

Танкер отправили на металл

Читайте на стр. 2 ▶



Сергей НАДЕЖДИН

**РАДИО
КОМСОМЛЬСКАЯ
ПРАВДА**

Краснодар 91,0 FM
Сочи 91,2 FM
Анапа 89,5 FM

«Деньги Кубани»

Профессор Александр Полиди расскажет, где взять деньги на свой бизнес - 17:00
radiokp.ru



100 ЛЕТ КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

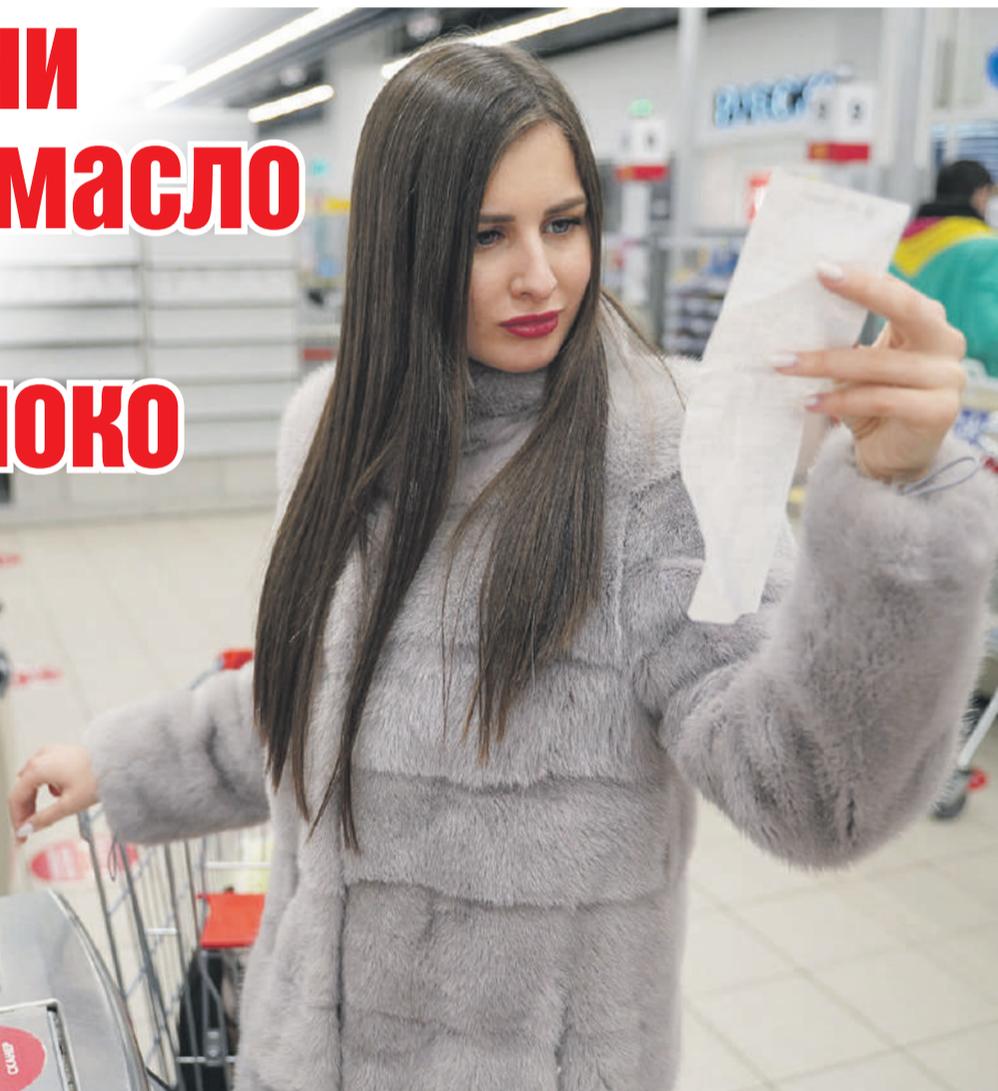
Среда, 12 февраля
№ 10-с (27658-с)/2025 год

Газета нашего региона ★ Кубань

KP.RU 5 014 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

На Кубани цена на масло упала, а на молоко растет

Эксперты объяснили разницу в стоимости популярной молочки.



Читайте на стр. 2 ▶



Личная страница Светланы Бондарчук в социальной сети

Мех без причины

Ольга РОДИНА

Выбираем пушистенький образ вместе со звездами.

В эту зиму в средней полосе ни мороза, ни снега... Но это не повод оставлять шубу в шкафу...

Продолжение на стр. 13 ▶

Светлана МАКОВЕЕВА



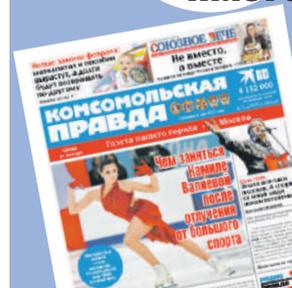
**ПОДПИШИСЬ ДОСРОЧНО
НА ЛЮБИМУЮ ГАЗЕТУ
ПО СТАРЫМ ЦЕНАМ!
НА ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ 2025 ГОДА**

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ МОЖНО В ОТДЕЛЕНИЯХ СВЯЗИ ПОЧТЫ РОССИИ
С 1 ФЕВРАЛЯ ПО 31 МАРТА 2025 г.

СТОИМОСТЬ ПОДПИСКИ НА ИЮЛЬ - ДЕКАБРЬ

ИЗДАНИЕ
ЕЖЕДНЕВНАЯ ГАЗЕТА

1936,14
подписной индекс
ПМ976



ИЗДАНИЕ
ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК
С ТЕЛЕПРОГРАММОЙ

1007,28
подписной индекс
ПН001



ИЗДАНИЕ
ЕЖЕДНЕВНАЯ ГАЗЕТА
+ ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК
С ТЕЛЕПРОГРАММОЙ

2893,38
подписной индекс
ПН052



ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ И РЕСПУБЛИКИ АДЫГЕЯ.
ЦЕНЫ ДЛЯ ПОСТОЯННЫХ И ЛЬГОТНЫХ ПОДПИСЧИКОВ.

12+

- Теперь могу
съесть еще
бутерброд, а отчет
пуская подождет!

Светлана МАКОВЕЕВА

Масло упало в цене

Один из самых подорожавших продуктом на Кубани стал дешевле

Галина КОПЫЛОВА

Сливочное масло резко выросло в цене на Кубани - на 47,7% за год - и стало одним из подорожавших товаров. Причиной называли увеличение себестоимости, дорогое импортное сырье и наценку торговых сетей. Его стоимость перевалила за 1000 рублей за килограмм к декабрю.

Но в Южном молочном союзе заявили, что после проверок масло, как и яйца, включили в перечень социально важных продуктов, и цены стали падать.

- Да, в прошлом году много споров и внимание привлекло подражание сливочного масла. Хотя это не единственный продукт, который вырос в цене. Но мы наблюдаем, что спрос на масло начал снижаться и цены тоже стали остывать. По нашим наблюдениям, на 10-12% стоимость сливочного масла скорректирована. Оно становится более доступной, - сообщил гендиректор Южного молочного

союза Константин Синецкий.

При этом общей тенденции на снижение стоимости молочной продукции, эксперты говорят, ждать не стоит.

- Цена на сырье - бьет все мыслимые и немыслимые рекорды. В этом году она на пике и продолжает расти. Этому способствует сокращение поголовья, проблема с кормами из-за засухи - себестоимость содержания животных растет, что не дает молоку снижаться в цене, - говорит Синецкий.

Если стоимость питьевого молока напрямую зависит от сырья, то, например, цены на мороженое, устанавливают и другие ингредиенты, в частности, какао - продукт, который закупается исключительно за рубежом.

Молочники говорят, что не растут цены в Краснодарском крае на кефир - он теряет свою популярность.

- Кефир, пожалуй, единственная категория, потребление которой не росло, по оценкам специалистов, а оставалось на месте. Соответственно, и цена на него будет корректироваться в меньшей степени. Либо кисломолочка просто будет вымываться из ассортимента - чего не хотелось бы, это полезный и вкусный продукт, к тому же национальный и привычный нашему потребителю, - добавил руководитель Южного молочного союза.

КОНКРЕТНО

Молока стали пить больше

На Краснодарский край приходится 5% производства.

Кубань обеспечивает около 5% от общего объема производства молока в России по итогам 2024 года. И несмотря на сокращение поголовья, меньше продукции не становится.

- По данным Краснодарстата, за прошлый год в регионе было произведено 1,73 млн тонн молока, что на 1,5% больше показателя за 2023 год. При этом поголовье дойного стада сократилось на 1,7%, а это указывает на рост продуктивности, увеличение надоев молока в расчете на одну корову молочного

стада, - сообщил эксперт группы корпоративных рейтингов АКРА Антон Тренин. - Тенденция роста себестоимости производства, скорее всего, продолжится в текущем году на фоне высокой стоимости заемных ресурсов, подорожания комбикормов и энергоносителей, а также увеличения расходов на трудовые ресурсы. В связи с этим ожидать снижения розничных цен на конечную молочную продукцию на Кубани сложно. Кроме того, спрос на молочку растет. Так, по оценкам Россельхозбанка, в 2024 году каждый житель страны употребил в среднем 250 кг молока и молочных продуктов в пересчете на молоко - это на 3 кг больше, чем годом ранее.

■ ЧП!

Танкер - на металл

Наталья КОЖЕВНИКОВА

Подводную часть севшего на мель судна в Темрюкском районе продолжат резать на кусочки.

Танкер «Волгонефть-239», севший на мель у мыса Панагия Краснодарского края, стремительно «исчезает». Демонтаж судна идет с опережением графика. Из искусственной бухты с 31 января вывезли уже 86 тонн металла.

Работы начались с резки кормовой части танкера. Параллельно с этим специалисты удаляли горючие элементы: внутреннюю отделку жилой надстройки, мебель и другое имущество. Демонтировали также оборудование в машинном отделении, сняли спасательные шлюпки. К слову, две из них станут учебным инвентарем в центре «Открытое море» в Новороссийске, где проводят бесплатные занятия по парусному спорту для людей с ограниченными возможностями и малоимущих семей с детьми.

Разделка танкера ведется круглосуточно и сопровождается сварочными работами. В целях безопасности вокруг судна проложили пожарные рукава, а на месте дежурят специалисты, готовые приступить к тушению возгорания в случае необходимости.

За две недели с судна убрали всю надстройку и большую часть палубных конструкций. Три этажа жилой надстройки и капитанская рубка уже демонтированы. На металл также пошла половина палубы моторного отсека, сняли румпельную.

Впереди самый сложный этап работ - демонтаж нижней части корпуса судна. К нему планируют приступить на этой неделе.

- Это самая сложная фаза операции. Чтобы разрезать нижнюю часть корпуса, ее с помощью спецтехники будут подтягивать на берег, постепенно отделяя фрагменты. Затем металл вывезут для дальнейшей переплавки, - рассказали в Министерстве транспорта РФ.

По графику полностью разобрать танкер должны к 31 марта.



За две недели от судна осталась только подводная часть.

Сергей НАДЕЖДИН

Купи «зеленый» номер «Комсомолки» **18 февраля** и получи в ПОДАРОК пакетик семян

В этом номере:

- 🍅 Как хранить посадочный материал
- 🍅 Землю - овощам, подоконники - цветам
- 🍅 Правила подкормки растений



Спрашивайте в местах продажи прессы

12+ РЕКЛАМА

Половина всех полезных ископаемых Украины оказались на освобожденных Россией территориях. Киев спешит продать США остатки - чтобы не достались Москве.

Повелители редкоземелья

Владимир ДЕМЧЕНКО

Мир немножко замер от неожиданности. Дональд Трамп объявил, что склоняется к сделке с Киевом по обмену оружия США на природные богатства Украины. По его словам, Киев на сделку согласен. Куда он денется. На самом деле Украина не то что согласна, а такую сделку Зеленский сам Трампу и предложил еще осенью - как «план перемирия» над Россией. Мол, если все ценные месторождения Украины заберет Америка, она будет защищать их от России как свои. Трампу-бизнесмену идея гешефта в виде украинского лития, титана и прочего добра, говорят, понравилась. Но он взял паузу.

И вот теперь выдал:
- Мы вкладываем в Украину сотни миллиардов долларов, а у них есть замечательные ресурсы. Мы хотим получить их в качестве обеспечения. Я хочу иметь гарантии по редкоземельным металлам. И они готовы это сделать.

На Западе тут же началась грызня. Подал голос обиженный канцлер Германии Шольц:

- Эти ресурсы Украины нам следовало бы использовать для финансирования ее восстановления после завершения конфликта, - сказал он. - Было бы очень эгоистично использовать их сейчас для покупки оружия.

Берлин, похоже, сам нацелился на недра Украины. И кричит: «Грабят!», увидев как эти недра вероломно уползают у него из-под носа.

