

Сибирячка раскусила
мошенников,
которые выдавали
себя за налоговую
службу

Читайте на стр. 6 ▶



Личный архив

РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА **FM.KP.RU**
Иркутск 91,5 FM | Братск 99,5 FM

«ТЕМА ДНЯ»
Обсуждаем главные
новости четверга - 18:00

radiokp.ru



100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Четверг, 9 октября
№ 75-ч (27723-ч)/2025 год

Газета нашего города • Иркутск

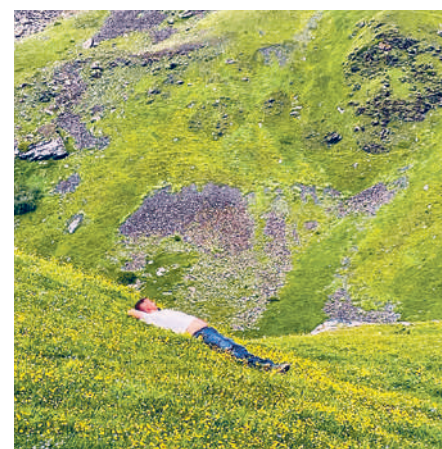
KP.RU 3 665 654
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Как российскому солдату жуликам не сдать зарплату



Простой и понятный комикс для бойцов,
чтобы не потерять свои кровные.

Читайте
на стр. 2 - 3 ▶



Валентин АЛФИМОВ/«КП» - Москва

Как мы провели это лето

Юлия СМЕРНОВА

В этом году для российских путешественников стало больше безвизовых стран, открытых аэропортов и прямых рейсов.

«КП» вместе с экспертами туристического рынка проанализировала: проще ли на нам стало путешествовать в этом году, удобнее ли? Или наоборот, сложнее из-за всевозможных транспортных и визовых препон?

Продолжение на стр. 12 ▶

В Иркутске до конца года установят новые павильоны на остановках

Ангелина ОГЕР

Администрация направит на это 3,5 миллиона рублей.

В Иркутске до 31 декабря 2025 года установят новые павильоны на остановках общественного транспорта. Городская администрация направит на это 3,5 миллиона рублей.

Павильоны появятся на следующих остановках:

- «Свердловский рынок» (в сторону Глазковского моста);
- «Садоводство ДОСААФ» (в сторону Нефтебазы);
- «Ц. Рынок» (в сторону ул. Тимирязева) по ул. Партизанская, 1»;



Николай ОБЕРЕМЧЕНКО

- «Ботанический сад» (в м/р Первомайский);
- «Юридический институт» (в сторону ул. Лермонтова и Гуманитарного центра);
- «1-я Советская» по ул. Депутатская;
- «ул. Пискунова» (конечная);
- «ул. Захарова» (в сторону плотины ГЭС);
- «ул. Медведева»;
- «ул. Кряжева».

Подрядчика для выполнения работ уже нашли. Известно, что ранее на улицах Медведева и Кряжева, не было остановочных пунктов вообще.

У нетрезвого водителя в доход государства забрали автомобиль

Полина ПШЕННИКОВА

Также ему назначили 180 часов обязательных работ.

В Черемхове 36-летний мужчина попался пьяным за рулем. Причем, случилось это уже не в первый раз. Поэтому, как сообщает прокуратура Иркутской области, по решению суда сибиряка признали виновным по статье 264.1 Уголовного кодекса РФ.

Водитель ехал на автомобиле по одной из улиц Черемхова, его остановили инспекторы ДПС. Даже внешне было заметно, что мужчина сел за руль подшофе. Догадки подтвердились официально. С учетом того, что раньше водитель уже был наказан за нетрезвую езду, на этот раз суд назначил ему



Прокуратура Иркутской области

180 часов обязательных работ с лишением водительских прав на 1,5 года. А автомобиль «Форд Фокус», на котором нетрезвым катался по Черемхову, конфискован в доход государства.



Александр КОЦ,
военкор «КП»

ИНСТРУКЦИИ С КАРТИНКАМИ

- Самое важное, что вы здесь приобретаете, это горизонтальные связи, которые пригодятся вам в самых неожиданных ситуациях, - напутствовали нас на конкурсе «Лидеры России. Политика» победители прошлого сезона. Я и представить себе не мог, что «пророчество» сбывается так быстро. Но оказалось, что люди из самых разных сфер намного ближе друг другу, чем кажется.

«Всех, кто уже здесь, приветствую. Мы делаем памятку для войск о базовых мерах предосторожности, необходимых солдату, чтобы не лишиться денег глупым образом», - упало сообщение в свежесозданную группу финалистов конкурса.

- Формат А4! - началось обсуждение.

- Лучше брошюру!

- Надо в виде комиксов! - неожиданно рубанул ветеран СВО.

- Поддерживаю! - вырвалось у меня.

Накануне один из российских оборонных производителей подарил мне свой металлоискатель. И руководство по эксплуатации к нему разорвало все шаблоны привычно скучных инструкций: оно было как раз в виде простого комикса с понятными рисунками. Даже без соответствующей подготовки и технического образования осваивать этот аппарат оказалось легко и интересно. С детства любил картинки в книжках.

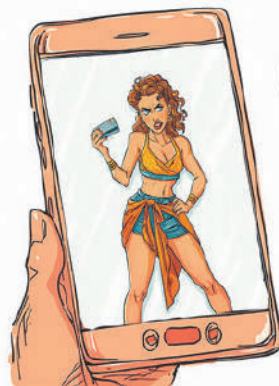
В итоге вполне уверенным пользователем металлоискателя я стал за какой-то час. Столько бы я потратил только на чтение обычной «взрослой» инструкции? Поэтому идея с памяткой-комиксом по финансовой грамотности мне показалась особенно удачной: ярко, доходчиво и не отталкивает заумностью.

- Сама мысль дать бойцам инструмент защиты от посягательств на кошелек напрашивалась не первый год, - подчеркнул застрельщик нашего маленького проекта, кандидат юридических наук Борис Чигидин. - Реализовалась она в рамках горизонтального взаимодействия полуфиналистов конкурса - без всякого начальства в проектной группе. Не по команде, а по принципу «где ты можешь, там и должен». Именно на этом принципе в построено набравшее в стране огромную силу и размах волонтерское движение.

Большие единовременные выплаты и солидное ежемесячное довольствие сделали военных приоритетной целью для мошенников. Помимо привычных разводов, жертвами которых становятся вполне мирные граждане, появились и специфические аферы. Коллективным разумом мы вычленили несколько самых распространенных схем и попробовали объяснить, как избежать обмана.

Как российскому солдату

Простой и понятный комикс для бойцов, чтобы не потерять свои кровные.



КОШЕЛЁК СОЛДАТА: РУБЕЖИ ФИНАНСОВОЙ ОБОРОНЫ

КАК НЕ ОКАЗАТЬСЯ В ДУРАКАХ
И НЕ ОТДАТЬ
ПОСЛЕДНИЕ ТРУСЫ ЖУЛИКАМ



ФИШКА № 4 «РОМАНТИЧЕСКАЯ»

В УВОЛЬНЕНИИ ВСТРЕТИЛ ПРИНЦЕССУ? СЕРДЦЕ СТУЧИТ?
КОШЕЛЕК... СПРЯЧЬ ПОДАЛЬШЕ!

НЕ ВСЁ ТО ЛЮБОВЬ, ЧТО К КОШЕЛЬКУ ТЯНЕТСЯ!



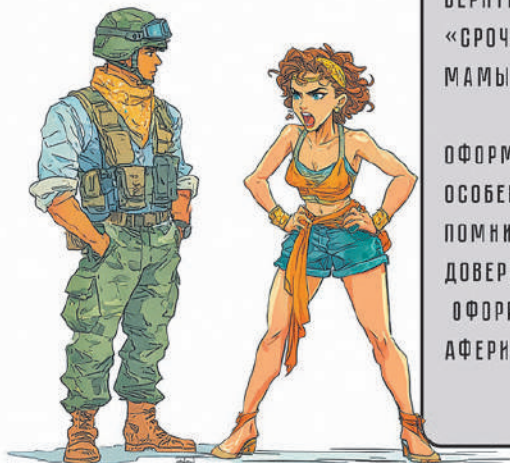
ПРОВЁЛ ПАРУ ДНЕЙ/НЕДЕЛЬ С
ПРЕКРАСНОЙ НЕЗНАКОМКОЙ? ЭТО
НЕ ПОВОД:

ВЕРИТЬ В «ВЕЧНУЮ ЛЮБОВЬ»
(ОСОБЕННО ПОСЛЕ ТРЁХ ДНЕЙ).

ДАВАТЬ ЕЙ ДОСТУП К ДОКУМЕНТАМ,
КАРТАМ И ГАДЖЕТАМ (ПОКАЖИ
ФОТКИ - ОК, PIN-КОД ОТ КАРТЫ - НИ
В КОЕМ СЛУЧАЕ!).

ВЕРИТЬ СЛЕЗЛИВЫМ ИСТОРИЯМ ПРО
«СРОЧНО НУЖНЫ ДЕНЬГИ» (ДЛЯ
МАМЫ/СОБАКИ/ЧЕРЕПАХИ).

ОФОРМЛЯТЬ ДОВЕРЕННОСТИ!
ОСОБЕННО НА ДЕНЬГИ И ИМУЩЕСТВО!
ПОМНИ: ОТМЕНИТЬ НОТАРИАЛЬНУЮ
ДОВЕРЕННОСТЬ - ТОТ ЕЩЁ ГЕМОРРОЙ.
ОФОРМИЛ СГОРЯЧА - ПОДАРИЛ
АФЕРИСТКЕ БИЛЕТ В ТВОЙ КОШЕЛЕК.



ДУМАЙ ВЕРХНЕЙ ГОЛОВОЙ, СОЛДАТ!



ГРАФИКА: ПАВЕЛ НЕВЛЕВ



«БАРАХОЛКИ»

Это море пабликов в соцсетях с предложениями купить необходимые в войсках девайсы с доставкой чуть ли не до передовой. Есть вполне добросовестные площадки. Но некоторые создаются противником для шантажа покупателей за «финансирование ВСУ». В лучшем случае это однодневки, которые исчезнут, как только наберут денег.

Что делать? Помнить, что бесплатный сыр только в мышеловке. Пользуйся исключительно проверенными контактами с рекомендациями от боевых товарищей. Проверять на специальных сервисах историю смены названий канала продавца. Пробивай его через военные чаты - если уже кидал кого-то, найдутся свидетели.



«ИНВЕСТИЦИИ»

Чем больше свободного времени (госпиталь, отпуск), тем сильнее хочется выгодно вложиться. И тем выше риск. Тут сваливаются десятки предложений об удачном инвестировании. Любые инвестпредложения в почте, мессенджерах или на рекламных баннерах стоит воспринимать как однозначную попытку развода. У спамеров нет цели сделать тебя богатым. Им важно выдоить твои деньги.

Криптовалюта, токены, иностранные активы, страхование жизни, акции, облигации, доля в чужом бизнесе... Делая любую покупку из этого перечня в первый раз, проиграешь с гарантией. Тем более входя на все деньги. Тем более на заемные.

Жуликам не сдать зарплату



«МАЛЬВИНКИ»

К сожалению, вокруг холостых героев СВО разросся аморальный бизнес, когда девушки с низкой социальной ответственностью влюбляют в себя немного одичавших на фронте парней. А потом оформляют на себя их выплаты за ранение и, не дай бог, за гибель. Были прецеденты, когда такие браки признавались фиктивными, но потраченные деньги вернуть крайне тяжело. Внезапная любовь в отпуске или на лечении не должна стать поводом для бесконтрольного доступа новой пассии к личным документам, гаджетам и банковским картам. Ни в коем случае нельзя оформлять на нее любые доверенности, особенно на распоряжение финансами.



СПИСАНИЕ «ДОЛГОВ»

Еще одна схема - подделка долговых расписок от имени военнослужащих на сумму до 500 тысяч рублей. Такие долги взыскиваются по упрощенной схеме через иск без присутствия ответчика. Если судебный приказ о взыскании такого «долга» не оспорен вовремя, деньги списываются приставами со счета бойца и быстро обналичиваются. Чтобы свести этот риск к минимуму, на «Госуслугах» в разделе «Госпочта» подключи получение судебных уведомлений в электронном виде. Любое извещение - повод действовать как можно быстрее. Если на гражданке нет представителя с судебной доверенностью, информируй семью. Ее задача - срочно уведомить прокуратуру, что в отношении участника СВО возбуждено гражданское дело. Прокуратура должна приостановить производство.

