

Безработица в России - рекордно низкая

В чем причины этого явления, его плюсы и минусы



РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

• Ставрополь 105,7 FM
• Кавминводы 88,8 FM

В эфире - Леонид Якубович!

Большое интервью к 80-летию ведущего «Поля чудес» - radiokp.ru 21:00 (среда)



100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Вторник, 29 июля
№ 55 (27703)/2025 год

Газета нашего региона ★ Северный Кавказ

KP.RU 3 167 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Глава Совета по правам человека Валерий ФАДЕЕВ:

Да нет никакой любви народа к Сталину!



Также в эксклюзивном интервью «КП»: о мигрантах, «плохих законах» и можно ли заставить наших женщин рожать.

Читайте на стр. 4 - 5



Сергей Лазарев с дочкой Аней.

Первоклассное звездное образование

Ирина ВИКТОРОВА

Сколько стоит учеба детей наших артистов в частных школах.

В этом году в звездных семьях много первоклашек. Некоторые знаменитости поведут своих детей в обычные школы. Так решили сделать Сергей Безруков с Анной Матисон и Светлана Иванова с Джаником Файзиевым.

Но большинство известных людей выбирают дорогие частные школы, которые расположены неподалеку от их поселков в Подмосковье.

Продолжение на стр. 14

Евгений ОРЛОВ

Со следующего года МРОТ поднимут на 20,7%.

27 093 рубля - таким станет минимальный размер оплаты труда с 1 января 2026 года. Законопроект об этом одобрило правительство. Уточним, сейчас МРОТ равен 22 400 рублям.

Как сообщили в Кабмине, принятие законопроекта приведет к повышению зарплат 4,6 млн работников. В первую очередь это россияне с низкими официальными доходами: с 1 января за работу

Минималку повысят максимально

на полную ставку им нельзя будет платить меньше 27 093 рублей.

Обратите внимание на слово «официальными». Такие скромные зарплаты в основном используются в схемах, когда работники получают деньги в конверте. Минималку хитрый работодатель прописывает в документах и с нее платит налоги и социальные взносы (в том числе на будущую пенсию), все остальное выдает всерую. А значит, с повышением МРОТ вырастут и собираемость налогов,

и социальная защищенность работников. Кроме того, от МРОТ зависят некоторые социальные выплаты: пособия по беременности и родам, по уходу за ребенком до полутора лет, больничные и т. д. Все они со следующего года тоже вырастут.

Кстати, речь идет про федеральный МРОТ. Каждый регион имеет право устанавливать свою минималку, но не ниже федеральной суммы. Например, в Москве сегодня МРОТ равен 32 916 рублям, в Петербурге - 28 750.

Подписка на «КП» – прямо из дома

1 Наведите камеру телефона или планшета на QR-код

2 Перейдите по ссылке на **SHOP.KP.RU**

3 Сделайте заказ в разделе «Подписка на издания «КП»»

4 Оплатите подписку удобным способом

5 Газета будет приходить в ваш почтовый ящик!

Отразить нападение НАТО на Балтике готовы

Андрей ЗОБОВ

Президенту рассказали о том, что Военно-морской флот не боится любых угроз.

В воскресенье, в День ВМФ, Владимир Путин прибыл в Санкт-Петербург. Президент проверил боеготовность Военно-морского флота и принял результаты учений «Июльский шторм», проходивших на двух океанах и двух морях.

ПРОГУЛКА ПО НЕВЕ

Игла Главного Адмиралтейства блистала на солнце. Президентский катер летел по спокойной Неве к штабу. Главу государства ждали улыбающийся министр обороны Андрей Белоусов и несколько шеренг моряков в парадных мундирах.

- Здравия желаем, товарищ Верховный главнокомандующий Вооруженными силами Российской Федерации!

- Поздравляю вас с Днем Военно-морского флота! - приветственно отчеканил Владимир Путин. Строй ответил тягучим троекратным «ура!»...

ОТВЕТ НАТО

- Оперативные учения проводятся с 23 июля. Маневры одновременно проходят в акваториях Тихого и Северного Ледовитого океанов, Каспийского и Балтийского морей, - констатировал президент.

150 кораблей, подводных лодок и судов обеспечения вышли в море, чтобы подготовить боевые маневры. Из 550 упражнений на учениях 450 выполнены с практическим применением оружия.

- Основная цель учений, - объяснил Путин, - это детальная отработка действий частей и соединений флота при отражении нападения с моря. Решение всего комплекса наиболее сложных, нестандартных, приближенных к боевым задач. В том числе с учетом опыта, полученного в ходе специальной военной операции.

В начале июня 2025-го на Балтике прошли провокационные учения НАТО Baltops. В них участвовали 16 стран Североатлантического альянса. Они выставили больше 40 кораблей, 25 самолетов и около 9 тысяч моряков. **Замглавы МИД России Александр Грушко** тогда заметил, что смысл учений - под-

готовка к столкновению с Россией на море.

У нас было задействовано почти в 4 раза больше кораблей.

- Мы провели отработку практических навыков оперативного состава по управлению силами наших флотов, - заявил Владимир Путин. - В условиях обстановки, приближенной к боевой, проверили слаженность экипажей кораблей, боевых расчетов, морской авиации и береговых ракетных комплексов. Наша главная задача - гарантировать безопасность России.

ФЛОТ КАК ЗАЩИТА

Глава государства подчеркнул: в начале 2025-го руководство страны приняло план развития ВМФ России до 2050-го. Страна продолжит совершенствовать флот, пополнять его безэкипажными дронами и подлодками, несущими стратегические ядерные заряды.

В прошлый четверг в присутствии президента был поднят флаг на стратегическом ракетносце «Князь Пожарский». Подлодка четвертого поколения из проекта «Борей-А», вооруженная ядерными баллистическими ракетами «Булава», встала на боевое дежурство. Чтобы обеспечить сдерживание: потенциальный противник должен понимать, что любая агрессия против нашей страны найдет сокрушительный ответ.

- Кроме того, в ближайшее время пять бригад морской пехоты будут преобразованы в дивизии. Две из них - уже в этом году. В итоге качественно возрастает ударная мощь и боевые возможности флота, - сказал Путин, подчеркнув, что модернизация ВМФ будет продолжаться.

А к вечеру этого напряженного дня, пообщавшись с горожанами и с представителями одного из ведущих вузов, президент прибыл на фрегат «Адмирал Григорович», экипаж которого участвовал в отражении ночной атаки дронов ВСУ на Ленинградскую область.

Поблагодарив моряков за храбрость и меткость, в кронштадтском Морском соборе святителя Николая Чудотворца Путин приложился к иконе и мошам и поставил свечи - в память о павших и за здоровье несущих службу.

МЕДАЛЬ С НОМЕРОМ 1

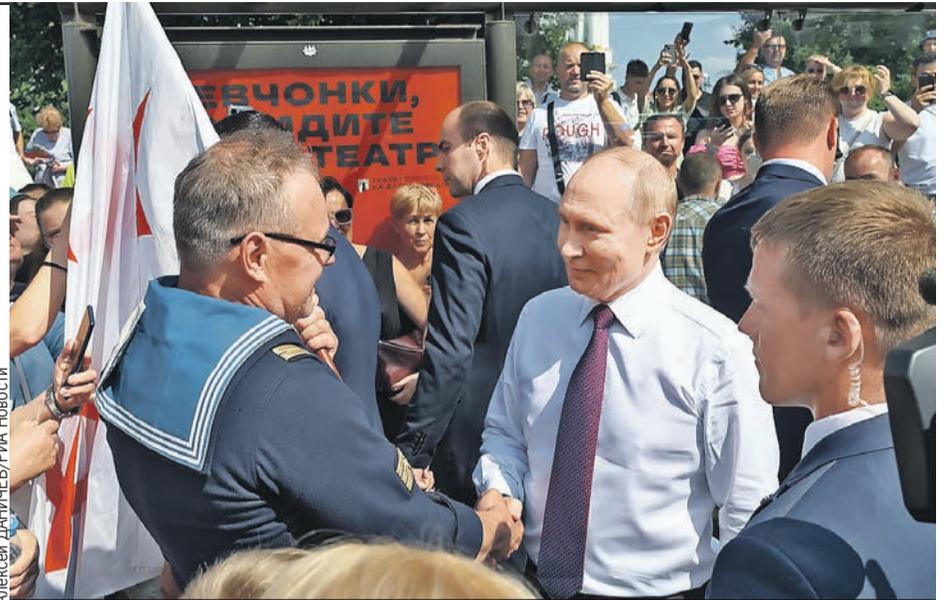
Спустя час **председатель Морской коллегии Николай Патрушев** встретил президента с дипломом и обтянутой синим шелком коробкой.

- Я помню, как вы помогали нашему флоту еще с 97-го года, Куроедов тогда был главкомом ВМФ, вы с ним активно работали. И до сегодняшнего дня очень много делаете для нашего флота. Образовали Морскую коллегию. И мне сегодня очень приятно наградить вас. Еще никто не награждался медалью Морской коллегии России «За верность Российскому флоту». За большой личный вклад в развитие Морского флота Российской Федерации, укрепление морского могущества страны, поддержание стратегической и региональной стабильности в Мировом океане, - сказал Патрушев и достал из коробки бело-синюю медаль с номером 1.

- Николай Платонович, у меня тоже есть возможность вас наградить, - улыбнулся в ответ Путин. - И я обязательно это сделаю!



Для этой награды глава Морской коллегии выбрал лауреата № 1.



Без пиджака, в белоснежной рубашке Владимир Путин вышел из черного «Ауруса», чтобы пообщаться с жителями родного города. Президента зацепил советский военно-морской флаг, которым помахал кортежу бывший моряк-подводник Павел Морозов (слева). Глава государства пожал взволнованному подводнику руку и поздравил с Днем ВМФ.

■ ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

Андрей ЗОБОВ

Глава государства вышел поговорить с людьми и поздравить ветеранов.

Когда несколько улиц у Адмиралтейства перекрыли, чтобы выехал президентский кортеж, петербуржцы остановились поглазеть. Вдруг на Дворцовой площади черный «Аурус» развернулся и затормозил у остановки.

- Увидел военно-морской флаг СССР и решил остановиться, - выходя из машины, объяснил Путин.

Петербуржцы опешили. Лишь мужчина с флагом не растерялся и протянул руку главе государства.

- Поздравляю с праздником, с Днем флота! - ответил на рукопожатие Путин.

- Берегите Россию! - выпалил ветеран, словно торопясь сказать самое

Путин развернул кортеж у Дворцовой

главное. - Берегите себя. Боритесь с фашизмом!

- Так и делаем, - ответил президент. Моряк рванулся обнять гостя. Сказал, что его зовут Павел Морозов и 40 лет назад он служил на Северном флоте. Пообщался, что русский народ «сможет все».

- При вашей поддержке, - уточнил Путин. - Это важно. Поддержка народа, таких людей, как вы.

Подскочил мальчуган и заявил, что у него есть «наглая просьба»: фото с президентом. Путин кивнул. Пришедшие в себя петербуржцы снимали происходящее на десятки телефонов.

- Исполнение мечты в Питере! - кричали из толпы.

- Браво! - перекикивали другие.

К президенту пробилась женщина средних лет в бескозырке ВМФ и сияющий мужчина. Сотрудники ФСО с готовностью предложили сфотографировать. Путин вежливо вошел в кадр.

- Не поверят! - шумела толпа.

К президенту потянулись руки. Путин пожимал, желал удачи и благодарил, но в общем гомоне все труднее становилось разбирать слова. Кто-то крикнул: «С праздником!», толпа подержала протяжным «ура!».

Когда глава государства вернулся к машине, народ начал скандировать: - Путин! Путин!

Президент развернулся, сложил руки рупором и еще раз прокричал:

- С праздником вас!

■ ВСТРЕЧА ДНЯ

«У президента очень сильная рука»

Дмитрий РОЖДЕСТВЕНСКИЙ («КП» - Санкт-Петербург)

Моряк-подводник рассказал, как Владимир Путин остановил кортеж ради разговора с ним.

Павлу Морозову 61 год. В юности он три года отслужил на Северном флоте, и с тех пор День Военно-морского флота для него такой же важный праздник, как день рождения. Но торжество в этом году - особенное, его он запомнит на всю жизнь. Морозов надел бескозырку и отправился гулять с сослуживцами и друзьями. Шел у сада Зимнего дворца. Как раз в это время здесь проезжал президентский кортеж. Павел, увидев колонну, помахал флагом, как вдруг машины стали притормаживать. Морозов не сразу поверил в то, что случилось дальше.

- Внезапно кортеж остановился, и Владимир Владимирович вышел ко мне, чтобы пожать руку. У президента очень сильная, крепкая рука! Меня очень тронул его поступок и поздравление с Днем ВМФ.

Он очень простой и доброжелательный человек, - рассказывает корреспонденту «Комсомолки» Павел. - Когда толпа буквально хлынула к нам и окружила, он не растерялся - стал со всеми фотографироваться, общаться.

Павел поблагодарил президента за борьбу с фашизмом и попросил охрану присматривать за главой государства. Владимир Владимирович в ответ улыбнулся, обнял моряка, сказал много теплых слов в адрес народа, поддерживающего курс страны и бойцов ВС РФ. От волнения Морозов даже ответил **Путину**: «Офигеть, ребята, я увидел президента, теперь можно и умереть!» Верховный оценил шутку и посмеялся, но попросил не говорить так.

- Конечно, я это не всерьез (смеется). Это сказано на эмоциях, поймите меня. А как бы вы повели себя?

- Дар речи бы потеряли!

- Это очень неожиданно. Сейчас друзья и родные меня по-доброму подкальывают, - конечно, никто представить себе такого не мог.

Какая прелесть эта наша заливная рыба!

В Госдуме хотят штрафовать за дискредитацию российских товаров и услуг.

Владимир ПЕРЕКРЕСТ

Российские машины - лучшие в мире! Я ж почему на немецкой ездю - просто пока не чувствую себя достойным пилотировать шедевры отечественного автопрома.

Еще я футбол смотрел в выходные. Какой «Милан» - «Ливерпуль», окститесь! «Оренбург» - «Динамо Махачкала», конечно же. Какая изящная техника, мастерство паса и удара, тонкие комбинации! Хорошо, что аргентинцы с испанца-

ми наш футбол не смотрят, а то померли бы от зависти.

