

«Комсомолка» пришла в освобожденную Авдеевку

Репортаж нашего спецкора **Дмитрия Шешина**
Читайте на стр. 4 - 5 ▶



Оксана Зуйко

РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

Круто, ты попал к Шнур

Чему учит своих подопечных лидер «Ленинграда» на новой «Фабрике звезд» - radiokp.ru 20:00, воскресенье (мск)



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



5 611 000

уникальных посетителей за минувшие сутки



Основана в мае 1925 года

Пятница
5 апреля

Газета нашего города ★ Барнаул

№ 24 (27574) 2024 год

Как изменится подоходный налог в следующем году?



И какие сборы мы на самом деле платим сейчас.

Читайте на стр. 7 ▶



Прокуратура Приморья

Щенок спас 5-летнего мальчика, заблудившегося в лесу

Павел САХАРОВСКИЙ («КП» - Владивосток)

Ребенка искали всю ночь.

Небольшой поселок Хрустальный в Приморье всполошился - пропал пятилетний мальчик. Семья недавно взяла щенка (дали кличку Степан), и маленький Платоша решил показать ему мир за пределами двора, взял мамин телефон для связи, друга - на руки и... исчез.

Продолжение на стр. 11 ▶

Виталий ПЛОТНИКОВ

Стали известны даты пересдачи ЕГЭ по выбору

Анна ЛУКЬЯНОВА

Их объявил Михаил Мишустин.

Идею дать абитуриентам возможность пересдать тем же летом заваленный Единый госэкзамен выдвинул **Владимир Путин**. Глава государства, выступая с Посланием перед Федеральным Собранием, много говорил о проблемах образования, критике ЕГЭ. Эта система буквально кошмарит родителей и детей тем,

что на кону стоит слишком многое. Переволновался, плохо себя чувствовал - с низкими баллами на бюджет не поступить, в лучшем случае теряешь год.

Президент распорядился дать шанс детям пересдать в рамках той же приемной кампании ЕГЭ по выбору - то есть тех предметов, которые нужны для поступления. На обязательные русский и базовую математику и так давалась вторая попытка, но только если сдал на два. Теперь же можно будет по-

пробовать улучшить положительную оценку. Но, сразу сказали ответственные за ЕГЭ (Рособрнадзор), в зачет в любом случае пойдет результат пересдачи, а не лучший балл. Это сделано для того, чтобы на такую попытку решились только те, кому это действительно нужно, а не большинство абитуриентов наобум - а вдруг повезет.

Михаил Мишустин наконец озвучил даты пересдачи ЕГЭ по выбору. Это 4 и 5 июля.

Подписка на «КП» – прямо из дома

- 1 Наведите камеру телефона или планшета на QR-код
- 2 Перейдите по ссылке на **SHOP.KP.RU**
- 3 Сделайте заказ в разделе «Подписка на издания «КП»»
- 5 Газета будет приходить в ваш почтовый ящик!
- 4 Оплатите подписку удобным способом

СКАНИРУЙТЕ

Владимир ПУТИН: Мы не переводим экономику в режим военного времени

Олег АДАМОВИЧ

Глава государства выступил на съезде Федерации независимых профсоюзов.

Президент объяснил, что в будущем будет с рабочими руками в стране, как будет развиваться экономика и какими будут зарплаты. Главное из того, что сказал Путин.

ИЛИ - ИЛИ

Реальность нашего времени: на все проекты рабочих рук не хватит.

- Крайне важно повисить производительность труда, модернизировать промышленность, агропромышленный комплекс, многие другие отрасли экономики и социальной сферы с помощью цифровых технологий, автоматизации производства и управленческих процессов. У нас выбора большого нет - или надо завозить рабочую силу из-за границы, или повышать производительность труда.

БЕРЕЖЕМ КАДРЫ

Нельзя разбрасываться обученными специалистами:

- Выпускники колледжей, техникумов, вузов должны быть уверены, что получают интересную работу, причем работу по специальности.

НЕ БУДЕТ ВОЕННОЙ ЭКОНОМИКИ

- Несмотря на все сложности сегодняшнего дня, мы же не переводим экономику в режим военного времени. Такого нет. Да, мы концентрируем усилия, административный, финансовый ресурс на развитие оборонных отраслей производства.

При этом рост зарплат работников оборонки тянет за собой и легкую промышленность, сельское хозяйство. Ведь у людей появились деньги, чтобы тратить их на товары, а не экономить.

УДВОЕНИЕ МРОТ

- Зарботная плата на любых предприятиях должна выплачиваться без задержек, в полном объеме. Ситуация должна контролироваться совместно - профсоюзами и Федеральной службой по труду и занятости, а также органами прокуратуры.

До 2030 года МРОТ должен удвоиться до 35 тысяч рублей. А всех бюджетников в стране к 2027 году ждет новая система оплаты:

- Сначала проведем пилотные проекты в субъектах, а в начале 2027 года на «отраслевые системы оплаты» работников бюджетной сферы предстоит перейти в масштабах всей страны.



«На все проекты рабочих рук не хватит, поэтому важно бережно относиться к своим специалистам и выращивать их», - отметил Владимир Путин.

■ ПРОЕКТЫ

Появится ли в России Сахалинский мост?

Олег АДАМОВИЧ

Владимир Путин обсудил эту идею с губернатором островной области.

О том, что Сахалин надо соединить постоянной переправой, говорили еще при Сталине. Но тогда это было сделать практически невозможно - инженеры в начале 50-х предлагали рыть тоннель. Сейчас технологии позволяют построить и просто мост. Но когда поднималась эта тема, вставал во-

прос дороговизны. Впрочем, губернатор Сахалинской области заверил президента, что переправа себя окупает: - Мы рассчитываем, что у нас появится мост. Если раньше аргументов было мало, сейчас у нас начала развиваться промышленность, появляется дополнительная грузовая база, - заявил Валерий Лимаренко.

- Как вы думаете, сколько будет стоить мост в конечном итоге? - уточнил президент.

- Цифры были разные, но называлось так: 300 миллиардов - мост и 300 милли-

ардов - подходы, - ответил губернатор.

Путин согласился, что «подходы и развязки» могут оказаться дороже самого моста. С другой стороны, новые дороги способствуют развитию прилегающей территории.

- Мы подходили к этому ряду неоднократно. Давайте вернемся, потому что тема сама по себе важная, я согласен. Нужно связать мостовым переходом Сахалин с материком, и развитие пойдет там другими темпами, - пообещал Путин.

■ ЖИТЬ СТАЛО ЛУЧШЕ

Елена КРИВЯКИНА

Собрали главное из отчета Мишустина в Госдуме.

В среду премьер Михаил Мишустин выступил с ежегодным отчетом правительства в Госдуме. Этот отчет стал итоговым для работы нынешнего Кабмина (после инаугурации президента, которая состоится 7 мая, будет утвержден новый состав правительства).

Публикуем самые яркие и важные высказывания премьера.

О РОСТЕ ЭКОНОМИКИ

Мишустин заявил, что у России есть возможности войти в топ-4 экономик мира по паритету покупательной способности. Напомним, по данным Всемирного банка, по итогам 2022 года Россия впервые стала пятой экономикой мира и первой в Европе по паритету покупательной способности.

Премьер отметил, что ВВП России за прошлый год вырос на 3,6%. Это вдвое выше, чем в среднем по Евросоюзу.

Средняя зарплата - 73 000 рублей, ВВП растет вдвое быстрее европейского

Удалось добиться и снижения инфляции: по итогам 2023 года она составила 7,4% (после 11,9% в 2022-м).

О ДОХОДАХ

- В прошлом году с учетом плановой, а также дополнительно проведенной годом ранее индексации увеличили страховые пенсии в общей сложности на 15%. Повысили их на 2024 год. Минимальный размер оплаты труда на текущий год прибавил свыше 18%, - отметил Мишустин.

Как заявил премьер, средняя зарплата в стране сейчас составляет 73 тысячи рублей.

- Мы знаем это от работодателей, знаем каждую цифру. То, что работодатели платят выплаты оборонным предприятиям, участникам специальной военной операции, они все учтены, - сказал глава правительства.

О ЗДРАВООХРАНЕНИИ

За последние три года были построены и модернизированы около 3,5 тысячи объектов первичного звена здравоохранения (поликлиники, фельдшерские и акушерские пункты и т. д.).

Мишустин также рассказал, что в прошлом году россияне стали чаще проходить диспансеризацию. Ее прошел каждый второй житель страны. А продолжительность жизни в России по итогам прошлого года выросла, превысив доковидные значения. Она достигла 73,5 года.

О ПЕРЕЛЕТАХ И ДОРОГАХ

Мишустин напомнил, что повышение транспортной доступности внутри страны - это стратегический приоритет.

Как сообщил премьер, в прошлом году доля внутренних российских авиарейсов, которые проходят без пересадки в Мо-

ске, впервые составила около 53%.

Мишустин также рассказал, что по итогам 2023 года было построено и отремонтировано более 31 тысячи км дорог.

О МЕЖДУНАРОДНОМ БИЗНЕСЕ

Мишустин сказал, что власти не собираются запрещать российским компаниям вести бизнес за рубежом.

- Это, конечно, не означает, что мы будем закрывать глаза на тех, кто просто создает центры прибыли за рубежом и пытается выкачать туда средства за счет наших природных, трудовых ресурсов, развивает именно иностранную экономику. С ними будем бороться, - заявил Мишустин.

При этом премьер отметил, что Россия продолжит работать с дружественными странами и привлекать отсюда инвестиции. Не будут препятствовать власти и инвестициям из недружественных стран.

