодня в стране сохраняется проблема нерационального использования

Пенсионерам помогут уложиться в срок годности



Светлана МАКСОВЕВА/АФП - Самара

- Купить сметанку сейчас? Или подождать, пока срок годности будет подходить к концу и она станет бесплатной?

излишков продукции», - написали депутаты, сославшись на исследование НИУ ВШЭ о том, что ежегодно объем пищевых отходов в стране составляет 17 млн тонн, а стоимость этих продуктов оценивается в 1,6 трлн рублей. При этом, по данным Росстата, по итогам 2022 года в России за чертой бедности находилось 14,3 млн человек. По мнению авторов

документа, если бы все выброшенные в России продукты направлялись людям, это позволило бы прокормить около 30 млн человек.

ВСЕ ДЕЛО В НАЛОГАХ

Идея не нова, но почему ее до сих пор не реализовали? Оказывается, сейчас бесплатная раздача продуктов, срок годности которых истекает, более

затратна, чем их утилизация.

- Без уплаты налогов на благотворительные цели можно направлять товаров на сумму не более 1% от выручки компании, а все остальное облагается НДС в 20% от стоимости продукции, передаваемой на благотворительность, - отмечают авторы законопроекта. - Для поддержки граждан с низкими доходами и рационального использования продуктов питания предлагаем повысить указанный лимит до 5%, а также освободить компании от уплаты НДС стоимости товаров, переданных на благотворительность, в том числе в рамках проекта «Социальная полка», - объясняет лидер споровоссов Сергей Миронов.

- Если продукция, передаваемая на благотворительность, не будет облагаться НДС, это станет хорошим стимулом для магазинов, - комментирует инициативу председатель правления Ассоциации экспертов рынка ретейла Андрей Карпов. - Торговля с удовольствием примет участие в подобных

проектах. Сейчас желания раздавать продукты бесплатно нет, так как налоги с благотворительных товаров взимаются по полной программе.

Проректор Финансового университета при Правительстве РФ Александр Сафонов о подобной идее рассказывал еще в прошлом году. Именно он вместе с коллегами предлагал внедрить в супермаркетах социальные полки. При этом, по словам эксперта, в торговых точках обязательно должна быть размещена информация об особенностях употребления продуктов, которые будут попадать на такие полки.

А как добиться того, чтобы бесплатная продукция попадала в нужные руки, а не тем, кто пошустрее?

- Это несложно организовать, - уверен Андрей Карпов. - Незащищенные группы населения должны иметь социальные карты. Они и позволяют идентифицировать покупателя во всех торговых сетях прямо на кассе. Поэтому нужно будет сделать привязку стопроцентной скидки на определенные продукты к социальным картам.

Еще можно внедрить специальный QR-код или сертификат, предлагает Александр Сафонов, чтобы товары с социальной полки точно попали именно к тем, кто в них нуждается.

■ СОБЫТИЕ

В России запустили производство «препаратов последнего шанса» для онкобольных

Анна ДОБРЮХА

Отечественные радионуклиды открывают возможности для лечения в случаях, которые раньше считались безнадежными.

Шанс на спасение, значительное продление жизни даже на поздних стадиях рака дают так называемые радиофармапрепараты, РФП. Их разработка ведется в ядерных реакторах, ускорителях частиц. На выходе специалисты получают различные радионуклиды. Это мощнейшее и в то же время очень избирательное, высокоточное оружие против опухолей, поясняют онкологи. А для некоторых видов злокачественных новообразований вообще не существует других методов лечения, кроме воздействия РФП.

Для нашей страны очень важно развивать собственное производство радионуклидов, подчеркивают эксперты. В ближайшее время возможности для спасения онкопациентов расширятся - недавно открылась новая площадка, где будут выпускать отечественный радиоактивный изотоп Актиний-225 (Ac-225). На его основе создаются «препараты последнего шанса», которые применяются в том числе при лечении

неоперабельных форм рака, при множественных метастазах. Например, радиофармапрепарат «225Ac-PSMA» дает надежду на продление жизни мужчинам с кастрационно-резистентным раком простаты, при котором злокачественные клетки становятся устойчивыми к стандартным методам лечения.