А еще у нас самые лучшие депутаты. Какие интересные запреты и штрафы они придумывают, да еще в таком количестве! Вот, например, очередная идея: в Госдуме собираются ввести штрафы за дискредитацию отечественных товаров и услуг. Именно эта новость (а вовсе не тепловой удар, как вы могли подумать) вдохновила на вступление к этой статье.

Под дискредитацией понимается публичное высказывание, которое направлено на унижение достоинств отечественных производителей по отношению к зарубежным конкурентам, - уточнил в беседе с «КП» автор инициативы депутат **Николай Новичков** (доктор экономических наук, между прочим).

Катерина МАРТИНОВИЧ-КП - Москва



Против обоснованной критики депутат, по его словам, ничего не имеет.

- Если мы говорим о конкретных продуктах, которые привели к неприятным последствиям, то понятно, что это не дискредитация, а борьба за качество, - уточнил Новичков. - Важны именно контекст и конкретика. Не «вообще вся колбаса у нас плохая», например, а именно эта, купленная в конкретном месте. И что в ней плохого. Ну и конечно, уничижительное сравнение с зарубежными аналогами недопустимо.

Если штрафы введут, отвечать придется не только за колбасу.

- Автомобили, колбаса, кино - если мы говорим о поддержке отечественного производителя, то это касается всех производителей товаров и услуг, - уточняет Новичков.

Наказывать депутат предлагает сурово.

- Насколько сурово? - интересно. - Тысяча, пять?

- Позвольте, какие тысяча, пять?! - возмутился собеседник моим либерализмом. - Это должны быть серьезные деньги, которые ударят по карману виновного.

- Ну десятки-то хватит?

- Нет, десятки не хватит. Должно быть поболее... Сумму можно обсуждать с экспертами. И главное - неотвратимость наказания, как за превышение скорости под камерой. Обязательно придет штраф.

Впрочем, все это - пока не законопроект, а идея.

- Посмотрим на реакцию общественности, - говорит депутат. - На сегодня она крайне позитивная, люди поддерживают.

ВОПРОС ДНЯ

В каких отраслях вы предпочитаете российское, а где, по-вашему, отечественное требует доработки?

Антон ШАПАРИН, вице-президент Национального автомобильного союза:

- Если наши могут конкурировать с лучшими мировыми образцами, я буду этим пользоваться. С радостью вижу, что русский стиль, русские вещи становятся модными. Но я еду на немецком автомобиле, пересев на него с другой немецкой машины, и понимаю, что наш автопром еще не делал ничего сравнимого. «Мерс» 1994 года предлагает мне то, чего нет в «Ладе» 2025-го. Обоснованно ли я критикую «Ладу»? Мне кажется, да. Считаю ли я возможным продавать без кондиционера машину 2025 года выпуска? Думаю, нет.

Евгений ЧЕРНОУСОВ, полковник МВД в отставке:

- Продукты питания покупаю практически все наши - мясомолочные, хлебобулочные, фрукты-овощи. Зачем мне египетская картошка и китайский арбуз? Это наше преимущество - почти все можем вырастить и переработать здесь. Когда-то собирали у нас хорошие холодильники и телевизоры, теперь все китайское. Не знаю, догоним ли мы их когда-нибудь по микросхемам, по электронике...

Максим ЧЕРНИГОВСКИЙ, гендиректор «Клуба профессионалов алкогольного рынка»:

- Я патриот винодельческой - крымской и краснодарской - продукции. Наши вина по соотношению цена - качество в 99 случаях превосходят зарубежные аналоги. У нас великолепные выдержанные сыры в Тверской и Ленинградской областях, но это не дешевая и не массовая история. Занимался тут стройкой и выяснил, что за три года наши стройтовары в качестве поднялись. Русские умельцы делают великолепные вещи для дома. А вот по всей сложной бытовой технике и машинам восточные друзья сильно обошли, и не только нас.

Алексей ГЛЫЗИН, заслуженный артист России:

- Мы умеем придумывать классные вещи, но часто не доводим их до ума. У нас изобрели синтезатор, но играем мы на японских и английских. Свою первую электрогитару я сделал в 13 лет, а потом и усилитель, но пользуемся мы американскими. Зато наши делают отличные микрофоны, а также ракеты и танки, ими я, правда, не пользуюсь. А сейчас у нас даже хамон не хуже испанского вялят.

Валерий КОМАРОВ, преподаватель ОБЖ, Рязань:

- Продукты предпочитаю только наши, а обувь и одежду - вынужденно китайские. А вот инструментам китайским не доверяю, у них же порошковая металлургия и сталь низкоуглеродистая: удар не держат, заточку не держат. На даче поставил новосибирский кран, он зимой не трескается, а импортные трескаются. Нашим топором гвоздь перерубишь, а их-то колуном разве сможешь?

Даниил ДАВИДОВ, знаток подземелий Москвы, писатель:

- На рынок вышло много производителей российской одежды. Она не дешевле импортных аналогов, но наша одежда из Краснодара, из Питера не уступает по качеству. Покритиковал бы наш автопром. Гоняют наш новый «вездеход» и говорят, что водители мечтали, чтобы в багажнике была розетка на 12 вольт. Да водители мечтали, чтобы там была оцинковка!

ДРУГОЕ МНЕНИЕ

«Критиковать нужно! Хоть автомобили, хоть законы»

Депутат Николай Новичков подчеркивает: за конструктивную критику наказывать не будут. Но кто станет решать: это конструктивная критика или дискредитация? Правильно, суд или правоохранительные органы. Написал ты плохой отзыв о товаре, и обиженный производитель затаскает тебя по допросам и судам. Может, и не оштрафуют (если критику признают обоснованной), но нервы помотают. «Уж лучше я молчать буду», - подумают многие.

- Впечатление, что эта инициатива направлена на то, чтобы заткнуть всем рты, - сказал «Комсомолке» **исполнительный директор Ассоциации экспертов рынка ритейла Андрей Карпов**. - Вместо запретов надо лучше работать над повышением потребительских качеств.

Тем более что в России много качественной продукции и услуг, которые не нуждаются в такой защите.

- Неправильная инициатива. Критика необходима для того, чтобы через нее улучшалось качество. А если не критикуешь, то получается, что все хорошо и нечего исправлять, - сказал в эфире Радио «Комсомольская правда» **президент Центра социальных и политических исследований «Аспект» Георгий Федоров**. - Понятно, что есть критиканы, которым дай только поругать что-нибудь. Но в целом у нас народ разумный и напраслину не возводит на что-либо отечественное. Наоборот, многие мои знакомые, когда что-то качественное появляется в нашей стране, с гордостью говорят: вот, смотрите, это мы сделали. Поэтому считаю, что это неконструктивно, критиковать нужно. Хоть автомобили, хоть законы.

В контакте <http://www.kp.ru/> ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

Вступайте в нашу группу ВКонтakte VK.COM/KPRU

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

Как убедить работодателя платить вам больше

Скрытые угрозы электронных сигарет

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



Глава СПЧ Валерий ФАДЕЕВ:

Да нет никакой

Председатель Совета по развитию гражданского общества и правам человека при Президенте РФ Валерий Фадеев стал гостем Радио «Комсомольская правда».

Владимир ВОРСОБИН

ХОЛОДИЛЬНИК ПРОТИВ СПРАВЕДЛИВОСТИ

- Трудно сегодня защищать права человека?

- Все меняется со временем. Часто говорят, что политические права и свободы не интересуют российских граждан. Это не совсем так. Да, людям важны социальные права. Жилье дорожает, ставки высокие, ипотека недоступная. Но напомним старую историю - монетизацию льгот. Десятки тысяч людей выходили на улицы, пенсионеры перекрывали дороги. Люди были обижены. Для них льготы, даже если они ими не пользовались, важнее денег. Дело в принципе. Это была даже не финансовая, политическая проблема.

Другой пример - пенсионная реформа. Ее провели очень грамотно, и никто не выходил на улицы, но рейтинг институтов власти снизился. Людей это задело.

- Говорят, пока холодильник полон, люди политикой не интересуются.

- Это не про деньги, не про холодильник, а про справедливость.

- Права человека в России защищены сейчас?

- В огромной степени. Такой комплексной системы защиты прав нет, пожалуй, ни в одной стране.

- Даже политические права?

- Если граждан политическая атмосфера устраивает, значит, все в порядке. Проблемы нет.

НЕ НУЖНО УСТРАИВАТЬ В СТОЛИЦЕ КИШЛАКИ

- Есть проблема - людей не устраивает количество мигрантов. Вы как-то заявили: «Дети иностранцев, не обучающиеся в школе, должны вернуться на родину».

- Мы живем в XXI веке, а не в XVI, общеобразовательная школа

- достижение всей цивилизации. Нарушают права ребенка!

Предположим, они не могут ходить в школу, потому что не знают языка. Но по российской Конституции, а еще - Узбекистана, Таджикистана, Киргизии за получение образования детьми отвечают родители. Если хотите, чтобы они ходили в российскую школу, предпримите усилия по изучению языка. Или пусть учатся у себя дома. Почему родители-иностранцы перекладывают ответственность на нас? Если наши граждане не отправляют детей в школу, то их могут лишить родительских прав. А тут - сотни тысяч шатающихся вне школы детей!

- Сотни? Тысяч?

- Никто толком не считал. Они на рынках, на базарах. Часто девочки не ходят в школу. Родители говорят: «А зачем? Еще немножко подрастет, и замуж выдадим». А нам в России не надо этого! Нам не нужен XVI век, понимаете?!

- Меня зацепила ваша фраза, «не нужно устраивать в Москве кишлаки».

- Раздражает, когда появляются кишлаки внутри наших городов. Я сам ташкентский парень, я в Узбекистане родился и вырос. В моем классе была дюжина национальностей, и все дружили. Дело в социальной структуре, которую создают мигранты.

- В чем первопричина проблемы?

- В бизнесе. Больше года назад мы в СПЧ делали оценки - порядка триллиона рублей налогов недоплачивают работодатели мигрантов. И особенно выгодно это крупному бизнесу. Но если бизнесмен хочет завести сюда работников, то он должен взять на себя долю ответственности за этих людей, например, обеспечить их жильем, обеспечить изучение русского языка. Пусть

гарантируют, что эти работники не побегут со стройки на рынок. А если побегут, значит, экстрадиция.

И конечно, виной всему коррупция. На одних экзаменах по русскому языку зарабатывали десятки миллиардов рублей в год. Я сам был в центре Сахарова и видел людей, которые не могли по-русски поздравиться.

- Почему не вводим визы?

- Потому что единое экономическое пространство - важное достижение. Легко оттолкнуть бывшие республики Советского

ПОПРОБУЙТЕ НАДАВИТЬ НА НАШИХ ЖЕНЩИН

- Поговорим о демографии...

- После мигрантов (с подозрением) - о демографии?!

- Это же рядом!

- Нет! Абсурдная идея - решать демографическую проблему за счет мигрантов. Нам не масса людей нужна, нам нужны полноценные граждане России.

- А как этого добиться? У нас разводов примерно столько же, сколько и браков. У нас на одну женщину количество детей - 1,38 вместо необходимых «минимум двух».

до 1,8 ребенка на одну женщину. Материнский капитал этот рост поддержал, но в 2015-м, когда был достигнут максимум, вдруг резкий спад. Я спрашивал демографов: что произошло? Объясните причину разворота. И услышал лишь общие слова о «втором демографическом переходе» - якобы оттого, что хорошо живем.

- Не слишком ли давят на женщин?

- Ну (смеется) попробуйте надавить на наших женщин.

- В Вологодской области, например, отказывались делать аборт, ссылаясь на распоряжение начальства. Это не нарушение прав?

- Не нарушение. А вот толку никакого. Нельзя заставить женщину родить. Ну не пойдет она в

- Если законы уж совсем перпендикулярны жизни народа, они просто не исполняются. Помните, запретили курить не только на железнодорожных вокзалах, но и на платформах? Я езжу в Петербург на «Сапсане», и вижу - чтобы люди не бросали бычки на платформу, поставили удобные пепельницы. И это поставили не пассажиры, а управляющие вокзалом. Вот вам пример закона, который не исполняется.

- А запрет на поиск запрещенных сайтов исполнят?

- Это мне напомнило ситуацию с квадроберами. Большая часть нашего народа не знала, кто это (в том числе и я). Пошумели и забыли. Теперь эта история с экстремистскими материалами... Я полез в интернет узнать, что это такое. Нашел список - да их там почти шесть тысяч! Статьи, заметки, видео. Дуррацкие в основном. Где-то антироссийские, где-то экстремистские, где-то нацистские еще времен Второй мировой войны... Возможно, это как-то связано с безопасностью. Но уверен, абсолютного большинства людей это не касается.

- А если цель - чтобы мы были осторожнее, чтобы думали: туда ли мы зашли, то ли мы читаем?

- Раньше надо было осторожничать. Теперь «Большой брат» следит за каждым нашим шагом в интернете, независимо - экстремистские материалы или нет, что купили, в каком магазине, и какое кино посмотрели. Вы когда-нибудь читали документ соглашения, подписываясь на приложении в интернете? А я недавно почитал. Казалось бы, невинная вещь - агрегатор музыки. А он следит за каждым вашим пискком - что слушаете, какая последовательность, на какую музыку переключили. И на это все мы даем разрешение, даже не замечая этого. Все серьезные платформы следят за каждым нашим шагом.



Дети мигрантов в России должны ходить в школу. Это раз. Но для учебы обязаны знать русский язык. Это два. Иначе их нужно выдворять, чтобы не шатались по дворам и рынкам. Это три. Все понятно, как азбука.

Союза. Труднее будет их вернуть. Нам очень важны плотные экономические отношения с этими странами, учитывая, как на нас давит Запад.

- Вы заявили в свое время: «На каких основаниях человек не может работать таксистом, потому что он киргиз или таджик?» Вы против региональной моды запрещать работу мигрантов в отдельных профессиях?

- Если мигрант хорошо говорит на русском и выучил правила дорожного движения, почему он не может работать таксистом?

Уже депутаты предлагают места для поцелуев в кинотеатрах выделять...

- Дети вроде бы не от поцелуев появляются.

- Думаю, депутаты вспоминают свою молодость...