МИЛЛИАРДЫ В ЗЕМЛЕ

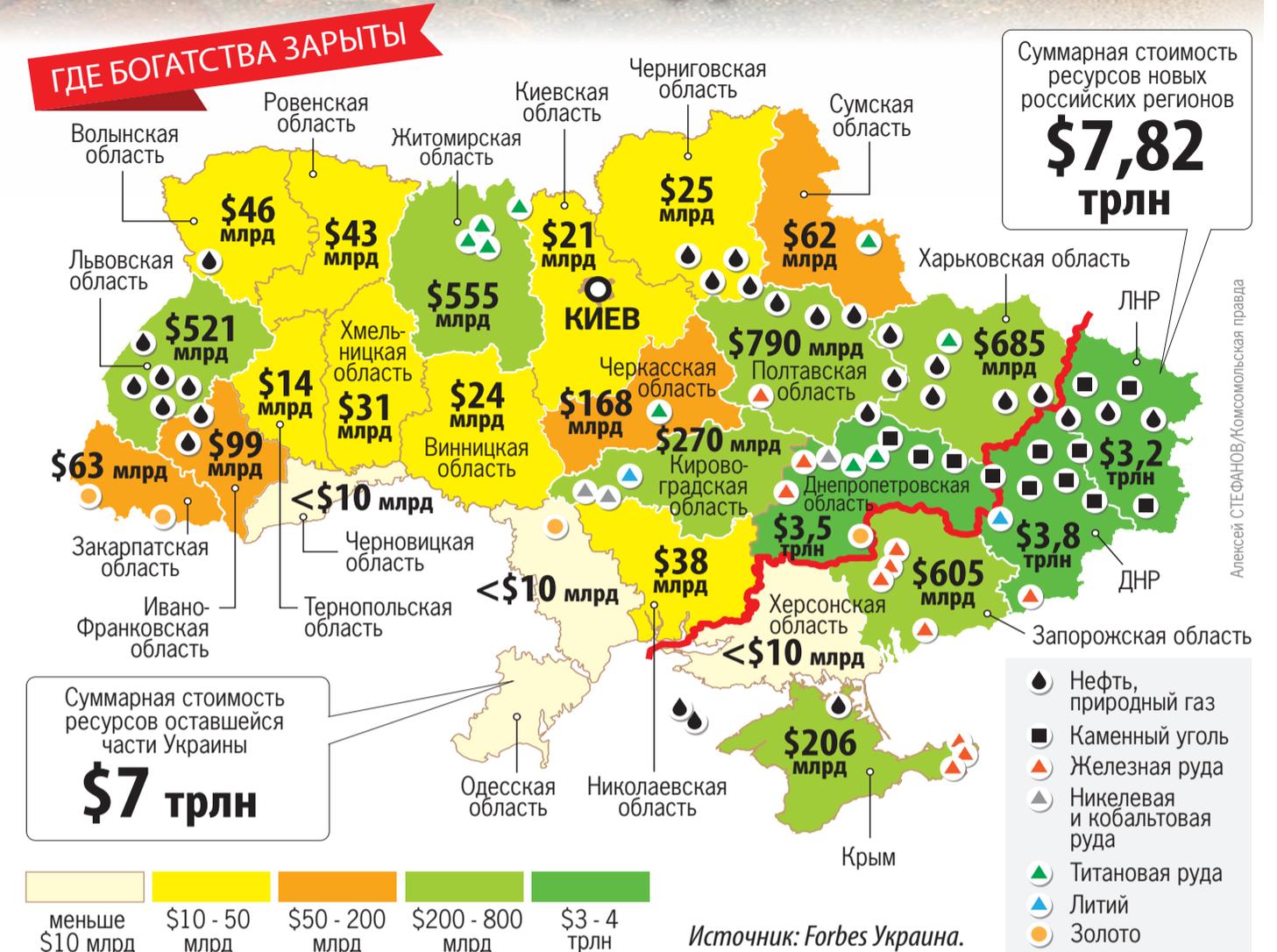
Но есть ли у Киева что передавать? Вот вопрос!

На самой Украине уже признали, что из-под ее контроля ушло больше половины природных богатств. Журнал Forbes оценил все ресурсы независимой в \$15,8 триллиона. Сумма жирная. Никто не спорит - Ленин и Хрущев наделили Украинскую ССР обширными землями за счет русских Крыма, Донбасса, Новороссии. Но есть нюанс - \$7,8 триллиона «украинских богатств» теперь находятся на территориях, ушедших под контроль России.

Экс-главком ВСУ Виктор Муженко даже заявил, что Россия «уже отбила расходы» на свою спецоперацию - стоимостью недр, которые ей перешли.

- На сегодня Донецкая, Луганская, части Запорожской области и Херсонская - это примерно половина всей ресурсной базы, полезных ископаемых из общеукраинских запасов. Так что Россия полностью окупит свои затраты на СВО, причем в разы, - сказал Муженко в интервью западной радиостанции.

Муженко командовал ВСУ при **Петре Порошенко**. А об ископаемых он заговорил после того, как российские войска, взяв в конце января Великую Новоселку, вышли к селу Шевченко, где расположено крупнейшее в Европе месторождение лития. Его запасы оцениваются в 13,8 млн тонн. Из лития делают самые эффективные аккумуляторы для электромобилей,



его называют «новой нефтью» эпохи перехода на чистую энергетику. А титан, стронций, алюминий?! Это уже не говоря про уголь и железную руду. Под землей, за которую сейчас идут бои, лежат огромные запасы. Да и на поверхности - знаменитые черноземы. Подсчитали в Киеве - прослезились.

ДЛЯ НАС ГЛАВНОЕ - ЛЮДИ. ДЛЯ НИХ - ДЕНЬГИ

Подсчитывать, кто в военное время наварился, а кто при своих остался - это, конечно, в украинском стиле. Да и в американском. У нас про недра если и рассуждали, то только экономисты - постольку, поскольку. Для России главный вопрос - защита жителей Донбасса. Их подчиненные Муженко методично утопили артиллерией с 2014 года.

Зато на Западе с самого начала не скрывали, что аккуратно учитывают плюсики и минусы. В первую очередь в оборот взяли чернозем: 40% пахотных земель Украины уже скупили американские транснациональные корпорации Cargill, DuPont и Monsanto. Теперь присматриваются к тому, что под землей. **Американский сенатор Линдси Грэм** (внесен РФ в перечень террористов и экстремистов) еще в прошлом году заявил прямо: «Война на Украине - это про деньги».

- Это самая богатая редкоземельны-

ми металлами страна Европы, - сказал он. - У Трампа есть уникальная возможность обналечить эти ресурсы.

Тот же Forbes составил карту, на которой каждый регион бывшей территории Украины оценен в долларах, исходя из запасов полезных ископаемых. И что же? Самыми дорогими оказались те, что уже стали Россией. Сравните: Житомирская область - \$555 млрд, Львовская - \$521 млрд, Киевская вообще только \$21 млрд. А Донецкая и Луганская (ставшие ДНР и ЛНР) почувствуйте разницу: \$3,8 и \$3,2 триллиона!

- Украина всегда делилась на промышленный восток, аграрный центр и юг и туристический запад, - говорит **ведущий аналитик Фонда национальной энергетической безопасности Игорь Юшков**. - Самое ценное, что осталось под контролем Киева, - это пашни, которые уже распроданы. На западе и в центре есть запасы газа, его там качают с советских времен. Но добыча неуклонно снижается, пик был в 1970-е годы. Этого газа Украине самой не хватает, приходится докупать. Есть месторождения титана, но его производство - завод «Титан» - остался в Крыму.

НЕБЬЮЩАЯСЯ АРИФМЕТИКА

Экс-главком ВСУ Муженко, сводя дебет с кредитом, восклицает: «России остановка конфликта по линии фрон-

та выгоднее, чем Украине». Может, это намек Москве? Что взяли - то взяли, не требуйте еще больше. Если так, то в России этот намек вряд ли оценят. У нас никто не будет «считать бабки», решая - продолжать ли боевые действия. По словам **руководителя Центра изучения военных и политических конфликтов Андрея Клишневича**, такой подход характерен как раз для США.

- Целеполагание американцев - это всегда «вперед деньги», - сказал «КП» эксперт. - Если они вторгаются в Сирию, значит, должны взять под свой контроль в первую очередь нефтеносные поля. Остальное их мало интересует. Если войска США что-то делают, то это, как правило, в бизнес-интересах. В идеале - прийти и забрать. Через эту призму они пытаются рассмотреть и наши действия. А у нас всегда впереди - безопасность страны и люди. И, конечно, никто в России не считал, какие недра мы возьмем и как это окупится. Это небьющаяся арифметика. Потому что невозможно оценить в долларах, тоннах руды или гектарах чернозема жизни людей. К тому же ресурсы, которые находятся на освобожденных нами территориях, у нас тоже с лихвой есть, мы все это давно добываем в глубине России, ради них точно не было смысла начинать СВО.

По словам Клишневича, на переговорах России с США, которые ждет весь мир, речь не будет идти о недрах.

- Да и о самой Украине по большому счету тоже, - уверен эксперт. - Нас там могут интересовать лишь права русских и отсутствие баз НАТО. Напрямую с США нам важнее договориться о гарантиях мира и снятии санкций. О недрах даже вопрос не стоит.

ДОСЛОВНО

«Если называть вещи своими именами - это (намерение Трампа забрать редкоземельные металлы Украины. - Ред.) предложение покупать помощь. То есть оказывать ее не безвозмездно, а на коммерческой основе. Лучше бы вообще не оказывать и тем самым способствовать завершению конфликта».

(Пресс-секретарь Президента России **Дмитрий ПЕСКОВ** - журналистам.)



Приоритетная задача - получить достойный урожай.

Иван ДЕМИДЧЕНКО

Губернатор Краснодарского края **Вениамин Кондратьев** с рабочим визитом посетил Ленинградский муниципальный округ, где осмотрел посевы озимой пшеницы одного из сельхозпредприятий, а также провел совещание, посвященное предстоящей посевной кампании.

ПОДДЕРЖКА УЧЕНЫХ

Из-за отсутствия осадков сеять озимую пшеницу под урожай этого года пришлось практически в сухую землю, напомнил глава Кубани. В том числе поэтому в северной части региона в декабре всходов почти не было. В том числе в Ленинградском муниципальном округе.

- Здесь пришлось заново пересеять 254 гектара пшеницы. Сейчас как никогда мы нуждаемся в помощи ученых. Важно обследовать каждое поле, своевременно провести уходовые работы и применять индивидуальный подход. Только так мы сможем выйти на достойный урожай, - отметил Вениамин Кондратьев.

Губернатору сообщили, что в почве очень низкий запас влаги, поэтому важно соблюсти водный и питательный баланс. При этом селекционеры вывели сильные сорта пшеницы. В совокупности с продвинутыми технологиями это позволит выращивать и собирать хорошие урожаи.

КЛЮЧЕВЫЕ КУЛЬТУРЫ

Во время совещания Вениамин Кондратьев сообщил, что в этом году на Кубани площадь под яровыми культурами составит 1,8 млн гектаров, как и годом ранее. В частности, под подсолнечник отвели 471 тысячу гектаров, под кукурузу - 436 тысяч гектаров, под сахар-



Вениамин Кондратьев отметил, что важно провести посевную кампанию на высоком уровне и получить достойный урожай.

Яровыми культурами засеют 1,8 млн гектаров

ную свеклу - 205 тысяч гектаров.

- Это ключевые культуры для наших перерабатывающих заводов, для наращивания экспортного потенциала кубанской продукции. Важно провести посевную кампанию на высоком уровне и получить достойный урожай. Для этого необходимо выполнить все запланированные агротехнологические мероприятия, обеспечить аграриев в достаточном количестве исправной техникой и горюче-смазочными материалами. Еще один важный вопрос - уход от использования импортных семян, тем более что сегодня край обеспечен собственными семенами, которые показали свою эффективность и хорошую урожайность. От этого зависит наша продовольственная безопасность, - добавил губернатор.

Заместитель главы региона Андрей Коробка сказал,

что сельхозпроизводители стали использовать больше элитных семян. За последние шесть лет их доля увеличилась на 11%. В частности, в прошлом году подобными семенами засеяли порядка 800 тысяч гектаров.

- Планируется, что в этом году будет увеличена доля использования семян отечественной селекции. По подсолнечнику и кукурузе с 50 до 55 процентов, по сахарной свекле - с 10 до 15 процентов посевной площади. В нашем регионе семян всех ключевых сельхозкультур достаточно. Кубанские семеноводческие предприятия значительно увеличили обороты. Для оздоровления аграриев с потенциалом отечественной продукции в этом году традиционно пройдут тематические Дни поля, - уточнил вице-губернатор.

Сельхозпредприятия полностью обеспечены необходимой техникой. В полях будут работать порядка 36

тысяч тракторов, комбайнов, сеялок и так далее. При этом в прошлом году аграрии приобрели более 2,7 тысячи единиц техники на 17,3 млрд рублей.

ПОДДЕРЖКА АГРАРИЕВ

Особое внимание на совещании уделили поддержке агропромышленного комплекса. В этом году, как обозначил Вениамин Кондратьев, на эти цели планируется направить 10,6 млрд рублей.

- Больше половины средств выделили на растениеводство - 5,4 миллиарда рублей. Из них более двух миллиардов рублей - это субсидии на закупку семян, удобрений, топлива, средств защиты растений, развитие мелиоративного комплекса и агрострахование. Это серьезные вложения, поэтому все предусмотренные в бюджете региона средства должны быть без задержек доведены до аграриев,

- конкретизировал губернатор Краснодарского края.

Он также обозначил, что развитие сельского хозяйства - приоритетная задача для региона, которая лежит в основе обеспечения продовольственной безопасности страны. Кроме того, важно уделять особое внимание сохранению плодородия почвы и не допускать изменения назначения сельскохозяйственных земель, то есть ни в коем случае не отдавать ее под застройку.

Директор департамента растениеводства, механизации, химизации и защиты растений министерства сельского хозяйства России Роман Некрасов в свою очередь обозначил, что агропромышленный комплекс Краснодарского края традиционно находится в лидерах не только Южного федерального округа, но и страны в целом. Помимо этого, он обозначил дополнительную меру поддержки, которую ввели по поручению президента РФ.

- На Краснодарский край дополнительно выделено более 300 миллионов рублей на закладку многолетних насаждений. Садоводы края должны этими возможностями воспользоваться. Используя собственный посадочный материал, создать основу продовольственной безопасности в этой сфере. Вся нормативная база принята, средства распределены, ждем реагирования на те возможности, которые предоставляет федеральный бюджет, - добавил Роман Некрасов.



Александр НАРХОДЖАЕВ/«Космосомльская правда»

ВАЖНО!

В Крымском районе появится новый спортзал

Строители начали внутреннюю отделку помещения.

Заместитель губернатора Краснодарского края Александр Власов осмотрел строящийся и уже запущенный в эксплуатацию спортивные залы в Крымском районе.

В Крымском рай-

оне регулярно занимаются спортом порядка 65% местного населения, отметил замглавы Кубани. Это выше, чем в среднем по краю.

- Самые популярные здесь виды спорта - футбол, легкая атлетика, спортивная борьба, дзюдо, бокс и самбо. Профессиональные тренировки

проходят на базе шести муниципальных учреждений спортивной направленности. Развитие спортивной инфраструктуры позволяет увеличивать число занимающихся, улучшать условия и повышать качество подготовки, - добавил Александр Власов.

Первым пунктом визита стал малобюд-

жетный спортивный зал в поселке Виноградном. Он открылся в сентябре прошлого года. На его строительство из местного и регионального бюджетов выделили 84,6 млн рублей. Сейчас в нем работают секции по волейболу, различным видам единоборств, шахматам. После этого Алек-

сандр Власов оценил ход строительства спортивного объекта на базе спортшколы «Витязь». Специалисты уже закончили монтаж оборудования модульного сооружения, а также окон и дверей, и приступили к отделке помещений. - В Крымском районе также функционируют три Центра

тестирования комплекса ГТО. Они расположены на базе спортшколы «Урожай» станицы Варениковской, крымской детско-юношеской спортивной школы № 2, а также спортшколы олимпийского резерва «Ровесник». Жители муниципалитета демонстрируют высокие показатели по реализации комплекса ГТО, - обозначил вице-губернатор.



Администрация Сочи

Андрею Прошунину продемонстрировали оборудование для отрасли ЖКХ.

Городское хозяйство Сочи автоматизируют

Иван ДЕМИДЧЕНКО

Это позволит сэкономить бюджетные деньги.

