

Белая Крыса придет за вашим кошельком

Что подорожает в 2020-м

Читайте на стр. 17 ▶



Алексей СТЕФАНОВ



РАДИО КП

«Право имею»

Ответы юриста на ваши вопросы: 8-800-200-97-02
15:00



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



5 030 000

уникальных посетителей за минувшие сутки



Основана в мае 1925 года

Вторник
17 декабря

Газета нашего города ★ Барнаул

№ 142 (27068) 2019 год

Раскрыта тайна происхождения русского народа



Историк Олег СОКОЛОВ: Весной мы с Настей должны были обвенчаться

Роман ЛЯЛИН («КП» - Санкт-Петербург)

Это первое интервью экс-доцента СПбГУ после того, как он оказался за решеткой.

63-летний доцент СПбГУ Олег Соколов, обвиняемый в убийстве 24-летней аспирантки Анастасии Ещенко, почти полтора месяца находится под арестом.

Продолжение на стр. 7 ▶



Теперь мы знаем, чем отличаемся от белорусов и украинцев. Читайте на стр. 6 - 7 ▶

Путин встретит Новый год в Подмосковье

Дмитрий СМЕРНОВ

А каникулы, скорее всего, проведет в Красной Поляне.

Традиционно перед Новым годом журналисты осаждают пресс-секретаря президента Дмитрия Пескова с вопросом: «Как Путин встретит праздник и какие у него планы на новогодние каникулы?» В этом году такая атака началась аж за две недели до празднично-

го боя курантов, чему удивился даже сам Песков. - Пока еще рано это обсуждать, еще работать и работать до Нового года, - ответил пресс-секретарь главы государства. При этом никакого секрета в планах Путина нет. Как он сам неоднократно рассказывал, Новый год президент встречает дома в кругу семьи и друзей и даже смотрит свое новогоднее телеобращение. Не станет исключением и этот праздник, который Пу-



тин, по информации «КП», встретит в своей подмосковной резиденции. При этом 31 декабря у него будет рабочим днем. - Это я пока не могу сообщить, потому что график подвижный, - сказал Песков на вопрос о планах главы государства на новогодние каникулы. Но, по информации «КП», среди возможных вариантов у Путина значится катание на горных лыжах в Красной Поляне, как это уже было не раз.

Компенсации обманутым дольщикам освободят от налога

Елена ОДИНЦОВА

Такие выплаты начались с декабря.

Госдума приняла закон, по которому любые компенсационные выплаты обманутым дольщикам освобождаются от подоходного налога (НДФЛ). Предполагается, что льгота будет действовать и на возмещения, полученные в 2019 году.

С декабря этого года из федерального и региональных бюджетов выделили

средства на выплаты компенсаций тем гражданам, которые так и не дождалась своих квартир от недобросовестных застройщиков. До декабря на это могли надеяться только те дольщики, чьи застройщики переводили взносы в Фонд защиты прав дольщиков.

Сейчас возможны два варианта решения проблемы недостроев. Первый - дом доводят до готовности за счет средств фонда или бюджета. Но есть ситуации, когда продолжать стройку

экономически нецелесообразно (скажем, построено несколько этажей - и заброшено). Тогда выплачиваются компенсации - по нынешней рыночной цене квадратного метра, но не меньше, чем сумма, обозначенная в договоре долевого участия. Такие выплаты формально считаются доходом и по идее облагаются налогом. Получалось, что обманутым людям возвращают их же деньги, только из бюджета. Новый закон устранил возникшую несправедливость.

Вооружены и очень привлекательны

Дмитрий СМЕРНОВ

За год Россия продала оружия на \$13 миллиардов.

Экспорт российского вооружения, если считать в деньгах, год назад уступил пальму первенства продаже нашего продовольствия за границу. Но продолжает оставаться очень серьезным источником доходов для страны. Об успехах и перспективах на этом направлении Владимир Путин сказал на заседании Комиссии по военно-техническому сотрудничеству (ВТС).

- Продажи наших вооружений и военной техники растут: в текущем году отгружено продукции на общую сумму 13 миллиардов долларов, - похвалил президент работу отечественной оборонки. - Это на два с лишним миллиар-

да больше, чем в прошлом году. Российские позиции на глобальном рынке вооружения укрепляются. И это несмотря на усиление санкций и недобросовестной конкуренции.

7 оружейных выставок, прошедших в этом году в России - от «Армия-2019» до «МАКС-2019», внесли большой вклад в продвижение отечественной оборонки. Среди последних ее достижений были показаны новейший истребитель 5-го поколения Су-57, десантный транспортный вертолет Ми-38Т, зенитно-ракетный комплекс «Викинг», броневладелец «Тигр».

- По итогам выставок заключены контракты на 35 миллиардов рублей, - напомнил Путин. - В целом портфель заказов стабильный и превышает 50 миллиардов долларов. Высокий спрос на отече-



Президент поручил чиновникам и директорам заводов, причастных к оборонке, быть «ближе к потребителю» - строить наши сервисные центры в странах - заказчиках российского оружия.

ственную военную продукцию - это серьезный стимул совершенствовать ее и сохранять лидирующие позиции в этом высокотехнологичном сегменте.

Очень кстати пришелся и прошедший в Сочи этой осенью саммит Россия - Африка.

- По итогам саммита прошу проработать поступившие многочисленные предложения, - поручил Путин. - Конечно, с учетом гибких подходов к поставкам и оплате. Надо быть ближе к потребителю и активнее наращивать сервисные центры на территории заказчиков.

■ НОВШЕСТВО

Игорь ЕМЕЛЬЯНОВ

Президент внес в Госдуму проект закона о таком звании.

Законопроект поступил в Комитет по труду, социальным и делам ветеранов.

Как получить почетное звание?

Граждане и общественные организации смогут поступиться с инициативой в местные органы самоуправления. Те предложат властям региона. А они уже - к президенту. Решение о присвоении примет специальный оргкомитет.

За что присваивают?

Если у вас есть завод, имевший госнаграды или переходящие знамена Госкомитета по обороне СССР или немало ветеранов с наградами за трудовую доблесть, - держайте!

Кто первые в очереди?

Города, героически обеспечившие в войну бесперебойное производство военной и гражданской продукции.

Как это будет отмечено?

Город получит памятную стелу с текстом президентского указа о присвоении звания «Город трудовой доблести». И трижды в год - на 1 и 9 мая и на День города - прогремит праздничный салют.

За комментариями «КП» обратилась к члену Комитета ГД по труду Олегу ШЕИНУ:

В России появятся города трудовой доблести

- В нашем комитете идею эту, конечно, поддержат. Победа ведь ковалась не только на фронте, но и в тылу.

- Первые кандидаты, что придут на ум, - Екатеринбург, Нижний, Челябинск, Самара...

- Но это могут быть не только промышленные центры страны вроде Свердловска-Екатеринбурга или Горького-Нижнего, который, кстати, подвергался серьезным бомбежкам вплоть до 1943-го...

- Сталинград-Волгоград может быть не только городом-героем, но и городом трудовой доблести - там танки выпускали даже осенью 1942-го, под огнем.

- Да любой город СССР того времени может быть отнесен к такой категории! И Владивосток, и Магадан, и Петропавловск-Камчатский. Все люди и в ближнем, и в глубоком тылу работали тяжело и с максимальной отдачей.

- А не замельчит ли это прежде высокое звание - города-герои в СССР можно было по пальцам пересчитать...

- Нет. И идею мы поддержим в том числе потому, что она расширяет конструкцию общего подхода к тому, кто ковал

победу в Великой Отечественной - не только летчики с танкистами да пехота с царицей полей...

- Выбран многоступенчатый путь для присвоения звания...

- Это не громоздко. Наоборот, поощряет активность жителей городов, которые теперь получают понятный механизм движения своего города на такое почетное звание. Что хорошо. А многоступенчатость - это выстраивание модели аргументации. Люди должны будут покопаться в исторических источниках, в архивах. Это тоже неплохо - предметное изучение недавней истории своей малой родины.

- Кроме установки стелы и возможности трех салютов в год, какие еще преимущества получат города трудовой доблести?

- Человек вправе будет сказать - я живу в городе трудовой доблести. У нас же не все города-герои из тех, где шли тяжелые бои, - есть и города воинской доблести. Но люди ими гордятся. То есть это моральное поощрение. Что касается салютов трижды в год... Решением местных властей их и прежде могли устраивать, сейчас это, возможно, будет закреплено.

■ ЖИЛЬЁ МОЁ

«Аварийную» ипотеку будут давать под 3%

Елена ОДИНЦОВА

Если, конечно, поступившие поправки будут приняты в Госдуме.

Гражданам, которые живут в аварийных домах, предложено выдавать ипотеку на льготных условиях - под 3% годовых (сейчас средняя ставка - 9,4%). С поправками в законодательство выступил член Комитета Госдумы по бюджету и налогам Дмитрий Юрков.

Предлагается такой механизм помощи жильцам-аварийщикам: если они хотят переселиться за счет ипотеки, первый взнос на новое жилье им оплатит Фонд содействия реформированию ЖКХ. А дальше за счет средств фонда же субсидируется ставка по ипотеке - так, чтобы для переселенца она не превышала 3%.

- Сейчас реальные социальные гарантии при расселении из аварийного жилья, признанного таким после 1 января 2017 года, полагаются только тем, кто живет в неприватизированных квартирах - по договору соцнайма, - пояснила «КП» исполнительный директор «ЖКХ Контроль» Светлана Разворотнева. - Им при переселении гарантируется новое жилье с таким же метражом. Тем же, у кого квартиры оформлены в собственность, по Жилищному кодексу, гарантируется лишь выкуп их жилища в аварийном доме. Дополнительные меры поддержки - на усмотрение регионов.

То есть теоретически люди могут получить на руки сравнительно небольшие деньги за свою ветхую квартиру - и решать дальше проблему сам.

Правда, есть сомнения, что и ипотека под 3% тут поможет. В аварийных домах проживает много малоимущих граждан, которым и очень-очень льготная ипотека не по карману.

- Альтернативное предложение - прописать в законе, что малоимущим жильцам аварийных домов гарантируется новое жилье, - предлагает Светлана Разворотнева.

В контакте



Вступайте в нашу группу ВКонтате vk.com/kpri

http://www.kp.ru/ ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

НАУКА

Ученые объяснили, зачем нам снятся кошмары

ВИДЕО

«В лесу родилась елочка» княгиня Кудашева написала тайком, чтобы порадовать пасынка

ЗДОРОВЬЕ

Эксперты объясняют, почему зимой так хочется есть



Россияне перестали покупать елочные игрушки

КОНКРЕТНО

КАК ИЗМЕНИЛСЯ СПРОС НА НОВОГОДНИЕ УКРАШЕНИЯ В 2019 ГОДУ

● Елочные игрушки	-48%
● Мишура	-47%
● Гирлянды	-17%
● Елочный шар	-12%



Елочная звезда

+15%

По данным «Платформы ОФД» за период с 15.11 по 06.12.

Юлия ХОЖАТЕЛЕВА

Спрос на шары и гирлянды упал в полтора раза.

Новый год на носу, а в магазинах народ не торопится. IT-компания «Платформа ОФД» проанализировала миллионы чеков и выяснила, что **продажи елочных украшений упали почти вдвое - если сравнить с тем же отрезком года прошлого. И это притом что средняя цена на них снизилась на 11%.**

Конечно, у многих живы и бережно хранятся ретрозапасы с советских времен. Но они были и в прошлые годы, а такого падения спроса тогда не наблюдалось.

Директор департамента по работе с данными «Платформы ОФД» Дмитрий Батюшков предположил, что во всем виновата погода. Во многих регионах снега мало или нет вовсе, а температуры октябрьские. Вот и настроения покупать новогоднюю атрибутику у народа не наблюдается.

Половина населения платит большие проценты по кредитам, которые съедают все необязательные траты, в том числе и елочные игрушки, - считает **председатель правления Международной конфедерации обществ потребителей Дмитрий Янин.** - Кредитная кабала не только вынуждает экономить на мишуре, но и приводит к снижению среднего чека по всем товарам. Все чаще мы покупаем товары лишь по скидкам.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

ВОПРОС ДНЯ



Катерина МАРТИНОВИЧ

Роспотребнадзор рекомендовал россиянам под бой курантов не злоупотреблять салатами с майонезом, а предпочесть им свежие овощи и зелень. И мы спросили:

А вам в новогоднюю ночь удастся соблюдать советы диетологов?

Сергей ГОНЧАРОВ, почетный президент Ассоциации ветеранов «Альфы»:

- В новогоднюю ночь нереально разделить за столом тех, кто будет есть салат с майонезом, и тех, кто его есть не будет. Люди все равно перепутают в какой-то момент. Это не тот случай, когда слушают советы о здоровом питании.

Михаил ГРУШЕВСКИЙ, сатирик, пародист:

- Советы диетологов - последнее, о чем я думаю в новогоднюю ночь. При этом сегодня во многих ресторанах наш легендарный оливье уже исполняют без майонеза и без докторской колбасы. Сам я давно избегаю вредных продуктов. Но если россиянам что-то начинают жестко рекомендовать, они могут начать действовать от противного.

Артем БУКИН, директор Варшавских бань:

- Мне такое не удавалось никогда. В застолье и в хорошей компании - какие там советы! Тем, кто такое рекомендует, просто надо показать, что они очень заботятся о здоровье сограждан, ну-ну...

Татьяна ВИЗБОР, радиоведущая, бард:

- Был юбилейный вечер памяти моего отца, и его друг Вениамин Смахов, когда я потянулась к бутерброду из белого хлеба с яйцом и майонезом, мне сурово сказал: не ешь это, я про него такое знаю! Я положила бутерброд на место, и после этого для меня нет блюд с майонезом - просто как отрезало!

Элина ЖГУТОВА, центр по защите традиционных семейных ценностей «Иван-чай»:

- Это звучит как совет Марии-Антуанетты французскому народу: если нет хлеба, пусть тогда едят пирожные. Ну а мы в семье соблюдаем Рождественский пост. И у нас за столом загулов не будет - только постные блюда.

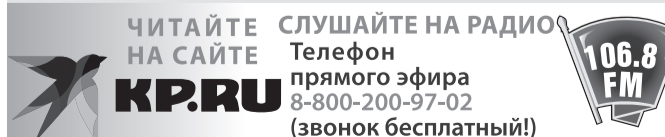
Вадим ДРОБИЗ, Центр исследований федерального и региональных рынков алкоголя:

- Меньше всего надо прислушиваться к таким советам в ночь на 1 января. Набор рекомендаций по соблюдению здорового образа жизни - это «жизнь без удовольствия».

Как сохранить здоровье в праздники - советы врача читайте на > стр. 18.

Вы тоже можете дать свой ответ на «Вопрос дня» на нашем сайте - самый интересный мы опубликуем в «Комсомолке».

Главные темы дня и другие новости



За последние сутки наш сайт посетили 5 миллионов 30 тысяч человек

ДЕНЕЖКИ

Юлия ХОЖАТЕЛЕВА

Новогодние бонусы планируют дать в немногих компаниях.

Каждый год миллионы россиян ждут декабрьских расчетов в надежде увидеть там заветное поощрение по итогам года. Многие такими бонусами живут - в некоторых случаях они могут быть сравнимы с заработком за весь год, хотя чаще речь идет о дополнительной (так называемой тринадцатой) месячной зарплате.

Но большинство ждет разочарование. Как выяснили эксперты Работа.ру, у 51% работодателей премирование сотрудников по итогам 2019-го в планы не входит. Только

Большинство работников останутся без 13-й зарплаты

пятая часть компаний (19%) обещает вознаграждение. Остальные 30% выплатят годовые бонусы отдельным сотрудникам.

К слову, в прошлом году ситуация была еще хуже - 58% работодателей полностью оставили коллектив без надбавок.

По мнению генерального инспектора труда Союза профсоюзов России **Сергея Храмова**, это иначе как катастрофой не назовешь. Но виной тому Трудовой кодекс, в котором прописано право, но не обязанность платить бонусы.

- Сплошь и рядом премии выдают

в размере 0%, то есть фактически людей лишают этих бонусов, а формально, по бумагам проводят как премирование, - рассказывает Храмов. - Недавно я защищал одного чиновника. Его коллеги получили по 400 тысяч рублей годовой премии, проработав всего 1,5 - 2 месяца, а он, как неугодный, не получил ничего. И суды мы проиграли. Поэтому положение о премиях не должно предполагать исключений.

Ранее 72% россиян заявили, что, если им придется выбирать между премией и новогодним корпоративом, они выберут деньги.



Юрий ЮТАНСОН

ФОТОФАКТ

Ночью 15 декабря в Южной бухте Севастополя ушел под воду большой плавучий док ПД-16 вместе с находившейся в нем списанной дизель-электрической подлодкой Б-380. Лодка вскоре поднялась на поверхность (ее корпус хорошо виден на фото), а плавдок остался под водой. К вечеру воскресенья подлодку отбуксировали к причалу, а операция по подъему плавдока продолжалась и в понедельник. Оба судна подлежали утилизации.

Галина КОВАЛЕНКО («КП» - Крым).

ОБМЕННЫЙ КУРС

Доллар США \$ 65,77 + 22 коп.
Евро € 69,94 + 8 коп.

НЕФТЬ

\$ за баррель 65,33 + 0,6%

По данным Центробанка

По данным Bloomberg на момент установления курсов валют

Умер Михаил Федорович Ненашев, журналист, публицист, государственный деятель, педагог, профессор, доктор исторических наук - человек, в судьбе которого переплелись две эпохи. В каждой из них он достиг впечатляющих высот - и в том, что называют карьерными достижениями и профессиональной реализацией, и в том, что именуют чистотой устремлений и помыслов и сохранением человеческого достоинства.

В советское время Михаил Ненашев возглавлял редакцию газеты «Советская Россия», Государственный комитет СССР по делам издательства, полиграфии и книжной торговли, Государственный комитет СССР по телевидению и радиовещанию, Государственный комитет СССР по печати, Министерство информации и печати СССР. После возглавлял государственное издательство «Русская книга», заведовал кафедрой журналистики и массовых коммуникаций Московского государственного университета печати имени Ивана Федорова (ныне - Московский политех).

Но для многих из нас, чья деятельность на протяжении последних сорока лет связана с журналистикой, с

Прощайте, Редактор

телевидением, с печатной прессой, - он был и остается блистательным Главным Редактором: умным, заботливым, ранимым человеком; при этом - непреклонным и жестким руководителем, способным на серьезные поступки, когда дело касалось принципиальных решений.

10 ноября 2019 года Михаилу Федоровичу исполнилось 90 лет. Пережив взлеты и падения и не ожесточившись от внешних перемен, в своей мемуарной книге, выпущенной еще в 90-е годы прошлого века и названной «Заложник времени. Заметки. Размышления. Свидетельства», он писал: «...нет ничего более неразумного, чем сожаление о прошлом. Я принадлежу к тем, кто не жалеет и не оплакивает своего прошлого, ибо дело это безрассудное и бесполезное. Какой смысл переживать по поводу того, что нельзя изменить и нельзя повторить?»

Несмотря на преклонный возраст, Михаил Ненашев до последних дней

активно занимался подготовкой журналистских кадров, вопросами теории и практики журналистики, издательского дела в современных условиях, участвовал в различных отраслевых мероприятиях. Каждое слово, каждый поступок Михаила Федоровича неизменно были наполнены доброжелательным вниманием к человеку, обращены к его профессиональному и гражданскому достоинству.

Непростая, противоречивая история нашей страны с ее светлыми и темными сторонами, неоднозначными свершениями, проблемами и достижениями, отразившись в судьбе Михаила Ненашева, во всей своей полноте явила нам образец того, с каким достоинством и мужеством нужно пройти свой жизненный путь, не покривив душой, не поступившись совестью, ни на минуту не поддавшись пагубной слабости.

Мы всегда будем помнить нашего дорогого Михаила Федоровича Ненашева. Светлая память.

Сергей КУКСИН/Российская газета



Михаил Ненашев. 1929 - 2019.

■ ЛИЧНЫЙ ВЗГЛЯД

О Михаиле Федоровиче Ненашеве

Ненашев был самым смелым из десятка моих главных редакторов. «Делай что должно, и пусть будет, что будет» - вот смысл тех советов, что получали мы, соборы, от него на наших посиделках в Москве или Красноярске, где он собирал своих сибиряков и дальневосточников. Он спокойно размышлял с нами вслух на планерках о «линии ЦК» и о жизни, ползущей в большой политический тупик. Он отличался от очень многих тогдашних начальников тем, что называл вещи своими именами и при этом не понижал таинственно голоса, не оглядываясь по сторонам. Он не боялся - что было просто диковинно для его должности. Его интересовала истина, а не «что думают в Большом доме», - и в этом своем интересе он был уже совсем экзотичен. Он не был журналистом. Он был ученым исследователем и идеологическим работником в самом высшем смысле этих понятий. Я так и не понял, как он вообще мог говорить даже в нашем кругу многие «антипартийные» вещи в мутные 1981 - 1986 годы. Нет, он не был антикоммунистом. Скорее он как раз и был коммунистом - положительным работником из кинофильмов. Какого главного редактора тогда волновали всерьез «простые читатели»? Ненашев мог говорить о проблемах людей часами: азартно, добываясь появления наших реидов, обзоров, репортажей. Потом тасил эти заметки в ЦК, настоял, например, чтобы наш с Севою Богдановым (недавним председателем Союза журналистов России) материал про плачевную судьбу фирменного

поезда «Россия» обсуждали на Политбюро и принимали решения... Эта его энергия и забота была как бы несвоевременной и не в стиле эпохи, и никому - так казалось - не нужной, кроме него самого да журналистов, которых он вдохновлял, да еще граждан страны. Тираж газеты рос, что, впрочем, в застойные времена большой доблестью не являлось. В том смысле, что главный редактор газеты с растущим тиражом в глазах ЦК только становился еще сомнительнее. Его влияние на журналистику в том, что он - был и самым своим существованием на посту главного редактора давал обществу сигнал: ведь можно, ведь нужно? Ведь не все - болото...

