

Первая в России подводная экотропа открылась на Дальнем Востоке

Читайте на стр. 3 ▶



Михаил ФРОЛОВ

РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА

Владивосток 90,4 FM
Находка 107,2 FM
Уссурийск 99,4 FM

Все о производстве молока в Приморье

Сырье, цены,
ситуация
на рынке

1 июня в 09:00



Денис КОРАБЛЕВ

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



6 967 000

уникальных посетителей
за минувшие сутки



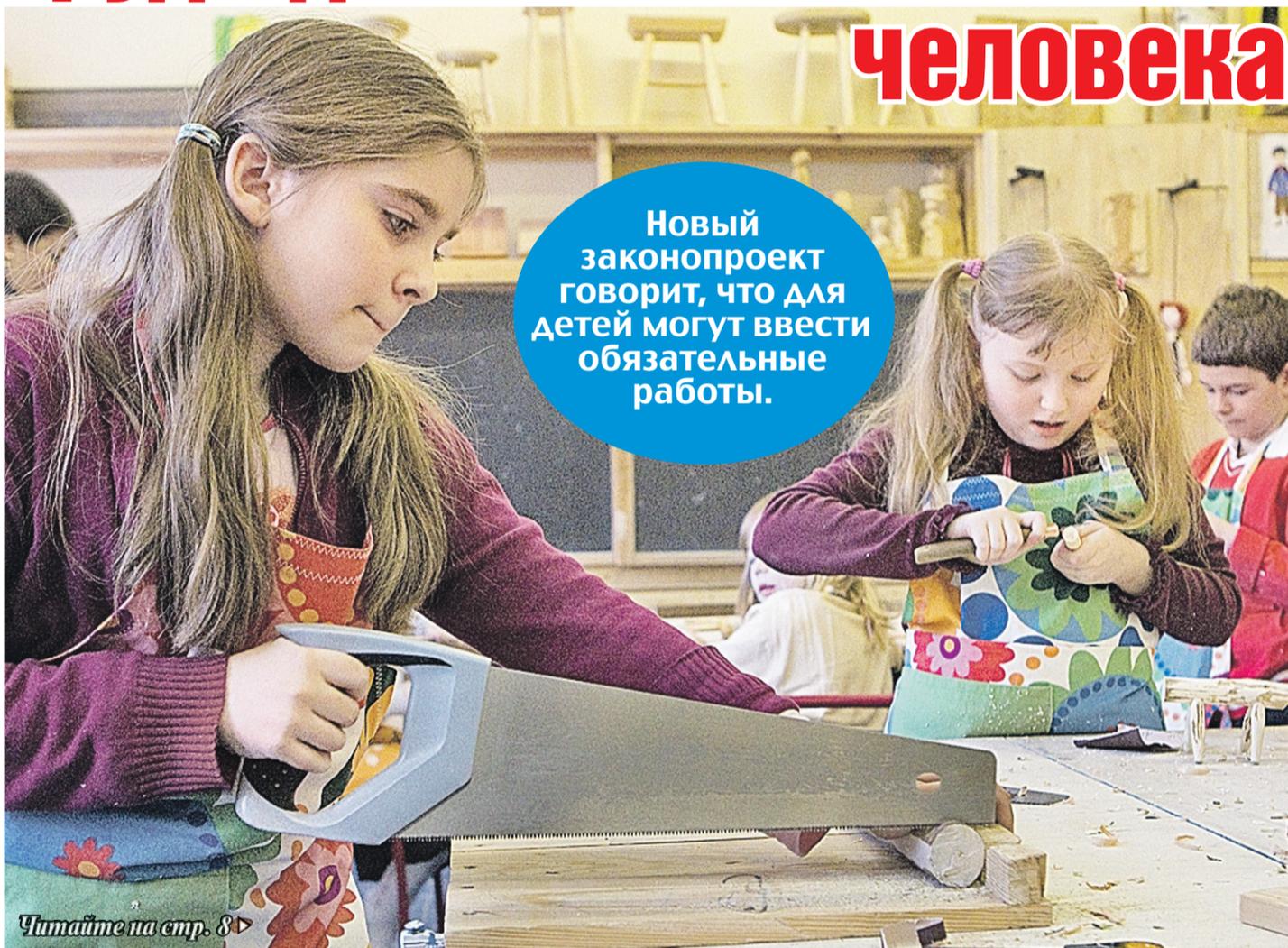
Основана в мае 1925 года

Среда - четверг
31 мая - 1 июня

Газета нашего города ★ Владивосток

№ 40-с (27488-с) 2023 год

Труд сделает из школьника человека



Новый
законопроект
говорит, что для
детей могут ввести
обязательные
работы.

Читайте на стр. 8 ▶



Мария АНАНОВА

Встреча с русалочкой и шоу мыльных пузырей

Анастасия АЛЯМКИНА

Праздничная программа
в честь Дня защиты детей
ждет юных жителей
Владивостока и их родителей.

Осталось совсем немного до главного детского праздника, который так любят юные жители всей России. Для малышек из столицы Приморья и, конечно же, их родителей подготовили развлекательную программу, призванную увлечь даже самых непоседливых ребят.

Продолжение на стр. 2 ▶

«Сухой закон»

Екатерина МАКСИМОВА

В День защиты детей
в Приморье приостановят
продажу алкоголя.

В Приморье вновь запретят продажу алкоголя из-за праздника. В День защиты детей, 1 июня, в регионе нельзя будет купить спиртное в магазинах. Под запрет попадает и розничная реализация пива и напитков на его основе.

Ограничения снимут в пятницу, 2 июня, в 10:00. Правила не распространяются на общепит и магазины беспопышной торговли. Напомним, закон вступил в силу с 1 марта. Теперь в крае запрет на продажу алкоголя действует 1 июня, 1 сентября, а также в дни «Последнего звонка». Продавать алко-



Светлана МАКОВЕЕВА

гольные напитки также нельзя в местах, где проходят массовые мероприятия.

В обычные дни алкоголь в Приморье нельзя купить с 22:00 до 10:00. Специалисты уточнили, что это ограничение не касается пива и напитков на его основе, сидра, пуаре, медовухи. Предполагается, что изменения помогут улучшить культуру потребления алкоголя, снизить количество преступлений в нетрезвом состоянии, в том числе и во время праздников.

Во Владивостоке ремонтируют многострадальный Некрасовский путепровод

Дарья ИЩУК

Водителям придется
потерпеть.

В столице Приморья начался ремонт Некрасовского путепровода, точнее, деформационных швов, которые, согласно проверке, в плохом состоянии. Автомобилисты города давно жаловались по этому поводу, в мэрии приняли решение отремонтировать отдельные участки, всего их 12.

- Некрасовский путепровод испытывает большую транспортную нагрузку и по весу, и по интенсивности транспортных потоков. Для обеспечения безопасности было принято решение о проведении в этом году ремонта деформационных швов, - отметил заместитель руководителя управления дорог городской администрации Юрий Трунов.

Общая протяженность швов составляет больше

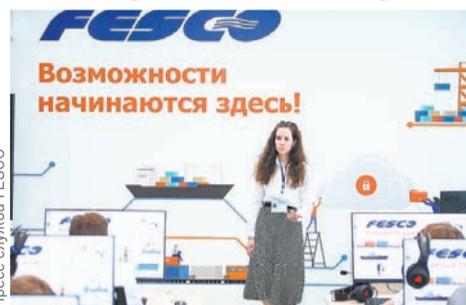
200 метров. Работы будут идти по полосам, чтобы доставлять меньше проблем для движения транспорта. Водителей просят отнестись с пониманием и по возможности пользоваться альтернативными проездами через Камскую или Нефетветку. Как показали первые дни начала ремонта, заторов не избежать.



Михаил СОСНИЧЕВ/РИА Новости

■ ХОРОШАЯ НОВОСТЬ

Новый IT-класс FESCO открылся для школьников Владивостока



Возможности начинаются здесь!

Компания FESCO оборудовала современный класс во Владивостокском городском Дворце детского творчества.

Антон КОРОЛЬ

Во вторник, 30 мая, во Владивостокском городском Дворце детского творчества открылся новый IT-класс FESCO. Ученики старших классов из школ Владивостока начинают здесь обучение по программам дообразования.

В день открытия в IT-классе стартовали занятия по первому модулю – основам компьютерной грамотности. Закончив его, ученики защитят свою проектную работу и выберут направление обучения по одной из современных инженерно-технических специальностей: программирование, разработка приложений виртуальной

реальности, 3D-моделирование и кибербезопасность. Выступая на церемонии открытия, первый заместитель главы администрации Владивостока Сергей Дмитриенко отметил, что FESCO – один из главных и постоянных партнеров города в реализации социальных проектов.

– Класс открыт, чтобы дать школьникам доступ к актуальным знаниям и помочь им с профориентацией. Мы хотим, чтобы образовательная программа помогла подросткам открыть в себе потенциал, получить знания в перспективной области и в дальнейшем связать с ней свою карьеру, – сообщила Вера Яковлева, начальник управления внешних корпоративных социальных проектов Транспортной группы FESCO.

Воспитание молодых специалистов в области IT является одним из приоритетов социальной политики Транспортной группы. FESCO и БМТП активно сотрудничают с учреждениями среднего, высшего и дополнительного образования для подготовки квалифицированных кадров, обладающих нужными компетенциями для работы в технологичных проектах. Так, порт и

Группа активно взаимодействуют с университетами, проводят совместные кейс-чемпионаты и образовательные модули, а в 2022 году в школе № 39 открыли класс робототехники совместно с правительством Приморского края.

Фото: Пресс-служба FESCO.



Вера Яковлева.

■ НА СТАРТ

Кто спортом занимается, тот силы набирается

Павел САХАРОВСКИЙ

Эстафета в честь международных игр «Дети Приморья» пройдет по всем муниципалитетам края.

Знамя I летних международных спортивных игр «Дети Приморья» путешествует по краю. Старт эстафеты дал губернатор края Олег Кожемяко, мероприятие прошло в поселке Лозовый Партизанского городского округа.

Эстафета началась на гребной базе «Олимпийская» в рамках фестиваля в честь



Официальные символы соревнований.



Олег Кожемяко принял участие в торжественной церемонии.

100-летия Министерства спорта России. Здесь состоялся патриотический флеш-моб в поддержку участников

спецоперации, состязания по триатлону, плаванию в открытой воде, мини-футболу и многое другое.

– Спорт – это источник жизни, здоровья и мощь государства. Советские спортсмены оставили после себя хорошую школу, они поднимали флаги на различных соревнованиях, Олимпийских играх. Мы продолжаем эту славную традицию. За пять лет в Приморье реализовано более тысячи проектов больших и малых спортивных сооружений, вложено 17 миллиардов рублей. Обновляются школьные стадионы, возводятся физкультурно-оздоровительные комплексы,

спортивные площадки, ледовые арены во Владивостоке, Находке, Кавалерове. Спорт должен быть модным и современным для молодежи, – отметил глава края. Знамя побывает во всех муниципалитетах региона, спортсменам предстоит пре-

одолеть пять тысяч километров. Эстафета завершится 2 июня во Владивостоке. А сами международные спортивные игры начнутся 1 июня и продлятся до 6-го числа.

Участие в играх примут дети не только из Приморья, а также из Запорожской, Донецкой, Херсонской областей, Республики Беларусь, почетными гостями станут ребята из Китая. За медали поборется более 1500 спортсменов.

Фото: Правительство Приморья.

Состязания пройдут во Владивостоке с 1 по 6 июня.



За звание лучших поборются дети не только из Приморья.

■ С ПРАЗДНИЧКОМ!

Встреча с русалочкой и шоу мыльных пузырей

Окончание. Начало < стр. 1.

Для малышек и их родителей подготовили увлекательную программу в честь Дня защиты детей во Владивостоке.

Специалисты администрации столицы Приморья рассказали о мероприятиях, запланированных на 1 - 4 июня в городе.



Вадим ПОПОВ

Юных жителей приморской столицы ждет увлекательная программа.

Программа Дня защиты детей во Владивостоке 1 июня 2023 года

✓ В 11:00 на набережной Спортивной гавани дети и их родители могут посетить гала-концерт «Надежда. Вдохновение. Талант», а перед ним – поучаствовать в зарядке.

На концерте выступят творческие коллективы Приморья, музыкальный театр «Овация», победители краевого конкурса «Надежда. Вдохновение. Талант». Детей также ждут различные фотозоны, локальные площадки, мастер-классы, конкурсы, музыкальные постановки.

✓ Также в 11:00 начнется праздничная программа и на острове Русском (улица Зеленая, 3). Для малышек подготовят концерт, конкурсы, игры и различные угощения.

✓ Вечером 1 июня в 16:00 можно посетить набережную на Татарской, где гостей ждут шоу мыльных пузырей, встреча с русалочкой и веселые танцы.

Веселье продолжается

Праздничную программу для детей подготовили и в другие дни. Так, 3 и 4 июня на набережной Спортивной гавани состоится еще один концерт, который продлится с 11:00 до 18:00. Ребята смогут посетить мероприятие «Детский фестиваль творческих профессий». Гостей также ждут театральная программа, «Детский маркет», «Уроки добра» от зоо-маркета, праздник красок Холи и многое другое.

На субботу, 3 июня, намечены и другие активности. В сквере Суханова запланирован арт-фестиваль «Владивосток – город у моря», который начнется в 11:00 и продлится до 14:00. В этот же день в 10:00 на острове Русском в бухте Новик ребят ждет мероприятие «Солнце, спорт и дружба – то, что детям нужно».



Чтобы пронести знамя, спортсменам предстоит преодолеть пять тысяч километров.



К выпуску в большое плавание кету готовили более полугода.

■ ЛЮДИ ДЕЛА

На благо экологии

общил инженер Барабашевского лососевого рыбноводного завода Вячеслав Горячев.

Заселение водоемов новыми жильцами ведется в рамках системной экологической работы Дальневосточной генерирующей компании. В реку Барабашевку энергетики Владивостокской ТЭЦ-2 выпустили миллион мальков.