оноклассники



Давайте дружить
на OK.RU/KPRU



ЗДОРОВЬЕ
Яркий свет
может повысить
риск инсульта
и болезней мозга

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

ОТДЫХ В РОССИИ
Как будет выглядеть
новый курорт
«Золотые пески
России» в Крыму



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



Как у «Форбса» за пазухой

- 1 **Вагит Алекперов**
Состояние: \$28,6 млрд
Источники богатства: 28,3% акций нефтяной компании «ЛУКОЙЛ» (по состоянию на 31 сентября 2021 года). Почти \$2 млрд получил в виде дивидендов от «ЛУКОЙЛа» в 2023 году.
- 2 **Леонид Михельсон и семья**
Состояние: \$27,4 млрд
Источники богатства: 24,6% акций «Новатэка» (природный газ), 30,6% «Сибура» (нефтегазохимическое производство).
- 3 **Владимир Лисин**
Состояние: \$26,6 млрд
Источники богатства: владелец Новолипецкого металлургического комбината, «Первой портовой компании».
- 4 **Алексей Мордашов и семья**
Состояние: \$25,5 млрд
Источники богатства: пакеты акций «Северстали», золотодобывающей компании Nordgold, туроператора TUI, сети магазинов «Лента», энергомашиностроительной компании «Силовые Машины».
- 5 **Владимир Потанин**
Состояние: \$23,7 млрд
Источники богатства: 37% акций «Норильского никеля», 45% Росбанка, 35% TCS Group («Тинькофф»).
- 6 **Геннадий Тимченко**
Состояние: \$23,4 млрд
Источники богатства: 23,5% акций «Новатэка», 17% «Сибура», 53% «Стройтрансгаза», 80% «Трансойла» (перевозки нефти и нефтепродуктов).
- 7 **Андрей Мельниченко и семья**
Состояние: \$21,1 млрд
Источники богатства: крупные пакеты акций угольной компании СУЭК, производителя удобрений «Еврохим».
- 8 **Павел Дуров**
Состояние: \$15,5 млрд
Источник богатства: мессенджер Telegram.
- 9 **Алишер Усманов**
Состояние: \$13,4 млрд
Источники богатства: 49% акций холдинга USM («Металлоинвест», «Удоканская медь», «Мегафон»).
- 10 **Михаил Фридман**
Состояние: \$13,1 млрд
Источники богатства: по данным на 24.02.2022 являлся основным владельцем группы LetterOne Holdings (нефтегазовая компания Wintershall DEA, телекоммуникационные компании VEON и Turkcell), а также «Альфа-Групп» (Альфа-Банк, «АльфаСтрахование», X5 Group).

Евгений ОРЛОВ

В рейтинг самых богатых людей мира попали 125 россиян.

Умеют же люди! Уж и санкциями их душат, и имущество арестовывают, и счета блокируют. А они знают себе богатеют. Не все, конечно. Но многие.

Итак, журнал Forbes опубликовал свой ежегодный список главных толстосумов мира. Вот первая тройка:

- **Бернар Арно, Франция**, президент группы компаний LVMH (бренды Louis Vuitton, Christian Dior, Hennessy и т. д.). Его состояние - \$233 млрд.

- **Илон Маск, США (Tesla, SpaceX):** \$195 млрд.

- **Джефф Безос, США (Amazon.com):** \$194 млрд.

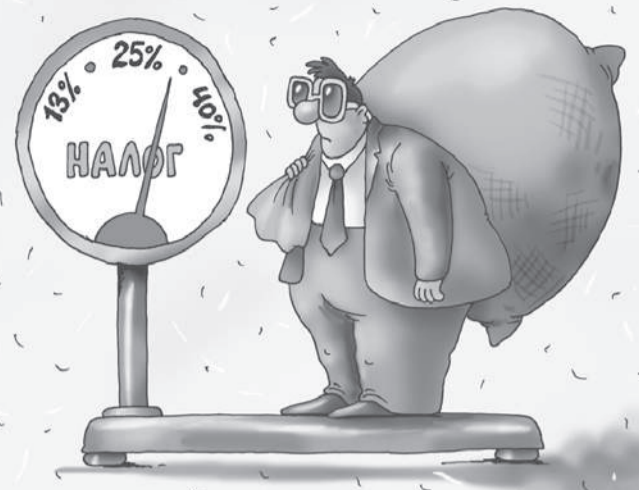
Российские богачи такими цифрами похвастать не могут. Но им тоже грех жаловаться. В нынешний список Forbes попали и 125 граждан РФ, чье богатство превышает миллиард долларов. Это рекорд: год назад в рейтинге было на 15 россиян меньше. А суммарное состояние российских миллиардеров за год выросло с \$505 млрд до \$576,8 млрд.

Важный момент: состоянием того или иного богача Forbes считает не его сумму на счете. Вернее, не только ее. Богатство - это и деньги в банке, и имущество, но главное - акции компаний. И поскольку они постоянно дорожают и дешевеют, то и богатство растет или снижается.



Знакомьтесь, самый богатый человек планеты - Бернар Арно.

ВОПРОС ДНЯ



Уже в следующем году в стране может измениться система налогообложения (об этом на стр. 7). Ваше мнение:

С какого дохода нужно вводить прогрессивную шкалу налога?

Владимир КЛИМАНОВ, директор Центра региональной политики РАНХиГС:

- Минимальный порог я предлагаю оставить, как сейчас: 15% НДФЛ с 5 млн рублей в год. И можно ввести какую-то прогрессию с большего дохода. Допустим, 18% налога с 10 млн рублей в год и так далее.

Игорь НИКОЛАЕВ, главный научный сотрудник Института экономики РАН:

- Во-первых, надо освободить от подоходного налога тех, кто зарабатывает меньше прожиточного минимума. Потеря для бюджета небольшая, а для людей это заметное подспорье. Потом оставляем часть нынешней системы: до 5 млн в год платишь 13%, больше 5 млн - 15%. А вот если доход больше 10 млн в год, то НДФЛ можно зафиксировать на 20%. И еще важно понять: мы фиксированный процент берем со всей суммы или повышенным процентом облагается только сумма, превышающая порог.

Михаил ДЕЛЯГИН, экономист, депутат Госдумы:

- Должна быть гибкая система, работающая и на снижение налогов. Получаешь меньше МРОТ - вообще не платишь налог. Получаешь не сильно больше МРОТ - плати минимум. Ну и чем больше доход, тем выше процент. Еще надо защититься от уловок. К примеру, обычный работяга сейчас платит 13% НДФЛ. Богатый человек может нанять консультанта, оформить ИП и проводить свои доходы по упрощенному налогообложению в 6%. Вот не должно быть так: чем ты богаче, тем больше используешь лазеек в законах.

Андрей КОЛГАНОВ, завлабораторией экономического факультета МГУ:

- Сначала надо понять, после какой суммы люди начнут активно уклоняться от уплаты налогов. Потом надо посчитать, а какой будет эффект от повышения, если кто-то все же начнет уклоняться. Если поступления в казну увеличатся, значит, реформа целесообразна. В любом случае без предварительных исследований цифры не назвать.

Оскар КУЧЕРА, актер, телеведущий:

- Надо посчитать, чтобы не было обираловки. Ведь странная ситуация получается: один ничем в жизни не рискует, мало получает и поэтому платит мало налогов. А другой - предприниматель - много рискует, много зарабатывает, но платит больше налогов в процентах. Но ему ведь риск никто не оплатит. Где тут справедливость? Дискуссионный вопрос...

КСТАТИ

ВПЕРВЫЕ ПЕРВЫЙ



Владимир Лисин: 4 раза



Роман Абрамович: 3 раза



Леонид Михельсон: 3 раза



Алишер Усманов: 3 раза



Владимир Потанин: 2 раза

Вагит Алекперов возглавил российский список Forbes впервые. А вот кто чаще всего становился лидером рейтинга самых богатых россиян:

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Getty Images



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



Побывал в многострадальном городе, где собаки помогают людям выжить под обстрелами, а фонарик - лучший подарок с Большой земли.

Дмитрий СТЕШИН, военкор «КП»

МИСТИКА КОЛЕНА

В Авдеевку пока попасть непросто - город находится, как пишут в сводках, «под постоянным огнем воздействием врага». Но гуманитарщиков пускают, и меня взяли с собой кубанские парни и девчонки из «Доброго дела». Девушек посадили возле сдвижной двери «буханки», хоть какой-то шанс вывалиться из машины вовремя. Я уютно устроился на полу напротив, между генератором и канистрой с бензином, прицепил на бронезильт и включил «детектор дронов». Детектор пока молчит, мы только выезжаем из Ясиноватой, но я не успеваю моргнуть глазом, как оказываемся в так называемой Промке. Промзона между двумя городами-спутниками - это один из самых горячих участков обороны Донецка до СВО и после ее начала. От «Промки» остались рожки да ножки. На горизонте, красиво подсвеченные нежным утренним солнцем, стоят десятки обглоданных бетонных колонн, опоры крыши какого-то цеха. Их за явное сходство прозвали «Стоунхендж».

В этот момент до меня доходит, почему в последние два года жители Ясиноватой передвигались по городу дворами, чтобы была хоть какая-то вероятность прикрыться от взрыва снарядов стеной здания. Все было очень близко, считанные километры и сотни метров до передка, но тогда это не ощущалось.

Проезжаем горящую хату - взрыв раскрыл стены наружу, как лепестки у цветка. Судя по свежей земле и языкам пламени, прилет был совсем недавно. Прикидываю, что из вражеской артиллерии могло достать до этого места и так точно? Только дрон. У девушки-волонтерши, сидящей напротив меня, вдруг задрожала нога, такими мелкими судорогами. Она хватается руками за колено, и в этот момент у меня на груди начинает пищать дрон-детектор,



экран у него становится красным, определился даже тип дрона - один из самых распространенных, Mavic. Нашим «мавикам» здесь разведывать нечего, бои идут уже в десятке километров от Авдеевки. Значит, вражеский. Ведет наблюдение или ищет достойную цель. Думаю, что делать, и прихожу к мысли, что делать нечего, остается только ехать вперед да смотреть в окно. За окном паники не наблюдается, стоят на обочинах машины, навстречу проехал танк с огромным дронозащитным «мангалом», наваренным над башней.

Мы потом смеялись над этим дрожащим девичьим коленом и обсуждали: почему оно сработало раньше дрон-детектора? Научных объяснений не нашли, только мистические.

ПРЕДАТЕЛИ И ВЕРНЫЕ

Не мной замечено, что все города, которые штурмовала армия, выглядят одинаково. Добавлю лишь, что и люди, оставшиеся в этих городах, дождавшиеся освобождения, очень похожи. Они заглянули за край, им открылось что-то важное. Их можно назвать и просветленными, и праведниками. Эти муки и мытарства они выбрали добровольно, никто не заставлял. Мир в такие города не приходит мгновенно, военный синдром еще долго конвульсирует в развалинах, пускает метастазы. Их лечат как могут.

Почти все дороги в Авдеевке не просто расчищены, а выметены до чистого асфальта. Я стою под стеночкой с немолодым мужиком в знакомой по «Азовстали» спецовке холдинга «Метинвест». На авдеевском «Коксохиме» работало 70% жителей, и хозяин у него был все тот же, украинский олигарх Ринат Ахметов, предавший в 2014 году родной Донбасс. Его здесь ненавидят так же, как Порошенко и Зеленского. А может, и сильнее, в отличие от далеких и чужих киевских политиков. Потому что когда-то Ахметов был плоть от плоти Донбасса, вырос в «Нахаловке» в доме с земляными полами, здесь же и сколотил свое оглушительное состояние, а потом не просто предал своих, перешел на сторону врага. Или денег. В Донбассе такое не прощают, край суровый. И мой собеседник, конечно же, не жалуется на подлых олигархов, а пытается убедить меня, что у него в целом все хорошо. Вода есть (показывает рукой) - вон, скважина. Штурм пережил и даже в подвал не спускался, пули и осколки обошли стороной. И мы говорим с Сергеем про завод, он проработал там всю жизнь в газовой службе.