- Или политикам надо что-то говорить... Я несколько раз собирал ведущих демографов, и - при всем уважении к ним - не услышал предложений. Нет даже понимания того, что происходит. В начале нулевых все демографы были настроены негативно. Потом начался рост рождаемости с 1,3

Вологодской области на аборт, в другую область поедет на автобусе... Так не делается. Дети - добро, а не зло. Дети - это максимальное счастье. А запреты - на стороне зла. Вообще огромное количество предложений по запретам - это не позиция государства, а хайп отдельных политиков.

ПЛОХИЕ ЗАКОНЫ ИСПОЛНЯТЬСЯ НЕ БУДУТ

- Но количество переходит в качество. Какой-нибудь странный закон, да проскачит.

любови народа к Сталину!

ЧУШЬ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА

- Может, тогда отдадим защиту прав человека искусственному интеллекту?

- Не стоит! Решил я как-то поговорить с разными ИИ. Спрашиваю: «Каким будет образование будущего?» Отвечают: «Индивидуальное образование, искусственный интеллект, индивидуальная траектория». «Религию можно в школе преподавать?», - спрашиваю. «Лучше не надо, мало ли что», - отвечают. «Патриотизм надо воспитывать у детей в школе?» «О, это еще сложнее, мало ли что выйдет». И подбрасывают мне вопрос про «избыточный патриотизм». Я тыкаю кнопку: примеры избыточного патриотизма, переходящего в национализм, - нацистская Германия, милитаристская Япония и фашистская Италия. А современные примеры? ИИ выдает: Российская Федерация, США и Китай.

- Шалит искусственный интеллект!

- То есть, по мнению ИИ, три главные державы мира переступают порог национализма, и он становится «избыточным». Вот такая чушь! А это читают дети, подростки, студенты. И верят...

- Есть ли угроза правам человека от растущей силы государств?

- Государств ли? Платформы, о которых мы говорим, - Amazon, Facebook (запрещенная у нас экстремистская сеть), Instagram (тоже запрещенная) - пришли из Силиконовой долины. Они нам прямо сказали: тайны частной жизни больше нет. Если нет тайны частной жизни, они могут нами манипулировать как угодно. Надо обязательно держаться за тайну частной жизни!

- Спецслужбы могут быть против.

- Спецслужбы действуют по закону об оперативно-разыскной деятельности. Чтобы начать за нами следить, нужно решение суда или в крайнем случае прокуратуры. Тай-



Возвращение барельефа Сталина в метро Москвы наделало много шума. А ведь это лишь дань истории к 90-летию подземки. Кто-то кладет к ногам вождя цветы, кто-то делает селфи, но большинство проходят мимо. Вернули - и ладно.

на частной жизни - это один из краеугольных камней жизни общества.

- Но сильное государство разве не давит права человека?

- Не совсем. В 90-е годы государство было очень слабо. Все права нарушались. Небольшая часть российского общества думала, что у нее много прав, хотя не было даже права на жизнь... В нулевых государство стало возвращаться, и народ воспринял это с огромным энтузиазмом. Часть интеллигенции приняла арист Ходорковского (иностранец агент) как наступление на свободу, хотя это была борьба нового государства с олигархической системой. Государство усилилось? Усилилось. Подавило какие-то части российского общества? Подавило. Но другая часть, большая, была этим довольна? Была. Нельзя сказать: вот это хорошо, это плохо. У любых мощных процессов есть побочные эффекты.

ОГРАНИЧЕНИЯ НЕИЗБЕЖНЫ

- Не многовато ли на Руси стало памятников Сталину?

- Неужели вас действительно интересует Сталин?

- Скорее любовь народа к нему.

- Да нет никакой любви к Сталину! В советское время водители, особенно в южных республиках, любили на лобовых стеклах размещать его фото. И тоже говорили - «Сталина на вас нет». Сталин - это мифический символ порядка. Конечно, он - выдающийся деятель. Под его руководством была построена советская империя, одержана победа в войне. Но были и репрессии. Только за два года расстреляли 740 тысяч человек!

- Это точные данные?

- Официальные. 1000

РАДИО
КОМСОМЛЬСКАЯ
ПРАВДА

radiokp.ru

Историк и писатель Николай Стариков высказывает свой взгляд на все, что происходит в России и мире, и проводит исторические параллели.

Слушайте программу «По сути дела» каждый вторник в 20.00 (мск) на Радио «КП»

человек в день. Кто-то из жертв был партийным врагом Сталина, но абсолютное большинство - ни сном ни духом. До сих пор не знаем, сколько священников погибло, то ли 10 тысяч, то ли 20. Были ошибки и во время войны, когда на западной границе разместили львиную долю самолетов, танков. Почти все потеряли в июне - июле 1941-го. Харьковская катастрофа 1942 года - чья ответственность? Надо превратить Сталина в историческую фигуру, а не в действующего политика.

- При Сталине, чтобы попасть в Сибирь, достаточно было сказать слово. Но и сейчас за слова можно получить срок.

- Как бы сказали 80 - 90 лет назад: «У нас сложная обстановка». 3,5 года идет тяжелая война с Западом, и надо отдавать себе в этом отчет. Я как председатель Совета по правам человека не боюсь сказать: ограничения прав в такой ситуации могут быть и есть. Но я не могу поднять критический голос против российских институтов власти и правоохранительных органов, потому что ограничения, учитывая «сложность обстановки», минимальные.

- Это ограничение прав человека?

- Конечно, ограничение. Ну сколько у нас иностранных агентов?

Под тысячу. Возбуждены уголовные дела, в основном против тех, кто уехал за границу. Я сейчас не говорю о диверсантах и террористах.

- И я не говорю. Я о тех, чье произнесенное слово признается экстремизмом...

- Оно подрывает дух народа во время тяжелой войны Запада против России. Происходит грандиозная трансформация мира. Мы даже не осознаем ее масштабы! Запад заканчивает свою историю в том виде, в каком он существовал на протяжении 6 - 7 веков. И мы, как ни странно, оказались прямо в котле этой трансформации. Мы сегодня - главный враг Запада!

- Как в этом котле сохранить права человека?

- Для этого в России и существует совет, который я возглавляю, а еще есть уполномоченный по правам человека, уполномоченный по правам ребенка, общественные наблюдательные комиссии, которые работают с заключенными, и так далее. Их никто не отменял. Это залог того, что все будет в порядке.

- Каким станет гражданское общество?

- В мире доминирует технократический подход, мол, прогресс ведет человечество в светлое будущее. Это неправда. В центре должна быть не технология, а сам человек. Он должен вернуться к своему нормальному состоянию. Важен не ИИ, а восходы, закаты и небо звездное над нами...

- ...и нравственный закон внутри нас.

Читатели рекомендуют

Книга «Тайны семьи Сталина»

★★★★★ Игорь:

Люблю историю, но такого еще не читал. Один из авторов - правнук Сталина. Я даже не знал, что он гражданин Алжира. В книге много документов и фотографий, которых я еще нигде не видел.

★★★★★ Александр:

Купил эту книгу папе в подарок, он таким увлекается. И сам зачитался, потому что тут все подано с неизвестной, семейной стороны. Родственники и потомки раскрывают кучу тайн.

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



Реклама, 16+

АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781

37 прилетов без жертв и разрушений

Данил ЮРКОВ

Самая массированная атака БПЛА отражена на Ставрополье.

Вражеские беспилотники сбили системы ПВО в Невинномысске 25 июля. Прилеты шли почти всю ночь - с 2.30 до 6 утра. Обошлось без пострадавших.

Беспилотную опасность объявили в 1.13 во всем крае. Напомним, что из-за нее в целях безопасности могут пропадать мобильный интернет и телевидение, а в ПАСС сообщают:

«Граждане! Укройтесь в комнате с несущими стенами или в помещении без окон. Будьте бдительны! Возможны ограничения в работе мобильного интернета. За помощью обращайтесь по единому телефону экстренных служб - 112».

В 6.10 утра в пятницу беспилотную опасность отменили. В это же время стало известно о прилетах в Невинномысске. Губернатор Владимир Владимиров сказал, что это самая массированная атака на регион:

- С 2.30 ночи до 6 утра над Невинномыском было сбито, по данным

оперативных служб, 37 беспилотников. Прошу всех быть внимательными и осторожными. Пользуйтесь официальными источниками информации.

Мэр Невинномысска Михаил Миненков поблагодарил за оперативную работу: «Молодцы мальчишки-ПВОшники».

Вводились временные ограничения в аэропортах Минвод и Ставрополя. В Северной Осетии той же ночью действовал план «Ковер». По данным представителя Росавиации, закрывали аэропорт Владикавказ, воздушные гавани в Грозном, Магасе и Нальчике.

А В ЭТО ВРЕМЯ

После падения беспилотника в Ингушетии пострадали 28-летняя женщина и трое детей. БПЛА прилетел в жилой дом в селе Нижние Ачалуки. Раненых забрали в Малгобекскую больницу.

- Состояние доставленных оценивается как стабильное и удовлетворительное. После осмотра и обследования все пациенты переданы на амбулаторное наблюдение по месту жительства, - рассказали в министерстве здравоохранения республики.

ЖАРА

Пекло до +40 вернулось



Никита АВДЕЕВ

Июль завершится на Ставрополье знойными деньками.

Региональный Гидрометцентр предупредил, что 29 и 30 июля в крае сохранится сильная жара. Вместе с ней в северо-западных районах Ставро-

поля будет действовать штормовое предупреждение из-за чрезвычайной пожароопасности (5-й класс), в большинстве районов она - высокая (4-й класс).

По данным метеорологической станции в Дивном, там наблюдается атмосферная и почвенная засуха (под люцерной). Атмосферная засуха также в Новоалександровске и Георгиевске.

КРИМИНАЛ

Скрутили буйного пациента, напавшего на ребенка

Никита АВДЕЕВ

Ставропольские росгвардейцы пришли на помощь в больницу.



В Железноводске пресекли нарушение общественного порядка в городской больнице. Сотрудники вневедомственной охраны прибыли в учреждение после того, как на пульт централизованной охраны МОВО по городу-курорту поступил сигнал тревоги. По приезду оказалось, что находившийся на лечении пациент в неадекватном состоянии напал на ребенка, проходившего лечение в детском отделении. Росгвардейцы вместе с участковым - уполномоченным полиции немедленно задержали мужчину.

Буйным пациентом оказался местный житель. Он передан для дальнейшего разбирательства сотрудникам МВД СК.

ЕСТЬ ПРОБЛЕМА

«Болят глаза, дерет горло»

Иван НЕТРЕБКО, Валерия КАРПЕНКО

Северный Кавказ погрузился в едкий дым.

Утром 28 июля ставропольцы жаловались в Сети на смог и неприятный запах. Сообщения писали жители Ставрополя, Пятигорска, Ессентуков. Позже оказалось, что вонь, от которой чешутся глаза и першит в горле, ощутили и в республиках.

- Причины возникновения смога и неприятного запаха уточняются. Вероятно, это связано с пожарами в соседних регионах, - отвечал глава Пятигорска Дмитрий Ворошилов.

- Вижу все беспокойства жителей по поводу смога над городом. На территории курорта и близлежащих территориях возгораний нет. Ночью инцидент произошел в Невинномысске, - добавлял мэр Ессентуков Владимир Крутников.

- Ночью в Тарумовском районе Республики Дагестан и в Невинномысске Ставропольского края специалисты ликвидировали крупные ландшафтные пожары. На территории Кабардино-Балкарии ощущается запах гари и задымленность, но по состоянию на 9 утра дей-



КСТАТИ

ствующих ландшафтных или природных пожаров нет, ночью их также не было, - проинформировали в пресс-службе ГУ МЧС по КБР.

- Занялись изучением источника запаха. На территории Ингушетии за ночь крупных возгораний не зафиксировано. Вероятно, что запах гари связан именно с пожаром в соседнем регионе, - сообщили в минприроды Ингушетии.

27 июля на горе Невинской под воздействием прямых солнечных лучей загорелась сухая трава. На место ЧП прибыли все службы экстренного реагирования Невинномысска, но ближе к ночи потребовалось усиление из края - к этому времени огонь охватил 200 гектаров. После полуночи пожар локализовали. Но в труднодоступных местах

и балках продолжилось тление. По периметру территории выставили дежурные посты пожарных расчетов. Все окончательно потушили ранним утром.

По данным сайтов на 12.00 часов 28 июля, отслеживающих качество воздуха в реальном времени, все показатели в СКФО находились в пределах средних значений.

ЧП

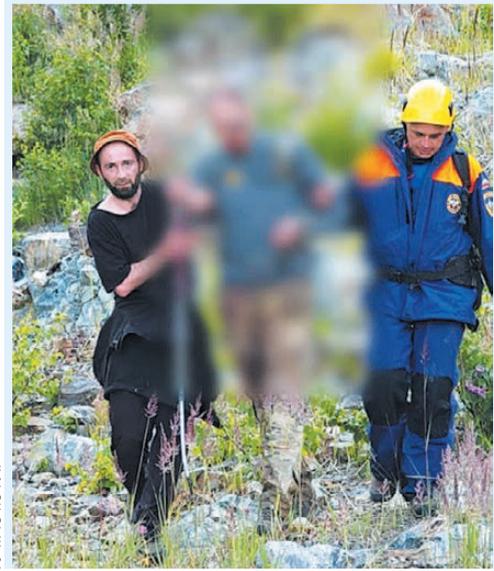
Ставрополец упал в снежную трещину и разбил голову

Маргарита КОТОВА

Спасатели помогли туристу в горах Карачаево-Черкесии.

Экскурсия выходного дня в Домбае чуть не закончилась трагедией для жителя Ставрополя. В окрестностях популярного у отдыхающих поселка, выше Турьего озера, турист не заметил снежную трещину и провалился, разбив себе голову. Прибывшие на помощь спасатели нашли ставропольца, оказали ему первую помощь и спустили мужчину в поселок Домбай, где передали врачам.

Пострадавший любовался красотами Карачаево-Черкесии в составе экскурсионной группы выходного дня. При этом он не проходил регистрацию в подразделениях МЧС России. Спасатели напоминают, что горы - это место повышенной опасности для жизни и здоровья. Необходимо быть внимательными даже на туристических маршрутах.



ГУ МЧС по КБР

Очень низкая безработица - это не только хорошо, но и плохо. Почему же в России сложилась такая ситуация, в чем ее преимущества и недостатки?