- Второй выпуск производился на реке Шкотовке, куда выпустили более полутора миллионов мальков. Будучи социально ответственной компанией, ДГК строит свою деятельность, заботясь об охране

окружающей среды. Данное мероприятие направлено на экологическую поддержку края и региона в целом, - сообщил директор Владивостокской ТЭЦ-2 Сергей Трубецкий.

Процесс производства и выпуска рыбы по заказу приморских энергетиков ведется под строгим наблюдением специалистов предприятия по сохранению водных биоресурсов и контрольно-надзорных органов в сфере рыболовства.

- Энергетики вносят неограничиваемый вклад в пополнение федерального ресурса. Очень благодарны Дальневосточной генерирующей компании, которая на сегодняшний день производит у нас компенсацию в очень серьезных объемах, - сообщил руководитель приморского филиала ФГБУ «Главрыбвод» Александр Равич.

Работа по выпуску более двух с половиной миллионов мальков кеты специалистами ДГК теперь будет проводиться ежегодно. Это полностью компенсирует воздействие на окружающую среду при проведении



Молодь кеты отправилась в реки Барабашевку и Шкотовку, затем попадет в Японское море.

реконструкции и модернизации Владивостокской ТЭЦ-2. Таким образом, энергетики решают ключевые задачи для региона - качественное обеспечение тепловой и электрической энергией и сохранение природных богатств Приморского края.

руем, выдерживаем личинку. Когда малек поднимается на плав, докармливаем его до необходимого размера, - со-



Заселение водоемов ведется в рамках системной экологической работы АО «ДГК».

Приморские энергетики выпустили в реки края более двух с половиной миллионов мальков кеты - ценной промысловой рыбы.

Специалисты Владивостокской ТЭЦ-2 Дальневосточной генерирующей компании организовали зарыбление водоемов Приморского края. Молодь кеты отправилась в реки Барабашевку и Шкотовку, затем переместится в Японское море. Подросшая молодь - результат кропотливой работы. К выпуску в большое плавание кету готовили более полугода.

- Осенью мы собираем на реке икру от зрелых производителей, оплодотворяем, привозим на завод, инкуби-

■ ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Новый «Реми» откроют в пригороде Владивостока

Ярослав ЮРИН

Супермаркет распахнет двери в полдень 3 июня на Маковского, 262 (рядом с «Тойота центром»). В этот день покупателей ждут: ведущий, розыгрыши, подарки, увеличенный кешбэк за покупки, а также аквагим для юных гостей.

Новая торговая точка станет удобным местом приобретения товаров повседневного потребления: молочной продукции, колбас, овощей и фруктов, напитков, выпечки, товаров для домашних животных и многого другого. Также под одной крышей в «Реми» разместятся «Акашево», «Фанатория», «Настоящая пекарня» и восточные сладости.

- Пригород Владивостока активно застраивается. В жилые комплексы уже переезжают семьи, для которых важно иметь поблизости супермаркет с широким ассортиментом товаров. К тому же впереди сезон отпусков, и многие горожане отправятся отдыхать, поэтому приобретать продукты и товары для пикника по пути - удобно. Для комфорта покупателей мы обустроили бесплатную парковку, внутри установили простую и понятную навигацию для быстрого поиска нужных товаров, также здесь будут работать кассы самообслуживания, которые экономят время покупателей, - отметили в PR-службе торговой сети.

Приобретать продукты в «Реми» не только удобно, но и выгодно. Для этого в торговой сети действует собственная программа лояльности. Стать ее участником можно уже сейчас,



В торговой сети действует собственная программа лояльности.

скачав на смартфон приложение «Реми Клуб привилегий» и создав в нем виртуальную карту. Доступен также более привычный способ - покупка на кассе магазина пластиковой карты и ее регистрация на сайте или в мобильном приложении. Плюс после ее прохождения вам будет начислено 50 приветственных бонусов в течение 24 часов.

Держателям карт Клуба возвращается кешбэк после покупок в виде бонусов. Ими можно оплатить до 100% от суммы чека из расчета 1 бонус=1 рубль РФ. Более того, в день открытия при покупке от 1500 рублей действует увеличенный кешбэк - 2%.

Напомним, время работы супермаркета: ежедневно с 8 до 22 часов.

***Срок проведения акции - 3 июня 2023 года.**

Порядок ознакомления с подробностями - на сайте remi.ru, по телефону 8 800 302 1722 (звонок бесплатный) или по WA +7 914 682 7722.

■ НОВШЕСТВО

Первая в России подводная экотропа появилась на Дальнем Востоке

Никита ВАХТИН

Невероятная красота морских пейзажей ждёт туристов в заповеднике.

Подводная экологическая тропа впервые открылась в Дальневосточном морском заповеднике. Об открытии уникальной туристической мекки рассказало руководство нацпарка «Земля леопарда» во время X Невского международного экологического конгресса.

Дальневосточный морской заповедник - уникальный уголок природы в заливе Петра Великого Японского моря. Холодные и теплые течения создали особые подводные ландшафты, встречающиеся только здесь, они надолго остаются в памяти благодаря разнообразию животных и растений.

Первая подводная экотропа позволит наблюдать за морской природой. При спуске на глубину туристы смогут насладиться живописными видами островов Римского-Корсакова, где гнездится множество редких птиц, включая желтоклювую цаплю. Путь пролегает мимо мест, где пятнистые нерпы обустроивают свои лежбища.

Наибольшее впечатление тропа произведет на дайверов, которых будет ждать



Туристов будут сопровождать опытные инструкторы.

разнообразный подводный мир: от вертикальных отвесов до пещер и гротов. Это предоставляет возможность увидеть не только особенности рельефов, но и разнообразие их обитателей: асцидии, актинии, морские звезды, ежи, мидии, трепанги и многие другие. Благодаря охране заповедника эти ландшафты сохраняются от разрушения. Туристов могут порадовать встречи с осьминогами, камчатским крабом, яркими голожаберными моллюсками, восточными тунцами, лакедрой и спиногогами. Продолжительность экскурсии в среднем пять часов.

- Необходимо отметить, что посещение подводной экотропы будет возможно только для туристов с соответствующей подготовкой и специальным снаряжением для погружения. Посещение экотропы будет регулироваться научными сотрудниками на основе расчетов максимально допустимой рекреационной нагрузки на акваторию, - сообщил Виктор Бардюк, директор ФГБУ «Земля леопарда».

Фото: ФГБУ «Земля леопарда».



Удивительные встречи обеспечены.

Материалы предоставлены пресс-службой АО «ДГК».

РЕГИОНАЛЬНАЯ ЖИЗНЬ

Женщины, творившие историю FESCO и ВМТП



Все посетители смогут обогатиться этим колоссальным опытом и вдохновиться примером.

Мирослав САРТО

Новая галерея под открытым небом появилась на улице Адмирала Фокина. Она позволит жителям и гостям Владивостока познакомиться с женщинами, которые внесли огромный вклад в развитие морского и портового дела, вложили много сил в формирование Владивостокского морского торгового порта и Транспортной группы FESCO.

Фотографии собраны из архивов Транспортной группы и присланы семьями потомственных портовиков и моряков. Все участницы, как и прославленная капитан дальнего плавания Анна Щетинина,

вошли в историю компании. Все портреты обязательно сопровождаются исторической информацией - вы узнаете, кто перед вами. Выставка под открытым небом будет доступна до 23 июня.

С момента основания Дальневосточного морского пароходства на судах и в порту трудилось немало ответственных, талантливых и деятельных представительниц прекрасного пола. Они часто работали наравне с мужчинами, в том числе докерами, тальманами, крановщиками, входили в плавсостав. Их труд помог Транспортной группе FESCO стать одной из крупнейших транспортно-



Гости выставки на торжественном открытии.

логистических компаний в России, а Владивостокскому морскому торговому порту - лидером среди портов страны по контейнерообороту, - сообщил Никита Томилини, директор по коммуникациям ПАО «ВМТП».



Никита Томилини, директор по коммуникациям ПАО «ВМТП».

В торжественном открытии также приняли участие руководитель филиала ПАО «ДВМП» во Владивостоке Николай Чвертко, заместитель главы администрации Дарья Стегний и



Руководитель филиала ПАО «ДВМП» во Владивостоке Николай Чвертко.

представители Совета ветеранов ДВМП. Выставка сразу привлекла внимание прохожих - рассмотреть фотографии и узнать больше о женщинах FESCO останавливались прогуливающиеся жители Владивостока и иностранные туристы.

За всю историю развития Дальневосточного морского пароходства женщины - наши сотрудницы и коллеги - играли очень большую роль в развитии компании, без них бы FESCO не существовала. И сейчас в нашем многотысячном коллективе как минимум четверть состава представляют женщины. Они выполняют работу, сложную иногда даже для мужчин. Уверен, что все посетители выставки смогут обогатиться этим колоссаль-

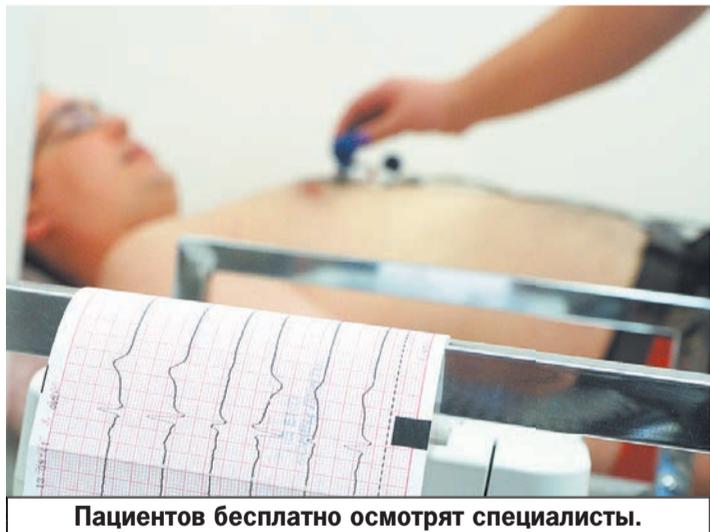
ным опытом, а девушки, выбирающие свой путь в карьере, возможно, вдохновятся примером и выберут для себя почетный труд в FESCO, - сказал Николай Чвертко.

Одной из задач проекта является сохранение памяти о людях. Поэтому параллельно с уличной выставкой создается интернет-галерея. Все портреты, присланные для проекта, будут размещены на сайте tudfesco.ru. Кроме того, организаторы рассчитывают, что такой открытый формат привлечет внимание портовиков, которые еще не поделились историями своих семей. Фотографии и описания, присланные даже после завершения выставки, будут добавляться на сайт.

Выставка стала возможной благодаря грантовому конкурсу FESCO «Море возможностей». С идеей почтить память заслуженных работников порта и пароходства выступили волонтеры - нынешние сотрудники. Проект получил высокие оценки конкурсной комиссии и средства от FESCO и ВМТП на реализацию.

Фото: Пресс-служба FESCO.

НА ЗДОРОВЬЕ



Пациентов бесплатно осмотрят специалисты.

Врачи к выездам готовы

Дарья ИЩУК

В Приморье медицинские бригады посетят муниципалитеты.

В правительстве Приморского края рассказали, что в больницах 10 муниципалитетов будут работать выездные бригады, в которые войдут узкие специалисты: кардиолог, невролог, эндокринолог, офтальмолог и уролог.

Врачи приедут в центральные больницы для осмотра пациентов, которые стоят на учете и нужда-

ются в дополнительном обследовании.

Приезд врачей организуется для пациентов, которым по показаниям необходима консультация данных специалистов и которые ранее прошли все необходимые обследования. Врачи, имея результаты анализов, дают рекомендации по дальнейшему лечению, в том числе по госпитализации в ведущие стационары края. Списки таких пациентов формируют специалисты больницы, - добавили в министерстве здравоохранения Приморья.

До конца 2023 года специалисты будут работать в Хорольской, Пластунской, Анучинской, Черниговской, Лазовской, Партизанской, Чугуевской, Шкотовской и Находкинской больницах.

Кстати, для осмотра маленьких пациентов в Приморье работает мобильный автопоезд с детскими врачами. Если у ребят выявляют проблемы со здоровьем, с ними работает специализированная выездная бригада детских врачей из Краевой детской больницы № 1 и Центра охраны материнства и детства.

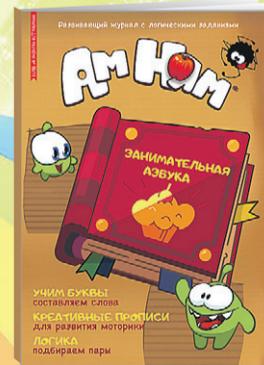
Порадуйте своего ребенка!

Со 2 по 5 июня купите ежедневный выпуск «Комсомолки» и получите детский журнал В ПОДАРОК

Период проведения акции с 02.06.2023 по 05.06.2023 г.

Для получения подарка необходимо приобрести ежедневный выпуск газеты «Комсомольская правда». При покупке одной газеты можно получить не более одного подарка. КОЛИЧЕСТВО ПОДАРОКОВ ОГРАНИЧЕННО.

Адреса точек получения подарка вы можете уточнить по телефону 8 (423) 230 22 57



Елена АРАКЕЛЯН

Каких продуктов не хватает в нашем рационе и что с этим делать.

Россиянам недокладывают фруктов! И овощей. И творога. Вроде бы и инфляция у нас сейчас низкая, но за первый квартал 2023 года продажи продуктов снизились на 3,4%. Это данные Росстата.

Насколько серьезно страдает рацион россиян? И есть ли продукты, которых мы ощущаем недоедаем в сравнении с нормами здорового питания?

ПЕЙТЕ, ЛЮДИ, МОЛОКО

Дожили: в России переизбыток молока. Фермеры стонут: молоко девать некуда, в пору буренок пускать на мясо.

Причин тут две. С одной стороны, за прошлый год на 2 млн тонн выросло производство молока. С другой - сократился спрос на некоторые виды молочной продукции.