Не был Советский Союз империей зла. И Ненашев был не один, но их было мало, а получивших реальную власть вообще единицы. Я думаю, если бы каким-то чудом в переломные 1985 - 1989 годы партия отдала власть не М. Горбачеву, а умнейшему Михаилу Ненашеву, многое получилось бы по-другому. Это не было совсем уж невероятным - все-таки Ненашев Михаил Федорович в те годы был одним из самых знаменитых «партийных бонз», и уж точно из ярчайших. И реформировали бы мы страну, а не развалили. Но для такого «кадрового решения», конечно, нужны были и «начальники» уровня Ненашева... А их, похоже, уже и не оставалось.

Владимир СУНГОРКИН,
собственный корреспондент газеты
«Советская Россия» в 1981 - 1986 гг.

А. Громов, В. Богданов, А. Горбенко, В. Григорьев, П. Гусев, О. Добродеев, Я. Засурский, А. Златопольский, В. Игнатенко, И. Коц, В. Лошак, А. Лысенко, В. Мамонтов, В. Миклушевский, П. Негица, В. Овчинников, М. Сеславинский, Э. Сагалаев, В. Соловьев, С. Степашин, В. Сунгоркин, М. Федотов, В. Фронин, К. Эрнст.

■ ДЕНЕЖКИ

Минфин не даст обналичить пенсионные накопления

Евгений БЕЛЯКОВ

Такая возможность была в проекте новой пенсионной реформы.

В правительстве продолжают обсуждать грядущие изменения в нашей пенсионной системе. Очередная реформа называется «гарантированный пенсионный план». Ее суть в том, что нам хотят предложить самим копить на будущую пенсию. То есть по чуть-чуть отщипывать с каждой зарплаты и переводить на специальный пенсионный счет. За это россиянам и их работодателям хотят пообещать налоговые льготы. Сумма будет

копиться в течение нескольких десятков лет. Ею станут распоряжаться специальные фонды, которые будут вкладывать деньги в ценные бумаги и приносить нам инвестиционный доход. А при выходе на пенсию мы получим давно обещанную нам прибавку к пенсии.

«КП» подробно писала о предлагаемых изменениях в конце октября. В течение полутора месяцев чиновники получали обратную связь от экспертов и других заинтересованных лиц. И те нашли несколько дырявых мест в законопроекте. В частности, в первоначальном варианте предлагалось, что будет действовать так называемый период охлаждения. То есть гражданин может начать откладывать

деньги на будущую пенсию, а потом передумать и забрать все деньги обратно.

Некоторые эксперты увидели в этом возможность обналичить все нынешние пенсионные накопления. Те, что были заморожены в 2014 году. Сейчас у многих россиян там скопились крупные суммы. Они лежат либо во Внешэкономбанке, либо в негосударственных пенсионных фондах. При их переводе на новую систему гражданин мог бы воспользоваться периодом охлаждения и вернуть эту сумму себе.

Теперь эту возможность решили убрать из законопроекта. То есть прекратить отчисления человек сможет в любой момент, а вернуть уже отправленные в фонд

деньги - нет. Их можно будет получить только при выходе на пенсию или если вам срочно потребуются деньги на операцию (список форс-мажорных обстоятельств власти еще будет определять).

- Со стороны государства неправильно держать эти деньги у себя и не давать возможности человеку, например, оплатить дорогостоящее лечение. Это нечестно. Экономически средства ГПП - это средства гражданина, - считает **замминистра финансов Алексей Моисеев.**

В ближайшее время законопроект будет дополнен и отправлен на дополнительное обсуждение. «Комсомолка» будет следить за ходом процесса. Внедрить новую систему власти хотят с 2021 года.

120 тонн сладостей приготовили для детей к Новому году

Анна СЕМИНА

Всего будет заготовлено более 136 тысяч губернаторских подарков.

В Барнауле полным ходом идет подготовка к детским новогодним представлениям, а чтобы праздники были еще торжественней и интересней, на них школьникам будут вручать сладкие подарки от губернатора Алтайского края.

В этом году на сладкие сундучки из бюджета края было выделено более 30 миллионов рублей. На эти деньги кондитерская фирма «Алтай», а именно она выиграла конкурс, заготовит больше 136 тысяч подарков. Их формирование идет в круглосуточном режиме.

КОНФЕТЫ + АЛФАВИТ

В пятницу, 13 декабря, министр образования и науки Алтайского края Максим Костенко вместе с журналистами побывал на кондитерской фабрике и лично понаблюдал за тем, как собирают сладкие подарки.

- Губернаторские новогодние подарки для детей в этом году не только вкусные, но и полезные. Еще в июне текущего года была создана специальная межведомственная комиссия из Роспотребнадзора, орга-

нов здравоохранения, родительской общественности, Министерства образования. Специалисты занимались формированием наполнения подарков. Каждую конфету они изучали с точки зрения полезности. Они насыщены витаминами, специальными концентрациями магния, кальция, фосфора - всего, что полезно для развития детей, укрепления их нервной системы, снижения стрессов и поднятия настроения, - говорит Максим Костенко.

В этом году было заказано почти на девять тысяч больше подарков. Это стало возможным благодаря увеличению финансирования. Более того, они потяжелели на 100 граммов - теперь весят 800. Как признаются на фабрике, подарков и так заготавливают чуть больше, чем требуется, ведь ситуации бывают разные. К тому же они разные по составу.

- В этом году отдельно подготовлены подарки для ребят, страдающих целиакией, то есть безглютеновые. Так что эти дети тоже почувствуют праздник и радость от Нового года. Помимо этого, подарки наполнены познавательной литературой: внутри краеведческий алфавит, который позволит ребятам узнать что-то новое об Алтайском крае. С такой инициативой выступал губернатор Виктор Томенко. Поэтому я считаю, что де-



В этом году подарки для школьников потяжелели на 100 граммов.

тям будет и вкусно, и полезно, и познавательно, - добавляет министр.

«МЫ ПОТРАТИЛИ 50 ТОНН САХАРА»

Кстати, сам Максим Костенко признался, что он в восторге от всей ауры, которая витает на кондитерской фабрике, и представляет себя главным героем фильма «Чарли и шоколадная фабрика».

- Это все вдохновляет, заражает и заставляет почувствовать себя ребенком. Лично я очень люблю конфеты. С детства моя любимая - это «Белочка», - признался министр.

По словам руководителя службы качества Елены Марковой, всего для новогодних губернаторских подарков было заготовлено 116 тонн кондитерских изделий, из них 103 тонны - это конфеты, и 13 тонн - это печенье.

- Чтобы все это приготовить, мы

потратили 50 тонн сахара, 27 тонн патоки, пять тонн молока, три тонны какао-порошка, три тонны арахиса и больше пяти тонн шоколада, чтобы это все глазировать. Чтобы сделать и собрать подарки, по сути, вовлечена вся фабрика, а это около 400 человек. Ассортимент из всех цехов: на одном этаже производят суфле, шоколадные массы, на другом - конфеты. А здесь уже формируют коробочки и делают печенье. Этажом выше - железные конфеты и помадные сорта, а также батончики. Только одной фасовкой занимаются 90 человек! Работаем в три смены. Объем большой, поэтому работаем круглосуточно, - говорит Елена Маркова.

Отгрузка новогодних подарков началась несколько дней назад. Сейчас их отвозят в муниципалитеты. Вручать сладости начнут с 19 декабря. В этот день в крае стартуют представления.

Фото: Олег УКЛАДОВ.

■ НУ И НУ!

Чудище, похожее на змею: В алтайской реке поймали древнюю рыбу

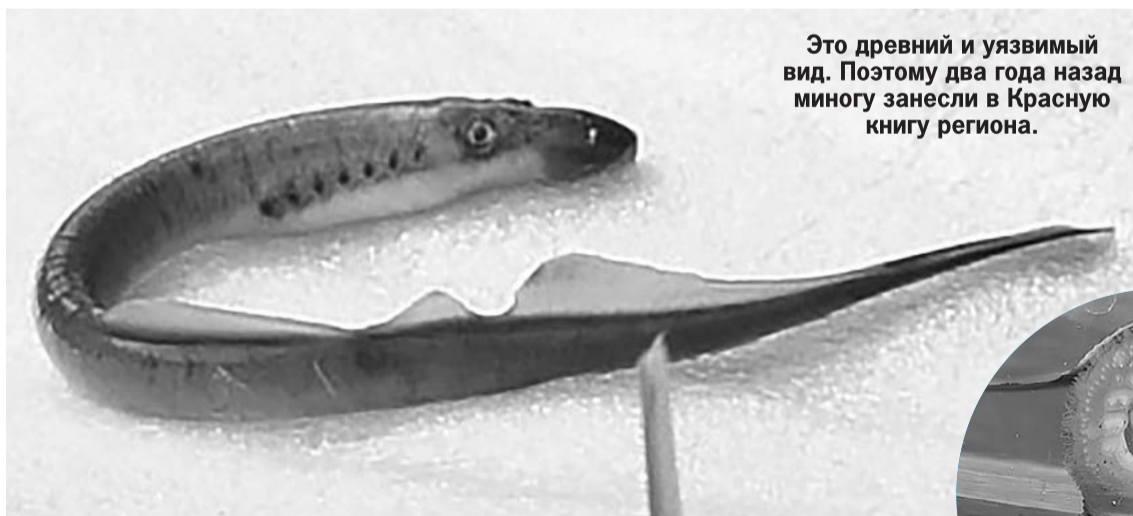
Юлия ЕВГРАФОВА

Минога занесена в Красную книгу.

О существовании этой необычной рыбы известно давно, но заниматься ее изучением на Алтае начали только сейчас. Минога - это древнее существо, возраст которого - миллионы лет!

Не так давно в реке Белокурихе (Смоленский район) студент АлтГУ поймал настоящее водное чудище. Именно такие ассоциации вызывает длинная, похожая на змею, со страшной головой-присоской рыба минога. Ее доставили на биологический факультет университета, чтобы в дальнейшем более подробно изучить. О ее обитании в Алтайском крае (и не только) ученые знали давно, а сейчас захотели разобраться в чудище детально.

- Относительно недавно миног отнесли в группу рыбы.



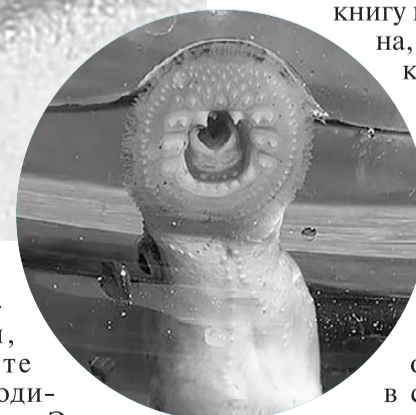
Это древний и уязвимый вид. Поэтому два года назад миногу занесли в Красную книгу региона.

Еще лет 20 назад она относилась к бесчелюстным позвоночным. Это была древняя своеобразная группа, родственник всех остальных видов позвоночных, у которых отсутствовали настоящие челюсти. Можно сказать, что эти рыбы - паразиты. Миноги прикрепляются к крупным рыбам и сосут у них кровь, - поясняет профессор кафедры

зоологии и физиологии АлтГУ Валерий Журавлев.

Профессор также добавил, что минога действительно похожа на змею, она даже передвигается в воде, как это пресмыкающееся. Достигает чудище 25 - 27 сантиметров. По нескольким причинам эту рыбу в 2017 году занесли в Красную книгу Алтайского края.

- Это моноциклические виды, при нересте все производители погибают. Эту рыбу также используют в качестве наживки для ловли осетровых рыб и налима в спортивном рыболовстве. Она встречается по руслувой части Оби, в устье глав-



ных притоков, там, где есть течение. Это предгорные и равнинные водоемы. Например, ее периодически ловят в Камне-на-Оби. Сейчас численность миноги очень мала. Это древний и уязвимый вид. Поэтому два года назад его и внесли в Красную книгу нашего региона, - добавил доктор биологических наук.

Кстати, миноги водятся не только в России, но и в других странах. Эти рыбы обитают как в соленых, так и в пресных водах.

Фактически все виды миног в Европейской части России и в Западной Европе занесены в международную Красную книгу.

Фото: Дмитрий РЫЖКОВ.

Раскрыта тайна происхождения

Юлия АЛЕХИНА

Откуда пошли славяне, чем они отличаются от остальных европейцев и есть ли разница между русскими, украинцами и белорусами? На эти вопросы нам ответил доктор химических наук, профессор, специалист в области ДНК-генеалогии Анатолий КЛЕСОВ.

Прародители современных русских и славян вышли с Алтая более 20 тысяч лет назад и расселились на пространстве от Балкан до Балтии. А 5 тысяч лет назад освоили Русскую равнину. Таковы сенсационные данные ДНК-генеалогии, новой науки, которая открывает ранее неизвестные страницы из истории народов.

ТРИ ЛИЦА НАЦИИ

- Славяне, современные русские, украинцы, белорусы - откуда эти народы пошли и чем отличаются? Наука в курсе, Анатолий Алексеевич?

- Давайте сразу договоримся, что мы сейчас говорим не о языке и истории. Как отличить русского от украинца или поляка по языку, и без нас известно. Мы говорим о ДНК-генеалогии и гаплогруппах.

- Что это такое?

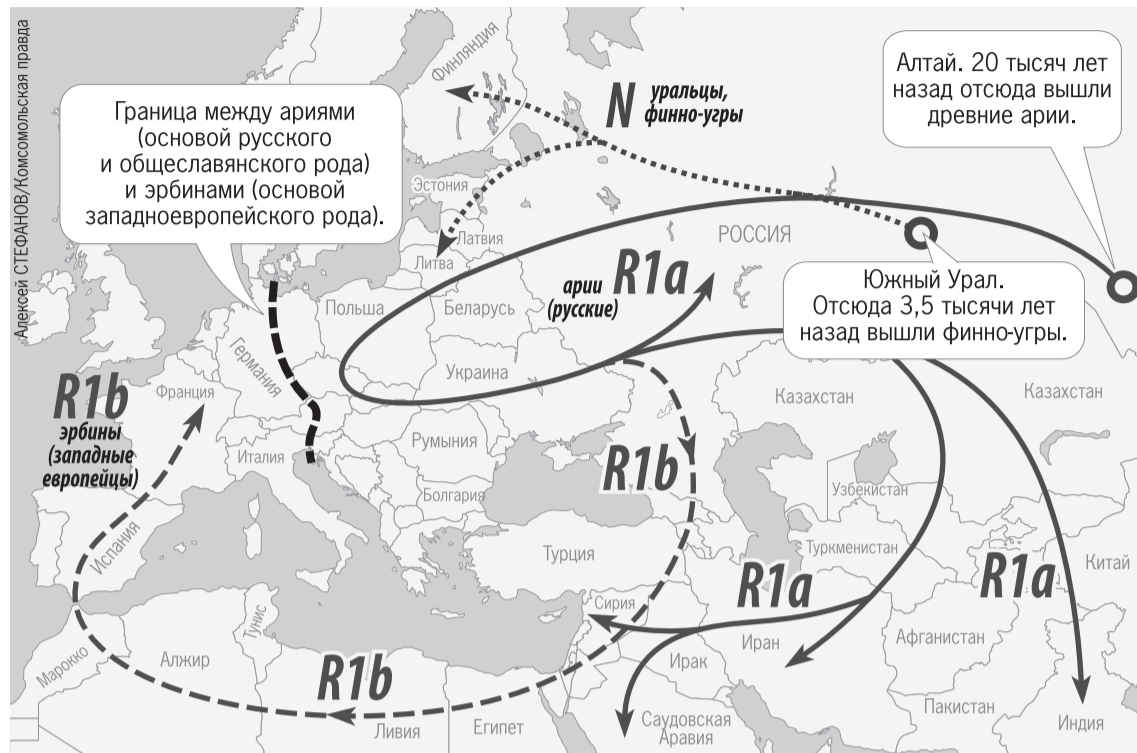
- Если упрощенно, это роды - группы людей, произошедшие от одного предка. И определяются мутацией мужской хромосомы, которая наследуется от отца к сыну на протяжении многих поколений.

Наши древние предки относились к гаплогруппе под индексом R1a. Она есть и у половины этнических русских (смотрите таблицу).

- Ред., и у трех четвертей индусов в высших кастах Индии. Их предки жили на Русской равнине. Только предки русских остались тут, а их соплеменники, ставшие предками индусов, ушли на восток, через Южный Урал, в Индию. Племена, носители этой общей гаплогруппы, и есть предки современных русских, украинцев, белорусов, поляков. Это все общие по происхождению народы.

- И что же установила ДНК-генеалогия о происхождении русских?

- О генезисе русского народа мы можем пока говорить лишь в рамках последних 5000 лет, причем именно на Русской равнине. Основные наследственные группы современных русских - это три основных рода, R1a (его у нас 51%), I2a (12%) и N1a1 (14%). Кро-



ме них, на Русской равнине обитали и эрбины, носители рода - гаплогруппы R1b. Они занимали территорию от Каспия до Балтики. А потом почти все ушли через Кавказ в Месопотамию до Пиренейского полуострова. И заселили Западную и Центральную Европу. Сейчас их потомки среди современных русских составляют 5%.

- Чем отличаются эти три основных рода, из которых, как вы сказали, и состоит основа русских?

- Родоначальники, патриархи «русского» рода R1a - это древние арии, появившиеся здесь 5 - 6 тысяч лет назад.

Вторые - южные, или дунайские славяне гаплогруппы I2a, предки которых населяли Европу в древнейшие времена. Они ближайšie предки современных южных славян, коренные европейцы, и были почти полностью уничтожены эрбинами (род R1b) в ходе заселения ими Западной и Центральной Европы.

Третьи - уральцы, гаплогруппа N1a1. Они сошли на Русскую равнину по западному склону Уральских гор примерно 3500 лет назад, и через 1000 - 1500 лет, к началу нашей эры, достигли Балтики. От них произошли до трети современных жителей северо-запада России, Новгорода, Пскова, и 40% современных литовцев, латышей, эстонцев. Покинув Урал, они

перешли на язык носителей R1a, живших от Урала до Балтики. Иначе говоря, еще 2000 лет назад они уже говорили на ранних славянских языках. По сути и происхождению они - уральские славяне, хотя такого термина в науке пока нет.

НАС ОТ УКРАИНЦЕВ И БЕЛОРУСОВ НЕВОЗМОЖНО ОТЛИЧИТЬ

- А насколько мы одинаковы с украинцами и белорусами? И насколько разные?

- Предки русских, украинцев и белорусов с древнейших времен шли вместе. Это - по происхождению - один и тот же народ. И состав по гаплогруппам у него один и тот же, с небольшими вариациями. Это можно увидеть в таблице (смотрите ниже. - Ред.), где показаны основные роды русских, украинцев и белорусов. И сравнить заодно с народами Прибалтики - с литовцами, латышами, эстонцами и финнами.

КТО ТАКИЕ АРИИ, СЛАВЯНЕ И РУССКИЕ

- Получается, доминирующий ген русских - на 51% - арийский? Кто такие эти арии? Если кратко, для неспециалистов?

- Определение, кто такие арии, у историков, лингвистов и в ДНК-генеалогии - разные. Когда я сформулировал понятие «арии» с точки

зрения не языка, а происхождения, было много крика, поскольку до этого в науке «арии» считались лишь лингвистической категорией - носителями группы языков. Но когда стали смотреть ДНК ариев, то выяснилось - арии это род R1a.

- Так мы арии?

- Так напрямую нельзя говорить. Эпоха ариев давно закончилась, и ариев в современном мире нет. Есть лишь их потомки, отдельные народы, у которых давно собственная история и судьба.

Сложность в том, что ни история, ни лингвистика не используют понятия «потомки». Они просто не знают, как установить - кто кому предок, а кто потомок. Невозможно доказать напрямую, что люди, научившиеся делать схожую керамику и говорить схожие слова, - это потомки тех, кто раньше и в другом месте делал то же самое. Методы, позволяющие доказательно определить, кто есть предок, а кто потомок, по каким маршрутам шло переселение народов, есть только у ДНК-генеалогии.

ЛИНИЯ СТАЛИНА - НА ГЕННОМ УРОВНЕ

- Так как же в действительности шли переселения древних народов?

- Как правило, шли медленно - до появления лошадей скорость миграций была в среднем всего по километру в год, но за двадцать тысяч лет арии прошли почти по всей центральной Евразии, а отдельные ветви ушли и дальше.

Я так подробно рассказываю, потому что классическая история зачастую рисует эти потоки миграции ровно в обратном направлении. Так, в учебниках истории до сих

пор можно встретить рассказы про неких мифических «иранцев», которые якобы жили в древности на Дону, хотя на самом деле миграция ариев пять тысяч лет назад шла вначале по Русской равнине на восток до Урала, а потом на юг, в Индию и Иран. Иранское плато - это не исходный, а конечный пункт прибытия древних ариев. Лингвисты вообще любят называть языки по конечному пункту маршрута народов. Например, говорят про финно-угорские языки, хотя они начали формироваться на Урале, а на территорию будущей Финляндии народ, который там сейчас живет, прибыл не так давно, уже в нашей эре.

- То есть потомки древних арийцев - это славяне, иранцы и высшие касты индусов?