Рекордный уровень беззаботицы

Юлия ХОЖАТЕЛОВА

Здорово, когда безработица невысокая! Ну, так принято считать. А у нас она не просто невысокая - она на рекордно низком уровне. По самым свежим данным Росстата, она составляет 2,2% - так мало еще не было никогда. Как мы дошли до жизни такой? Причин много, но главных - три.

1 Демографическая яма 90-х годов

Сами помните, какой была жизнь в 90-х. А если не помните, то родители рассказывали. Поэтому в 90-х и начале нулевых детей рождалось мало. Теперь мы пожинаем невеселые плоды.

- Спустя два десятилетия на рынок труда вышло самое малочисленное поколение новых работников, - отмечает директор по исследованиям hh.ru Мария Игнатова.

2 Рост экономики и импортозамещение

Дефицит рабочих рук - фраза, которая за последние

полтора-два года уже приелась. Но факт остается фактом: производство в стране растет, импортозамещение набирает ход, и работники нужны как воздух.

- Выросла потребность не просто в рабочей силе. А в квалифицированных работниках для производства качественной продукции для оборонной отрасли и товаров, которые раньше в основном импортировали, - говорит Александр Щербаков, профессор кафедры труда и социальной политики Российской академии народного хозяйства и госслужбы (РАНХиГС).

3 Гастарбайтеров стало меньше

Тут сыграли свои роли и ужесточение миграционной политики, и падение рубля в 2022 - 2023 году. Да, за последние месяцы рубль укрепился. Но и многие мигранты из Средней Азии за это время успели освоить новые рынки - например, Южную Корею, где за ту же работу им платят больше.



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

КОНКРЕТНО

СТРАНЫ С САМОЙ НИЗКОЙ БЕЗРАБОТИЦЕЙ...

● Сингапур	2
● Россия	2,2
● Япония	2,5
● Мексика	2,7
● Южная Корея	2,7

... В СЕРЕДИНЕ СПИСКА...

● США	4,1
● Великобритания	4,6
● Казахстан	4,6
● Китай	5
● Германия	6,3
● Франция	7,4

... И С САМОЙ ВЫСОКОЙ

● Индия	7,9
● Аргентина	7,9
● Турция	8,4
● Испания	11,36
● ЮАР	32,9

По данным национальных служб статистики и сервиса tradingeconomics с марта по май 2025 года.

ПЛЮСЫ И МИНУСЫ

+ **Главный плюс** низкой безработицы и дефицита кадров - все это приводит к росту доходов.

- Так как за работников идет конкуренция, растут и заработные платы, - говорит профессор Александр Щербаков.

По информации Росстата, средняя зарплата в России в апреле 2025 года (более свежих данных нет) составила 97,4 тысячи рублей. За год она поднялась на 15,3%. А за прошлый год зарплаты в стране выросли в среднем на 17,5%.

- **А главный минус** низкой безработицы - сотрудники тоже понимают, что они «дефицитный товар». И что в таких условиях можно беззаботно трудиться спустя рукава, не боясь за свое будущее. Ведь когда рынок труда «выжжен», условия диктуют

уже работники, а они далеко не всегда мечтают становиться стажерами.

- Безработица стимулирует кадры быть более покладистыми, активными, иначе возникает угроза увольнения. А в условиях кадрового голода работодатели лишаются «кнута», - констатирует Александр Щербаков.

Исследования это подтверждают. Недавно аналитики hh.ru сообщили: 78% работающих россиян уверены, что их не уволят. Наблюдения ведутся с 2014 года, и такого высокого уровня уверенности работников в своей незаменимости страна еще не знала. «Во втором квартале 2024 года таких (уверенных, что их не уволят. - **Ред.**) было 72%, а в разгар пандемии весной 2020 года - лишь 44%», - отмечается в исследовании.

- Конечно, безработица в 2,2% сильно радует, ведь у людей по-

является большой выбор рабочих мест. Но работодатель вынужден брать едва ли не первого, кто пришел, требования к соискателям снижаются, - говорит Любовь Храпылина. - Также уровень подготовленности кадров становится ниже. Раз берем любого - какая тут конкуренция?

Впрочем, при грамотном подходе дефицит работников помогает компаниям прогрессировать. По словам Александра Щербакова, в условиях нехватки кадров работодатель мотивирован повышать квалификацию своих сотрудников - чтобы они работали лучше, допускали меньше брака. Да, компании приходится тратить больше денег на обучение персонала. Но при этом повышается производительность труда. А значит, с тем же количеством работников можно выпускать больше продукции. И получать больше прибыли.

Кто в почете, а кто в пролете

Но если безработица низкая - это не значит, что любые рабочие руки будут отрываться с руками. Не любые.

Конечно, в нынешних условиях стране критически нужны люди рабочих специальностей.

- Специалистов не хватает в сферах строительства, сельского хозяйства, железнодорожного, авиационного транспорта, автомобильных перевозок, в обрабатывающей промышленности, - перечисляет профессор Финансового университета при Правительстве РФ Александр Сафонов. - Там есть потребность в высококвалифицированных кадрах, а они готовятся не один год. Поэтому в эти сферы активно рекрутируют людей старшего поколения. И, естественно, наблюдается дефицит кадров в образовании и здравоохранении, где много пожилых людей, которые вот-вот уйдут на пенсию.

Если растет производство товаров, то очень нужны и те, кто будет их продавать. Поэтому от дефицита кадров стонет и сфера продаж: там сейчас четверть миллиона вакансий. А вот страховщики, фитнес-тренеры, менеджеры, юристы и профессионалы из сферы развлечений и массмедиа нужны сейчас гораздо меньше (см. «Только цифры»).

- Есть не очень добрый термин - «офисная пыль», - комментирует Александр Щербаков. - И вот тех, кто работает в офисах и занимается обслуживанием руководящего состава, более чем достаточно. Сейчас люди требуются в реальный сектор экономики, на производстве. И зарплата там уже стала едва ли не больше, чем в офисах.

Однако «офисных» профессионалов своего дела тоже оторвут с руками и им будут хорошо платить. - Например, считается, что у нас избыток экономистов, юристов. Однако любой работодатель что угодно готов отдать за грамотного главного бухгалтера. Но в достаточном ли количестве сейчас кадры такого высокого уровня?... - говорит Любовь Храпылина, профессор кафедры труда и социальной политики РАНХиГС.

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

Топ-10 сфер с наибольшим числом вакансий...

1. Продажи, обслуживание клиентов	247 464
2. Рабочий персонал	231 323
3. Производство, сервисное обслуживание	176 683
4. Строительство, недвижимость	163 861
5. Розничная торговля	132 503
6. Транспорт, логистика, перевозки	131 814
7. Домашний, обслуживающий персонал	108 170
8. Туризм, гостиницы, рестораны	73 349
9. Медицина, фармацевтика	68 991
10. Информационные технологии	59 128

...и с наименьшим

1. Страхование	1861
2. Спортивные клубы, фитнес, салоны красоты	6003
3. Инвестиции, консалтинг, стратегия	8458
4. Искусство, развлечения, массмедиа	9146
5. Юриспруденция	10 288
6. Закупки	11 165
7. Автомобильный бизнес	11 519
8. Высший и средний менеджмент	14 417
9. Безопасность	14 552
10. Управление персоналом, тренинги	15 359

По данным hh.ru

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

ПРОГНОЗ

Надолго ли такая ситуация?

- Навсегда, - подводит итог Александр Сафонов. - Президент правильно сказал, что низкая безработица у нас будет долго. Не менее 10 лет. Единственное, что может повлиять, это изменение внешнеэкономической ситуации.

- Ну хорошо, а какая тогда она - «нормальная» безработица? Что говорит экономическая наука?

Оказывается: нормы безработицы для разных экономик отличаются. Классики политэкономики, в основном американские (например, Милтон Фридман), называли 4%. Но если взять пример Японии - там безработица всегда крайне низкая (сегодня 2,5%), а производительность труда очень высокая.

- Низкая безработица - это адекватная ситуация, которая правильно отражает нынешнюю обстановку. Мы сейчас находимся в рамках естественного уровня безработицы, и здесь нет ничего угрожающего для нашего развития, - констатирует Александр Щербаков. - И это надолго, поскольку у руководства страны большие планы в области технического и технологического развития в условиях не слишком многочисленного населения.



В Россию массово хлынули мигранты из экзотических стран: кем они работают и спасут ли экономику от кадрового голода?





Оксана НАРАЛЕНКОВА,
психолог

И НА ПЕНСИИ ПОКОЯ НЕТ

Понедельник - не просто день тяжелый. Новое исследование Гонконгского университета доказало, что «синдром тревожного понедельника» несет в себе реальную угрозу для здоровья сердца. Все потому, что «непереносимость» начала рабочей недели связана с повышенным уровнем гормона кортизола, а это показатель хронического стресса - очень опасного для здоровья и психологического благополучия состояния.

Команда профессора социологии **Тарани Чандолы** изучила данные более чем 3500 человек - участников Английского лонгитюдного (длительного) исследования старения (ELSA). И обнаружила:

- Почти на четверть больше кортизола было у людей, которые особенно тревожились по понедельникам, а не в другие дни недели (замеряли уровень гормона стресса по составу волос).

- Более ранние исследования установили, что именно в понедельник чаще, чем в другие дни недели, случаются сердечные приступы. Понедельники даже окрестили «днем с 19% ростом числа сердечных приступов». Новое исследование указывает на хроническое нарушение регуляции

Может, понедельник взять и отменить?

Ученые раскрыли причину, почему нам так нелегко в первый рабочий день.

гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковой (ГГН) оси - ключевой системы управления стрессом как на биологический мост к этим сердечно-сосудистым катастрофам.

- Пенсия не спасает: феномен высокого недельного стресса сохранялся и у неработающих пенсионеров. «Это показывает, насколько глубоко понедельники укоренились в нашей физиологии стресса, даже после завершения карьеры», - отмечает автор исследования.

- «Синдром понедельника» - это не только «отравленное воскресенье», когда ожидание понедельника уже само по себе повышает тревогу. Это еще и «накрученная тревога», когда любые неожиданности, нарушения планов, тревожит человека еще больше, чем в другие дни недели. Тревожная реакция на всякие неожиданности в понедельник выше на 75% по сравнению с другими днями.

ПЛАТИМ ЗА КУЛЬТУРНЫЙ КОД

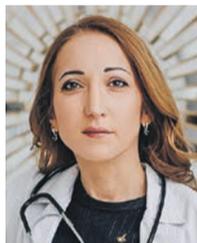
Доктор медицинских наук, врач-эндокринолог и старший научный сотрудник факультета фундаментальной медицины МГУ **Зухра Павлова** в своем telegram-канале называет «синдром ненависти к понедельникам» болезнью XXI века.

Как считает доктор, тошнота при мысли о начале недели - это яркий показатель хронического стресса.

«Мы живем в мире, где понедельник веками ассоциировался с началом трудовых обязанностей и делайнами (срок завершения работы, буквально с английского слово deadline не зря означает «смертельная черта». - Ред.), - пишет Павлова. - Ощущение настолько глубоко въелось в психику, что организм реагирует тревогой на сам факт наступления понедельника, даже если объективных причин больше нет».

! Постоянно высокий уровень гормона кортизола, напоминает врач, ведет не только к риску инфарктов

и инсультов, но и к ослаблению иммунитета, нарушениям сна, выгоранию и тревожности.



Зухра Павлова.

КАК НЕ ВЫГОРЕТЬ?

В психологии феномен «тревожного понедельника» тесно связан с эмоциональным и профессиональным выгоранием. Это состояние, для которого характерно:

- ✓ **Эмоциональное истощение:** ощущение опустошенности, отсутствия сил.

- ✓ **Цинизм:** по отношению к работе/обязанностям, коллегам, клиентам, ко всему, с чем сталкиваешься в этот день.

- ✓ **Снижение работоспособности:** ощущение некомпетентности, неудач, обесценивание собственных успехов.

На самом деле высокая тревожность, особенно связанная с работой, это повод взвесить:

- Не позволяете ли вы заваливать себя работой? Не берете ли слишком много задач, которые «нужно было выполнить уже вчера»? Вы не обязаны делать что-то в дополнение к своим основным обязанностям.

- Как вы отдыхаете? Онлайн и с просмотром рабочих чатов? У каждого есть свой запас прочности, и, возможно, у вас он даже высокий, но и он исчерпаем. Просмотр фильмов и видео нагружает все те же зоны мозга, что и учеба или интеллектуальная работа, так что сериальчик - хорошо, но делать что-то руками и телом - лучше.

Выгорание на самом деле страшная штука. Вернуться к работе бывает очень непросто. Поэтому лучше заняться профилактикой.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ



- Для профилактики «тревожного понедельника» и снижения уровня стресса, связанного с работой: Запланируйте приятное, расслабляющее занятие на вечер воскресенья (теплая ванна, чтение, спокойный фильм). Нет рабочим чатам и почте.
- На службе подготовьтесь к понедельнику в конце рабочей пятницы. Но без фанатизма! Составьте короткий список главных дел, чем предстоит заняться на следующей неделе. Это снизит неопределенность и тревогу в воскресенье. И не углубляйтесь в детали, пишите, что называется, «широкими мазками», только суть задачи.
- Придумайте для себя приятный ритуал на утро понедельника, нам нужен плавный вход в будни. Это может быть завтрак в приятном месте (если позволяет график), любимая тренировка с утра пораньше или, например, привычка покупать цветы для рабочего стола - пусть стоят, радуют глаз. Нужно найти что-то, что приносит радость и задает тон дню.

УПРАВЛЯЙТЕ УРОВНЕМ СТРЕССА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Осознанное дыхание: при первых признаках тревоги - 3-5 минут глубокого медленного дыхания (вдох на 4 счета, задержка на 4, выдох на 6-8). Это быстро снижает уровень кортизола.

- Мини-перерывы и приятности: каждый час делайте 3-5-минутные перерывы. Встаньте, пройдитесь, посмотрите в окно, сделайте легкую растяжку. Отвлекитесь от экрана.
- Фокус - на том, что в зоне вашего контроля, на управляемых задачах: начинайте понедельник не с самой сложной задачи, а с 1-2 небольших, но точно реализуемых. Это даст чувство контроля и достижения.