Актиний-225 будут выпускать на площадке Научно-исследовательского института атомных реакторов (НИИАР, Димитровград Ульяновской области). Также в нашей стране уже есть действующие производства других уникальных радионуклидов. В 2019 году онкологи провели первые операции с российскими микросферами, несущими радиоактивный заряд, для спасения пациентов на поздних стадиях рака печени. Сегодня этот подход (радиоэмболизация, то есть введение радионуклидов в сосуды, питающие опухоль) уже применяется в клинической практике. Все больше больных получают шанс дожить до успешной операции по удалению опухоли или пересадке печени, отмечает заслуженный врач России, академик РАН Константин Лядов.

Ядерную медицину, использование радиофармапрепаратов эксперты считают терапией будущего в борьбе против рака.



КЛИНИКИ ЛЯДОВА

Новая эпоха в лечении рака печени и его метастазов наступила!

Трансarterиальная радиофармакотерапия - революционная и эффективная технология борьбы с опасным заболеванием, которая теперь доступна в клиниках Лядова.

Применение изотопов иттрия-90, которые вводятся непосредственно в опухоль через сосуды, является передовой технологией, позволяющей точно и эффективно уничтожать раковые клетки без вреда для окружающих тканей. Теперь пациенты могут получить передовое лечение рака печени и метастазов в печень других органов. Прямо здесь, не покидая границы своей страны.

Данная технология является революционным подходом к лечению рака печени и метастазов в печень из других

органов, обещая заметное улучшение результатов и качества жизни, спасая жизни больных. Если вы или ваш близкий столкнулись с этим диагнозом, не отчаивайтесь. Обратитесь в клиники Лядова и узнайте больше о возможностях трансarterиальной радиофармакотерапии - инновационной технологии лечения, которая может положительно изменить вашу жизнь.

Трансarterиальная радиофармакотерапия представляет собой шанс на эффективное и современное лечение рака печени и метастазов в печень из других органов. Не упускайте возможность обратиться в клиники Лядова сегодня же и изменить свою жизнь в лучшую сторону!

Тел. 8 800 444-60-85

e-mail: 1@novaonko.ru

ПРЕДУПРЕЖДАЕМ О НАЛИЧИИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТОВ

Наталья АРТЯКОВА
(«КП» - Самара)

Турция выдала самарским полицейским Наталью Гарбуль, которую обвиняют в мошенничестве.

Наталья Гарбуль из Самары стала известна на всю страну после того, как ее объявили в международный розыск по обвинению в мошенничестве в крупном размере. На днях в аэропорту Внуково представители турецкой полиции передали 65-летнюю женщину представителям Интерпола МВД России.

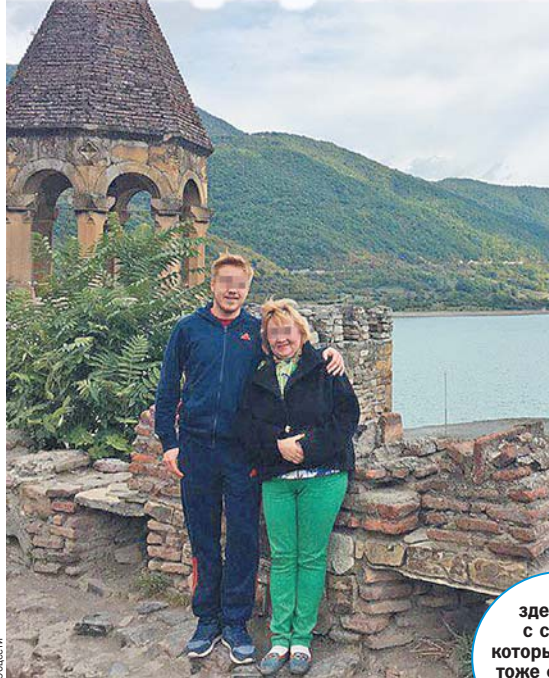
ЛАКШЕРИ-ЖИЗНЬ ЗА СЧЕТ КЛИЕНТОВ

Наталья Гарбуль - директор 10-го уровня международной инвестиционной компании. В консалтинге она уже давно - сначала была клиентом, а после доросла до директора с большим капиталом и пассивным доходом. Миловидная женщина в своей видеопрезентации (есть в открытом доступе, - Ред.) рассказывает о себе и о том, как она добилась жизни в стиле «лакшери»:

- По образованию я педагог-культуролог, мой покойный муж - военный. Долгое время мы жили в Германии, где я наблюдала за жизнью местных пенсионеров, которые счастливо живут на свои накопления. Когда мы вернулись в Россию, я узнала о компании накопительного страхования жизни. Сначала была просто клиентом, а со временем заинтересовалась бизнесом. 27 лет я в консалтинге, и консалтинг - это моя жизнь.

Доброжелательная пода-

Обещала клиентам шикарную жизнь



Соцсети

А здесь она с сыном, который сейчас тоже фигурант уголовного дела.

ча информации, роскошные апартаменты на заднем фоне, вставки видов из шикарных заграничных отелей - все это заставляет смотрящего поверить в ее слова. Однако не стоит топиться - Наталья Гарбуль за свою «карьеру», по словам обманутых клиентов, научилась блестяще применять нейролингвистическое программирование, проще говоря - «пудрить мозги», гипнотизировать и убеждать.

КОМПАНИИ-ПУСТЫШКИ

О компании в открытом доступе информации мало, а сайт уже давно не работает. Однако в интернете есть масса отзывов от бывших клиентов. И все они - негативные:

- Эти компании - пустышки. Факт передачи денег «вкладчиками» никак не регистрируется - вы просто отдаете деньги «в папке», при этом не получив

ни чека, ни другой бумаги, подтверждающей передачу денег. В виртуальном кабинете тут же появляется эта сумма - на сайте, который может слепить любой начинающий айтишник и нарисовать вам сотни миллионов долларов на вашем «счете».

- Компания не зарегистрирована ни в России, ни в Казахстане, не платит налогов, и правоохранительные органы в случае чего вам не помогут.

ХИЩЕНИЕ БОЛЕЕ 11 МИЛЛИОНОВ РУБЛЕЙ

В сеть финансовой пирамиды попали сотни граждан. По данным МВД, Наталью Гарбуль обвиняют в мошенничестве, совершенном организованной группой в особо крупном размере. Речь идет о хищении денег у «вкладчиков» на сумму более 11 миллионов рублей.

- По версии следствия, в период с октября 2015 по ноябрь 2016 года злоумышленница и ее сообщники предлагали гражданам стать инвесторами офшорной компании. Эта организация имела несколько офисов на территории города Самары, однако реальную финансово-хозяйственную деятельность не вела, работая по принципу финансовой пирамиды, - сообщила официальный представитель



Соцсети

В соцсетях Наталья выглядела, как успешная бизнесвумен.

МВД России Ирина Волк. Когда правоохранительные органы стали закрывать финансовые пирамиды одну за другой, Гарбуль вместе с сыном Дмитрием (тоже фигурант уголовного дела) уехала в Казахстан, но через пару лет и там начались массовые заявления в полицию. Тогда пенсионерка решила спрятаться в Турции, где у нее на тот момент была недвижимость в собственности.

- В ходе проведения розыскных мероприятий от зарубежных партнеров получены сведения о пребывании обвиняемой на территории Турецкой Республики. Компетентные органы этого государства приняли решение о депортации разыскиваемой в Российскую Федерацию. По прибытии в Москву она задержана сотрудниками полиции, - сообщили представители МВД России.

ОСОБЫЙ СЛУЧАЙ

Житель Огайо через 25 лет нашел свою семью в Заволжье

Юлия ВАСИЛИШИНА
(«КП» - Нижний Новгород)

Парня усыновила бездетная пара из США.