По данным аналитической компании NielsenIQ, в 2022 году продажи творожных десертов снизились почти на 19%, йогуртов - на 15 - 17%. Продажи сметаны, творога, кефира сократились на 2 - 4%.

Председатель президиума Ассоциации компаний розничной торговли (АКОРТ) Игорь Караваев поясняет: сейчас люди в основном покупают базовые продукты - молоко, масло, сметану, сыры.

- Основной рост спроса идет на продукты в нижней ценовой категории, с меньшей жирностью, - утверждает Игорь Караваев.

Проблема в том, что потребление молочной продукции и раньше у нас недотягивало до норм здорового питания, рекомендованных Минздравом (см. «Памятку «КП»). Надо 325 кг в год на человека (это в пересчете на молоко всех выпитых и съеденных про-

Карпы - на стол!



Реклама приучила россиян: если и покупать рыбу - то дорогою, какую-нибудь форель или лосося. А ведь и банальный карп - очень даже бюджетный, вкусный, полезный и вообще во-о-от такущий!

ОПРОС «КП»

ЭКОНОМИТЕ ЛИ ВЫ НА ПРОДУКТАХ?

- Да, часто стараюсь покупать продукты по акции **49**
- Да, не все в магазинах мне по карману **30**
- Не хватает денег даже на основные продукты **7**
- Я не экономлю на еде **14**

Опрос проведен среди читателей «КП» в соцсетях. Участие приняли 11 000 человек.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

сиянин в 2022 году съел около 60 кг фруктов и ягод, что на 5% меньше, чем годом ранее. Рекомендованная Минздравом норма - 100 кг в год.

- В этой сфере, как и с овощами, у нас все-таки наблюдается прогресс, - утешает Анатолий Тихонов. - И не только потому, что люди возвращаются на дачи. Промсектор тоже развивается, государство активно субсидирует эту отрасль.

А ЧЕГО ЗА ГОД МЫ СТАЛИ ЕСТЬ БОЛЬШЕ

Удивитесь, но это мясо и мясопродукты. В 2022 году потребление мяса выросло до рекордных 78 кг на человека (рекомендуемая норма Минздрава - 73 кг). Правда, на деле примерно половина - курятина. На втором месте - свинина.

Однако, если посмотреть рекомендации Минздрава по конкретным видам мяса (см. «Памятку «КП»), то и здесь напрашивается совет. Россиянам бы поменьше есть жирной свининки, а побольше говядины.

- Говядина - самый дорогой вид мяса в силу объективных причин - там самый долгий цикл выращивания и самые большие затраты, - объясняет Анатолий Тихонов. - Производство свинины дает куда более быструю отдачу. По ней у нас переизобилие. С курятиной тоже никаких проблем, ее производить проще всего.

В целом, как объясняют эксперты, животного белка большинство россиян получает достаточно. В том числе за счет замены более дорогого молочного и рыбного белка на доступный куриный. Но с микроэлементами уже все сложнее. Та же рыба - источник не только фосфора, но и йода, цинка, омега-3 кислот, которые некоторые исследователи считают природным антидепрессантом.

ВАЖНО!

Из рекомендаций по здоровому питанию, разработанных Минздравом России совместно с экспертами НИИ питания РАМН

- Получить необходимый набор витаминов, микроэлементов и минеральных веществ можно только из длинного списка продуктов: овощи, фрукты, мясо, рыба, орехи, молочные продукты, бобовые, хлеб, макароны из твердых сортов пшеницы, ягоды и зелень.
- Для обеспечения организма всеми необходимыми микроэлементами, нужно съедать не менее 600 г фруктов и овощей в день, а рыбу потреблять минимум раз в неделю.
- В рационе должны присутствовать молочные продукты. Суточную норму кальция можно получить из полулитра молока, а витамина B2 - из стакана.

В России причиной лишнего веса чаще всего является избыток животных жиров в питании, содержащихся, например, в колбасах, сливочном масле, твердых сырах, жирных сортах мяса.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

По сведениям Росстата, в 2020 году потребление рыбы у нас составляло 20 кг на человека в год, в 2021-м - 21,2 кг (рекомендация Минздрава - 22 кг). Но в Рыбном союзе считают, что на самом деле все еще хуже. Росстат учитывает потребление рыбы в живом весе - то есть с головами, плавниками и прочими несъедобными частями. Если же убрать все хвосты и прочую чешую, то выйдет не больше 13 кг на человека.

Причин этих проблем в стране, которая обеспечивает себя рыбой на 150%, в Рыбном союзе называют немало. Главная - цена. То есть вообще-то рыба стоит вроде бы не так дорого. За кило мороженой - 215 рублей в среднем по России (последние данные Росстата). Но это в неразделанном виде, с теми же хвостами и плавниками. А за кило филе сумма вырастает уже почти до 500 рублей.

Что тут можно сделать, кроме как печалиться о низких доходах? Аналитики считают, что с рыбой все-таки есть резервы. Рыбные вкусы россиян сейчас сильно смещены в сторону дорогих лососевых и форели (четверть всех продаж). А традиционную для средней полосы России (и куда более дешевую) речную рыбу вроде карпа сейчас вообще почти не едят - отвыкли. Пора менять привычки!

ФРУКТОВЫЙ НЕДОБОР

По оценкам компании «Интерагро», средний рос-

- Потребление молочки проседает еще с кризиса 2014 - 2015 годов, - констатирует директор Центра международного агробизнеса и продовольственной безопасности Российской академии народного хозяйства (РАН-ХиГС) Анатолий Тихонов. - Единственный способ что-то с этим сделать - повышать доходы населения. Для снижения себестоимости производства молока и его переработки предпосылок нет. За последний год у аграриев выросли расходы практически на все - от оборудования до упаковки и транспортировки.

ЗОЛОТАЯ РЫБКА

В недавнем исследовании НАФИ (Национальное агентство финансовых исследований) приводятся такие данные: 46% россиян рыбу и морепродукты вообще не едят или едят реже, чем раз в неделю. То есть почти у половины россиян питание уже очевидно нездоровое. Ведь, как утверждают эксперты Минздрава и НИИ питания РАМН, для обеспечения организма необходимыми микроэлементами хоть какое-нибудь рыбное блюдо надо съедать минимум раз в неделю.

дуктов - будь то йогурт или простокваша). А в 2021 году (самые свежие официальные данные Росстата) было 265 кг. В 2023-м ситуация, скорее всего, не улучшится. А значит, среднестатистическому россиянину не хватает как минимум кальция (это здоровые кости) и витамина B2 (здоровый обмен веществ).

ПАМЯТКА «КП»

Рациональные нормы потребления, рекомендованные Минздравом РФ (кг/год на человека)

| | |
|---|-----|
| • Мясопродукты в том числе: | 73 |
| • птица | 31 |
| • говядина | 20 |
| • свинина | 18 |
| • Рыбодукты | 22 |
| • Молоко и молокопродукты в пересчете на молоко в том числе: | 325 |
| • молоко, кефир, йогурт с жирностью 0,5 - 1,5% | 58 |
| • молоко, кефир, йогурт с жирностью 1,5 - 3,2% | 50 |
| • творог с жирностью 0 - 9% | 10 |
| • творог с жирностью 9 - 18% | 9 |
| • сыр | 7 |
| • масло животное | 2 |
| • Яйца (штук) | 260 |
| • Масло растительное | 12 |
| • Соль поваренная (в том числе для домашнего консервирования) | 4 |

| | |
|--|-----|
| • Хлебные продукты (хлеб и макаронные изделия в пересчете на муку, мука, крупы, бобовые) | 96 |
| • Картофель | 90 |
| • Овощи и бахчевые в том числе: | 140 |
| • капуста всех видов | 40 |
| • свекла | 18 |
| • морковь | 17 |
| • арбузы, тыква, дыни | 15 |
| • помидоры | 10 |
| • огурцы | 10 |
| • Фрукты свежие и ягоды в том числе: | 100 |
| • яблоки | 50 |
| • груши | 8 |
| • ягоды | 7 |
| • Сахар | 24 |

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Есть такая профессия: дронами

Олег АДАМОВИЧ

Спецкор «КП» прошел курс для бойцов СВО по управлению коптерами на передовой.

Бывает и такое, что оператор дронов на фронте теряет свой коптер в первом же полете. А каждый, на секундочку, стоит по 250 - 500 тысяч рублей. Специалисты объясняют: это от неопытности. Не всех бойцов учили заранее правильно управлять этой техникой.

В волонтерском Координационном центре помощи Новороссии (КЦПН) решили, как тут сами говорят, «повысить эффективность траты народных денег». Гражданские спецы - среди которых много геодезистов - создали «школу», где учат летать на коптерах в боевых условиях.

Я тоже прошел этот курс. Поначалу мне казалось, что уж я-то во всем быстро разберусь. Чай, не первый раз отправляюсь осваивать новую профессию. А потом на меня свалилось столько нюансов, что стало не до шуток.

ОЧЕНЬ НАИВНЫЙ ВОПРОС

Слава богу, на фронт за наукой ехать не пришлось. «Школа» расположилась на военном полигоне в Ленинградской области. Здесь как раз только что закончили подготовку курсанты-артиллеристы.

- Почему дроны часто называют «мавиками»? - спрашиваю руководителя центра Александра Любимова. Он согласился мне объяснить и показать все обучение.

- Потому что линейка китайских коптеров Mavic оказалась самой удачной - массовой и подходящей для военных. Причем они популярны по обе стороны фронта. Получилось как с ксероксами.

Поэтому-то на «мавиках» в «школе» и учат летать.

СБРОС ПОДАРКОВ С СЮРПРИЗОМ

Курс рассчитан на 4 дня. 1 день теории, 3 - практики. Все началось в небольшом классе на полигоне с дешевыми партами. На них лежит разобраный белый самолет размером с детский автомобиль. Это тоже дрон, но высотный, уже со сложным управлением и ценой, как у квартиры в областном центре средней руки.

- Мы с собой возим проектор и доски. Объяснить всю теорию только на словах сложно, - заметил Любимов и начал обучение.

Моя голова быстро стала пухнуть от странных для гражданского человека



Олег АДАМОВИЧ/«КП» - Москва

Это уже не дрон, а серьезный беспилотник, он стоит как трое «Жигулей», высоко летает и не боится РЭБ. И управлять им непросто.

особенностей использования дронов на передовой.

Оказывается:

1 **Активировать и регистрировать коптеры надо до приезда на фронт.** Потому что интернет для этого нужен обязательно, а вся связь в местах боев глушится намертво. Если вдруг неопытные волонтеры привезли бойцам беспилотники в целой магазинной упаковке, их приходится отправлять назад, потому что толку от неактивированного дрона нет.

2 **Фирменными сумками для дронов лучше не пользоваться.** Они приметные, и снайперы по обе стороны отлично знают, как они выглядят. А оператор дрона сейчас чуть ли не главная цель. Поэтому всем рекомендуется первым делом обзавестись новым незаметным рюкзаком для переноски.

3 **На курсе солдат учат делать сбросы.**

- Один коптер способен на несколько километров отнести гранату. Можно эффективно уничтожать врагов, сбрасывая им на голову боеприпасы, - объяснил Любимов.

- А как работает эта система сброса?

- Сами китайцы для коптеров продают насадки для сброса подарков. Они без труда переделываются под метание гранат...

4 **Бойцам приходится пересчитывать координаты.**

Гражданские «мавики» координаты определяют по международной системе градусов, минут и секунд (называется WGS 84). А в Российской армии своя система: СК-42 (была принята в 1942 году), где координаты отсчитываются в метрах от экватора и ме-

ридиана. Поэтому координаты часто выглядят парой семизначных чисел.

- Чтобы корректировать огонь артиллерии с дрона, оператору надо координаты беспилотника перевести в наши артиллерийские, - объяснил инструктор.

Кто-то из учеников старается все запомнить, кто-то записывает. Но вообще волонтеры центра держат специальный телеграм-чат, чтобы потом отвечать на вопросы бойцов.

ВЕЧНЫЙ БАН НА ОБНОВЛЕНИЯ

Даже самый навороченный «мавик» с тепловизором (прибором, обнаруживающим человека в темноте), но в заводской комплектации для военных действий подходит плохо. Наставники рассказывают бойцам, что обязательно нужно сделать с дроном перед использованием на фронте.

✓ **Первым делом коптеру надо отключить ориентирование по спутникам.** Это делается с ноутбука при помощи спецпрограмм. И ВСУ, и наши РЭБ (системы радио-электронной борьбы) глушат сигналы GPS или ГЛОНАСС уже на высоте нескольких десятков метров. А ниже - для запутывания техники - передают ложные координаты. Неготовый гражданский дрон просто упадет.

✓ **Сигнал между пультом и дроном шифруется, но некоторые вещи остаются открытыми.**

- Например, по открытым каналам идут данные о местоположении оператора и дрона. Если эти сведения не закрыть, то очень быстро оператор попадет под обстрел ВСУ, - объяснил Любимов.

И это все тоже исправляется с ноутбука спецпрограммами.

- Когда дрон готов, мы предупреждаем бойцов, чтобы они никогда больше его не подключали к интернету. Дело в том, что производители регулярно выпускают обновления, которые борются с нашими переделками, - рассказал инструктор.

ПРИХОДИ КО МНЕ УЧИТЬСЯ И СПЕЦНАЗ, И АРТИЛЛЕРИЯ

- Много вы уже человек обучили? - спрашиваю волонтеров.

- Человек 700. Сначала сами выходили на знаковых командиров и предлагали свои курсы. Теперь уже нам самим звонят. Есть 5 - 7 конкретных

заявок от подразделений, чтобы мы приехали и объяснили бойцам, что к чему, - ответил Любимов.

- И кто стучится за знаниями?

- Все подряд: и спецназ, и Росгвардия. Но больше всего, конечно, артиллеристов. Им коптеры для корректировки огня нужны позарез.