Социальная поддержка: короткий приятный разговор с коллегой или другом (не о работе!) может снизить напряжение.

РАЗБЕРИТЕСЬ, В ЧЕМ СУТЬ ПРОБЛЕМЫ

- Вполне вероятно, что вы ориентируетесь на «жизнь идеального работника». Погоня за бесконечной эффективностью - прямой путь к выгоранию. Определите реалистичные цели и границы. Смело говорите лишнему цейтноту «нет», «не сейчас», «я сделаю это завтра».
- Полноценно ли вы проводите выходные: наполняйте свободные дни действительно восстанавливающими занятиями (хобби, общение с близкими, природа, спорт для удовольствия), а не просто «ничего неделанием» или домашними делами. Ничего неделание - это, увы, не отдых, а признак разворачивающегося выгорания.
- Отдых - это смена активности. Необходим качественный сон: в среднем у взрослого человека он длится 7-9 часов. Нормы как таковой нет, это ощущение полноценного отдыха за ночь без разбитости. Недосыпать и пересыпать вредно для организма с самых разных сторон. Придумайте свой ритуал отхода ко сну, уберите гаджеты подальше.
- Достаточно ли физическая активность: регулярные упражнения - мощный антистресс. Даже 30-минутная прогулка в обеденный перерыв полезна.



Читатели рекомендуют

Книга Романа Бузунова и Софии Черкасовой «Преднамеренное спокойствие»

★★★★★ **Екатерина:**

Книга помогла понять: во-первых, я не одна такая с тревогой, во-вторых, разобралась, почему перестала справляться со стрессом, в-третьих, стрессоустойчивость можно натренировать.

★★★★★ **Полина:**

Полновесный учебник, который было бы здорово иметь в каждом доме для успешной работы над стрессами, тревогой и, как следствие, плохим сном.

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



На курорте
ажитаж.
Как отдохнуть
подешевле
и с комфортом?

И министр, и вахтовик - все стремятся в Геленджик

Галина КОПЫЛОВА
(«КП» - Краснодар)

РЕЙСОВ ПОКА НЕМНОГО...

Геленджик открыл аэропорт после трех лет простоя. Билеты раскупают на рейсы влет. Только за первые четыре дня работы через терминал прошли больше 2000 человек. Пока что самолеты отправляются только из Москвы, но в августе география расширится - Новосибирск, Санкт-Петербург, Норильск, Тюмень, Екатеринбург.

- Бронирование идет хорошими темпами, по ряду дат занятость кресел уже сопоставима с рейсами в Сочи, продажа на которые была открыта значительно раньше, - сообщили в авиакомпании «S7», которая запускает рейсы в августе. - Вылеты из Москвы в большей степени пользуются спросом у местных, то есть маршрут пассажира ограничивается одним беспосадочным перелетом. А вот полеты из Новосибирска - как часть составного маршрута. То есть это те люди, кто полетит стыковочными рейсами. И таких путешественников уже сейчас 40%. Почти все - жители Сибири и Дальнего Востока.

«Уральские авиалинии» отправили 24 июля первый рейс в Геленджик из Домодедово. На нем были трансферные пассажиры из Благовещенска, Калининграда и Барнаула.

И спрос на полеты в Геленджик настолько велик, что авиакомпании вводят дополнительные самолеты. Например, «Аэрофлот» на старте открытия заявлял о двух рейсах из Москвы на курорт, но потом увеличил их количество до трех.



В Геленджике открылись 74 пляжа - чем дальше от центра, тем места на них станет больше.

С самолетами на курорт сейчас такая же проблема, как и с поездами к Черному морю, - мест практически не остается. На конец лета свободных билетов остались единицы. Да и цены на них кусаются - в начале августа полет из Москвы в Геленджик обойдется в 48 тысяч рублей. Но уже с 15-го числа дешевле - около 18 тысяч. Это связано в том числе и с тем, что к этому времени на курорт будет больше рейсов. А вот с 1 сентября можно найти место и за 16 тысяч.

...А ТУРИСТОВ ВСЕ БОЛЬШЕ

Пляжи Геленджика забиты. Если прийти к морю к 11 часам дня, то найти свободные лежаки не получится.

- На весь день шезлонг стоит 800 рублей, но уже нет ничего, разобрали, - сказал нам работник центрального пляжа, когда мы

пришли позагорать. - После обеда появятся, в самую жару некоторые уходят в отель отдохнуть.

Однако чем дальше от центра, тем людей становится меньше. Этим летом в Геленджике открылись 74 пляжа. Все они бесплатные, придется заплатить только за прокат лежака и зонта.

- В Геленджик ежедневно приезжает примерно 30 тысяч человек, - говорит вице-президент Альянса турагентств России Александр Мкртчян. - И пока на курорт будут летать пять авиакомпаний, из 4 - 5 городов, не из пятидесяти, как в Сочи. То есть самолетами сюда приедут примерно на 10 - 15% больше туристов, чем в прошлом году. Это значит, что на 15 - 20% больше заработают за этот сезон отельеры.

Но все же большинство туристов пока едут на своих машинах или добираются с пересадками - сначала по

ездом, потом - автобусом. На курорте нет своей железнодорожной ветки.

- Новости об открытии аэропорта - это здорово, они привлекли внимание к курорту. Билеты разбирают, отлично. Но надо трезво понимать, что рейсов немного. Воздушным транспортом до конца года в лучшем случае в Геленджик доберется 50 тысяч человек. По прогнозу главы Геленджика Алексея Богодистова, в 2025 году город планирует принять более 4,7 млн туристов. То есть 50 тысяч через небо - это не так уж и много, - говорит председатель правления Ассоциации отельеров АМОС Дмитрий Богданов.

КОНКРЕТНО Почем развлечения для народа

- Прогулка на сапах - 1000 руб/час
- Катание на банане - 700 руб/15 мин.
- Прогулка на катере - 1500 руб/час
- Шезлонг - 700 руб/день
- Завтрак - от 500 руб. на человека
- Пицца - от 400 руб.
- Детские аттракционы - от 200 руб.



Дмитрий ПОЛУХИН/
Комсомольская правда

А В ЭТО ВРЕМЯ

Отдыхающим споют Лепс и SHAMAN

- Для гостей курорта подготовлена насыщенная и разнообразная афиша в нашей «Геленджик Арена», - рассказали в мэрии города. - 2 августа к нам с концертом приедет певец Света, 3 и 13 - выступит Григорий Лепс, 8 августа ждем Наташу Королеву, 14 числа - SHAMAN, а 21 августа - Сергея Трофимова. Впервые у нас пройдет и концерт хора Сретенского монастыря (11 августа). 23 и 24 августа соберутся художники, дизайнеры, музыканты, новаторы, а также все, кто ценит оригинальные идеи и смелые эксперименты. На втором фестивале креативных индустрий «ЛаЛа Фест» они представят лучшие творческие проекты.

Но и в сентябре нашим гостям скучать не придется. 12 сентября споет Сергей Пенкин, 13 - Елена Ваенга, 14 - Любовь Успенская, а 16 сентября - Лолита.

На 5 сентября у нас запланировано торжественное открытие фестиваля актуальной культуры «Сезоны». Концерт пройдет на площади перед «Геленджик Ареной».

КСТАТИ

✓ В терминале Геленджика - бесплатный Wi-Fi, можно подключиться к сети MT_FREE через авторизацию по номеру телефона.

✓ Также к терминалу организовали автобус. Едет до центральных улиц курорта. Маршрут № 5 «Толстый мыс» - «Тонкий мыс» курсирует ежедневно каждые 30 минут с 6.45 утра до 21.15 вечера. Билет 50 руб.



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



«ДАЧНЫЕ ФЕИ» ПОЗДРАВЛЯЮТ!

РЕКЛАМА

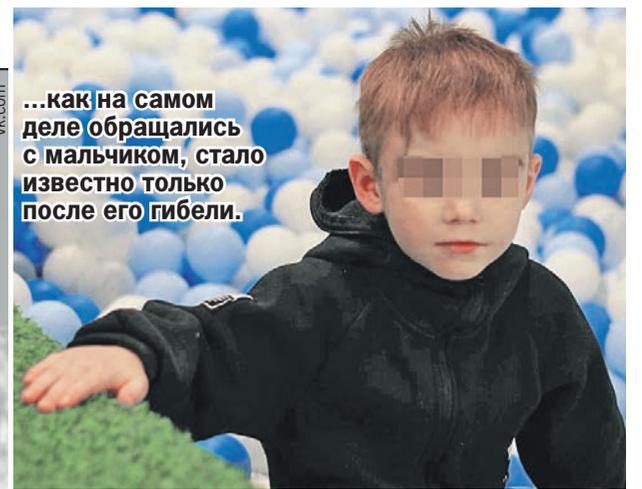
НА ТЕЛЕКАНАЛЕ ПРЕДСТАВЛЕНА
ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОДУКЦИЯ: 6+, 12+, 16+

ТЕЛЕКАНАЛ
БОБЕР
10 ЛЕТ В ЭФИРЕ!

bober.ru

24 года колонии:

Опекунше, убившей 6-летнего Далера, вынесли суровый приговор

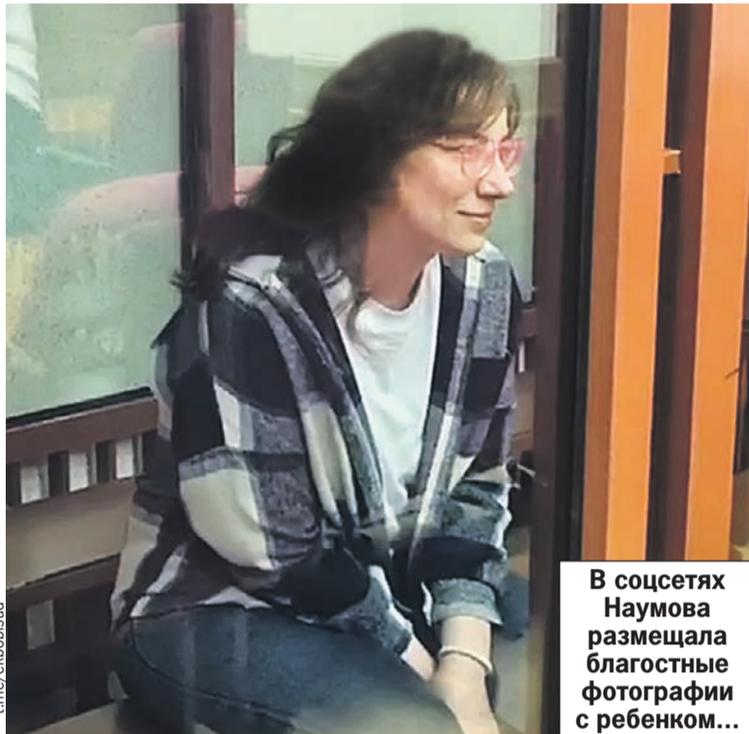


...как на самом деле обращались с мальчиком, стало известно только после его гибели.

Олег ГАЛИМОВ,
Виктория ЖУРАВЛЕВА
(«КП» - Екатеринбург)

Вероника Наумова выслушала его с циничной улыбкой.

«Комсомолка» два года следит за разбирательствами вокруг Вероники Наумовой. Многодетную мать обвинили в убийстве 6-летнего Далера - мальчика, который находился у нее под опекой. Больше полугода Наумова скрывала смерть ребенка. Тело мальчика она прятала в гараже в спортивной сумке. Страшная правда вскрылась после того, как в июне 2023 года опекунша заявила о пропаже Далера... Прокуратура запросила ей максимальный срок - 25 лет заключения. Из них 19 - непосредственно за убийство. Вчера в Свердловском областном суде ей вынесли приговор.



В соцсетях Наумова размещала благостные фотографии с ребенком...

ной на полу. Позднее Наумова сама признается - мальчик умер еще 3 декабря 2022 года.

КАК МАЛЬЧИК ПОЯВИЛСЯ В СЕМЬЕ НАУМОВЫХ

Александр и Вероника Наумовы переехали в Екатеринбург из Новокузнецка в 2018 году. Далер в их семье оказался в декабре 2019 года. Он и его сестра стали сиротами - мать лишили родитель-

строного режима за разбой. Даше тогда было 10, Далеру - два годика. Из детского дома Вероника хотела забрать лишь девочку, но ей не разрешили. Только с братом. К тому моменту родной дочке Вероники было 5 лет, сыну - 3 года. Позднее она родила еще сына и еще одного ребенка взяла под опеку. Именно в показаниях детей следователи и нашли несостыковки. Кроме того, в квартире Наумовых не было ни одежды Далера, ни даже зубной щетки.

ПРЕСТУПЛЕНИЕ ИЛИ НЕСЧАСТНЫЙ СЛУЧАЙ?

Свою причастность к убийству мальчика Вероника отрицала, настаивая на несчастном случае. В показаниях говорится: Наумова посчитала, что мальчик принес домой с улицы кашки животных.

- Увидев это, я сильно разозлилась. Покричала на Далера и, чтобы исключить возможность нанести ему

КСТАТИ

После оглашения приговора следователь по особо важным делам СУ СКР по Свердловской области Сергей Кибардин рассказал, как опекунша оказалась в числе подозреваемых.

- Было понятно, что версии Наумовой не соответствуют действительности. Она не могла ответить, где ребенок спал, что ел, чем занимался в последние дни. Позже одна из свидетельниц сообщила, что детей избивают. Она рассказала, что лично обрабатывала ожог на теле Далера.

По данным «КП», часть детей, которые воспитывались в нехорошей семье, сейчас находятся в Новокузнецке - с матерью Наумовой. Сестра Далера вновь оказалась в детском доме.

какие-либо удары, я обратилась к его сестре и сказала ей, что это ее брат, поэтому нужно идти и мыть его. На что она отреагировала спокойно, а я в это время пошла к себе в комнату, - говорится в показаниях.

Затем Вероника услышала хрип. Когда пришла - Далер уже не подавал признаков жизни. Она отнесла мальчика на кровать и одела в спортивный костюм.

- Я согнула его пополам в позу эмбриона, так как сумка была небольшой и он не помещался туда. Положила туда еще сверху кроссовки и зимнюю куртку. А потом оставила сумку в гараже.

Муж Вероники в это время находился в командировке. Узнав о задержании супруги, Александр вернулся в Екатеринбург. Сразу заявил о намерении «развестись» с Вероникой.