- Меня зовут Glenn Вебер, но когда я родился, меня звали Михаил Олегович Сырбу. Меня усыновили в городе Заволжье, и сейчас я ищу свою биологическую семью, - этот пост жителя Огайо мгновенно облетел нижегородские соцсети.

«МАМА ИРИНА РАБОТАЛА ШВЕЕЙ»

25 лет назад приемные родители увезли его в США. Ни своего настоящего имени, ни родной семьи парень не знал. И как только повзрослел, начал поиски родственников в России.

- Я с раннего возраста знал, что меня усыновили, - рассказал «Комсомолке» Glenn. - Приемные родители очень любили меня и никогда не скрывали, что усыновили меня в России.

Гленна увезли из Нижегородской облас-

ти совсем маленьким, поэтому никаких воспоминаний о родной семье у него не сохранилось. Поначалу он не знал ни имени своих родителей, ни даже города, откуда он родом.

- Мои приемные родители помогли мне в поисках, - вспоминает 25-летний американец. - В результате в прошлом году на День благодарения я получил от них свое российское свидетельство о рождении. Там были указаны и место рождения, и имена родителей. Я перевел имя матери и начал свои поиски через социальные сети.

На удивление, отыскать свою настоящую семью Гленну удалось довольно легко. Российские пользователи интернета помогли ему найти необходимые нижегородские группы и разместить объявление на русском языке. В нем Glenn указал, что его маму звали Ирина, она работала швеей и недавно ей исполнилось 49 лет.

«ЖДУ ВСТРЕЧИ С СЕМЬЕЙ»

Первым откликнулся старший брат Гленна, а затем удалось найти и остальных чле-

нов семьи. Как оказалось, в России у парня есть мать, бабушка, старший брат и младшая сестра. В 1990-е годы семья жила так бедно, что еще одного ребенка просто не потянула бы. Поэтому вскоре после рождения Glenn оказался в детском доме, а затем у своих приемных родителей в США.

- Мою семью в России удалось найти буквально за сутки, - говорит Glenn. - Конечно, все мои родственники тоже были шокированы моим появлением, ведь меня так долго не было. Когда меня отдали в детдом, я был совсем маленьким. Но первое общение прошло хорошо - у меня остались только позитивные эмоции.

Сейчас Glenn работает программистом в компании по благоустройству, а этим летом собирается жениться. Сразу после этого он планирует приехать в Россию.

- Я надеюсь, что в скором времени познакомлюсь со своими родственниками, - делится планами Glenn. - Пока из-за свадьбы придется повременить с этими планами. Но зато я обязательно встречу с семьей.



Личный архив

Гленна увезли из России еще совсем маленьким. И он всегда знал, что неродной своим родителям.

В Турции при загадочных обстоятельствах погибла туристка из Кирова

Борис МЕРКУШЕВ,
Алена ОВЧИННИКОВА («КП» - Пермь)

«КП» разбиралась, что же на самом деле могло случиться с 40-летней Надеждой Ярыгиной.

4 января в турецком Кемере пропала 40-летняя туристка из Кирова Надежда Ярыгина. Через 8 дней ее тело спасатели нашли на горе Чалыш. Версий ее гибели множество - от похищения с целью выкупа до несчастного случая. Однако местные полицейские предполагают, что это самоубийство.

Но близкие Надежды не верят, что она могла покончить с собой, и ждут результатов экспертиз и вскрытия.

УШЛА НА ПРОГУЛКУ В ГОРЫ

Надежда работала на руководящей должности в крупной теплоснабжающей компании в Кирове. Была не замужем, детей нет. Накануне Нового года женщина купила путевку и 31 декабря одна улетела в отпуск на турецкий курорт. Остановилась в пятизвездочном отеле Alinda.

- Мы созванивались с ней и в Новый год, и 2, и 3 января, а утром 4-го она ушла на прогулку в горы и пропала, - рассказывает подруга туристки Евгения. - Надя любит гулять в горах, ей нравятся долгие пешие прогулки. Она может спокойно проходить по 15 - 20 километров, поэтому сперва никакого беспокойства эта прогулка не вызвала.