- Не только. Мы встречаем материальные признаки миграции ариев от Балтики на севере до Индийского океана на юге, от Альп на западе до Алтая на востоке. Но число потомков ариев среди народов на этих территориях совершенно разное. Так, среди арабов их около 12%, у сербов - 16%, у узбеков - 25%, у таджиков - 30%, у украинцев - 45%, а у русских - 51%.

- А откуда такая разница у русских и сербов? Ведь принято считать, что мы - братья по крови. Да и языки у нас похожие.

- Сербы в значительной части - это потомки древнего коренного населения Европы (рода I2a). А особые отношения сербов с русами связаны не с «арийским» прошлым, а с куда более поздними временами, фактически с конца прошлой - начала нашей эры.

- И еще: страны НАТО - это в основном род R1b, а Россия - это R1a. Это влияет на наши отношения?

- Конечно, мы разные. Хотя носители «русского» рода R1a и европейского R1b это близкие родственники. Оба родом из Южной Сибири. Но появились они не одновременно, между их формированием прошло около 2500 лет. И шли они в Европу разными путями целых 15 тысяч лет, причем отдельно. Это и сформировало носителей R1a (в будущем - ариев) и R1b (эрбинов).

Когда эрбины прибыли в Европу, они почти полностью уничтожили коренное европейское население. Историки это знают как «Гибель старой Европы». Тогда-то носители гаплогруппы R1a и прибыли на Русскую равнину как древние арии. И с тех пор так сложилось, что в Европе - Западной, Центральной и Южной - сейчас мужское

	ОСНОВНЫЕ РОДЫ ВОСТОЧНЫХ СЛАВЯН И ПРИБАЛТОВ						Доля в %
	Русские	Украинцы	Белорусы	Литовцы и латыши	Эстонцы	Финны	
R1a	51	44	50	40	32	5	
N	14	7,2	11	40	34	62	
I2a	12	20	18	4	3	0	
R1b	5,9	6,7	5,0	8	8	3,5	
I1	7,1	5,7	5,5	6	15	28	
E1b	4,4	5,3	3,5	0,5	2,5	0,5	



русского народа

население имеет гаплогруппу R1b на 60% и всего 5% R1a. А в Восточной Европе наоборот - примерно 50% R1a, и всего 5% R1b. Зеркальная картина.

- Границу между ними можно провести? Она где?

- Как ни удивительно, да. И совершенно четко. Даже сейчас, невзирая на всё перемешивание народов, граница расселения носителей R1a и R1b видна: она идет от Адриатики до Балтики, где к востоку преобладают носители R1a, а к западу - R1b. К востоку - это народы бывшей Югославии, Восточной Европы, дальше граница проходит через Австрию и делит Германию на Восточную и Западную части. Восточная Германия в прошлом почти полностью была славянской, западная - территорией в основном R1b. В Австрии, например, носителей R1a необычно много для Западной Европы - 19%. Это славянское наследие.

- Но это же граница между бывшим концлагерем и капиталистическим! Именно до нее дошла Красная Армия, громя Гитлера. Совпадение? Мистика?

- Видимо, да. Эта линия, с небольшими изменениями, возникла не вчера и не при Сталине. Она держалась около пяти тысяч лет. И преобладающая волна набегов - она идет с Запада на Восток. Мы помним Наполеона и Гитлера, но так было и раньше.

ФИННО-УГРЫ ПРИШЛИ НАМНОГО ПОЗЖЕ

- А когда на Русской равнине появились финно-угры? До славян или позже?

- Это род N1a1. Он скорее уральский, если уж привязываться к местности. Не стоит называть его финским - скажем, в Сибири и Китае также огромное количество его носителей. Он более якутский и бурятский, нежели финский. Эти (финно-угорские. - **Ред.**) народы пришли из Юго-Восточной Азии на Алтай, затем на Урал, где и обитали долгое время, не менее 6 - 8 тысяч лет. Там они выработали группу угорских языков. Среди прибалтов (Литва, Латвия, Эстония) в целом почти половина носители этого рода, а другая половина - это наш R1a. Причем добрались они до Балтики всего две тысячи лет назад, в то время как носители R1a там жили уже многие тысячелетия. Например, в Карелии найдены скелеты с гаплогруппой R1a, их археологическая датировка - 7500 лет назад.

- Классическая история излагает нам все по-другому: что, дескать, тут на Русской равнине тысячелетиями жило коренное финно-угорское население,



**- Ты, Иван, что в моем лесу делаешь, откуда пришел?
- Да я, Миша, здесь коренной, как и ты.**

а только потом туда вторглись славяне и начали ассимилировать чужд, воедь, мордву, карелов и так далее. Это в науке почти аксиома.

- Эта аксиома не подтверждается данными ДНК-исследований. Самым древним ископаемым останком рода N1a1 на Русской равнине примерно две тысячи лет. А все, что найдено в Финляндии, - это уже нашей эры, менее двух тысяч лет назад.

Когда археологи находят на Русской равнине древние поселения, они по привычке объявляют их «финскими», так как там есть вещи, похожие на те, что находят в этих же слоях в Финляндии. Но с таким же успехом эти древние предметы могли быть созданы и предками русских, которые жили тут задолго до прохода к Балтике уральцев. Однако дискутировать на эту тему с археологами бесполезно - это такая же религия, как и норманистика, которая объясняет все успехи древних русских правлением на Руси скандинавов.

- А разве не так? Разве не призывали русские править ими скандинава Рюрика?

- Как это работает, могу рассказать на примере найденных в захоронениях украшений: часть из них были объявлены «скандинавскими», и на основании этого историками было «вычислено» количество

скандинавов в Древней Руси. Получилось у одних 50 тысяч человек, у других и до полумиллиона - громадная цифра с учетом тогдашнего небогатого населения. Я проверил эти данные, поскольку у скандинавов есть четкая метка в ДНК, Z284. Никаких следов этого скандинавского присутствия не нашлось. При этом на западе от Скандинавии оно есть, на Британских островах, например, этой метки, Z284, множество. А на Русской равнине нет. Ни в России, ни на Украине, ни в Белоруссии. Ни в Литве. Но объяснять это стороннику «норманской теории» бесполезно. С таким же успехом вы можете поспорить с «украинским экспертом» на ток-шоу про Крым. Они опираются не на факты, а на свою идеологию.

- А кому выгодны все эти теории? Норманские, украинские?

- Тому же, кому выгодна и вся русофобия вообще. Есть большая группа людей для которых все, что делает Россия, - это плохо. Например, некоторым не нравится то, что мы присутствуем в Сирии. Но, оказывается, когда советские руководители произносили «братский арабский народ», не сильно лукавили: около 12% арабов также носители группы R1a, в том числе арабы клана Курейш, из которого был родом и пророк Мухаммед. Эти люди - наши дальние родственники, братья современных славян. Так что летчики российских ВКС в Сирии вообще-то защищают территорию, куда около 4 тысяч лет назад пришли братья наших общих предков.

■ ЭКСКЛЮЗИВ «КП»

«Весной мы с Настей должны были обвенчаться»: Историк Олег Соколов прислал в «Комсомолку» письмо-исповедь

**Окончание.
Начало на < стр. 1.**

По версии следствия, во время ссоры он застрелил аспирантку из обрезка малокалиберной винтовки, после чего расчленил ее тело и выбросил в реку. После задержания он написал явку с повинной, а во время суда признал свою вину.

Сейчас Олег Соколов в Москве проходит психиатрическую экспертизу. С момента трагедии он не дал ни одного интервью. 15 декабря адвокат Александр Почуев передал «Комсомолке» письмо-исповедь своего клиента.

- Ваши друзья говорят, что между вами с Анастасией были теплые чувства, а были ли у вас скандалы?

денег. А те деньги, которые я ожидал в качестве заработка, не получил, поэтому свадьба была отменена. Поэтому мы решили подать заявление 12 ноября и выбрали дату свадьбы - 28 - 29 апреля.

- Были ли у вас отношения с другими девушками в этот момент?

- С 2014 года, то есть со времени знакомства с Настей, отношений с другими девушками у меня не было. 15 сентября 2019 года я всем близким объявил, что Настя моя невеста.

- Что бы вы хотели сейчас сказать родителям Насте?

- Я неоднократно уже всем говорил и передавал через моего адвоката слова раскаяния и свои извинения родным и близким Анастасии. Хотя я по-



Олег Соколов уверяет, что они с Настей перенесли свадьбу с осени 2019-го на весну 2020 года из-за финансовых трудностей.

- Я понимаю, что совершил страшное и достоин самой страшной кары. Мне все равно, что говорят обо мне. Это уже не важно. Я убил ее и себя тоже, меня уже нет. Для меня сейчас важна светлая память об Анастасии. Мы с ней должны были обвенчаться весной и планировали свадьбу. За все 5 лет я ее и пальцем не тронул. Даже семейные скандалы у нас были редкими, я бы сказал, редкими, без сильных всплесков.

- Как вы познакомились с Анастасией и как развивались ваши отношения?

- Примерно с 2018 года Анастасия жила у меня. В вузе мы не афишировали отношения. Но нужно отметить, что Настя была для меня самой лучшей помощницей, я благодарен ей за это. Летом 2018 года мы приняли решение о свадьбе, подали заявление в загс на 3 октября 2019 года (доцент убил Ещенко 8 ноября 2019-го. - **Ред.**). Мы с ней очень любили друг друга. В отпуске и на других мероприятиях мы потратили много

никакими словами я не смогу ничего исправить и изменить. Я хочу лично извиниться при первой возможности. Пока я тут, сделать этого не могу. Публиковать это (свое обращение к родным Анастасии. - **Ред.**) я не считаю допустимым, это очень личный вопрос.

- Какие планы у вас на будущее?

- План один: написать книгу.

- Из-за чего произошел тот роковой конфликт? Насколько близка к правде версия о том, что девушка спала в момент убийства?

На этот вопрос Соколов попросил ответить своего адвоката.

- Защита относит данную версию (убийство спящей. - **Ред.**) к уткам от желто-оранжевых СМИ, - заявил Александр Почуев. - Остальное мы не можем оглашать.

Подготовил Роман ЛЯЛИН («КП» - Санкт-Петербург).

Все подробности этой неоднозначной истории - на сайте



«Национальный вопрос» - мы говорим вслух о том, что обычно обсуждают шепотом на кухне. По средам в 17.00 на Радио «КП»



«Умка» возвращается на экраны

Ксения БОГДАНОВА

Новая серия о приключениях белого медвежонка создана при поддержке компании «Роснефть».

К Новому году киностудия «Союзмультфильм» сделала и детям, и взрослым особенный подарок: на экраны выходит новая серия «Умки». Мультфильму, на котором выросло не одно поколение советских, а потом и российских ребятишек, в этом году исполняется 50 лет. К юбилею мультипликаторы создали завершающую часть трилогии о приключениях белого медвежонка. Генеральным спонсором мультфильма стала компания «Роснефть», проект также поддержало Министерство культуры РФ.

Презентация финальной серии прошла 14 декабря на киностудии «Союзмультфильм». На широкий экран мультфильм выйдет в канун Нового года. Во время премьеры зрители посмотрели все части трилогии, рассказывающей о материнской любви и искренней дружбе. Новая серия стала трогательной встречей с любимым мед-

КСТАТИ Как появилось имя медвежонка

Логично предположить, что Умка означает «умный медвежонок». На самом деле «умки» на чукотском языке - «самец белого медведя».

вежонком для родителей, которые теперь наблюдали, как обаятельный полярный мишка покоряет сердца их детей.

- Раньше, в советские времена, мы не создавали сериалы. От одного до другого фильма могло проходить по 2 - 3 года. В нашем случае прошло 50 лет, - рассказала **председатель правления киностудии «Союзмультфильм» Юлиана Слащева**. - И сегодня мы с радостью показываем наш новый мультфильм. Я считаю, что он у нас получился трогательным и милым. Мы невероятно благодарны «Роснефти», Министерству культуры за то, что они дали возможность воплотить идею новой серии про Умку.

Финальная часть «Умки» стала логичным завершением истории маленького путешественника. В первой части медвежонок познает мир, во второй - взрослеет и отправляется в странствие, в третьей - возвращается домой.



- Большое счастье участвовать во втором рождении «Союзмультфильма» - студии, которая продолжает традиции великой советской анимации, - подчеркнул **пресс-секретарь «Роснефти» Михаил Леонтьев**. - Идея анимации в том, чтобы оживлять. Одушевлять не только своих персонажей, но и воодушевлять людей, которые смотрят мультфильмы.

В финале нового мульти-

ка звучит легендарная «Колыбельная медведицы». В первой и второй частях ее исполнила звезда 60-х Аида Ведищева. В новой серии песню спела народная артистка России Лариса Долина.

- Мы с надеждой ожидаем реакцию зрителей на этот мультфильм. И спасибо компании «Роснефть» за то, что участвует в этом проекте, - отметил **заместитель министра культуры Павел Степанов**.

А В ЭТО ВРЕМЯ Белые мишки под защитой нефтяников

«Роснефть», разрабатывая месторождения на Арктическом шельфе России, считает защиту белых медведей одним из своих главных приоритетов. С 2014 года изучением популяции белых мишек занимается «Арктический Научный Центр», являющийся частью научно-проектного комплекса «Роснефти». Ученые наблюдают за медведями в их естественной среде, исследуют пути миграции и состояния здоровья. За это время вместе с ведущими научными институтами страны «Роснефть» провела более 20 экспедиций по изучению арктической фауны.

С 2013 года компания опекает белых медведей во всех зоопарках России. «Роснефть» взяла на полный пансион мишек в 16 зоопарках: на попечении нефтяников находятся 34 белых медведя. Компания оплачивает косолапым не только полноценное питание, но и ветеринарное обслуживание и даже досуг. Совместно с «Обществом «Дикая природа» «Роснефть» разработала линейку игрушек для белых медведей. Это пластиковые шары и цилиндры, издающие разнообразные звуки и запахи. Играя с ними, мишки в вольерах больше двигаются и разминают мышцы.

■ ФИНАНСЫ

Что будет со ставками, валютами и биржами в 2020 году?

Антон КУБЫШКИН

Рассматриваем основные тенденции.

Уходящий год в российской экономике оказался противоречивым. В глобальном смысле мы почти не растем - ВВП увеличится примерно на 1%. А вот финансовые рынки чувствуют себя неплохо. Это позволило большинству частных инвесторов приумножить капитал. Что нас ждет в следующем году? Разберем все по порядку.

1. КРЕДИТЫ ПОДЕШЕВЕЮТ

В середине этого года Центробанк активно снижал ключевую ставку. С июня по декабрь она опустилась с 7,75 до 6,5% годовых. А в ближайшие месяцы может упасть еще ниже - до 6%. На этом фоне более привлекательными становятся кредиты, но менее доходными - депозиты. Причем как рублевые, так и валютные. За хранение долларов и евро банки платят нулевые ставки.

2. КУРС РУБЛЯ НЕ ИЗМЕНИТСЯ

Политика ЦБ по стабилизации курса рубля, похоже, удалась. В этом году наша экономика обошлась без валютных шоков. Доллар и евро даже упали: первый на 4%, а второй на 8%. Но что дальше?

- При нынешних ценах на нефть и текущем уровне ключевых макро-

показателей, на наш взгляд, равновесный курс пары доллар/рубль расположен вблизи 65 рублей за доллар, - считает Михаил Поддубский, главный аналитик ПСБ банка. Другими словами, держать деньги в валюте сейчас невыгодно. Банковские депозиты и инвестиции в ценные бумаги крупных российских компаний в ближайший год, скорее всего, принесут более высокий доход.

3. БИРЖИ ДОЛЖНЫ ПОДРАСТИ

Уходящий год на нашей бирже стал одним из самых прибыльных в истории. А щедрая дивидендная политика приятно удивила даже бывалых инвесторов.

- Вложения и в акции, и в облигации принесли положительный результат. Индекс МосБиржи с учетом дивидендов прибавил за 11 месяцев более 30%, - подсчитал Михаил Поддубский. - Ожидать повторения такой доходности в следующем году вряд ли рационально, но мы ожидаем, что положительная тенденция сохранится. Дивиденды по акциям большинства крупных компаний превышают доход по депозитам в банках. А дополнительную доходность обеспечит налоговый вычет, который можно получить при использовании индивидуального инвестиционного счета (ИИС).

Звезда говорит

>> 12 (4)

Певец
Денис
Клявер:

**Сын
собрался
в армию - и я его поддержал**

Педсовет:
**Раскрыт
секрет
популярности
детских
видеоблогов**

>> 16 (8)



Shutterstock

СПЕЦИАЛЬНЫЙ ВЫПУСК 17.12.2019 г.

МОЯ СЕМЬЯ

КОМСОМЛЬСКАЯ
ПРАВДА

газета сайт радио

Для настоящих и будущих родителей

С Нового года вырастут пособия на ребенка

Как изменятся различные государственные выплаты для семей в 2020-м.

В наступающем году средний размер ежемесячной выплаты на первого и второго ребенка вырастет до 12 тысяч рублей вместо нынешних 11,2 тысячи рублей, сообщили в **Минтруде России**. В ведомстве прогнозируют: всего семья при рождении первого или второго ребенка получит поддержку в размере порядка **430 тысяч рублей за три года**.

ЧТО ИМЕННО ИЗМЕНИТСЯ?

1 За малышом будут платить больше и дольше

Продлен срок выплат пособия на первого и второго ребенка. Если сейчас его получают на детей до полутора лет, то с 1 января 2020 года такие выплаты станут платить до достижения малышом трех лет.

Размер выплат равен величине прожиточного минимума на ребенка, установленного в регионе. В следующем году он составит в среднем 12 тысяч рублей.

Также изменится критерий нуждаемости семей, по которому им назначают выплату: теперь доход не должен превышать двукратную величину прожиточного минимума трудоспособного населения,

установленного в регионе (ранее была полутора кратная). Это позволит гораздо большему числу семей воспользоваться программой поддержки.

Чтобы понять, имеет ли ваша семья право на выплату, нужно взять общую сумму доходов семьи за последние 12 календарных месяцев, разделить ее на 12, а потом разделить на количество членов семьи, включая рожденного ребенка.

2 Увеличится материнский капитал

Выплачивается за второго (или последующего ребенка, если не выплачивалось на второго), рожденного с 2007 по 2021 год. Его можно получить только один раз - и потратить на определенные нужды семьи (*см. «Цифры»*). С 1 января 2020-го материнский капитал будет составлять **466 617 рублей**.

3 Не забываем про 450 тысяч на погашение ипотеки

Семьям с тремя и более детьми государство начало выплачивать по 450 тысяч рублей на погашение ипотеки.

А как получить льготную ипотеку под 6% -

>> 10 (2)



Shutterstock

Раньше деньги выдавали на детей до полутора лет, а теперь - до достижения трехлетнего возраста.

■ ЧТО ЕЩЕ?

• При рождении третьего ребенка (И последующих детей)

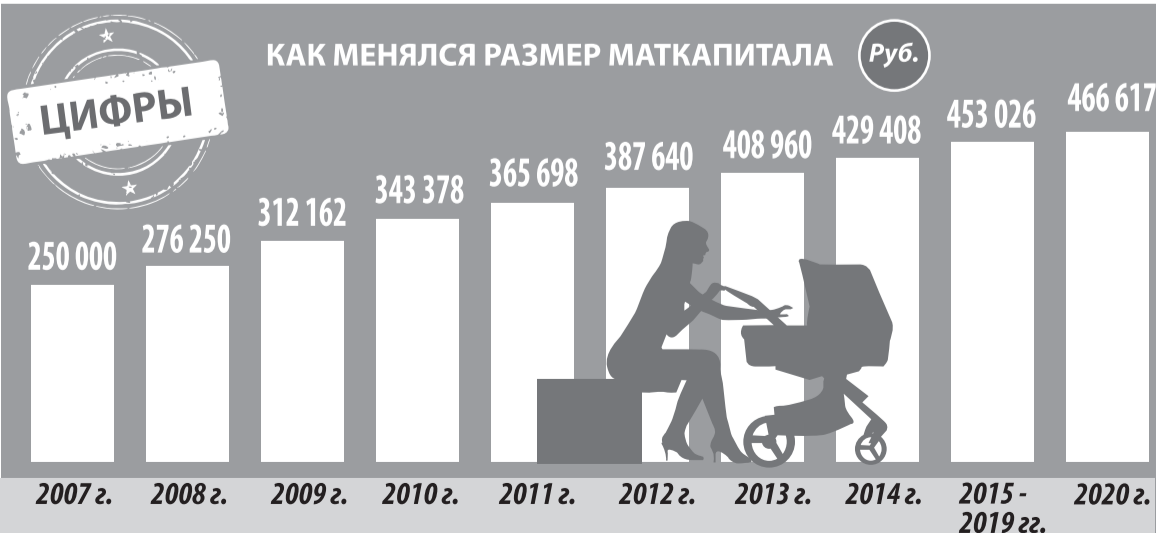
Выплачивается ежемесячно до достижения ребенком возраста 3 лет в регионах с суммарным коэффициентом рождаемости ниже 2, а в регионах Дальнего Востока - независимо от коэффициента рождаемости. Всего в 74 регионах выплачивается это пособие.

В среднем 10,4 тыс. рублей (в размере одного прожиточного минимума ребенка в вашем регионе).

• Выплаты по уходу за детьми-инвалидами

Ежемесячная выплата по уходу назначается одному неработающему трудоспособному лицу в отношении каждого нетрудоспособного ребенка-инвалида или инвалида с детства I группы на период осуществления ухода за ним.

Согласно Посланию президента сейчас это 10 000 рублей в месяц.