ВМЕСТО СЕМЬИ - ИЗДЕВАТЕЛЬСТВА И ПЫТКИ

Во время расследования выяснилась страшная правда. Все время, пока Далер находился в семье Наумовых, мальчик подвергался пыткам и издевательствам. В истязаниях принимали участие муж Александр и его племянник Даниил Егольников (последний жил с Наумовыми на протяжении пяти лет. Александр забрал Даниила к себе еще школьником, когда у его семьи сгорел дом в Кузбассе).

Из показаний следовало, что Вероника обливала опекаемых холодной водой

и запирали в подвале. Далеру давали просроченные продукты, а вместо купания ставили в ванну с холодной водой. Она могла намеренно ошпарить мальчика, нередко даже электрошокером... По версии следствия, Наумова связала Далера скотчем, утопила в ванне. Поводом для расправы мог быть взятый без спроса виноград. В декабре 2023 года Александру Наумову предъявили обвинение по трем эпизодам истязаний Далера. Следствие считает, что он бил мальчика шокером, заставлял приседать по нескольку часов, а также ставил в позу «полтора». 27 сентября 2024 года гарнизонный военный суд приговорил его к 5 годам общего режима. Суд над Вероникой и Даниилом Егольниковым начался в конце лета 2024 года. Все заседания проходили в закрытом режиме. В своем последнем слове Вероника заявила, что «ей не за что извиняться». И она мечтает воссоединиться с родными детьми.

ИТОГ

Сейчас Наумовой 36 лет. Во время пребывания в СИЗО она сильно похудела. Перед финальным процессом сделала себе прическу. При виде журналистов улыбнулась. Приговор выслушала спокойно.

Свердловский областной суд назначил ей 24 года колонии общего режима с последующим ограничением свободы на срок 2 года. На вопрос журналистов, раскаивается ли она, не ответила.

По статьям, связанным с мошенничеством и с неисполнением обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего, Вероника Наумова была освобождена от уголовной ответственности - в связи с истечением срока давности.

- Суд вынес справедливое решение, - сказал после приговора отец убитого Далера Худжоновидин. - Я доволен.

Он требовал с Наумовой 10 миллионов рублей в качестве моральной компенсации. Суд уменьшил эту сумму до 1 миллиона. Деньги, которые Наумова должна ему выплатить, Худжоновидин планирует (так заявил по крайней мере) передать в детский дом.

Вместе с опекуншей вынесли приговор и Даниилу Егольникову. 5 лет колонии.

ИЮНЬ-2023

- Далер может откликаться на имя Иван. Понимаете, я его так иногда в шутку называла. Он в песочнице испачкается. А я ему: «Ну что ж ты, как Иванушка-дурачок, измазался?», - так 34-летняя Вероника Наумова рассказывала о якобы сбежавшем из дома ребенке 26 июня 2023 года.

Пыталась запутать журналистов и волонтеров. Говорила, что у Далера был вымышленный друг, что мальчик неуправляемый и что она хотела отдать его в специализированное учреждение. Он якобы это услышал и сбежал.

Ей верили. Ведь женщина работала учителем в частной семейной школе «Лукоморье» преподавателем биологии и географии (как ее туда взяли с образованием 9 классов, до сих пор загадка), воспитывала троих родных детей. Еще трое, включая Далера, были у нее под опекой. Муж у Наумовой - военный.

Масштабные поиски ребенка длились четыре дня. А затем силовики вскрыли гараж, который находился в 400 метрах от дома Наумовых. Семья арендовала его, чтобы хранить там детские игрушки и... тело ребенка. Оно семь месяцев было спрятано в спортивной сумке, брошен-



ских прав из-за пристрастия к алкоголю, а отец Худжоновидин оказался в колонии

КОГО ЕЩЕ НАКАЗАЛИ?

Обвинение в служебном подлоге было предъявлено сотруднице опеки Евгении Вознесенской. Она не проверила состояние Далера в декабре 2022 года и подделала отчет. В 2025 году ее признали виновной и отправили в колонию-поселение на 2 года.

Заведующую детсадом «Семицветик» Анну Гилеву, куда ходил Далер, приговорили к 1 году и 10 месяцам лишения свободы по статье о халатности. Женщина игнорировала сообщения о синяках на теле мальчика. И никак не отреагировала, когда ребенок перестал посещать садик в сентябре 2022 года.

Обе женщины начнут отбывать срок, когда их дети достигнут 14-летнего возраста.

Ставка на понижение

Евгений БЕЛЯКОВ

Центробанк опустил ключевую ставку с 20 до 18 процентов: что теперь будет с вкладами и кредитами.

Центробанк просто не мог не снизить ключевую ставку. Ведь в стране падает инфляция! Еще зимой каждый месяц цены прибавляли примерно по 0,8%. А инфляция за июнь составила всего 0,2%.

Одна из главных причин снижения инфляции - крепкий рубль. Благодаря которому дешевле импорт. К примеру, цены на смартфоны и телевизоры упали примерно на 10% с начала года. Но не импортом единым - цены на российские товары тоже снижаются. Так, помидоры и яйца с начала года подешевели на четверть, а огурцы - в два с лишним раза.

Еще один позитивный для Центробанка сигнал - люди стали больше денег хранить в бан-

ках и брать меньше кредитов. По данным ЦБ, сейчас на вкладах и счетах россияне держат около 57 трлн рублей. За год прибавилось около 13 трлн. Что касается займов, то по сравнению с прошлым годом различных кредитов сейчас выдается на 30 - 50% меньше. Все это значит, что люди стали склонны меньше тратить. Еще один важный фактор для замедления инфляции. И для снижения ключевой ставки.

Ведь что такое ключевая ставка? Это главный инструмент ЦБ для борьбы с инфляцией (см. «Знай!»). А раз эта борьба приносит плоды, ставку пора снижать.

И вот результат - 25 июля совет директоров ЦБ резко снизил ключевую ставку - с 20% до 18%. Напомним, в июне ее уже уменьшили - с рекордных 21% до 20%.

Главный вопрос: как решение Центробанка отразится на нашей жизни? А вот как: в ближайшем времени сни-

зятся проценты по вкладам и кредитам, ведь они напрямую зависят от ключевой ставки. Но здесь снижение будет меньше, чем на 2%. Потому что российские банки ожидали снижения ключевой. И начали заранее опускать свои ставки. Например, еще в июне можно было открыть депозит на полгода под 19 - 20% годовых, а сейчас предложений выше 17,5% на этот срок почти нет.

Тем не менее став-

ки по вкладам остаются очень приятными.

- Депозиты, на наш взгляд, останутся привлекательными еще долгое время, несмотря на снижение ключевой ставки. Потому что мы будем снижать ключевую ставку постепенно, по мере снижения инфляции, - пообещала глава ЦБ Эльвира Набиуллина.

А время для кредитов пока не пришло. Лучше дождаться более низких ставок.

ЗНАЙ!

КАКИЕ СЕЙЧАС УСЛОВИЯ В БАНКАХ

- По депозитам 16 - 18% годовых
- По ипотеке 21 - 25% годовых (без учета льготных программ)
- По кредитам наличными 25 - 35% годовых

По данным ЦБ, Финуслуг и ДОМ.РФ на 25 июля.

Дмитрий ПОЛУХИН Комсомольская правда

ЧТО ТАКОЕ КЛЮЧЕВАЯ СТАВКА

Ключевая ставка - это процент, под который ЦБ дает деньги в долг обычным банкам. Им эти деньги придется отдавать. Поэтому, когда ключевая ставка растет, следом повышаются проценты по вкладам и кредитам в обычных банках. Люди хранят больше денег на депозитах, берут меньше займов, спрос в экономике снижается, и рост цен замедляется. Однако слишком дорогие кредиты - это плохо для экономики, ведь компании меньше денег вкладывают в развитие.

Поэтому центральные банки стран всегда снижают ставку при первой возможности.

Любимая газета страны

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА
ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!



Как Киркоров украсил квартиру за миллиард рублей

Филипп заказал витраж со своим портретом, череп для кухни и вазы под хохлому

Астропрогноз на август для всех знаков зодиака

Боец на передовой почувствовал, что его невесты нет в живых

Он сделал один звонок и раскрыл убийство

Возьмусь за лопату - сэкономлю зарплату

Можно ли снизить траты, если выращивать овощи самому

В ПРОДАЖЕ С 30 ИЮЛЯ

РЕКЛАМА 12+

■ СЛОЖНОСОЧИНЕННОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

Елена ОДИНЦОВА

Задолженность россиян по «коммуналке» предложили продавать коллекторам.

Звонок в дверь. Открывает пенсионерка. На пороге - два амбала-коллектора: «Бабуля, должок по «коммуналке» погасить надо, иначе заберем телевизор!» И здравствуй, инфаркт.

Представляете себе такую картину? Вот и мы не представляем. Ведь сейчас законодательство запрещает управляющим компаниям уступать право требования по возврату просроченной задолженности (так хитро на бюрократическом языке именуется выбивание долгов) третьим лицам. Однако Ассоциация компаний, обслуживающих недвижимость (АКОН) обратилась в Госдуму и Минстрой с просьбой этот запрет снять. Мол, из-за сложностей с взыска-

Долги мои тяжкие

нием задолженности управляющие компании сами погрязли в долгах и не могут нормально выполнять свои обязанности - качественно обслуживать жилые дома.

Запрет на передачу долгов за ЖКХ коллекторам, впрочем, появился не на пустом месте. Законодатели опасались, что все это закончится скандалами из-за того, что коммунальными долгами начнут заниматься недобросовестные компании с бандитскими методами работы. Вот и нынешнее предложение АКОН уже вызвало много шума по этой самой причине.

- Буквально полтора-два года назад Госдума приняла принципиальное решение: долги за ЖКУ коллекторам не передавать! И вряд ли оно будет изменено, - успокоила читателей «КП» зампре-дателя Комитета Госдумы по

строительству и ЖКХ Светлана Разворотнева.

При этом депутат отмечает: с собираемостью долгов действительно есть проблемы. Власти всячески пытаются их решить.

Например, сейчас Минстрой проводит эксперимент по онлайн-взысканию коммунальных долгов. Государственная информационная система ЖКХ (ГИС ЖКХ) автоматически запрашивает данные должников в Едином госреестре недвижимости и выгружает в автоматизированную систему «Правосудие». И система через «Госуслуги» информирует собственника-должника, что ему грозит взыскание долга через суд.

Эксперимент проводится с 1 июля 2025 года в 17 регионах, включая Московскую область.

- Есть и масса других вариантов упростить разбирательства по коммунальным долгам. Но коллекторы - абсолютно не вариант, - говорит Светлана Разворотнева.

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА radiokp.ru

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

В Роскачестве рассказали, как выбрать безопасную форму для школьника.

Главное - чтобы костюмчик сидел

Анна ЛУКЪЯНОВА

Впереди остался последний месяц лета. Пора подумать о покупках для учеников. В том числе и формы, ГОСТ на которую вступает в силу 3 сентября этого года.



Форма должна быть не только красивой, но и удобной и безопасной.

ГОСТ - ДЕЛО ДОБРОВОЛЬНОЕ

У многих родителей, а особенно дедушек и бабушек, была надежда: теперь наконец все-все производители станут шить сарафаны-пиджаки по стандарту, то есть достойного качества. А мы, взрослые, будем спокойно выбирать в магазине то, что нравится внешне, не переживая, что попадется какое-нибудь типичное не то. Увы, это не совсем так.

- ГОСТ носит добровольный характер, - объяснили «КП» в Роскачестве. - Однако если производитель заявил на маркировке, что форма соответствует национальному стандарту, то все его требования обязан соблюдать.

Получается, если ГОСТ не заявлен, то качество одежды может быть и плохим, и хорошим. И, понятно, эти требования не предъявишь к китайским недорогим товарам, которых полно на маркетплейсах.

С другой стороны, в одной из компаний, отшивающих школьную одежду среднего ценового сегмен-

та, «КП» сообщили, что на ярлыках не указывают «изготовлено по ГОСТу», хотя по факту товар ему полностью соответствует. И только если ГОСТы сделают обязательными, надписи на ярлыках откорректируют.

Есть еще такой нюанс, на который обратила внимание «КП» юрист Елена Крылова: ГОСТ легко обойти, назвав черную юбку и белую блузку не школьными, а просто юбкой и блузкой. А требования к простой дет-

ской одежде мягче, чем к школьной.

В общем, на ГОСТ надейся, но сам не плошай.

СПРОСИТЕ СЕРТИФИКАТ

Самый простой способ подстраховаться от покупки некачественной формы, советуют в Роскачестве - спросить в магазине документ о соответствии на понравившуюся вещь. Его отсутствие - повод отказать от покупки.

Предоставили? Хорошо. Для подстраховки сфото-

графируйте на телефон документ, подтверждающий безопасность товара. Если что-то случится - ребенок в форме стал обильно потеть, начал чесаться или появилась сыпь, - обращайтесь в тот орган по сертификации, который указан в документе, описав проблему. Копию направьте в Федеральную службу по аккредитации (электронная приемная ФСА - <https://fsa.gov.ru/feedback/reception/>). Поскольку нарушения в выдаче документа могут грозить закрытием органа по сертификации, такое обращение обязательно рассмотрят, и небезопасная продукция не будет больше продаваться.

КСТАТИ

Новый госстандарт не распространяется на спортивную одежду и обувь.

НА ЗАМЕТКУ

Собирайте капсульный гардероб

Капсула - это несколько вещей, которые между собой комбинируются так, чтобы получилось не менее пяти разных образов. Например: юбка, шорты или брюки, платье или сарафан, а к ним жакет, рубашка, водолазка, блузка с коротким рукавом, кардиган. Когда все продумано, не придется каждое утро ломать голову, что надеть. Главное - в магазине не купить на эмоциях лишнее, только строго по списку. Ориентир: выбирая вещь, мысленно представьте минимум три образа с ее участием.