Ученики подбираются разные. Чем солдат моложе, тем ему проще и быстрее все освоить. Хотя коптер - это не орбитальный корабль, базовый уровень любой сможет изучить. Проблема в другом: еще не все воспринимают коптеры всерьез. По меркам дорогой и здоровой армейской техники китайский дрон из коробочки выглядит игрушкой.

Я эту историю сам не видел, но люди рассказали. Прошел через «школу» один полковник авиации, который всю жизнь пролетал на тяжелых «Илах». Он так и не начал относиться к коптерам серьезно. Хотя казалось бы - сейчас их тысячами на передовой используют обе армии...

ПЕРВЫМ ДЕЛОМ НАДО ВЫБРАТЬ МЕСТО

После теоретической части мы переехали на полигон практиковаться в управлении. Сначала мне показалось, что мимо ходит сильно загоревший солдат. Потом я увидел еще одного. А когда они построились в колонну, я понял, что тут у наших военных учатся артиллерийской стрельбе коллеги из какой-то африканской страны...

- Вот этот «мавик» стоит полмиллиона, постарайся его не разбить, - сказал наставник, протягивая пульт от белого коптера, стоящего у моих ног. Колени дрогнули.

- Это вы со всеми так начинаете?

- Некоторые робеют, узнав цену, но как иначе-то?

Первым делом оператору коптера надо выбрать правильное место. Нужно, чтобы пульт и сам дрон по возможности ничего не загромождало. Тогда сигнал самый четкий.

- Но дрон и не должен подниматься слишком высоко, - заметил Любимов. - Чем выше, тем легче попасть под вражескую РЭБ (которой тоже нужна прямая видимость). Если на гражданке для улучшения сигнала «мавик» поднимают, то на фронте его, наоборот, лучше опустить. Многие этого не понимают и быстро теряют свой коптер.

На ровном полигоне, где изредка бахают минометы, упражняться нетрудно. Я без особого труда поднял «мавик» и увел его на полкилометра в сторону. Управление, как у игровой приставки. Один рычажок отвечает за высоту, второй - за скорость и направление полета. Колесико под указательным пальцем поднимает и опускает камеру.

Вообще дрону все равно, в какую сторону двигаться, но для удобства самого оператора лучше лететь камерой вперед. Банально проще ориентироваться в пространстве. Изображение с камеры выводится на экран пульта.

Понятно, что опытные дронаводы могут летать по-всякому. Но начинать проще так - куда смотришь, туда и летишь. Только я свылся с этой мыслью, как задача усложнилась.

- Теперь сделай круг над целью так, чтобы она все время оставалась в центре экрана, - скомандовал волонтер.

КСТАТИ

Тренировать будут со школы

Вопрос, как дальше продвигать в России беспилотную авиацию, в конце апреля президент задал правительству и экспертам.

- Поддерживаю предложения, чтобы уже со школы ребята могли учиться управлять дронами. Уверен, это ребят займет полезным, интересным делом, отвлечет от того, чем не надо было бы

заниматься, - сказал Владимир Путин.

А глава компании «Гео-скан» Алексей Семенов удивил на этом совещании рассказом, что в России, оказывается, делают массу дронов.

- Мы уже произвели 15 тысяч беспилотников. По-прежнему производим в 25 стран мира, - рассказал он.

Я потом спросил Александра Любимова, почему же для СВО волонтеры покупают иностранные «мавики», когда у нас своих, оказывается, полно.

- Импортные дешевле. И, как ни странно, их проще купить, - объяснил эксперт.

Есть еще над чем бизнесу и государству подумать и поработать.

Защищать



Это при запуске дрона-камикадзе спецкор «КП» радостный. А когда дрон начал кружить у цели, пилота начинает тоже «качать». На фото сверху - обычный «мавик», несущий гранату в «окоп врага».



Непросто! Надо одной рукой отклонять «мавик» вправо, а другой поворачивать его вокруг своей оси. А еще нельзя забывать о том, что вокруг. Пока я кружился над какой-то закрытой чехлом пушкой, дрон чуть не врезался в дом на полигоне. Хорошо, наставник про него помнил - он вовремя скомандовал остановиться и подняться выше.

Такие тонкие навыки управления нужны при отключении GPS. Дрон уже не держится автоматически на месте, а начинает болтаться из стороны в сторону из-за ветра.

- Всегда надо помнить о проводах! О стену или землю разбить коптер не просто - у него на корпусе есть мини-камеры, которые страхуют и не дают столкнуться с большим объектом. Но от проводов и тонких веток они не защищают. Прозевал - и коптер за 500 тысяч просто разобьется. А нового еще может и не быть! - объяснил наставник.

КАМИКАДЗЕ ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Дальше меня начали учить летать на маленьком коптере Avata. Тут уже нет пульта с экраном. На глаза надеваются большие очки, и картинка идет от первого лица. Как будто сам летаешь. Пульт помещается в одной руке - надо ее наклонять влево-вправо, чтобы поворачивать, и жать на курок, чтобы разогнаться.

- Только аккуратно. А то, бывает, с непривычки люди бьют. А один раз даже сознание теряли, - предупредил инструктор.

Ощущения и правда непривычные. Вроде ты стоишь на полигоне, а вроде летишь над ним, наклоняясь то в одну, то в другую сторону. Но на ногах я, слава богу, устоял.

- А этот дрон зачем?

- Им удобно идти на таран. На модель побольше привязывается самый легкий килограммовый заряд для гранатомета. Подлетаешь с ним к врагу и подрываешься. Можно взрыватель поставить на срабатывание от удара, можно просто дистанционно. Но это сложнее.

- А вот этот маленький коптер зачем?

- Он дешевле и проще «мавика». Им хорошо выглядывать из-за угла и проверять, есть ли там засада.

- Не проще зеркалом?

- А если за углом сидит пулеметчик? Безопаснее подглядеть через камеру, а не лезть с зеркалом.

БОЛЬШИЕ, НО ТРУДНЫЕ ПТИЧКИ

- Что за дрон в виде самолета лежал в классе? - спрашиваю преподавателя.

- А это то, из-за чего мы еще на полигоне.

ЛИЧНЫЙ ВЗГЛЯД

4 дня в школе пилотов коптеров идут быстро. Но даже после них я не уверен, что не потерял бы дрон в первом же полете.

Наставники успокаивают: надо привыкнуть с мыслью, что на передовой беспилотники - пусть самые дорогие - превращаются в расходный материал. Даже если все сделаешь правильно, противник может до него добраться.

Проблема в том, что все эти импортные «мавики» изначально не делаются для армии. Потому и приходится с ними столько возиться. Срочно нужны свои. И много. А их либо нет, либо мало, либо стоят дорого.

И я еще раз убедился, что в современном бою нет толка от необученного человека. Абсолютно все требует умений. Но о некоторых даже не догадывались еще лет пять - десять назад. А теперь без них - все равно что ружья песком чистить.

Оказалось вот что. Спонсоры покупают за границей для наших бойцов и большие дроны самолетного типа. Каждый стоит уже по 4 - 5 миллионов рублей. Но бывает, что на передовой ими не пользуются, потому что просто не умеют. Управление гораздо сложнее, чем у «мавиков».

- Мы сами сейчас учимся, как на них летать. Потом станем обучать солдат, - рассказал Любимов. - По-хорошему нужен месяц, чтобы освоить управление. Но мы стараемся уложить курс в три недели.

- А зачем такие большие дроны нужны?

- Они летают на высоте более километра и менее уязвимы для противника. Плюс они могут залетать далеко без ориентации по спутникам. Даже если враг полностью забьет канал управления, беспилотник сможет вернуться на место старта.

- С такой гранаты уже не побросать...

- Конечно. Он нужен артиллеристам для нахождения целей.

Этот заграничный дрон-самолет по функционалу похож на российские военные беспилотники типа «Орлан» или «Элерон». Только нашим для старта нужна катапульта, а приземляются они на парашюте. Иностранец же взлетает и садится вертикально. У него есть не только крылья, но и винты, как у обычного коптера, для подъема.

- Для старта с катапульты нужна подходящая площадка. Парашюты не всегда раскрываются. А для взлета по принципу квадрокоптера вообще ничего не нужно. Хотя и страдает аэродинамика, - заметил Любимов.

СЛОВО НЕ ВОРОБЕЙ

Откровение американского политика: Убивать русских - это лучшая инвестиция

Александр ГРИШИН

Сенатор Линдси Грэм шокировал признанием, какие цели преследуют США на Украине.

Такого откровенного цинизма, даже при всей натянутости отношений между Россией и Западом, еще не было. Сенатор-республиканец США Линдси Грэм, находясь в Киеве, провел переговоры с Владимиром Зеленским и разоткровенничался, несмотря на обилие телекамер. Один фрагмент беседы особенно ошарашил.

Грэм: - Свобода или смерть.

Зеленский: - Да, свобода или смерть. И сейчас мы свободны. И будем свободны.

Грэм: - Да. И русские умирают. Мы еще никогда не тратили деньги так удачно.

Зеленский: - Спасибо большое!

Видный американский политик Грэм и до этого случая успел отметиться целым рядом «откровений». Например, призывал сбивать российские самолеты в международном воздушном пространстве для «демонстрации поддержки Украины».

- Я считаю, что у нас есть возможность, которая выпадает только раз в поколение: сломать хребет Российской армии, не отправляя на поле боя американских или немецких солдат, - объявил он в январе нынешнего года при посещении Киева.

Последовательный и яростный враг, гомосексуалист и отморозенный ру-



Линдси Грэм - яростный враг, гомосексуалист и отморозенный русофоб.

софоб. Но в этом признании он превзошел даже себя. Цели - уже не армия вероятного противника США, а просто этнос. Вложить деньги, чтобы убить побольше русских, - это хорошо. И это признание, ради чего вообще затевалась вся эта бодяга на Украине.

«Трудно представить себе большего позора для страны, чем иметь таких сенаторов», - отозвался о словах Грэма пресс-секретарь Владимира Путина Дмитрий Песков.

Но кто «умиляет» в этой мизансцене, так это Зеленский. За что он благодарит американца? За то, что по их наущению послал на смерть на порядок больше украинцев, чем погибло русских? Так украинцы для Грэма и Вашингтона - точно такие же русские. Даже еще плоше, потому что не враги, а так, расходный материал. И смерть украинцев для сенатора - радость не меньшая, чем граждан России. Или Зеленский думает, что его самого это не касается? Совершенно вошел в образ услужливого полица при эсэсовце из гестапо? И не понял, что американцы да-

дут больше денег, если ты убьешь больше украинцев?

В любом случае спасибо за правду. Мы это и так знали. Но теперь и весь мир знает, почему и для чего все это затеяно Вашингтоном. И почему у нас нет иного выбора, кроме как идти до победы. И не над Украиной, а над новым нацизмом.

ДОСЛОВНО

Официальный представитель МИД РФ Мария ЗАХАРОВА: Это их давняя идея

- Это действительно тренд у определенной части американской элиты. Думаете, сенатор Грэм одинок в своей нацистской риторике? Ошибаетесь. Несколько месяцев назад в разговоре с пранкерами Вованом и Лексусом экс-президент США Джордж Буш-младший ровно так и сказал, полагая, что общается с киевским режимом: «Ваша задача - убить как можно больше русских».



ГРАММ: And the Russians are dying.

Западные интернет-ресурсы сопроводили видеоролик с записью беседы Грэма с Зеленским титрами, которые не оставляют сомнений: сенатор доволен тем, что «русские умирают».

И уроки труда, и дежурство, и субботники

В Госдуме внесли законопроект об обязательном трудовом воспитании школьников.

Анна ЛУКЬЯНОВА

Раньше это было обычным делом: оставаться по очереди после уроков, чтобы прибраться в классной комнате и полить цветы, или драить до блеска всю школу, убирать бумажки и высаживать деревца на пришкольном дворе во время субботника. А еще ученики ездили на уборку картошки всем классом - и никто не жаловался. Ни дети, ни родители.

А потом детский труд в законах разделили на принудительный и свободный. И теперь попросить школяра вымыть парту можно, но ребенок или его родители вправе отказаться. Если же учитель или школа надавят-заставят, могут и штраф схлопотать (до 15 000 рублей!), потому что эксплуатация запрещена. Педагоги, конечно, выкручиваются - уговаривают родителей помочь «по желанию». И родители соглашаются. Но закон есть закон.

Эту «свободу» и хотят отменить, а участие детворы в общественно полезном труде сделать обязательным. По формуле «учитель сказал - ученик сделал». Глава Комитета Госдумы по просвещению Ольга Казакова так и сказала. Вопросы соблюдения чистоты и порядка в образовательных организациях не должны зависеть от желания или нежелания кого-либо - это, мол, «элемент единого образовательного и воспитательного пространства». При этом обещают учитывать возраст и особенности здоровья детей.

Чиновники и депутаты видят в новшестве одни плюсы.

- Если будет другое отношение к труду, бу-

дет другое отношение и к изучению и физики, и математики, и иностранных языков, и ко многому другому. Ребенок будет расти другим. Гармония придет. А так - потребители, - говорил председатель Госдумы Вячеслав Володин на «Правительственном часе» в Госдуме в ноябре прошлого года.

А министр просвещения Сергей Кравцов сказал, что хотят вернуть не только трудовое воспитание, но и уроки труда. Сейчас вместо них в расписании - технология. На которой учат не как приготовить омлет или сколотить табуретку. А какие технологии используются для того, чтобы готовить омлет или сколотить табуретку. В общем, объяснить, чему учат детей на технологии, не всегда могут даже трудовики.

- Возможно, совместим их (уроки труда. - Ред.) с технологией. Ученики смогут на этих уроках проявить себя, научиться делать что-то руками, - пояснил глава Минпроса. - Был недавно в самой современной школе Шанхая, там целые классы оборудованы станками, швейными машинками. Директор объяснил: мол, труд развивает моторику, творческое мышление. А еще дети смогут родителям по хозяйству помогать. Нужное дело!