Может, завод его и не отпустил из Авдеевки? Может, и так. Сергей рассказывает:

- В Киев очень много оборудования повывозили. Вот, пока все не вывезли, не успокоились. Запустят ли обратно завод? Надеемся, девять тысяч человек на нем работали.

- Вас не обижали вэсэушники за то, что вы остались?

Сергей показывает рукой на лавку у подъезда: - Вон, товарищ сидит, пару раз с ним получали за это. Сидим на этой же лавочке, подошли:

парень в хорошем спортивном костюме, на дорогом велосипеде. Как с московской велодорожки выехал. Машет Сергею рукой и уносится вдаль.

Сергей объясняет: - А Леша у нас чуть не погиб. Его к стенке ставили расстреливать как дезертира и уклониста. А он просто рослый, ему 16 лет только исполнилось. Отстояли, принесли документы.

СОБАКОДЕТЕКТОР

По старой, мариупольской, памяти я собирался в Авдеевку об-



В Авдеевку пока попасть непросто, но гуманитарщиков пускают, и меня взяли с собой кубанские ребята из «Доброго дела».

«Чего тут сидим? Кого ждем?». Телефон разбили. Похоже, под чем-то были. И все по-русски говорили. Западнцы встречались, но редко. С одним поговорили. Он: «Дочку замуж выдаю в деревню, денег приехал заработать». Понимание жизни странное, - резюмирует Сергей.

Мимо нас проскакивает явление, инопланетно смотрящееся в сегодняшней Авдеевке. Молодой статный

стоятельно. Планировал съездить на донецкий хлебзавод, закупить хлеба, потом на один окраинный оптовый рынок за тушенкой и колбасой. И с удивлением узнал, что в Авдеевке с тушенкой и макаронами полный порядок. А вот любые источники света на вес золота. Поэтому закупился фонариками и батарейками и раздавал их щедрой рукой. Важный момент - как их у меня брали! Как пода-

рок от друга, такое было ощущение.

К пункту раздачи гуманитарки постепенно стягиваются местные жители. Сопровождающий нас боец из военной полиции не прокладывает в теньке, а стоит на дороге и вглядывается в небо. По его фигуре чувствуется, что он очень напряжен. И пару раз командует: «В укрытие!». И мы залетаем в ближайший подъезд. Наши начинают отвечать. «Смерч» или «Ураган» методично, ракету за ракетой, выпускает целый пакет. И на какое-то время становится тихо. Приходят собаки и продавщица единственного оставшегося авдеевского магазина Света. Говорит, что 30 января пришла последняя машина с продуктами и магазин закрылся сам по себе. Штурм пережил - стекла поставить, крышу залатать - и работать дальше.

- Скорее бы электричество дали, - вздыхает Света, - мы же два года без него жили!

- ?!

- Генераторы, пауэрбанки, солнечные батареи. Связь работала, если на последний этаж поднимаешься. А не звонить было нельзя. Родители - с одной стороны линии фронта, дети - с другой. Я детей через три границы в Россию вывозила...

- Простите за дурацкий вопрос: почему не уехали?

- Так у меня дети в Снежном (это ДНР. - Авт.), я старшую четыре года не видела, младшую - два.

Нас прерывает прилет выше по улице. Выхода мы не слышали - говорили. Все вздрагивает вокруг, и к нам прижимаются две собаки, прямо к коленям. Света объясняет:

- Они слышат выход, сразу поворачиваются в ту сторону, и мы уже понимаем, откуда летит и когда у нас будет. Мы вообще разучились громко разговаривать - все время слушаем, что вокруг.

про Украину. Россию

БАРЫШНЯ ПРИЕХАЛА ЗА МУЖЕМ

Пока говорю со Светой, замечаю, что за ее спиной, с другой стороны улицы все время ходит молодая женщина - выносит строительный мусор, обломки оконных рам. Перебегаю через улицу, нахожу набитую ногами тропку. Просто так здесь по траве ходить не нужно. ВСУ закидывали город «лепестками» прямо во время боев, пытаясь помешать штурмующим. Где живет женщина, определить несложно. Мертвая пятиэтажка, двери подъездов, затянутые паутиной, заваленные обломками, и вдруг... цветничок! Дверь даже покрашена в веселый голубой цвет, на ней написано мелом: «Здесь живут люди, четыре человека». Стучусь, кричу: «Есть кто живой?». Есть. Выходит женщина, называется Ритой и даже говорит мне немного кокетливо:

- Ой, у меня все руки в винегрете... Обед готовлю. Нет, не голодали никогда. Свет - маленький фонарик у меня, на голову. И свечки. Мы же привыкли, темнеть начинает, спать ложимся. Я вот до сих пор под тремя одеялами сплю.

Раиса, конечно же, работала на «Коксохиме», 32 года, от бункеровщика до машиниста сушильных установок, четвертый



Все города, которые прошли через бои, выглядят одинаково.

разряд. Скупое говорит, что осталась в Авдеевке сознательно, хотя родни в Большой России и на территориях ЛДНР нет. Не уехала с родной земли. Заметил уже, что разговоры о политике здесь не просто табуированы, их не поддерживают. Что тут обсуждать? Люди поставили свои жизни, чтобы дождаться России.

Прощаюсь, меня уже торопят. Я забегаю на минутку в распределительный центр. Несколько генераторов, их в определенное время запускают, чтобы люди смогли зарядиться. Коробки с апельсинами, штабеля бананов - дозревают. Есть даже стол с электрочайником, чтобы попить горячего или заварить лапшу. На стене - простой и понятный список документов для получения паспорта



Наташа переглядила всех собак Авдеевки. Они выстраивались к ней в очередь.

России. Текст Гимна России и инструкция, как настроить интернет в телефоне. В Авдеевке заработал местный мобильный оператор «Феникс».

Едва покидаем границу города, нам вслед что-то ляпает, и к небу встает столб дыма. Выключаю детектор дронов, толку от него в такой ситуации нет. Смотрю, как за окном мелькают надписи на заборах: «Проверено, мин нет». Разговариваю с барышней-волонтером из Екатеринбурга, чтобы как-то отвлечься от тревожных мыслей. Я видел, как эта девушка переглядила всех авдеевских собак, на

сколько хватало взора. Собаки выстраивались к ней в очередь! Подумал тогда, мол, это какая-то особенная девушка, что-то в ней есть, собаки чувствуют. Наташа Гаврюшенко говорит мне просто:

- Я за мужем приехала. Он из 385-й бригады, артиллерийская разведка. Воевал под Сватово, теперь на Авдеевском направлении. Жду, когда ему дадут отпуск, комбат говорит, что сейчас не может вывести ребят с позиций. Помогаю людям и жду.

- А муж знает, что вы приехали?

Наташа смеется: - Конечно! Он мне сразу: «Собирайся и езжай домой!»

- А вы?
- А я ему так и сказала: я за тебя выходила, чтобы всегда быть с тобой рядом. Я замечаю, что тут крыть нечем и возразить нечего. От души желаю супругам встретиться как можно быстрее, и кто-то услышал эти просьбы, не только мои, конечно. Когда писались эти строки, Наташа сообщила, что муж вышел с позиций и получил отпуск. Кажется, началась светлая полоса, пусть она будет шире и длиннее.

■ КСТАТИ

А «Комсомолку» раздают бесплатно

Жители освобожденного города называют нашу газету «глотком свежего воздуха».



Народный фронт

Люди берут «КП» для себя и для родственников.

Никита МАКАРЕНКОВ,
Павел ХАНАРИН,
Ольга ГАЛЬСКАЯ
(«КП» - Донецк)

Как-то в конце марта волонтеры Народного фронта, помимо обычного гуманитарного набора, взяли с собой газеты «Комсомольской правды» и передали их жителям Авдеевки.

- Сразу отметили, насколько велик интерес жителей к качественной прессе. Люди очень попросили привозить газеты регулярно, - рассказывают в Народном фронте. Ребята рассказали об этом нашей донецкой редакции. Мы собрали несколько десятков экземпляров, жители освобожденного города разберили газету с огромным удовольствием.

Собственно, такой интерес к «Комсомолке» среди населения Донбасса - не новость. Когда только освободили Мариуполь, наша газета первой приехала в город. Грузили «КП» вместе с хлебом и водой. Люди ее буквально расхватывали. И теперь «Комсомолка» в Мариуполе

пользуется большим уважением и спросом. Сейчас к нашей армии читателей присоединились и жители освобожденной Авдеевки. «Комсомольская правда» печатает для них дополнительный тираж, который доставляется в город Народным фронтом еженедельно. Так что свежие газеты с репортажами военкором «КП», в том числе и из освобожденной Авдеевки, теперь и в этом городе.

- Большое спасибо за возможность читать «Комсомолку», - говорит жительница Авдеевки Александра, взяв сразу четыре газеты. Для себя и близких.

- Для нас это как глоток свежего воздуха, - присоединяется мужчина лет сорока, заскочив в гуманитарный пункт, где бесплатно раздают и «Комсомолку». - Теперь будем новости читать, у нас же здесь совершенно нет пока интернета.



Видео - на сайте



Служи по контракту в Вооруженных Силах России

195 тыс. руб. единовременно (при заключении контракта на срок от года и более)

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВЫПЛАТЫ

В ЗОНЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

от 210 тыс. руб. в месяц (в зависимости от воинского звания, должности и выслуги лет)

- заместитель командира взвода - командир отделения - от 242 тыс. руб. в месяц
- командир отделения - от 232 тыс. руб. в месяц
- инструктор штаба - от 226 тыс. руб. в месяц
- начальник радиостанции командно-штабной машины - от 226 тыс. руб. в месяц
- старший сапер - от 216 тыс. руб. в месяц
- старший телефонист - от 219 тыс. руб. в месяц
- гранатометчик - от 211 тыс. руб. в месяц
- водитель - от 211 тыс. руб. в месяц
- повар - от 211 тыс. руб. в месяц
- стрелок - от 204 тыс. руб. в месяц
- старший водитель-электрик - от 216 тыс. руб. в месяц
- пулеметчик - от 211 тыс. руб. в месяц

Горячая
линия
по вопросам
службы
по контракту

117

службапоконтракту.рф



СОЦИАЛЬНЫЕ ЛЬГОТЫ И ГАРАНТИИ

- единые дополнительные выплаты, льготы и гарантии субъектов Российской Федерации для военнослужащих по контракту
- возможность быстрого приобретения жилья за счет Минобороны России через накопительно-ипотечную систему
- служебное жилье или компенсация за наем жилья
- бесплатное обследование, лечение и реабилитация в военно-медицинских учреждениях
- страхование жизни и здоровья за счет федерального бюджета
- право на льготную пенсию после 20 лет службы
- статус ветерана боевых действий и соответствующие льготы
- кредитные и налоговые каникулы
- бюджетные места для обучения детей в вузах
- за будущими контрактниками бронируются рабочие места
- бесплатный отдых детей в летних оздоровительных лагерях



После кровавого теракта в «Крокусе» снова поднялись вопросы о снятии моратория на высшую меру наказания.