РАЗВИВАЕМ ЦИФРОВОЙ ИММУНИТЕТ

- На фронте некогда думать и анализировать житейские и бытовые вопросы, и поэтому наши ребята зачастую становятся жертвами кидал. А ведь нет большего скотства, нежели обмануть защитника. И если наша идея поможет ребятам сохранить кровные, значит, мы поработали не зря, - говорит **председатель Общественной палаты ДНР Александр Кофман**, который и нашел художника, переложившего наши слова на картинку.

- Суть памятки - в формировании цифрового иммунитета и критического мышления. Мы учим распознавать манипуляции, проверять информацию и действовать по простым, но эффективным алгоритмам: «Остановись. Позвони командиру. Не переводи деньги». Наша цель - дать каждому военнослужащему надежный и понятный инструмент для защиты своих финансов и личного пространства, - добавляет моя соратница по «Лидерам» **Карина Пономарева**, профессор Высшей школы правоведения и председатель Совета молодых ученых Президентской академии.

- А не слишком по-детски? - спросил я знакомых офицеров, которым отправил «на пробу» наши комиксы.

- Самое то! А то люди взрослые, воюют по три года, но в вопросах финансов ведут себя безответственнее детей.

- Для любых расчетов онлайн лучше иметь отдельную (не зарплатную) карту. Если нет пластиковой, при первой возможности выпустить виртуальную.
- В секрете необходимо хранить не только код CVV/CVC (три цифры на обороте), но и другие реквизиты карты. Способы увести деньги по связке «номер + срок действия» есть.
- Адреса редко посещаемых магазинов набирать вручную, а не переходить по ссылкам, которые очень часто ведут на имитацию известного сайта.

БУДЬ В КУРСЕ!



- На страницах любых платежных форм убедиться, что соединение защищено (буквы https и/или символ замка в адресной строке).
- Банковские уведомления об операциях по карте должны быть всегда включены и по возможности регулярно проверяться.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



Больше примеров комиксов-инструкций - на сайте KP.RU



РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА
91,5 FM

«Коц. Аналитика с именем» - авторская программа военкора Александра Коца. Включайте Радио «КП» по средам в 20.00 (мск)



ТА САМАЯ ОЛИМПИЙКА

с 01 ОКТЯБРЯ - 10 ОКТЯБРЯ
ЗАБИРАЙ ОЛИМПИЙКУ

-15%

ПРОМОКОД РЕТРО100



Евгений УМЕРЕНКОВ

ФРГ так и не заплатила нам репарации за Вторую мировую.

35 лет назад Германская Демократическая Республика перестала существовать. Ее госинституты были упразднены, армия распущена, флот ликвидирован. Поглотившая ее ФРГ осталась членом НАТО.

Сегодня в украинском конфликте немцы играют одну из главных ролей и пытаются развалить Россию - такова их благодарность за вклад Советского Союза в объединение своей страны.

Вместе с руководителем Центра германских исследований Института Европы РАН Владиславом Беловым мы вспомнили, как падала Берлинская стена.



Владислав Белов.

- Владислав Борисович, западные страны в то время выступали против объединения двух Германий...

- Да, США, Франция, Британия были против.

- Тогда почему Горбачев так упорно продвигал эту идею?

- Потому что у него ничего не получилось внутри страны. Тогда шел массовый исход восточных немцев в Чехословакию, Венгрию. Горбачев уже понимал, что в СССР не было поддержки его реформам. «Революция», которую он хотел провести своей перестройкой, провалилась, силенок у него не оказалось - в отличие от китайцев. А тут мирные революции начались в Венгрии, Чехословакии, Польше. И он понял, что Восточной Германии в общем-то тоже придется пойти по этому пути.

7 октября 1989 года он приехал в ГДР, отмечавшую сорокалетие. Уже тогда у него шел конфликт с главой республики Эрихом Хонеккером и Куртом Хагером, отвечавшим за идеологию. Хагер говорил про перестройку: если сосед меняет обои, это не значит, что нам тоже надо заниматься ремонтом своего дома.

В тот день я был в Гамбурге смотрел по телевизору прямую трансляцию из Берлина - было видно отчуждение между лидерами стран. А оппозиция Хонеккеру обращалась за поддержкой к Горбачеву, на Александерплац проходили миллионные демонстрации. И Горби посчитал, что получает поддержку в обеих частях Германии.

СОВЕТСКИЙ СОЮЗ ГОТОВ!

- После 9 ноября 1989-го, когда рухнула Берлинская стена, сотрудник международного отдела ЦК КПСС Николай Португалов встретился с советником канцлера



Германия забыла, что объединиться ей позволили русские

В ноябре 1989-го пала Берлинская стена, делившая город на две части. Ее начали сносить западные бульдозеры, в ФРГ ринулись тысячи восточных немцев.

ФРГ Гельмута Коля Хорстом Тельчиком, автором западно-германской версии объединения.

До этого в ЦК считали, что ГДР должна не объединяться, а сближаться с ФРГ. Срочной необходимости объединения не было. Португалов на встрече с Тельчиком согласился, что надо ускорять процесс. А тот искал его слова и сообщил Колю: Советский Союз готов!

Михаил Сергеевич сказал: ну, хорошо, поехали. По всей видимости, он уже тогда внутренне встал на сторону Коля. В общем, в декабре все было уже решено.

В январе нового года Горбачев, ни с кем не советуясь, принял решение о выводе Западной группы войск. А ему даже немецкие социал-демократы говорили: хорошо, что выводите, только подписывайте договор на основе одновременного вывода всех иностранных, то есть и американских, войск из ФРГ.

ПО ЦЕНЕ БУТЕРБРОДА

- Значит, была другая концепция - без поглощения Восточной Германии Западной?

- Да, председатель Совета министров ГДР Ханс Модров написал очень хороший экономический проект конфедерации. Но было поздно,



«Братский» поцелуй Горбачева и Хонеккера на праздновании 40-летия ГДР. Вскоре Хонеккеру придется бежать в Россию, откуда его... экстрадируют обратно в Германию. А там посадят в тюрьму.

потому что Западная Германия уже всем управляла в ГДР - фактически, начиная с ноября - декабря 1989-го. В марте прошли выборы (первые и последние многопартийные выборы в местный парламент. - Ред.), и всё. После них можно было делать что угодно. Потом заменили восточногерманскую марку на западную. Точка была поставлена.

Горбачев предал Восточную Германию, предал Модрова, Хонеккера. Ведь ГДР входила в десятку ведущих государств Европы вместе с ФРГ. Там делали прекрасные краны, локомотивы, суда до сих пор плавают, космос, оптика! У восточных немцев была возможность спокойно в рамках конфедерации войти потом в единое государство самостоятельным субъектом. Там все было в порядке. Немцев можно было обвинять в чем угодно, только не в нежелании трудиться.

Мы с Модровым много общались на эту тему, он был сильно обижен, как и многие восточные немцы, на Горбачева. Потом уже, после объединения, никто в бывшей ГДР им не восторгался.

Министр иностранных дел ФРГ Ганс-Дитрих Геншер признавал: западные немцы были готовы и 100 миллиардов марок заплатить СССР, и 150. Позже Коля сказал одному немецкому журналисту: я получил объединение Германии по цене бутерброда.

«ЗДОРОВО СДЕЛАЛИ»

- Вы общались с Горбачевым в последние годы его жизни?

- Лет десять назад я подошел к нему на приеме у посла Германии в Москве и аккуратно напомнил, что как бы не очень хорошо все было с объединением. На что он меня хлопнул по плечу и сказал: «А здорово мы это сделали!» Что я мог на это ответить? Как-то мы с коллегами были у него на мероприятии в фонде, и он показал на меня: «Ну, что вы, германисты, меня критикуете, не любите?» Да, мы его не любим.

- Вспомним про обещания не расширять НАТО на восток...

- Бывший тогда госсекретарем США Джеймс Бейкер признавался, что обещал это Горбачеву устно. Конечно, надо было все вносить в договор «Два плюс четыре» («Об окончательном урегулирова-

нии в отношении Германии», подписанный в Москве, кроме немцев, СССР, США, Великобританией и Францией 12 сентября 1990 года. - Ред.).

А 9 ноября 1990-го ФРГ и Советский Союз подписали договор, который до сих пор не расторгнут: «О добрососедстве, партнерстве и сотрудничестве». После этого Михаил Сергеевич пришел с протянутой рукой к Колю и сказал: Гельмут, беда, голод, у меня проблемы внутри страны, помоги, дай кредит на 10 миллиардов марок, я все верну. Гельмут ответил: Миша, классный ты человек, но мы не можем тебе помочь.

Германия в лице Коля бросила нас тогда. А можно было прислать в Советский Союз запасы мороженого мяса, тушенки бывшей Народной армии и бундесвера, которые все равно уничтожали в экс-ГДР. Думаю, у нас была бы немножко другая ситуация. Такие поставки дали бы некоторую передышку для внутренних реформ.

ПРОЩАТЬ НЕЛЬЗЯ

- Мы думали, что немцы оценят нашу щедрость и благородство. А получили страну, которая готовится воевать с Россией...

- Верно. И это страна, которая в ходе Великой Отечественной у нас забрала 27 миллионов жизней, треть национального богатства и которая нам репарации не заплатила. Мы отказались от них в 1953 году, когда поняли, что обескровливаем первое в мире немецкое социалистическое государство.

Кстати, из западной зоны оккупации СССР ничего не получил, хотя они должны были отчислять нам в процентах определенные репарации. Бывшие союзники начали холодную войну. Вот нам надо сейчас предъявлять Соединенным Штатам, Франции и Британии эти претензии.

Если поляки предъявляют ФРГ 1,4 триллиона евро, тогда нам надо умножать минимум на десять. Это то, что нам должны немцы.

Они заплатили минимальные суммы евреям-блокадникам. Но не другим пережившим блокаду, потому что они - не жертвы холокоста. Мы спрашиваем: «Вы с ума сошли?» «Ну, у нас такой закон, мы иначе не можем»...

Такое прощать нельзя. Срока давности за такие преступления нет.

Мы, кстати, еще и за долги Советского Союза перед ГДР немцам заплатили в начале двухтысячных 500 миллионов евро. И все наши попытки объяснить, как мы продавали восточным немцам за копейки сырье и энергоресурсы, были бесполезны. Вот: записано, что это ваш долг, и будьте любезны...

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

- 777 военных городков со 21 111 зданиями оставил СССР в Германии.
- \$7,35 млрд - размер компенсации, рассчитанный за них Россией.

- \$385 млн получила по факту Россия, поскольку немцы потребовали встречную компенсацию за «экологический ущерб».

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Мария БЕРК,
Евгений САЗОНОВ

Российский этнограф рассказал о талибах, камере для шпионов и мнении местных жителей о России.

Святослав Каверин почти два месяца провел в афганских тюрьмах. Он был задержан в Кундузе по обвинению в контрабанде и шпионаже. Суд признал его невиновным.

Вернувшись, Святослав побывал в гостях у «КП».

- Зачем вы поехали в Афганистан?

- При прошлом режиме я его посещал, но исследовать глубинку было нереально из-за опасной обстановки. А теперь открылись все провинции. Я хотел записать фольклор, исследовать объекты старины и посетить долины, где еще не был.

- Как вас задержали?

- Я ездил на общественном транспорте, на одном посту меня остановили. Сотрудник начал на ходу сочинять, что бы мне пришить. Я сказал, что в Москве преподаю дари (афганскую разновидность персидского. - Ред.). «Значит, ты готовишь игиловцев*, которых из России будут засылать в Афганистан!»

Они дали информацию в Кабул, что я задержан, а там на меня лежало донесение, будто я задавал неправильные вопросы. В одной деревне я спросил старосту, под какой группировкой была долина в прошлом. Видимо, в рапорте он это упомянул. Я предлагал следователю послушать аудио разговора, но его это не заинтересовало.

«СДЕЛАЕМ ФАРШ»

- Вас сразу отправили в тюрьму?

- Сутки я провел в гостинице как бы под арестом, но за свой счет. Сумки вывернули, но в опись не внесли два драгоценных камушка для колец, которые потом украли. Поехали в Кабул. Меня допрашивали в штабе контрраз-

52 дня в афганской тюрьме



Святослав с афганским краеведом Хаджи Мехраном. В его доме в провинции Нуристан этнограф записывал местный фольклор.

ведки, там я провел две недели в комнатке 4 на 4 метра.

- Каменный мешок?

- Нет, бывший офис, даже с кондиционером... Били только один раз, и то больше для испуга. Но давили, угрожали: «Мы позволим твоим детям и скажем: ищите себе другого отца. Мы тебе вырвем глаза, сделаем из тебя фарш».