С одной стороны, хорошо, если бы школяры, участвуя в субботнике, стали меньше сорить, ломать стулья, разрисовывать парты. С другой - жизнь показывает: сорят одни, а убирают за них всегда другие. К тому же школьники сейчас явно перегружены, даже в началке по шесть уроков, а уже с пятого класса - и по семь в день. Оставаться после этого еще на дежурство, конечно, тяжело. А у многих детей после школы, не считая домашки, еще куча кружков и репетиторов. И как выбрать, что важнее в XXI веке: подметать школьный двор или осваивать робототехнику?

Научиться работать руками, кроме школы, многим ребятам больше, получается, нигде?



Александр ЦЕРЬАНУТАС

ОСОБЫЙ ВЗГЛЯД

Детство и денежка

Александра ЗАЙЦЕВА

Почему не все родители горячо поддерживают новый законопроект.

Чиновники, депутаты - на словах все за идею обязательного общественно полезного труда, называют ее своевременной и красивой. А вот в стане родителей нет такого единодушия. Не в ногу шагаем мы - те самые школьники 80 - 90-х годов, которые мыли классы после уроков, а по осени ездили на картошку в колхозы, и колхозники, не слишком напрягаясь, помогли нам, детям, ее убрать. Слова «общественно полезный» - из тех времен, когда бесплатный труд был идеологией. Считалось, что труд сам по себе, не затрагивая вопросов оплаты, - это почетно. Развитой социализм с переходом к коммунизму в перспективе. Но сейчас-то вроде бы строим капитализм?

Вопрос на самом деле именно в этом: надо ли приучать ребенка к БЕСПЛАТНОМУ труду. Ответ для меня очевиден: нет. Полно дел, которые посильны школьникам, но оплачиваются по жестким ставкам, - мести тротуары, например. Такая работа заставит дитя усвоить: поработал - получил деньги.

Почему уборщице, дворнику за работу платят, а ребенок должен это делать бесплатно? Только потому, что ему 10 - 12 лет и он пока бесправен?

А если вам действительно хочется, чтобы ребенок привык общественно полезно и бесплатно трудиться, - делайте это вместе с ним. Выходите с ним красить скамейки во дворе, собирать бычки у подъезда, волонтерить в собачьих приютах. Личный пример взрослых воспитывает лучше принуждения...

ОПРОС KP.RU

СТОИТ ЛИ ДЕЛАТЬ ОБЩЕСТВЕННО ПОЛЕЗНЫЙ ТРУД В ШКОЛАХ ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ:

- Давно пора, это необходимо для дисциплины и ответственности
- Да, но не в ущерб учебе. Например, на каникулах
- Только с согласия родителей и самого школьника
- Нет, пусть дети учатся, еще успеют поработать

83%

7

6

4

Респонденты могли выбрать один вариант ответа. В опросе приняли участие 15,7 тысячи человек.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

КОММЕНТАРИИ ЭКСПЕРТОВ

Принудиловки не надо

Профессор Института развития образования ВШЭ Ирина Абанкина призывает к осторожности: - Все должно быть сообразно возрасту и здоровью ребенка, - пояснила Ирина Всеволодовна в эфире Радио «Комсомольская правда» (97,2 FM). - Но вызывает озабоченность обязательность общественно полезного труда. Хотелось бы, чтобы взрослые учитывали мотивацию детей и вовлекали их в интересные проекты. Чтобы труд воспринимался не как наказание, а в позитивном ключе и становился внутренней потребностью.

Барское ли дело

Председатель Ассоциации «Родительский комитет», учитель Михаил Богданов на Радио «КП» поддержал инициативу:

- Если ребенок избавлен от бытовой рутины мамой дома и в школе с этим не сталкивается, он потом чувствует себя барином по сравнению с остальными неправильными людьми, которые, например, метут улицы. У нас растет потребительское поколение. Мы в школе сегодня не имеем права привлекать ребенка даже к стиранию с доски. Так что общественно полезный труд - хорошая история.

■ А В ЭТО ВРЕМЯ

Медаль будут давать и за четверки

Анна ЛУКЬЯНОВА

В школы вернут серебряную награду для лучших учеников.

Новость, приятную и для родителей, и для школьников, сообщил министр просвещения Сергей Кравцов: уже в 2023/24 учебном году будет не одна, а две медали за успехи в учебе, как было в советское время. Золотая есть и сейчас, а появится еще и серебряная.

Дизайн награды, за что станут вручать и, главное, какие бонусы даст выпускникам возрожденная серебряная медаль - конкретики пока нет. Не ясно также, будет ли она из настоящего серебра, как в послевоенные годы, или из мельхиора с серебряным напылением, как в 80-е.

Старшее поколение помнит, что «серебро» вручали тем, кто чуточку недотянул до уровня «в табеле - только пятерки» и получил в старших классах 1 или 2 четверки суммарно за все полугодия и экзамены. От этого чуть-чуть было обидно, и имелось объяснение вроде «математичка меня недолюбливала». Однако обиды нивелировались тем, что серебряная медаль давала те же льготы, что и золотая, - право поступить в вуз вне конкурса, если за один вступительный профильный экзамен будет пятерка.

Сейчас ребят награждают единой медалью федерального уровня «За особые успехи в учении». Выдают вместе с аттестатом об окончании 11 классов. Пятерок по всем предметам для нее мало. Еще нужно подтвердить оценки баллами ЕГЭ - набрать не меньше 70 по русскому языку и математике или получить 5 за ГВЭ (государственные выпускные экзамены, их сдают отдельные группы школьников, например, с особенностями здоровья). За медаль вузы дают 2 - 3 дополнительных балла при поступлении.

Серебряные медали отменили в 2014-м, но разрешили оставить этот вид поощрения на региональном уровне. В Москве, например, есть аналог «серебра» - медаль «За особые успехи в обучении».



Советы по воспитанию, здоровью и развитию ребенка дают психологи, педагоги и врачи в «Родительском вопросе» по воскресеньям в 18.00

«Красные флаги», которые сигнализируют о риске рака в молодом возрасте

Ученые определили признаки, которые могут сигнализировать о раннем развитии онкологических заболеваний кишечника.

Анна НИКОЛАЕВА

В новом исследовании выделены симптомы, которые чаще всего появляются перед обнаружением опухоли в кишечнике у людей до 50 лет.

Прежде всего важно знать: на ранних стадиях колоректальный рак (в народе его часто называют раком кишечника) сейчас успешно лечится. Поэтому врачи-онкологи не перестают призывать: вовремя проходить онкоскрининги, то есть регулярные обследования для ранней диагностики болезни. При этом старшее поколение традиционно посещает врачей чаще, в том числе из-за уже имеющихся проблем со здоровьем. А вот молодежь и граждане в расцвете сил, особенно мужчины, нередко доходят до доктора, только когда уже невозможно терпеть или обезболивающие не помогают.

Между тем колоректальный рак стремительно молодеет. Число взрослых до 50 лет с таким заболеванием почти удвоилось за последние годы, сообщают исследователи Медицинской школы Вашингтонского университета в Сент-Луисе.

В частности, у людей, родившихся в 1990 году, в два раза выше риск рака толстой кишки и в четыре раза выше риск рака прямой кишки по сравнению с теми, кто появился на свет в 1950 году. В связи с этим в США, например, возраст начала скрининга для ранней диагностики таких опухолей снижен с 50 до 45 лет.

Но кроме регулярных обследований, человеку важно самому следить за изменениями в своем состоянии. И при появлении тревожных признаков обращаться к врачу, не теряя времени. Ученые Ва-

шингтонского университета провели анализ симптомов, которые чаще всего сигнализируют о нарушениях, связанных с развитием колоректального рака в относительно раннем возрасте. Специалисты изучили данные более 5 тысяч пациентов, у которых болезнь возникла до того, как им исполнилось 50 лет. Оказалось, что есть четыре основных признака, появляющихся у людей в период от 3 месяцев до 2 лет перед постановкой диагноза. Это:

- ✓ боль в животе;
- ✓ ректальное кровотечение;
- ✓ диарея;
- ✓ железодефицитная анемия (определяется по анализу крови).

Наличие одного из таких признаков вдвое повышает вероятность опухоли в кишечнике (то есть риск онкодиагноза увеличен в два раза по сравнению с людьми, не имеющими симптома. - Ред.), установили исследователи.

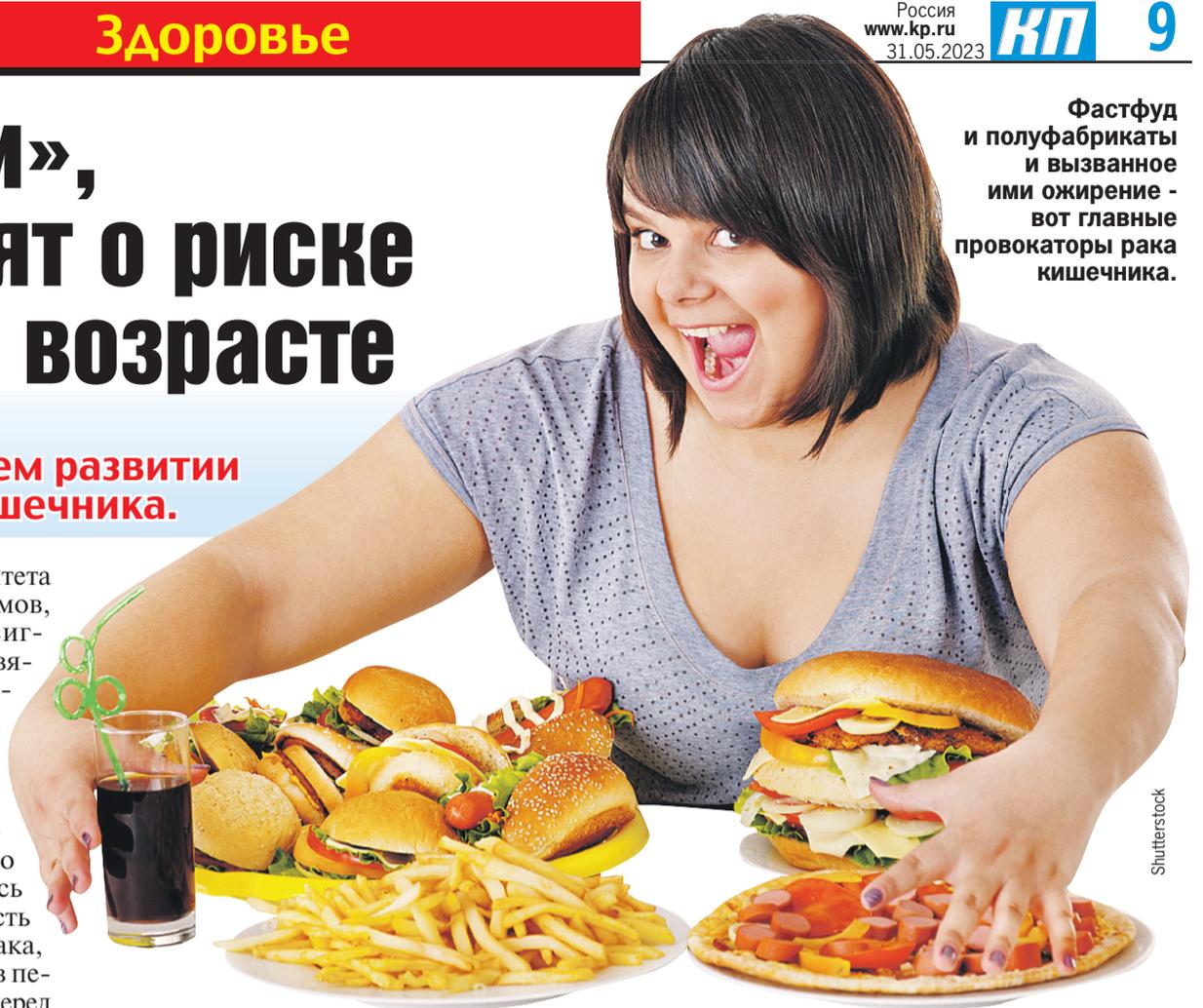
Если у человека есть два признака из списка, то вероятность опухоли в кишечнике повышена более чем в 3,5 раза. При наличии трех или четырех симптомов риск рака повышен более чем в 6,5 раза.

При этом даже полный комплект тревожных признаков ни в коем случае не является 100-процентным подтверждением рака, подчеркивают врачи. Такие симптомы могут иметь и другие заболевания - нужно как можно скорее пройти обследование, чтобы исключить злокачественную опухоль. Либо при ее обнаружении начать лечение.

- Мы хотим, чтобы молодые люди знали о таких

симптомах и действовали в соответствии с ними (то есть обращались к врачу и проходили обследования. - Ред.). Это особенно важно, потому что колоректальный рак традиционно считается болезнью пожилых. А те, кто моложе 50 лет, уверены, что у них низкий риск, и не проходят регулярные скрининги, - отметил один из авторов исследования, доктор медицинских наук, профессор Медицинской школы Вашингтонского университета Инь Цао. Кроме того, по мнению ученого, нужно распространять такую информацию среди врачей первичного звена (в России это районные поликлиники).

Доктор Цао также выделил два наиболее тревожных симптома из «нехорошей четверки». «Ректальное кровотечение и железодефицитная анемия, то есть состояние, при котором не хватает здоровых эритроцитов для переноса кислорода, указывают на необходимость своевременной эндоскопии и последующего наблюдения», - пояснил профессор. Это означает, что при таких признаках нужно как можно скорее провести колоноскопию.



Shutterstock

Фастфуд и полуфабрикаты и вызванное ими ожирение - вот главные провокаторы рака кишечника.

БУДЬ В КУРСЕ

Есть, чтобы жить

Исследования показывают, что развитию колоректального рака в раннем возрасте способствуют:

- ✓ ожирение,
- ✓ малоподвижный образ жизни,
- ✓ сахарный диабет,
- ✓ злоупотребление сладостями.