В Россию Надежда должна была вернуться 8 января, но на рейс так и не зарегистрировалась. Ее подруги связались с туроператором и дозвонились в отель.

- Когда сотрудники отеля зашли в номер, все вещи Нади, включая паспорт и документы по туру, были на месте. Не было только телефона, который она взяла с собой на прогулку, - говорит Евгения.

9 января начались поиски. Спасатели прочесывали горные тропы и побережье Кемера. Сперва предполагалось, что туристка пошла в нацпарк Олимпос Бейдаглары и дальше, где высота вершин более двух тысяч метров. Но никаких результатов первые два дня поисков не дали.

Параллельно со спасателями и полицейскими поисками занимались подруги Надежды, живущие в Кемере россияне и неравнодушные турки.

Сузить круг поисков помогли записи с камер наблюдения отеля, на которых было видно, что Надежда отправилась к горе Чалыш - это совсем рядом с Кемером. Вечером 11 января поисковая группа нашла в лесу недалеко от Чалыша телефон туристки. А на следующий день запустили дроны и в районе горы заметили тело туристки.

ПОХИТИЛИ ИЛИ УБИЛИ?

Версий о том, что могло случиться с Надеждой, было множество. Очень активно обсуждали возможное похищение с целью выкупа, но когда туристку нашли мертвой, она сразу отпала.



Гора Чалыш, куда ушла россиянка. С нее открывается вид на побережье.

СПРАВКА «КП»

Гора Чалыш

Бывший журналист «Комсомольской правды», который уже больше двух лет живет в Турции, рассказал нам, что это за местность, где нашли туристку.

- Кемер - довольно туристическое и живописное место. Там высокие горы, с которых открываются шикарные виды. Близ отеля находится очень лег-

кая для подъема и красивая гора Чалыш, сорваться с нее практически невозможно, она самая «детская» из всех, что есть в той местности. Пешком минут 20 вверх по лесной тропинке - и ты на горе. К тому же Надежда любила горный трекинг, следовательно, была опытной в этом смысле. Относи-

тельно рядом - Ликийская тропа и каньон Гейнюк. На Ликийской тропе люди часто останавливаются. А вот за пределами туристического Кемера, за горами и у их подножья, совершенно другая жизнь - бедные деревни и поселки. Я не раз там гулял, но люди там приветливые - улыбались и разрешали сорвать с деревьев гранаты и мандарины.

По другой версии, на Надежду могли напасть дикие звери. Якобы в том месте, где она гуляла, не раз встречали кабанов и шакалов. Но на теле россиянки не нашли следов насилия, что делает эту версию несостоятельной, как и предположение, что Надежда могла сорваться со скалы.

- Ее тело только-только нашли, как стали появляться различные догадки и предположения, - рассказал «Ком-

сомолке» волонтер Максим, который принимал участие в поисках Надежды. - Даже нам турецкие спасатели толком ничего не говорили, потому что для этого нужны определенные доверенности, разрешения родственников и тому подобное - никакой информации частным лицам.

ГИДА ЗАПИСАЛИ В УБИЙЦЫ

Еще одна версия, которую растиражировали соцсети: Надежду убил местный гид. Мол, тело нашли недалеко от его дома, и он - один из немногих, кто живет там постоянно и идеально знает район горы Чалыш.

Волонтер Анастасия, которая вместе с гидом искала Надежду, утверждает, что мужчину обогнали:

- Когда мы начали объезжать окрестности поселка Кириш, набрали на виллу. Ворота были открыты, к нам вышел хозяин, которого сейчас в соцсетях ложно обвиняют в убийстве. В доме также живут его родители. В Кирише их семья хорошо знают и уважают. Нас пригласили попить чай. Мужчина неплохо говорит по-русски. Он рассказал, что у него была русская жена, но они уже три года не живут вместе.