Казнить или не казнить - ответить должен народ



Владимир ВОРСОБИН,
обозреватель «КП»

Сторонники считают, что это было бы справедливое возмездие убийцам, противники говорят, что это негуманно.

А какое решение было бы справедливым и почему народ так и не может определиться со своим выбором? Об этом в студии Радио «Комсомольская правда» мы поговорили с адвокатом Павлом АСТАХОВЫМ.



Оксана ЗУЙКО/«КП» - Москва

В ДЕЛЕ «КРОКУСА» МОЖЕТ БЫТЬ СУДЕБНАЯ ОШИБКА?

- Павел Алексеевич, почему мы все снова заговорили о смертной казни?

- Из-за террористических актов, убийств... В Томске дважды судимый за педофилию утащил 5-летнюю девочку прямо из детского сада. Он-то сам покончил с собой, но вопрос «Почему нет казни?» остался. Статья 43 УК: цель наказания - «восстановление социальной справедливости».

- Я был на Вологодском Пятаке (тюрьма для пожизненных) - там злодеи мечтают о смертной казни. Сидеть в подвалах - хуже смерти.

- (Задумчиво.) Смерть - как избавление?.. На телеканале «Спас», где я работаю, у батюшек идет такая же дискуссия. Священники не одобряют смертную казнь из-за невозможности покаяться. Но в Священном Писании нет запрета на нее или осуждения.

- Вы как адвокат прекрасно знаете, сколько в России судебных ошибок.

- Ошибки разные. Бывает, заключенный не то что невиновен, просто часть вины - подельников, чужая. Или Конституционный суд упоминал случай, когда приговоренного к высшей мере дважды признавали виновным, а на третий раз оправдали. Или в США некоего Хосе Мартинеса приговорили к смертной казни, но потом провели генетическую экспертизу, оказалось, ошибка.

- То есть во имя чувства социальной справедливости надо казнить несколько невиновных?

- Владимир, в деле террористов из «Крокуса» может случиться судебная ошибка?

- Нет. Но как раз их казнить невозможно - обратной силы закон не имеет.

- (Задумывается.) А давайте людей спросим? Хоть предложение о референдуме, звучащее в Госдуме, подвергли

обструкции, мол, достаточно разъяснений Конституционного суда.

ПРИМЕР КИТАЯ НЕ РАБОТАЕТ

- Согласно исследованиям, смертная казнь не влияет на преступность. Даже в Китае, с его расстрелами на стадионах, меньше воровать не стали.

- Введение казни сопровождается кратковременный спад преступности, потом она возвращается на преж-

ний уровень - преступники «привыкают». Я, как и вы, опасаясь выпустить джинна из бутылки.

бог, новое страшное преступление, снова загорится дискуссия.

- По-моему, власть все для себя решила. Сенатор Андрей Клишас заявил, что законы теперь не предполагают высшей меры вообще. По Конституции казнь - прерогатива присяжных, а те давно не судят обвиняемых в терроризме, педофилии и т. д.

- Позиция Конституционного суда - это постепенное расширение прав и свобод.



И введение смертной казни, безусловно, станет в этом смысле шагом назад. Возникает вопрос: на каком основании государство лишает человека ее жизни? Не государство же ее дало. Но все-таки надо спросить и народ...

ОКО ЗА ОКО?

- О народе. Чем отличаются противники и сторонники?

- Если выступаешь в студенческой, научной или журналистской аудитории, большинство будет против смертной казни, естественно.

- Естественно?

- Люди хотят отомстить. Но разве закон не отвергает месть?

- Современный - да. Но спросите любого историка, он скажет: основа казни - месть. Око за око, зуб за зуб, кровь за кровь.

- Новый Завет это отредактировал.

- Он дал понимание, как надо себя вести. Помните: ударили - подставь другую щеку. В той же «образованной» аудитории кто честно скажет: «Я готов подставить другую щеку»? А ведь с этого все и начинается. Если ты веришь, что всех можно ис-

править, то, может, не нужна пенитенциарная система: мы по-христиански прощаем преступников и отпускаем.

- Но почему народ голосует за смертную казнь, если он не очень доверяет судебной системе?

- Я бы не сказал, что не доверяет. Я в 1993 году пришел в адвокатуру, и суды не были так загружены, как сейчас. Люди перестали решать вопросы по-соседски, когда за между убивали, - они пошли в суды. Люди хотят справедливости. Пример: выступал я в одном регионе, поднимает руку с заднего ряда человек и спрашивает: «Павел Алексеевич, всегда ли решения по закону являются справедливыми?» Этот вопрос задал экс-председатель краевого суда. Он его даже на пенсии мучает - до сих пор не уверен, что его законные решения были справедливы.

ЗАГАДКА ДЛЯ БУДУЩЕГО

- Вы встречали тех, кого стоит казнить?

- Особенно много, когда работаешь защитником по назначению и ты обязан защищать любого людоеда. Помню, двое убили несчастного парня на ВДНХ. Я сидел на процессе и не понимал, как защищать этих чудовищ. Они напились до мерзостного, свинского состояния и убили хорошего человека. И вот сидят родители убитого... В этой ситуации адвокат что говорит? «На усмотрение суда...»

- Когда-нибудь люди откажутся от смертной казни?

- (Вздыхает.) Я называю себя наивным оптимистом. Считаю, что придет момент, когда большинство людей удивится: а зачем смертная казнь?

Этот атавизм ничего не исправит. И лишать даже самого законченного ублюдка, подонка, мерзавца жизни бессмысленно. Раз он выбрал такой страшный путь, пусть живет и мучается до конца.

Те, кто сидит на пожизненном, зачастую белый свет видят не больше часа в день и мечтают, чтобы все это поскорее закончилось.



Полный текст и аудио беседы читайте и слушайте на нашем сайте

В России вырастет подоходный налог. Как именно?

Время повышать ставки

Евгений БЕЛЯКОВ

Уже со следующего года в стране может появиться прогрессивная шкала налогообложения наших с вами доходов. Об этом сообщили в Госдуме. А президент Владимир Путин заявил, что страна созрела для более сложных и прибыльных для бюджета подходов к налогообложению. Разбираемся, как все может быть устроено.

«ПРОГРЕСС» НЕИЗБЕЖЕН

Напомню, прогрессивная шкала у нас уже была - в 90-е годы. Тогда мы жили по заветам Международного валютного фонда. Тамашные умники почему-то считали, что одни и те же лекала можно применять хоть к США, хоть к России, хоть к Африке. Ставка налога колебалась от 12 до 35% - в зависимости от дохода. Но тогда это привело лишь к тому, что зарплаты выдавали в конвертах, а налоги не платили.

С 2001 года появилась плоская шкала налогообложения - 13%. Она обелила часть зарплат. А потом налоговая постепенно закручивала гайки, налаживала контроль за денежными потоками, все сильнее внедряла цифровизацию. В итоге собираемость выросла. И теперь НДФЛ (налог на доходы физических лиц) - одна из главных дойных коров бюджета (подробнее - см. графику). За прошлый год его собрали на 6,5 трлн рублей. Это на треть больше, чем два года назад.

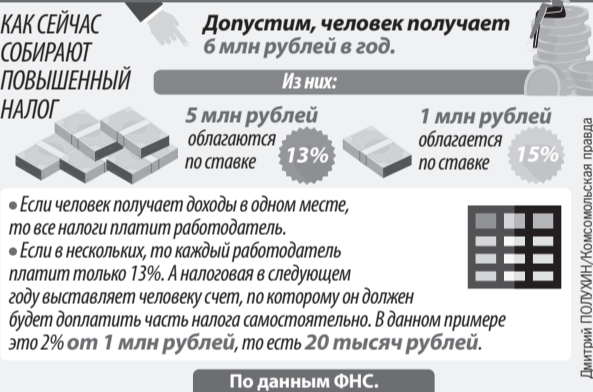
Первый аккуратный шаг назад к «прогрессу» мы сделали в 2021 году. Ввели чуть более высокую ставку (15%) на доходы свыше 5 млн рублей в год (от 417 тысяч рублей в месяц). Людей с такими заработками всего 400 тысяч по всей стране. Но даже эта вроде бы малюсенькая прибавка дала неплохую отдачу.

Введение прогрессивной шкалы со ставкой 15% позволило дополнительно аккумулировать в федеральном бюджете за три года 383,7 млрд рублей, что составляет 2,2% от общих посту-



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

ЧТОБ НАС ТАК НАЛОГООБЛОЖИЛИ



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

плений НДФЛ за этот отрезок времени, - подсчитал Владимир Громов, старший научный сотрудник Лаборатории исследований налоговой политики Института прикладных экономических исследований Президентской академии.

ПОДНЯТЬ, НО КАК?

Большинство экспертов считают, что до прогрессии мы действительно доросли. Плоская шкала была полезна, когда нам нужно было обелить доходы. Но ее большой минус в том, что по бедным она бьет сильнее, чем по богатым. Поэтому почти во всех странах мира эту несправедливость стараются выравнять.

Плоская шкала подоходного налога несправедлива по отношению к работникам с низкой заработной платой, - считает Равиль Ахмадеев, кандидат экономических наук, доцент кафедры государственных и муници-

пальных финансов РЭУ им. Г. В. Плеханова.

Согласитесь, уровень жизни человека с заработной платой в миллион не сильно упадет, если забрать у него 130 тысяч. А когда от зарплаты в 30 000 рублей после вычета тех же 13% на руки получаешь 26 100, ши становятся куда жижее.

Но какой именно может стать новая система налогообложения физических лиц? Над этим сейчас и ломают голову в правительстве. Не будем гадать на кофейной гуще, обратимся к авторитетным источникам (см. «Проекты новой системы налогообложения физлиц»).

«НЕ ТРОГАЙТЕ СРЕДНИЙ КЛАСС»

Прогрессия может быть разной. Одна принесет дополнительные доходы в бюджет и снизит социальное неравенство. А другая приведет к тому, что доходы уйдут в тень. Или богатые люди побегут менять гражданство. Как это было,

например, с Жераром Депардье, который уехал из Франции, когда там захотели до 75% повысить налог на доходы тех, кто зарабатывает больше миллиона евро в год. Поэтому к выбору шкалы нужно подходить аккуратно.