Варианты школьных капсул для мальчиков и для девочек от стилистов или производителей есть в интернете. Однако учитывайте личный опыт. Например, в вашем классе обычно жарко (солнечная сторона летом, зимой - отопление),

Требования нового ГОСТа

Будь в курсе

- Строгий деловой стиль
- Сдержанные расцветки
- Удобство (сидя и в движении)
- Патриотическая символика (герб, флаг РФ)
- Ткани - дышащие, гигроскопичные (впитывают и держат влагу), гипоаллергенные, износостойкие
- Безопасная фурнитура
- Маркировка

НЕЛЬЗЯ:



- Яркие декоративные элементы и принты
- Символика неформальных и запрещенных объединений

В ПОМОЩЬ ПОКУПАТЕЛЮ

Ловись, скидка!

Пять подсказок, где и когда закупаться, чтобы не переплачивать.

✓ В мае проводите ревизию школьных вещей, составляйте список необходимого на новый учебный год. Распределите, что нужно купить к сентябрю (необходимый минимум), а что позже. Сейчас ведь нет дефицита, не нужно приобретать по 30 тетрадей сразу.

✓ Ловите скидки. Чаще всего самые выгодные цены (-50% и больше) случаются зимой и весной, на верхнюю одежду - в начале лета. Или к праздникам. К примеру, школьный комбинезон для девочки известной марки в августе прошлого года стоил 8500 рублей (да-да, качественная брендовая одежда стоит дорого!), а в январе на распродаже - 2500 рублей, дешевле, чем б/у.

✓ Персональные скидки фирмы и магазины дают ко дню рождения ребенка (маленькая хитрость - в разных магазинах указать разные даты). Есть допскидка за подписку. Или при оплате онлайн.

✓ Интернет-магазины и маркетплейсы. Тут традиционно цены ниже, чем у производителя или в рознице. К тому же можно сравнить предложения и выбрать наиболее выгодное. Важный момент: изучите условия возврата и доставки, а также отзывы. Еще подсказка: брендовую вещь можно примерить в магазине, а купить на маркетплейсе дешевле.

✓ Сайты б/у одежды. Вещи проверенных фирм можно купить в разы дешевле с рук. Еще выгоднее покупать одежду пакетом. Если у вас остались вещи в хорошем состоянии, тоже попробуйте продать.

✓ Оптовые закупки. Скооперировавшись с другими мамами (или даже всем классом), можно здорово сэкономить.

ПЕРВАЯ ПРИМЕРКА: НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ

- 1 Ребенку должно быть удобно сидеть, ходить, наклоняться, поднимать руки.
- 2 На маркировке: указание «для детей», возрастная группа, данные о производителе, уходе и составе ткани. Указание на новый стандарт будет выглядеть так: «Блузка школьная, ГОСТ Р 71582-2024» (слово «школьный» обязательно).

Состав ткани

- Для блузок/рубашек - ≤35% синтетики.
- Для костюмов - ≤55% синтетики.



- Подкладка - только натуральные материалы.
- Швы - без грубых рубцов, нитки не должны торчать.
- Фурнитура - без острых краев.
- Проверьте фиксацию молнии и пуговиц.
- Брюки выбирайте с защитной тесьмой по низу штанин - она предотвратит быстрое изнашивание.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Читатели рекомендуют

Книга Алексея Раншакова «Мамочек жалко!»

★★★★★ Алина:

Почему, ну почему эта книга не попала мне, когда наш малыш только родился! Я бы гораздо меньше нервничала и не делала бы ошибок. Сейчас сыну 3, и книга все равно мне пригодилась. У нас проблемы с горшком и первый кризис взросления - читаю, как с этим справляться.

★★★★★ Никита:

Книга помогла моей жене справиться с послеродовой депрессией. Не знаю, что бы мы делали, если бы не советы автора, который сам отец двоих и детский доктор.

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



Реклама, 16+

АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781

О том, где учатся дети наших звезд > стр. 14.

Лечь на землю, остановиться в дороге, держаться дальше от воды

Наталья МАКАГОНОВА

Ставропольцам рассказали, как вести себя во время грозы.

Удар молнии - редкое, но крайне опасное явление, которое может привести к тяжелым травмам и даже смерти. В СКФО такие случаи происходят практически каждое лето. В Карачаево-Черкесии 19 июля молния убила пастуха и всех на расстоянии 10 метров - лошадь, собаку, овец. Такая же трагедия произошла годом ранее в Дагестане, где погибли пастух и больше полусотни баранов.

Со слов сотрудника МЧС Ставрополя, часто ЧП случается из-за элементарного незнания правил поведения.

- Если вы находитесь на открытой местности, рекомендуется лечь на землю, по возможности в низине. Важно, чтобы рядом с вами не было реки или озера, поскольку вода

- хороший проводник, а удар молнии распространяется в радиусе 100 метров от водоема, - предупреждает начальник отдела информации и связи с общественностью ГУ МЧС России по СК Дмитрий Власенко. - Если гроза вас застигла, когда вы едете на велосипеде или мотоцикле, нужно обязательно прекратить движение и переждать грозу. Не стоит продолжать поездку и на автомобиле, поскольку не исключены нарушения в работе электроники. Следует остановиться, закрыть окна машины и переждать ненастье.

Распространенный миф, что молния не ударяет дважды в одно и то же место, далек от реальности. В 90% случаев молния ударяет в предметы, которые возвышаются над землей и обладают хорошей электрической проводимостью. Поэтому одни и те же объекты, особенно высокие - деревья, башни, опоры линий - могут принимать десятки разрядов.

Ксения ТИМОФЕЕВА



МОЯ ЧУДЕСНАЯ ДАЧА

Почему опадают яблоки?

Наталья МАКАГОНОВА

Узнали у эксперта, как ставропольцам спасти урожай.

срокам цветения и опыляли друг друга.

К проблеме приводит и недостаточное питание и нехватка минеральных веществ: для нормального развития яблоне в начале вегетации нужен азот и фосфор, потому в июне делают подкормки 2% раствором нитрофоски или суперфосфата. В конце июля - начале августа вносят калийные и фосфорные удобрения. Калий необходим при формировании плодов. Без фосфора невозможно подготовка к зиме. Подкормки совмещают с поливами.

Проблема актуальна для садоводов в нынешнем году - до созревания еще несколько недель, а то и месяцев, а плоды уже опали.

- Причин может быть несколько. Одна из них - слишком много завязей. Яблоня в стремлении дать потомство закладывает большое количество цветковых почек, из каждой плодовой почки распускается от 5 до 6 цветков, но только 5 - 10% из них дают плоды. Остальные цветки либо не завязывают плоды, либо завязавшиеся плоды осыпаются вскоре после цветения. В июне яблоня сбрасывает завязи, которые не способна «прокормить», - объясняет начальник отдела по защите растений Ставропольского филиала Россельхозцентра Наталья Лучко.

Другая причина - недостаточное опыление цветков. Яблоня - перекрестноопыляемая культура. Нужно подобрать сорта в вашем саду так, чтобы они совпадали по

следующая вероятная причина. При недостатке влаги плодое дерево начинает распределять ее, вытягивая из плодов и отдавая листьям. В результате маленькие яблочки сморщиваются, засыхают и опадают. В жаркое лето рекомендуется поливать яблоньку 1 - 2 раза в месяц. Полив должен быть обильным, чтобы промочить не только верхний слой почвы: молодые деревья - 6 - 8 ведер воды за раз, взрослые деревья - 10 - 15 ведер. За сезон яблоня



Даниил ОПАРНИН

должна получить 500 - 1000 литров воды. После полива надо замульчировать приствольный круг.

- Конечно же в этом списке есть вредители. Один из самых злостных - плодожорка. Диагностировать ее несложно: на кожуре плодов видны дырочки, а внутри сидит гусеница. Всю падалицу нужно убрать, а на стволах повесить ловчий пояс, чтобы не допустить распространения - клейкой лентой обмотать ствол на высоте 30 - 40 см. Также нужно проводить обработки специальными инсектицидами, - советует Наталья Лучко.

Плоды могут опадать раньше времени и из-за сбоя физиологических процессов. Усложняет регуляцию наличие возбудителей бактериальных болезней, микозов и поражение вредителями. В этом случае тоже понадобятся препараты.

ЖИВОЙ УГОЛОК

Сангвиники ищут людей, меланхолики - наркотики

Валерия КАРПЕНКО

Как работают кинологовические собаки на Ставрополье.

Начальник отделения Центра кинологовической службы ГУ МВД РФ по СК в эфире Радио «Комсомольская правда - Ставрополь» (105,7 FM) рассказал о специфике работы с четвероногими помощниками.

Майор полиции Андрей Зыков отметил, что чаще всего на службу берут немецких овчарок. Они универсальны: у них очень развиты интеллект и охранные качества, порода крайне смелая. Работают и с ротвейлерами, хотя их тяжело дрессировать. Но при правильном подходе собаки становятся лучшими охранниками. Лабрадоры и ретриверы хороши для службы из-за острого обоняния, уравновешенного характера и заложенного желания контакта с человеком. Самая необычная порода у кинологов - маленькие и безобидные кокер-спаниели.

- Эта порода используется по целевым направлениям. Таким собачкам удобно пролезать под сидениями, в багажниках, в салонах авто, - поделился Андрей Зыков.

В последнее время начали использовать малину - собак вывели в 1891 году специально для кинологовической



Андрей Зыков.

Ольга ИМТЯЕВА

команде «ко мне». В 4 - 5 месяцев надевают ошейник. В 6 - 7 месяцев идет обучение выдержке по командам «рядом», «место», «лежать», «гуляй». В 7 - 9 месяцев обучают команде «фу».

Когда псу 45 дней и полгода, проводят активировку - решают, подходит ли кандидат под все стандарты. Прошедших отбор отправляют в кинологом в учебные заведения в Ростов, Уфу или Егорьевск. Оставшихся передают населению (такое бывает редко).

Кстати, у каждого хвостатого свой темперамент: сангвиник, меланхолик, холерик или флегматик. В отряд розыскников почти всегда попадают первые: активные, сильные, быстрые, подвижные и уравновешенные. Меланхолики идут на поиск наркотиков либо взрывчатки.

Предельный возраст службы для собаки - 8 лет. Но ставропольские кинологи иногда оставляют их подольше. В региональном отделении есть псы, которым уже по 9 - 10 лет. Когда хвостатый завершает службу, чаще всего его забирает к себе кинолог.



Евгения ГУСЕВА

dumask.ru



Сегодня, 29 июля, празднует свой день рождения председатель комитета Думы Ставропольского края по экономическому развитию и собственности Юрий Васильевич Белый.

Уважаемый Юрий Васильевич!

Тепло и сердечно поздравляем Вас с днем рождения! Ваш высокий профессионализм и огромное чувство ответственности служат ярким примером безукоризненного служения своему Отечеству, родному Ставрополью. Вы по праву носите заслуженный авторитет и уважение многих людей.

От всей души желаем Вам крепкого здоровья, душевного спокойствия, новых творческих и деловых свершений.

Пусть Ваша жизнь всегда будет наполнена уважением и поддержкой коллег, теплотой и любовью близких, неиссякаемой энергией и оптимизмом. Пусть удача сопутствует всем Вашим делам и начинаниям.

Мира и благополучия Вам и Вашим близким.

Анатолий ШТЕЛЬМАХ, председатель, и коллектив СПК колхоз-племзавод им. Ленина (Арзгирский район).

Первоклассное образование

Сколько стоит учеба в модных у артистов частных лицеях и гимназиях.

Окончание. Начало < стр. 1.

Звездочки со звездочками

Максимальная концентрация детей и известных родителей - в подмосковной гимназии им. Примакова. Здесь есть детский сад, подготовительный класс которого в минувшем учебном году посещали дочь Леры Кудрявцевой Мария и сын Дмитрия Маликова Марк.

Почти школьник Марк Маликов с родителями Дмитрием и Еленой.

А в этом году Маша и Марк уже пойдут в первый класс гимназии. Маликов рассказал нам, что сам станет по утрам отводить сына в школу, где он будет находиться до пяти вечера: «Занятия дзюдо, футбол, шахматы, плавание, музыка, рисование».

Ученики по желанию могут посещать дополнительные занятия или группу продленного дня - там они выполняют домашние задания, берут консультации у учителей. Родители получают отчеты об успеваемости детей, могут консультироваться



Личная страница Дмитрия Маликова в социальной сети

с психологами. В этой гимназии некоторые предметы преподают на английском языке (в среднем у каждого ученика по 10 часов английского в неделю), наполняемость классов - до 24 человек.

В гимназии каждые

семь учебных недель чередуются с двухнедельными каникулами. С первого класса гимназисты знакомятся с достижениями науки, начинают разрабатывать свои личные исследовательские проекты, защищают их на

Скоро Лера Кудрявцева и Игорь Макаров отведут дочь Машу на ее первую линейку.

научно-практических конференциях. Есть профильные классы, цифровая гимназия, больше ста объединений дополнительного образования. Здесь учатся дети Ксении Бородиной, Юлии Барановской, Кети Топурия, Полины Гагариной, Михаила Галустяна, Марии Кожевниковой, Анны Банщиковой и других артистов.

ЦЕНЫ: Учебный год - 990 тыс. руб.

Недалеко от дома



Личная страница Дмитрия Тарасова в социальной сети

Дмитрий Тарасов и Анастасия Костенко с их старшей дочерью Миланой готовятся к школьной жизни.

В небольшие частные школы неподалеку от дома отведут своих первоклашек сразу несколько знаменитостей. Футболист Дмитрий Тарасов и блогер Анастасия Костенко - дочь Милану, а телеведущая Ирена Понарошку - сына Теодора. Музыканты Наталья Подольская и Владимир Пресняков отдадут в подготовительный класс младшего сына Ивана. Подольская отмечала плюсы частной школы полного дня: «Первую половину дня детки учатся, а во второй ходят в секции и делают домашние задания, что для меня тоже большое счастье. Я совершенно не хочу делать домашние задания с ребенком...»

ЦЕНЫ: Чаще всего в этих частных подмосковных школах за обучение платят от 80 до 100 тыс. руб. в месяц.



Маленький Иван Пресняков (в центре) отправляется в подготовительный класс.

Личная страница Натальи Подольской в социальной сети



Личная страница Сергея Лазарева в социальной сети

Сергей Лазарев с 10-летним сыном Никитой и дочерью Аней, будущей первоклашкой.

Новый формат уроков

Актриса и телеведущая Анна Хилькевич в мае перевела старшую дочь Ариану из одной частной школы в другую, девочка перешла в третий класс Павловской гимназии. Еще одну свою дочь, первоклашку Анну-Марию, артистка поведет в ту же гимназию.