Мужчина решил присоединиться к поискам и до трех ночи вместе со спасателями и волонтерами ходил с фонариком по темному лесу.

Журналистам «Комсомолки» удалось связаться с этим человеком. Он рассказал, что из-за этой истории его жизнь превратилась в настоящий



Надежда улетела отдохнуть одна накануне Нового года. В Россию должна была вернуться к концу праздников.

кошмар. И он собирается судиться со всеми, кто опубликовал о нем недостоверную информацию.

- От меня отвернулись друзья, начались проблемы с бизнесом, да и мое психическое состояние, мягко говоря, не очень. Я в шоке от поведения людей в чатах, которые уже записали меня в убийцы, при этом никаких доказательств, никаких проверок, судов им не нужно. Для них достаточно моей фотографии и лживого текста. Полицейские ко мне не приходили, подозреваемым я не являюсь. Сейчас я готовлю большое обращение к людям.

РЯДОМ С ТЕЛОМ НАШЛИ ТАБЛЕТКИ И СИГАРЕТЫ

Как сообщил «Комсомолке» источник, близкий к турецкой полиции, правоохранители не хотели публиковать предварительные результаты гибели туристки, не дождавшись вскрытия, но после того, как в СМИ и соцсетях стала распространяться версия об убийстве Надежды местным гидом, выступили с сообщением:

«Признаков убийства не обнаружено. Все личные вещи были найдены рядом с телом. Кроме этого, там же была обнаружена пустая упаковка от снотворного и пластмассовые бутылки, в которых, возможно, был алкоголь. В номере отеля при осмотре также было найдено снотворное. Признаков изнасилования нет. Признаков насилия на теле нет», - говорится в сообщении турецкой полиции.

«ЖДЕМ РЕЗУЛЬТАТЫ ВСКРЫТИЯ»

Родные Надежды пока не готовы комментировать ее смерть и не верят, что она могла покончить с собой.

- Лететь в Турцию, чтобы умереть? Ну бред же. Надежда не пила и не курила, откуда при ней нашли сигареты, спиртное? У нее не было причин так уходить из жизни. Сейчас мы ждем результатов вскрытия и другие экспертизы. Получив результаты, будем делать какие-то выводы, - рассказала «Комсомолке» близкая семья Надежды.

При этом некоторые подруги россиянки отмечают, что в последнее время она находилась в депрессии:

- Она всю жизнь была одна. Личных отношений с мужчинами ни в России, ни в Турции у нее не было, детей иметь она не планировала, а ей было уже 40 лет. Последнее время она была в подавленном состоянии, но не настолько, чтобы добровольно уйти из жизни.

Друзья Надежды в память о ней возложили перед генеральным консульством России в Анталье цветы и принесли ее фотографию.



В своих последних сообщениях Надежда уверяла, что у нее все хорошо.



С вашими бы усами да «Слово пацана» пить!

Кадр из фильма

Сладкое «Слово пацана», или Фантики на асфальте

Евгений ОРЛОВ

В России могут начать производство конфет, семечек, пива и косметики, названных «в честь» популярного сериала.

ОТ НАПИТКОВ ДО СУМОК

Не будь чушпаном - ешь зефир с молоком! А что, эта фраза могла бы стать неплохим рекламным слоганом для сладостей под маркой «Слово пацана». Которые, возможно, скоро появятся на наших прилавках. Напомним, чушпан - это молодой человек, который не является членом какой-либо группировки и потому не заслуживает особого уважения. А «Слово пацана. Кровь на асфальте», 18+ (ну вдруг вы последние пару месяцев не включали интернет, телевизор или хотя бы уют) - это сериал о казанских молодежных бандах времен позднего СССР, о котором сейчас не говорит только ленивый. Этот сериал и заставил нас вспомнить подзабытый термин «чушпан» и много других подобных словечек.

Но вернемся к сладостям. Уж не знаем, насколько «Слово пацана» - удачное название для конфет и зефира, но именно под таким брендом в России хотят выпускать... Да много чего хотят выпускать! Находчивые российский предприниматели решили оседлать волну ажиотажа и кинулись регистрировать на себя этот товарный знак.