НА ЧТО ЕГО МОЖНО ПОТРАТИТЬ

- Улучшение жилищных условий, в том числе оплата ипотеки.
- Увеличение накопительной пенсии матери.
- Компенсация затрат на приобретение необходимой техники и оборудования для детей-инвалидов. Причем деньги можно направить только на компенсацию затрат за уже приобретенные товары и услуги.
- Получение ежемесячной выплаты на второго ребенка из средств материнского капитала.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Дадут ли вам ипотеку под 6 процентов?

Татьяна РУСИНОВА

Простые вопросы о льготном займе на недвижимость.

Каковы условия льготного займа для семей, в которых родился второй, третий (и так далее) ребенок? Давайте разберемся, кто и на каких условиях может воспользоваться программой.

Льготная ставка по ипотеке в 6% действует в течение всего срока кредита. Достаточно родить второго ребенка, чтобы воспользоваться ими по полной программе.

КТО МОЖЕТ УЧАСТВОВАТЬ?

Главное условие - ребенок (второй, третий и далее) должен родиться с 1 января 2018 по 31 декабря 2022 г. И быть гражданином России. Впрочем, вовремя родить детей мало - от семьи все же потребуются и кое-какие вложения.

СКОЛЬКО НУЖНО ДЕНЕГ?

Первоначальный взнос - от 20%. Это тоже обязательное условие: размер

льготного кредита не должен превышать 80% от стоимости недвижимости.

В качестве взноса можно использовать материнский капитал. (Сколько он сейчас составляет - см. стр. 9 (1)). То есть если стоимость нового жилища укладывается в 1,2 млн рублей, дополнительные средства искать не надо. Главное, иметь возможность вовремя расплачиваться по кредиту.

ЧТО ПОЛУЧИТСЯ КУПИТЬ?

Пока программа распространяется только на покупку новостроек.

Есть ограничения и по сумме кредита. Для Москвы, Московской области, Санкт-Петербурга, Ленинградской области - до 12 млн рублей. Для всех остальных - до 6 млн.

В принципе можно купить и более дорогую квартиру, но кредит по льготной ставке дадут именно в установленных пределах.

А ЕСЛИ КРЕДИТ НА КВАРТИРУ УЖЕ ЕСТЬ?

Жилищный займ можно рефинансировать, чтобы воспользоваться льготными условиями.

Например, семья, где всего один ребенок, взяла ипотеку по обычной рыночной ставке. А теперь родился второй. Можно подавать заявление на рефинансирование - оставшиеся выплаты по кредиту вам пересчитают уже по льготной ставке.



Дмитрий ПОЛУХИН

Дмитрий ПОЛУХИН



Наладчик автоматических линий ТПЦ Андрей Лозовский с сыном Владиславом.

ЗНАЙ НАШИХ!

Детям вход разрешен

Анна РУДЕНКО

Мальчишки и девчонки обожают заглядывать во взрослый мир. А что может быть заманчивее экскурсии по самому настоящему заводу? Тем более если здесь трудится родной человек.

Проект «К папе на работу» стартовал на ТАГМЕТе (см. «Справку «КП») четыре года назад. И с тех пор пользуется неизменной популярностью.

Первая остановка очередного экскурсионного маршрута - электрошлакостеплавильный цех. Вокруг все гремит

и грохочет. Темный фон цеха освещается оранжево-красными вспышками. Сопровождающий в доступной для детей форме рассказывает об устройстве и принципе работы электрошлакостеплавильной печи, важности регулирования температуры металла и его химического состава. Мощь, масштабы и звуки цеха, словно громовые раскаты, - первое удивление и восторг на лицах детей. Не меньше впечатлений от печи-ковша и машины непрерывного литья заготовки.

Пора отправляться в следующий цех - трубопрокатный, где кипит своя интересная жизнь. Технология горячего проката, стан со слитками прямо из

печей, летящая, словно ракета, будущая труба, для детей все это - настоящее волшебство.

На выходе детвора встречается с работниками завода.

- Смена растет? Это хорошо! - с улыбкой обращается к юной компании один из них.

Напоследок детям рассказывают о важности соблюдения требований охраны труда на производстве.

- От экскурсии остались только яркие и положительные эмоции. Дочь на заводе уже второй раз, но собирается прийти еще, - делится впечатлениями мастер по ремонту оборудования ЭСПЦ Сергей Денисов,

который сопровождал дочь Лилию в цехах. Рада за сына и контролер в производстве черных металлов ОТК Наталья Ищенко.

- Денису все очень понравилось. Было настолько интересно, что время пролетело незаметно, и двух часов показалось мало. Так что при первой же возможности придем снова.

Посещение завода стало полезным и познавательным. Ведь у детей была возможность получить представление о производстве. А еще испытать гордость за своих родителей, управляющих стихией огня, понять, насколько сложен и достоин уважения труд металлурга.

СПРАВКА «КП»

Таганрогский металлургический завод (ТАГМЕТ) входит в Трубную Металлургическую Компанию (ТМК) и является одним из ведущих российских предприятий трубной отрасли. Завод выпускает практически все виды стальных труб, в том числе высокопрочные и коррозионностойкие трубы со специальными свойствами, используемые в нефтегазовой отрасли. Продукция предприятия поставляется как российским, так и зарубежным потребителям. На заводе работают около 6 тысяч человек.



5 простых способов заработать в декрете

Алина ЛАДНАЯ

Как маме превратить творческое хобби в источник доходов.

Декрет и радости материнства вовсе не повод задвинуть свои интересы на дальний план, особенно если мама - творческая личность. Наоборот, появление малыша - как раз тот период, когда можно прислушаться к потребностям не только тела, но и души. Дети делают нас лучше, а интернет дает возможность продемонстрировать и монетизировать свои творческие способности, не выходя из дома.

1 ШИТЬ, ВЯЗАТЬ, ВАЯТЬ

Если хендмейд для вас - не просто слово и вы уже обеспечили сделанными своими руками украшениями (одеждой, игрушками и т. п.) себя, всех членов семьи, друзей и знакомых, можно выходить на новый уровень.

Авторские вещи приобретают все большую ценность. Люди хотят иметь нечто уникальное, эксклюзивное, чего не будет ни у кого другого. Возможно, именно вы можете им это предложить.

Самый известный портал Рунета, где можно выставлять и продавать свои работы, «Ярмарка Мастеров» (www.livemaster.ru). Создание магазина на нем бесплатно. Там же можно повысить свое мастерство и научиться чему-то новому - в мастер-классах недостатка нет.

2 МИР В ОБЪЕКТИВЕ

Вы видите красоту там, где ее не замечают другие? Ваши фотографии из отпуска собирают сотни лайков в социальных сетях? Ваш малыш позирует вам едва ли не с рождения, а рейтинг самых желанных подарков возглавляет новая оптика? Не дайте своему таланту пропасть попусту, ведь он может помочь вам заявить о себе, даже если вы круглые сутки проводите с малышом на руках.

Удачные фотографии можно не только выкладывать в соцсети, но и продавать фотобанкам. Один из самых популярных - Shutterstock (www.shutterstock.com/ru). За последние

Дети делают нас лучше, а интернет дает возможность продемонстрировать свои творческие способности. Причем монетизировать, не выходя из дома.

15 лет он выплатил своим поставщикам контента (фотографам, иллюстраторам и другим) более 0,5 млрд долларов. Если вы лишены предрассудков, почему бы вам не попробовать продать свои лучшие фотографии?

3 С ПЫЛУ С ЖАРУ

Если родные и близкие в восторге от ваших пирожных и тортов, а лучшая подруга доверила создание кулинарного шедевра для своей свадьбы вам, а не какому-то там ресторану, вам определенно стоит начать угощать и других людей. Не бесплатно, разумеется.

Продавать свои кулинарные творения можно в соцсетях. Например, создать для этого специальную страницу в Instagram. Особой популярностью

Уже даже подсчитали: к 2025 году пройти переобучение или подтянуть свои профессиональные знания по этой программе смогут минимум 230 тысяч россиянок. На этот проект уже выделены более 11 млрд рублей.

Кстати, уже сейчас подобные программы работают в регионах. В 2018 году, к примеру, обучение и дополнительное профессиональное образование получили 18,2 тысячи женщины с маленькими детьми. Но, по оценке Минтруда, мам, желающих обучаться, повышать квалификацию или учиться чему-то новому, куда больше. Им обязательно пойдут навстречу. И когда федеральный проект заработает, получится прокачать в плане профессии в 2,5 раза больше россиянок.

сегодня пользуются капкейки, кейк-попсы, зефир и, конечно, авторские пирожные. Ну а если вы изловчитесь и научитесь готовить веганские или ПП-тортики, сможете охватить самую модную аудиторию.

4 НЕ ИНСТАГРАМОМ ЕДИНЫМ

У вас уже есть блог с большим количеством подписчиков, но он все еще не приносит никакого дохода?

Можно как вариант регистрироваться на платформе **Boosty.to**, разрабатывать варианты подписки и приглашать туда свою аудиторию. Вы можете предложить ранний доступ к контенту, влияние на наполнение вашего блога (возможность предлагать темы), благодарности в титрах и упоминания в новых работах, какой-то эксклюзивный контент, участие в закрытой группе или чате и другие опции, которые могут заинтересовать подписчиков. При этом набор опций и их стоимость определяете только вы.

Если на ваш блог на Boosty подписутся 1000 человек, при стоимости подписки 200 рублей вы заработаете 186 000 рублей в месяц. Неплохая прибавка к декретным выплатам - если, конечно, все получится.

5 МУЗЫКА НАС СВЯЗАЛА

Если молодая мама - не только меломан, но и сама пишет музыку, ей стоит задуматься о том, чтобы проявлять свои таланты не только в пении колыбельных. Посетило вдохновение - сыграй, запиши как минус и пробегись по порталам, где можно продавать мелодии и биты.

Сейчас очень многие профессиональные музыканты не сочиняют музыку с нуля, а покупают биты

■ В ТЕМУ

Обеспечить место в садике для малыша

Минимум 255 тысяч дополнительных мест для детей до трех лет появится в ближайшие два года в России в рамках федерального проекта «Содействие занятости женщин - создание условий дошкольного образования для детей в возрасте до трех лет». Это и государственные, и частные детские садики, и группы кратковременного пребывания, где будут созданы все необходимые условия для малышей, в том числе с особенностями развития, инвалидов.

Появление разного вида ясельных групп, где за детьми будут присматривать и обучать, помогут сотням тысяч мам вернуться к активной трудовой деятельности и начать зарабатывать.

и накладывают на них собственные мелодии. Удобно. Один из таких порталов - **Beatmaker.tv**. Работает просто: регистрируетесь как битмейкер и загружаете свои минусовки в каталог. Цены на них колеблются в промежутке от 5 до 300 долларов.

В общем, не сдерживайте свои творческие порывы! Развивайте себя вместе с ребенком - и он будет вами гордиться. А чтобы все было по закону, что бы вы ни продавали - пирожные, авторских кукол или контент, - не забывайте о необходимости платить налоги. Благо сегодня это тоже можно делать в режиме онлайн - потребуется лишь скачать на смартфон мобильное приложение для самозанятых.



Shutterstock

■ А В ЭТО ВРЕМЯ

Пора прокачать себя в профессии

Уже с Нового года в России начнет работать программа профессионального обучения женщин с детьми в рамках нацпроекта «Демография». За счет федерального бюджета будет организовано переобучение и повышение квалификации женщин в период отпуска по уходу за ребенком в возрасте до трех лет, а также женщин, имеющих детей дошкольного возраста, не состоящих в трудовых отношениях и обратившихся в органы службы занятости.

Денис Клявер:

СЫН СОБРАЛСЯ

Известный музыкант рассказал о том, как воспитывает детей.

Денис Клявер поделился подробностями самого важного события в семье в уходящем году - его старший сын, 18-летний Тимофей, в декабре уходит в армию.

- Как сын обосновал свое решение? Вы его пытались отговорить?

- За год до выпускных экзаменов в школе мы стали обсуждать тему поступления. Сначала пытались определиться, куда же сын хочет поступать после школы. И финальным стало: «Пап, я пойду в армию - так хочу. А пока не готов принять решение, чем буду заниматься дальше». Пытались ли его отговорить? Нет, мы постарались понять. Во-первых, я уважаю решение сына - это его жизнь, тем более служить год. Во-вторых, я по себе знаю, что армия дала мне только плюсы и помогла из юноши превратиться в сознательного юношу.

- Уже известно, какие войска?

- Сын - профессиональный спортсмен, чемпион мира по тхеквондо, так что это будет спортивная часть.

- Тимофей готовился к армии?

- Ну он же не на войну уходит - в армию, поэтому особой подготовки не было. Напутствия от меня получил обычные: быть человеком, постараться погрузиться в новую атмосферу, режим. Советы - быть мужчиной, то есть в любой ситуации искать справедливости и ответов на вопросы, максимально думая головой, а не кулаками. Армия - это уважение к старшим, приказ есть приказ, поэтому отключаем «хочу-не хочу»... Так как сын спортивный человек, то проблем быть не должно: он погружен в условия, которые пусть немного, но близки к армейским - умеет соблюдать режим, выстраивать отношения со старшими, уважать тренера и его задания...

- Как договорились держать связь?

- Азбукой Морзе! (Смеется.) Не общались еще на эту тему, но там же будет телефон какой-то, а значит, и возможность общаться.

- За что больше всего переживаете?

- Не переживаю, потому что уверен в Тимофее: он замечательный парень, мудрый, рассудительный, неконфликтный, умеет четко поставить себя в обществе, к тому же обаятельный и коммуникабельный.

- Поедете знакомиться с командованием части?

- Конечно, поеду.



Семейный архив Дениса Клявера

Недавно Денис вместе с супругой завели сразу двух собак породы хаски. Ирина нашла эту сладкую парочку в приюте для бездомных животных. Увидела и сразу решила: таких пушистых товарищей надо обязательно забрать! Муж ее поддержал.

- А ваш папа что-то рассказывал о своей армейской жизни?

- Конечно, рассказывал. Много подробностей в его автобиографии «Жизнь, как песня» - там много про армию. Я помню, что у него было весело. Сначала папа служил где-то около Москвы, но стал участником конфликтной ситуации, и его отправили в другую часть. Там он очень быстро организовал концертную деятельность... Он не то чтобы с легким сердцем отправлял меня в армию, а прямо с большим желанием обязательно выполнить этот урок.

На отдыхе вместе с сыновьями и любимой мамой - певицей Ириной Олейниковой.

«За меня решение принял папа»

- Какие-то истории из своей армейской жизни рассказывали сыну?

- Поскольку я был студентом музыкального училища, нас расформировывали на службу по военным оркестрам родного Питера. Кстати, это было папино решение. Я-то был уверен, что не пойду служить. Но, раз папа сказал - в армию, значит, надо идти служить. Просто в то время это было не очень престижно. А сейчас как раз наоборот, чему я, несомненно, рад. Ну поскольку папа подключился, он проявил отцовскую опеку и договорился с дирижером, замечательным музыкантом, полковником Анатолием Ивановичем Остапенко, чтобы меня распределили к нему в оркестр. Так как я сын известного артиста, наш дирижер постоянно ждал от меня какого-то подвоха, что я буду косячить или лениться...

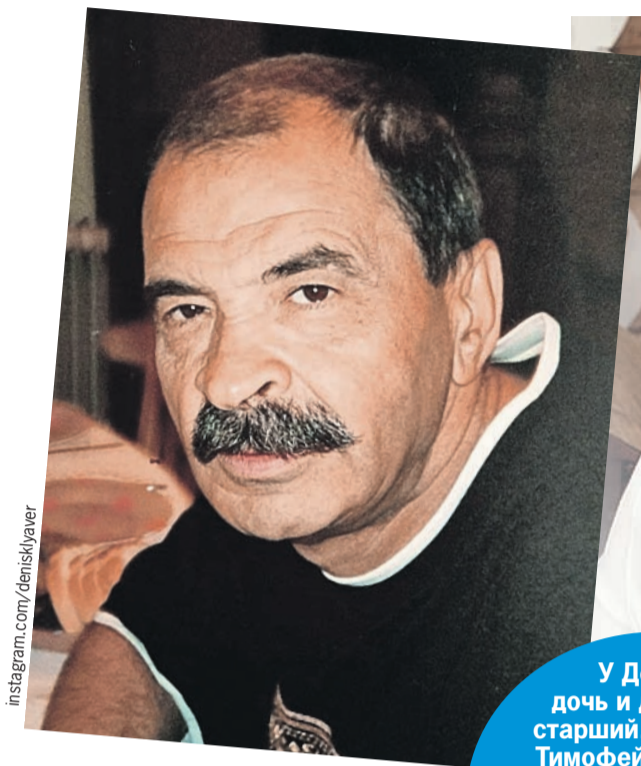
А я в оркестре: учу марши, дневалю, дежурю, все по уставу... Хотя, признаюсь, иногда косячил. Служба территориально проходила в военном училище: при нем была рота срочников, и у нас была отдельная солдатская спальня, в которой мы однажды проспали общий сбор. Вызвал Анатолий Иванович к себе

в кабинет - меня и еще двух моих сослуживцев. Один был дембель, другой отслужил половину, а я только призвался. Одному вставил, что он не отпустит его вовремя на дембель, если он так будет себя вести, второго отчитал, чтобы не равнялся на дембеля - еще год служить. А на меня посмотрел многозначительно и спросил: «Ну что, Клявер, началось?»



instagram.com/denisklyaver

В армию - и я его поддержал



instagram.com/denisklyaver



Семейный архив Дениса Клявера

У Дениса дочь и два сына: старший, 18-летний Тимофей (на фото), собрался идти в армию. Как говорят, парень очень похож на своего деда - Илью Олейникова. Младшему сыну Даниэлю 6 лет.

«Старший очень похож на деда»

- Вы рассказывали год назад нам в интервью, что Тимофей задумывался о поступлении в театральный институт...

- Очень надеюсь, что сын все-таки сконцентрируется на этой профессии. Но тут ничего не могу загадывать - придет после армии, и посмотрим. Он целеустремленный мальчик, если решит - обязательно своего добьется. Как раз во время съемок в моем клипе на песню «Как ты была красива» я хотел показать Тимофею со стороны, что у него есть задатки для актерской профессии. Он был органичный в кадре, мы не готовились: сын пришел на съемочную площадку, мы с режиссером Сашей Ягудиным просто рассказали о нюансах и стали снимать. У него абсолютное ощущение кадра.

- Ваш старший сын очень похож внешне на своего дедушку Илью Львовича.

- Да, старший очень похож на своего деда, на моего отца, и я вижу в нем однозначно актерские задатки. Главное его сходство со своим знаменитым дедушкой - он очень органичен. Ничего не играет. Сын проживает ситуацию документально в кадре - я считаю, это самое главное. Можно всему научиться, но ведь в этом же и задача актера - не изображать, а проживать. Мне кажется, Тимофею это дано.

- Говорят, наши дети умнее нас. Они теперь раньше взрослеют.

- У меня есть хороший пример. Тимофей с четырех лет занимается тхеквондо, в 9 он уже был чемпионом Ленинграда в своей возрастной категории. Однажды сын пришел со школы с фингалом под глазом, и я спросил, что же случилось. Сам был уверен, что кто-то из старшеклассников его ударил, но Тимофей

объяснил, что его одноклассник стукнул. Я спросил, что же стало с этим мальчиком. Оказалось, сын даже не ударил в ответ, объяснив мне, что профессионал не может так поступить. Но предупредил одноклассника: в следующий раз будет все очень плохо. Это взрослый, обдуманный, взвешенный и очень правильный поступок 9-летнего мальчишки. Он может дать сдачи, но лучше пропустит один удар и при этом избежит какого-то серьезного конфликта. После этого я очень сильно зауважал сына.

- Дружат ли трое ваших детей между собой? У них ведь разные мамы - это не мешает общению?

- Они совершенно замечательно общаются. С сестрой немало режис, а пацаны постоянно общаются друг с другом.

- Разница у ребят большая - 12 лет, старший опекает младшего?

- Играют вместе, старший учит его каким-то приемам. Тимофей ласковый мальчик, он к брату очень тепло относится. Заботливо, хотя без каких-то сюсюканий, но с очень большой теплотой. И мелкий тянется к взрослому.

- Переходный возраст сейчас у вашего среднего ребенка. Как Эвелин переживает 14-летний возраст?

- Переходный возраст дочь переживает совершенно нормально, Эвелин

очень творческая девушка. Красивая девчонка. Естественно, мне кажется, что она безмерно талантлива, и сейчас она пробует себя в разных сферах. 14 лет - это уже сознательный возраст, я уверен, что она сделает верный выбор, и за что дочка ни возьмется - она везде обязательно достигнет успеха.

«Понял многое о жизни в 30 лет»

- Говорят, когда человек понимает, что жизнь коротка и конечна, он начинает жить иначе. У одних это случается в 20, у других в 40 лет. Когда это произошло у вас?

- Я достаточно рано понял смысл основных ценностей жизни. Семья, порядочность, бескомпромиссность со своей совестью - это все очень важно. Потому что вещизм - это такая губительная штука... все это, конечно, нужно. Но важно, чтобы у тебя все это случилось на фоне понимания глобальных моментов - для чего ты вообще на этой планете. Лет в 30 ко мне пришло осознание, что самое важное - родители, дети, жена, друзья, любимая профессия... И в творчестве, и в отношениях нужно все строить от души.

- В чем выражается ваша забота о будущем детей?

- В том, что я стараюсь делать так, чтобы с детства они оказались

■ ИЗ ДОСЬЕ «КП»

Денис КЛЯВЕР
родился 6 апреля
1975 года
в Ленинграде.