Один миллион рублей в год после вычета налогов соответствует зарплате в 72,5 тысячи рублей в месяц после вычета НДФЛ. По данным Росстата, доход более 75 тысяч рублей в месяц получает 18,5% населения России, - подсчитал Тимур Нигматуллин, старший инвестиционный консультант ФГ «Финан».

Если правительство пойдет по первому варианту, про который говорили источники «Блумберга», тогда рост налоговой ставки затронет интересы каждого пятого россиянина. То есть весь наш многострадальный средний класс.

Идеи обложить доходы граждан на уровне средней зарплаты или ниже не имеют отношения к социальной справедливости. Они спо-

Проекты новой системы налогообложения физических лиц

По сути, сейчас рассматриваются два варианта:

Вариант 1

О нем со ссылкой на свои источники в правительстве в начале марта сообщило агентство Bloomberg. По данным агентства, там предлагают следующую лесенку:

- Для доходов до миллиона рублей в год - 13%
- От 1 до 5 млн - 15%
- От 5 млн и выше - 20%

По расчетам, это могло бы принести в бюджет дополнительные 2,5 трлн рублей в год.

Вариант 2

Его еще в феврале (до Послания Федеральному Собранию) предложили депутаты Госдумы. Законопроект находится на рассмотрении в парламенте. Здесь лесенка другая, более плавная:

- До 5 млн рублей - 13%
- От 5 до 24 млн - 15%
- От 24 до 200 млн - 18%
- От 200 до 500 млн - 20%
- От 500 млн - 25%

По расчетам депутатов, такие изменения принесут в бюджет около триллиона рублей.



правило, в размер налогов включают еще и пенсионные выплаты. У нас же НДФЛ и страховые взносы - это разные вещи. И если их просуммировать, то окажется, что платим мы не 13%, а раза в три больше.

К примеру, если номинальная зарплата у человека 100 тысяч рублей, то он платит с нее 13 тысяч в виде НДФЛ. И еще 30 тысяч платит за него работодатель - это те самые страховые взносы, которые идут на пенсии, медицину, декретные и прочие социальные гарантии для работающих.

Другими словами, из фактического фонда оплаты труда в 130 тысяч рублей человек получает на руки лишь 87 тысяч. То есть в реальности платим мы не 13%, а 33,1%. Отдаем государству каждый третий заработанный рубль. А богатые платят даже меньше. Ведь с доходов больше 2,2 млн рублей в год в казну собирают уже не 30%, а 15,1%.

Поэтому в решении обложить дополнительными налогами только богатых есть своя логика. Но тогда было бы логично понизить или даже обнулить налоги для малоимущих. К примеру, в Финляндии не облагаются налогом доходы ниже 16 тысяч евро в год. Это 1330 евро в месяц - 130 тысяч рублей по сегодняшнему курсу.

Можно ввести необлагаемый минимум для физических лиц, у которых доходы не превышают минимального размера оплаты труда (около 20 тысяч рублей). - Ред.), - считает Владимир Громов.

К примеру, сейчас государство помогает малоимущим семьям с несовершеннолетними детьми. Им выплачивают субсидии, которые дотягивают их доход до прожиточного минимума в регионе (16 тысяч рублей в среднем по стране). Но есть люди с доходом меньше МРОТ, у которых детей нет или они выросли. Для них отмена налога была бы хорошей прибавкой. А для бюджета такая мера вряд ли бы стала обузой.

собрать привести лишь к обеднению населения. Однозначно не нужно снижать планку доходов ниже 5 млн рублей, - считает Владимир Громов.

По его словам, лучше повысить ставки для сверхвысоких доходов. Для богатых лишние 3-5 или даже 10% большой роли не сыграют.

САМЫЕ НИЗКИЕ НАЛОГИ? НУ-НУ...

Тем более что платим мы не так уж и мало. Российские чиновники любят рассказывать, что у нас чуть ли не самый низкий в мире подоходный налог в 13%, а в некоторых развитых странах (например, в Скандинавии) он достигает 50 и даже 60%. Да вот только есть одно но. В этих странах, как



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Анна УСИК

В последние несколько дней барнаульцы стали жаловаться, что вода в кранах стала желтой, да еще и с «душком». От том, можно ли ее пить и не скажется ли это на здоровье, рассказали специалисты Росводоканала Барнаула.

В УСИЛЕННОМ РЕЖИМЕ

В период таяния льда и снега Водоканал начинает работать в усиленном режиме. В лаборатории кипит работа - специалисты ежедневно проводят более 1200 исследований на предмет соответствия качества воды санитарным нормам.

- На водопроводных очистных сооружениях мы отслеживаем мутность, привкус, остаточный хлор и микробиологические показатели - один раз в полчаса. Но анализ воды на этом не заканчивается. В городе расположено более 500 контрольных точек, на которые ежедневно выезжают лаборанты и отбирают пробы, - рассказала **начальник центральной аналитической лаборатории барнаульского Водоканала Татьяна Шималина**.

Обская вода в период паводка приобретает мутный цвет - это происходит из-за того, что с подтопленных прибрежных территорий в

Почему в Барнауле из кранов идет желтая вода с «душком»



Вода вернется в прежний вид примерно к середине апреля.

реку попадает грязь, гумус и мусор, оставленный человеком. До начала паводка мутность воды в реке всего 2 мг на литр, а вот в паводок может вырасти до 200 мг/л.

КАК ОЧИЩАЮТ ВОДУ

Вода проходит три этапа очистки. Первый - обработка реагентом-флокулянтном и отстаивание, второй - очищение воды через кварцевый песок, и третий - обеззараживание хлором.

Как объяснил **генеральный директор Водоканала Андрей Полого**, хлор - это буквально

единственное средство пролонгированного действия, чего не скажешь о более современных средствах - озоне и ультрафиолете.

- Протяженность водопроводных сетей в Барнауле - более 1200 км, и нам нужно, чтобы даже в самом отдаленном районе города абоненты получили чистую воду. С очистных сооружений вода выходит полностью очищенная, и чтобы не допустить вторичного загрязнения в сети, мы хлорируем ее так, чтобы остаточный свободный хлор в ней был в концентра-

ции 0,3 - 0,5 мг/л, - говорит руководитель.

Этапы очистки и контроля довольно сложные и эффективные, именно поэтому, несмотря на цвет и запах, такую воду можно пить - она безопасна.

ИЗ-ЗА ЧЕГО МЕНЯЕТСЯ ЦВЕТ

Взвешенные вещества придают воде цвет, например гумус дает желтый цвет, если подмываются известняковые породы, то вода становится белесой. Цветность воды при очистке значительно

уменьшается, но иногда не до конца.

- Цвет воды не влияет на ее химический состав. Например, если мы возьмем ведро чистой воды и добавим туда крупинку перманганата калия (марганцовки), то вода окрасится в розовый цвет, но если определять концентрацию этого вещества в воде, то мы его не обнаружим - слишком малая концентрация. То же самое и с цветностью воды - химически там ничего не меняется, она остается безопасной. Вода не становится непригодной для питья, просто она становится другого цвета, другого запаха. Но все показатели этой воды находятся в рамках санитарных норм, - уверяет Татьяна Шималина.

Поэтому опасаться того, что при употреблении такой воды можно подхватить кишечную инфекцию, не стоит. Как говорят эксперты, вода вернется в прежний вид примерно к середине апреля - когда вскрыется лед и река прогреется до +5 градусов.

ПОДРОБНОСТИ

На Алтае введены новые льготы для многодетных семей

Татьяна ГЕЙНРИХ

Они могут воспользоваться бесплатным проездом и компенсацией за «коммуналку».

С 1 апреля в Алтайском крае ввели новые меры поддержки многодетных семей, включая бесплатный проезд для школьников и компенсацию на оплату ЖКУ. Подробнее об этом рассказали в Министерстве социальной защиты региона.

В ведомстве отмечают, что комплекс мер поддержки введен по поручению губернатора Виктора Томенко. В него вошли как ранее действовавшие привилегии для многодетных семей, например бесплатные лекарства на детей до 6 лет, выплаты на подготовку к школе или первоочередное право на путевки в лагерь, так и рекомендованные указом Президента РФ.

В дополнение к ним с 1 апреля текущего года многодетные семьи края имеют право бесплатно посещать краевые и муниципальные музеи, парки и выставки. А детей, которые учатся в школах, колледжах и техникумах по очной форме,



Доходы не будут влиять на право получения новых льгот.

будут бесплатно кормить горячими обедами. Чтобы получить питание, необходимо обратиться непосредственно в образовательное учреждение.

В муниципалитетах региона организуют бесплатный проезд для школьников.

- Минтранс разработаны модульные (типовые) порядки предоставления этой меры органами местного самоуправления, а также субсидий перевозчикам, - отметили в Минсоцзащиты.

Кроме этого, многодетные семьи могут обратиться за предоставлением 30% компенсации на оплату жилья и коммунальных услуг. Оформить ее можно на пор-

тале «Госуслуги», МФЦ, а также в управлении социальной защиты населения.

Доходы не будут влиять на право получения этих льгот. Меры поддержки предоставляются семьям, воспитывающим как минимум трех детей в возрасте до 18 лет или до 23 лет, если они учатся по очной форме.

- При наличии в составе многодетной семьи лиц, имеющих право на меры социальной поддержки по иному льготному основанию, меры социальной поддержки будут предоставляться по одному основанию по их выбору, - обратили внимание в Минсоцзащиты.

ОБРАЗОВАНИЕ

В Барнауле открылся центр Юрия Башмета

Егор КОВАЛЕВ

В нем будут бесплатно заниматься одаренные дети.

4 апреля в Барнауле на базе алтайского музыкального колледжа открылся образовательный центр Юрия Башмета. Его главная задача - найти в нашем регионе молодые дарования и помочь им стать настоящими профессионалами.

- Каких ребятшек будут набирать? Конечно, тех, которые являются стипендиатами губернаторских премий, победителями различных конкурсов. То есть тех, кто имеет выдающиеся данные и необходимость получить из рук мастеров навыки и компетенции, чтобы более оперенными перейти на следующий уровень - рассказала **министр культуры региона Елена Безрукова**.

Центр планирует приглашать в краевую столицу именитых музыкантов. Они будут давать концерты, а затем в течение 3 - 4 дней проводить семинары для учеников музыкальных школ края и студентов колледжа. При этом содержание занятий

СПРАВКА «КП»

Образовательные центры Юрия Башмета начали появляться в 2013 году. В 2017 году проект получил поддержку Фонда президентских грантов. Барнаул станет 16-м городом, где запустят такую площадку.



Юрий Абрамович уделяет большое внимание музыкальному образованию молодежи в регионах.

будет напрямую зависеть от запросов самих музыкальных школ, а один день будут выделять специально для ребят, живущих в отдаленных селах края. Всего в этом году запланировано 24 семинара.