- В Роспатент поступило пять заявок на товарные зна-

ки «Слово пацана», поданные различными лицами. Спектр товаров и услуг, в отношении которых предполагается использование упомянутых обозначений (названия «Слово пацана». - Ред.), достаточно широк: косметика, фармацевтические препараты, периодика, одежда, кондитерские изделия, безалкогольные напитки, пиво, настольные игры, семечки, сумки, различные аксессуары, организация мероприятий и т. д., - сообщили «Комсомолке» в Роспатенте.

ЗАНЯТО!

Но если вы подали заявку в Роспатент - это не значит, что ее примут и вы тут же начнете выпускать семечки или пиво под заветным брендом.

- Все приведенные в таблице заявки находятся на стадии формальной экспертизы, - объяснили нам в Роспатенте.

Небольшое пояснение. Подавая заявку, вы регистрируете на себя не просто товарный знак. Нужно указать, как именно вы будете его использовать.

Грубо говоря, если у меня уже есть право выпускать семечки «Слово пацана», то другим делать это запрещено. А вот если вы хотите производить технику с таким названием, то можете получить это право. Это никак не нарушит мое авторское право на семечки.

И тут у претендентов могут возникнуть сложности. Как сообщили «КР» в Роспатенте, зарегистрировано уже два товарных знака «Слово пацана». Вот на кого они записаны.

1 Арутюн Атомян, гендиректор кондитерской фабрики из Вологодской области, зарегистрировал на себя торговую марку «Слово пацана» 7 декабря 2023 года. На все процедуры у него ушел год, так что название он придумал еще до шумихи вокруг сериала.

Теперь Атомян имеет право выпускать под этим брендом «растительные пищевые продукты, кроме овощей и фруктов, подготовленные для потребления или консервирования, а также вспомогательные добавки». Это чай, кофе, мороженое, макароны, хлеб, мед, крупа и т. п. Так что тем бизнесменам, которые подали заявки в Роспатент на выпуск этих товаров под брендом «Слово пацана», могут и отказать.

2 Роман Трофимов, автор youtube-канала «Слово пацана», зарегистрировал в Роспатенте этот товарный знак еще весной 2022 года. Канал существует уже много лет, в нем Трофимов старается помочь людям, которые попали в тяжелую ситуацию.

Интересный факт: в сентябре 2023 года создателям сериала пришлось выкупить у Трофимова лицензию на использование этого товарного знака. Цена, понятное дело, держится в секрете. Теперь авторы сериала имеют право до 2031 года под этим брендом «писать сценарии, проводить видеосъемку, видеомонтаж, рекламу» и т. д.

Кстати, право на выпуск одежды, обуви, головных уборов, канцелярских и офисных принадлежностей под брендом «Слово пацана» осталось у Трофимова.

Любимая газета страны

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА
ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!

Муцениеце поменяла Прилучного на бизнесмена-йога

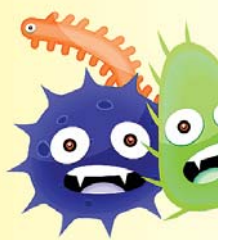


Поздравляем, у вас миллиардер!

Ученые назвали месяцы, когда чаще всего рождаются богачи

Ковид, птичий грипп или вирус-зомби?

Профессор-вирусолог рассказал, каких инфекций опасаться



Кто и почему строчил доносы на Аркадия Гайдара

«Секрет популярности Юрия Соломина в том, что он любил человека»

Анастасия ПЛЕШАКОВА

Вчера на Исторической сцене Малого театра прошло прощание с народным артистом СССР.

Вздать последние почести и проводить со сцены аплодисментами патриарха русской сцены пришли сотни людей: его друзья, коллеги, ученики, родные и, конечно, многочисленные поклонники. Зрительный зал Исторической сцены был заполнен до верхних ярусов. Люди несли цветы к гробу, который был установлен на сцене. Рядом - почетный караул. Камерный оркестр играл классическую музыку. В углу сцены - портрет Юрия Мефодьевича, на огромном экране сменялись кадры из фильмов, спектаклей, фото с репетиций...