Родители - народный артист РФ Илья Олейников и певица Ирина Олейникова. Окончил Санкт-Петербургское музыкальное училище. С 1994 по 2012 год - солист группы «Чай вдвоем». С 2013 года занимается сольной карьерой. В 2018 году вышел фильм «Лето», где голосом Дениса говорил Виктор Цой. С супругой Ириной воспитывают сына, 6-летнего Даниэля. Старшему наследнику Тимофею 18 лет (его мама - Юлия, экс-супруга Дениса Клявера), дочери Эвелин - 14 лет (ее мама - певица Ева Польна).

в совершенно обычной среде. Понятно, что их детство намного комфортнее, чем было у меня. Сейчас другая жизнь. Но, надо понимать, что дети станут взрослыми и попадут в обычный социум. Да, у моих детей есть возможность сегодня ездить в школу или садик на машине, а я ходил пешком. Но я делаю все для того, чтобы для них это не было обыденностью, чтобы они понимали и видели, что удобства и подарки не просто так появляются в их жизни - для этого нужно трудиться. Самое лучшее воспитание - это пример. Поэтому, если хотите, чтобы ваши дети выросли с определенными моральными и психологическими устоями, вы должны требовать этого от себя. Дети наблюдают за нашим поведением и полностью его копируют.

Надо ли говорить ребенку, что он - приемный

Почему детям важно понимать, чьи они, даже если кровные папа и мама от них отказались. Рассказывают сами усыновленные и эксперты.

Марина «ЧЕГО РЫДАЕШЬ? МОГЛА В ДЕТДОМЕ ОСТАТЬСЯ»

- У меня была прекрасная семья, любящая, - рассказывает **Марина Трубицкая**. - В подростковом возрасте были мысли о том, что мои родители неродные. Но я думала, такое бывает у всех... Правду узнала случайно, в 21 год. На глаза попало письмо. В нем мама подруга поддерживает ее в намерении взять ребенка из детского дома...



Семейный архив

Я отправилась к маминой сестре за правдой. Тетя ответила: «Ну да. Чего ты рыдаешь? Могла вообще в детском доме остаться».

Начала вспоминать. Оказывается, я помню очень много: родную мать, отца, запущенную пустую квартиру, больницу, детский дом, как мне меняли имя в пять лет.

Помню страшные семейные скандалы, как мы прятались с мальчиком под столом. Как полезли за игрушкой и выпали из окна второго этажа. Тогда я сломала ногу, и меня с тем мальчиком увезли в больницу.

Оказалось, что мальчик Коля, про которого я помню, - мой младший брат.

Придя в себя после потрясения, я начала поиски родного брата. В российском законодательстве не предусмотрена законная процедура поиска своих усыновленных братьев и сестер. Но мне повезло - сотрудники опеки сами связались с приемной семьей.

Коля не знал, что он не родной ребенок. К счастью, он обрадовался. Позже мы узнали, что у нас есть младшая сестра... О ее судьбе ничего не известно до сих пор.

Тема усыновления стала важной в моей жизни. Мы с мужем взяли

в семью приемного мальчика. Степу. Разумеется, он знает о том, что приемный. Я видела, какие минусы несет тайна, поэтому считаю, что ребенку нужно с самого начала рассказывать его реальную историю.

Татьяна «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ДОЧЬ!»

- Когда умерли мои родители, я очень переживала, - рассказывает **Татьяна Байбазарова**. - Даже обращалась за помощью к психотерапевтам. Как-то раз сказала мужу: у тебя есть брат, а у меня совсем никого не осталось. Муж надолго задумался. И признался: у тебя есть другие родственники.

Супруг рассказал Татьяне - люди, которых она оплакивает, удочерили ее в раннем детстве.

- Выяснилось, что, когда Рустем сделал мне предложение, мои родители пригласили его в гости и рассказали, как я попала в их семью, - вспоминает Татьяна. - Они взяли с него обещание никогда не говорить мне об этом. Муж хранил тайну много лет. Сказать, что я была в шоке, значит ничего не сказать...

Мне кажется, что родителям было



Семейный архив

очень трудно врать, ведь я, как и все дети, задавала им вопросы о своем рождении, младенчестве... Уверена, что эта семейная тайна просто сжирала их. Мама ушла в 69 лет, отец в 72. А ведь они бы могли пожить еще.

Татьяна решила найти кровных родителей. Смогла через знакомых в полиции.

- Наконец набрала номер и сказала незнакомому мужчине: «Здравствуйте, я ваша дочь» - и начала рыдать. А он мне спокойно ответил: «Да, ты моя». Оказалось, он услышал в моем голосе интонации своей матери, моей бабушки.

Оказалось, биологические родители Татьяны познакомились, когда были студентами. Закрутился роман, но обшей судьбы не получилось.

- Моя биологическая мама впоследствии вышла замуж и родила мальчика, биологический отец тоже женился, у него двое сыновей, - делится Татьяна. - Не сложилось у них, я не осуждаю. Все совершают ошибки.

С появлением Татьяны братья и сестры объединились. Сейчас она поддерживает отношения и с биологическими родителями, со всей своей родней...

И вот уже год, как Татьяна помогает подростку из детского дома.

Дарья «ДА, МЫ ТЕБЯ ВЗЯЛИ»

Дарья Емельянова уверена: говорить о серьезном с детьми можно и нужно. Ее саму удочерили в три месяца. Но об этом Дарья узнала только в 29 лет.

- В детстве я была уверена, что родная. Когда мне было семь, в семью взяли еще девочку. Она была уже взрослая. Я ревновала к ней родителей... В музыкальной школе мне говорили дети: «Тебя удочерили». Я отвечала: «Путаєте, это старшую сестру удочерили!» Однажды я лежала в больнице. Медсестра зачем-то между делом мне сказала: «Это вообще не твои родители, ты приемная».

Мне было 12 лет. Спросила у мамы. Она ответила: «Глупости». Я выкинула это из головы.

А про удочерение узнала наверняка в 25 лет. Мамы уже не стало. Правду рассказала крестная. У меня случилась истерика. Набралась сил поговорить с папой.

Но он очень сдержанный человек: - Ну да, мы тебя взяли...

Я, если честно, обалдела. До последнего надеялась, что он скажет: «Это все выдумки». Знакомая, такая



Семейный архив

же удочеренная девушка Оля, с которой я познакомилась в соцсетях, проконсультировала меня: как писать заявление, чтобы мне прислали свидетельство об удочерении. Оказывается, меня назвали Верой. И родилась я в другой день и другой месяц...

Сейчас ишу биологических родителей.

Часто мне пишут приемные мамы: мы усыновили ребенка, как вы думаете, когда и как рассказать ему? Я не знаю, что им отвечать. Но могу предположить, что подскажет любящее сердце...

Иоланта КАЧАЕВА,
благотворительный фонд содействия
семейному устройству детей-сирот
«Измени одну жизнь».

КОММЕНТАРИИ ЭКСПЕРТОВ

«РЕАКЦИЯ БЫВАЕТ РАЗНОЙ»

Яна ЛЕОНОВА, директор
фонда «Измени одну
жизнь», юрист:

- В России тайна усыновления охраняется законом (по нему должностных лиц, без согласия родных разгласивших тайну, могут оштрафовать на сумму до 80 тыс. руб. и даже арестовать на срок до 4 месяцев).

Безусловно, решение о раскрытии тайны принадлежит только семье. Но все неоднозначно.

Важно решить для себя - готовы ли вы скрывать тайну всю жизнь?

Ведь рано или поздно ребенок узнает. И реакция бывает очень разной.

Перед тем как принимать решение, все же важно не забывать о праве ребенка знать свое происхождение, корни и историю (это право прописано в Семейном кодексе). Стоит ознакомиться с разными методиками и техниками раскрытия тайны, посоветоваться со специалистами, постараться договориться о сопровождении этого процесса. Безусловно, в прошлом усыновленных детей много тяжелых событий, но можно и нужно научиться правильно о них говорить.

«НАДО БЫТЬ ЧЕСТНЫМ С САМОГО НАЧАЛА»

Елена МАЧИНСКАЯ,
многодетная приемная
мама, психолог фонда
«Измени одну жизнь»:

- Родители просто не знают, когда стоит сказать ребенку о том, что он приемный, они стараются годами оттягивать этот разговор. Пока однажды не понимают, что пауза затянулась. Ребенок взрослеет, задает все более сложные вопросы. Ком лжи нарастает.

Если подумать, на деле получается, что тайну усыновления хранят не от соседей, не от одноклассников, а от самого ребенка. Обычно остается много свидетелей: и персонал роддома, и сотрудники опеки, и педагоги, судья и секретарь суда, следователь, участковая медсестра...

Список слишком велик для того, чтобы тайна навсегда оставалась тайной. Разве лучше, чтобы ребенок узнал правду одноклассника, чья мать однажды проболтается?

Именно поэтому так важно быть честным с ребенком с самого первого дня, с самой первой секунды. Близкие, доверительные отношения с сыном или дочерью - фундамент, на котором сформируется здоровая зрелая личность. Даже если однажды кто-то попытается сказать в насмешку, что он приемный, ребенок сможет спокойно и ответить: «Да, и у меня самые лучшие на свете родители».

А КАК У НИХ?

В Америке нет тайны усыновления

В Америке приемные малыши знают историю своего рождения с самого детства. В странах Евросоюза за детьми закреплено право о получении информации о своем усыновлении. К примеру, в Бельгии для этого необходимо достичь 12 лет, в Австрии - 14 лет, а в Германии, Нидерландах и Болгарии - по 16 лет. В Великобритании лица старше 18 лет могут получить доступ к записям об усыновлении и рождении. А в Италии данные о кровных родителях также не признаны тайной и могут быть раскрыты в интересах усыновленного по достижении им возраста 25 лет. А вот в Казахстане, на Украине и в других странах СНГ тайна усыновления охраняется, а ее разглашение карается законом.

Истории, которые рассказали корреспонденту «КП» психологи женских консультаций и роддомов.

У этих женщин та еще работа. Каждый день они общаются с беременными. Смотрят им в глаза. И спрашивают: «Почему ты хочешь сделать аборт?»

Или говорят тем, кто только родил: «Ты точно хочешь отказаться от своего ребенка?»

Я встретила с психологами-консультантами на вручении премии «Святость материнства». Их награждают за то, что спасают десятки, сотни жизней в год. После разговора с ними мамы не делают аборт, оставляют ребенка в семье, не сдавая в приют...

- Саша, наша задача - не убеждать, так это не работает, - машут на меня руками эти прекрасные женщины. - Смысл в том, чтобы беременная САМА приняла осознанное решение оставить ребенка. А наша задача - сохранить ее психическое, психологическое здоровье.

Вот несколько историй, когда психологам удалось помочь сохранить беременность.

Рождение Захара

У 33-летней Анны* позади срок в колонии. И ВИЧ-инфекция. Плюс ребенок - минус муж. Живет в глухой деревеньке. С абортom затянула. Вот-вот рожать.

- Я с вами, конечно, поговорю, - фыркнула Анна пришедшему психологу. - Но я все решила: ребенок мне не нужен. Куда? Старшего бы поднять!

В положенный срок родился мальчик. Современная медицина позволяет сделать так, чтобы ребенок не заразился от ВИЧ-положительной матери.

Психолог настояла: новорожденного мальчишку положили в одну палату с мамой.

Анна делала вид, что никакого ребенка нет. Не кормила. Не замечала. Не подходила.

А на третий день увидела, как криво запеленал мальчишку доктор, пришедший с очередным осмотром...

- Кормить не могут, завернуть нормально не могут, - не выдержала Анна. - Перепеленала. Пригляделась.

Да ты прям Бэтмен. Нет, Супермен!

Психолог тихонечко стояла позади и смотрела, как Анна впервые разговаривает со своим ребенком.

- Как назовешь? - спросила шепотом.

- Дык Захар!

Через 15 минут Анна решила написать лишь временный отказ от малыша: чтобы решить проблемы с жильем.

- Я домой вернулась, - рассказывала потом Анна. - А сын спрашивает: «Мам, где братик?» И тут меня прорвало...

Она звонила в роддом каждый час: как там Захар? Анна выяснила, как получить жилье в райцентре. Заполнила документы на все полагающиеся денежные пособия. Ей помогли с коляской и кроваткой, вещами и памперсами.

Надо было видеть, как она спустя неделю забирала из роддома малыша - и где только такую машину роскошную нашла?!

Анна до сих пор регулярно звонит своему психологу и рассказывает о том, как растет маленький Захар.

«Почему ты идешь на аборт?»

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

ЧИСЛО НОВОРОЖДЕННЫХ, ОТ КОТОРЫХ ОТКАЗАЛИСЬ В РОДДОМАХ, С 2012 ПО 2018 ГОД СОКРАТИЛОСЬ НА 60%



РЕЗУЛЬТАТЫ ДООБОРТНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ



Продавец сухофруктов

У входа в кабинет медицинского психолога стоят мужские ботинки. Огромные, черные, в пыли.

Внутри - мужчина из Абхазии. Руки, ладони - все черные. Рядом жена, укутанная, как капуста. Паранджа, одежда до пят - видно только глаза. Очень грустные глаза. Мать пятерых детей, беременна шестым. Привели на доабортное консультирование. Русского языка не знает.

Говорить психолог может только с мужем. Он настаивает: ребенок не нужен.

- Мужчина, а почему у вас руки такие черные?

- А-а-а, я вчера грецкий орех чистил! У меня своя лавка сухофруктов. Лучшая в городе, точно тебе говорю. Все свое: питомник у меня, вот этими руками фрукты-ягоды вырастил! Целый сад. Каждое дерево с росточка знаю, с семечка!

- Стоп. А вы понимаете, что сейчас внутри вашей жены? Такое же семечко. Росток. Ваш и жены. Один на двоих. Выглядит вот так.

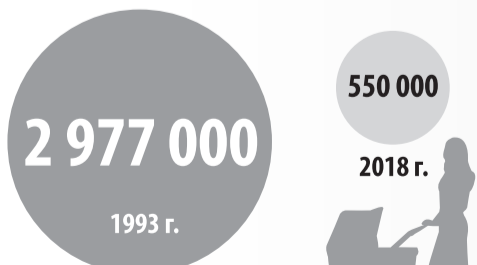
Психолог протянула паре фото 12-недельного эмбриона.

Мужчина замолчал. Пять минут в кабинете стояла тишина. Муж и жена смотрели друг на друга. А потом понеслось - они вскочили, размахивали руками, кричали, его трясло, она утешала...

Беременность была сохранена. А эти двое еще долго благодарили Аллаха - и психолога.

ВАЖНО!

НАСКОЛЬКО УМЕНЬШИЛОСЬ КОЛИЧЕСТВО АБОРТОВ В СТРАНЕ



Цифры привел в своем докладе замдиректора Департамента медицинской помощи детям и службы родовспоможения Минздрава РФ Олег Филиппов в своем докладе на VII международном форуме «Святость материнства» в Белграде.

Одно слово

В кабинете Татьяна*, 45 лет, мать двоих взрослых детей. Муж - безногий инвалид. Тяжелая семейная ситуация, она пашет за двоих: ну какой тут декрет.

Татьяна очень боится брать на себя грех. Долго говорит с психологом. Все глаза заплаканы. Но решение сделать аборт не меняет.

Спустя несколько дней психолог оказывается в больнице при роддоме.

Подбегает врач-анестезиолог:

- Помогите, у нас женщина на аборт пришла и белой ревет, не дает себе укол сделать. Дурдом какой-то!

В операционной та самая Татьяна: в казенной ночнушке, на ногах эластичные бинты. Уже полностью подготовленная к операции.

Психолог нагнулась к ней. И рывкнула:

- А теперь встала и пошла отсюда! Быстро!

И куда только у Татьяны слезы делись? Вскочила, на ходу разматывая бинты, выпорхнула к коридору, только ее и видели.

Татьяна родила мальчика. Говорят, сразу помолодела лет на десять. Старшие дети помогают с малышом, муж научился без ног водить машину. Без мелкого уже и жизни не мыслят...

Татьяне просто нужен был кто-то, кто бы сказал: «Остановись!»

Когда ты против «плодящихся школьниц»

Девушка, 16 лет. Платоническая любовь переросла в отношения. Мальчик - ровесник, учатся в одной школе. Девочка забеременела.

Ее родители уже пожилые люди, они против «рожающих школьниц». Последний шанс для того, кто в животе: консультация с медицинским психологом.

- В таких случаях всегда надо разговаривать в первую очередь с родителями, - объясняет психолог. - Я пригласила маму с папой девочки и задала им просто вопрос: «А что если после аборта у вашей дочери больше не будет детей? Если она сейчас послушается вас: простит ли она вас потом?..»

Мама дала добро на то, чтобы девочка родила. В ноябре молодые (да, конечно, совсем молодые) расписались. Девочка собирается окончить школу - пока она на индивидуальном обучении. И строит большие планы на будущее.

ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

«Я НЕ СМОГУ ИМ ВСЕМ КУПИТЬ АЙФОНЫ»

- Самое страшное, что чаще всего идут на аборт или оставляют детей в роддомах не одинокие женщины, не бомжихи какие-нибудь, - вздыхают медицинские психологи. - Наша обычная пациентка: обеспеченная дама с двумя-тремя детьми, своим жильем и чаще всего замужем. Звучат одни и те же фразы: «Мы не потянем ипотеку», «Собирались детей на море везти, а если будет еще младенец - не сможем», «Надо старших поднимать». И самое чудовищное: «Я им всем не смогу айфоны купить»...

По разным данным, **решение об отказе от аборта принимают 10 - 20% женщин** от общего числа пришедших за направлением на прерывание беременности. Сохраняют ребенка после общения с психологом чаще те, кто не думал бы об аборте, если бы не давление со стороны отца ребенка или родителей (около 70% женщин, отказавшихся от аборта, называли именно это обстоятельство как причину для прерывания беременности).

Казалось бы, у медицинских психологов не самая эффективная работа. **Но благодаря ей ежегодно появляются на свет более 40 тысяч малышей.**

Александра КУЧУК.

*Имена героев изменены.

Раскрыт секрет популярности детских видеоблогов

Почему мальчишкам и девочкам так нравится смотреть странные ролики в YouTube, рассказывает психолог Анна СКАВИТИНА.

Когда-нибудь взрослым все-таки придется смириться с тем, что у современных детей совсем другие интересы. Игнорировать или поддерживать их - выбирать вам. Но стоит осмыслить, что же так затягивает многих детей в многочасовые просмотры видеоблогов.

Прямые вопросы «Да что там интересного?» ни к каким хотя бы более-менее внятным ответам не приводят. А вот примерная классификация видов влогов поможет вам понять ценность этого контента для детей. И понять, что с этим делать.

РАСПАКОВКА ПОДАРКОВ

Началась их история с США, где до недавнего времени яйца-сюрпризы были запрещены - из-за опасности мелких игрушек для детей. Маленькие видео быстро набирали популярность. Это такое мгновенное волшебство, фокус. Вроде ничего нет, а теперь - чудо. Предвкушение, удивление, разочарование, радость. Такие влоги - как мгновенная конфета с эмоциями, оживляющая ребенка. Благодаря популярности формата, с яиц блогеры перекинулись на распаковку всего, что найдется. Родители рассказывают, что пересмотревший «распаковочных» роликов ребенок настолько удовлетворил свое чувство любопытства, что перестал даже подходить в магазине к полке с яйцами с сюрпризом.

Что это значит:

Если ребенок подсел на распаковку, возможно, ему недостаточно тех эмоций, которые у него в жизни присутствуют.

НОВЫЕ ИГРУШКИ

Жанр можно назвать обзорами или рецензиями. Это освоение нового гаджета, дорогой куклы, конструктора и так далее. Похоже на обзоры новинок бытовой техники, автомобилей, новых коллекций одежды, которые читают или смотрят взрослые. Здесь есть доля новой информации, ощущение, что ты ориентируешься в мире, контролируешь его, чувство причастности. Посмотрел и теперь обдумываешь свои потребности и возможности.

Сложность в том, что у ребенка критическое мышление не развито, поэтому все, что увидел у другого, ему тут же нужно и самому. Насмотревшись таких блогеров, дети часто просят новые игрушки.

Что это значит:

Если ваш ребенок любит смотреть видеоблоги с новыми игрушками, стоит учить его видеть «за кадром». Например,



научить использовать те игрушки, которые у него есть, для такой же игры, как в видео. Можно предложить ему выбрать себе игрушку на Новый год, предварительно обсудив с вами, каким образом и во что с ней можно будет играть. А также обсудить различие новых и старых моделей.

КТО-ТО ИГРАЕТ В КОМПЬЮТЕРНУЮ ИГРУ

Здесь сочетается эффект распаковывания, рецензии и наличие виртуального друга. Ребенок смотрит, как проходить игру, которой у него пока нет или которую у него не получается пройти самому. Он вовлечен в эмоциональный процесс, как бы играя вместе со сверстником-другом, который ему видится крутым, популярным. И часть нафантазированной популярности друга достается и ему - зрителю.

Что это значит:

Часто в таких видеоблогах зависают дети - любители компьютерных игр, которым трудно найти друзей в реальности. Те, которым нужна подпитка самооценки, потому что в других областях они чувствуют себя не особенно успешными и популярными.

Если ребенок тратит время на такие видео, может быть, стоит задуматься, как направить «атом в мирное русло»? Поисковать компьютерные игровые секции, кружки робототехники, где на основе общих интересов часто появляется и реальная дружба, и игра со сверстниками.

БЬЮТИ-БЛОГИ

Причем не только для девочек! Лет с 10 - 11, когда начинается взросление, у подростков любого пола просыпается внимание к своему меняющемуся телу. Это пугает, восхищает, ужасает.