Случаи развития рака в молодом возрасте участились прежде всего из-за изменений в питании людей, поясняют авторы еще одной научной работы, исследователи больницы Бригхэма в Бостоне. Так называемая западная диета (western diet) включает большое количество продуктов с высокой степенью переработки. Все они - полуфабрикаты, фастфуд - губительны для микрофлоры нашего кишечника. Из-за нарушения баланса микробиома страдает иммунитет, развиваются хронические воспаления, растет риск опасных мутаций в клетках. И это становится благодатной почвой для развития рака. Плюс ожирение из-за того же фастфуда, объедания сладостями - тоже доказанный фактор повы-

шения угрозы онкозаболеваний. Что делать?

С одной стороны, разумеется, нужно избавляться от факторов риска. К счастью, это в наших руках: начать больше двигаться, правильно питаться, лечить диабет, не пуская болезнь на самотек. С другой стороны, очень важны регулярные проверки.

В России скрининг на колоректальный рак входит в список бесплатных обследований в рамках диспансеризации. Виды и график обследований на сегодня такие:

✓ анализ кала на скрытую кровь: 1 раз в два года в возрасте 40 - 64 лет, ежегодно в возрасте 65 - 75 лет;

✓ если результат анализа положительный, то человека направляют на колоноскопию.

Важно: колоноскопия назначается независимо от диспансеризации, по медпоказаниям в любое время, если пациент обращается к врачу с жалобами, которые могут быть характерны для рака кишечника. В первую очередь - те самые тревожные симптомы: ректальные кровотечения, диарея.

«Комсомолка» рекомендует: Обман веществ

Как мед, сахар и соль заставляют нас стареть быстрее? Есть ли связь между лишним весом, иммунитетом, болезнью Альцгеймера и воспалениями? Опасно ли принимать гормоны и можно ли их заменить «травками»? Как начать двигаться, если «спорт - вообще не мое»? Подробная инструкция для тех, кто хочет улучшать здоровье и не бояться старости, - в нашей книге. А еще теперь можно купить и электронную версию!

Приобретайте на shop.kp.ru!
А также в книжной сети «Читай-город», chitai-gorod.ru



АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781,
ООО «Новый Книжный Центр», Москва, ОГРН 1027700282763

Как быть, если наследственность нехорошая

Если колоректальный рак был у отца или матери, брата или сестры, бабушки или дедушки, это считается отягощенным семейным анамнезом, пояснил в одном из интервью «КП» практикующий хирург-онколог, доктор медицинских наук, заместитель директора по лечебной работе МРНЦ им. А.Ф.Цыба Алексей Невольских.

«У ряда таких пациентов выявляют наследственные формы рака», - отметил эксперт. Наиболее высокие риски, если у родственников болезнь стартовала в возрасте до 50 лет. При отягощенной наследственности колоноскопия рекомендуется чаще, чем раз в 10 лет, рассказал Невольских. График в случае каждого пациента определяет врач.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Григорий КУБАТЬЯН - КП - Москва



Сын турецко-подданного оценил бы размах географии - припасть к источникам нарзана съезжаются со всей страны. А наш журналист примерил на себя образ великого комбинатора.

Корреспондент «КП» прошел по стопам Остапа Бендера и рискнул здоровьем, чтобы выяснить, какая вода у подножия Машука самая полезная.

Григорий КУБАТЬЯН

Пятигорск - город романтический и ироничный. Здесь каждый житель немного Лермонтов и немного Бендер. Здесь спорят о качествах минеральной воды, трясутся во время землетрясений и борются с микробами.

СТУЧИТЕ ПО ШЛЯПЕ, ТРИТЕ НОС

Люди сюда едут за свежим воздухом (тут за это отвечают парки большие и малые), ну и, конечно, испить нарзанчика. Например, парк «Цветник», что был открыт по указу еще генерала Ермолова. У входа стоит бронзовый Киса Воробьянинов с саквояжем, зонтиком и цилиндром для подаваний: «Месье, же не манж па сис жур...». Его облепила гомонящая толпа школьников.

- Во, мы задонатили! - гогочут те, ссыпая мелочь в цилиндр и хватая Кису за длинный блестящий нос.

- Можно погладить, можно постучать, можно на шляпу встать, - объясняет школьникам невысокий субъект в кожаной кепке. У субъекта багровое лицо, шрам на щеке и светлые лучистые глаза. Он промакивает платком капли на лысине Кисы, вытирает цилиндр, незаметно подхватывает лежащие на дне монеты и сует себе в карман.

- Желание любое можно? - серьезно спрашивает женщина.

- Любое! - щедро разрешает кожаная кепка. - Я вот вчера загадал, что денег нужно. Положил пять рублей, а сегодня - хоп! - пятьсот получил.

Женщина с надеждой кидает монеты в бронзовый цилиндр. Когда она отходит, субъект снова «протирает» его и спешит к ждущим на лавочке друзьям, интеллигентным алкоголикам. Те пересчитывают мелочь и укоризненно смотрят: не хватает. Кепка снова возвращается к статуе и уже не стесняется добирать монеты.

НЕ ВОНЮЧИЙ, А С ЗАПАХОМ

Но местная коронка - это, конечно, вода. Она тут везде. В центральной питьевой галерее у «Цветника» полно посетителей. На стенах еще советская мозаика, но ее плохо видно - все заставлено лавками с магнитами да кремами. Рядом гипсовые тарелки с портретами Сталина, Путина и святой Матроны Московской.

В галерее сразу три минеральных источника: **Второй** (углекислая сероводородная), **Красноармейский** (просто углекислая) и **Семнадцатый** (углекислая соляно-щелочная).

- Фу, какой запах, канализация прямо! - морщится женщина, отхлебывая Второго из стаканчика.

- Не вонючий, а с запахом! - ворчит пожилая служительница в белом халате.

Пробую все три! Самый приятный - Красноармейский, прохладный и будто газированный. Но вообще минералка не обязана быть вкусной. Это же лекарство.

- Почему температура воды разная? - интересуюсь у работающей тут тетеньки.

- Не говори ему, может, он шпион! Время-то какое! - подсказывает другая.

- На разной глубине залегают? - предполагаю я.

Первая смеется:

- У Красноармейского труба идет по улице, поэтому и холодный, зимой - вообще ледяной. А остальные идут через подвал, там отопительные трубы, вот и нагреваются.

МОМЕНТАЛЬНЫЙ ЭФФЕКТ

Услышав мой рассказ, таксист вздрагивает и чуть не выпускает из рук баранку.

- Да вы что! Кто же пьет воду в «Цветнике»? Это разве вода?! Нужно пить в бювете 19. Мы, пятигорчане, ходим только туда.

Я послушно побрел к бювету 19, чувствуя, как урчит

живот от скорой встречи с полезной для пищеварения водой.

В гулком пустом зале, напоминающем советский гастронорм, несколько кранов. Возле одного колдует дядька, наполняя минералкой пустые бутылки. Вода идет в краны из подземных источников и пульсирует - то сильно, то слабо.

- Плохой напор стал после ремонта, - ворчит дядька. - Помню, в армии служил, так наши ремонтники, итить их в душу, так же паскудно «КамАЗ» отремонтировали...

- Мужчина, вы что матераетесь? Тут Лермонтов ходил! - сердится женщина в белом халате, продающая бумажные стаканчики по 7 рублей штука. - Вы никого не



слушайте. Возьмите стакан. Выпейте.

- И много можно выпить?

- По вашему весу... - прищуривается она. - Вам - два. Три раза в день. Потом еще придете.

Выпив два стакана и пройдя с полсотни шагов, я ощущаю внезапный эффект целебной воды и мысленно благодарю городские власти, еще в позапрошлом веке засаженные все вокруг деревьями и кустами.

НЕ ЗАРАСТЕТ НАРОДНАЯ ТРОПА

Вниз от бювета 19 у подножия горы Машук - пятигорский некрополь. Он построен по приказу Ермолова для

ПЯТИГОРСК - И 29 СОРТОВ

военных, погибших в Кавказскую войну. Здесь был похоронен Лермонтов, пока тело поэта не вывезла бабушка в родовую усадьбу Тарханы под Пензой. Но надгробный обелиск сохранился. Именно ради пустой могилы Лермонтова гости Пятигорска ходят на кладбище. А бонусом получают отличный вид отсюда на город.

От некрополя дорога вверх мимо пансионата «Ленинские скалы». На куске скалы - профиль Ильича. Огромный пансионат закрыт уже 10 лет и сам похож на некрополь, каменная лестница у входа разбита. Удивляюсь такой бесхозяйственности - здесь могли бы отдыхать тысячи людей.

Выше пансионата - канатка. На вершину Машука по очереди ходят вагончики - желтый и красный. И еще один стоит внизу у входа. Зимой канатку ремонтировали, думали старые вагончики заменить. Уже новый прислали аж из Красноярска. Но так и не поставили. Снова запустили старые. А новый - вроде арт-объекта.

- Поставить не проблема, - пожимают плечами в администрации канатки. -



Соблюдение гигиены - дело рук самих отдыхающих...

Но пока все документы по безопасности оформишь, пройдет полгода. А может, больше.

«НАС ТРЯСЕТ ИНОГДА»

Я добрал до следующего бювета - 7. Тут оживленно, руки со стаканами тянутся к кранам.

- Руками краны не трогать! - прикрикивает строгая надзирательница. Оно и понятно - заляпают немытыми пальцами, и будет одна анти-санитария вместо пользы.

На столике выставлены бумажные стаканы и фарфоровые кружки-поильники с крышками и носиками. Поильники нужны, чтобы пить медленнее. Иначе от кислой воды темнеет эмаль зубов. Еще считается, что, соприкасаясь с воздухом, минералка теряет часть свойств.

- Правда ли, что 19-й источник лучше? - спрашиваю громкогласную служительницу.

- 19-й? В нем серы больше. Вот и думайте, что лучше! - усмехается она. - 7-й источник - это настоящий нарзан. А 19-й - разве нарзан?

Всего в Пятигорске 7 общественных минеральных источников, где можно брать воду бесплатно. Есть несколько частных, захваченных пансионатами, и несколько закрытых. Источники пронумерованы от 1 до 29, но по какому принципу - одному Богу известно. Есть версия, что они отличаются степенью минерализации. Но она не подтвердилась. Ясно одно - мешать воду из разных источников без рекомендации врача опасно.

«Дуся! Вы меня озлобляете. Я - человек, измученный нарзаном», - говорил Остапу Бендеру монтер Мечников из «Двенадцати стульев». И его можно понять: беспорядочное употребление нарзана вредит организму. А с алкоголем его вообще нельзя пить.

- А откуда берется минеральная вода? - спрашиваю служительницу.

- Так с Эльбруса же течет! Под землей. А здесь с лавой смешивается. Машук - это же вулкан. Нас трясет иногда. Последний раз в апреле в пансионатах люстры качались, шкафы открывались. Бывает, деревья падают.

РУКИ НЕ МЫТЬ, ЦВЕТЫ НЕ ПОЛИВАТЬ

Бювет 1 расположен на улице Лермонтова, похожей на на широкий зеленый бульвар. От бювета вниз - памятник Ермолову, Вечный огонь, Чаша слез, Ленин и мэрья. Все серьезно. А вверх - легкие мысленные каскадные фон-

ЭТО Проваль... минералки!

таны, Ротонда и гудящая по вечерам беседка.

- Наш 1-й - самый лучший, - говорит уже привычную моему уху фразу служительница бювета. - К нам даже из мэрии ходят.

На стене табличка с правилами: «Минводой руки не мыть. Не шуметь. Цветы не поливать».

«Если соленая вода вредна цветам, то и в себя не стоит заливать лишнего», - подумалось. Отпиваю чуть-чуть. Похожа на вкус на Красноармейскую. И по составу тоже.

БЕССТЫЖИЕ ВАННЫ

Кроме канатки на Машук ведет несколько дорог. Одна из них - мимо знаменитого Провала, в который в XIX веке спускали барышень в корзине. Внутри - минеральное озерцо, в котором можно было купаться. Позже в Провал пробили тоннель, а забираться в воду запретили.

Теперь купаются в Бесстыжих сероводородных ваннах по пути к Провалу. «Бесстыжие» потому, что переодеться негде - все на виду.

Подхожу и читаю табличку: «В воде превышено микробное число. Купание небезопасно».

За табличкой дед вытирает полотенцем мокрые ступни.

- А что же целиком купаться нельзя? - спрашиваю.

- Ну, рискните, - отвечает дед. - Я только ноги мочу. Раньше вода проточная была, теперь ее в санатории

качают. В 8 утра включают насосы, вечером выключают. Лучше вечером купаться или рано утром. Некоторые ночью ходят. А днем - просто лужа. В луже хотите купаться?

Чуть дальше выхожу к двум естественным ваннам с минералкой. В обеих плещутся люди. Но в одну течет вода, а над другой труба пересохла, видимо, до вечера. У источника сидят две тети и мочат ноги. Вода с их ног стекает вниз в первую ванну, где купаются трое, а потом самотеком по земле - во вторую, где сидят еще четверо.

- Садитесь с нами ноги мочить, - предлагает одна из тетей. - Суздавам полезно. Я знаю, я местная.

- Там что-то про микробное число было написано... - осторожно жничая я.

Купаться можно и в бассейнах при санаториях. Но если вы там не постоялец, то сеанс платный. И через совсем уж забытую процедуру - консультацию врача. Жив ли, здоров, нет ли лишая. Чтобы совсем уж почувствовали себя пациентом, обязательно возьмут мазок на энтеробиоз. Помним такие аж из детского сада.

НА ПОСОШОК

«Я пятигорскую не пью»

Подхожу к главной достопримечательности города, воспетой Ильфом и Петровым. На входе табличка «Проваль». Я пришел по адресу.

С точки зрения географии это действительно феномен - пустота образовалась из-за воздействия лавы, ее наполнила вода, а потом грунт обвалился. Получилась гигантская чаша с минералкой. Пить и купаться нельзя, остается только кидать монеты.