Потом меня перевели в СИЗО главного разведывательного управления. В отдельном блоке там живут игиловцы*, которые уже отбыли срок, но не хотят возвращаться на родину. По выходным к ним приходят жены, дети.

С нами сидел китайский турист, который сфотографировал пост безопасности. Его вскоре выпустили. И была еще группа из 11 граждан Камеруна, которые печатали в Афганистане фальшивые доллары.

- В каких условиях вас содержали?

- В приемлемых. На полу ковролин, прогулки в цементном дворе. Кормили пловом, курдюком - большими кусками. Бульоном наваристым.

Я под конец объявил

голодовку - мне ни разу не дали позвонить. Только на 30-й день организовали встречу с нашими дипломатами.

ЧИСТ И СВОБОДЕН

- Почему вас заподозрили в контрабанде?

- У меня была новая бижутерия и украшения для музейной коллекции, которым лет 50 - 70. Еще советские чайники, изготовленные в Кольчугине Владимирской области, с чеканкой афганского ремесленника. Это не исторические ценности...

После визита консульских работников состоялся суд. Судья сказал: «Больше на политические темы ни с кем не разговаривай, вопросов не задавай, ты чист и свободен». Меня отвезли в аэропорт, и 9 сентября я был в Москве.

- Еще в Афганистан поедете?

- Желание вернуться есть, но я больше не поеду за свой счет. Только по приглашению и с гарантиями защиты от произвола... У меня собрано материала на 10 лет вперед, пока буду обрабатывать архивы. Мне удалось прояснить статус ряда малых

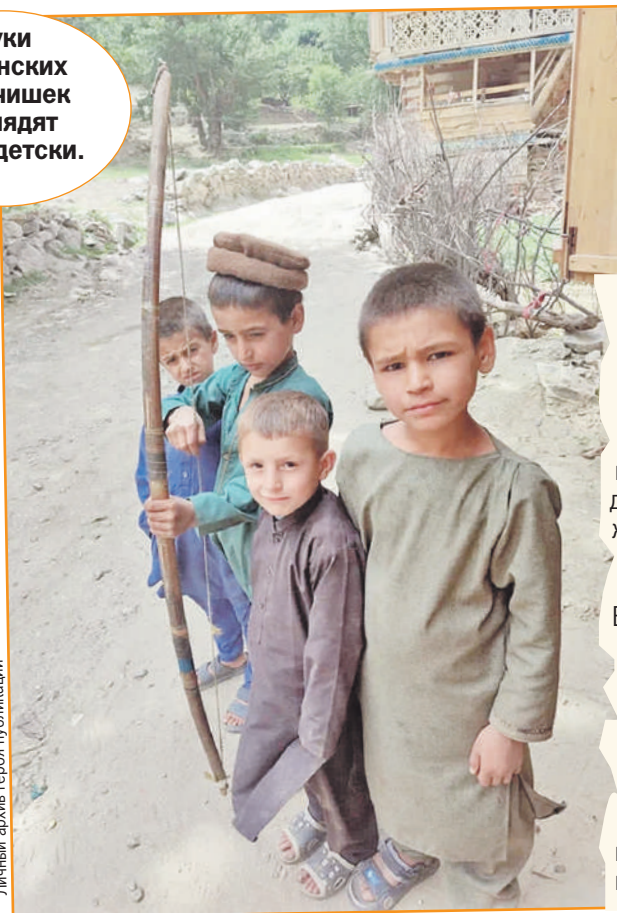
языков: насколько они живы, сколько носителей, что из исторических данных люди помнят, какие легенды... Это важно, ведь местные почти не занимаются такими исследованиями.

ВЕРТИКАЛЬНЫЕ МЕРТВЕЦЫ

- Как изменилась жизнь в стране после прихода талибов?

- Стало безопаснее. Курить стали категорически меньше. При этом

Луки афганских мальчишек выглядят не по-детски.



Личный архив героя публикации

ИЗ ДОСЬЕ «КП»

Святославу КАВЕРИНУ 38 лет, он исследует культуру и быт народов Афганистана. Окончил магистратуру Центра социальной антропологии РГГУ, был куратором нескольких выставок в Москве, в том числе в Музее Востока. Работает в Институте востоковедения Российско-Армянского (Славянского) университета.

живут 15 - 20 миллионов мусульман, для него это стало открытием. Они ничего не знают о православии и думают, что все христиане к нам из Европы и Америки приехали. А русские - кафиры и коммунисты. И они считают, что коммунизм - это когда всех убивают и запрягают ислам...

Моему афганскому другу бабушка в детстве рассказывала, что шувары советские мертвецов закапывают в землю вертикально, оставляя голову над землей. Может, это какой-то отголосок фильма «Белое солнце пустыни»?

Некоторые талибы со мной очень жестко разговаривали: мол, дружить с вами никогда не будем. А некоторые общались любезно. Мне встретился начальник безопасности района, который просидел девять лет в американской тюрьме на авиабазе Баграм. Крайне уравновешенный и мудрый человек, говорить с ним было приятно. В общем, я считаю, что произшедшее со мной - произвол отдельных идиотов.

- А как к американцам относятся?

- Абсолютное большинство плохим словом их вспоминает. Даже те, кто на них работал. Отмечают, скажем, что американцы строили всё только для себя - асфальт только до базы, но никуда более. И строили ненадежно. Советские же объекты стоят по 50 лет и более.

Картинка из глубинки

«Не так уж афганцы и бедны по сравнению с нами. Для них какая-нибудь московская студия - просто чулан. Там люди живут в домах, где один этаж - сто метров, а этажей - три-четыре, - говорит Станислав. - В регионе Нуристан, который я исследовал, у жителей много земли, она поделена между семьями еще с языческого периода, и большая стада в сотни голов скота.

Те, у кого много дочерей, считаются богатыми. Ведь за невесту нуристанцы берут выкуп минимум в 100 коз».

КОНКРЕТНО

ЧЕГО НЕ СТОИТ ДЕЛАТЬ ИНОСТРАНЦУ В АФГАНИСТАНЕ



- Перемещаться по стране без регистрации в министерстве информации и культуры и разрешения на поездку по определенному маршруту.
- Фотографировать силовиков, государственные объекты и женщин.
- Обсуждать политику и религию.
- Ввозить и употреблять алкоголь.

STOP

РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА
91,5 FM

Особенности межнациональных отношений и менталитетов разных наций, конфликты и противоречия, которые мешают нам жить дружно. По воскресеньям в «Национальном вопросе» в 16.00 (мск) на Радио «КП»

«Вы неверно заполнили налоговую декларацию»

Виктория КУДАЕВА

Простая деталь помогла сибирячке раскрыть новую схему развода мошенников.

Ольга работает в КП-Иркутск, сейчас на больничном, уже долгое время находится дома с переломом ноги. Однако бытовые дела никто не отменял. Вот и днем 1 октября Ольга была погружена в них. В этот момент и зазвонил мобильный.

- Так как я была занята, не сразу обратила внимание на номер телефона, который высветился на экране. Показалось, что был обычный стационарный городской телефон, - рассказывает Ольга.

Сибирячка приняла вызов.

«ЭТО ПРИЛОЖЕНИЕ ВЫДАЕТ ОШИБКИ»

На другом конце провода звучал незнакомый голос. Мужчина представился сотрудником Федеральной налоговой службы.

- Вы неверно заполнили налоговую декларацию за 2024 год, - сообщил незнакомец сибирячке. - Каким способом вы подавали ее?

Документы Ольга всегда подает через специальное мобильное приложение ФНС «Налог и ФЛ» - так быстрее и удобнее.

Мужчина попытался убедить сибирячку, что подача декларации именно через это приложение - ошибка, мол, дает непредвиденные сбои, и предложил альтернативный сервис. Название его, что уже вызвало подозрения, звучало созвучно с «Налог и ФЛ».

- Почему я должна подавать через это приложение? - поинтересовалась Ольга.

В ответ на это незнакомец спросил, является ли сибирячка самозанятой или зарегистрирована как индивидуальный предприниматель.

- Ни то и ни другое. Я работаю по найму, - сообщила она собеседнику.

- И вы трудоустроены официально? - продолжал уточнять незнакомец.



Ольга догадалась, что на том конце провода аферист, когда ей начали нагло хамить.

- Да.

- И в 2024 году тоже работали официально? - и вновь получив утвердительный ответ, продолжил Ольге пудрить мозги. - Значит, ваш работодатель неверно подал декларацию. Поэтому вам нужно будет лично явиться на прием, принести документы.

«СРОЧНО ЗАПИШИТЕСЬ НА ПРИЕМ!»

Ольга пообещала, что обязательно так и сделает, но немного позже - с переломом ноги несподручно.

- Вам нужно это сделать как можно скорее - буквально в течение пяти рабочих дней! - настаивал собеседник. - В противном случае будут начислены бешеные пени.

- Я начала объяснять ему, что при всем желании не смогу сейчас этого сделать. Сказала, что

позже запишусь на прием сама. Но незнакомец начал отговаривать ее от этой идеи:

- Если запишитесь сами, на прием к налоговому инспектору попадете только в течение двух недель. А пени за неправильную оформленную декларацию будут увеличиваться с каждым днем...

Ольга вновь начала объяснять ему ситуацию. Но звонивший и не пытался слушать:

- Говорил в параллель со мной, перебивал, чуть ли не хамил. Говорил: мол, записывайте, по какому адресу, в какое время нужно подойти на прием...

Именно в этот момент Ольга заподозрила, что общается с мошенником.

- Обычно сотрудники налоговой службы ведут себя профессионально и уважительно, отвечают на любые вопросы. Здесь же было очевидно, что разговор идет совсем не так...

Сибирячка не стала дослушивать незнакомца и сбросила вызов. Позднее женщина поняла, что номер отличался от привычного иркутского всего лишь одной цифрой. Звонок на самом деле был из другого региона.

- Думаю, все дошло бы до того, что он прислал бы мне СМС с кодом, который потребовал сообщить, и так получил доступ к моим личным кабинетам или банковским приложениям...

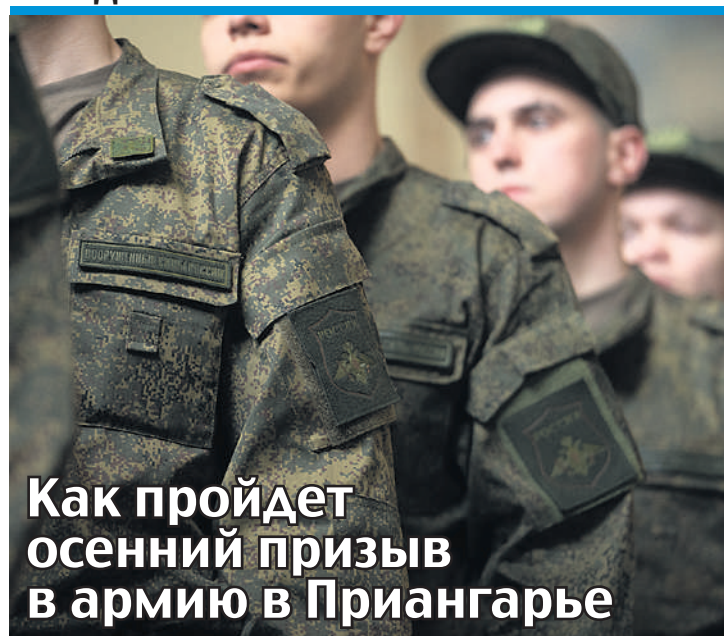
ОФИЦИАЛЬНО

«Не переходите по незнакомым ссылкам и не называйте код из СМС»

- Зафиксирована новая схема мошенничества с использованием сервиса «Финуслуги», - сообщают подробности в ГУ МВД России по Иркутской области. - Звонившие сообщают о налоговой задолженности и требуют подать декларацию 3-НДФЛ. При этом мошенники «записывают» жертву на прием якобы в отдел «Финуслуг» и указывают, что для встречи со специалистом нужно назвать код из СМС или перейти по ссылке, отправленной на электронную почту.

Полученные данные аферисты используют для доступа к финансовым сервисам жертвы. После этого мошенники звонят повторно под видом сотрудников полиции, спецслужб или банка. Они сообщают о подозрительных операциях на счетах из-за передачи кода и предлагают перевести деньги на так называемый «безопасный счет». Полиция Иркутской области напоминает: сотрудники Федеральной налоговой службы никогда не станут просить вас перейти по отправленным ссылкам или озвучить код из СМС. Кладите трубку. Не верьте преступникам!

БУДЬ В КУРСЕ!



Как пройдет осенний призыв в армию в Приангарье

Всего из региона отправятся на службу порядка 2400 мужчин.

Мария КНЯЗЕВА

Отправлять новобранцев со сборных пунктов начнут с 15 октября.