- Каждый месяц в течение года будут приезжать музыканты и проводить мастер-классы по разным инструментам. Обычно, когда мы слышим имя Юрия Башмета, у нас возникает ассоциация со скрипичной школой, но центр юных дарований не сужен только до одной группы инструментов, поэтому и ударники, и народники, и пианисты, и скрипачи будут заниматься в рамках этой школы, - говорит Елена Безрукова.

Занятия бесплатные, а число обучающихся не имеет значения. Даже если по какому-то классу инструментов наберется всего пара учеников, музыканты будут проводить мастер-классы для них.

Работать звезды сцены будут не только с подрастающим поколением, но и с педагогами. Встречи музыкантов с преподавателями позволят им обменяться творческим опытом и современными педагогическими практиками.

Анна ПЕРЕВОЩИКОВА

В этом году в Алтайском крае наблюдается одна из наиболее сложных ситуаций по паводку в стране. В регионе введен режим ЧС. Губернатор Алтайского края Виктор Томенко по телефону доложил президенту Владимиру Путину о том, что происходит в регионе.

- Детально доложил главе государства об обстановке на сегодняшний день, о том, что сделано и что еще предстоит сделать, чтобы максимально помочь пострадавшим населенным пунктам и людям, - пишет в своем ТГ-канале губернатор.

Ситуацию в Алтайском крае со своей стороны контролирует и министр МЧС России Александр Вячеславович Куренков, с которым губернатор на регулярной связи.

- В настоящий момент ситуация стабилизируется, вода постепенно уходит. Продолжаем работу в круглосуточном режиме, - добавил Виктор Томенко.

МЕРЗЛАЯ ЗЕМЛЯ...

На данный момент в Алтайском крае остаются подтопленными 816 приусадебных участков, а также 139 домов в 47 населенных пунктах. Самая тяжелая ситуация складывается в Михайловском районе. Половодье сюда пришло не то чтобы внезапно, но очень резко, ситуация ухудшалась с каждым часом. Как рассказала «Комсомолке» местная жительница Наталья Данченко, пострадали в основном низменные улицы. На сегодняшний день ситуация остается сложной, но уровень воды постепенно снижается.

- Наш дом не затронуло, так как живем на возвышенности. Здесь сухо. А вообще дорогу Ракиты - Михайловское еще не восстановили, мосты тоже - их смыло течением. Центр села, где площадь и школа, не топило, но до 8 апреля дети из сел Ракиты и Михайловского будут учиться на дистанте, - отметила Наталья.

По словам Натальи, зима в этом году выдалась не самой снежной - бывали сугробы и повыше, но из-за сильных морозов земля промерзла на полтора метра. Поэтому с приходом тепла, как говорится, поплыли!

- Паники в селе нет, хоть некоторые и ругают власти, но они тут при чем? Администрация наша сработала очень хорошо, все сообщения передавали вовремя, постоянно объезжали людей. Полиция, пограничники на машинах патрулировали улицы, перекрывали дороги, - добавила Наталья.

Жительнице Михайловского района Галине Калининой повезло меньше. Ее дом оказался в числе затопленных.

Люди со слезами на глазах бросали дома...



Как на Алтае справляются с сильнейшим за последние годы паводком

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Почему паводок застал врасплох

- Бурное начало весеннего половодья связано с ростом температуры и частыми оттепелями зимой, при которых образовалась ледяная корка не только внутри снежного покрова, но и на почве, которая не дает уходить воде, - объясняет **ведущий инженер отдела гидрологии алтайского Гидрометцентра Ольга Прахт.**

По словам специалиста, первая волна паводка началась несколько раньше среднемноголетних сроков. Однако делать выводы пока рано, так как еще даже не вскрылась река Обь. В основном главная водная артерия региона еще покрыта льдом.

- Первая волна только началась. По прогнозу, ледоход на Оби в районе Барнаула должен начаться 10 апреля ±5 дней, - рассказала Ольга Прахт.

На сегодняшний день пока нет прогноза, когда начнется вторая волна паводка.

ПОЛЕЗНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ

Пострадавшие от паводка могут обратиться в органы прокуратуры по месту жительства или на горячую линию прокуратуры Алтайского края:
8 (3852) 222-017 - помощник прокурора;
8-903-947-61-57 - дежурный прокурор.
Для оказания психологической помощи работает горячая линия по номеру: 8 (3852) 20-21-87.

- Все началось около пяти вечера в пятницу, 29 марта. Мы еще даже не осознавали, что такое возможно, что вода с таким напором может зайти в дом. Сначала решили спасти зерно - пересыпали в мешки и поставили на крыльцо, оно у нас высокое. Пока зерно убрали, вода начала подниматься и подтопила сарай - вывели скотину во двор. Потом вода начала топить родственников, и мы поехали им помогать вытаскивать картошку из погреба, а пока вытаскивали, нам позвонил сын и сказал, что двор топится, скотина кричит. Сначала телят увели к родным, а когда вернулись за коровой, то уводили ее уже по «морю». Кур спасти не успели - утонули, - отметила Галина.

Для женщины потеря дома - это настоящая трагедия.

Галина призналась, что плачет уже несколько дней...

- Я живу здесь уже 48 лет. При мне таких потопов не было. Правда, помню, что в 1986-м вода в погреба заходила, но не в дома. А в этом году просто по колено, причем у нас далеко не низкий фундамент... Люди, наверно, поседели, - подчеркнула Галина Калинина. - Мы сейчас у родственников, нас сразу забрали - семья хорошая, большая. Помогают со всех

сторон: одноклассники, друзья, родственники. Думаю, что раньше осени в дом не зайдем: там все стены, двери разбухли, вещи пострадали. Я сейчас ни о чем не могу думать, кроме как скорее поспать домой.

15 ЛЕТ ЗАТИШЬЯ

По данным ГУ МЧС по Алтайскому краю, наводнение в этом году произошло и в районах, которым это не свойственно. Анализ статистики показывает, что за последние 15 лет Славгород, Благовещенка, Михайловка, Каменная-Оби не подвергались подтоплениям. Но в этом году большая вода пришла в районы из-за промерзания почвы и резкого потепления.

Спасатели во всех районах продолжают бороться с под-

топлениями. На сегодня уровень воды снижается. Часть эвакуированных жителей уже вернулась в свои дома.

В ликвидации последствий весеннего половодья участвует больше 2,5 тысячи человек и свыше тысячи единиц техники. С помощью беспилотников в Первомайском и Бийском районах определяют наиболее сложные участки и пути водоотведения. В Михайловском районе и Алейске установили водоналивные дамбы и отсыпают землю на низменных участках. За все время работы на подтопленных территориях бойцы МЧС откачали больше 129,6 тысячи кубических метров воды.

ЧП

К сожалению, наводнение не обошлось и без крупных ЧП. Поздним вечером 29 марта рейсовый автобус, следовавший из села Ключи в Барнаул, затопило тальми водами. Пассажирам, которые находились в этот момент в салоне, пришлось спасаться на крыше транспорта и ждать помощи. Позднее на место прибыли спасатели и эвакуировали людей. В результате происшествия никто не пострадал.

1 апреля в селе Ашегуль Михайловского района Алтайского края погиб 6-летний мальчик. Ребенок утонул в траншее, вырытой для прохода паводковых вод. Как сообщили в прокуратуре и управлении СК региона, спасатели выкопали трубу, чтобы бурлящий поток воды шел стороной. Мальчик и его друг подошли к краю, чтобы посмотреть на поток воды, но один из детей не удержался и упал. Плавать малыш не умел... По факту его гибели возбуждено уголовное дело.

■ ДЕНЕЖКИ

ПОСТРАДАВШИЕ ПОЛУЧАТ ВЫПЛАТЫ

В Алтайском крае пострадавшим от паводка назначили единовременные выплаты. Соответствующее распоряжение об оказании материальной помощи подписал губернатор региона Виктор Томенко.

КОМУ ПОМОГУТ

Материальную поддержку смогут оформить те, чьи домовладения пострадали в результате наводнения. Есть и список районов, в которых вода зашла во дворы и дома жителей: Благовещенский, Бурлинский, Волчихинский, Каменский, Немецкий национальный, Михайловский, Первомайский и Романовский

районы. Также в зону попал один город - Славгород.

КАКАЯ СУММА

Те, у кого вода вошла в дом и поднялась выше уровня пола, получат по 30 тыс. рублей, у кого вода ограничилась участком - 10 тыс. рублей

КУДА ПОДАВАТЬ ЗАЯВЛЕНИЕ

Направить заявление можно в управление социальной защиты муниципалитета, в котором проживает пострадавший. Специалисты перед тем, как принять решение о выплате, проверят акты обследования домовладений.

Выплаты произведет Министерство социальной защиты Алтайского края в самое ближайшее время.

КАКАЯ ЕЩЕ ЕСТЬ ПОМОЩЬ

Помимо финансовой помощи пострадавшим оказывают психологическую и юридическую поддержку. Также помогают с продуктами, средствами личной гигиены и одеждой. По всем вопросам можно обратиться на горячую линию министерства: 8 (3852) 54-84-50.

КАК ПОМОЧЬ

В комплексных центрах социального обслуживания Алтайско-

го края принимают гуманитарную помощь для пострадавших от наводнения. В городах и районах региона работают пункты приема вещей первой необходимости. Речь идет о детских вещах, одеялах, подушках, постельном белье, средствах гигиены и бытового назначения. Посмотреть полный список адресов можно по ссылке.

Кроме того, желающие могут перечислить деньги пострадавшим. Сбор ведется через Алтайское краевое отделение Российского детского фонда (с обязательной пометкой «Паводок»).

Уже 70 миллионов россиян приобщились к занятиям физкультурой

Заряжайся вместе с нами!

СПОРТ → НОРМА ЖИЗНИ
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

ДЕМОГРАФИЯ

НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОЕКТЫ РОССИИ

Семен ГОРСКИЙ

В занятиях спортом огромное количество плюсов для каждого из нас: повышается иммунитет, растет продуктивность, улучшается фигура и появляется заряд энергии, а еще снижается уровень стресса и укрепляется здоровье сердца. С 2019 года приобщаться к спортивному образу жизни помогает государство. Так, с 2019 года уже 70 млн россиян стали заниматься физкультурой благодаря федеральному проекту «Спорт - норма жизни» нацпроекта «Демография», а к 2030 году показатель вовлеченности людей в спорт должен достичь 70%! А какие меры у нас в стране делают спорт популярным?

ФИЗКУЛЬТ-ПРИВЕТ!

Благодаря федпроекту уже ввели налоговый вычет на затраты на фитнес, возродили движение ГТО, повышают квалификацию тренеров, организуют спортивно-массовые мероприятия, такие как «Лыжня России», «Оранжевый мяч», «Кросс нации» и «Декада спорта и здоровья», проводят ежегодный конкурс спортивных проектов «Ты в игре». Кроме



Быстрее, выше, сильнее!