Возле входа - Бендер, в его руках билеты, рядом - стул. Остап собирает «на капитальный ремонт Провала, чтобы не слишком проваливался». Как и Кисе, ему трут нос - на удачу.

- Ой, стульчик, стульчик! - кричит могучая дама и взгромождается на изящный бронзовый стул гамбсовской работы. Сиденье ярко блестит, он выдержал не одну тысячу таких дам.

- Трите лучше! Обязательно повезет! - советует гид туристам. Услышав его, дама энергично ерзает на стуле. Хотя экскурсовод показывает на нос Остапа.

Чтобы выбраться из Провала, я вызываю машину. В животе подозрительно булькают здоровье и польза. По пути спрашиваю таксиста:

- А все-таки, какую воду в Пятигорске лучше пить?

- Я пятигорскую не пью. Не нравится. Только железноводскую, - отвечает таксист.

Вот и думай после этого.

ФОТО-ФАКТ

В Крыму расцвели маковые поля.

Обычно это происходит в конце мая, но в этом году из-за теплой весны красные цветы стали появляться уже в середине месяца.

Увидеть маковые поля можно до начала июня.

Кстати, больше всего цветов на мысе Тарханкут и около Бахчисарая.

Любимая газета страны

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВ

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

ДА!

ЧИТАЙТЕ
В НОМЕРЕ!

Сядешь
на шпагат -
будешь
богат?

Чем на самом деле
зарабатывает
на жизнь Волочкова



Главный
прототип Остапа
Бендера боялся
открыть
свою тайну

Астропрогноз
на июнь
для всех
знаков
зодиака



«Ты знаешь,
мама,
он такой!»
Трагическая
любовь незрячей
певицы Дианы

В ПРОДАЖЕ С 31 МАЯ

РЕКЛАМА 12+



Евгений ВИГУРСКИЙ

Маленькая собачка - до старости Наполеон



- Ну и что смотришь? Давно никто за нос не кусал?

Какие странности в поведении питомца нужно не снимать на видео, а лечить или корректировать.

Елена ТРЕТЬЯКОВА
(«КП» - Пермь)

СИНДРОМ МЕЛКОТЫ

- Никак не могу понять, что случилось с Дэзи, - жалуется владелица очаровательного йоркширского терьера. - Вроде была такая милаха, а сейчас как с цепи сорвалась - лает, кусается. И чего эти малыши такие агрессивные?

У ветеринаров, впрочем, ответ есть. У карликовых песиков, оказывается, есть нечто вроде комплекса Наполеона у людей. Специалисты так и говорят: синдром маленькой собачки. Хозяин относится к милому питомцу со снисхождением, не ругает за шалости, и тот начинает считать главой стаи себя!

- Представьте себе, что лает и рвется с поводка большой дог или мастиф. Все вокруг будут ругать хозяина, тот сделает все, чтобы приструнить собаку. А вот йорк или той-терьер, который прыгает на ногу незнакомого человека и облаивает его, постоянно кусается, отгоняет от хозяи-

на других членов семьи, это вроде как у большинства хозяев - норма. Но это не так. Маленькой собаке нужно устанавливать те же правила, что и большой, поощряя за хорошее поведение и наказывая за нежелательное. И не надо хватать питомца на руки и гладить, чтобы успокоить после агрессии, он будет уверен, что добился своего, - говорит зоопсихолог Анна Маресьева.

Конечно, никто не запретит тискать питомца или носить его на руках, если очень хочется. Вот только убедитесь, что собака видит границы дозволенного.

ЧЕМ ХВОСТИК ПРОВИНИЛСЯ?

Иногда владельцы замечают, что карликовая собака начинает гоняться за хвостом и жевать его. Неужели тоже просто хулиганит?

- Одной из причин может стать аллергическая реакция или наличие на коже паразитов, - говорит ветеринар Ирина Быстрицкая. - Животное пытается таким образом изба-

виться от неприятных ощущений. Аллергия может возникнуть на корм. К сожалению, сейчас у нас мало качественных кормов, причем аллергию вызывают самые популярные марки. Особенно часто страдают от пищевой аллергии джек-рассел-терьеры, причем она у них возникает зачастую даже на гипоаллергенные корма. Может вызвать аллергию и собачий шампунь.

Как определить наличие аллергии? Если песик, кроме того, что грызет свой хвост и лапки, становится вялым, у него возникают рвота и понос, то нужно как можно скорее сменить корм.

Собака может кусать себя из-за гормонального дисбаланса, когда организму недостаточно гормона щитовидной железы либо, наоборот, он вырабатывает избыточное



СОБЕТ
НЕ НАХОДИТ СЕБЕ МЕСТА

Собаки тоже могут впасть в панику. Если ваш питомец мечется по квартире, не находя себе места, не слушается вас и не реагирует ни на зов, ни на вкусняшки, - это может быть проявлением тревоги, - объясняет Ирина Быстрицкая. - К примеру, песик испугался шума, взрывов петард на улице. Такой испуг проходит через некоторое время, и собака успокаивается.

Но если неадекватное поведение длится более получаса, обратитесь к ветеринару. Возможно, у животного что-то болит, и оно старается привлечь внимание хозяев подобным поведением.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



НЕ СЛЮНА, А МИНЕРАЛЬНАЯ ВОДА

Ваш пес не отказывается от еды, но ест очень странно, как будто зачерпывает корм нижней челюстью, торопится, глотает не жуя? Возможно, у него проблемы с зубами. Карликовые породы подвержены пародонтию.

- У маленьких собак другой минеральный состав слюны, и минерализация зубного налета происходит быстрее. Ви-

новат и более частый прием пищи - малышей часто балуют в течение всего дня, нежелание грызть еду и небольшое расстояние между зубами. Что делать? Во-первых, сразу вводить в рацион собаки специальный твердый корм, в том числе препятствующий образованию зубного налета, постоянно чистить собаке зубы, удалять налет специальными салфетками и обзавестись игрушками для зубов пса, - говорит Ксения Офицерова.

ВСЕ БОЛЕЗНИ ОТ НЕРВОВ?

Погоня за хвостом у собак может быть одним из симптомов обсессивно-компульсивного расстройства. К ним также относятся постоянное кружение на месте - пес носится кругами по комнате, не останавливаясь и не отдыхая, - погоня за воображаемыми мухами или солнечными зайчиками, непрерывный лай, когда для этого нет никакого видимого повода. Причиной такого расстройства может стать стресс, невроз.

- Собаки декоративных пород отличаются слабой центральной нервной системой. И чем меньше собачка, тем нестабильнее нервная система, - считает кинолог Ксения Офицерова. - Невроз проявляется тем, что животное может начать драть свой собственный хвост или заднюю лапу в кровь. Они могут даже отгрызть себе конечности, если их надолго оставить без присмотра. Поэтому при таком поведении надо хватать жучку в охапку и нести к ветеринару. Здесь смогут купировать подобные состояния.

ПРОПАЛ АППЕТИТ

Собака перестает есть, теряет носик даже от самых лакомых кусочков - тревожный знак. Конечно, причиной этого может стать жара, когда и у человека кусок в рот не лезет, или недостаток физической активности, то есть песик просто не проголодался.

- Одной из частых причин отказа от еды становится гипогликемия, когда уровень сахара в организме животного падает до критического минимума, - рассказывает Ирина Быстрицкая. - Болезнь особенно свойственна маленьким собачкам, потому что они обладают небольшой массой тела и быстрым метаболизмом.

Симптомами гипогликемии, кроме отказа от еды, является также апатичное состояние, озноб, песик пытается укрыться в темном месте, ходит пошатываясь и спотыкаясь. При тяжелой форме болезни могут возникнуть судороги, собака может впасть в кому. Если возникло подозрение на это заболевание, нужно срочно накормить животное, даже если это придется делать насильно. Но в любом случае, если собака отказывается от еды или не пьет, необходимо срочно показать ее ветерачу.

РЕКОРДСМЕНЫ С ХВОСТОМ

Антон ФОКИН

Одной из причин долголетия португальского мастифа Боби хозяин называет то, что он никогда не сидел на цепи.

Время для собак течет по-особому: их средняя продолжительность жизни составляет 10 - 15 лет в зависимости от породы. Но есть среди домашних животных мира свои рекордсмены, которые достигли истинных мафусаиловых лет. А старше всех - пес породы рафейру ду алентежу (португальский мастиф) по кличке Боби.

Как пишет сайт Книги рекордов Гиннеса, на прошлой неделе Боби исполнился 31 год (по челове-

Самый пожилой пес мира пошел на четвертый десяток

ческим меркам - это 200 лет!). В его доме в португальской деревне Конкейрос, где Боби прожил всю свою собачью жизнь, прошла вечеринка. Гостям предложили блюда из мяса и рыбы, в том числе и для Боби, который, кстати, ест только человеческую пищу.

На празднике, как обещал хозяин пса, присутствовали более сотни гостей, причем многие из них специально прилетели ради именинника из других стран.

Дата рождения Боби подтверждена ветеринарной службой, которая и зарегистрировала его еще в 1992 году.

По словам хозяина пса Лонелли, одним из главных факторов, способ-

ствующих долголетию Боби, является спокойная обстановка, в которой он живет, и отличная экология. С рождения пес свободно бродил по окрестным лесам и никогда не сидел на цепи. При этом рекордсмен всегда был в компании других животных, поэтому ему никогда не было одиноко.

Сейчас старичку Боби трудно ходить, поэтому он предпочитает лежать на солнышке во дворе. Его зрение тоже ухудшилось, долгожитель часто натывается на предметы во время прогулок. Как и люди преклонного возраста, Боби много спит. После еды он сразу ложится дрыхнуть, а в холодные дни любит дремать у костра.



У ветерана Боби жизнь собачья сложилась удачно.

Правила посева главной российской закуской культуры.

Как огурчик!

Огурцы - очень скороспелая культура, ранние сорта дают урожай уже через 40 дней после всходов. И даже поздние начинают плодоносить довольно скоро - через 60 дней. Однако мало кому удастся получить максимальные урожаи - растения быстро заболевают и засыхают. Зачастую это от неправильного ухода. Поэтому важно обеспечить этой культуре максимально комфортные условия.



Евгения ГУСЕВА/КП - Москва

ВАЖНО!
Бывает так, что проливают хорошо, теплой водой, а завязи все равно опадают.

Причина - нехватка удобрений.
Бывает даже, что под огурцы внесли перегной, подкормили их азотом для хорошего роста, а завязи все равно отваливаются. Это потому, что одного азота им мало - нужно полноценное питание.
А чтобы обеспечить их всеми элементами, за лето растения нужно подкормить 4 раза:

- через 2 недели после всходов: 15 г аммиачной селитры (1 ст. ложка), 20 г двойного суперфосфата (4 чайные ложки) и 20 г сульфата калия (1 ст. ложка) на 10 л воды - по 1 л на куст;
- в момент цветения: 0,5 л коровяка, 15 г нитрофоски (1 ст. ложка), 100 г древесной золы (1 стакан) и микроэлементы (0,5 г борной кислоты и 0,3 г сернокислого марганца) на 10 л воды - по 3 л на 1 кв. м;
- во время массового плодоношения: 50 г мочевины (5 ст. ложек), 100 г золы (1 стакан) и 40 г сульфата калия (2 ст. ложки) на 10 л воды - по 1 л на куст;
- через 2 недели после третьей подкормки - 1 стакан золы под куст.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Чтобы было чем со вкусом похрустеть, важно правильно посеять огурцы.

огурцов высевают сразу в открытый грунт - обычно после 25 мая.

3 Как подготовить семена. Перед посевом их полезно замочить на 12 часов в воде комнатной температуры (18 - 20 °C). А затем завернуть во влажную ткань и на 2 дня отправить в холодильник - закладка семян впоследствии поможет растениям лучше переносить похолодания.

Перед посевом семена можно прорастить во влажной тка-

ни в теплом месте - так они быстрее взойдут.

Но обратите внимание: замачивание можно применять только для семян, которые ничем не обработаны. А в последнее время семена огурцов часто продают окрашенными в яркие цвета - это признак того, что они покрыты защитным составом от болезней. Такие семена лучше высеивать сухими. Максимум, что можно сделать, - прорастить. Все прочие «водные процедуры»

им противопоказаны - смывается защитный слой.

И еще один момент: лучше всего высеивать старые семена, которые пролежали минимум 3 - 4 года - они самые плодотворные. Свежие семена дают очень много пустоцвета.

1 Куда сеять. Чтобы получить хороший урожай огурцов, им нужно обеспечить два главных условия: хорошую освещенность и тепло.

Поэтому высаживать их надо на самом солнечном участке.

Почва для огурцов подходит практически любая. Но лучше всего они растут на плодородных участках с легкими грунтами, богатыми органикой. Если земля на участке слишком плотная, перед посевом в нее полезно внести перегной или компост, а затем перекопать.

2 Когда сеять. В средней полосе семена

БДИ!

Майский жук нам не друг

Милое и с виду безобидное насекомое на самом деле злостный вредитель. Его личинки, которые живут в почве 3 - 4 года, подъедают корни растений. А взрослые особи грызут листья.

Существуют химические препараты для борьбы с майским жуком, но есть и безопасные методы.

Внесение азотных удобрений. Они необходимы растениям весной, и именно они помогут не допустить заражения сада и огорода личинками - майский жук не любит почвы, богатые азотом.

Посев отпугивающих растений. Как мы выяснили, личинки не любят азот. А есть растения, у которых на корнях находятся особые клубеньки - в них живут азотфиксирующие бактерии, способные улавливать из воздуха атмосферный азот и обогащать им почву.

Среди таких растений особенно эффективны белый клевер и люпин - их можно посеять по краям грядок и в приствольных кругах деревьев.

Мульчирование. Самки откладывают яйца в почву, а толстый слой плотной мульчи не даст им возможность закопаться. В защитном плане хороши солома и измельченная кора.

АЗБУКА УРОЖАЯ

Чем подкормить клубнику во время цветения

Хорошее питание в этот период важно для плодоношения.