Осенний призыв в армию в Иркутской области начался, как и по всей стране, с 1 октября. В этом году на службу отправятся из нашего региона около 2400 сибиряков. Возраст мужчин, подлежащих военной службе, остался неизменным - от 18 до 30 лет.

Осенняя призывная кампания продлится до 31 декабря. Срок службы - один календарный год. Отправлять новобранцев будут только в воинские части на территории нашей страны, через год всех их ждет увольнение.

- Отправка в войска со сборных пунктов начнется во второй половине октября, - рассказали в правительстве региона.

Получить повестку мужчины призывного возраста могут, как электронную (через портал «Госуслуги»), так и бумажную. И те, и другие имеют равную силу.

Кстати, решение о призыве на военную службу теперь действительно в течение одного года со дня его принятия. Получается, если не смогли отправиться на службу в осенний призыв, направят в следующий период.

Если по повестке не явиться в военкомат, в течение 20 дней применят ограничительные меры.

Ответы на популярные

вопросы, которые обычно беспокоят призывников и их родственников накануне осеннего призыва в армию, дал заместитель начальника Главного организационно-мобилизационного управления Генерального штаба ВС РФ вице-адмирал Владимир Цимлянский на брифинге.

Во-первых, в министерстве обороны России сразу уточнили, что это плановый осенний призыв, который никак не связан с проведением СВО.

- Военнослужащие, проходящие военную службу по призыву, для участия в выполнении задач специальной военной операции привлекаться не будут, - говорит заместитель начальника Главного организационно-мобилизационного управления Генерального штаба ВС РФ вице-адмирал Владимир Цимлянский. - Отправки призывников со сборных пунктов спланированы с 15 октября 2025 года.

Куда же распределят призывников? Треть из них поедут в учебные соединения и воинские части, где они получают навыки работы с современной военной техникой и специальность. В соответствии с последней, их распределят по войскам.

Часть призывников смогут попасть в научные роты, научно-производственные подразделения, а также в спортивные.



Самые важные новости, фото и видео - в телеграм-канале «КП» - Иркутск»

Объявление

Реклама

ОАО «РЖД» проводит аукцион № 25/9307/А/А/Э/В-СИБ на право заключения договора аренды части гаража площадью 45,05 кв. м, расположенного по адресу: Республика Бурятия, г. Улан-Удэ, ул. 3-я Транспортная, дом 122а.

Телефоны для связи в г. Иркутске:
8 (3952) 64-51-40, 64-45-68, 8-914-00-511-94



Объявление

Реклама

ОАО «РЖД» проводит аукцион № 25/9304/А/А/Э/В-СИБ на право заключения договора аренды складского здания площадью 870,6 кв. м, расположенного по адресу: Республика Бурятия, г. Улан-Удэ, ул. 3-я Транспортная, дом 122а.

Телефоны для связи в г. Иркутске:
8 (3952) 64-51-40, 64-45-68, 8-914-00-511-94



Надежда ИВАНОВА

Новые единицы транспорта получили муниципальные пассажирские предприятия Иркутска.



Пассажиры оценят удобство новой модели.

Считается, что один из основных показателей комфортности городской среды - общественный транспорт. И в этом плане областному центру еще есть куда расти. Однако в течение нескольких последних лет в этом направлении многое делается. Иркутяне уже успели оценить удобство НефАЗов - больших зеленых автобусов, которые могут одновременно забрать с остановки всех желающих уехать. Теперь по разным маршрутам их курсирует более 100! Однако обновление подвижного состава на этом не закончилось.

НОВЫЙ АВТОБУС НА МАРШРУТЕ № 11

Автопарк МУП «Иркутскавтотранс» пополнился еще одним автобусом среднего класса. Он будет перевозить пассажиров по маршруту № 11. И кстати, именно эта модель, выпущенная на российском заводе «КАМАЗ», для Иркутска совершенно новая.

Примечательно, что ключи от машины вручили одному из лучших водителей предприятия - Александру Бугацкому.

- Работаю здесь уже 2 года и ни разу не разочаровался, - поделился впечатлениями Александр Геннадьевич. - Новый автобус очень комфортный: теплый салон, мягкие кресла. Ездить на нем - одно удовольствие. Пассажиры благодарят, а это для меня самое главное.

- Мы руководствуемся принципом, что работа должна быть построена вокруг человека и для людей. Александр - прекрасный пример профессионала, который своим отношением к делу заслужил уважение коллег и пассажиров. Вручение ключей от нового автобуса - это не только жест

благодарности, но и важный шаг в повышении качества обслуживания горожан, - подчеркнул директор МУП «Иркутскавтотранс» Алексей Колмаков.

ДВА ВАГОНА - № 1 И 4

Для тех, кто предпочитает пользоваться трамваями, тоже есть хорошая новость: скоро на маршруты № 1 и 4 выйдут два новых вагона. МУП «Иркутскгортранс» получило их в слегка «разобранном» виде: кузов ставится на тележки уже на месте.

- На днях к нам приедет представитель завода-изготовителя, который проведет технологическое подключение тележек. До 15 октября завершим



Сейчас специалисты готовят новые трамваи к запуску на маршруты.

обкатку, проведем техосмотр. После этого оба трамвая выйдут на линию, - сообщил директор МУП «Иркутскгортранс» Сергей Майок.

Кстати, во время переговоров с заводом-изготовителем был учтен опыт эксплуатации первых двух трамваев, которые приобретались в прошлые годы. Местные специалисты направили пожелания по обустройству кабины водителя и комплектации салона. Так что эти вагоны сделали удобнее и безопаснее как для вагонновожатых, так и для пассажиров. Важно, что именно у этой модели кузова переменный уровень пола, так что родителям с колясками, пенсионерам и маломобильным гражданам будет удобно заходить.



Так выглядит доставка и разгрузка трамвайного вагона.



Коллектив предприятия с радостью встречает новую технику.



Тележки, то есть подвижная часть, которая поставит трамвай на рельсы, приехали отдельно.

2023 году мы впервые закупили новый кузов, который сотрудники «Иркутскгортранса» поставили на собранные из новых запчастей тележки. В итоге получили фактически новые трамваи по более низкой цене. В прошлом году таким же способом обновили еще один вагон. В этом - заказали на заводе еще четыре. Первые два уже поступили, еще два ожидаем в ноябре, - отметил мэр города Руслан Болотов.

■ А В ЭТО ВРЕМЯ

В МУП «Иркутскавтотранс» определили лучших водителей

Ежегодный конкурс водительского мастерства прошел на площадке МУП «Иркутскавтотранс». Участие в нем приняли четыре команды, причем одна из них - женская сборная. Испытания самые логичные: теоретические - на знание ПДД - и практические. Причем для вождения специально подобрали такие автобусы, на которых не работает никто из участников (известно ведь, что на привычной машине с испытаниями справиться проще).

Лучшей стала команда автоколонны № 3. Второе место - у автоколонны № 1, третье - у автоколонны № 2.

- Первое и главное, что мне хочется отметить, - довольные лица наших водителей. Конкурс проводим ежегодно.

Все этому рады. Ребята - большие молодцы, показали достойные результаты! Победители получают премии и кубки. Приятно видеть постоянных участников и новые лица - это здоровая конкуренция и передача опыта, - сказал директор МУП «Иркутскавтотранс» Алексей Колмаков.

В общем зачете абсолютным чемпионом предприятия стал **водитель маршрута № 37 Антон Артеменко**. Он показал лучшее время и будет представлять Иркутск на всероссийских соревнованиях. Серебро досталось **водителю маршрута № 28р Алексею Ратнеру**, бронза - у **водителя маршрута № 26 Андрея Слюнченко** - победителя прошлого года.



Команды соревновались в знании ПДД и навыках вождения.



Елена КРИВЯКИНА,
спецкор «КП»

Все больше
российских женщин
становятся
руководителями.
Почему так
происходит
и в чем они
выигрывают
у мужчин?

«Работу свою люблю. Многие меня уважают. Некоторые даже боятся», - говорила директор статистического учреждения Людмила Прокофьевна Калугина своему подчиненному и будущему мужу Анатолию Ефремовичу Новосельцеву в «Служебном романе».

Комичный образ одинокой начальницы давно остался в прошлом. Хотя

кое-что современные женщины-лидеры все же от Людмилы Калугиной унаследовали: они любят свою работу. Их уважают. И даже боятся.

В чем плюсы и минусы женщин-начальников? Какие отрасли становятся все более «женскими»? И почему на рынке труда сохраняется дискриминация? В нюансах женского лидерства разбиралась спецкор «Комсомолки» Елена КРИВЯКИНА.

ГДЕ ГУСТО, А ГДЕ ПУСТО

В 2025 году насчитывается 11 профессиональных сфер, где доля резюме женщин-руководителей превышает 50%. Среди них - управление персоналом, розничная торговля, наука и образование (подробнее см. «Конкретно»). А два года назад таких отраслей было девять, - рассказали «КП» в пресс-службе системы поиска работы hh.ru.

Интерес женщин к руководящим должностям растет. Но число женщин-управленцев по-прежнему ограничено. Об этом можно судить по отзывам сотрудников на сайтах, посвященных работе: упоминания о начальниках-женщинах встречаются лишь в 0,1% случаев против 3,8% руководителей-мужчин. Разрыв очевиден: женщины на руководящих постах пока не воспринимаются как привычное явление, - рассказал «КП» операционный директор Dream Job Константин Никонов.



Кадр из фильма «Служебный роман», 1977

Людмила Прокофьевна знает дело, которым руководит. Приходит раньше всех, а уходит - позже всех. Но сегодня и это не главное!

Кстати, меньше всего женщин-руководителей в сферах добычи сырья, транспорте, производстве, строительстве и автомобильном бизнесе. При этом женщин-начальников становится все больше в таких сферах, как финансы (банковское и страховое дело), розничная торговля, электроника.

В медицине и фармацевтике упоминания «начальниц» единичны, несмотря на большой процент женщин среди сотрудников. В строительстве и логистике - еще меньше. То есть в традиционно «мужских» отраслях женщины на высоких должностях - пока исключение. Это может снижать привлекательность компании в глазах кандидатов. А 95% соискателей изучают отзывы перед выбором места работы, - говорит Константин Никонов.

Почему дефицит женщин-руководителей снижает привлекательность компании?

Потому что начальниц прекрасного пола многие сотрудники любят больше, чем мужчин. На сайтах, посвященных работе, положительные и отрицательные комментарии о женщинах-руководителях встречаются одинаково часто. А вот мужчин чаще критикуют - за авторитарность и давление.

ГИБКИЕ, ТЕРПИМЫЕ И НЕ РУБЯТ СПЛЕЧА

В последние годы не только сами женщины стали активнее строить карьеру и стремиться занимать ответственные посты, но и работодатели проявляют больше лояльности в этом плане, - рассказала «КП» карьерный консультант Галина Бобкова.

У «потепления» несколько причин.

Женщины более гибкие, терпимые, они лучше чувствуют настроение человека и меньше склонны рубить сплеча, - перечисляет Гали-

на Бобкова. - Все это помогает и персонал сохранять, что важно в условиях дефицита кадров, и с клиентами, а также учредителями выстроить доверительные отношения.

К тому же женщины-управленцы более склонны работать с подчиненными в одной упряжке, а не только руководить, отмечает эксперт. Например, вместе делать важный проект, помогать советами.

А вот в чем слабый пол чаще всего действительно уступает мужчинам, так это в готовности идти на риск и проводить масштабные преобразования. Но это нужно далеко не всем компаниям.

Многие, наоборот, стремятся сохранить имеющееся, поэтому революционеров на высшие позиции стараются не брать. И тут снова предпочтение может быть отдано женщине, - поясняет Бобкова.

ПРЕДПОЧТЕНИЯ ИЛИ ДИСКРИМИНАЦИЯ?

Среди менеджеров среднего звена (начальники отделов, руководители участков) «гендерный разрыв» не очень велик. Соотношение мужчин и женщин здесь - 56,4% к 43,6% в пользу сильного пола (данные Ассоциации менеджеров).

А вот в высшем менеджменте - генеральные, коммерческие директора и т. д. - разрыв куда сильнее: там мужчин в 2,7 раза больше!

Руководители высокого уровня - это в основном мужское сообщество. Работодатели часто опасаются, что женщина уйдет в декрет или будет сидеть на больничном с детьми. А если женщине 40 плюс и у нее нет семьи, то начинаются разговоры: а почему она не замужем? Это может означать, что у кандидата трудный характер, особые взгляды и с ней сложно иметь дело. Такие стереотипы

КОНКРЕТНО

КУДА СТРЕМЯТСЯ
ЖЕНЩИНЫ
В каких отраслях
соискательниц на место
руководителя больше...