Мэр Сочи Андрей Прошунин бывал с рабочим визитом в Москве, где обсудил с производителями оборудования вопрос автоматизации процессов управления жилищно-коммунальным хозяйством.

Глава города-курорта встретился в столице страны с представителями компаний, производящих оборудование и программно-аппаратные комплексы для отрасли ЖКХ. Подобные системы позволяют объединить и автоматизировать процессы по управлению городским хозяйством.

Это помогает значительно улучшить

качество услуг, которые предоставляются населению, а также способствует формированию комфортной и безопасной городской среды.

Сейчас плотно изучаем опыт регионов и разработки российских производителей для автоматизации городского хозяйства. Уверен, новые платформы в перспективе смогут обеспечить лучший контроль за работой инфраструктуры и позволят экономить бюджет города. С руководителями и специалистами в Москве говорили о развитии «умных» систем в городах и применении энергосберегающих технологий. Опыры уличного освещения на солнечных батареях, например, могут быть рассмотрены в Сочи для установки в отдаленных населенных пунктах или на объектах экотуризма,

пояснил Андрей Прошунин.

В частности, во время поездки в Москву глава курортного города обсуждал вопросы, связанные с развитием системы уличного освещения. Он напомнил, что в Сочи уже заменили на светодиодные порядка 25 тысяч светильников. Помимо этого, модернизировали 574 шкафа управления. Работы выполнялись в соответствии с концепцией «Умного города» в рамках национальной программы «Цифровая экономика».

Под оперативным управлением «Сочисвет» находится более 12 тысяч опор наружного освещения, а также порядка 31 тысячи светильников и торшеров. В этом году планируется реконструировать около 250 объектов сети.

КСТАТИ

ТОС Адлерского района стал призером краевого конкурса

На реализацию проектов по благоустройству ему предоставят дополнительные средства.

В Адлерском районе Сочи по поручению мэра Андрея Прошунина заместитель главы города Галина Москалева провела встречу с местными жителями. Обсуждали вопросы благоустройства, ремонта дорог, развитие систем ЖКХ и многое другое.

На встрече отметили, что по паспорту ТОС в Адлерском районе привели в порядок общественное пространство, которое находится на улице Ленина. Помимо этого, в рамках наказов избирателей на пересечении улиц Крупской и Кирова благоустроили сквер.

На перекрестке улиц Ленина и Кирова благодаря средствам регионального бюджета реконструировали зеленую зону. Благоустройство общественной территории по улице Карла Маркса выполнено за счет средств курортного сбора.

Помимо этого, привели в порядок набережную между реками Мзымта и Херота, протяженность которой составляет порядка четырех километров. На этом участке заменили на новую около 45 тысяч квадратных метров брусчатки.

На встрече также коснулись темы уличного освещения. Ответственная работа продолжится в этом году.

Открытый диалог помогает расставлять приоритеты в работе. Все просьбы и вопросы горожан отражены в паспортах ТОС и планомерно реализуются по различным

программам. К примеру, ТОС «Центральный» Адлерского района по итогам прошлого года стал призером краевого конкурса лучших органов территориального общественного самоуправления и получит на благоустройство общественных территорий дополнительную дотацию из краевого бюджета, - сказала Галина Москалева.

По национальному проекту «Безопасные качественные дороги» отремонтировали участки улиц Кирова, Демократической, Гвардейской, Крупской, Просвещения и Калинина протяженностью около шести километров.

Также напомнили, что перед началом учебного года на территории двух школ оборудовали зоны воркаута.

Наш ТОС - это первая линия гостеприимства. Совместно занимаемся благоустройством, поддержанием порядка. Появляются новые парки, скверы и зоны отдыха. И такие встречи в микрорайонах - очень хорошая инициатива муниципалитета, мы можем донести свои идеи и получать поддержку, - отметила жительница Адлерского района Екатерина Шаповалова.

Отмечается, что по просьбе жителей района заменили 39 контейнеров по сбору мусора и установили восемь ограждений площадок. В ближайшее время приведут в порядок площадку в переулке Белорусском.

Проведена работа по озеленению территории. В рамках профильной муниципальной программы высажено порядка 20 магнолий и сосен, 60 веерных пальм и фиников, а также более 300 различных кустарников.

ВАЖНО!

Мест в школах и детсадах станет больше

На курорте строится ряд образовательных объектов.

Под руководством главы Сочи Андрея Прошунина состоялось совещание, основными вопросами которого стали строительство и сроки сдачи в эксплуатацию школ и дет-

ских садов на территории города-курорта.

Мэр коснулся вопроса возведения школы на 400 мест в микрорайоне Соболевка. Степень ее готовности оценивается в 77%. Все пять корпусов уже построили. На данный момент ведется отделка внутренних помещений и фасада здания.

Отдельно обратили внимание на коммуникации. В частности, будет увеличена пропускная возможность подводных сетей водоснабжения и водоотведения.

Также обсуждался вопрос подключения к инженерным сетям построенного дополнительного

корпуса на 200 мест на территории школы №26, расположенной по улице Голубые Дали. В нем будут заниматься ученики начальных классов. Кроме того, в новом блоке размещены спортивный и актовый залы, столовая полного цикла.

Перед нами стоит задача в краткосрочной перспективе существенно увеличить количество мест в сочинских школах и детских садах. Для строительства объектов образования используем различные механизмы финансирования, в том числе с привлечением инвесторов и средств из вышестоящих бюджетов. При этом на первом месте



Администрация Сочи

всегда стоят вопросы качества выполненных строительных работ, наличия соответствующего образовательным стандартам обо-

разования, развития сети инженерных коммуникаций и улучшения транспортной доступности, - рассказал Андрей Прошунин.

В Сочи одновременно возводятся шесть школ и детский сад.

НАГЛЯДНО

- 6 школ одновременно строятся в Сочи.
- 1 детский сад возводится в городе-курорте.

По данным администрации Сочи.



Григорий КУБАТЬЯН,
военкор «КП»

Опасна ли черноморская рыба после разлива мазута и что стало с крымскими устричными фермами?

Развитие и прогресс - и благо, и наказание для Крыма. Так думаю я, пока еду мимо бесконечно длинного забора арт-кластера «Таврида», надежно отгородившего 30 гектаров самого чистого в Крыму побережья от диких туристов и местных рыбаков. Еще этот мазут...

Сразу за «Тавридой» идет дорожка к недавно обустроенному пляжу Меганом, там даже есть паркинг и современный общественный туалет, закрытый до теплых времен. Приходится зайти в ресторан и заказать воду за 100 рублей - обычная плата за комфорт. В аквариуме ресторана лежат мидии и устрицы. Порция мидий - 900 рублей, одна устрица - 450.

- Это местные? - с подозрением нюхаю воду в аквариуме (бензином не пахнет).

- У нас все свое. Нам привозят, - неопределенно отвечает сотрудник, догадываясь, что человек, вынужденно заказавший воду, вряд ли будет покупать устриц.

Ресторан находится на возвышенности, и мазут ему не страшен. Что ж, есть смысл спуститься к воде и посмотреть, как там дела.

КРЕПКИЕ НИТИ

Я видел следы мазута у берегов Евпатории, это примерно 350 километров от места аварии танкеров в Керченском проливе, но не по прямой, а по дуге. А сейчас я рядом с Судакком - в 130 километрах...

Здесь, в бухте у мыса Меганом, разводят мидий и устриц. Известно, что эти существа - живые фильтры: мидия за сутки прокачивает через себя 120 литров воды, а устрица - до 180. А загрязненная вода на них как повлияет? Что станет с человеком, если он съест в ресторане мазутных мидий на 900 рублей?

Пляж Меганом - обычный, галечный. Кое-где расстелены и придавлены камнями защитные сетки. На камнях кое-где видны капли мазута, обрывки канатов, обломки пластика и другие следы человеческой жизнедеятельности. Такие пляжи по всему миру, этот еще чистый. Если пройти до края бухты, можно выйти к открытой площадке, вроде

летнего кафе, пустующего в мертвый сезон. В стороне две старые лодки вытаснены на берег. Двое мужчин в рабочей одежде сидят за деревянным столом и, судя по их виду, ждут, пока в толще воды вырастут на продажу моллюски.

БУХТА САМООЧИСТКИ

Загорелый мужчина покрупнее, в шапке Кусто, - Андрей Александрович Керш, директор компании. Спокойствием и уверенностью он сам немного напоминает гигантскую ракушку.

том придется оттирать. А в принципе вещество природное. Там, где случилась авария, ситуация серьезная, но до нас это почти не докатилось.

Я пытаю директора Керша: а вот с застывшим на дне мазутом что станет? Не поднимется ли он на поверхность при нагревании воды? Ведь тогда сетки с мидиями окажутся под угрозой.

- Да мазут и так плавает. Он легче воды, - отвечает он. - А почему опускается на дно? Может, на него налипает песок. Его сносит в застойные места в море, а таких много. По сравнению с объемом воды в Черном море 4 тысячи тонн мазута - это ничто, ноль. Даже сбросы очистных сооружений больше.

- То есть у моря хватит сил, чтобы самоочиститься?

- Однозначно. К тому же мазут - это углеводород. Его разрушат ультрафиолет, кислород и бактерии, - объясняет Керш и вздыхает. - Ничто не вечно... Вон у нас ящик пластиковый. Пять лет простоял на улице, а вчера рассыпался.

МАЗУТ В «ОЧКАХ»

Во время жуткого осеннего шторма 2023 года ферма «Биссус» погибла. Пятитонные грузы, удерживающие плантацию, разметало как рыбацьи поплавки. 100 тонн мидий и устриц отправились в плавание по Черному морю, без надежды вернуться к родному берегу.

Нынешние два гектара под-

Это мидийно-устричная ферма «Биссус». Ее название означает нити, которыми моллюск прикрепляется к скалам. Вот и они 10 лет назад прикрепились к крымскому берегу и потихоньку растут. Производят до 50 тонн мидий и 20 тысяч устриц каждый год. По внешнему виду фермы, правда, этого не скажешь - все богатство спрятано в воду. Бизнес рискованный. В позапрошлом году, например, урожай утащило в глубины моря во время шторма. Теперь вот новая беда - экологическая.

Я провел эксперимент, как я считал, с риском для жизни, и попробовал. Следов мазута не учуял.

- Моллюсков на анализы мы сдаем постоянно. Пока ничего не ощущается. Да, собираем мазут. Да, птицы гибнут. А на ферме не сказывается, она - в средней толще воды в 600 метрах от берега, - флегматично говорит директор.

- Это может быть опасно! Мазут-то рядом плавает! - восклицаю я.

- Голой задницей садиться в мазут неприятно, по-



Директор фермы Андрей Керш предлагает его устрицы. Он уверен: их можно есть не опасаясь.



Григорий КУБАТЬЯН/«КП» - Москва

водных плантаций - то, что удалось восстановить за год работы. Сейчас компания строит новое помещение на берегу, чтобы создать для работников хоть какие-то бытовые условия. Затем планируют построить питомник для мидий. С документами пока беда: по одним заключениям чиновников, вроде бы все в порядке и можно оформить аренду прибрежного участка, по другим - ничего строить нельзя, потому что здесь должен быть пляж, потому что больше нигде.

Андрей Александрович запахивает куртку - уже зябко, встает и озабоченно глядит на воду. По воде плавает жирное пятно.

- Что там? Мазут? - выглядываю из-за его широкой спины.

- Кто-то посуду сполоснул, - отвечает он. - Сейчас оттяжной ветер. В Турцию гонит. Но до Турции мазут не дойдет. Там течение, называется «большие черноморские очки» - два огромных вихря. В них и будет болтаться.

- А если нагревшийся мазут все же всплывет, растечется пленкой, что будет с мидиями? - я все не унимаюсь.

- На створки мидий попадет мазутная пленка. Я знаю, как этого избежать, но рассказывать не буду. Есть сорбенты, поверхностно-активные вещества, связывающие жиры, как в моющих средствах...

ИЗ ПОДВАЛА - К СТОЛУ

Лично я отношусь к морепродуктам с опаской. Съешь чуть больше, чем стоило бы, или чуть испорченные - и все, путевка к доктору. А тут такое! Есть от чего переживать. Но директор Керш верит в живучесть моллюсков и их способность к самоочищению.

- У мидии нет такого понятия, как срок хранения. Она живая. А если не живая, значит, есть ее нельзя, - объясняет он.

Недавно Керш провел эксперимент: взял несколько пластиковых коробок с устрицами, закрыл их в вакууме - то есть в воде, отвез домой и положил в холодильник. Ел их две недели, и все это время они оставались живыми.

Мидии и устрицы вообще могут обходиться без воды, так как живут в литорали - в приливно-отливных зонах. Им нужна лишь влажная среда. Был случай, когда устрица целый год жила в сыром подвале и прекрасно себя чувствовала (владельцем сырых подвалов на заметку!).

УСТРИЦЫ ЖУЙ!

Цена моллюсков у производителя ниже, чем в ресторанах, особенно в столичных. Мидии - 300 рублей за кило, устрица - 150 за штуку. А все же бизнес выгодный.

Может ли моллюск с мазутом попасть на прилавок? Маловероятно. Фермы, работающие официально, сдают на анализы пробу из каждой партии. Разве что ресторан или магазин закупит живой товар у браконьера. Но в таком случае опасность можно будет распознать по запаху. Самой устрице мазут не страшен. Она его отфильтрует и, по выражению Керша, «отфекалит». В ее ткани мазут не попадет.

МНОГО ЧЕСТИ ЧЕЛОВЕКУ

Мидийно-устричная плантация висит в воде на глубине от 3 до 15 метров. Помощник

Керша Анатолий показывает коллектор - рукав из сетки, похожий на тот, в котором хранят лук, только длиннее и крепче. Эти рукава - по 5 метров. В сетки с мелкой ячейкой сажают самые мелкие мидии. Когда малышки вырастают, их пересаживают в рукава с ячейкой крупнее. Пока мидия растет до товарного размера, ее пересаживают 4 раза. На это уходит год-два.

Устрица растет еще дольше. Оригинальная плоско-черноморская устрица практически погибла и сейчас занесена в Красную книгу. В Черном море выращивают гигантскую тихоокеанскую (*Crassostrea gigas*), которая растет до 30 лет. Такая любовью мазут переживает.

- **Что же, катастрофа - не катастрофа?! И моллюскам ничего не угрожает?**

- Вы знаете, что за последние 10 лет мидия из литорали, из береговой зоны, полностью исчезла? - внимательно смотрит на меня Керш. - Вопрос: почему? Никто не может ответить. В береговой части ее нет, а на глубине она есть и отлично нерестится.