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

Классический вариант подкормки, который рекомендуют профессиональные агрономы, - нитрофоска: 1 ст. ложка на 10 л воды. Удобрение нужно хорошо размешать, чтобы оно полностью растворилось, а затем поливать клубнику под корень. Норма - 1 ведро (10 л) на 1 кв. м.

В нитрофоске содержится 11% азота, 10% фосфора и 11% калия - то есть все основные питательные элементы, которые обеспечивают рост, активное цветение и плодоношение. А применять ее можно на всех типах почв.

Обратите внимание, что удобрение должно быть именно комплексным. Азот в чистом виде под клубнику вносить опасно. Минеральные формы

- А мне казалось, я вам так нравлюсь!



Shutterstock

Привлечение птиц и животных. Среди птиц майских жуков и их личинок с удовольствием поедают грачи, скворцы и дрозды. Если развесить в саду кормушки, они охотно будут посещать ваш участок. Но тут палка о двух концах: скворцы и дрозды съедят не только жуков, но также вишню и черешню.

А вот ежи - отличные и вполне безопасные помощники в борьбе с майскими жуками. Они тоже с удовольствием поедают этих вредителей. Так что сделайте на участке укромный уголок, где ежики смогут прятаться днем, чтобы ночью (жуки летают как раз в темное время суток) очистить ваш участок от непрошенных насекомых.

этого элемента позволяют вырастить более крупные ягоды, однако вкус у них становится хуже. Но самое главное - минеральные азотные удобрения приводят к накоплению в плодах нитратов.

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ МЕНЮ

Как правило, одной нитрофоски достаточно. Но на дерново-подзолистых, лесных и песчаных почвах клубника страдает от нехватки бора. А он важен, поскольку стимулирует образование цветков и, следовательно, увеличивает урожай. Если у вас именно такие почвы, то во время цветения полейте растения еще и борной кислотой.

Норма внесения такова: 5 г (1 чайная ложка) борной кислоты на 10 л воды (лучше теплой). Растворить и полить растения из расчета 10 л удобрения на 1 кв. м плантации.

Почву рыл Алексей ВОЛОДИХИН.



Реклама, 16+

«Комсомолка» рекомендует:

Романтика дачи

Хозяйка чудесного блога Дарья Левина (daryadarcy) заново открывает традиции прошлого: заглянем на старинную дачу и окунемся в теплые детские воспоминания о прабабушкином домике с резными ставнями. Создадим уютный эффектный декор своими руками и превратим дачу в дом из сказки. Найдем свой загородный стиль и узнаем, как шаг за шагом превратить старую постройку в дом из сказки.

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

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



Пришло время тряхнуть стариной: все это снова в тренде!

Нитью бровь, а от тоски - с босоножками носки

Инна ФЕДОТОВА

Как мы помним, мода циклична: в гардеробы то и дело возвращаются наряды, которые носили наши мамы или даже бабушки. Вот и в сезон 2023 - 2024 вернулись сразу нескольких тенденций 1980 - 1990-х годов и нулевых. Причем следить за модными показами в поисках эталона необязательно: достаточно сдуть пыль со старых плакатов с поп-звездами тех времен.

Татьяна Овсиенко: Джинсы с низкой посадкой и косуха

Теперь-то понятно, что Татьяна 20 лет назад носила ультрамодные вещи из будущего! То есть нашего настоящего. Косуха из золотистой кожи и джинсы с низкой посадкой (декорированные мини-юбкой), широкий ремень, туфли и бра с анималистичным принтом - в таком виде можно сразу на какую-нибудь Неделю моды-2023. Актуально все! Один нюанс: на Татьяне куртка и ремень из натуральной кожи. Убивать зверушек ради одежды нынче моветон, зато технологи научились делать такую уже мягкую и красивую искусственную кожу (или как принято говорить, экокожу).



Лера Кудрявцева: Пиджак из бархата

Лера Кудрявцева в начале нулевых отхватила отличный пиджак. Бархат - главный материал 2023 года. В ходу все оттенки от насыщенного красного до нежно-розового. Рваные джинсы - тоже прекрасно.



Ирина Аллегрова: Ветровка на все времена

Ирина Аллегрова в 1990-е в классической ветровке. Теперь такие куртки и плащи отвечают за классику весенне-осеннего гардероба. Актуальны нежные оттенки: бежевый, молочный, персиковый, жемчужный, сине-серый. Плащи и легкие курточки с отложным воротом, поясом, ремнями на рукавах тоже можно доставать из родительских гардеробов. Это немеркнущая классика жанра для создания элегантного образа.



Лариса Долина: «Химия» и свитер с подплечниками

Лариса Долина и бьюти-тренды 1988-го: синие тени, стрелки, фиолетовые губы, химия и начес. Этой весной модницы по всему миру тоже делают химическую завивку. Сейчас используют щадящие растворы для создания долговременных укладок, потому что волосы остаются мягкими и живыми, а кудри - естественными.



Начесы теперь делают для создания креативных или рок-образов - например, в сочетании с кожаной одеждой. Синие тени сейчас - самый писк. Как и монокромный объемный свитер: вязка может быть и машинная, и ручная. Не забудьте купить подплечники - тренд на большие плечи тоже с нами. Наряды с пышными плечами и узкой талией в 80-е шили певицы на разных континентах: и Лариса Долина, и Мадонна.

Николаев и Королева: Больше денима

Игорь Николаев и Наташа Королева - короли денима с незапамятных времен. Джинсовые образы - самый простой способ выглядеть стильно. Деним с хлопковым верхом можно носить везде: и на деловые встречи, и в офис, и на прогулку, и в ресторан. Также актуальны комбинезоны, брюки (клевш, пирамиды), рубашки и платья из денима.



Жанна Агузарова: Долой стереотипы

Жанна Агузарова в начале нулевых щеголяла в классной юбке-макси с глубоким вырезом. И замахнулась на самый смелый тренд 2023 года - носки с босоножками или шлепками. Важный момент: «следки» носками не считаются и надеваются только под закрытую обувь. Теперь текстура колготок или носков с босоножками может быть любая: от гипюра до теплых и даже шерстяных. Выбирая капроновые носки или колготки бежевого цвета, не покупайте варианты с лайкрой: ее блеск удешевит образ. Когда хотелось бы визуально добавить несколько сантиметров роста, то можно подобрать носки или колготки в тон к босоножкам - вертикаль вас немного вытянет визуально. Цвет и узоры могут быть любыми.



Татьяна Буланова: «Космический» стиль

Снова актуальны куртки, комбинезоны, пиджаки, штаны с металлизированными элементами. У Татьяны Булановой 20 лет назад были курточка и брюки с такими вставками - как раз то, что надо. Актуальны и брови тогдашней Татьяны - они идеально подходят к образу. Теперь в ходу две крайности: или такие ниточки, или широкие и густые брови. Но именно брови-ниточки из 1990-х помогают визуально увеличить глаза и сделать взгляд более открытым.

Но если у вас глаза и так большие, то ниточки вам не подходят. Лучше сначала примерить новую толщину бровей с помощью фоторедактора или специального приложения.



Еще о модных тенденциях - в рубрике «Мисс Стиль «КП» > стр. 16.

Внуки в 42 года: Слава, Валерия, Лера Кудрявцева и другие молодые звезды-бабушки



БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»



Ксения СТРЕЛКОВА, 22 года, Пермь:
- Я будущий таможенник. А пока работаем диджеем. Серьезно занимаюсь плаванием и недавно стала кандидатом в мастера спорта. Люблю путешествовать и читать книги.



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Не повторяйте трюки без каскадеров, а этот образ - без тончайшей талии, как у Ксении. Яркая обувь к белому платью - хорошо. Минюбка к длинным стройным ногам - отлично!



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

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

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

Колобок сделал себе харакири, после чего его стали называть гамбургером.
* * *

По прогнозам Гидрометцентра, этим летом температура будет выше, чем зимой.
* * *

Жена чиновника стала успешной бизнесвумен и миллиардершей.

Сын - вице-президентом госкорпорации, дочь - главой крупного фонда.

А чиновник так и сидит на своей копеечной казенной зарплате. Жалкий неудачник, позор семьи.
* * *

- Ну как, Петрович, урожай нынешнего года?

- Как никогда! Мешок картошки посадил, мешок собрал, и ни одна не пропала!
* * *

Ой, как сегодня неудобно получилось!

Позвонил другу на мобильник...

Ну откуда я мог знать, что он в этот момент в чужом шкафу сидит?!

* * *

Катя так быстро убежала от маньяка, что уже на втором круге догнала его и напала сзади.
* * *

Моя жена весит 105 кг и командует всем в доме.

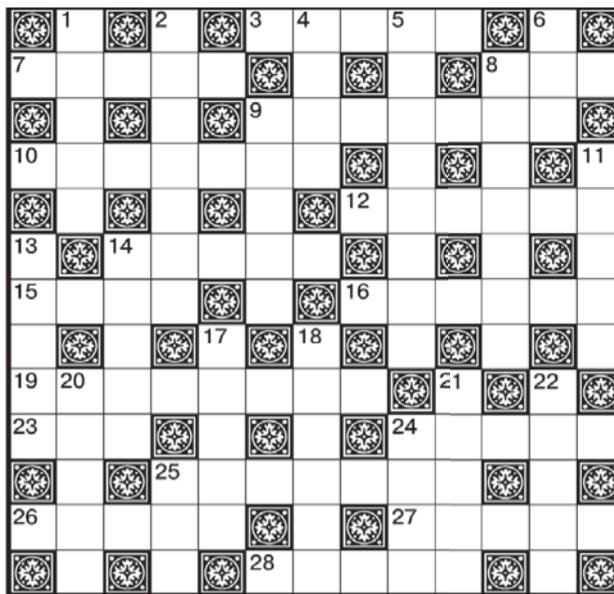
Я ее ласково называю центнер принятия решений.

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3.

Где живут во время кризиса?

7. Чем античный драматург Эсхил советовал наказывать за празднословие?

8. Пагубная сила.

9. Пищеварение по отношению к желудку.

10. Как режиссер Григорий Александров обращался дома к актрисе Любви Орловой?

12. Кто поразил стрелой царя Авгия?

14. Какая греческая буква равна двумстам?

15. Историческое полотно «Люблинская ...» у Яна Матейко.

16. Что бьется в груди?

19. Змей с картины «Преддверие вечности» Луки Джордано.

23. Лучшее в морской капусте.

24. Тигровый змей.

25. «Самый злоедающий журнал» в дореволюционных гимназиях.

26. Звезда Stend Up.

27. Чем блеск на обувь наводят?

28. Пеший ...

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.

Широкополая ...

2. Мангал из комедии «Спортлото-82».

4. Какой снайпер на влюбленных специализируется?

5. «Мать выбирала для нее платья, книги, шляпки и мысли» (английский классик).

6. Закуска для божьей коровки.

8. Как звали вторую жену Бориса Пастернака?

9. Кто из нобелевских лауреатов создал первый в мире ядерный реактор?

11. Пес с «летающей собачьей будкой» из сериала «Чип и Дейл спешат на помощь».

13. Немецкая слобода в Москве петровских времен.

14. Совет епископов.

17. ... с мороженым.

18. Кто кирзачи на службе носит?

20. «Железный мужик».

21. Страна вокруг Пекина.

22. Способ обнаружить.

24. Какой алкоголь варят?

25. Великий правитель Персии.

Понск. 24. Пиво. 25. Кир. Синод. 17. Рожок. 18. Солдат. 20. Робот. 21. Китай. 22. 6. Тя. 8. Зинаида. 9. Формы. 11. Эмлер. 13. Кукли. 14. ВЕРТИКАЛИ: 1. Шляпа. 2. Станция. 4. Амур. 5. Теккерей. 6. Пиво. 15. Кондур. 26. Комик. 27. Вака. 28. Строй. 10. Сигма. 15. Уния. 16. Сердце. 19. Уроборос. 23. Нод. 24. 7. Плеть. 8. Зло. 9. Функия. 10. Сенсер. 12. Геракл. 14. ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 3. Каюта.

Прогноз погоды на завтра, 1 июня

| | ночью | днем |
|-------------|-------------|-------------|
| Владивосток | +13°...+14° | +15°...+16° |
| Находка | +10°...+12° | +16°...+17° |
| Уссурийск | +14°...+16° | +17°...+19° |
| Астраханка | +13°...+17° | +16°...+17° |
| Терней | +9°...+11° | +10°...+11° |

Давление - 747 мм рт. ст. (норма для июня - 760)
Относительная влажность воздуха - 84% (норма - 69%)
Ветер - юго-восточный, 4,8 м/с

Восход - 05.37
Закат - 20.44
Луна - растущая



СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

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

Звоните нам!

(495) 777-02-82

Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

■ Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.
■ Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
■ Ведущий редактор номера А. ИВАНОВ.

■ Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.

■ Учредитель, редакция и издатель - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».
■ Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индекс П1101, ПМ976 Тип. № 2285
■ Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30
■ ISSN 0233-433X

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

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2023», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «ХОРОШАЯ НОВОСТЬ», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 168 312 экз.

Цена договорная

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



■ Директор Владивостокского филиала АО «Издательский дом «Комсомольская правда» - Татьяна КЛАНОВЕЦ.

■ Редактор - Людмила УБАНКИНА
■ Директор по рекламе - Татьяна КЛАНОВЕЦ
■ Директор службы распространения и продвижения - Екатерина ШУЛЬГИНА

■ 690091, г. Владивосток, ул. Лазо, 8. Отпечатано в АО «ИПК» Дальпресс». 690106, г. Владивосток, пр-т «Красного знамени», 10, тел. (423) 245-05-45.

■ ТЕЛЕФОНЫ: (423) 230-22-59 - приемная; 230-22-56 - редакция; 230-22-54 - служба рекламы; 230-22-57 - служба распространения; 230-22-58 - бухгалтерия.

■ Факс: (423) 230-22-59. E-mail: vl@phkp.ru Web-сервер: www.kp.ru