Управление персоналом 72%
Розничная торговля 62%
Наука и образование 59%
Искусство и массмедиа 58%

Медицина и фармацевтика 57%
Финансы и бухгалтерия 55%
Сфера административных профессий 53%
Страхование 52%
Фитнес и салоны красоты 52%
Маркетинг, реклама и PR 51%
Юриспруденция 49%

...и в каких - меньше

Добыча сырья 27%
Транспорт и логистика 27%
Производство 21%
Строительство 23%
Автомобильный бизнес 3%

По данным hh.ru.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

никуда не делись, - объяснила «КП» HR-эксперт Елена Парфенова.

При этом эксперт отмечает, что среди женщин уже немодно быть домохозяйкой при обеспеченном муже, как это было в 90-е.

Понимая, что в крупных компаниях они проигрывают мужчинам, женщины сами себя двигают: открывают собственный бизнес, не желая что-либо кому-то доказывать, - говорит Елена Парфенова.

Впрочем, если в компании не процветает мужской шовинизм, женщинам проще выстроить карьеру руководителя.

Когда женщин на топовых позициях становится больше, они способны оценить преимущества других представительниц своего пола в работе и открывают им дорогу на руководящие должности, - говорит Галина Бобкова.

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

МУЖЧИНАМ ПЛАТЯТ БОЛЬШЕ

Отрасли	Женщины	Мужчины
Добыча сырья	72 100	116 400
Информационные технологии	80 100	125 000
Продажи, обслуживание клиентов	59 200	94 700
Производство, сервисное обслуживание	77 100	103 500
Транспорт, логистика, перевозки	53 800	80 900
Туризм, гостиницы, рестораны	51 000	72 500
Строительство, недвижимость	83 400	102 300

По данным hh.ru.

* Медианная зарплата - это такая цифра, при которой ровно половина работников получает больше нее, в вторая половина - меньше.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

КСТАТИ

Разрыв в ожиданиях по зарплате (сколько денег хотят получать соискатели на разные должности) между мужчинами и женщинами достигает 24%. Это касается и женщин-управленцев.

Скромность женщин объясняется боязнью отпугнуть работодателей высокими запросами. К тому же некоторые дамы до сих пор считают, что уступают мужчинам в лидерских качествах, - говорит Галина Бобкова. - Еще одна причина: чем выше зарплата, тем больше нагрузка и ответственность. Женщины, запрашивая меньшие деньги, стремятся избежать повышенной ответственности и работы 24/7, чтобы оставить время и силы на семью и детей.



Почему
молодежь
не хочет зарабатывать
и строить карьеру:
эксперты «КП»
составили типичный
рабочий портрет
зумера



ЗНАЙ НАШИХ!

Комсомолки, начальницы, красавицы

Недавно Ассоциация менеджеров и ИД «Коммерсантъ» представили 26-й ежегодный рейтинг «Топ-1000 российских менеджеров». В нем - сразу четыре женщины - руководителя медиагруппы «Комсомольская правда».

Генеральный директор, главный редактор медиагруппы «Комсомольская правда» Олеся Носова вошла в топ в категории «Медиабизнес» среди 250 высших руководителей страны.

Финансовый директор и главный бухгалтер Элина Велиховская - в топ-100 финансовых директоров.

Первый заместитель гендиректора Анна Шашлова - в сотне лучших коммерческих директоров.

Заместитель гендиректора Анжелика Кирьян вошла в топ-50 директоров по связям с органами власти.

В «Комсомолке» также нет разницы в зарплатах между мужчинами и женщинами.

И такая чехарда - на года: подхватил то отит, то бронхит



Не только гаджеты виноваты: что на самом деле портит зрение школьников - разбираемся с офтальмологом на сайте

Анна КУКАРЦЕВА

Как укрепить иммунитет часто болеющего ребенка.

С началом учебного года многие родители сталкиваются с одной и той же проблемой: дети приносят из сада или школы какие-то болячки. То сопли, то кашель, то уши болят, то расстройство пищеварения. Какая-то безумная карусель, с больничного на больничный. Можно ли как-то поднять иммунитет чада, чтобы наконец вылечить? Или только ждать, когда ребенок перерастет? Врач-педиатр Мария Одзильева объяснила, сколько простуд цеплять для ребенка - норма.

ПОЧЕМУ ОНИ ТО И ДЕЛО ПРОСТЫВАЮТ?

Дело не в слабом иммунитете, объясняет врач. Причины вполне логичны:

- ✓ вирусы легко передаются в группе или классе, где дети плотно общаются;
- ✓ после лета организм перестраивается на новый режим, что является стрессом и ослабляет иммунитет;
- ✓ дети в новом коллективе встречаются с патогенами, с которыми их организм пока не знаком. И их иммунные клетки только учатся отражать эту инфекцию.

- Ребенок может переносить до 10 - 12



Так хочется, чтобы болезни детей были только понарошку!

простуд в год - то есть практически каждый месяц в сезон простуд (с сентября по май), а то и два раза в месяц. И это нормально. Такие данные подтверждает и ВОЗ, - поясняет Мария Одзильева. - Если болезни проходят без тяжелых осложнений, это считается частью процесса «тренировки» иммунной системы.

СОН И СВЕЖИЙ ВОЗДУХ ПРОТИВ ВИРУСОВ

- Волшебных таблеток, «поднимающих» иммунитет, не существует, - поясняет педиатр. - Но можно создать условия, при которых иммунная система ребенка будет работать максимально эффективно.

Что действительно помогает...

- **Правильное питание:** разнообразная

еда, богатая овощами, фруктами, мясом, рыбой и кисломолочными продуктами.

- **Полноценный сон:** не менее 8 - 10 часов в хорошо проветренной комнате.

• **Свежий воздух и физическая активность** очень важны для профилактики. Оптимальная продолжительность прогулки для детей дошкольного и младшего школьного возраста - 2 - 3 часа в день. Полезны подвижные игры: бег, догонялки и т. д.

- **Гигиена:** приучите ребенка мыть руки после улицы и перед едой.

• **Комфортные условия дома.** Чаше проветривайте комнату и поддерживайте нормальную влажность (50 - 55%). Температура в детской должна быть в пределах 18 - 22 °С. Для качественного сна подходит более

прохладный воздух - это помогает легче заснуть и глубже спать. К тому же в жарком и сухом помещении слизистые пересыхают и вирусам легче проникнуть в организм.

У детей обмен веществ быстрее, чем у

взрослых, они вырабатывают больше тепла. Поэтому не кутайте малыша - в жаркой комнате он легко перегреется, что ослабит его иммунитет и сделает более уязвимым к инфекциям.

- **Витамин D:** его прием в профилактической дозе действительно поддерживает иммунитет, но обязательно проконсультируйтесь с врачом, чтобы определить дозировку.

• **Прививка от гриппа.** Это единственный надежный способ защиты от опасного вируса.

...и что может навредить

- **БАДы** «для иммунитета» не являются лекарствами - их эффективность не дока-

зана. Они не проходят строгих клинических испытаний, а значит, нельзя быть уверенными в точности состава на упаковке. Некоторые компоненты могут стать причиной аллергии, нарушения работы ЖКТ, бессонницы, ослабить или, наоборот, усилить действие принимаемых лекарств.

• **Противовирусные препараты** «для профилактики»: могут давать побочные эффекты (сильную боль в животе, тошноту, рвоту, диарею). К тому же они призваны бороться с определенными видами вируса. Поэтому, если врач не назначил такие лекарства, самостоятельно «для профилактики» принимать их не стоит.

• **Антибиотики** бес- сильны против вирусов и убивают полезную микрофлору, ослабляя организм. С такими лекарствами нужно быть вдвойне аккуратными.

ПРОДАЖА

объектов недвижимости ОАО «РЖД»

производственные объекты

Иркутская область,
Тайшетский район,
п. Новобирюсинский

8-960-752-72-25

property.rzd.ru



Реклама

ИЗДАТЕЛЬСТВО
КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА

ОГРН: 1027739295781. АО «ИД «Комсомольская правда», г. Москва. Реклама 16+

БЛОКНОТ ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА
От авторов бестселлера «Обман веществ»

Кто бы мог подумать, что в век цифровизации я возьму в руки карандаш и блокнот и буду каждый день вести дневник того, что я ем! Это реально работает, я перестала переедать.

КУПИТЬ ЗДЕСЬ

Как сохранить урожай овощей, грибов и фруктов оптимальным для здоровья образом.

Анна КУКАРЦЕВА

Россияне по-прежнему увлекаются домашними заготовками. Как при этом сохранить урожай максимально полезным образом? Роспотребнадзор отмечает, что населению страны не хватает витаминов: недостаток тех или иных нутриентов отмечается у каждого второго ребенка и у каждого четвертого взрослого. Обеспечены всеми витаминами только 14% взрослых и 17% детей.

Да, летом нехватка сглаживается, но с приближением зимы опять нарастает. А сейчас витамины можно законсервировать. Только как? Рассказали ученые Пермского политеха.

- Свои овощи и фрукты особенно хороши!

Ягоды, протертые с сахаром

+ Сохраняет больше витаминов, чем при варке.

+ Сахар!
✓ - При протирании ягод с сахаром все так же происходит потеря большого количества витамина С из-за окисления. Этот процесс неизбежен, так как начинается после контакта с кислородом. Кроме того, усилить его может соприкосновение с металлом, если протирание, например, осуществляют с помощью блендера или металлической посуды. К окислению так же чувствительны другие витамины и антиоксиданты», - объясняет Евгения Гладких.



Соление, квашение и мочение

- При засолке, квашении овощей, а также при мочении ягод и фруктов происходит процесс молочнокислого брожения, которое позволяет не просто сохранить, а даже приумножить их пользу, - говорит ассистент кафедры «Химические технологии» ПНИПУ **Никита Кифель**. - Натуральная среда на поверхности свежих плодов содержит молочнокислые бактерии, которые являются пробиотиком и поддерживают здоровье кишечника. Внутри банки нет кислорода, и полезные бактерии начинают активно размножаться и перерабатывать сахара, содержащиеся в овощах и фруктах, превращая их в молочную кислоту. Продукт их метаболизма и создает характерный вкус и аромат рассола.

+ «Такие виды консервации позволяют сохранить витамин С в больших количествах, чем, например, при вялении. Также удерживаются и даже дополнительно синтезируются молочнокислыми бактериями витамины группы В. В рассолах и заквасках их становится больше, чем в сырых продуктах», - говорит ассистент кафедры «Химия и биотехнология» ПНИПУ **Евгения Гладких**.

Также соление и квашение позволяют сохранить и другие витамины и минералы. Например, в огурце сохраняются клетчатка и натрий, фосфор, фтор, цинк, железо и магний.

- «Но стоит помнить про количество соли. Тот же небольшой огурец может содержать более 2,5 г соли при суточной норме 5 г. А высокая концентрация натрия провоцирует отеки, перегружает почки и повышает артериальное давление, что особенно опасно при гипертонии», - предупреждает **Никита Кифель**.

А вот квашеная капуста считается более полезным продуктом, потому что содержит меньше соли, а также она почти чемпион по содержанию витамина С.

В моченых ягодах и фруктах (например, яблоках, клюкве и так далее) уменьшается содержание природных сахаров, потому что молочнокислые бактерии питаются ими в процессе жизнедеятельности. При этом сохраняются почти в полной мере витамины и минералы.

Маринование

- Маринование не всегда сохраняет пользу свежих овощей и грибов. После тепловой обработки и добавления соли с уксусом из продуктов полностью исчезают водорастворимые витамины С и В, - рассказывает **Никита Кифель**.

+ Все-таки в маринованных овощах сохраняются клетчатка, антиоксиданты и жирорастворимые витамины - А, Е, К, D. Часть минералов переходит из овощей и грибов в маринад.

- **✓** Большое количество уксуса, соли и сахара. Их вред может перевесить пользу сохранившихся в овощах и грибах витаминов. Особенно нежелательно употреблять такие продукты людям с заболеваниями желудочно-кишечного тракта и сердечно-сосудистой системы.

✓ Риск развития ботулизма, особенно в заготовках из грибов: им требуется более длительная стерилизация, чем овощам и фруктам.

- Можно мариновать вместе разные виды грибов, но важно подбирать их по общим характеристикам. Хорошо сочетаются, например, белые с подосиновиками и подберезовиками. Однако есть и исключения: опята и маслята лучше готовить отдельно, так лучше ощущается их вкус. Не стоит мариновать перезрелые, поврежденные или обработанные химией овощи - они быстро начинают гнить и могут испортить всю банку, - добавляет **Никита Кифель**.