Бьюти-блоги отвечают на вопросы: как, где, куда, сколько и чего, то есть на те вопросы, которые не задаются родителями. Потому что родители, с точки

зрения детей, точно не расскажут, как наносить автозагар или клеить ресницы. Даже спрашивать об этом маму стыдно. Намного лучше услышать рекомендации от своего сверстника, почти друга - не так важно, что половина из рекомендаций фейковые.

Что это значит:

Если ваш ребенок подсажен на бьюти-блоги, то консультация косметолога ему точно не помешает. Так же как и разговор с родителями или психологом о его переживаниях о внешности и самооценке.

ПРО ОТНОШЕНИЯ

Это влоги обо всем подряд. В них есть почти ровесник-друг, с которым дети видятся чаще, чем с родственниками, тот, с кем можно поболтать после школы, узнать, как у него дела, что с уроками, друзьями, чувствами. Здесь работает эффект реалити-шоу. Звезды-блогеры - такие же, как ты, с почти таким же мировосприятием, они ничем не отличаются от тебя, поэтому с ними можно запросто поговорить, поставить лайк, сфотографироваться, они даже могут лайкать тебя.

Что это значит:

В мире, в котором собраться после школы во дворе и пойти к кому-нибудь в гости практически нереально, родители все время заняты, а общения не просто хочется, оно необходимо как воздух, детям нужно, чтобы у них был настоящий друг. И такие виртуальные друзья становятся идеальными заменителями реальных. Они дают подросткам поддержку и спасают их от одиночества.

Если ребенок сидит в таких блогах, обратите внимание, как у него выстроены дружеские отношения со сверстниками, что у него с самооценкой.

Возможно, ему надо помочь с реальными навыками общения.

Подготовила Татьяна РУСИНОВА.

Даже малыши могут долго и с интересом глядеть, как другие распаковывают подарки или играют в компьютерные игры.

■ ВАЖНО!

Мозгу нравится ничего не делать, но получать удовольствие

Популярные видеоблоги, собирающие миллионы просмотров, часто стимулируют примитивные эмоции, давая детям мгновенную эмоциональную зарядку. Дети с хорошо подвешенным языком, кривляясь, балуясь, говорят с ребенком на хорошо понятном ему языке о темах, которые его волнуют. Все это так отличается от языка взрослых.

Здесь ты можешь выбрать себе любого друга, и он тебе не откажет! Тебя не отвергнут - и не нужно делать что-то специально, приобретать какие-то навыки. Ты - любой - имеешь право выбирать и дружить, с кем хочешь.

Юмористические повороты сюжета, быстрый темп, специально встроены фразочки, которые быстро превращаются в локальные мемы, разгуливающие по интернету, использование стикеров для экономии слов, попытка сделать вид, что запиливаешь в единицу времени максимум информации. Мозг чувствует себя загруженным и вовлеченным, но... не работает. А это мечта любого мозга: ничего не делать и получать удовольствие.

Детям для удовольствия часто не нужно что-то изощренное, поражающее воображение. Порой их запросы не настолько развиты, чтобы требовать высокохудожественные произведения. А будут ли они развиваться и требовать более качественных и культурных развлечений, зависит во многом от родителей и окружения.

В наших силах чаще водить детей в кино, театры, на выставки, брать в поездки и на экскурсии, просто разговаривать с ними на прогулках в лесу или парке - и новогодние каникулы для этого очень подходящее время!

Детский познавательный канал «0» (www.kanal-o.ru).

Елена ОДИНЦОВА

В большинстве случаев нам придется оплачивать «улучшения» российского законодательства.



Что подорожает с Нового года: Белая Крыса* придет за вашим кошельком

СОТОВАЯ СВЯЗЬ:

Ну, за суверенный Рунет!

Эксперты расходятся во мнениях: кто-то прогнозирует подорожание на 10%, кто-то на 17 - 18%, а кто-то и на все 25%. Причины - расходы на реализацию «закона Яровой» и закона об устойчивом Рунете. Как считают аналитики, сотовые компании также будут пытаться компенсировать снижение доходов из-за отмены роуминга внутри страны.

Впрочем, эксперты полагают, что операторы постараются сделать рост тарифов не слишком резким (не сразу на 10 - 15% с 1 января) и максимально незаметным. Незаметность может заключаться, в частности, в обновлении линейки тарифов. Тариф станет включать более быстрый интернет, больше онлайн-ТВ, больше еще чего-то - что вроде бы веяния времени. Но и будет стоить дороже. А насколько количество добавленного соответствует увеличению тарифа - попробуй разбери.

- Минимальные и социальные тарифы подорожают в пределах инфляции, тарифы средней и высокой ценовой категории будут дорожать значительно быстрее, - прогнозируют эксперты информационно-аналитического агентства Content Review. - Наибольший рост расходов на связь ожидает абонентов, которые пользуются архивными тарифами и тарифами средней ценовой категории с абонентской платой от 400 до 800 рублей в месяц.

ПАССАЖИРСКИЙ ТРАНСПОРТ:

Воздушная тревога

Сервисы по подбору и продаже авиабилетов наперебой сообщают, что средние цены на полеты в начале следующего года выросли довольно существенно. По данным Туту.ру, средняя цена авиабилета в экономклассе, оформленного на январь - март 2020 года, по России увеличилась на 6,5%, за границу - на 5%. У OneTwoTrip подсчеты еще круче: плюс 18% для внутренних рейсов, плюс 10% - для международных.

Серьезнее всего, по сведениям Туту.ру, из внутрироссийских подорожали перелеты-2020 из Москвы в Новосибирск (+38%) и из Москвы в Екатеринбург (+22%), из зарубежных - из Москвы в Баку (+28%) и из Москвы же в Рим (+20%).

Что случилось? Да то, о чем постоянно говорят. Отечественные

авиаперевозчики летают на грани рентабельности из-за постоянного роста расходов. По данным Ассоциации эксплуатантов воздушного транспорта, за три первых квартала 2019 года затраты авиакомпаний на аэропортовое обслуживание выросли на 23%, на обязательное страхование - на 18%, на лизинг (аренду) самолетов - на 14%.

Билеты на поезд тоже подрастут в цене. Проезд в плацкартных и общих вагонах с 1 января станет дороже на 3,5%. Стоимость этих перевозок у нас регулируется государством, такой размер индекса утвержден Федеральной антимонопольной службой. Можно предположить, что проезд в купе, стоимость которого государством не регулируется, в среднем подорожает не меньше.

ВОПРОС В ТЕМУ

Как изменятся цены на жилье и ЖКХ?

В этом году аналитики часто пугали грядущим ростом цен на квартиры из-за ужесточения законодательства.

- В разных регионах будут абсолютно разные тенденции, - считает вице-президент Российской гильдии риэлторов Константин Апрелев. - Там, где активно продолжается строительство нового жилья, цены расти не будут. И еще важно, что будет с ипотекой - это ключевой вопрос на будущий год. Все, включая заявления президента и правительства страны, говорит о том, что ставки должны снижаться. Выделяются бюджетные деньги на то, чтобы снижать ставки как минимум для определенных категорий граждан. Таким образом будет удерживаться спрос. И в тех регионах, где жилья строится недостаточно, цены могут и начать расти.

Что касается платы за ЖКХ, то традиционное повышение коммунальных тарифов нас ждет с 1 июля. А вот тарифы на жилищные услуги в зависимости от региона могут вырасти и с 1 января. Так, в Москве, например, с января увеличится минимальный взнос за капремонт - до 18 руб. 86 коп. за кв. м.

НАГЛЯДНО

КАК ПОВЫШАЛИСЬ ЦЕНЫ В 2019 ГОДУ

- крупа и бобовые +11,7
- яйца куриные +10,6
- табачные изделия +9,8
- хлеб и хлебобулочные изделия +7,8
- образовательные услуги +7,8
- мясо и птица +7,7
- масло сливочное +7,4
- пассажирский транспорт +6,8
- медикаменты +6,3
- коммунальные услуги +6

%

Данные Росстата за 11 месяцев 2019 года и аналогичный период 2018 года.

АЛКОГОЛЬ И КУРЕВО:

Налог на вредные привычки



Уже все привыкли: с 1 января поднимаются акцизы, потому пить и курить с каждым годом становится дороже.

Из главных новшеств - правительство резко повысило акцизы на вина. На «тихие» (которые не шампанское или игристое) - с 18 до 31 рубля за литр, на игристые - с 36 до 40. А кроме того, акцизы надо будет платить с виноматериалов и

винограда, которые используются для производства вина. Правда, производители вина из отечественного винограда получают право на налоговые вычеты.

В итоге, как прогнозируется, импортное вино подорожает в среднем на 10%, отечественное - на 5%. Заметнее всего рост цен будет на импортные вина в категории «вокруг 400 рублей». Если в цене вина за 1000 рублей рост акциза не очень заметен, то для

вина, которое стоило 390 рублей, лишние 34 рубля акциза очень даже внушительны.

А еще с января 2020 года появится акциз на электронные системы доставки никотина и устройства для нагревания табака. То есть на модные ныне вейпы и тому подобные игрушки. Акциз в 2020 году составит 50 руб. (за одно устройство). Обычные сигареты и табак из-за тех же акцизов подорожают в среднем в рамках 10%.

АВТОМОБИЛИ:

Деньги - в утиль



По прогнозам ассоциации «Российские автомобильные дилеры», стоимость новых авто вырастет в среднем на 5%. Некоторые аналитики говорят о 10%.

Главная причина плохих новостей - с 1 января вырастет утилизационный сбор. Для машин с двигателем от 3,5 литра повышение самое большое, на 145%. Для самых ходовых, с литражом 1 - 2 литра, - на 112,4%. В среднем - на 110,7%. Но отечественным производителям - в том числе

зарубежным, у которых заводы в России, - правительство большую часть затрат компенсирует через так называемые промышленные субсидии.

Что в итоге?

1. По идее больше всего должны подорожать крутые джипы и премиальные седаны с объемом двигателя от 3,5 литра, которые в большинстве своем собираются за границей. Но в их цене утильсбор

не слишком заметен. Скажем, компания BMW объявила о подорожании ряда своих моделей на 40 - 120 тысяч.

2. Самые ходовые и нижней части среднего класса из-за утильсбора существенно вырасти в цене не должны, поскольку в основном собираются здесь. Но тут другая беда - правитель-

ство больше не будет компенсировать производителям таможенные пошлины на ввозимые комплектующие. Это даст рост цен минимум на 2 - 3%.

3. Под наибольшим ударом окажутся некоторые популярные кроссоверы типа Honda CR-V. Здесь подорожание из-за утильсбора будет явно больше, чем средние 5%.



Какие законы вступят в силу с Нового года, читайте на сайте

КОРОТКОЙ СТРОКОЙ

ПОКУПКИ В ЗАРУБЕЖНЫХ ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИНАХ СТОИМОСТЬЮ БОЛЕЕ 200 ЕВРО И ВЕСОМ БОЛЕЕ 31 КГ.

За такие посылки с 1 января придется платить таможенную пошлину (сейчас беспрошленный порог - 500 евро, еще годом раньше был 1000 евро). Правда, уменьшается сама пошлина - с 30% от стоимости посылки до 15%. И порог будет действовать не с учетом суммы всех полученных посылок за месяц, а для каждой отдельной посылки. То есть если вы получили три разные посылки, но с мелочовкой за 50 - 100 евро и небольшим весом, то пошлину платить не надо.



ПЛОХАЯ НОВОСТЬ ДЛЯ ЛЮБИТЕЛЕЙ ТУРЕЦКОГО ОТДЫХА: он подорожает из-за налога на проживание в отелях и других средствах размещения, включая апартаменты.



Правда, он вводится только с 1 апреля, но это аккурат перед пляжным сезоном. Пока, до конца 2020 года, налог будет составлять 1% от стоимости номера.

*По восточному календарю 2020 год будет годом Белой Металлической Крысы.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Ася ЖУКОВА
(«КП» - Красноярск)

Почему люди могут хорошо разбираться в марках машин и дорогих часов, но не знают базовых вещей о своем здоровье: разговор без купюр записала «КП».

Есть такая поговорка: «Врачи делятся на три категории: врач от бога, врач «ну с богом», и врач «не дай бог!». А что думают сами доктора? О проблемных пациентах, коллегах, к которым страшно попасть на операционный стол, о неэффективной диспансеризации и многом другом - без прикрас, но на условиях анонимности рассказал один из врачей Красноярского края.

ЗА ГРАНИЦЕЙ ВРАЧИ - ПРАГМАТИКИ, НАШИ - ТВОРЦЫ

Принято говорить про некую самобытную российскую медицину, которая больше основывается на интуиции, таланте отдельно взятого врача. Такие доктора, конечно, есть. Но их единицы. Основная же масса пациентов попадает к рядовым докторам, и в этом смысле мы, к сожалению, проигрываем иностранным медикам. У них совершенно другой подход. Автоматический, если хотите. Они все выполняют строго прописанный порядок действий - клинические рекомендации. И это правильно, ведь данный порядок основывается на серьезных научных исследованиях.

У нас же доктора чаще апеллируют к собственному опыту, который априори не может быть больше опыта мирового. Доходит до крайностей, когда защищаются кандидатские, которые пытаются опровергнуть утвержденные мировые рекомендации и стандарты лечения.

Но о существовании международных стандартов и рекомендаций нужно знать! К сожалению, из нескольких десятков знакомых мне коллег только 2 - 3 выписывают литературу, читают современные журналы. Даже на русском, а на английском и того меньше.

РАБОТА КАК НАКАЗАНИЕ?

Зарплатами, плохой оснащенностью больниц наши врачи поставлены в такие условия, что работа для них - не главное в жизни, это просто работа.

Российские врачи получают существенно меньше европейских, японских и тем более американских коллег. Это заставляет подрабатывать в других клиниках, много дежурить, и в итоге это плохо сказывается на ежедневной

«Выпивать понемногу можно. Но вслух говорить об этом нельзя!»

работе - у людей накапливаются усталость и эмоциональное выгорание.

Доктора ездят на учебу, бывают зарубежные стажировки, приезжают домой, а воплотить не могут - оборудования нет. Серьезные научные исследования в России не проводятся много лет. Когда у нас Нобелевские премии по медицине были, помните? Павлов и Мечников, в 1904 и 1908 годах. Больше ста лет назад. И все.

О САМОЛЕЧЕНИИ

Люди не понимают даже базовых вещей о своем здоровье, хотя при этом уверены, что знают все лучше врача. Приведу пример. У человека была определенная патология. Образуются тромбы, периодически летят куда угодно, в том числе в сосуды мозга, и вызывают инсульт. Чтобы этого не случилось, нужно пожизненно принимать препараты, которые разжижают кровь.

И вот он поступил с инсультом, парализована половина тела. Современные технологии помогли вытащить тромб. Пациент восстановился. Его обследовали, назначили препараты. Объяснили - их теперь надо принимать пожизненно. Он их принимал два месяца, а потом бросил, решил, что это не нужно. И через два года повторный инсульт, теперь парализовало другую сторону. Опять удалили тромб, и опять все восстановилось. Такое редко бывает. Он радостный, на выписке обнимал врачей: «Спасибо, мужики!» Мы же не особо радовались - посчитали: только на расходные материалы потратили миллион рублей. А препарат, который ему нужно было принимать, копейный - 150 рублей.

Или был еще случай: известный красноярский профессор впервые в России сделал новую операцию пациенту с тяжелой патологией. Большое событие, приехал глава Росздравнадзора. Мужчину ему показали, все довольны. Потом врачи спускаются в подвал. И видят этого же мужика,



Больше советов,
как сохранить
здоровье, -
на сайте



Катерина МАРТИНОВИЧ

который курит! Чиновник чуть главврача и профессора не задавил: «Вы вообще смотрите, кому вы делаете такие операции? Он курит, и все вернется!» Есть жесткая фраза: не надо дуракам делать умные операции. Но она отражает суть дела.

Было такое предложение: если мы лечим пациента, а он продолжает курить, пусть тогда в следующий раз, когда поступает, заплатит за лечение. Давайте попробуем деньгами наказывать. Может быть, немножко взбодрились бы наши люди!

МЕНЬШЕ СОЛИ

После 60 лет половина населения России - гипертоники. Если решить проблему, люди начнут лучше жить. Но для этого желательно с детства, юности ограничить потребление соли. Нужен целый комплекс мер, серьезные госпрограммы.

Людей надо элементарно приучить измерять себе артериальное давление.

Еще один момент: проводится у нас диспансеризация. Человека осматривают несколько специалистов. Между тем все это неэффективно, выявляемость патологий очень низкая. Была хорошая идея: сделаем диспансеризацию только по двум направлениям - сосудистая система и онкология, но по-настоящему. Бу-

дем делать МРТ и так далее. Однако все остается по-прежнему.

НЕЛЬЗЯ ГОВОРИТЬ, ЧТО ПИТЬ ПОЛЕЗНО

Сам я веду нормальный образ жизни. В ней есть и кофе, и длительный интеллектуальный труд - это профилактика болезни Альцгеймера. Стараюсь на ночь не есть. Минимум раз в неделю хожу в спортзал. Могу выпить рюмку коньяка, но без фанатизма.

Кстати, алкоголь - профилактика ишемического инсульта, доказанная большим исследованием, продолжавшимся 10 лет. Но спиртное должно быть хорошего качества и в умеренных дозах - 30 мл спирта в день, это бокал вина либо рюмка коньяка/виски.

Алкоголь и спирт растворяют жиры, атеросклеротические бляшки. Правда, появляются другие проблемы - циррозы печени и так далее. Но, если брать суммарно, люди, которые совсем не пьют, в долгосрочной перспективе проигрывают. Это может быть тот случай, когда человек здоров, а потом бац! - и у него инсульт. И ты говоришь, надо было не перегибать палку.

Алкоголь в умеренных количествах можно принимать как лекарство. Но русскому человеку это говорить опасно. А то начнется: «30 мл? А давайте 60! Вдвойне полезнее!» Поэтому я никому об этом не говорю.

Следующая «толстушка» оживет у вас в руках!

Если 30Ж не так хорош

Пять ошибок приверженцев правильного питания и спорта

Гороскоп любви и семейного счастья на 2020 год

Спецвыпуск в продаже с 18 декабря

Сканируй

ТАЕ
ЭТОТ МОМОТ «КОСМИЧЕСКИЙ» ОЖИВЕТ У ВАС В РУКАХ
КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА!
Бизнес на фотоботах
Старый паспорт Киркорова продают за 250 тысяч рублей
Как Россия отстаивает свои интересы в Арктике

Гороскоп любви и семейного счастья на 2020 год

Реклама. 12+

«Будешь утирать слезы сиротам и вдовам», Старик, он же Ленин, «Заслышу я конское ржанье», монетизация новогоднего обращения, православный газетваген и бронетранспортер «Малюта Скуратов»

Максим СОКОЛОВ

Большие пресс-конференции, а равно «Прямые линии» В. В. Путина давно уже вызывают нарекания, поскольку на них постоянно являются удивительные совопросники, и лишь примерная кротость Президента РФ позволяет избежать скандала. Однако не только «Прямые линии», в которых по определению являются люди простые и некнижные, представляют собой немалое испытание президентского терпения.



НЕПРИДУМАННАЯ РОССИЯ

Встречи с членами Совета по правам человека оказываются не меньшим искушением. Конечно, совет исполняет функции, очерченные еще императором Николаем Павловичем, который, вручая начальнику III отделения Собственной Его Императорского Величества канцелярии гр. А. Х. Бенкендорфу носовой платок, указал: «Будешь утирать слезы сиротам и вдовам, утешать обиженных, стоять за невинно страдающих». Члены совета утирали, утешали и рассказывали об этом В. В. Путину.

Вместе с тем некоторые члены внушали юношеству и В. В. Путину вольнодумные мысли. Кинорежиссер А. Н. Сокуров призвал Президента РФ поговорить на равных с особенными людьми, участниками дела 27 июля - Е. С. Жуковым и др.: «Пригласите их всех, напоите чаем. Просто пусть они вам скажут все, что они думают. Я просто умоляю вас об этом». Император Николай Павлович в свое время, например, последовал этому совету и напоил чаем многих участников дела декабристов, но остался чаепитием весьма недоволен. Например, о полковнике П. И. Пестеле он вынес суждение: «Злодей во всей силе слова, без малейшей тени раскаяния, с зверским выражением и самой дерзкой смелости в записке». Так что, возможно, воздержание от общения скорее пошло на пользу юным борцам.

Что же до совета А. Н. Сокурова «придумать Россию», державный собеседник возразил, что «Господин Ульянов, он же Старик, он же Ленин, у него там еще какие-то клочки были» уже как-то придумал, а «теперь мы не можем понять, что со всем этим делать». Режиссер, впрочем, мог бы ответить, что Старик, он же Ленин, придумал что-то неправильное, а у новых придумщиков получится все замечательно. И не возразишь - «Он художник, он так видит».

КОНИ-ИСТЯЗАТЕЛИ

Поэтому членам совета правильнее было бы ограничиться утешением безвинно обиженных, которых всегда при себе имеете. Нижегородские правоохранители арестовали гражданина, обвинив его в нарушении ст. 117-2 УК РФ («истязание двух и более лиц»), грозящей ему сроком до семи лет. Подозреваемый «С апреля 2018 г. по настоящее время, находясь в своей квартире, систематически включал звуки ржания лошади, причиняя психические страдания другим жителям дома».

Нижегородец, скорее всего, предавался модному ныне бонапартизму, отображенному Гейне в балладе о двух гренадерах:

*И смирно и чутко я буду
Лежать, как на страже, в гробу...
Заслышу я конское ржанье,*

И пушечный гром, и трубу.