- **Так человек и виноват: или всю собрал, или воду загрязнил?**

- На берегу мидий не осталось даже там, где не бывает человека. А раньше дети на пляже собирали и готовили. Может, перемены в климате виноваты или еще что? Вот говорят: мазут! А в портах вы его не видели, что ли? В Москве-реке или в Неве? 15-20 лет назад там одна дрянь плавала, это сейчас почистили. И рыбу ловят. Сказать, что человек разрушил природу, - это, знаете, много чести!



Ферма с мидиями - это вам не сарай на берегу, а высокотехнологичное подводное предприятие.

Чтобы окончательно ответить на вопрос, опасен ли мазут для морепродуктов, звоню руководителю ассоциации «Евразийский аквакультурный альянс» Александру Невредину.

- Аквакультура слабо развита в Черном море. Она далеко от берега и в глубоких местах, не затронутых последствиями разлива. На западном побережье Крыма есть крупное хозяйство, в Сочи есть, в Сириусе, в Кабардинке, в Утрише немного. Отрасль хорошо развита в Мурманской области, на Дальнем Востоке. На Черном море эти технологии мало используются. В Азовском море ее вообще нет. Много рыбы выращивают турки, но до Турции мазут не дойдет.

Разлив мазута представляет опасность для прибрежных и донных видов рыбы - бычков или камбалы. Но у нас они почти не выращиваются. Моллюсков дер-

У туризма вопросов побольше

СЛОВО НАУКЕ

жат на глубине и удалении от берега, а разлив произошел на мелководье.

По сравнению с объемом Черного и Азовского морей это одна миллиардная часть. Вспомните, в Мексиканском заливе вылилось в сто раз больше нефти (в 2010 году разлив продолжался 152 дня, из скважины в залив вытекло около 640 тысяч тонн нефти. - Ред.), и сегодня об этом уже ничего не напоминает.

Экологическая ситуация скорее может повлиять на туризм, в особенности анапские пляжи, а

для промышленного рыболовства нет больших рисков - лов идет в открытом море. Ну а прибрежным ловцам стоит быть внимательными, рыба может оказаться в мазуте. Опасности загрязненная рыба или моллюски для потребителя не представляют. Загрязнение будет сразу видно. Если рыба съела мазут, она долго не проживет. А на мидиях и устрицах любая грязь будет еще заметнее. Такие, естественно, есть нельзя, но сейчас благодаря Роскомнадзору идет жесткий ветеринарный контроль всей продукции.



Будет ли курортный сезон в Анапе? Ответы на главные вопросы о катастрофе в Черном море ищите на KP.RU



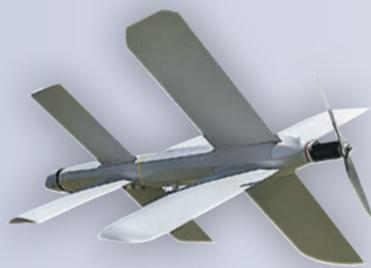
Любимая газета страны КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА! ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

ЧИТАЙТЕ В НОМЕР



Анастасия Волочкова
о браке дочери:

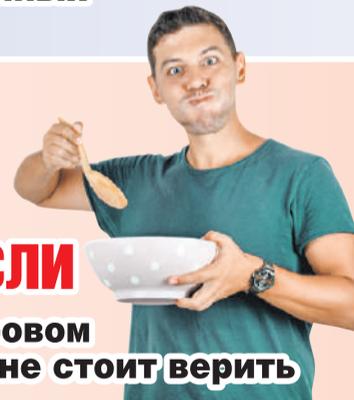
Я оплачу свадьбу, а квартиру ей обязан купить отец!



Пуля - дура, дрон - молодец

«Комсомолка» составила рейтинг лучших отечественных беспилотников

Лезут в голову глупые мюсли



Пять мифов о здоровом питании, которым не стоит верить



Ученые пытаются доказать существование загробного мира

В ПРОДАЖЕ С 12 ФЕВРАЛЯ



80 лет назад
случился самый
фантастический
воздушный
побег Великой
Отечественной.

За Девятаевым гнался кавалер двух Железных крестов

Игорь ЕМЕЛЬЯНОВ

8 февраля 1945 года из немецкого концлагеря особого режима на острове Узедом сбежали 10 заключенных. Тут, на полигоне Пенемюнде, нацисты испытывали супероружие, которое должно было, как обещал Гитлер, переломить ход войны. Это ракеты «Фау-2». А узников концлагеря держали как чернорабочих при ракетных шахтах и аэродроме. И никак не ждали от изможденных пленников такой дерзости — они угнали немецкий бомбардировщик и, пролетев на нем 300 километров сквозь линию фронта, добрались до своих. Их вел советский офицер Михаил Девятаев.

Как подобное удалось — «КП» расспросила военного историка Юрия КНУТОВА.

РАКЕТНЫЙ ОСТРОВ

- Неужели немцы на острове так слабо охраняли свои самолеты?

- В феврале 1945-го большинство хорошо подготовленных военных вермахта и СС были на фронте. Конечно, ракетный полигон был важнейшим объектом рейха. Но личный состав в оцеплении аэродрома не был элитой.

- Почему немцы сразу, еще на взлетке, не стреляли по бомбардировщику?

- Для этого надо было понять, что самолет угнали. Как они могли вычислить, что в кабине не немецкие летчики, а советские заключенные?

- Что за самолет выбрал Девятаев для угона?

- «Хейнкель-111 Н-22». Командир — обер-лейтенант Карл-Хайнц Грауденц. Этот двухмоторный бомбардировщик для испытаний «Фау-2». Там полно было сложной аппаратуры. Она следила, как ракеты вели себя после пуска.

СМЫШЛЕННЫЙ ИСТРЕБИТЕЛЬ

- Как Девятаев с ним справился?

- Девятаев был летчиком-истребителем, в начале войны летал на И-16 и Як-1. Сбит был летом 1944-го на лендлизовской американской «Аэрокобре». Он не летал на бомбардировщиках, тем более — немецких. И не знал их точный порядок запуска двигателей, тонкостей управления закрылками.

Но в плену он кое-что выучил по-немецки. А работа

Устроившие «Побег из ада» (так называлась книга Девятаева, изданная уже 1968 году) не сразу стали героями. Все бывшие военнопленные проходили тогда через проверку Смерша. В итоге из 10 «девятаевцев» шестерых рядовых в марте 1945-го отправили в стрелковые роты — и большинство погибло при форсировании Одера. А сам Девятаев с тремя бывшими офицерами оказались... в лагере Заксенхаузен, где он уже был в плену и который после освобождения от немцев на время стал спецлагерем № 7 НКВД. Там летчика-героя проверяли полгода, и лишь после вмешательства знаменитого конструктора ракет **Сергея Королева** Девятаев был отправлен в Псковскую область младшим лейтенантом-артиллеристом.

на аэродроме, мог заглянуть в кабину. Понять, где какой тумблер в каком состоянии, — ему ведь нужно было только взлететь. В то время самолеты не были настолько сложными, как сейчас. Принцип управления у большинства машин был схож.

- Как пленные подгадали со временем побега?

- Строго в 12.00 пилоты уходили на обед. Один из наших пленных штырем вырубил охранника, добрались до ангара. Девятаев этой железкой пробил дверь кабины, открыл запор фюзеляжа.

- А ключ зажигания?

- Немецкий летчик его оставил в кабине!

- Это была беспечность пилота или наше везение?

- На остров тогда уже регулярно совершали налеты и наша авиация, и союзники. Как только поступала информация, немецкие истребители поднимались на перехват, а бомбардировщики уходили в море, чтобы их не уничтожили стоящими на аэродроме. Потому и ключ в замке.

СПРАВКА «КП»

- Но Девятаев мотор с ходу не запустил?

- Аккумуляторы этого «Хейнкеля» стояли на зарядке. Наш летчик это быстро понял — его «команда» подкатила их на тележке, подняла наверх, а Девятаев подключил.

- Смог взлететь сразу?

- Снова нет. Триммер руля был в положение «на посадку». «Хейнкель» доехал до конца взлетки и развернулся. Надо было срочно отжать штурвал.

- Девятаев этого сделать не мог?

- На большинстве самолетов, чтобы отжать штурвал, надо было вытянуть трос — это большое усилие. Узники были, конечно, истощены. Потому участникам побега пришлось Девятаеву помогать.

НЕМЦЫ НЕ СБИЛИ

- Была погоня?

- Да, за угонщиками в небо отправили обер-лейтенанта Гюнтера Хобоме. Кавалера двух Железных крестов.

- Он знал курс Девятаева?

- Нет, что и спасло! Хобоме не знал, пойдут ли русские на север, в Швецию, или на восток — и не нашел бомбардировщик. Плюс мастерство



Герой Советского Союза Михаил Девятаев в кабине самолета вместе с внуком Михаилом — на большом воздушном празднике в честь своего 80-летия (1997 год).



Личный архив Михаила Девятаева

ТОЛЬКО ФАКТЫ

• Первый фашистский «Юнкерс» Девятаев сбил на своем фанерном «Ишачке» (как прозвали легкий истребитель И-16) 24 июня 1941 года над Минском.

• Впервые сам был сбит 26 июня в Белоруссии, потом 21 сентября 1941-го под Тулой, в третий раз — 13 июля 1944-го подо Львовом.

• После тяжелого ранения в ногу два года воевал в санитарной авиации, эвакуировав 140 раненых бойцов и офицеров, из них 6 генералов.

• В истребительную авиацию возвращен с подачи **Покрышкина**, сбил 9 самолетов врага.

• К званию Героя Советского Союза представлен 15 августа 1957 года по инициативе Сергея Королева.

• В 2002 году, за 5 месяцев до своей смерти, 85-летний Девятаев в Пенемюнде на съемках документального фильма встретился с летчиком Хобомом, который не догнал его в феврале 1945-го.

ПОМОЩЬ КОРОЛЕВА

- Как пересеклись пути Девятаева и Королева?

- Он разыскал Девятаева осенью 1945-го, когда узнал про летчика, сбежавшего с острова, где делали «Фау-2».

- Почему Девятаева раньше не выпустили — он же секретные документы и аппаратуру доставил?

- Слишком фантастический был побег! Поверить не могли. Но подвиг Девятаева сыграл важную роль. Сначала с его подачи отбомбили ракетные объекты на полигоне, откуда он сбежал — и пусков «Фау» больше не было. Потом Девятаев показал Королеву, где что находилось на острове и где части ракет могли остаться. Королев вскоре после этого выработал свои подходы к ракетостроению, они отличались от немецких. И про вклад Девятаева не забыл...

ЗАНОВО РОЖДЕННЫЙ

«Сгорел» в лагере смерти

По документам немецкого лагеря смерти Заксенхаузен, Михаил Девятаев погиб еще 5 декабря 1944 года. Туда его сослали «на утилизацию» после неудавшегося побега из концлагеря в Лодзи... Спасительную для узника-летчика путаницу внес лагерный парикмахер. Он в барачке санобработки забрал у настоящего старшего лейтенанта Девятаева его бирку смертника. И выдал ему бирку штрафника № 104533 — только что забитого охранниками учителя из Киева Степана Григорьевича Никитенко. Который под именем Михаил Девятаев и был вскоре сожжен. А штрафник «Никитенко» отправлен на работы на остров, где делали ракеты...

Он отказывается брать деньги, потому что играет для сильных духом. Для Мариуполя.

Юлия АНДРИЕНКО

Мариуполь тонет в зимнем тумане. За новенькими, будто игрушечными, домами, свеженькими заборчиками и яркими витринами еще остались руины, сгоревшие фасады и рытвины от обстрелов на тротуарах. Они будто портал в прошлое...

Вдруг до уха доносится вальс «Амурские волны», а за ним - разудалый «Мохнатый шмель».

Как ежик в тумане, иду на звук... Оказалось, на звук президентского баяна.

ДУША НЕ ПРОДАЕТСЯ

77-летний военный пенсионер Анатолий Перонко радуется своих земляков бесплатными концертами. Он совершенно ослеп, но музыка дарит ему свет.

- Подходят люди, спрашивают: куда вам денежку положить? Слышу по голосу - старики. Говорю: что вы?! Я не нищий, пенсия есть - 20 тысяч, я бесплатно. Что вам сыграть? - говорит мне он.

Концерты длятся и час, и два. Старики-мариупольцы вытирают слезы, дети танцуют. А для Анатолия Николаевича это главная радость. Однажды к нему подошли цыгане: «Ай! Какой баян! Ай, какой звук! Продай». Тот ни в какую, они цену поднимают. Тогда он встал, сложил баян: «Это душа моя! Как можно душу продать?»

ПИСЬМО ПРЕЗИДЕНТУ

Вот только баян у Анатолия был чуть моложе своего хозяина. А новый себе он позволить не мог. Однажды решил написать письмо президенту **Путину!** Попросить инструмент. Написал, что он житель Мариуполя, отставной советский офицер, хочет радовать музыкой земляков. На почте долго на принимали письмо, на котором только и было: «Москва. Кремль. Путину».

- Говорят, вы что, издеваетесь? Думаете, ему есть когда ваши послания читать? Но убедил я их, письмо отправили. И через месяц ко мне пришла делегация во главе с нашим мэром и... новым баяном! «Кубань» называется. Вот радость была, - рассказывает баянист.



Баянист Анатолий Перонко и его муза - жена Юлия вместе пережили бои в Мариуполе и рассказали «КП» свой секрет крепости семьи.

Юлия АНДРИЕНКО / «КП» - Москва

Слепой музыкант с баяном от Путина

Подарок он поставил на самое почетное место в квартире.

- Только в морозы не играю. Инструмент этого не любит. Начинает сразу пищать: «И-и-и! Заме-е-ерз! Пощади-и-и!» - говорит музыкант и приглашает меня домой пить чай.

НАЧИНАЛ НА ТАБУРЕТКЕ

- К музыке у меня тяготение лет с четырех. Как-то услышал, как играл на баяне мой дядя, и с тех пор «заболел».

Однако баян стоил тогда 1,5 тысячи рублей - целое состояние для семьи, где папа, водитель, получал 80 рублей, а мама, кухонный работник, 50.

- Но мечта сбылась. Родители заняли деньги, купили баян. И отдали в музыкальную студию, которую я окончил на отлично, - говорит Анатолий.

И потом уже музыка сопровождала всю его жизнь. В техникуме выступал на всех концертах, в армии был в особом почете, дома ни один праздник не обходился без баяна. Жизнь свою Анатолий связал с наземной службой военных аэродромов.

- Вот говорят гордо: «Летчик!» А что делает летчик без технарей? Не взлетит. Окончил я службу старшим прапорщиком, а летная форма и сейчас меня спасает, как когда-то спасла Маресьева. Я бы без этого теплого комбинезона не смог часами играть на улице. Посмотрите, как нас Родина одевала, - музыкант на ощупь открывает шкаф и показывает свою зимнюю форму на натуральном меху. Тут же висит и его «парадка» с наградами.