Заморозка

Да, заморозить можно не все, и, конечно, для такого способа хранения нужна вместительная холодильная камера (а то и не одна). Зато и плюсов много.

+ **✓** Позволяет сохранить большую часть витамина С, который пропадает практически при любом другом способе консервации. По разным подсчетам, даже при хранении свежих овощей и фруктов витамин С будет «уходить» быстрее, чем при шоковой заморозке.

✓ Сохраняет заморозка и другие витамины, минералы, клетчатку. По этой причине она считается самым полезным способом хранения овощей, фруктов, ягод и зелени.

- Некоторые потери полезных веществ могут произойти из-за неправильной заморозки, когда плоды плохо промыли или оставили влажными. Вода останется внутри, образуются крупные кристаллы льда, повреждая структуру, и полезные соединения потеряются вместе с соком из разрушенных клеток. После разморозки становятся мягкими, водянистыми и теряют форму. То же самое может произойти из-за перепадов температур в морозильной камере. По этой причине не стоит сразу доставать слишком большую дозу продукта, так как с каждой повторной заморозкой в нем становится все меньше витаминов, - говорит **Евгения Гладких**.

Сушка

Сушить можно практически все: овощи, фрукты, ягоды, грибы, зелень.

+ Бережная (то есть естественная или в специальной сушилке, а не духовке) сушка позволит сохранить клетчатку, минералы, углеводы, антиоксиданты и витамины. Некоторые вещества даже приумножатся: например, антиоксидант ликопин лучше усваивается именно из вяленых (сушеных) томатов, так как при нагревании происходит разрушение хромопластов, в которых он содержится.

- В наибольших количествах во время сушки теряются вещества, чувствительные к окислению, высокой температуре, свету. Так, например, будет происходить активное разрушение водорастворимого витамина С. Если проводить сушку на солнце, это может привести к дополнительным потерям некоторых полезных веществ и даже к разрушению молекул витаминов группы В, в частности, тиамина и фолиевой кислоты, которые удалось бы сохранить без воздействия яркого света, - объясняет **Евгения Гладких**.

Варенье

Обычное варенье и джем - это однозначно не самые полезные способы заготовки ягод и фруктов: слишком уж в них много сахара, а длительная варка уничтожает почти все витамины. Но тем не менее...

+ **✓** **Евгения Гладких** считает, что более полезным является варенье-пятиминутка (когда ягоды в прямом смысле слова варятся всего 5 минут. Особенно актуально для смородины. - **Ред.**). Благодаря непродолжительному нагреву термочувствительные соединения - витамины и антиоксиданты - сохраняются намного лучше, чем в классическом варианте. Так можно значительно снизить и потери аскорбиновой кислоты. Останется около половины того количества витамина С, что было в ягодах, в то время как из обычного варенья, которое может вариться часами, он исчезает практически полностью.

- Несмотря на то, что в пятиминутке остаются клетчатка, минералы, антиоксиданты, жирорастворимые витамины, устойчивые к высоким температурам, и органические кислоты, там содержится огромное количество сахара. В 50 граммах варенья - 25 граммов, это дневная доза для взрослого человека.



KP.RU

Скоро ли подешевеют фрукты и каким будет урожай - на сайте KP.RU



Докопаться до урожая

Зачем нужно перелопачивать почву осенью и как правильно это делать.

Перекапывать участок, особенно если он большой, - занятие непростое. И многие дачники им пренебрегают - зачем тратить небесконечные силы? А между тем осенняя перекопка необходима, без нее хороших урожаев не будет.

Кстати, совсем не обязательно ждать момента, когда с огорода будет убран весь урожай - можно обрабатывать участок постепенно. Убрали огурцы - перекопайте грядки. Сняли последний урожай томатов - вскопайте и этот участок. Потом - после моркови, свеклы, капусты. И так постепенно, без лишних усилий, вскопаете весь огород.



- Сделал дело - теперь хоть на голове стой!

Олег БИТНЕР / Фотобанк Лори

Плюсы осенней пахоты

Одна осенняя перекопка позволит вам получить сразу 5 выгод.

1. Улучшится структура почвы. После перекопки в ней образуются поры и пустоты, в которые будет проникать воздух. Он насытит почву кислородом и сделает ее рыхлой и рассыпчатой. А питательные элементы перейдут в доступную для растений форму.

2. Повысится плодородие. Если в течение лета вы мульчировали грядки сеном, соломой, перегноем или торфом, внесли осенью навоз или компост, перекопка поможет органике лучше разложиться - для этого процесса тоже необходим кислород.

3. Погибнут вредители. Личинки многих вредителей зимуют в почве. Там им очень комфортно - почва промерзает обычно неглубоко, а если рано выпал снег, там, под землей, и вовсе получаются тепличные условия. Но если грядки перекопать и оставить почву комьями, большинство личинок окажутся в них. И, пока снег не выпал, замерзнут, потому что комья промерзают со всех сторон.

4. Станет меньше сорняков. При осенней перекопке на поверхности окажется часть корневищ многолетних растений - их можно будет выбрать вручную. Но даже если какие-то останутся в комьях земли, они погибнут зимой. Кроме того, осенняя перекопка стимулирует рост однолетних сорняков, особенно если погода стоит теплая. Семена прорастут, а потом всходы убит заморозками.

5. Сохранится влага. Снег зимой лучше задерживается на неровных поверхностях. А весной, когда он начнет таять, вода не будет утекать, как это было бы на ровном, не перекопанном участке. Она легко проникнет в пористую почву и насытит ее влагой на большую глубину.

Лопата или культиватор

Один из главных предметов спора у дачников - чем лучше копать: лопатой или культиватором. Казалось бы, ответ очевиден - культиватором обработать участок гораздо проще и быстрее. Это правда. Однако у культиваторов есть один большой недостаток - со временем на участке образуется так называемая подплужная подошва - на глубине 25 - 30 см почва сильно уплотняется и перестает пропускать воду в более глубокие слои. В итоге происходит застой влаги, и корни растений начинают гнить. Чтобы избавиться от подплужной подошвы, раз в 4 - 6 лет участок придется перепахивать или перекапывать на глубину 50 см. А это очень непростое занятие! Садовые культиваторы на такую глубину пахать не могут - тут справится только трактор, но вряд ли получится загнать его на дачный участок - ему там просто негде развернуться. Придется работать лопатой - прокапывать траншеи, отбрасывать в сторону верхний слой почвы, нижний перекапывать на штык лопаты, после чего возвращать верхний слой обратно. Представили масштаб катастрофы?

Так что при осенней перекопке отдавайте предпочтение старой доброй лопате. Перекапывать почву осенью нужно на глубину 25 - 30 см - на штык. Пласты следует переворачивать нижней стороной вверх, чтобы погибли личинки вредителей. Разбивать комья не надо.

Какие удобрения внести

Самая плодородная почва, как известно, чернозем. Но в России черноземы занимают всего 8% земель. У большинства же дачников в наших краях почва на участке глинистая, очень плотная и неплодородная. И осень - самое время, чтобы ее улучшить. Надо лишь внести под перекопку удобрения и полезные добавки.

● Навоз. Часто, когда речь идет о весенних и летних подкормках, можно встретить предупреждение: ни в коем случае не вносите свежий навоз, он сожжет корни! Это действительно так, свежий навоз - очень концентрированное удобрение. А вот осенью его не то чтобы можно - нужно вносить в почву. За зиму он частично разложится, насытит почву питательными элементами, но что более важное - сделает ее рыхлой и рассыпчатой. Правда, вносить навоз надо не каждый сезон - достаточно одного раза в 3 - 4 года. Норма для огорода - 300 - 400 кг на сотку. Его нужно равномерно разбросать по участку, после чего перекопать на штык лопаты.

● Фосфорные и калийные удобрения. Фосфорные удобрения начинают работать не сразу - им нужно время, чтобы перейти в доступную для растений форму. Именно поэтому их рекомендуют вносить осенью. А калийные можно было бы внести и весной, но в начале сезона всегда много работы. А уж коли все равно вносить фосфорные, почему заодно не раскидать и калийные? Именно поэтому их тоже советуют вносить осенью. Самые доступные и самые эффективные удобрения - двойной суперфосфат и сульфат калия (сернокислый калий). Нормы внесения такие:

✓ двойной суперфосфат - 30 г (2 ст. ложки) на 1 кв. м;
✓ сульфат калия - 20 г (1 ст. ложка) на 1 кв. м.
Оба эти удобрения вносят одинаково - равномерно разбрасывают по поверхности почвы и перекапывают на штык лопаты.

Чем раскислить почву

подавляющее большинство огородных культур предпочитают нейтральные, либо слабокислые почвы. На сильнокислых ни один овощ расти не будет. Так что, если у вас участок проблемный, почву придется раскислять.

Заподозрить, что почва кислая, можно, если среди свободно растущих трав часто попадаются хвощ, щавель, подорожник. Но проще (и недорого) купить лакмусовые полоски (продаются в любом садовом центре и на маркетплейсах). Они не только подтвердят, что почва кислая (или нет), но и покажут, насколько именно.

Для раскисления есть несколько средств.

● ИЗВЕСТЬ. Ее рекомендуют вносить на тяжелых глинистых почвах. И лучше осенью, потому что при весеннем известковании почвы, если ошибиться с дозой, она может сжечь корни растений.

Вносить известь удобнее всего под осеннюю перекопку участка на глубину 18 - 20 см. И после этого почву желательно полить. Нормы зависят от степени кислотности и вида почв (тяжелые/легкие):

очень кислая - 500 - 750/300 - 400 г;
кислая - 400 - 450/250 - 300 г;
слабокислая - 250 - 350/100 - 200 г.

Вносить известь нужно с такой периодичностью:

на тяжелых почвах - через 5 - 7 лет;
на легких почвах - через 3 - 4 года;
на торфяниках - каждые 3 года.

И помните: после известкования почва не сразу станет нейтральной - это произойдет через 2 - 3 года. Но в первый год кислотность в любом случае снизится и уже можно будет посадить какие-то овощи.

● ДОЛОМИТОВАЯ МУКА. Она является раскислителем почвы, но в ней еще содержатся элементы

питания, необходимые для растений: кальций и магний. На тяжелых почвах вносить ее нужно ежегодно. На легких - через год. Но эффективнее она работает именно на легких почвах (на тяжелых лучше вносить известь). Нормы зависят от степени кислотности (на 1 кв. м):

сильнокислые - 500 г;
кислые - 450 г;
слабокислые - 400 г.

Доломитовую муку равномерно распределяют по участку, а затем перекапывают.

● ЗОЛА. Древесная зола также является раскислителем, а ее главное преимущество в том, что она доступна и бесплатна. Вносить ее следует осенью, под перекопку. Нормы также зависят от степени кислотности (на 1 кв. м):

сильнокислые - 600 г;
кислые - 500 г;
слабокислые - 400 г.

ВАЖНО!

Одновременно с известкованием нельзя вносить минеральные удобрения - их можно будет использовать только весной.



«Мой урожай» - телеграм-канал «Комсомолки» для увлеченных дачников, заядлых садоводов, азартных огородников и вдохновенных цветоводов



Окончание. Начало < стр. 1.

И знаете что - баланс очень даже в нашу пользу!

1. Виз для нас стало меньше. Китай отменил их с 15 сентября, Оман в июле, Иордания подписала соглашение о безвизовом режиме, и оно вот-вот вступит в силу. И никто не ввел.

2. Работающих аэропортов на юге - больше. За последние полгода открылись Сухум в Абхазии, Геленджик и Краснодар. И ни один не закрылся.

3. Прямых рейсов за границу - тоже. В 2025 году возобновились полеты во вьетнамские Нячанг и Ханой, на очереди остров Фукуок. Впервые появились рейсы в Саудовскую Аравию. Снова летаем напрямую на карибский остров Маргарита в Венесуэле. С октября ждем рейсов в Эйлат на израильском побережье Красного моря.

4. К нам возвращаются зарубежные авиакомпании - полеты возобновили вьетнамская Vietnam Airlines и израильская El Al. И впервые начала летать саудовская Flynas, а с октября к ней присоединится Saudi Arabian Airlines.

5. При всем при этом отдыхать мы предпочитаем в России! В 2025 году 77% всех бронирований отелей приходится на отечественные города и курорты, рассказали «КП» в сервисе планирования путешествий OneTwoTrip. В прошлом году было чуть меньше, 75,5%.

ПЕРЕСТАЛИ БОЯТЬСЯ

- Наши туристы, как и раньше, выбирают отдых на теплых пляжах. Но стали смелее: охотнее едут в новые страны, выбирают маршруты, на которые раньше почти не решались, - прокомментировал «КП» Артур Мурадян, вице-президент Ассоциации туроператоров России, гендиректор компании Space Travel.