То Он над могилою едет!

Знамена победно шумят...

Тут выйдет к тебе, император,

Из гроба твой верный солдат!

Вызывание императора по полной программе включало бы еще звуки канонады, а также трубные гласы. Истязуемые соседи бонапартистареконструктора еще дешево отделались. С другой стороны, звучное ржанье:

И-го-го, моя кобыла,

И-го-го, мой жеребец,

Засадил моей кобыле

На три пуда огурец

- есть гарантированное Конституцией право на свободу слова, так что членам Совета по правам человека надлежит защитить свободное слово.

ДАВАЙ ЗАКУРИМ

Тем временем бывший член совета женщина-политолог Е. М. Шульман и действительный член журналист Н. К. Сванидзе решили промышлять новогодними утренниками. Они анонсировали новогоднее обращение к гражданам: «Интересно будет нам с вами это сделать вместе и увидеть сверкающие перспективы!»

О сверкающих перспективах говорил под бой курантов еще Л. И. Брежнев, а впоследствии Б. Н. Ельцин и В. В. Путин. «С Новым годом, дорогие товарищи, с новым счастьем!» есть мощная духовная скрепа. Однако прежде генсеки, а затем президенты делали это бесплатно, на общественных началах, тогда как Н. К. Сванидзе и Е. М. Шульман решили это дело монетизировать. Чтобы послушать новогоднее обращение, надо заплатить от 1750 (экономкласс) до 2750 руб. (бизнес-класс). Остается надеяться, что в стоимость билета включены лукошки с конфетами.

В отличие от правозащитников думцы решили поздравить граждан бесплатно. Нижняя палата приняла в третьем чтении закон о восстановлении православных газетвагенов в аэропортах. Прежде курящие граждане либо выстраивали ЗОЖ, преодолевая никотиновую абстиненцию, либо, опасаясь и озираясь, курили в отхожем месте. При этом даже не действовал универсальный аргумент, что у нас-де теперь, как в Европе. Достаточно посетить парижский CDG или римский Фьюмичино, чтобы убедиться: там аэропортовское начальство давным-давно установило газовые камеры, вследствие чего в отхожих местах не курят. Все гениальное просто, а теперь с некоторым, как водится, запоздани-

ем и в Россию пришел свет европейского просвещения.

Правда, в ходе арьергардных боев твердые жожевы провели поправку, согласно которой стены православного газетвагена должны быть непрозрачными. Очевидно, они полагали, что зрелище массово дымящих граждан необычайно соблазнительно и всех будет склонять к подражанию. Поэтому греховных людей решено было укрыть от посторонних взоров. Красочный подарок был сделан и жителям г. Александрова (б. Александровской слободы), где после

долгих препирательств был установлен памятник Иоанну IV. Писатель А. А. Проханов с присущей ему возторженностью писал: «Возвращение сегодня в русское сознание образа Ивана Васильевича Грозного - явление промышленное. Он будет нам подспорьем в грядущих потрясениях». Вероятно, писателя вдохновила характеристика царя, данная в стихотворной «Истории государства Российского»:

Иван Васильич Грозный

Ему был имярек

За то, что был серьезный,

Солидный человек.

Придя в окончательный экстаз, А. А. Проханов сообщил: «На Уралвагонзаводе в скором времени станет на конвейер новый могучий танк. Его броня отлита из метеоритного железа. Имя танку будет «Иван Грозный».

Сейчас бронетехнику делают по модульному принципу - единая базовая платформа и для танка, и для самоходки, и для БТР. Так что в скором времени вдохновенный писатель объявит о запуске в серию бронетранспортера «Малюта Скуратов».



Еще больше комментариев к последним событиям - на сайте

20 лет назад вышел первый детектив про Дашу Васильеву! А это юбилейная книга. Пусть все мои истории принесут вам радость в 2020 году!

А это «Комсомольская правда» - самая уютная газета для всей семьи

С любовью Дарья Донцова

ПОДПИШИСЬ НА «КОМСОМОЛКУ» - ГАЗЕТУ ТЕПЛОГО НАСТРОЕНИЯ.

ТЕЛЕФОН: (495) 777-02-82
РЕКЛАМА, 16+, АО «ИД «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА», МОСКВА, ОГРН 1027739295781

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

«Маруся хочет жить». Как алтайские дети борются за возможность дышать

Анастасия КОРЯГИНА

Люди с тяжелыми заболеваниями могут умереть из-за того, что оригинальные лекарства пропали из аптек.

У 41-летней Дарьи Щегловой из села Мамонтово трое детей. Было четверо, но один из ее сыновей умер от неустановленного диагноза, когда ему было чуть больше года. А сейчас женщине приходится ежедневно спасать от смерти свою 7-летнюю дочку Марусю. У девочки врожденное наследственное заболевание - муковисцидоз, из-за которого ее легкие работают всего лишь на 25%, печень отказывает, а поджелудочная железа не работает вообще. Жизнь девочки состоит из постоянных ингаляций и приема множества лекарств. Но теперь Маруся может умереть из-за того, что необходимые ей препараты пропали из аптек.

ПОЛТОРА ГОДА БЕЗ ДИАГНОЗА

В Мамонтово три ребенка с муковисцидозом, а в Алтайском крае их 49. Цифра небольшая, но за ней стоят живые люди. Все они хотят дожить до совершеннолетия, чтобы потом, возможно, дожидаться пересадки легких.

Взрослых пациентов с муковисцидозом в регионе не больше 10 человек. Все потому, что мало кто выживает. А смерть от этой болезни очень страшная: человек задыхается от вязкой слизи в легких или погибает от цирроза печени и дефицита веса - потому что пища не усваивается.

- Марусе поставили диагноз только к полутора годам. До этого я даже не знала, что такое муковисцидоз. Я подозреваю, что мой сын, рожденный до нее, умер именно от него - уж очень схожие были симптомы. Но ему так и не успели помочь, - говорит Дарья Щеглова.

Из-за неправильного лечения у Маруси возникли осложнения с легкими, она никак не набирала вес, ребенка постоянно рвало. Ей порекомендовали сделать операцию

на пищеводе, и Щегловы поехали обследоваться в Москву:

- Там сделали генетический тест и выяснили, что с дочкой на самом деле. После этого мы получили нужную нам терапию: сильные антибиотики, ферменты для переваривания пищи, муколитики для разжижения мокроты и так далее. Ребенок после этого совершенно преобразился.

Сейчас у Маруси обострение. Девочка кашляет с кровью, потому что в ее легких живет очень устойчивая к антибиотикам бактерия - синегнойная палочка, а необходимых лекарств для ее уничтожения у семьи Щегловых нет:

- Когда мы ее поймали, не было нужных лекарств. Мы пытались их добывать, но полного курса так и не прошли. Из-за этого бактерия выработала устойчивость, и теперь нам

которым его заменили, нужно зафиксировать побочные эффекты. То есть по факту провести эксперимент: начать пить лекарство, и если станет плохо, пойти к доктору, подождать решения врачебной комиссии, а затем закупки самого лекарства. На это уходят недели, а если приходится доказывать правоту через суд - месяцы. Все это время больной ребенок умирает.

- От аналога панкреатина у дочки просто сорвало кишечник: начались диарея и рвота, мгновенная потеря веса. А оригинального препарата, чтобы заменить работу поджелудочной, ей положено 42 банки в месяц по 300 рублей каждая - то есть 13 тысяч рублей. Только мы начали его получать, восстанавливаться - пропал ингаляционный антибиотик. У него вообще нет аналога, а ведь

- Нам совершенно не хочется рисковать здоровьем детей и придурительно тестировать на них непроверенные лекарства. Мне нужно сохранить легкие дочери до 18 лет и дожидаться трансплантации. А мне предлагают их добить неэффективными антибиотиками. Благо нам периодически помогали с закупкой лекарств благотворительные фонды. Иначе бы мы вообще не знали, как выжили, - вздыхает Дарья.

Маруся очень хочет ходить в школу, но пока не может из-за начавшегося обострения. К ней на дом ходит учитель и репетитор. Дарья не работает - на ней Маруся, которой нужно делать шесть ингаляций в день и кормить на три тысячи калорий, а еще два других ребенка: 16-летний сын и полуторагодовалая младшая дочка.

В семье зарабатывает папа, он автомалар. Марусе платят пенсию по инвалидности, а ее маме - пособие по уходу за ребенком. Всего выходит около 27 тысяч рублей. Для Алтайского края звучит довольно неплохо. Но многие препараты приходится докупать, а расходники для ингаляций вообще не компенсируют - только на них нужно 8 тыс. рублей в месяц. Получается, что этой суммы порой не хватает даже на необходимое лечение.

Несмотря ни на что, семья мечтает о том, что Маруся вырастет и будет полезна для общества. Ведь при надлежащей терапии она могла бы вполне нормально жить, учиться, а потом и работать, а не лежать под капельницами. В Европе, например, такие дети вырастают и живут лет до 50 и больше. Там уже начали применять таргетную терапию - пытаются «исправить» поломанный ген - и имеют определенные успехи.

ИХ НАЗЫВАЮТ «МУКОДЕТИ»

Родители алтайских детей с муковисцидозом создали свой чат в мессенджере. Там они обсуждают свои проблемы, обмениваются новостями, помогают друг другу препаратами и калорийным питанием. Лично их детям общаться нельзя, чтобы не обмениваться болезненной микрофлорой легких, хотя для здоровых людей они безопасны. Своих ребят они зовут «мукодеты» - то ли от латинского слова *mucus* (слизь, мокрота), то ли от слова «мука».

Когда появились первые «звончки» последствий импортозамещения лекарств, одна из мам «мукоробенка» Нина Маматова организовала всех собратьев по несчастью сначала просто в группу активистов, а потом и в полноценную региональную общественную организацию «Паруса Надежды»:

- Проще бороться, когда нас много. И в Минздраве серьезнее стали относиться к нашим жалобам, когда нас официально зарегистрировали. Например, нам удалось добиться привоза оригинального панкреатина, которого не было с ноября. Сейчас развозят на декабрь.



Легкие 7-летней Маруси действуют всего лишь на 25%, печень отказывает, а поджелудочная железа не работает вообще.

нужны еще более сильные антибиотики, которых тоже нет. Легкие дочки разрушаются в геометрической прогрессии. У нас есть и выигранные суды с Минздравом о том, что нам нужны оригинальные препараты, входящие в «золотой стандарт» лечения. Но толку мало.

«НАС ЛЕЧАТ ЧИНОВНИКИ»

С рынка уходят оригинальные антибиотики, муколитики (отхаркивающие), ферментные препараты, желчегонные. В лучшем случае их меняют на дженерики - аналоги в основном индийского и российского производства. Это часть государственной программы по импортозамещению.

- По идее дженерики должны быть идентичны оригиналу, но по факту это далеко не так. У очень многих детей наблюдаются тяжелые побочные эффекты после замены препаратов. У нас, например, проблема с оригинальным высокодозным панкреатином - он нам положен, но в аптеках его нет. Отсроченный рецепт лежит полтора месяца, хотя по закону нас должны им обеспечить в течение 15 дней, - рассказывает Дарья Щеглова.

Чтобы доказать, что пациенту нужен именно оригинал, а не аналог,

мы только им и спасались, - говорит мама Маруси.

Также от аналога одного из антибиотиков у девочки не только не было улучшения, а наоборот - случилось обострение. Семилетний ребенок жалуется на боль в венах - они уже сожжены от высоких доз лекарств, которые ей не помогают.

По словам Дарьи, местные врачи искренне хотят ей помочь, но порой не могут из-за загвоздок в законодательстве. «Нас лечат чиновники», - горько констатирует женщина.

«НА НАС ТЕСТИРУЮТ ЛЕКАРСТВА»

Тех, кому без проблем подходят аналоги, в Алтайском крае меньшинство. Замену оригинальных препаратов на дженерики родители детей с муковисцидозом называют «массовым клиническим испытанием», которое проводят без их согласия. Так, один из дорогостоящих муколитиков уже в 2020 году заменят на российский препарат, который был зарегистрирован в июне 2019 года и тестировался только на людях старше 18 лет. А выписывать его будут детям. Как их истощенные организмы на это отреагируют - никому не известно.

ПОДСКАЗКА «КП»

Как узнать, может ли ваш ребенок родиться с муковисцидозом

Число детей с «поломанным» геном растёт. В России частота их рождения составляет 1 к 10 тысячам, а в Европе - один на 2 - 2,5 тысячи новорожденных. Ребенок с заболеванием появляется с вероятностью в 25% в случае, если оба родителя являются носителями мутации гена.

Выяснить наличие мутации можно по ДНК-тесту. Также во время беременности можно пройти пренатальную диагностику на небольшом сроке, а на позднем - сдать амниотическую жидкость. Носители мутации могут родить здорового ребенка в 75% случаев. Чтобы подстраховаться, можно также прибегнуть к ЭКО с предимплантационной генетической диагностикой.



Маруся Николаева с мамой Дарьей.

Трехлетнюю дочку Нины в январе ждет пятая операция. У Алисы удалена часть кишечника из-за непроходимости и спаек, вызванных заболеванием. Ей тоже назначали аналоги, но мама не стала экспериментировать:

- Дочка уже при недостатке оригинального панкреатина начала ходить в туалет непереваренным жиром. А про антибиотики я вообще молчу.

Среди родителей «мукодетей» есть и мамы-одиночки, у которых просто нет средств на то, чтобы дать ребенку то, что ему перестали выписывать. Им помогают фонды «Подари жизнь», «Во имя жизни», «Кислород» и другие. Но и этого бывает недостаточно.

- В краевой детской больнице нет ни одного оригинального внутривенного антибиотика для наших детей. А у нас 20 человек инфицированы синегнойной палочкой, которую дженерики не убивают. Некоторые врачи регистрируют побочку, но не выписывают оригинальные препараты, хотя это законодательно разрешено. Они продолжают капать другим дженериком, фактически

играя в лотерею. Одна наша мама - Юлия Коломаева из Зонального района - писала в прокуратуру, Минздрав, Росздравнадзор, чтобы отменить аналог для своего сына. Так ей после этого главврач ЦРБ заявил, что из принципа не оформит заключение, - возмущается Нина.

«НАМ НЕКОГДА ЖДАТЬ!»

19 декабря Нина Маматова собирается на прием к алтайскому министру здравоохранения Дмитрию Попову. Она не знает, дадут ли ей встретиться с ним лично или с ней поговорит кто-то из замов. Но надеется, что ее услышат. По словам активистки, когда в краевом Минздраве сменилось руководство, многие родители перестали получать необходимые препараты для детей.

- Мы уже доказали, что нам нужны конкретные лекарства, а нас заставляют делать это снова. Говорят: «Поднимаем бумаги и все пересматриваем». Но нашим детям некогда ждать, когда в министерстве что-то пересмотрят! Они есть хотят, у них пища без ферментов не усваивается! Я уже и в прокуратуру написала,

мне терять нечего. Нас даже тем, что положено, не в полном объеме обеспечивают. При этом в соседних регионах, в отличие от нашего, нет таких проблем, - говорит Нина.

Женщина хотела выйти на работу, но из-за предстоящей дочери операции этот вопрос пришлось отложить. Непостижимо, как у нее хватает сил на то, чтобы бороться за всех «мукодетей» и их родителей. «Нина наш боец! Она тащит всех наших детей. Ее нервам и выдержке просто можно позавидовать», - говорит Дарья Щеглова. Сама Нина признается, что такой сильной была не всегда:

- Мне было очень тяжело сжиться с этим. Я первое время даже название диагноза выговорить не могла. Но когда постоянно находишься в состоянии борьбы, поневоле закалишься. Я, например, сумела добиться для своего ребенка паллиативного амбулаторного статуса. Надеюсь, что это поможет нам получить некоторую медтехнику и спецсредства - например, ингалятор, пневможилет. Сама я это не куплю, там речь идет о сотнях тысяч рублей. Главное, чтобы врачи внесли это в выписку.

СТАЛ ВЗРОСЛЫМ - КРУТИТЬСЯ САМ

Алтайские «мукодетей», несмотря ни на что, стараются жить в полном смысле этого слова: ходят на танцы, поют, занимаются спортом. Им полезны плавание и гимнастика. Многие посещают школы и детский сад. Они порой реже болеют, потому что часто на антибиотиках.

- А вот взрослые у нас совсем не защищены. Для них законодательство много чего уже не предусматривает - мол, выросли, давайте сами. Они живут на мизерную пенсию по II или III группам инвалидности. Первую редко кому дают. Некоторые падают духом и отказываются от лечения, - говорит Нина.

С алтайской организацией «Паруса Надежды» контактируют и совершеннолетние с диагнозом «муковисцидоз». Самой старшей из них уже исполнилось 30 лет. Есть девочка, которая пережила пересадку легких, - Алена Родионова из Бийска уже 24 года. Она

живет относительно полной жизнью. Это дает надежду остальным. Еще одной девочке, Оле Зябловой из Змеиногорска, осталось меньше месяца до 18. Она живет с мамой в Москве в ожидании трансплантации. Девочка уже не дышит без кислородного концентратора. Все держат за нее кулаки.

После пересадки новые легкие уже не имеют отношения к поломанному гену, поэтому нормально функционируют. Пациенты могут вести нормальную жизнь, но желудочно-кишечный тракт все равно необходимо ежедневно поддерживать.

ПИКЕТЫ, ПЕТИЦИИ...

Месяц назад мама двоих детей с муковисцидозом из Санкт-Петербурга Лейла Морозова запустила кампанию по привлечению внимания к проблеме закупки лекарств и дженериков. Она считает, что лекарства нужно закупать не по 44-му закону, потому что из-за него чиновники берут самое дешевое, а не качественное.

На сайте Change.org Лейла разместила петицию: «Верните лекарства больным муковисцидозом». Ее подписали уже более 200 тысяч человек. Женщину уже зовут на федеральные телеканалы с просьбой рассказать о проблеме. Алтайские родители «мукодетей» об этом знают и полностью поддерживают ее.

В связи с возникшим резонансом люди начали организовывать одиночные пикеты на улицах. Ведь следом за больными муковисцидозом от недостатка качественных лекарств начнут умирать больные онкологией, астмой, диабетом, эпилепсией. Многие уже ощутили это.

Некоторые физически здоровые люди, впервые услышав о проблеме и узнав о тяжести этого заболевания, начали писать комментарии в духе: «А зачем рожали?».

«А смысл их лечить? Все равно умрут». У Нины Маматовой есть на это ответы:

- Рожали, потому что никто об этом не знал. У нас не все врачи знают о существовании такого заболевания! А по поводу «все равно умрут»... Никто не может сказать, сколько проживет. У всех одинаковые шансы. У здорового ребенка

может развиваться онкология в 10 лет, и что - пусть он умирает? Наши дети при правильном лечении могут жить нормально! И многие в России живут: учатся в вузах, работают и не сидят по домам в кислородных масках. Да и сейчас можно трудиться не выходя из дома. А при хорошем исходе мы можем дожидаться таргетной терапии. Я свою дочку рожу так, чтобы она не считала себя ущербной, чтобы жила полной жизнью и приносила пользу обществу.

Фото: личный архив, bf-kislrod.ru.



Алена Родионова, пережившая пересадку легких.



Нина Маматова с дочкой Алисой.



Оля Зяблова с мамой в ожидании трансплантации легких.

Фигурный треш-токинг

В пятницу вечером олимпийская чемпионка по фигурному катанию Алина Загитова в прямом эфире программы «Время» заявила, что приостанавливает карьеру и не будет биться за место в сборной на чемпионат мира и Европы. После этого в соцсетях разгорелся тренерский скандал, в котором с одной стороны оказалась команда Тутберидзе, а с другой - Татьяна Тарасова и Евгений Плющенко.

Хронология
самого
громкого
скандала
в фигурном
катании.



Алина Загитова
к 17 годам выиграла
все что только можно.

Владимир ВЕЛЕНГУРИН/«КП» - Москва



Татьяна Тарасова.

Татьяна ТАРАСОВА:

«Вернется Алина или нет - глупый вопрос, надежды юношей питают. Надеюсь на то, что она найдет себя, ей предстоит очень интересная творческая жизнь. Она пошла не на улицу, она пошла в шоу, которое делает Татьяна Навка, - прекрасное шоу, будет ездить по миру. А мы будем иметь возможность видеть ее раз в год... Чтобы в шоу оставаться интересной зрителю, нужно тренироваться, и она, наверное, будет это делать. Но мне жаль, что только тремя программами измеряется продолжительность спортивной жизни олимпийской чемпионки».

Тарасовой ответил тренерский штаб Этери Тутберидзе:

«Уважаемые любители и доброжелатели фигурного катания. Почитав на досуге ваши многочисленные интервью и комментарии, решили к вам обратиться.

Уважайте решение величайшей спортсменки и труд всего тренерского штаба, который привел Алину Загитову и других спортсменов к результатам, которыми они будут гордиться всю свою жизнь.

Уважаемая Татьяна Анатольевна Тарасова, за три программы Алина Загитова показала спортивного результата больше, чем некоторые спортсмены за десять. Очень жаль, что в



В команду Этери Тутберидзе
входят Даниил Глейхенгауз
(в центре) и Сергей Дудаков.

пору величайших достижений Алины вы так много ее критиковали. Наверное, из-за огромной любви. В таком случае остальным нашим спортсменам очень хочется пожелать немного меньше вашей любви и заботы».