«ВАС ЖДЕТ СЛЕПОТА»

Можно только представить, каким шоком стало для советского офицера известие о развале страны. Тогда и начались первые проблемы со зрением.

- Я сначала не обращал внимания. А потом стал видеть только облака.

Начались страшные приступы боли. Пошел к врачу. Тот только пальцы приложил к моим векам, сразу понял - высокое давление. Обследовал и сказал прямо: вас очень скоро ждет полная слепота, - говорит Анатолий.

На сегодня один глаз Анатолия ослеп полностью, второй сохранил одну сотую зрения, то есть мужчина различает только свет. Но и тогда Анатолий не оставил музыку. Говорит, что слух его только больше обострился, фальшивые ноты слышит сразу и не прощает их себе.

- Репетирую каждый день. С соседями у нас «пакт о ненападении». Мы терпим, когда у них собаки лают, а они - мои «музыкальные разминки». Если на неделю оставить занятия, пальцы становятся деревянными, - признается музыкант.

МУЗА

Настоящей музой и «глазами» музыканта стала его жена Юлия Васильевна.

- Дело было на День Победы, - вспоминает Анатолий. - Мне доверили нести знамя, а у меня в руках куча конспектов. Глядь, девушка рядом стоит. Я ее попросил подержать конспекты. А потом мы студенческой группой едем в лес, и там я снова встречаю ее. Свою Юленьку. С тех пор и не расстаемся.

- А у меня вся семья музыкальная: мама играла на балалайке, отец - на гармошке, мандолине. Нас, детей, у них было восемь. Чем не хор? Поэтому и Толика моего в тот «ансамбль» сразу приняли. Мы вместе уж 53 года, - улыбается Юлия.

А секретом крепости семьи называют взаимные уступки друг другу.

- Говорить о любви человеку нужно не тогда, когда его на кладбище понесут, а при жизни. И чувствовать друг друга, как мелодию. Не фальшивить, - замечает Анатолий и на прощание, уже в дверях, заводит «Прощание славянки».

Такая у него традиция.

- Глупо жаловаться. Мы столько испытали и живы остались. Значит, для чего-то еще мы здесь Богу нужны. Вот и буду дарить радость людям своим баяном. А даст Бог, и для Путина сыграю.

ВЗГЛЯД В ПРОШЛОЕ

Первый хлеб - от русских

Замолчал баян надолго только весной 2022-го, когда начались бои в Мариуполе.

- С нами жила неходячая сестра жены. В подвал она бы не спустилась, мы ее бросить не могли. Сядем втроем в коридоре, обнимемся, накроемся одеялами, стекла летят, пол дрожит, - вспоминает Анатолий.

- В квартире - ноль, на улице - минус пять. Ни света, ни воды, ни отопления. В городе не осталось спасательных служб, украинские власти сразу бросили Мариуполь. Помню, завалило плитой подъезд, а там люди кричат, помочь некому. Нам повезло - квартиру нашу спас

тополь, принял на себя осколок снаряда.

Музыкант признается, что мариупольцы освобождения ждали, верили, что рано или поздно будут с Россией. И дело было даже не в том, что двух пенсий в семье при Украине едва хватало на «коммуналку» и еду.

- Я, советский офицер, вынужден был скрывать свои взгляды, тайком с друзьями отмечал День Победы. Однажды не выдержал. Вступился за деда, к которому прицепились в автобусе за георгиевскую ленту. А вся маршрутка молчит. Вот я слепой и полез в драку. Мне досталось, но дедушку я защитил. И таких стычек с 2014-го у меня было немало, - говорит Анатолий.

Читатели рекомендуют



Книга Александра Коца «500 дней поражений и побед»

★★★★★ **Алексей:**

Начал читать военкора Коца в его Телеграме. Там вся правда про СВО. И книга очень честная. На грани литературы и публицистики. Но главное - Коцу мы верим.

★★★★★ **Олег:**

Книгу можно рекомендовать для изучения в школах России как исторический документ.

★★★★★ **Лица:**

Личный опыт очевидца событий - конкретно и правдиво.

Книгу можно заказать на shop.kp.ru и приобрести в книжных магазинах и на маркетплейсах



10
природных
«антибиотиков»,
которые
помогут
в сезон ОРВИ.

Ягода манила, от простуд лечила

Анна КУКАРЦЕВА

- Природа придумала много защитных механизмов для растений и животных, по сути, наделив их свойствами антибиотиков, которые могут бороться с бактериями и грибами, - говорит наш постоянный эксперт, диетолог, врач-эпидемиолог Людмила Денисенко. - Конечно, лечиться исключительно с их помощью не стоит - нужно выполнять предписания врача. Но поддержать организм полезными и вкусными добавками будет явно не лишним.



Людмила Денисенко.

Бasilik - универсальный помощник

Эта ароматная трава пользовалась популярностью еще у древних лекарей. Ее часто использовали в смесях для лечения кашля, больного горла, при циститах и запорах. Обладает смягчающим и спазмолитическим действием. Добавляйте свежий базилик в салаты или в самом конце в тушеное мясо (длительное воздействие температур разрушает эфирные масла). К сожалению, трава не хранится долго, использовать нужно только свежие листочки и веточки.



Есть у базилика и противопоказания - его не советуют беременным и людям с диабетом, со склонностью к образованию тромбов. Обычно рекомендуют не более 30 граммов базилика в день.

Брусника - киллер для бактерий



Целебные у брусники не только ягоды, но и листья. Плоды брусники богаты полифенолами и эфирным маслом, в котором содержится около 70 полезных органических соединений. В ее плодах содержится бензойная кислота - натуральный консервант. Из-за нее болезнетворные бактерии теряют способность к развитию и размножению. Именно бензойная кислота и превращает бруснику в антибиотик. Особенно хороша брусника при лечении циститов.

Очень полезен морс из ягод - он подавляет развитие микробов и выводит токсины, а содержащиеся в нем витамины укрепляют силы, особенно после болезни. Хорошо пить морс и при онкологических заболеваниях - при раковой интоксикации и после химиотерапии.

С осторожностью стоит применять бруснику при обострениях болезней ЖКТ, в частности язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

Голубика - свежее противовоспалительное



Плоды этого растения содержат вещество, подобное аспирину, обладающее болеутоляющим и жаропонижающим действием. Отвары и морсы из голубики обладают высоким противовоспалительным действием, их часто назначают при воспалении легких, почек или мочевого пузыря. Но полезнее всего свежая голубика, если есть ее не больше 100-150 граммов в день.

Также ягода хороша для людей с сердечно-сосудистыми заболеваниями и анемией.

Гранат - при кашле и после болезней



Гранатовый сок хорошо помогает при простудных заболеваниях: вяжущие вещества помогают вывести мокроту при бронхитах и пневмониях, а также стимулируют работу поджелудочной железы. Во время простуды рекомендуют каждый день съедать по гранату.

Но при повышенной кислотности желудка гранатовый сок в чистом виде противопоказан - лучше разбавлять его наполовину водой или морковным соком.

Капуста - полезнее квашеная



Воистину чудо-овощ, причем неважно - белокочанная или брокколи, все виды капусты полезны. Капуста содержит в себе целый список полезных веществ, необходимых для полноценной жизни человека, - клетчатка, каротин, фолиевая кислота, соли калия, кальция, фосфора и весь набор витаминов. Она помогает обмену веществ, обладает обезболивающим и противовоспалительным действием.

Капуста обладает и противомикробными свойствами. Причем ее антибиотические свойства увеличиваются во время ферментации (квашения).

С осторожностью ее нужно употреблять людям, склонным к вздутию живота, страдающим гипертонией (капуста может быть слишком соленой, что увеличивает отеки и повышает артериальное давление).

Клюква - царица ягод



Обладает противовирусными и антибиотическими свойствами и является прекрасным антиоксидантом. Людям, страдающим заболеваниями мочеполовой системы, без клюквенного сока просто не обойтись. Ученые обнаружили в клюкве кислоты, идентичные действию антибиотиков против микробов класса E. Coli (это большая группа бактерий, которые вызывают воспаления почек, мочевого пузыря, инфекционный гастроэнтерит).

Кроме того, целительные свойства ягоды препятствуют распространению бактерий *Helicobacter pylori*, которые вызывают язву желудка.

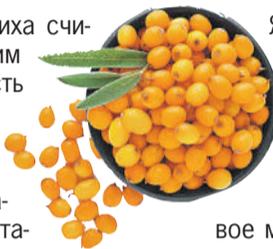
Свежие ягоды имеют слабительный эффект, поэтому есть их нужно с осторожностью.



Shutterstock

Облепиха - кладезь витаминов и микроэлементов. Но собирать ее - тяжелый труд.

Облепиха - полезна и замороженная



Недаром облепиха считается российским суперфудом, то есть растением с огромным количеством благотворных свойств. В ней настоящий букет витаминов, микроэлементов и органических кислот, чрезвычайно важных для профилактики и лечения многих заболеваний.

Ягоды облепихи хорошо сохраняются в замороженном виде. Их можно добавлять в чай или варить морсы и пить во время простуды.

Полезно и облепиховое масло как бактерицидное и ранозаживляющее. Причем ягоды при язве противопоказаны, зато масло облепихи очень рекомендовано.

Редька - с медом против кашля



Знаменитый рецепт российских деревень: в простудный сезон вырезать в черной редьке отверстие, положить туда 1-2 ложки меда. Настоять. При приступах кашля принимать по столовой ложке сока редьки с медом 3 раза в день. Отличное противокашлевое и противопростудное средство.

В черной (да и зеленой) редьке много витамина С, калия, магния, кальция. Ее сок - мощный ранозаживляющий антисептик. Особый вкус редьке дают эфирные масла и гликозиды, которые обладают бактерицидными свойствами.

Не стоит есть много редьки при гастрите, тяжелых заболеваниях почек, при язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

Черная смородина - домашний доктор



В ней точно больше витамина С, чем в лимонах, даже в замороженной. Плюс дезинфицирующие и противовоспалительные вещества. В пищу идут не только ягоды, но и листья, которые используют в травяных чаях. Чай из листьев и морсы из ягод полезны при инфекциях верхних дыхательных путей и в целом

при простуде благодаря фитонцидам, способным обезвредить множество бактерий. Она также способна подавлять вирусы кори и герпеса.

Свежие ягоды могут оказаться слишком кислыми и раздражать слизистые, поэтому старайтесь не злоупотреблять - достаточно 100-150 граммов ягод в день.

Цитрусовые - хранилище витаминов



Несмотря на то, что цитрусовые уступают нашим смородине и облепихе по содержанию витамина С, но они все же важны в питании. Дело в том, что грейпфруты созревают в декабре и сохраняют всю пользу до середины лета, пока поспеют наши ягоды. Рекомендуют зимой съедать в день по четвертинке грейпфрута для профилактики простудных инфекций.

А лимон - один из лучших природных антисептиков. Сок лимона, разведенный в воде (0,5 лимона в 1/2 стакана воды), полезен для полоскания при ангине, также можно употреблять как наружное лекарство при грибковых заболеваниях кожи.

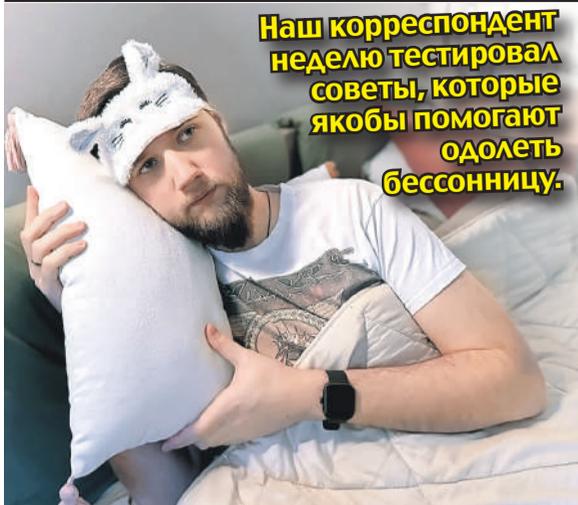
Но стоит помнить, что цитрусовые - серьезные аллергены.

КСТАТИ

Существуют еще и приправы-«антибиотики», например, горчица, хрен, имбирь, корица, чеснок. Их тоже рекомендуется добавлять в пищу. Но с осторожностью людям с проблемами ЖКТ. И, конечно, отличным антимикробным действием обладают всем известные лук и мед.

Диетолог Людмила Денисенко





Наш корреспондент неделю тестировал советы, которые якобы помогают одолеть бессонницу.

Личный архив Андрея Абрамова

Андрей АБРАМОВ

Проблемы с засыпанием у меня последний год. По молодости было так: только приложил голову к подушке - срубил. А сейчас мысли роятся, ворочаюсь, будто матрас горохом набит. Иногда спать вроде хочется, но не можешь. И тут соцсети стали изобиловать советами по быстрому засыпанию. Подают это все едва ли не как секретные техники тибетских монахов.

Следующую неделю я решил тестировать перед сном каждый прием и вести дневник. А после спросил мнение врача по каждому лайфхаку. Моим консультантом стал заведующий центром сомнологии ФГБУ НМИЦО ФМБА России Дмитрий ДУЙКИН.

Уснуть за 60 секунд

НОЧЬ 3

И уносит меня...

Садитесь на край кровати, закрываете глаза. Начинаете 150 раз медленно мотать головой из стороны в сторону, будто показываете жест «нет». Как только почувствуете головокружение, ложитесь - и засыпаете.

Мои наблюдения:

- Махание головой в потемках действительно вгоняет в какой-то полупьяный эффект, когда пол начинает лезть

на стены. Первый раз я почти заснул, но потом, как это бывает в состояниях на грани сна и реальности, - дернулась нога. Проснулся. Поворочался минут десять и повторил. На этот раз заснул.

Мнение врача:

- Одним такой способ зайдет на ура, а другого увезут на скорой с инсультом. Такие лайфхаки из интернета - игра в рулетку, возможно, русскую. Подбирая под себя подобные техники, консультируйтесь с доктором.

Осторожно! Способ, опробованный нашим корреспондентом в шестую ночь, может вызвать приступы ночного сюрреализма. Примерно как на картине Дали - «Сон, навеянный полетом пчелы вокруг граната, за миг до пробуждения».



Музей Thyssen-Bornemisza, Madrid.

НОЧЬ 4

Тематические считалки

Продвинутая версия подсчета овец. Выбираете категорию. Например, фрукты. Далее начинаете в алфавитном порядке вспоминать: «А - Арбуз, Б - Банан, В - вишня» и т. д.

Мои наблюдения:

- Никогда не помогали такие «игры». Самая простая: считать до 100 и обратно. Здесь я перечислял марки машин, животных, прочитанные книги - сознание только цеплялось за что-нибудь

знакомое и начинало подсовывать истории: «Да, вот такая машина у твоего друга была. А эту книгу ты читал, когда на пляже лежал...»