- Счастье - не за морями. Но лучше слетать и еще раз проверить!

Как мы провели это лето

- Несомненно, этот год дал нам понять, что туристы перестали бояться непредсказуемости с перелетами и неприятных сюрпризов, связанных с природными катаклизмами и конфликтами (вспомним землетрясения на Камчатке и в Таиланде, беспорядки в Стамбуле и Непале, обострение на Ближнем Востоке. - Ред.), - согласен Андрей Подколзин, глава PR-отдела туроператора ITM group. - Они участвовали в сафари в Южной Африке, устраивали пикники на закате с видом на Килиманджаро в Кении, занимались йогой на рассвете возле храмов Ангкора в Камбодже, изучали философию ваби-саби, глядя на Фудзи. Выросло даже число желающих побывать в Антарктиде!

ЧТО СДЕЛАЛО НАШИ ПУТЕШЕСТВИЯ ПРОЩЕ

- Восстановили работу два южных аэропорта - в Краснодаре и Геленджике. Это обрадовало туристов: после новости об открытии воздушной гавани Геленджика перелетами туда стали интересоваться в 40 раз активнее, - рассказала «КП»

Елена Шелехова, руководитель пресс-службы сервиса планирования путешествий OneTwoTrip. - Благодаря запуску рейсов в Абхазию туристы в 2 раза чаще бронировали там отели, чем годом ранее.

- Отмена виз Китаем - главное событие года, - считает Артур Мурадян. - Китай может заполнить дефицит экскурсионных туров, который возник после закрытия для нас Европы (закрытие условное - при желании поехать в Париж или Рим можно. Но визу оформлять дольше и дороже, чем раньше, а лететь придется со стыковками - в Стамбуле, Дубае, Ереване. - Ред.). Полетные программы из России расширяют китайские и ближневосточные авиакомпании, что дает новые возможности для транзитных перелетов. Туристы привыкают

к такому формату, и туроператоры берут блоки мест на стыковочных рейсах - в Малайзию, Индонезию, на остров Занзибар.

- В сентябре авиабилетов в КНР купили на 50% больше, чем год назад, - продолжает Елена Шелехова. - Вырос спрос и на поездки в Японию - в 2 раза. Это объясняется тем, что с осени 2024 года Страна восходящего солнца упростила подачу документов на визу. Долететь туда можно недорого со стыковкой в Китае. В целом интерес к странам Азии за год вырос на 20%.

...А ЧТО - СЛОЖНЕЕ?

- Сложности возникают с путешествиями в страны ЕС, - напоминает Артур Мурадян. - Мы видим ужесточение визовой политики: консульства вводят квоты на подачу докумен-

Азиатские маршруты в фаворе: красота и экзотика без проблем с визами.

НЮАНСЫ ТРИ ЗВЕЗДОЧКИ, А ЛУЧШЕ - ПЯТЬ!

HOTEL

Отели 4* - самые популярные у наших отпускников и в России, и за границей. На них приходится треть всех бронирований. Однако на зарубежных курортах на втором месте отели 5* (23% отдыхающих выбирают «пятерки»), а внутри страны - гостевые дома, хостелы, апартаменты и прочие варианты без всяких звезд (29% заказов).

По данным OneTwoTrip.

Дмитрий ПОЛУХИН / Комсомольская правда

тов, увеличивают сроки рассмотрения, визу приходится ждать до 3 месяцев.

ЕЩЕ БЫ НА КАРИБЫ!

И туристы, и туроператоры очень ждут прямых рейсов в Доминикану и Мексику.

- Доминикана до пандемии была самым массовым направлением на Карибах, ежегодно принимала более 150 тысяч наших туристов, - напоминает Артур Мурадян.

ТРЕНД

Один из трендов - путешествия на автомобиле. Что называется, не было бы счастья... развитию автотуризма отчасти способствовало закрытие южных аэропортов. Но не только. На трассах появляется все больше современных заправок с кафе, душами, детскими площадками, приличных мотелей.

- Заметен рост автотуризма по новым трассам - во Владимир, Казань, на юг России. Мы провели исследование с ВЦИОМом - уже порядка 80% поездок по стране туристы совершают самостоятельно, - поделился с «КП» Александр Брагин, директор Ассоциации туристических агрегаторов.

Юлия СМЕРНОВА



Тренд на развитие автотуризма журналист «КП» Валентин Алфимов (второй справа) подтвердил на собственном опыте - за отпуск объехал 17 регионов России! На фото - он с семьей на озере Баскунчак.

ПРОДАЖА

объектов недвижимости ОАО «РЖД»

земельный участок 1597 кв. м

Тайшетский р-н,
ст. Тагул, г. Бирюсинск,
ул. Транспортная, д. 7

8-913-185-77-05

property.rzd.ru



Все оттенки осеннего

Что надеть в октябре, чтоб и тепло, и нарядно. Разбираемся со звездами.

Тренд этой осенью - замша, кожа, вельвет, лаковые изделия; из цветов - все оттенки коричневого, розовый и зеленый; а также анималистичные принты. Звезды предпочитают дорогие бренды, но модно одеться можно и при помощи более демократичных марок.

Стефания Маликова

Стефания выгуляла пушистый костюм актуального пастельно-розового цвета от своего бренда DressByStesha. Цена комплекта - примерно 30 тысяч рублей. Кардиган и юбка выполнены из шерсти альпаки - в таком костюме точно не замерзнешь. Такой шерстяной комплект дизайнер предлагает носить с высокими сапогами с широким голенищем. На шее Стеши наблюдаем одно из ее любимых колец Bulgari из змеиной линейки Serpenti. Цена более 2 миллионов рублей.

Личная страница Стефании Маликовой в социальной сети

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

Ксения Собчак

Для вечеринки модная затейница Ксения Анатольевна собрала очередной навороченный образ. Собчак вдохновлялась своей мамой Людмилой Нарусовой (фото справа) - именно ее винтажный тюрбан от Dior модного сейчас розового цвета можно наблюдать на Ксении. Головной убор она вписала в образ с блестящим пальто с вышивкой в виде колосьев и юбкой миди с широким ремнем с массивной пряжкой - все Saint Laurent. Вещи архивные, поэтому точную стоимость назвать трудно. Но пальто, учитывая материалы, стоит не меньше 500 000 рублей. Образ Ксения разбавила белой рубашкой с секси-лифом. Еще один яркий акцент - золотой клатч из питона от Zagliani, тоже архивный (примерно 200 000 рублей). И завершающий штрих - замшевые сапоги на платформе и толстом высоком каблучке из новой коллекции EKONIKA x KALMANOVICH (34 990 руб.).

Личная страница Ксении Собчак в социальной сети

Анастасия Имамова

Звезда сериалов «Олдскул» и «Хутор» обзавелась шоколадным вельветовым платьем-жакетом от корейского бренда Either. Наряд мини подчеркнул стройные ноги Анастасии. Образ актриса дополнила коричневыми лодочками из актуальной замши. Я бы еще добавила массивные золотистые серьги, как вариант - с эффектом винтажа.

Личная страница Анастасии Имамовой в социальной сети

Виктория Шелягова

Блогер обожает российскую глубинку и примерила практичный образ для деревни. Рубашку в клетку Виктория сочетает с лаковой курткой карамельного оттенка и лосинами. Кстати, курточка в стиле ретро - от российского бренда «Чуле», слоган которого звучит как «Носи родное». Цена вещи из экокожи - 20 тысяч рублей. Клетчатая рубашка от бренда Lumiere стоит 14 200 руб. В качестве обуви светская львица выбрала казаки. И не забыла про солнцезащитные очки.

Личная страница Виктории Шеляговой в социальной сети

Светлана Бондарчук

Очень красивый образ собрала Светлана, сыграв на эффектном сочетании коричневого и молочного оттенков. Легкое светлое пальто от Love Republic, больше похожее на кардиган (29 999 рублей), Бондарчук скомбинировала с шоколадными кожаными брюками, джемпером такого же оттенка и замшевыми ботинками. Дополнила наряд объемным белым шарфом (идет в комплекте с пальто) и коричневой сумкой из ультрамодной замши. Так, в одном образе она совместила сразу несколько осенних трендов - коричневого цвета, трикотаж, кожу и замшу.

Личная страница Светланы Бондарчук в социальной сети

Татьяна Брухунова

Татьяна выгуляла плащ с геометричным рисунком от российского бренда Zoteme (32 000 рублей). На хлопковый тренч перенесли геометричный рисунок конструктивистки Любови Поповой, сделанный в 1923 году. Образ с чернотелым тренчем жена Петросяна дополнила белой ретро-блузой с вышивкой и темными капри. Плюс балетки Gucci (от 100 000 рублей) и молочная сумка от российского бренда Fiore (примерно 40 000 рублей).

Личная страница Татьяны Брухуновой в социальной сети

МОДА, СТОП!

Dsquared2 предлагает приобрести этот рукав за 92 000 рублей. Выполнен из кожи и украшен искусственным мехом. Правда, что делать с одним рукавом, непонятно.



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)



www.dsquared2.com

Ирина ВИКТОРОВА

«КП» узнала,
сколько
получают
наши
артисты
по возрасту.

У Диброва пенсия 40 тысяч, а у Панкратова-Черного - под 70



65-летний телеведущий **Дмитрий Дибров** доволен пенсией почти в 40 тыс. руб.: «У меня трудовая книжка без единого перерыва в стаже. Считаю размер пособия справедливым». Дибров много работает, чтобы содержать трех несовершеннолетних детей, прислугу, большой дом. При этом Дмитрий Александрович отмечает, что и пенсия лишней не бывает - потому что копейка рубль бережет.

Уж на букет для новой пассии свежее испеченному разведенцу Дмитрию точно хватит.

Рубальской хватает на все. Но за счет гонораров

80-летняя поэтесса **Лариса Рубальская** сочинила более 600 стихов и текстов песен для звезд. Проводит творческие вечера, пишет новые тексты. Свои стихи продает сразу вместе с правами на них, чтобы гонорар был выше. Часть авторских прав, которые остались у нее, Рубальская на несколько лет продала агентству. Рубальская сказала нам, что размер пенсии («30 с небольшим тысяч») ее устраи-

вает: «Я работаю. Поэтому на все хватает». Сколько нужно активной работающей пенсионерке в Москве? Лариса Алексеевна недавно подсчитывала: «Мне нужно 200 тыс. руб. в месяц. Сюда входит все необходимое: заплатить за квартиру, поблагодарить домработницу Валю за ее труд, помочь внукам и всякое разное».



Ларису Алексеевну стихи неплохо кормят. Так что госвыплата в 30 тысяч с хвостиком ее устраивает.

Михаил ФРОЛОВ/«КП» - Москва

88-летний телеведущий **Николай Дроздов** рассказал «КП», что тоже получает около 40 тыс. руб.: «Ни на что не жалуемся. Конечно, когда есть подработки, это хорошо». Из-за почтенного возраста и проблем со здоровьем Дроздов последние два года подрабатывает реже, чем раньше, но не отказывается от съемок в рекламе, читает научно-познавательные лекции. Между прочим, все два с лишним часа, что идет лекция, он на ногах - лишь изредка присаживается на стул на сцене.



Раскрыты
зарплаты
звезд:
ведущим ТВ
платят
\$1 млн
за год,
певцам -
10 млн руб
за час



Лариса КУДРЯВЦЕВА/Экспресс газета



Регина Игоревна так заработалась, что не похлопотала о званиях. А то получала бы почти на 42 тыс. больше!

...а Дубовицкая суммой обижена

81-летняя телеведущая **Регина Дубовицкая** говорит, что счастлива возможности продолжать работать - свежие выпуски «Аншлага» продолжают выходить по выходным. «Видимо, я недостаточно знаменита, если получаю такие деньги (речь о минимальной пенсии в 25 850 руб. - Авт.). Но я не могу без работы. И мне нравится, что я делаю».

67-летняя певица **Ольга Зарубина** тоже получает столичную минималку, но уверяет, что «...жить можно. Конечно, если где-то подрабатывать». 84-летняя актриса **Галина Стаханова** до сих пор подрабатывает эпизодическими ролями бабушек в сериалах. «Пенсия 25 тысяч, еще чуть больше тысячи - доплата за возраст. Хватает на лекарства и оплату «коммуналки», все обязательные выплаты. Работаю и не собираюсь отказываться!» - рассказала «КП» главная кинобабушка нашего кино. За съемочный день Стаханова получает в среднем 100 тыс. руб.