Досталось в этом посте и Евгению Плющенко:

«Евгений Плющенко, вас на данный момент ТРЕНЕРОМ никак нельзя назвать. Вы не воспитали и не научили ни одного спортсмена ничему. Ваши периодические попытки купить в прямом смысле этого слова готовых спортсменов

только лишь мешают нашей профессиональной работе. Вам не удалось заманить к себе Алину, как вы ни пытались унизить нас в ее глазах. Желаем вам воспитать хотя бы одного своего спортсмена. Правда, для этого нужно посещать тренировочный процесс...» - говорится на teamtutberidze.

Ответ Евгения ПЛЮЩЕНКО:

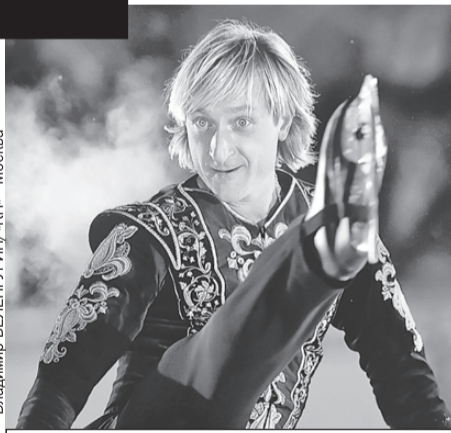
«Воскресенье. Утро. Хотел выспаться, а тут поток звонков! Говорят, «Тутберидзе-Тим» про Вас и Татьяну Анатольевну Тарасову пост написали. Не позвонили, не поговорили, если есть вопросы или претензии, а сразу пост накатали, ну что делать, тогда отвечу, не обтекать же как обольный олень!..

Итак, уважаемая Этери, не буди лихо, пока оно тихо...

...Не имею обыкновения хамить женщинам... Но был бесконечно удивлен вашей реакцией на мои слова, поскольку она представляется весьма хамской...

Но раз вы сами начали, тогда по порядку. Никогда не пытался «заманить», как вы пишете, к себе Алину и никого другого, тем более «унижая вас» в ее глазах... Если бы я хотел кого-то «переманивать», уж, поверьте, моего авторитета и ресурсов хватило бы на внушительный список, на целую «Плющенко-тим», с хорошими зарплатами и большими спонсорскими контрактами, но пока есть только «тим-Тутберидзе»...

Алина сама несколько раз просила меня на шоу в Японии ей что-то подсказать... Дал ей лишь несколько сугубо профессиональных советов, когда она считала, что находится в определенном тупике, в



Евгений Плющенко.

том числе осваивать четверные прыжки. Странно, что целый штаб не принимал во внимание тренды современного спорта. На этом в общем-то мое «переманивание» и закончилось.

И, конечно, уважаемая Этери, никакая, даже самая пронзительная степень вашей неудовлетворенности и досады не может извинить вашего ничем не прикрытого хамства в адрес Татьяны Анатольевны Тарасовой, гения и великого тренера. К любым ее решениям, мнению нужно бы не только прислушиваться, а быть бесконечно благодарным даже за критику... а не обижено надувать губки...»

Загитова ушла, но осталась

Наивные вопросы
о судьбе чемпионки.

Почему взяла паузу?

Не тянет. Женское фигурное катание сегодня - спорт для 15-летних девочек. Пока они по-женски не созрели, пока не изменился вес и центр тяжести, а вместе с этим не пришла раскоординация, они могут исполнять прыжки в четыре, а потом, как знать, может, и в пять оборотов. Алине учить новые прыжки уже было не под силу, травмы подкрадывались одна за другой, и не было мотивации.

Почему не объявила о завершении карьеры?

Возможно, дело в финансовых обязательствах. У олимпийской чемпионки есть несколько рекламных контрактов, которые могут быть разорваны с окончанием карьеры. В сумме рекламный потенциал Загитовой оценивался ESPN в 2,5 млн долларов в год.

Плюс, как представитель сборной

России и действующий спортсмен, Загитова получает лед и стипендии. Причем не одну, а несколько - в России топ-спортсмен может представлять два разных региона. Это обычная практика.

Что фигуристка будет делать?

Кататься в показательных выступлениях и спектаклях на льду. Алина Загитова - звезда ледового шоу Татьяны Навки «Спящая красавица». Гонорары Алины держатся в секрете, но за каждое выступление звезда ее уровня в Европе и США может получать от 10 до 20 тыс. долларов. В России, наверное, суммы меньше.

Она может вернуться?

Вряд ли. Впрочем, если вдруг завтра Международный союз конькобежцев поднимет возрастной ценз выступления фигуристок во взрослых соревнованиях с 15 до 17 лет, Алина Загитова наверняка вернется на лед за титулами.

■ ПАС ОТ НАС

Превратили красивый вид спорта в бабские разборки

Андрей ВДОВИН

Заслуженные тренеры и звезды фигурного катания с мировыми именами лаются друг с другом. И это еще далеко не все. За скандалом Тутберидзе - Плющенко - Тарасова полыхает пожар поменьше - Туктамышева - Медведева. И все это не просто так: вся атмосфера в фигурном катании пропитана ненавистью настолько, что должно было полыхнуть как следует.

Если совсем коротко про скандал Лизы и Жени. На ютуб-канале Елизаветы Туктамышевой появилось видео, оскорбительное для Евгении Медведевой и всегда поддерживавшей ее Татьяны Тарасовой. Лиза вскоре эмоционально объяснила: канал оказался под контролем ее бывшего агента, с которым

фигуристка давно разорвала отношения. Но слова Туктамышевой - это как одинокий огнетушитель на пожаре пятой категории сложности. «Да заткните ее хоть кто-нибудь», - разрывались комментарии под расплывшимся видео. И это было одно из самых корректных высказываний.

Евгения Медведева приняла объяснения Лизы и поддержала Туктамышеву. Но сделала тоже максимально странно. «Всем умникам, которые наезжают на Лизу, лучше бы закрыть пицалку», - написала Медведева.

И от фигурного катания в этот момент захотелось быть еще дальше.

Вы удивлены? Если да, то, значит, вы давно не читали комментарии болельщиков под новостями фигурного катания. Там война и немцы. Там фанаты Заги-

товой бьются против фанатов Медведевой, не жалея сленговых выражений.

И знаете, что самое неприятное. Что большинство этих фанатов - дамы. Нет, на форумах футбольных болельщиков бывает иногда жестче. Но намного реже.

Так красивый вид спорта превратился в поле битвы. Где прежде всего выплескивают свое раздражение.

Говорят, скандалы продвигают спорт. Говорят, накал страстей вокруг противостояния Медведева - Загитова, а скорее Медведева - Тутберидзе вознесло фигурное катание в топ разных рейтингов популярности. Может быть. Но, кажется, еще чуть-чуть, и те, кто хочет видеть в фигурном катании искусство, повторяют вслед за Татьяной Анатольевной: «Идите к чертовой матери все вместе взятые».



Быстрее, выше,
сильнее, больше! Слушайте
«Большой спорт»
Николая Валуева по средам
в 2.00 на Радио «КП»



Подготовили
Сергей КИРИЛЛОВ,
Константин
ИВАНОВ.

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

Светлана МАКОВЕЕВА/«КП» - Самара



Анна ТИХОНОВА,
24 года, Самара:
- Работаю
инструктором
role dance. Люблю
танцевать и лошадей.

Комментирует
стилист-имиджмейкер
Вика МАЙОРОВА:
- Тот вариант, когда обувь,
легинсы и кроп-топ актуальны
и не вызывают вопросов! Вот
что значит правильный образ
в нужном антураже!

Письма с фото присылайте по адресу:
«Комсомольская правда», Старый
Петровско-Разумовский проезд, д. 1/23,
стр. 1, Москва, 127287.



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

После изучения на допинг мощей Александра Невского ВАДА рекомендовало отдать победу на Чудском озере утонувшим тевтонским рыцарям....

Объявление:
«55-летняя женщина,
мать троих программистов,
просит кого-нибудь не психованного
научить ее интернету».

В Одессе:
- Жора, ты любишь сало?
- Люблю.
- Тогда я вся твоя, малыш!

**Просто удивительно,
насколько мужчине
проще понять женщину,
если он на ней не женат.**

- Что за ресторан! Телятины нет, трюфелей нет, устриц нет... Принесите мое пальто!
- К сожалению, вашего пальто уже тоже нет.

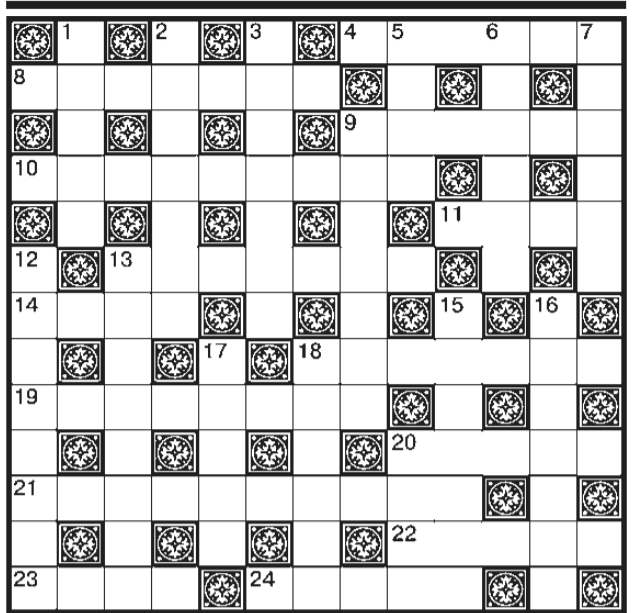
Недобросовестный сурдопереводчик в течение недели вместо новостей давал объявления о продаже своего автомобиля.

Оставьте свой анекдот на сайте kp.ru в рубрике «Анекдоты»!

Весь архив анекдотов от «КП» - на kp.ru



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

4. Сообщение «по служебной надобности». **8.** «И ... уточняет в последний раз маршрут». **9.** Шпилька, но не в причёске. **10.** Стальной сплав для чеканки денег. **11.** Какой из итальянских вулканов превосходит Везувий в два с половиной раза? **13.** Увертюра к воплощению в жизнь. **14.** Сколько составляют двенадцать часов по меркам циферблата? **18.** Какую монету сменила итальянская лира? **19.** Закуска под нектар. **20.** Летящий жеребец. **21.** Азиатская страна, чей гимн написан на языке пушту. **22.** Дополнение к иголке. **23.** Крокодил у Эдуарда Успенского. **24.** В какой балканской столице стоит памятник царю Александру II?

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Корпоратив. **2.** «И перед вами трепетал ... остервенелый». **3.** Что в Сталинград переименовали? **5.** Какой из драгоценных камней могут называть арлекином? **6.** Какой роман привел на тюремные нары Валентина Борисовича из комедии «Женщины без границ» Юрия Полякова? **7.** Ореховый бисквит. **9.** С каким цветком европейцы долго связывали город Гент? **12.** «Жабры» в комплекте с маской и лапами. **13.** Какой вымышленный город попал в песню Владимира Преснякова? **15.** Какая страна считает Давида Сасунского своим героем? **16.** Причина смерти Рауля Валленберга. **17.** «Там, где кончается дипломатия, начинается ...». **18.** Провал из итальянского. **20.** Ясновельможная.

16. Инфаркт. **17.** Война. **18.** Фiasco. **20.** Панин. **9.** Камелия. **12.** Аквавит. **13.** Зурбаган. **15.** Армения. **2.** Арлекин. **3.** Царьпин. **5.** Опал. **6.** «Лолита». **7.** Де-Зюста. **22.** Нита. **23.** Гена. **24.** София. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** **1.** Дюк. **2.** Штурман. **3.** Кавчук. **4.** Акминтал. **11.** Этна. **13.** Замысел. **14.** Круг. **18.** Фиориньо. **19.** Амброзия. **20.** Петас. **21.** Афга.

Прогноз погоды на завтра, 18 декабря

	Днем	Ночью
Барнаул	-7, -5	-11, -8
Бийск	-6, -4	-10, -8
Алейск	-5, -4	-10, -9
Змеиногорск	-6, -5	-11, -10
Камень-на-Оби	-7, -5	-10, -8
Рубцовск	-5, -3	-9, -7

Давление (мм рт. ст.) **748**
(норма декабря - 755)
 Относительная влажность воздуха - **81%**
(норма - 75)
 Ветер южный, **3 м/с**
 Восход - **9.35**
 Закат - **17.06**

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

Если у вас есть:

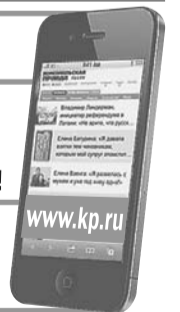
- ТЕМА** для публикации
- ОТКЛИКИ** на статьи
- ЖАЛОБЫ** на доставку
- на качество печати

Звоните нам!

(495) 777-02-82

Ваше мнение для нас важно!

Для быстрого доступа на сайт просканируйте QR-код с помощью смартфона



ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
Шеф-редактор А. ГАНЕЛИН.
РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:
О. НОСОВА (первый зам. главного редактора),
А. ДЯТЛОВ (зам. главного редактора),
Л. ЗАХАРОВ (зам. главного редактора),
П. САДКОВ (зам. главного редактора),
Е. САЗОНОВ (зам. главного редактора),
А. СЕМЕНЦОВ (зам. главного редактора),
А. СЕДОВ (редактор отдела политики)

НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», Старый Петровско-Разумовский проезд, д. 1/23, стр. 1, 6-й этаж, Москва, 127287.
 Ценные почтовые отправления не доставляются.
 ТЕЛЕФОНЫ: отдел связи с читателями - (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22; e-mail: kp@kp.ru;
 Web-сервер: www.kp.ru;
 отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82; e-mail: advert@kp.ru;
 служба распространения - (495) 777-02-82

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
 Индексы 50057, 31470, 32353

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

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2019», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 229 875 экз.

Цена договорная

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



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

© АО ИД «Комсомольская правда», 2019. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: (495) 970-19-51.

РЕГИОНАЛЬНАЯ РЕДАКЦИЯ И ИЗДАТЕЛЬ ООО «ПРОЖЕКТОР»

Директор ООО «ПРОЖЕКТОР» - О. В. МАРКИНА
 Главный редактор «КП» - Барнаул - О. С. ВЕДЕРНИКОВА
 E-mail: kp@altkoms.ru
WWW.KP.RU

Адрес редакции и издателя: Барнаул, ул. Короленко, 51
 ТЕЛЕФОНЫ: Редакция - (3852) 722-005
 Рекламный отдел - (3852) 722-009
 Служба распространения - (3852) 722-600

ИП Люкшенко, 656049, г. Барнаул, ул. Короленко, 105.
 Время подписания барнаульского выпуска - 17.30.
 Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты. Тираж регионального выпуска - 5000 экземпляров.
 Заказ № 153. Рекомендуемая цена - 25 руб.

ЗИМНИЕ ПРАВИЛА

для чувствительной кожи

Чтобы провести холодный сезон с комфортом, нужно не только тепло одеваться, но и внести сезонные изменения в режим ухода за кожей. Это поможет избежать раздражений, покраснений и других неприятных спутников зимы

Косметологи бьют тревогу: из года в год растет число людей, чья кожа отличается гиперчувствительностью. При этом даже обычные внешние воздействия, например, умывание водопроводной водой или перепады температуры, могут привести к появлению красных пятен, шелушения, зуда. По разным оценкам, от 40 до 70% жителей крупных городов сегодня считают свою кожу чувствительной.

Защитная функция кожи реализуется благодаря строению эпидермиса. Его внешний роговой слой образован отмершими и сплюснутыми клетками, которые плотно прилегают друг к другу. Промежутки между ними заполнены водоотталкивающей субстанцией - эпидермальными липидами. На поверхности кожи липиды соединяются с потом и секретом сальных желез, образуя защитную смазку-эмульсию. Ее слегка кислая реакция (pH 5,5) угнетает патогенную флору. Если защитная смазка отсутствует, то глубокие слои кожи оказываются беззащитны перед вторжением бактерий, вирусов, спор грибов, воздействием химикатов и экстремальных температур.

К повреждению кожного барьера часто приводит воздействие щелочных моющих средств, растворяющих кожную смазку. Это могут быть пенки и гели для умывания с агрессивными пенообразователями, обычное мыло или средства для уборки и мытья посуды. Способностью к растворению жиров обладают и спирты, входящие в состав многих косметических средств в качестве консервантов. Кислотные пилинги на основе фруктовых кислот также нарушают барьерную функцию кожи.

Зимой к иссушающим факторам прибавляется мороз (особенно в сопровождении холодного ветра) и центральное отопление. В хорошо нагретой комнате влажность воздуха обычно составляет 12 - 25%, в то время как для нормального функ-

ционирования кожи необходимы 60 - 70%.

Зимой может стать реактивной даже та кожа, которая летом была нормальной. Однако не стоит думать, что нужно просто потерпеть несколько месяцев, и все войдет в норму. Ведь реакция гиперчувствительности носит накопительный характер. Имунная система привыкает инициировать процесс воспаления в ответ на внешние раздражители и в дальнейшем делает это все легче и все чаще. Поэтому уже при первых признаках покраснения и дискомфорта лучше принять соответствующие меры.

Контакт с аллергенами

Существует множество веществ, которые могут вызвать воспалительную реакцию кожи, которую дерматологи расценивают как дерматит. Он может быть контактным (локальный ответ возникает в том месте, где вещество соприкасалось с кожей) или аллергическим (реакция носит более массированный характер, например, при нанесении на веки крема с веществом-аллергеном красные пятна выступают по всему лицу). Раздражителем часто становятся соли кальция, присутствующие в водопроводной воде, и соединения хлора, используемые для обеззараживания воды.

Зимой при понижении температуры воздуха обостряется и такое заболевание, как холодовая аллергия (крапивница). Оно характеризуется высыпаниями в виде зудящих волдырей, которые обычно проходят через 6 - 12 часов после возвращения в тепло.



Защитить, увлажнить, успокоить

Если кожа отличается реактивностью или присутствуют симптомы аллергии любого типа, рекомендуется полностью перейти на косметику, не содержащую потенциально опасных веществ. Из компонентов косметики чаще всего вызывают воспалительные реакции следующие группы соединений: консерванты, минеральные масла, гликоли, красители, некоторые химические солнцезащитные фильтры, эфирные масла и их компоненты, производные злаков (протеины пшеницы, овса), жирные масла из некоторых орехов (арахис, фундук, грецкий орех, макадамия и др.).

Немецкая компания «Mann&Schroeder» для ухода за гиперчувствительной кожей лица и тела разработала линейку косметики **Нумис Мед Сенситив pH 5.5**. В ее состав входят и очищающие продукты, и ухаживающие средства. Они позволяют восстановить барьерные свойства кожи и ее кислотный баланс, повысить ее увлажненность, уменьшить гиперчувствительность. За решение каждой из этих задач отвечает современный запатентованный комплекс.

Гидролактол - это комбинация мочевины, глицерина, молочной кислоты и ее соли - лактата натрия. Все эти вещества входят в натуральный увлажняющий фактор (НУФ) - естественно вырабатываемое нашей кожей сочетание солей и аминокислот, которое помогает удерживать влагу в поверхностных слоях кожи. Формула дополнена сорбитолом - натуральным влагоудерживающим веществом, которое в природе присутствует в плодах рябины и морских водорослях.

Ламесофт Р065 - комплекс, отвечающий за восстановление липидного барьера. Он состоит из кокоглюкозида (мягкого ПАВ, не разрушающего липиды кожи) и глицерил моноолеата (эмульгатора, усиливающего связывание жиров).

Наконец, третий инновационный ингредиент линейки средств **Нумис Мед Сенситив pH 5.5** - успокаивающий комплекс Симкалмин. В его основе - вещество авентрамид, выделенное из экстракта овса. Сам

овес одновременно обладает и успокаивающим действием, и определенным аллергическим потенциалом за счет своих белковых компонентов. А чистый авентрамид не несет аллергических рисков. Симкалмин снижает чувствительность рецептора нейрокинина-1, который отвечает за высвобождение гистамина и других провоспалительных веществ. При этом уменьшаются признаки воспаления - зуд, отечность, покраснение. Интересно, что Симкалмин в равной степени активен в отношении механических раздражений (например, при бритье), химических ириритантов (например, компонентов косметики) и температурных факторов (холодного воздуха).

Как построить программу ухода?

Очищение - ключ к уходу за чувствительной и аллергичной кожей. Линия **Нумис Мед Сенситив pH 5.5** предлагает пять вариантов очищающих продуктов на основе мягких поверхностно-активных веществ, без спирта, красителей, ароматизаторов, критичных консервантов, активных растительных экстрактов и эфирных масел. Ведь даже растения, которые обычно считаются успокаивающими (ромашка, календула), иногда могут вызвать индивидуальную реакцию непереносимости.

Твердое мыло прекрасно подойдет для мытья рук, моющее средство для лица и тела поможет удалить макияж, грязь и пыль, шампунь «Стресс релиф» позволит комфортно вымыть волосы в случае чувствительной кожи головы, гель для душа станет базовым средством для очищения тела. Двойной продукт «Гель для душа 2 в 1 Спорт» для тела и волос - отличный выбор для путешествий и походов в спортклуб.

Для ежедневного ухода за кожей тела можно выбрать защитный бальзам или защитное молочко (они различаются по текстуре). Крем для лица «День и ночь» смягчит и успокоит чувствительную кожу лица. Защитный крем для рук особенно подойдет для кожи рук, пострадавшей из-за мороза или воздействия бытовой химии. Линейка дополнена мягкими и безопасными гигиеническими средствами - дезодорантом и гелем для интимной гигиены, предназначенным специально для женщин.

Лечебная косметика «Нумис Мед» продается в аптеках и интернет-магазинах www.wildberries.ru, www.apteka.ru и www.eapteka.ru