Мнение врача:

- Метод работает, но абсолютно индивидуально. Можно представить свой шкаф с одеждой и начать подбирать по цвету, типу, фасону, размеру, стилю варианты наряда. Считаете алфавитом и засыпаете - прекрасно!

НОЧЬ 5

Упал, отжался - спишь

Суть: перед сном дать организму немного физической активности. Например, сходить на прогулку вокруг дома, сделать гимнастику по типу ЛФК. После физнагрузок тело стремится перейти в фазу отдыха - и вы быстрее уснете.

Мои наблюдения:

- Гулять не понравилось: зима, надо много одежды надевать. Возможно, в теплое время года вернусь к способу. Легкую гимнастику сделал в другой день. Включил ролик с лечебной физкультурой, которую обычно делают пожилые. Потом вечерний туалет, туда-сюда и... заснул быстро. Беру на вооружение.

Мнение врача:

- Замечательный метод, но рекомендую его скорректировать. Прямо перед сном физических нагрузок избегайте, ведь необходимо «замедлить» процессы в организме. Легкую гимнастику делайте за 2 - 3 часа до сна. Тяжелую, спортивную - не позднее чем за 4 - 5 часов до сна. Регулярные аэробные нагрузки помогают насытить кровь кислородом.



НОЧЬ 1

Дышим на раз-два

Первым подвернулся совет использовать технику дыхания «4 - 7 - 8». Четыре секунды на вдох, на семь задерживаем дыхание и восемь секунд выдыхаем. Соцсети писали: сделать так раз пять-шесть и уже видишь сны. Якобы это активизирует парасимпатическую нервную систему, которая, если упростить теорию, отвечает в том числе и за отдых.

Мои наблюдения:

- В эту ночь способ не помог. Зациклился, что нужно высчитывать странные интервалы дыхания. Позже прочел: можно дышать по три или пять секунд

на каждую фазу. И когда бремя ответственности эксперимента надо мной не висело, я нормально засыпал, вдыхая и «тройками» и «4 - 7 - 8». Уже в хорошем смысле циклишься на дыхании и засыпаете.

Мнение врача:

- Практика прекрасная, подходит тревожным людям, склонным к быстрой смене настроений. Медленное дыхание рефлекторно тормозит нервную систему, снижаются давление, пульс, ритмы успокаиваются, вы засыпаете. Пара-тройка недель таких упражнений - и будет засыпать быстрее.

НОЧЬ 2

Коктейль Белоснежки

Полстакана вишневого сока, одна столовая ложка магния и немного газировки. Первый содержит мелатонин, он же «гормон сна». Магний расслабляет мышцы, а пузырьки газировки быстрее помогают всасываться в кровь этому добру.

Мои наблюдения:

- Магний купил на маркетплейсах, его также продают в аптеках. Цена банки 500 - 1000 руб. Хватит примерно на 30 напитков. Меня смутило, что каждая компания указывает свою дозировку в составе: где-то она измеряется парой сотен мг, а где-то тысячами! От напитка был эффект. Выражался он в следующем: громко урчал живот, и жена начала ворчать, что бульканья ей мешают.

Мнение врача:

- Коктейль имеет степень эффективности и уровень доказательности БАДов: веришь - поможет. Магний в продуктах не помешает. Суточная потребность взрослого человека в нем составляет 310 - 320 мг для женщин и 400 - 420 мг для мужчин. А сколько его в столовой ложке? Не получить бы гипервитаминоз! Могу порекомендовать пить травяные настои успокаивающего направления.

ВОПРОС - РЕБРОМ

Что делать, если сон никак не приходит?

- Самый действенный метод - не спать! - объясняет Дмитрий Дуйкин (на фото). - Нормальное время для засыпания - от 5 до 15 минут. Не получилось? Встаем с постели и занимаемся монотонными делами - только не нужно сидеть в телефоне. До тех пор, пока не захотим спать. Кто-то скажет: «Но я же не выплещу, если буду дела делать!» Вы и так не выспитесь: будете лежать и создавать условный рефлекс боязни кровати. Потом, увидев ее, начнете переживать: «Опять не засну». Накапливая дефицит сна монотонным бодрствованием, вы с удовольствием заснете в следующую ночь.

НА ЗАМЕТКУ

Эксперты считают, что, соблюдая правила гигиены сна, люди самостоятельно могут решить свои проблемы с засыпанием в 70 - 80% случаев. Остальные могут обратиться к врачу. Если следовать хотя бы половине правил - уже на пользу.

В частности:

- соблюдайте режим (ложитесь и вставайте в одно и то же время);
- после обеда больше не пейте кофе, а прямо перед сном - не ешьте;
- регулярно занимайтесь спортом (но не перед сном);
- все гаджеты убираем за час до сна, телевизор тоже выключаем;
- стремитесь, чтобы кровать была только местом для сна, просто так не ложитесь, чтобы позалипать в телефоне;
- приглушите свет вечером и проветрите спальню.



НОЧЬ 6

Чудо-пшикалка

В аптеках продается мелатонин - в таблетках или в виде спрея в рот. Инструкции разные, но в среднем пилюлю пьют за 40 минут до сна, а брызгают непосредственно перед.

Мои наблюдения:

- Я купил спрей, за флакончик 10 мл отдал 1000 рублей. Раньше он стоил в два-три раза дешевле. У нас его, вероятно, не делают, вот цены и взлетели на импорт. А таблеток продают много. На вкус - как мятная брызгалка для освежения дыхания.

Работает! Засыпаешь даже быстрее пяти минут. Проверил неоднократно. Нюанс: снятся очень бредовые сны. Как будто Тарковского, Кафку и Дали загрузили в нейросеть и попросили написать сценарий. Еще побочка: трудно просыпаться, буквально через силу поднимаешь веки.

Мнение врача:

- Мелатонин - только по рекомендациям врача. Он помогает при нарушениях цикла сна, сбое биологического ритма, смене часовых поясов, хронической бессоннице. Иногда назначают при некоторых заболеваниях нервной системы - по типу болезни Альцгеймера. Странные сны скорее связаны не с самим мелатонином, а с растормаживанием адаптивных механизмов вашей нервной системы вследствие приема препарата.

НОЧЬ 7

Глаза кругом пошли

Смыкаешь веки и начинаешь делать разминку для глаз: влево-вправо, вверх-вниз, по кругу. И так повторять до засыпания.

Мои наблюдения:

- К этой ночи на меня снизошло банальное откровение. Моя проблема в том, что слишком много начинаю прокручивать в голове, потворствуя своим мыслями. Пресечь это гимнастика для глаз помогла. Не супербыстро, но заснул, по личным ощущениям, минут за десять.

Мнение врача:

- Способ действительно может помочь. Повторюсь - все индивидуально. Подскажу еще один схожий метод: обратного моргания. Ложитесь и закройте глаза. Посчитайте до 10, откройте глаза на долю секунды и тут же сомкните. И вновь медленно счет до десяти...

Вечера на хуторе близ Териберки



Почему стоит поехать на Кольский полуостров, что там можно увидеть и сколько это стоит.

Владимир МАЗЕНКО

НА ОХОТУ!

- Северное сияние бывает трех видов, - рассказывает гид **Юрий Мельников**, пока мы едем из Мурманска за город - туда, где, по прогнозу, этим вечером будет ясное небо. - Сияние, за которое стыдно, и вау-сияние - это когда дух захватывает от такой красоты!

Выезды на сияние здесь называют охотой, ее сезон длится с сентября по март. В городе увидеть сияние трудно - мешает электрический свет. Но каждый раз это все равно потеря.

- Бывает, что даже в самый благоприятный прогноз на небе ничего не происходит. А бывает наоборот - никто его не ждет, а оно приходит, - рассказывает гид.

Наконец мы сворачиваем с трас-

сы в сторону небольшого поселка, проезжаем метров двести и останавливаемся посреди... Если вы представляете себе идеальный зимний лес - это как раз окрестности Мурманска после снегопада. Здесь много невысоких елочек, которые создают рождественский пейзаж на манер «Вечеров на хуторе близ Диканьки»: старательно гнутся под тяжестью снега и сверкают в свете полной луны, которая благосклонно поглядывает на них сверху, отвлекаясь только на шныряющие вокруг звезды - те падают здесь по две-три штуки в минуту.

Написал это и уже позже узнал, что зимние сцены «Вечеров на хуторе близ Диканьки» 1961 года снимали в Мурманской области...

Но, видно, никто в нашей группе, глядя на падающие звезды, не додумался загадать желание



Вот ты какой, северный олень! - в экопарке под Мурманском автор этих строк (слева) познакомился с живым символом российского Севера.

ДРУГИЕ ДОСТОПРИМЕЧАТЕЛЬНОСТИ

- ✓ Канозерские петроглифы. В 1990-е годы на островах Канозера в юго-западной части Кольского полуострова обнаружили первобытные наскальные изображения, которые относятся к III - II тысячелетиям до н. э.
- ✓ «Плита времени» на острове Большой Аникеев. Это каменное плато, на котором мореплаватели с XVI века оставляли разные надписи. «Летопись» содержит послания норвежских, датских, шведских, голландских, английских, немецких, русских моряков, их имена и названия судов.
- ✓ Атомный ледокол «Ленин», установленный на вечную стоянку рядом с морским вокзалом Мурманска. Сейчас это корабль-музей.
- ✓ Серферы и кайтсерферы ценят Баренцево море за настоящую океанскую волну.
- ✓ В окрестностях Мурманска немало экопарков и семейных ферм, где можно покататься на собаках хаски и оленях.
- ✓ Арктическая кухня - это отдельная песня. Местную рыбу очень вкусно готовят в ресторанах и кафе. Для любителей экзотики - котлеты из оленины, а также мясо лосей и медведей, зайчатина.

ЧТО ПОЧЕМ

- Перелет Москва - Мурманск - от 3000 рублей.
- Проживание в отеле - от 3000 - 4000 рублей за номер на двоих.
- Охота за северным сиянием - 3500 - 6000 рублей (в зависимости от размера группы и транспорта) с человека за трех-четырёхчасовой выезд (в стоимость включена работа фотографа и аренда авто).
- Выезд в Териберку с посещением главных достопримечательностей - 8500 - 10 000 рублей с человека.
- Выход в море навстречу китам - от 4500 рублей с человека за двухчасовую морскую прогулку.

увидеть сияние. Примерно через час поворачиваем обратно в отель.

В СЕЗОН ЗАПОЛНЕНО ВСЕ

Мурманск - город небольшой (около 300 тысяч человек), но вариантов размещения у туристов немало. Есть гостиницы и хостелы, можно подобрать апартаменты. Номер в отеле на двоих можно снять за 3000 за ночь. Активно строятся мини- и экоотели.

- Но жилья для туристов все равно не хватает, - рассказывает Юрий. - В наш высокий сезон - он длится здесь с сентября по март - заполнено почти все. (По данным комитета по туризму Мурманской области, общий поток достигает сейчас 700 тысяч туристов в год. - Ред.) Особенно много в последнее время едет на Кольский китайцев. А скоро ждем наплыва тайцев и индийцев.

- Зачем же они сюда едут - далеко ведь?

- Как зачем? - удивляется Юрий. И начинает перечислять...



Сегодня знаменитый атомный ледокол «Ленин» работает музеем.

Владимир МАЗЕНКО / «КП» - Москва

ЗАЧЕМ ТУРИСТЫ ЕДУТ НА КОЛЬСКИЙ

Причина 1. ПОЛЯРНОЕ СИЯНИЕ

- Главное - это, конечно, северное сияние, - объясняет гид Юрий Мельников. - Дело в том, что Кольский полуостров - самое доступное место в мире, где туристы могут наблюдать это небесное явление. Поехать за северным сиянием в Норвегию или Исландию очень дорого. В Канаде Заполярье - это труднодоступные и труднопроходимые места. Канадцы сами сюда приезжают.

Окрестности Мурманска - самое доступное место в мире для наблюдения за северным сиянием.

По словам Юрия, до пандемии кого тут только не было - туристы из США, Бразилии, Аргентины, Парагвая, Мексики... Сейчас сюда хлынул поток россиян.

- А русские - это лучшие туристы! - неожиданно объявляет Юрий.

- Как так? Почему?

- А потому что всегда на позитиве, не огорчаются по мелочам, и к тому же щедрые, - объясняет гид.

Причина 2. ОКЕАН

Село Териберка на побережье Баренцева моря, примерно в 130 км от Мурманска, прославилось после съемок фильма Андрея Звягинцева «Левиафан» (2014 год). Бутафорский скелет кита из фильма до сих пор лежит у местного ресторана. Хотя есть в селе и настоящий, но не такой эффектный скелет детеныша кашалота. Китенка метров 6 - 7 длиной выбросило на берег несколько лет назад.

Даже когда в Териберке -3...-5 °С, на берегу из-за сильного ветра и влажности они ощущаются как все -20 °С. Вытащишь из кармана руку, чтобы сделать несколько фото, и через минуту пальцев не чувствуешь. А фотографировать в Териберке есть что: первобытная красота бушующего океанского простора, заснеженные сопки, местные достопримечательности вроде пляжа «Яйца дракона» (из-за покрывающих берег валунов), замерзшего водопада или кладбища кораблей...

И посреди этих специфических красот Русского Севера то здесь, то там - восточная экзотика - стайки замерзших китайцев в разноцветных пуховиках.

- Вы зачем сюда приехали? - спрашиваю. - Далеко ведь, да и холодно!

- Бейбин ян! Бейбин ян! - перебивая шум волн, объясняют девушки.

Так романтично на китайском языке звучит «Северный Ледовитый океан».

- Териберка - уникальное место, - объясняет Юрий. - Почти нигде в мире вы не сможете доехать до побережья Северного Ледовитого океана просто на автомобиле. А здесь - пожалуйста, трассу из Мурманска заасфальтировали на всем протяжении и подняли на 4 - 5 метров, чтобы не переметало.

Причина 3. КИТЫ

«10.30 - 12.30 - Морская прогулка в Баренцевом море и наблюдение за китами» - такой пункт стоял в программе нашей поездки, организованной командой сервиса «Яндекс Путешествия» для журналистов и блогеров. Очень странно - думал я про себя. Неужели же киты появляются по расписанию?

- Вероятность увидеть китов, если выйти в море, практически 100%, - развеял мои сомнения Юрий Мельников. - Полосатые киты обитают здесь постоянно. Но особенно активно ведут себя горбатые киты, которые приходят в бухты Баренцева моря за сельдью. Во время охоты они действуют очень согласованно - загоняют рыбу, глушат ее хвостами, и это невероятное зрелище!