СПРАВКА «КП»

Пенсионеры Москвы со званием народного или заслуженного артиста получают компенсационную выплату, которую начисляют вне зависимости от того, продолжает или нет пенсионер работать. Эту надбавку москвичам платят с 2018 года, она ежегодно индексируется. **В 2025 году народным и заслуженным москвичам-пенсионерам доплачивают к страховой пенсии по старости по 41 995 руб. (в 2024 году эта сумма составляла 39 700 руб.).** Таким образом, всего звезды со званиями получают не меньше 67 тыс. руб. (основная выплата - 25 850 руб. плюс компенсация за звание).

«С московской добавкой у меня очень хорошая пенсия получается. Людям в возрасте и подлечиться надо, и уже работы меньше становится», - признался «КП» 76-летний народный артист **Александр Панкратов-Черный**. В компании с ним значатся такие обладатели званий, как **Юрий Антонов, Ирина Алферова, Ирина Аллегрова, Алена Апина, Надежда Бабкина, Владимир Винокур, Ангелина Вовк, Лариса Гузеева, Татьяна Догилева, Лариса Долина, Татьяна Доронина, Светлана Дружинина, Надежда Кадышева, Елена Кондулайнен, Владимир Кузьмин, Юрий Куклачев** и др.

Дюжева на минималку бы не сдюжила...

Если пенсия вышла минимальная, в Москве начисляют ежемесячную компенсационную выплату, чтобы сумма соответствовала городскому социальному стандарту - 25 850 руб. Среди артистов тоже есть «минималщики». Чаще всего это те, кто не работал в театрах, не числился при киностудиях и других организациях, где бы шел стаж, платились налоги, где хлопотали бы о сборе документов для подачи на звания, за которые платят надбавки. 69-летняя актриса **Марина Дюжева** подтверждает: «То, что я не пошла в театр, аукнулось, когда в 57 лет оформляла пенсию. Я знала, что она будет какая-то минимальная, но чтобы такая (25 850)!.. А если бы я пошла в театр, то, просто выходя в массовке с «кушать подано», была бы уже ветераном труда».



Актриса жалеет, что трудилась на вольных хлебах и в свое время не устроилась в какой-нибудь театр - пенсия была бы намного больше.

69-летний актер **Ефим Шифрин** много работает - снимается в модных сериалах, играет в театре. И сетует, что мог бы в нулевые не отказываться от предложения отдела кадров Театра эстрады - там просили собрать документы, чтобы подать их на получение звания заслуженного артиста. Шифрин не знал, что за звание будет доплата к пенсии, - и поленился. Сожалеет: «Когда-то я бежал от этого: казалось, что это такие советские атрибуты. А теперь «заслуженным» мне быть стыдно, потому что у меня ученики народные».

Boris Kremer/Russian Look/globallookpress.com



Александр Панкратов-Черный не нарадуется: ему и на лекарства хватает, и на все остальное.

Photoagency Interpress/globallookpress.com

Anatoly Lomokhov/globallookpress.com

АКЦИЯ «КП»

В Иркутске стартует конкурс «КЛИНИКА ГОДА - 2025»



«КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА» ОБЪЯВИЛА О ПЕРВОМ ЭТАПЕ МАСШТАБНОГО ПРОЕКТА

Эти люди - первые, кто встречает нас при рождении и сопровождает всю жизнь. К ним мы бежим с малейшим недомоганием и только на них надеемся при серьезных недугах. Конечно же, это врачи и все медицинские работники, которые помогают нам оставаться здоровыми. Поистине титанический труд, невероятно ответственный и благородный, требующий глубоких знаний, постоянного совершенствования и глубокого человеколюбия.

Традиционный ежегодный конкурс «Клиника года», который проводит «Комсомольская правда», - это замечательная возможность рассказать о лучших - самых внимательных, грамотных и талантливых специалистах в области медицины, а также о тех больницах и клиниках, где действительно все делается во благо пациента. Это могут быть как государственные, так и частные медучреждения, крупные медицинские центры и небольшие кабинеты. Главное, это должно быть место, которое вы смело порекомендуете близким людям, ведь это самая высокая оценка.

Как назвать своего номинанта на звание «Клиника года»?

Очень просто. На первом этапе конкурса мы собираем мнения наших читателей и подписчиков. **С 30 сентября по 31 октября** каждый желающий может написать в группах «Комсомольская правда» в социальных сетях о том медицинском учреждении, которое, по его мнению, достойно номинироваться в проект «Клиника года». Сделать это можно и в виде сообщений на номер **+7-964-118-20-21 (WhatsApp)**.

Как только все претенденты будут собраны, начнется второй этап голосования, уже за присвоение номинаций. Здесь будет работать не только народное жюри, но и экспертный совет, который определит победителя в специальной номинации.

Конечно, за время проекта мы подробно познакомимся со всеми номинантами и узнаем множество полезной информации от специалистов самых разных медицинских профилей, а также выберем «Фею в белом халате» и определим победителя конкурса «Врач года».

Итоги станут известны в январе 2026 года.

Желаем удачи каждому участнику!

Реклама.

Сгенерировано нейросетью



С 1 по 13 октября
подпишись на «Комсомолку»
по выгодной цене
НА ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ 2026 ГОДА

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ МОЖНО В ОТДЕЛЕНИЯХ СВЯЗИ ПОЧТЫ РОССИИ

СТОИМОСТЬ ПОДПИСКИ НА ЯНВАРЬ - ИЮНЬ 2026 ГОДА

ИЗДАНИЕ
ЕЖЕДНЕВНАЯ ГАЗЕТА

2 925,54 руб.
подписной индекс **П1101**

ИЗДАНИЕ
ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК
С ТЕЛЕПРОГРАММОЙ

1 200,00 руб.
подписной индекс **П3700**

ИЗДАНИЕ
ЕЖЕДНЕВНАЯ ГАЗЕТА
+ ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК
С ТЕЛЕПРОГРАММОЙ

4 124,76 руб.
подписной индекс **ПН051**

ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ МОСКВЫ И ПОДМОСКОВЬЯ



8 (495) 777 02 82



ЦЕНЫ ДЛЯ ЛЬГОТНЫХ ПОДПИСЧИКОВ УТОЧНЯЙТЕ В ПОЧТОВОМ ОТДЕЛЕНИИ

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

Жанна ГОРДЕЕВА,
23 года, Пермь:- Работаю моделью,
увлекаюсь спортом
и рисованием,
мечтаю о большой
дружной семье.Виктория АНДРЕЯНОВА,
модельер:

- Свежий, искренний и живой кадр. Голубая рубашка свободного кроя и мини-шорты из плотной ткани создают беззаботное настроение. Легкая поза, мягкий свет и открытая улыбка - внутренняя гармония с собой. Этот образ будет отлично смотреться и с косухой, и с массивными ботинками - вечернее бунтарство как альтернатива утренней романтике.

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



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

Николай ОБЕРЕМЧЕНКО/«КП» - Пермь

■ АНЕКДОТЫ

Собрал грибов, привез домой, утром просыпаюсь - из холодильника исчез пармезан.

Среди грибов была сыроежка.

* * *

Люблю раннее утро, тихо, и кажется, что все сохло.

* * *

Обидно, девочки, когда ты специально проиграла ему в карты на желание, думая, что он попросит тебя снять кофточку, а он загадал, чтобы ты кукарекала.

* * *

Я не откладываю дела на потом. Я им даю шанс решиться без моего участия.

* * *

Иногда меня беспокоит то, что много денег я трачу на различные вещи, не являющиеся необходимыми, например пиво. Но потом я вспоминаю, что люди тратят деньги на лабubu, и меня отпускает.

* * *

В тайском ресторане блюдо «Дары моря» съело двух посетителей и официанта.

* * *

У собаки тоже бывает кризис среднего возраста, когда она начинает понимать, какой ее хозяин идиот...

* * *

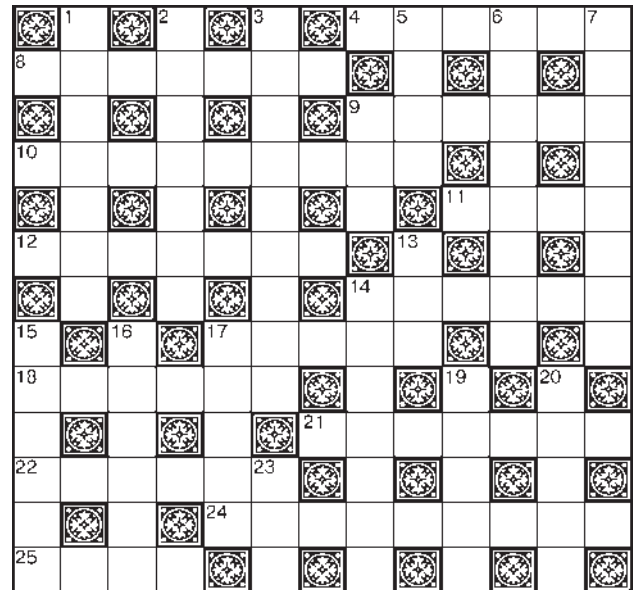
Я б нырнула тоже
В эту иордань.
Но, боюсь, застрянет
В проруби мордань.

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

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



■ КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4.

Вина прыгуна. 8. «Смоктунский в юбке» для Эльдара Рязанова. 9. Классик, заседавший в палате лордов. 10. Какая европейская столица знаменита хаусботами - плавучими домами? 11. Что такое холивар? 12. Двумерное соединение кремния, используемое в производстве транзисторов. 14. Служитель культа на роковой встрече в монастыре из романа «Происхождение». 17. Сенсорный. 18. Экранизатор сказок. 21. Мозговой придаток, сливающийся настоящей фабрикой гормонов. 22. Механизм остановки. 24. «Для меня пыткой было бы смотреть спорт по телевизору» (культовая фигура Голливуда). 25. Лучеперая ...

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.

Рулевой из пушкинского «Ариона». 2. «Сильно уединенный» монах. 3. Кто из наших сатириков стоял у истоков русской кинокомедии? 5. Первенец из мужчин. 6. Участковый из поликлиники. 7. Сыр с плесенью из Ломбардии. 9. Кого поэт Иосиф Бродский слышал «в каждой музыке»? 13. Отказ в доступе на сайт. 14. Что избрал Яков Кристоф Рад? 15. Что освещает работу актеров? 16. Куча снега. 17. Не местное растение или зверь. 19. Какая голливудская звезда категорически избегает лифтов? 20. Кто из английских принцесс в школе учился очень плохо? 23. Место показа.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД: 4. 17. Экзот. 19. Уотс. 20. Дюана. 23. Зал. Бах. 13. Ван. 14. Рафинад. 15. Юлиан. 16. Сурф. 3. Аверченко. 5. Адам. 6. Терапевт. 7. Панарев. 9. По вертикали: 1. Кормщик. 2. Скитник. 25. Рыба. По горизонтали: 1. Кормщик. 2. Скитник. 11. Птишко. 12. Силикон. 14. Раввин. 17. Экран. 18. Заступ. 8. Волкова. 9. Байрон. 10. Амстердам.

Прогноз погоды на завтра, 10 октября

	ночью	днем
Иркутск	-2...-1	-1...+1
Бодайбо	-10...-8	-6...-4
Братск	-6...-5	-5...-3
Ербогачен	-7...-6	-6...-5
Тайшет	-6...-5	-2...+1
Усть-Илимск	-5...-4	-5...-3

Давление 730 мм рт. ст.
(норма для октября - 721)
Относительная влажность
воздуха 57%
(норма для октября - 71%)
Ветер северо-западный, 2-3 м/с
Восход - 07.20 Луна
Закат - 18.20 убывает



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

© 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

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: 174 653 экз.

Рекомендуемая цена - 25 руб.

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



Выпуск подготовлен при участии издателя и региональной редакции Иркутского филиала АО «Издательский дом «Комсомольская правда»

Директор - С.И. ГОЛЬДФАРБ.
Главный редактор «КП» - Иркутск - Н. Г. ЛЫТКИНА.
E-mail: natalya.lytkina@phkp.ru
www.irk.kp.ru

Адрес местонахождения: г. Иркутск, ул. Партизанская, 75. Для писем: 664009, г. Иркутск, а/я 194.
ТЕЛЕФОНЫ: репортерская группа - (3952) 208-008;
рекламная служба - (3952) 208-004, 208-979;
отдел распространения и продвижения - (3952) 208-770.

Отпечатано на удаленном производственном участке
АО «Советская Сибирь» в городе Иркутске,
664043, г. Иркутск, бульвар Рябикова, д. 96, строение 1.
Тираж регионального выпуска - 4000 экземпляров.
Распространяется в Иркутской области, Республике Бурятия,
Забайкальском крае и Республике Саха (Якутия)