того, за пять лет установили порядка 450 спортивных объектов - это стадионы, физкультурно-оздоровительные комплексы, бассейны, ледовые арены и т. д. Только в прошлом году заработали 55 спор-

тивных учреждений, в этом году свои двери откроют еще 72. В некоторых регионах стали строить очень необычные спортобъекты. Так, в Бурятии появились спортзалы в удаленных районах в виде юрт.

ТЫ В ИГРЕ, И Я В ИГРЕ

Еще одна инициатива - Всероссийский конкурс спортивных проектов «Ты в игре». В нем принимают участие энтузиасты спорта со всей страны. Победители получают возможность масштабировать свои идеи. В первых трех сезонах поучаствовало 11 тысяч проектов из всех 89 регионов России. В 4-м сезоне появились две новые номинации - «Корпоративный спорт» и «Спортивный туризм». Напомним, что победители в каждой из основных номинаций конкурса получают по 300 тысяч рублей на развитие своих проектов. Обладателя Гран-при ждет премия в 1 млн рублей. Авторам 250 лучших заявок дадут доступ к образовательной программе для прокачки навыков в спортменеджменте. Для авторов 25 проектов, прошедших в финал, предусмотрены мастер-классы по оформлению презентаций и публичным выступлениям. Отслеживать этапы конкурса, узнать про номинации и подавать заявки на следующие сезоны можно на сайте тывигре.рф.

Так, обладателем Гран-при 3-го сезона конкурса «Ты в игре» стал проект по прыжкам через резинку под названием «Лучший урок физкультуры». Название подсадили авторам дети - так они оценивали каждый мастер-класс по спортивному прыжкам через резинку. Победа в конкурсе дала проекту очень мощный импульс. У Федерации спортивных прыжков через резинку появилось еще пять региональных отделений. Этот вид спорта теперь включен в программу «Веселых стартов» для школ в Москве. За год с этой игрой познакомилась почти 2 тысячи ребят.

Кстати, в состав экспертного совета конкурса «Ты в игре» входят очень уважаемые в мире спорта люди. Среди них: министр спорта РФ Олег Матыцин, пятикратная олимпийская чемпионка по синхронному плаванию, посол федерального проекта «Спорт - норма жизни» Наталья Ищенко, президент Федерации хоккея России, олимпийский чемпион, чемпион мира и Европы Владислав Третьяк, олимпийская чемпионка по конькобежному спорту, посол ГТО Светлана Журова, олимпийский чемпион по лыжным гонкам, посол федерального проекта «Спорт - норма жизни» Александр Легков и другие.

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

Итоги проекта



450
спортивных объектов открыто, из них **55** в 2023 году



70
МЛН жителей России (**53%**) занимаются спортом



- 1047 спортивных мероприятий провели в 2023 году
- 749 спортивных организаций получили господдержку в 2023 году
- 18 спорткомплексов начали восстанавливать в новых регионах РФ
- 7,9 тысячи тренеров прошли переподготовку и повысили квалификацию



Дмитрий ПОЛУХИН/
Комсомольская правда

ЗНАК ГТО НА ГРУДИ У НЕГО

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) возродили ровно 10 лет назад. В 2019 году он вошел в состав федерального проекта «Спорт - норма жизни». К движению ГТО присоединились уже миллионы людей, где самому младшему - 6 лет, а старшему - 101 год.

Ежегодно Минспорт России проводит фестивали ГТО среди госслужащих, студентов, семей и школьников. В 2023 году в них участвовали 300 тысяч человек. Среди них и семья Аксеновых из Красноярского края. Мама Ксения научилась бегать на лыжах коньковым ходом, ее муж Алексей увлекся бегом и плаванием, а младшая дочь Варвара полюбила полиатлон. Даже бабушка Светлана Мирошниченко, которой уже 69 лет, увлекается пауэрлифтингом.

«В нашей семье спорт занимает большое место. Два года назад нам предложили участвовать в фестивале ГТО «Семейная лига»

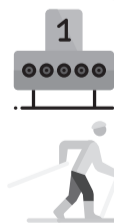
(мама, папа, ребенок и бабушка). Попробовали и оказались первыми. Затем победили в крае, а дальше поехали на соревнования в Калининград, где представляли Красноярский край. Это было очень серьезно и ответственно! И именно там мы увидели, как много в нашей стране спортивных семей. Могу сказать, что ГТО - это мотивация к занятиям спортом и профилактика заболеваний, так как все дисциплины комплекса продуманы. Занятия спортом помогают воспитывать волю и направлять энергию в нужное русло», - рассказал «КП» глава спортивного семейства Алексей Аксенов.

С 2020 года Минспорт России ежегодно проводит фестиваль чемпионов под названием «Игры ГТО». Кстати, 24 марта 2024 года исполнилось ровно 10 лет со дня возрождения комплекса ГТО. В юбилейном году все мероприятия, реализуемые в регионах страны, и Фестивальное движение ГТО будут посвящены первому десятилетию.

КОНКРЕТНО

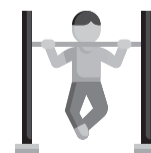


22,1 МЛН
человек
(16,1% населения) - участники движения ГТО



10,23 МЛН человек показали уровень физической подготовленности, соответствующий знакам отличия ГТО

14,7 МЛН человек посетили центры тестирования ГТО



Почти 2000 спортивных площадок для выполнения нормативов ГТО и 2600 центров тестирования построено в регионах

Комплекс ГТО включает в себя бег, прыжки, метание гранаты, плавание, лыжные гонки, стрельбу и прочие спортивные виды. При успешном выполнении нормативов можно получить либо до 10 дополнительных баллов при поступлении в вуз, либо премию на работе.

Кстати, год назад возрастных ступеней в комплексе стало 18. Первая - для школьников 6 - 7 лет, последняя - для людей старше 70.



Дмитрий ПОЛУХИН/
Комсомольская правда

Продолжение.
Начало < стр. 1.

Родители пытались дозвониться до ребенка, но ответа не было. Начало темнеть. Поселок в Хрустальном хоть и считается городского типа, но вокруг много заброшек от старого рудника, овраги, горы и густой лес, а рядом с домом семьи - речка Хрустальная с многочисленными притоками.

Мама и отец мальчика в панике набирали номер снова и снова, неожиданно появилась связь. В трубке слышали шелест листьев и лай щенка! Потом и голос испуганного Платона: он не мог объяснить, где находится, говорил только, что вокруг нет домов, одни деревья.

Подняли по тревоге всех - силовиков, МЧС, сотрудников ГУФСИН с овчарками, волонтеров-поисковиков. Ночи в Приморье еще холодные, да и дикого зверья полно, которое весной становится особенно агрессивным.

ПРОЧЕСЫВАЛИ СОПКИ С СОБАКОЙ

В поисках участвовали около 300 человек. Ходили по лесу около трех-четырёх часов, обошли сопки, потом прошли по дороге, но ребенка не удалось найти.

- Собака сначала взяла след, но потом стало тяжело, так как на территории уже много кто прошел со своими животными и затоптали все следы, - рассказали в пресс-службе ГУФСИН России по Приморью.

Работа шла всю ночь, но даже зацепки не появилось:



Щенок спас жизнь пятилетнему мальчику, заблудившемуся в лесу



ЛицаАлерт
Прокуратура Приморья

Спасителю мальчика - щенку Степе - около 7 месяцев. Настоящий «дворянин», дружелюбный и ласковый.

- Искали везде: во дворах, в оврагах, позже была поставлена задача прочесывать лесной массив, передвигаясь цепочкой на расстоянии 20 метров друг от друга, - вспоминает Роман Панин.

Он молодой специалист, только стажуется на должность инспектора ДПС. В поисковой операции участво-

вал впервые, но именно ему посчастливилось крикнуть заветное: «Нашел!»

НОЧЕВАЛИ В ОБНИМКУ

Платошу обнаружили только к 8 утра, примерно в семистах метрах от дома.

- Он лежал на земле посреди редкого леса. Подбежав, я взял мальчика на руки и сразу же отнес в патрульный автомобиль ДПС. В этот момент я испытал огромное облегчение, потому что ребенок жив!

Мальчишка весь трясся от испуга и холода, сил идти не было. В руках сжимал Степана, который не пытался отстраниться - сам грелся и грел хозяина.

Курточка, штаны и шапка не спасли от переохлаждения. Конечно, и щенячьего тепла полностью не хватало, но это, говорят медики, точно спасло от тяжелых последствий! Ведь мальчик провел целую ночь в лесу при температуре примерно -3 °С.

Малыша доставили в больницу. Сейчас состояние ребенка стабильное, но пока его оставили под присмотром врачей. Специалисты краевого минздрава рассказали, что Платоша ведет себя активно, с аппетитом ест, играет. А о ночи в лесу уже и забыл. Только сильно скучает по своему Степану - спасителю. Щенок ждет хозяина дома, в награду за верность его накормили вкусняшками и дали хорошенько отоспаться.

Павел САХАРОВСКИЙ («КП» - Дальний Восток).

КСТАТИ

Родители не виноваты

Информация о пропаже мальчика, а затем и о счастливом финале быстро распространилась в социальных сетях. Конечно, большинство были рады, что ребенок нашелся, но есть и те, кто не удержался от слегка гневных комментариев в сторону семьи. Мол, совсем маленький, не уследили, как так гулять одному.

В Следственном комитете заверили, это первый раз, когда ребенок самостоятельно ушел со двора, а в прокуратуре и в полиции добавили, что семья у Платона благополучная (у мальчика есть еще семилетняя сестренка). К родителям претензий нет. Случиться может всякое, а главное - все хорошо закончилось.



Видео, как мальчика выносят из леса, - на сайте



■ СКАЖИТЕ, ДОКТОР!

Татьяна РУСИНОВА

Об особенностях детского иммунитета и весенних заболеваний ОРВИ «КП» рассказывает эксперт.

Известное явление: стоит отпустить ребенка в детский сад или в школу после каникул, как он тут же возвращается домой с насморком, красным горлом, кашлем...

ОТЛИЧИТЬ ГРИПП ОТ ПРОСТУДЫ

Можно ли на глазок определить, чем именно заразился ребенок?

- Симптомы гриппа и других ОРВИ похожи. Самостоятельно, без врача, различить их очень трудно, - уверен заведующий отделением оториноларингологии ФНКЦ ФХМ им. Ю. М. Лопухина ФМБА России, доцент кафедры оториноларингологии педиатрического факультета РНИМУ им Н. И. Пирогова, кандидат медицинских наук Константин БАРАНОВ. - Но признаки, позволяющие заподозрить простуду у ребенка, конечно же, существуют. Во-первых, ОРВИ у детей, как правило, протекают с высокой температурой тела, нередко выше 38 °С. Во-вторых, чем младше ребенок, тем тяжелее проявляются симптомы интоксика-

Как ребенку не заразиться от кашляющих сверстников

кации на фоне инфекции. В-третьих, лихорадка сочетается с катаральными явлениями - наиболее частые из них: насморк (заложенность и выделения из носа), кашель, боль в горле, чихание, слезотечение.