Встретить в бухтах Териберки можно также кашалотов, тюленей, иногда сюда заходят косатки. Но нам снова не повезло - в шторм корабли в море не выходят, так что наше знакомство с китами ограничилось фотографиями рядом со знаменитым скелетом.



Все самые интересные места родной страны - в проекте «Отдых в России» на сайте



Мех без причины

Выбираем пушистый образ вместе со звездами.

Окончание.
Начало < стр. 1.

Кроме того, плюсовая температура идеальна для искусственных меховых изделий. Наши знаменитости носят и то и другое.

Ольга Кабо

Как и Анфиса Чехова, Ольга сочетает светлую экошубу с меховой сумкой в тон - но, к счастью, обошлась без аналогичного головного убора. К шубе Кабо подобрала светлое трикотажное платье и белые угги. А сверху накинула шарф Louis Vuitton. Для сухой и теплой зимы вполне себе вариант.



Образы звезд комментирует журналист «КП», дипломированный стилист **Ольга РОДИНА**.

Виктория Шелягова

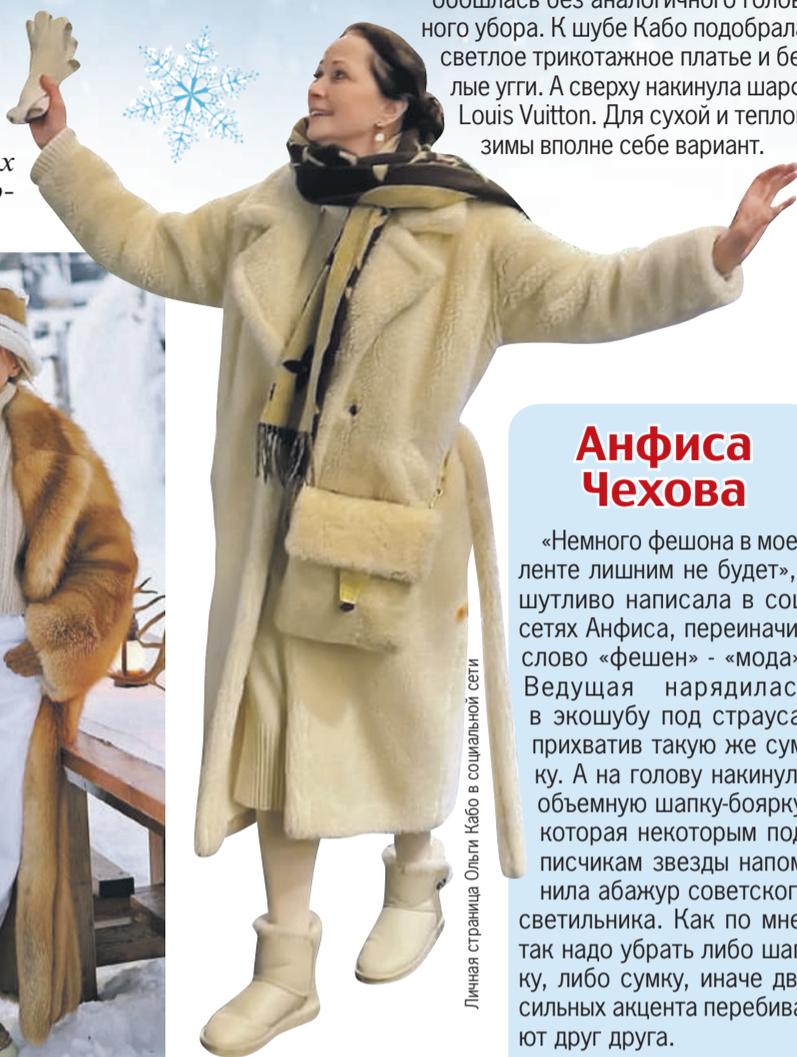
Светская львица часто путешествует по России. Во время поездки в Апатиты Шелягова показала, как предпочитает утепляться зимой. Богатую лисью шубу почти в пол она надела с белыми джинсами и бежевым свитером. Плюс замшевые ботинки в тон верхней одежды и замшевая панамы. И тепло, и стильно.



Личная страница Виктории Шеляговой в социальной сети

Анфиса Чехова

«Немного фешона в моей ленте лишним не будет», - шутиливо написала в соцсетях Анфиса, переиначив слово «фешен» - «мода». Ведущая нарядилась в экошубу под страуса, прихватив такую же сумку. А на голову накинула объемную шапку-боярку, которая некоторым подписчикам звезды напомнила абажур советского светильника. Как по мне, так надо убрать либо шапку, либо сумку, иначе два сильных акцента перебивают друг друга.



Личная страница Ольги Кабо в социальной сети

Евгения Феофилактова

У экс-участницы «Дома-2» тоже лама, только белая и укороченная. Со светлой шубой Евгения собрала беспрорышный зимний комплект с молочным свитером и бежевыми брюками. Дополнила лук меховыми «ушами» и теплыми варежками.



Личная страница Светланы Бондарчук в социальной сети



Светлана Бондарчук

Светлана собрала образ, идеальный для нынешней мягкой московской зимы. Бежевый полушубок из блестящей лоснящейся овчины (и такая тоже бывает!) Бондарчук скомбинировала с легкой шелковой блузкой и базовыми джинсами. Плюс культовая сумка Birkin из страуса. Вот так: у одних шуба под страуса, а у других сумочка из настоящего.

Актуальные тенденции из мира моды, рекомендации по подбору гардероба и советы стилиста - в разделе «Женские секреты» на сайте [KP.RU/WOMAN/MODA](http://kp.ru/woman/moda)



Личная страница Анфисы Чеховой в социальной сети



Ксения Собчак

Модница продемонстрировала очередной оригинальный и сложносочиненный образ. Юбку с поясом-бахромой Ксения скомбинировала с укороченным жакетом и галстуком. Но гвоздем программы стала огромная рыжая шуба из меха ламы. Судя по виду сзади, шубейка набивная и очень теплая. Образ Собчак дополнила плетеным клатчем и трикотажными ботильонами с черно-белым рисунком.

Личная страница Ксении Собчак в социальной сети



МОДА, СТОП!

Пояс-пресс за 452 тысячи

Итальянский дом моды Schiaparelli, который славится эксцентричными аксессуарами, предлагает ремни с объемной пряжкой в виде золотого пресса - видимо, на случай, если у вас нет собственных кубиков. После покупки пояса-качка за 452 000 рублей есть все шансы, что похудеет не только ваш кошелек, но и вы сами.

Личная страница Анастасии Кошевой в социальной сети

Исполнилось
165 лет
со дня рождения
великого русского
писателя.

Антон Палыч ЧЕХОВ однажды заметил:

Не будьте кислы, как клюква. Будьте рахат-лукумом!

Денис КОРСАКОВ

К дню рождения Чехова можно было бы пуститься в рассуждения о том, какой он гениальный (слово, на которое он наложил запрет). В сотысячный раз написать, что «Дама с собачкой» - лучший на свете рассказ о любви, а «Чайку» с «Тремя сестрами» и «Вишневым садом» и через 120 лет после смерти автора каждый день ставят в каком-нибудь театре планеты. Но мы решили просто собрать несколько высказываний великого писателя. Их добывают из томов его писем, записных книжек и дневников и публикуют в ежедневном режиме авторы прекрасного телеграм-канала «Антон Чехов. Лайфстайл». Подпишитесь на него, а пока почитайте лучшее.

О дне рождения

- Сегодня я именинник, но об этом в Ницце никто не знает, и я доволен, я доволен, я доволен. (1901 год, 17 января, 41 год). (17 января - это 29-е по новому стилю; все даты ниже приведены по старому стилю, надо мысленно добавлять к дате 12 дней. - Ред.)

О любви

- Женщины пахнут сливочным мороженым. (1889 год, июль, 29 лет)
- Женщины у меня есть, но не жены и не любовницы. А я не могу без женщин!!! (1888 год, 22 января, 28 лет)
- Надо воспитать женщину так, чтобы она умела сознавать свои ошибки, а то, по ее мнению, она всегда права. (Записные книжки)
- Женитьба хорошая штука... Если не дает сюжетов (а она сюжетов не дает, ибо литераторы видят только даль, но не то, что у них под носом делается), то во всяком случае дает солидность, устойчивость и поселяет (монашеское слово!) потребность совлечь с себя ветхого человека... (1888 год, 8 августа, 28 лет)
- Медицина у меня законная жена, а литература - незаконная. (1896 год, 15 марта, 36 лет)
- В Москве я погулял немножко и теперь испытываю позыв к труду. После грехопадения у меня всегда бывает подъем духа и вдохновение. (1897 год, 30 июля, 37 лет)
- В семейной жизни самый важный винт - это любовь, половое влечение, едина плоть, все же остальное - ненадежно и скучно, как бы умно мы ни рассчитывали. (1898 год, 26 октября, 38 лет)
- Я уже начал ждать тебя, считаю дни и часы. Это ничего, что ты влюблена в другого и уже изменила мне, я прощу тебя, только приезжай, пожалуйста. Слышишь, собака? Я ведь тебя люблю, знай это, жить без тебя мне уже трудно. (Из письма жене, 1901 год, 7 марта, 41 год)

О деньгах

- Денежно я ужасно напуган. (1885 год, 25 лет)
- Душа моя просится вширь и ввысь, но поневоле приходится вести жизнь узенькую, ушедшую в сволочные рубли и копейки. Нет ничего пошлее мещанской жизни с ее грошами, харчами, нелепыми разговорами и никому не нужной условной добродетелью. Душа моя изныла от сознания, что я работаю ради денег и что деньги центр моей деятельности. (1892 год, 16 июня, 32 года)
- Деньги нужны адски. Мне нужно 20 тысяч годового дохода, так как я уже не могу спать с женщиной, если она не в шелковой сорочке. К тому же, когда у меня есть деньги, я чувствую себя как на облаках, немножко пьяно, и не могу не тратить их на всякий вздор. (1895 год, 19 января, 35 лет)



РИА Новости

О хандре и лени

- В январе мне стукнет 30 лет... Здравствуй, одинокая старость, догорай, бесполезная жизнь! (1889 год, 7 декабря, 29 лет)
- В Москве скучно и скучно, денег нет, до весны еще далеко, писать не хочется. (1888 год, 30 декабря, 28 лет)
- Скучно без сильной любви. (1892 год, 18 октября, 32 года)
- Какая-то чепуха, а не жизнь. (1891 год, 16 октября, 31 год)
- От плохого кишечника меланхолия. (1902 год, 20 сентября, 42 года)
- Лени приятно опьяняет меня, как эфир, я привык к ней - и потому беден. (1898 год, 19 января, 38 лет)
- В лениности житие мое иждих («расходуется») - цитата из молитвы. - Ред.). (1891 год, 12 октября, 31 год)
- У меня нет книг, мне нечего читать, я каменею от скуки - и кончится тем, что брошусь с мола в море или женюсь. (1898 год, 28 ноября, 38 лет)
- Мечтал я написать в Крыму пьесу и 2 - 3 рассказа, но оказалось, что под южным небом гораздо легче взлететь живым на небо, чем написать хоть одну строку. (1888 год, 22 июля, 28 лет)
- В последнее время я считаюсь больным, врачи предписали мне праздность - и я стараюсь следовать этому предписанию, стараюсь не писать. (1897 год, 21 апреля, 37 лет)
- Чтобы нажить капиталы и вынырнуть из пучины грешных забот и мелких страхов, для меня остался только один способ - безнравственный. Жениться на богатой или выдать «Анну Каренину» за свое произведение. А так как это невозможно, то я махнул на свои дела рукой и предоставил им течь как им угодно. (1891 год, июль, 31 год)

«Лень приятно опьяняет меня, как эфир, я привык к ней...» - писал Чехов в 1898-м. Но лень не помешала ему в оставшиеся шесть лет жизни написать пьесы, ставшие сокровищами мирового театра, - «Три сестры» и «Вишневый сад».

О еде

- Встав из-за стола голодным - вы наелись; если вы встаете наевшись - вы переели; если встаете переевши - вы отравились. (Записная книжка)
- Я стою под деревом и ем вишни, и мне странно, что меня никто не гонит по шее. Бывало, в детстве мне каждый день драли уши за ягоды. (1892 год, 4 июля, 32 года)
- Глазной доктор, вероятно, пропишет мне строгую диету, но это не помешает мне, полагаю, обедать по два раза в день и пить доброе вино. (1896 год, 14 июня, 36 лет)
- Весь вечер искали по деревне, не продаст ли кто курицу, и не нашли... Зато водка есть! (1890 год, 13 июня, 30 лет)
- Вот наше меню: сельанка из осетрины по-польски; супрем из пулярд с трюфелем; жаркое фазаны; редька. Вина: Бессарабское Кристи, Губонинское, Согнас и Абрикотин. (1888 год, 6 января, 27 лет)
- Ем конфеты. (1890 год, май, 30 лет)
- Нравится брынза. (1898 год, 28 сентября, 38 лет)
- Кулебяка с семгой снилась мне всю ночь. (1892 год, 29 февраля, 32 года)
- Сегодня за обедом подавали очень сладкую, холодную мягкую дыню, я ел с большим наслаждением; после обеда пил сливки. (1902 год, 18 августа, 42 года)
- Я растолстел. (1903 год, 3 октября, 43 года)
- О, мое одеяло! О, телячьи котлеты! (1904 год, 22 апреля, 44 года)
- Не будьте кислы, как клюква. Будьте рахат-лукумом. (1897 год, 27 декабря, 37 лет)

Просто мысли

- Когда я раздеваюсь или совершаю что-нибудь очень интимное, то непременно звонит телефон. (1899 год, 7 декабря, 39 лет)
- Пишу Вам, чтобы у Вас было одним автографом великого писателя больше... Через 10 - 20 лет это письмо Вы можете продать за 500 - 1000 руб. Завидую Вам. (1886 год, 17 февраля, 26 лет)
- Вчера читал очень интересную лекцию Мечникова «Флора нашего тела» - о том, почему мы живем не сотни лет. Очень интересно. Наши правнуки будут жить по 200 лет, а в 70 - 80 лет будут еще молоды. (1901 год, 1 сентября, 41 год)
- Все на этом свете, говорят, к лучшему. Решительно все. (1901 год, 7 сентября, 41 год)

О российской погоде

- Еще 6 - 7 месяцев и - весна! (1886 год, сентябрь, 26 лет)
- Погода преподлая. (1899 год, 2 декабря, 39 лет)
- У нас погода скверная. Вчера была оттепель, сегодня мороз, а завтра будет дождь. Очевидно, природа стала работать в мелкой прессе. Иначе было бы непонятно такое ее поведение. (1887 год, 26 января, 27 лет)
- Погода у нас туманная. Столько по улицам туману напущено, что не только либералов, но даже и консерваторов не видно. (1886 год, 31 октября, 26 лет)
- Погода у нас занимается проституцией. Хуже всякой пьяной бабы: гниет, плюет... Тифозно! (1886 год, 8 декабря, 26 лет)
- Воробьи уже совокупаются. (1893 год, 6 февраля, 33 года)
- Погода чудесная. Денег почти нет. (1897 год, 2 мая, 37 лет)



Как писатель угадал в незнакомце будущего самоубийцу: 10 фактов о Чехове, которых вы не знали, - на сайте



«Не пойду я в эту школу!»