Девочка прошла тестирование, а мама заплатила кругленькую сумму за учебный год (10 месяцев учебы плюс каникулы - июль и август).

В школе полный день пребывания, занятия чередуются с отдыхом. Есть охрана, хорошее питание, большой выбор кружков и секций, психологи, логопеды, медицинское сопровождение, экскурсии...

Можно отметить нестандартный формат уроков, ученикам помогают осваивать программу в собственном темпе, отдельные предметы изучаются в разноуровневых группах.

Портфели с учебниками не покидают территории школы - есть места для хранения личных вещей. Домашку делают здесь же.

В этой же гимназии будет учиться дочка Сергея Лазарева первоклассница Анна, а его сын Никита там же перешел в 5-й класс.

ЦЕНЫ: Первый год обучения в Павловской гимназии - 2 млн 250 тыс. руб. Второй и следующий - 2 млн 150 тыс. руб. Скидка на второго и последующих детей - 10% от суммы договора.

Дочки Анны Хилькевич Ариана и Анна-Мария будут учиться в одной школе.



Личная страница Анны Хилькевич в социальной сети

Андрей ВДОВИН

Двукратная олимпийская чемпионка завоевала золото на чемпионате мира по фехтованию.

Есть первая золотая медаль у России на чемпионате мира по фехтованию. Одна из героинь Олимпиады-2016, Яна Егорян, впервые с 2019 года принимала участие в мировых первенствах и стала первой в Тбилиси.

«Я ШЕСТЬ ЛЕТ ЖДАЛА ЭТОТ ЧЕМПИОНАТ»

«Шесть лет я ждала этого чемпионата мира. Мне очень хотелось бы, чтобы нас, фехтовальщиков, знали, уважали и ценили. Мне казалось, мой мир сегодня рухнет. Но тренер сделал все возможное, чтобы я перестроила свой первый бой и продолжила дальше. Россия, это для вас!» - это первые слова Яны после победного финального боя.

В 2016 году Егорян выиграла два золота

Яна ЕГОРЯН:

Россия, это для вас!



Яна Егорян вернулась в большой спорт через шесть лет и победила!

Рио-2016. А 2020 году приостановила карьеру и ушла в декретный отпуск. Так что Олимпиада в Токио прошла без нее. Потом - санкции к российскому спорту и отстранения наших от соревнований. И вот

спустя много лет наша саблистка возвращается на высшую степень пьедестала.

ПОБЕДА ПОД НОЧНЫЕ ВЗРЫВЫ ПЕТАРДА

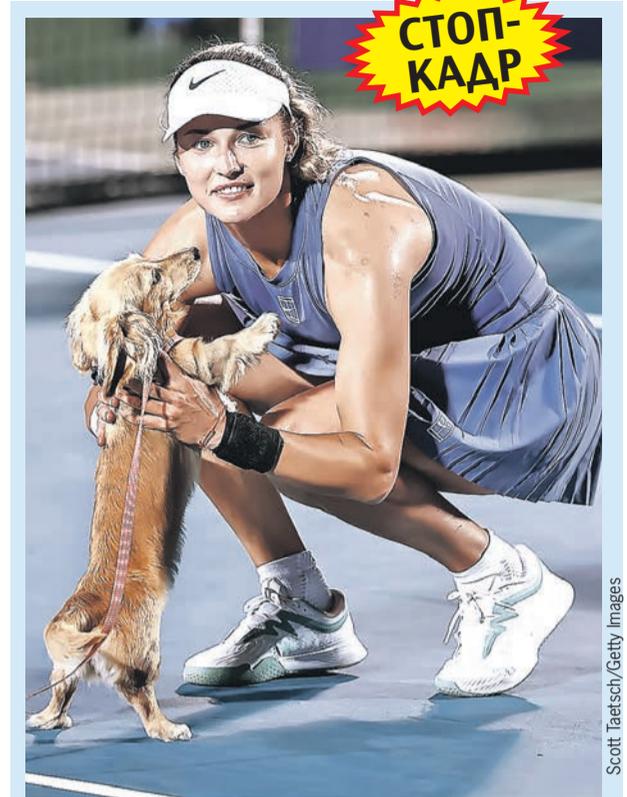
И это в тех непростых условиях, в которых для

россиян проходит чемпионат мира в Тбилиси. Накануне наши спортсменки проснулись в пять утра от звука взрывов петард - их целенаправленно запускали возле отеля. Наутро у гостиницы появились плакаты с надписью «Вместо фейерверка завтра будут «Грады».

В зале во время поединка россиянок Яны Егорян и Александры Михайловой группа с украинским флагом скандировала антироссийские лозунги. Троиш зрителей вывела полиция.

Позднее в интернете появилось видео, на котором группа молодых людей на чемпионате мира, скандируя лозунги, сжигает российский флаг.

Но даже в таких условиях Яна Егорян берет золотые медали. А впереди, 30 июля, еще и командный турнир саблисток - наши девушки собираются и там сражаться за первое место.



СТОП-КАДР

После победы в четвертьфинале на турнире в Вашингтоне к российской теннисистке Анне Калинской на корт выскочила ее собачка. Но никакого скандала не случилось, ведь Белла получила официальную аккредитацию на соревнования. В субботу такса наблюдала, как хозяйка выиграла полуфинал, а сегодня ночью Калинская сражалась в финале за свой второй в карьере титул.

ЗНАЙ НАШИХ!



Крылов летел как на крыльях и улучшил достижение на 6 сотых секунды.

Константин Крылов побил рекорд России, продержавшийся 40 лет!

Елена АФОНИНА, Андрей ВДОВИН

Спринтер показал результат в 10,04 сек. на первенстве страны в беге на 100 м среди спортсменов до 23 лет.

Предыдущий рекорд принадлежал Николаю Юшманову (1986 год).

В эфире Радио «Комсомольская правда» 21-летний красноярец Константин Крылов рассказал о своем достижении.

Как удалось побить этот рекорд, державшийся почти 40 лет?

«Это долгая практика, тренировки бесконечные. Тренировки не только на мышцы, а еще на мозг, на понимание того, что делать, на координацию. Психологически я устойчивый человек. Постепенно, все своим чередом, двигается к тому, что и должно было произойти.»

Вы готовы к гордому званию «король российского спринта»?

«Думаю, готов. Не прям, наверное, «король», не «легенда», но надо постепенно привыкать, я думаю.»

Говорили, что рекорд не будет

засчитан, потому что существуют какие-то технические моменты...

«Да, появилась информация, что не было системы фальстарт. Но потом, как нам сказал главный делегат, что, оказывается, все было, все присутствовало. Поэтому результат будет ратифицирован и присвоен мне.»

Судя по вашей биографии, кем вы только не работали...

«В детском возрасте все виды спорта успел попробовать, наверное. А потом и на кладбище траву косил, и на винообработке контейнеры мыл. Да, это все присутствовало в моей жизни, но это недолго было, так, мимоходом. Денежки нужны были, вот я соглашался.»

Кстати, на чемпионате России по легкой атлетике в Чебоксарах нашими молодыми спортсменами (до 23 лет) было показано и множество других высоких результатов. Видно, что с приходом нового председателя ВФЛА Петра Фрадкова «королева спорта» явно пошла на поправку и наши юниоры готовы выскочить на международную арену на высокой скорости.



Очки, голы, секунды: все новости спорта - на KP.RU/SPORTS



ИЗДАТЕЛЬСТВО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

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 передавать.

КУПИТЬ ЗДЕСЬ

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

МИСС КУПАЛЬНИК «КП»



Екатерина ЗАУРСКАЯ, Магнитогорск:
- Я гиперактивна, эмоциональна и добра. Очень люблю природу, особенно небо, животных и цветы. Занимаюсь спортом и танцами.

Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Белый купальник, гладкие линии тела, четкий силуэт. Белый цвет требует уверенности и осознанного подбора аксессуаров. Бронзовый загар и металлические детали (как браслет на щиколотке) делают образ завершенным. Ставьте на контраст: белый отлично работает с золотом и медью, а минимализм кроя усиливает эффект. Не бойтесь добавить одно яркое пятно: очки или накидку цвета лайма или коралла.



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

Не чипсы, а белорусские сухофрукты!

Одним женщинам после секса нужны бриллианты, другим - семья, но самые опасные хотят второй раз.

- Ответь мне прямо, ты меня любишь? Да или нет? Выбери одно слово!

- Или.

Аптека - беспринципное заведение, где одновременно продают средства как для продления жизни, так и для ее предотвращения.

Вот сидит женщина, с виду - ничего не делает. А на самом деле бесится, хочет торт и ненавидит своих бывших и бывших нынешнего. Многозадачность...

Как-то несправедливо, что совесть есть только у хороших людей.

Иногда серенький волчок и рад бы ухватить за бочок, но боится пасть порвать.

Чтобы внучка погостила подольше, бабушка перевела все весы на 5 кг назад.

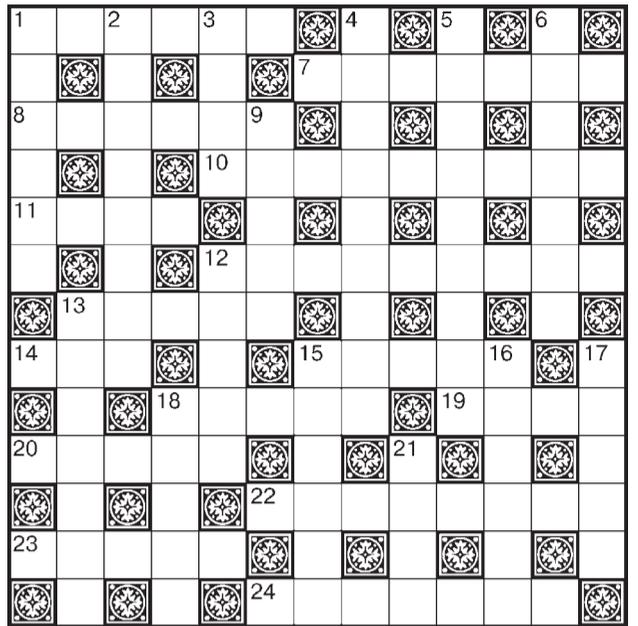
«Останься, - говорит Оксана, - Мой ласковый и нежный зверь. Смотри, я заварила кофе И дверь».

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. «Матрица жизни». 7. Пятиминутка с сигаретой в руках. 8. Что следует хранить в строжайшей тайне? 10. Порода самых маленьких пони на свете. 11. Что отделило поэта Даниила Хармса «от возвышенной жизни»? 12. Развлечение для интеллектуалов. 13. Ощущение бесчестия. 14. Забор из жердей. 15. Частное, но не имущество. 18. Какая змея часто метко выплевывает яд в глаз своей жертвы? 19. Кульминация ... у строителей. 22. Стадион для лихачей. 23. Соревнование для самых быстрых. 24. Кто с картами разговаривает? **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Какое золото на куполах сверкает? 2. Американская поэтесса, считавшая себя «императрицей Голгофы». 3. Карточное лицемерие. 4. Подготовка рукописи к печати. 5. Услуга паромщика. 6. Бессознательный рисунок. 9. Какой тропический зверь состоит в родстве с носорогами? 12. Черный ... из казачьей песни. 13. «Личный самолет» Баб-Ягуна из фэнтези «Таня Гроттер и магический контрабас». 15. Что вносятся в текст? 16. Табачная улика. 17. Янина Болеславовна советского кино. 18. Какое домашнее животное кардинал Ришелье любил больше, чем людей? 21. Какие занятия не рекомендуют проводить рядом с зеркалами?

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Лепта. 2. Пегас. 3. Билет. 4. Редуктор. 5. Переправа. 6. Дикинсон. 7. Брелок. 8. Тайна. 9. Фантом. 10. Кобольд. 11. Сусаль. 12. Гонка. 13. Шахматы. 14. Палисадник. 15. Автодром. 16. Кобра. 17. Викторина. 18. Позор. 19. Тын. 20. Право. 21. Сударья. 22. Перекресток. 23. Секрет. 24. Фалабелла. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Дуплет. 2. Тапир. 3. Пылесос. 4. Прав. 5. Дукляк. 6. Жеймо. 7. Жеймо. 8. Кошка. 9. Кошка. 10. Кошка. 11. Кошка. 12. Кошка. 13. Кошка. 14. Кошка. 15. Кошка. 16. Кошка. 17. Кошка. 18. Кошка. 19. Кошка. 20. Кошка. 21. Кошка. 22. Кошка. 23. Кошка. 24. Кошка.

Прогноз погоды на завтра, 30 июля

	ночь	день
Ставрополь	+22 ... +24	+33 ... +35
Пятигорск	+19 ... +21	+34 ... +36
Владикавказ	+21 ... +23	+32 ... +34
Нальчик	+20 ... +22	+33 ... +35

ясно ☀️ облачно ☁️ пасмурно ☁️
дождь 🌧️ гроза ⚡️ снег ❄️

В Ставрополе:
Давление - 716 мм рт. ст.
Ветер восточный, 7 - 12 м/с
Восход солнца - 04.55
Заход солнца - 19.42
Луна - растет 🌙

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.
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.
Центральные 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
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: 173 674 экз.
Цена свободная
Тираж сертифицирован Бюро тиражного аудита - www.press-abc.ru



ВЫПУСК ПОДГОТОВЛЕН СТАВРОПОЛЬСКИМ ФИЛИАЛОМ АО «ИД «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Директор филиала - А. Р. БГАТЦЕВА.
Главный редактор - Е. Г. БЕРГ.
E-mail: kp.stv@phkp.ru
www.kp.ru

Радио «КП»: Ставрополь - 105,7 FM, Кавминводы - 88,8 FM
vk.com/kpstav ok.ru/group/50534847021199
t.me/kpstav dzen.ru/stav.kp.ru

355000 г. Ставрополь, ул. Доваторцев, 30 Б, 3-й этаж.
ТЕЛЕФОНЫ: приемная - (8652) 95-11-95,
редакция - (8652) 95-11-99, отдел рекламы - (8652) 95-11-90,
отдел распространения - (8652) 95-11-95.

Газета отпечатана в типографии ООО «Агентство «Кавказинтерпресс», 355000, г. Ставрополь, пр-д Трудовой, 14. Заказ № 305.