Среди тех, кто в этот день пришел в Малый театр, было множество узнаваемых людей, и не только из мира искусства - министр культуры РФ **Ольга Любимова**, глава Следственного комитета **Александр Бастрыкин**, лидер КПРФ **Геннадий Зюганов**, режиссер **Андрей Житинкин**, глава Российского военно-исторического общества **Владимир Мединский**, ректор Шепкинского театрального института **Борис Любимов**... Многие делились своими эмоциями и воспоминаниями. В 60-м году **Василий Бочкарев**, молодой артист Малого театра, которым Юрий Мефодьевич руководил до последних дней, попал на курс Соломина в Шепкинском училище.

- Мы - первые студенты Юрия Мефодьевича, - вспоминал народный артист России. - Ему тогда было 27 лет - молодой, красивый, великодушный... Все девчонки с нашего курса были в него влюблены. В чем секрет его популярности? Он любил человека. В нашем коллективе нет ни одного артиста, которого бы он не знал лично, причем подробно интересовался всем: что происходит в театре, что дома. Конечно, нас волнует, что будет дальше. Кто возглавит этот таинственный театр? Есть традиция, что Малым театром руководит человек, который знает его досконально...

Александр Бастрыкин назвал Соломина «хранителем великих традиций русского драматического театра». Владимир Мединский эту мысль развернул: «Юрий Соломин - актер от Бога, режиссер, министр культуры России (этот пост артист занимал в начале 90-х. - Ред.) - фантастически эрудированный и глубокий человек». Ну а Геннадий Зюганов вспомнил, что Соломин был одним из вдохновителей «Бессмертного полка».

Соболезнования по поводу смерти легендарного артиста выразили президент **Владимир Путин**, премьер-министр **Михаил Мишустин**, Патриарх **Кирилл**, мэр Москвы **Сергей Собянин**, вице-премьер РФ **Татьяна Голикова**.

После гражданской панихиды Юрия Соломина, как принято в театре, проводили со сцены аплодисментами. Народного артиста СССР похоронили на Троекуровском кладбище рядом с женой.



Владимир ВЕЛЕНГУРИН/«КТ» - Москва

Присутствовавшие на церемонии прощания не скрывали своих эмоций.

СКАЗАНО

«Навсегда в сердце японского зрителя»

Когда-то Малый театр часто ездил на гастроли в Японию - там после выхода на экраны фильма **Акиры Куроавы** «Дерсу Узала», в котором Соломин сыграл одну из главных ролей, воспринимали Юрия Мефодьевича как национального героя. На церемонии прощания присутствовал посол Японии в РФ **Мутто Акира**, который, выступая, по-русски сказал, что Юрий Соломин останется в сердцах японских зрителей навсегда.



Илья ПИЛАТОВ/РИА Новости

Одним из тех, кто пришел проститься с легендой отечественного экрана и сцены, был народный артист России **Сергей Гармаш**.

Бесконтактная подписка на любимые издания от «Комсомолки»

Подписка по QR-коду на shop.kp.ru



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

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

Сбербанк Онлайн

Открыть приложение → «Сбербанк Онлайн», выбрать раздел → «Платежи», ввести в строке поиска → Комсомольская правда, выбрать → Издательский дом Комсомольская правда (оплата услуг).

Далее заполнить последовательно:

1. «ФИО» - вписать ФИО подписчика
2. «Назначение платежа» - указать контактный телефон и издание
3. «Сумма платежа» - ввести сумму оплаты
4. «Оплата» - нажать кнопку «Оплатить»
5. «Уведомление» - сообщить о произведенной оплате по телефону 8 495 609-67-48 или по e-mail raspr@kp.ru

Сайт Почты России

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



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

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

При оплате подписки до 15-го числа вы сможете получать издание со следующего месяца. Редакция: 16-й, 40-й, 40-й «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781