Анна КУКАРЦЕВА

К середине третьей четверти у многих школьников начинается очередной приступ «нехочух»: в школу не хочу, уроки учить не стану, кружки эти ваши ненавижу! Психолог Галина Губанова рассказала о причинах, почему ребенок отказывается идти на занятия. И объяснила, как помочь ему. Тем более что подобное нежелание может быть опасным симптомом, так что надеяться просто вытолкать протестующего тинейджер за дверь не стоит.

Острое нежелание идти в школу обычно характерно для первоклассников и подростков. Хотя иногда с этим сталкиваются учащиеся выпускных - 9-х и 11-х классов.

- Примерно половина детей не любит ходить в школу, - говорит Губанова. - Это вполне нормальная ситуация. Однако в некоторых случаях ребенок наотрез отказывается даже собираться туда, и каждое утро превращается в поле битвы. Ученик плачет, сопротивляется, приводит разумные и не очень доводы, почему он не должен сегодня идти на уроки. Многие дети на данном этапе начинают симулировать болезнь. Но хуже, что у некоторых и правда на фоне стресса появляются выраженные болевые ощущения. Так включается психосоматика. Подростки могут вести партизанскую тактику, мирно выходить вовремя, но не доходить до класса, просто проглотить уроки. Важно, что нежелание идти в школу - это индикатор и симптом проблемы, которую можно и нужно решать.

Что делать с ребенком в такой ситуации.



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

Трудности в учебе

Школьник отстает и не справляется с программой. Ему стыдно и некомфортно. Учителя его не хвалят, только поправляют и говорят об ошибках, а иногда и высмеивают. Чем больше проблем, тем сильнее нежелание ходить в школу.

Возможные пути решения:

Самому посидеть с чадом за уроками или найти репетиторов. Ну или договориться с учителем о дополнительных занятиях.

В некоторых (самых простых) случаях ребенок отстает, потому что болел, пропустил важную тему и теперь не может догнать класс. Тогда достаточно буквально нескольких индивидуальных консультаций. Если дело не в пробелах в знаниях, а в личности педагога (некоторые из них считают, что строгость и придирчивость и есть стимул развиваться для ученика) - говорите с ребенком, что важны не оценки, а знания. А знания-то у него есть?

С некоторыми проблемами придется долго и упорно разбираться, выводить ребенка на разговор, беседовать с учителем.

Проблемы в отношениях с другими учениками, травля

- Эта проблема заслуживает отдельного глобального текста, - говорит Галина Губанова. - Ведь речь может идти как о небольшом конфликте между друзьями, из которого ребенок не знает, как выйти, так и о настоящей травле. Буллинг может сигнализировать о себе важными симптомами: ребенок становится замкнутым, нервным и напряженным. Вздрагивает от громких звуков, плачет без причины, плохо спит. И, конечно, не хочет ходить в школу.

Возможные пути решения:

Для начала нужно аккуратно поговорить, узнать, как обстоят дела. Есть ли друзья в классе, не обижают ли его, нравится ли ему сосед по парте. Дальше по обстоятельствам. Иногда достаточно дать ребенку пару советов, как урегулировать ссору с приятелями. С кем стоит помириться, кого игнорировать, кому дать словесный отпор. В более серьезных случаях - поговорить с классным руководителем, чтобы она проработала вопрос с одноклассниками или агрессорами. А бывает, что помогает только перевод в другую школу. И точно никогда нельзя говорить обвинительные вещи, мол, «сам виноват, что с тобой никто не дружит». Очень важно поддерживать ребенка, не пускать ситуацию на самотек: «Ты что, сам не можешь разобраться?!»

Также важно и ребенку, и родителям знать статьи закона, которые защищают от буллинга. Это дает четкие ориентиры, что травля - не норма! (Мы писали об этом подробнее, см. сайт KP.RU.)

Проблемы в отношениях с учителем

Педагоги - люди, а не ангелы. Кто-то из них терпит ни малейшего возражения. Кто-то саркастичен, зло вышучивает учеников. Кто-то делит подопечных на любимчиков и изгоев. Не всякий подросток, тем более учащийся начальной школы, сможет найти общий язык со взрослым, особенно если последний не очень-то этого хочет.

Возможные пути решения:

Поговорить с ребенком и при необходимости с учителем, чтобы выяснить корень проблемы.

Также важно развивать с детства уверенность в себе, асертивность (умение абстрагироваться от внешних обстоятельств, сохраняя уверенность в собственном решении, если оно верно. - Ред.).

Старайтесь дома чаще спрашивать: «А что ты думаешь?», «А как бы ты поступил на месте героя фильма/мультфильма?». Ребенок должен понимать, что он все делает правильно. А если что не так, то вы обязательно ему можете. Это развивает уверенность в себе.

Синдром отличника

- Это, конечно, не научный термин, - говорит Галина Губанова. - В действительности речь идет о перфекционизме (желании идеального результата. - Ред.), некоторой педантичности и высокой тревожности. Об этой проблеме стоит подумать, если отличник, умница и активист вдруг резко невзлюбил школу. Дело в том, что юный перфекционист может поставить себе очень высокую планку и бояться не оправдать ожиданий родителей и учителей. В таком случае отказ идти на учебу связан с нежеланием рисковать.

Возможные пути решения:

Откровенно поговорить и сказать, что идеал недостижим и не нужен. Что ценность его, вашего любимого чада, не зависит от успеваемости и выигранных олимпиад. Помочь найти, увидеть другие сильные стороны, кроме учебы.

Индивидуальные особенности ребенка

Есть дети и взрослые, которые очень тяжело переносят ранние подъемы. Есть выраженные интроверты, тяжело переносящие шум и нахождение в большом коллективе. Есть часто болеющие дети, с низкой стрессоустойчивостью.

Возможные пути решения:

Подумать о других форматах обучения, например, частные или онлайн-школы. Или государственные школы, но с меньшими классами или занимающиеся во вторую смену. Обсудить проблему с классным руководителем и директором, найти пути решения. К примеру, попробовать заменить посещение некоторых предметов секциями и кружками.

- В любом случае школьник сможет лучше справиться с этими проблемами, если будет чувствовать вашу поддержку, а также если разовьет в себе уверенность, жизнестойкость и гибкость, доброжелательное отношение к себе, - говорит психолог Губанова. - Также может помочь детский психолог. Существуют терапевтические группы для подростков, в которых помогают раскрыться, разобраться во внутренних противоречиях и обрести уверенность в себе. И все же всегда главное - это желание родителей увидеть, что проблема есть, и вместе с ребенком найти пути решения.

100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

ПОЛНОЦЕННАЯ ЖИЗНЬ С ТЯЖЕЛЫМ ЗАБОЛЕВАНИЕМ - КАК ЭТО ВОЗМОЖНО?

★★★★★ Марина
«Книга трогает душу. Поднимает очень много чувств. Рекомендую ее каждому, кто задается вопросом принятия и любви к себе».

Психотерапевт Галина Ткаченко, столкнувшись с онкологией, откровенно делится своей историей. Книга «Окно в жизнь» будет полезна всем, кто имеет серьезный диагноз или переживает жизненный кризис.

«Будь доброй светлой обещаний, что любой, кто прочитает книгу, не испытает. Но наверняка переосмыслит свою жизнь, светит чужим и счастливым происходящим в ней событиям. Вы в любом случае станете другим человеком. А значит, шаг к изменению личности состоялся».

Книга - дружеское слово, доброе слово, поддержка, надежда, любовь. И подарила ее тебе и тебе, что она поможет выздороветь».

Ваш вид психолога на заболевание

для тех, кто болен, их родственникам и ближнему кругу

КУПИТЬ ЗДЕСЬ

shop.kp.ru

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

Полина ЯРДА,
19 лет, Барнаул:
- Учусь в педагогическом колледже на коррекционного педагога начальных классов. Мечтаю стать детским логопедом. Люблю читать, рисовать, слушать музыку и проводить время с семьей.

Виктория АНДРЕЯНОВА,
модельер:

- Мне нравится это сочетание платья-комбинации и короткого жакета. К этому образу хочется добавить массивные, можно старинные, аксессуары, например, серьги или колье. Сейчас они разнородные и ни один не акцентный.



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

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



АНЕКДОТЫ

В детстве моей любимой книгой были «Три мушкетера», и я мечтал быть героем этой книги.

Похоже, мне это удалось: по ощущениям я - скрипучее потертое седло!

* * *

- Женщина, кем это вы себя мните?

- Не ваше это дело, кем я себя мну!

* * *

- Почему многие врачи работают на полторы ставки?

- Потому что на одну есть нечего, а на две - некогда.

* * *

А никого не смущает, что ни одна гадалка и экстрасенс не купили биткойн в 2013 году, а до сих пор снимают порчу и предсказывают будущее?

* * *

- Ленка, ну и как у вас с парнем вечером все прошло?

- Да не спрашивай, я ноги и то дольше брила.

* * *

У меня папа очень интересный человек. Каждый день будит меня в 8 утра с вопросом: выпался?

* * *

Любой опытный лесник знает не менее десяти рифм к слову «ау!».

* * *

В секцию выжигания по дереву требуется преподаватель, ученики и смысл.

* * *

Я смотрю на тех, кто Соблюдает ЗОЖ.

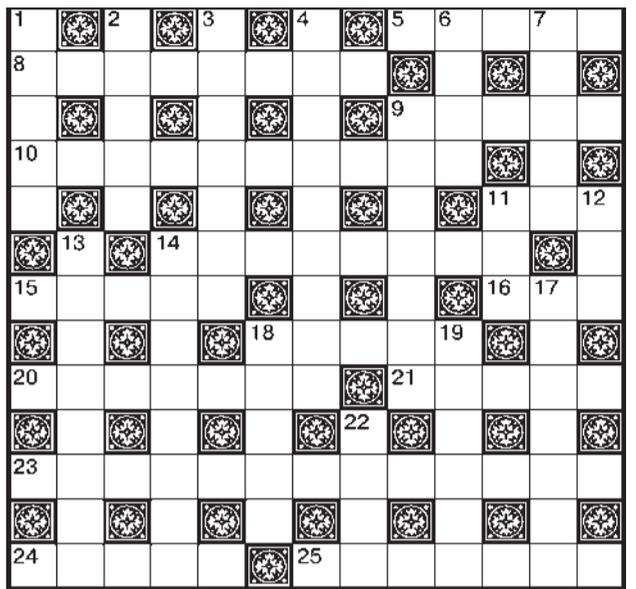
Вот что характерно: Много грустных рож.

Оставьте свой анекдот на сайте **KPRU** в рубрике «Анекдоты»!

Весь архив анекдотов от «КП» - на **KPRU**



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. «Ведьмино проклятье». 8. Полтора золотых червонца одной монетой. 9. Тоска зеленая. 10. Полуостров со священным городом Олимпия. 11. «Но ... твердил свои слова, перетасовывал предметы». 14. Сменный элемент принтера. 15. Где ковбои в вестернах за воротник закладывают? 16. Ложе мужского рода. 18. Альтернатива шезлонгу. 20. Кто мечтает о встрече с папой? 21. Поэтическая находка. 23. Над какой программой работает героиня драмы «Сноуден»? 24. Герои мистической драмы «Зеленая миля» за глаза прозвали электрический стул «Старушка ...». 25. Самый богатый вольный город из «Игры престолов».

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Неформалы из драмы «Дом Солнца». 2. Стержень на крыше. 3. Вариация на тему самолета. 4. Музыкальная тема в кино. 6. Фиксатор в травматологии. 7. Друг из латиносов. 9. Форма подготовки кадров. 11. Герой диснеевского мультфильма «Душа». 12. Катализатор смертности. 13. Какая актриса однажды на кастинге дала пощечину Дэниелу Крейгу? 14. С каким морским зверем Мервинги связывали зарождение своего клана? 17. Слобода с глиняными игрушками. 18. Цитрус с именной бабочкой. 19. Аранжировка из плавающих цветов у японцев. 22. Игристое из яблок.

17. Дымково. 18. Лимон. 19. Кибана. 22. Сидр. 11. Джек. 12. Мор. 13. Макадамс. 14. Кунтавр. 4. Сандатрек. 6. Гипс. 7. Амико. 9. Семинар. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Хиппи. 2. Шпиль. 3. Три-Рифма. 23. Катализатор. 24. Искра. 25. Бра-15. Салун. 16. Одр. 18. Лежак. 20. Католик. 21. 10. Пелопоннес. 11. Дом. 14. Картидж. ТАЛИ: 5. Глаз. 8. Империя. 9. Сплин.

Олег УКОЛАДОВ, «КП» - Барнаул

Погода на завтра, 13 февраля

по данным pogoda.mail.ru

	день	ночь	
Краснодар	+2...+5	-5...-3	Давление - 766 мм рт. ст. (норма - 771 мм рт. ст.) Относительная влажность воздуха - 48% Ветер - 3 м/с, юго-западный Восход - 07:28 Заход - 17:48 Полнолуние
Майкоп	+4...+6	-3...-1	
Ейск	-3...-1	-5...-3	
Сочи	+8...+10	+3...+5	
	ясно ☀️	облачно ☁️	пасмурно ☁️
	дождь 🌧️	гроза ⚡️	снег ❄️

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

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

Звоните нам!

(495) 777-02-82

Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.

Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.

Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.

Учредитель, редакция и издатель - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».

Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы П1101, ПМ976 Тип. №

Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30 ISSN 0233-433X

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

Тираж этого номера: 169 947 экз.

АО ИД «Комсомольская правда», 2025. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru



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

Директор филиала - Д. Г. МИХЕЕВ
Главный редактор - О. В. СУХОВА
kuban@phkp.ru www.kp.ru
Служба рекламы:
reklama.krasnodar@phkp.ru

ВЫПУСК ПОДГОТОВЛЕН КРАСНОДАРСКИМ ФИЛИАЛОМ АО ИД «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

350000 г. Краснодар, ул. Октябрьская, 72.
Телефон многоканальный - 8 (861) 992-7-992.
WhatsApp, Viber, Telegram - 8 (961) 590-70-90.

Отпечатано:
НАО «Печатный двор Кубани»,
350072 г. Краснодар,
ул. Тополияна, 19.
Заказ № 335.
Цена свободная.