ПОДНЯТЬ ИММУНИТЕТ МАССАЖЕМ - И НЕ ТОЛЬКО

Увы, любая социализация подразумевает возможность заразиться. Но под колпак своего ребенка прятать точно не нужно - опасность подхватить инфекцию выскока не только в детском саду и школе. Выход для родителей - следить за детским иммунитетом.

- Профилактика гриппа и других ОРВИ у детей включает прежде всего

соблюдение санитарно-гигиенических норм, - говорит Константин Баранов. - Это мытье рук, использование масок и прочее. В данном контексте стоит отметить важность иммунопрофилактики, использование препаратов, усиливающих

противовирусную защиту организма. Специальные лекарственные средства, адаптированные к особенностям детского иммунитета, существуют. К таким препаратам относится, например, Анаферон детский. Такие препараты поддерживают механизмы естественной защиты организма ребенка, объединяя в себе противовирусное и иммуномодулирующее действие. Есть исследования, которые продемонстрировали, что на фоне профилактического приема дети реже болеют ОРВИ.



Дети, посещающие школы и детские сады, относятся к группе риска по ОРВИ.

- Не стоит забывать про общеукрепляющие мероприятия: массаж, закаливание, санацию хронических очагов инфекции во рту и носоглотке, лечебную физкультуру, - подчеркивает эксперт. - Важны рациональный режим дня и сбалансированное питание.

СПОРТ И МОРЕ

Устойчивость иммунитета меняется со временем: она может ослабевать, если ребенок часто болеет, переживает стресс.

- К группе риска по ОРВИ относятся дети, посещающие дошкольные учреждения или школы, особенно в первый и на второй год от начала, часто болеющие дети, - уточняет Константин Баранов. - Требуют особого внимания при лечении ОРВИ пациенты, находящиеся в посткациальном периоде, дети с аллергией или с хронической патологией, включая болезни лор-органов.

Ослабленный иммунитет можно и нужно укреплять. Для этого есть целый комплекс мер, о которых мы говорили выше. Туда же относятся занятия спортом, отдых на море. А какой спорт лучше подойдет ребенку, надо решать, исходя из его предпочтений - и рекомендаций врача.

Николай ОБЕРЕМЕНКО/«КП» - Пермь

Евгений АРСЮХИН

В Бразилии нашли следы динозавров, а рядом - рисунки древнего человека. «Вот, а мы говорили!» - оживились сторонники популярной теории заговора. Они верят, что люди и динозавры жили вместе.

Авторы находки, правда, настаивают: следам - 140 миллионов лет, рисункам - от 9 до 3 тысяч лет. Но кто их знает, может, ошибаются?

Поговорили об этом и многом другом с палеонтологом, научным писателем Антоном Нелиховым.

ВСЮДУ ЗНАКИ

- Мы живем внутри палеонтологического музея, - так неожиданно начинается свой рассказ Антон. - У нас прямо под ногами тьма тьмущая окаменелостей.

- Я видел в овраге раковины вымерших моллюсков, но никогда не видел следов динозавров.

- Значит, не повезло! Таких следов на планете осталось довольно много. Древние люди их замечали, удивлялись и поклонялись. Но, заметив необычную ископаемую кость, ты несешь ее в святилище. А след ты выковырять из породы и унести не можешь. Приходится делать святилище прямо около следа.

Таких «святилищ», культовых мест, известно как минимум три. Так, индейцы в Северной Америке подле следа теропода (группа двуногих хищных динозавров. - Авт.) изобразили фигурки, которые следы молятся. Так и эта бразильская находка.

ВСТРЕТИТЬСЯ НЕ СУЖДЕНО

- То есть то, что следы и рисунки одновременны, исключено?

- Абсолютно. Подумайте сами. Следы остались на влажной глине. Иначе не получилось бы следа. За миллионы лет глина окаменела. И петроглифы на ней уже высекали.

Время от времени даже у серьезных ученых появляются идеи: а вдруг... Например: в Китае популярен образ дракона. А вдруг какие-то динозавры дожили до людей, вдруг люди их видели? К сожалению или к счастью, нет. Палеонтологическая летопись в самом деле фрагментарна. В ней есть пробелы. Но не настолько. Между людьми и динозаврами несколько десятков миллионов лет. Динозавры довольно быстро сошли со сцены. Человека еще не было даже в плане.

- Но как же живые ископаемые? Те же кистеперые рыбы? Значит, могут в принципе выживать и оставаться незаметными?

- Живые ископаемые забили в такие экологические ниши, мизерные и труднодоступные, где их в самом деле проморгать можно. Но таких ниш немного.

Что касается крупных, крупнее лягушки, позвоночных, то последний неизвестный вид был описан 150 лет назад. Конечно, где-то в океаническом дне и сейчас могут копошиться червяки, выжившие с юрского, например, периода. Но в динозавра, летающего на глазах китайцев и не оставившего ни косточки, поверить нельзя.

- А мамонты? С ними наш пещерный предок встречался. И многие

Следы невиданных зверей:

Могли ли люди и динозавры жить вместе

Новая находка в Бразилии заставляет вспомнить о популярной квазинаучной теории.

думают, что воспоминания дожили до наших дней. Например, в русских былинах есть «чудище хоботастое»...

- ...которое не дает богатырям прорваться через речку Смородину. Богатыри вырыли ловушку, яму, оно туда упало и давай хоботом туда-сюда.

И эта деталь - яма-ловушка - казалась очень убедительной. Ведь в 1950-е годы именно так во всех учебниках рисовали «охоту пещерных людей на мамонта». Вот только не было никогда такой охоты. Не рыли на мамонта ловушки. Попробуй, вырой в вечной мерзлоте что-то глубже лунки. И в Индии, в Африке на слонов не охотятся так никогда.

Я не знаю, откуда взялась былина (в конце концов Афанасий Никитин в XV веке в Индии был и слонов видел, а некоторые былины довольно поздние), но это не память о мамонте.

МИФИЧЕСКИЕ КАМНИ

- Но люди находили кости. Следы. А что если наши мифы именно так и появились? О том же драконе?

- Красивая версия, но - нет. Кости и находки всегда встраиваются в готовый миф. И никогда не производят нового мифа.

Взять китайских драконов. В Китае активно добывают и используют в народной медицине «кости дракона». На самом деле это даже не кости динозавров. А остатки слонов, носорогов более позднего времени. Представим, что все окаменелости на нашей планете возьмут и исчезнут. Исчезнет и миф о драконе? Нет, как был, так и останется.



Чтобы увидеть ископаемые, не надо идти в музей. Они всегда у нас под ногами.

Откуда взялся образ дракона, надо спросить у фольклористов, это отдельная тема.

- Как-то странно. Вот я нахожу нечто необычное. Неужели из этого не рождается миф?

- Миф - это что-то очень глобальное. Вот миф о потопе. Потопы, паводки случаются часто. Вот дождь идет два дня, и уже тяжело. А если он будет идти сорок дней? Явно будет еще хуже. Простая, понятная мысль. Миф рождается из идеи, которую легко визуализировать, представить. Именно поэтому миф о потопе встречается практически у всех народов. Ведь везде идет дождь.

Допустим, вы нашли дикинскую кость. И вы по поводу этой кости что-то придумали. А в других местах таких костей не находят. Вот и получится у вас в лучшем случае местное, локальное сказание. Скажем, в Сибири и на Аляске - уникальные туши мамонтов. Таких больше нет нигде. И есть сказания о подземных чудовищах. Туши-то выходят из-под земли. Но это местные предания.

И не первого плана, так сказать. Мифологическую систему народов Сибири можно представить и без подземных чудовищ. Убери их - ничего страшного не случится. Как, например, убери из славянской мифологии Кикимору. Ничего, обойдемся и без Кикиморы.

ВОПРОС - РЕБРОМ

Откуда взялись великаны

- Я знаю, чем побить ваш аргумент. Миф о великанах. Он-то точно родился потому, что люди находили большие кости.

- В самом деле, у всех народов есть сказания о великанах. Эти сказания, скорее всего, появились попросту из детских воспоминаний. Вы маленький, все вокруг большие. Мир вокруг страшный.

Что до костей. Вся Евразия покрыта толстым слоем относительно новых (десятки и сотни тысяч, а не миллионов, лет) плейстоценовых отложений. Динозавры и прочие монстры далекого прошлого - глубоко внизу (юрский, меловой период). В плейстоценовых слоях огромное количество костей мамонта и другой крупной фауны.

- Прямо-таки огромное?

- Судите сами. Только в прошлом году в европейской части России, и только по сообщениям СМИ, было десять случайных находок костей мамонта. Это значит, находок, которые не попали в СМИ, сотни. Еще больше - нашли, но не поняли что. Если брать данные только СМИ, это все равно тысячи находок за сто лет.

Обнаруживают в основном не черепа, а кости конечностей. Потому что они прочнее. На ногах ходят, и кости ног обязаны быть крепкими. Берцовые, бедренные кости мамонтов неспециалист примет за человеческие, только размером побольше. Их в самом деле отличить очень трудно. Ну что, вот вам и кости великанов. В средневековой Европе думали, что это допотопные люди. В России - что богатыри. В античности полагали: это герои или те титаны, которых победил Зевс.

**СТОП-КАДР**

«Эти последние секунды» - так назвал этот снимок бельгийский фотограф Александр Бракс. Ему довелось стать свидетелем нападения гепардов на стадо зебр. Вот как он описал сцену охоты: «Один из хищников побежал к нам, вцепившись в жеребенка. В эти секунды я сделал снимок матери-зебры, которая предпринимает последнюю попытку оттолкнуть детеныша от нападающего гепарда. Она потерпела неудачу. Я запомню эти последние секунды на всю жизнь». Этот кадр стал победителем в номинации «Поведение млекопитающих» на всемирном конкурсе World Nature Photography Awards 2024.

Овен



Жить на пределе возможностей - давняя привычка Овнов. Пора бы уже о себе и позаботиться. Больше спите, гуляйте и отдыхайте. Уделите время семье и близким, но не командуйте. Деньги вкладывайте в собственное образование. Период крайне травмоопасный. Постарайтесь не рисковать.

Телец



Тельцам следует позаботиться о себе и своем здоровье. Переходите на здоровую пищу, отказывайтесь от вредных привычек, дышите свежим воздухом, занимайтесь физкультурой. Поначалу это может быть ой как непросто, но потом вы же еще сами себе спасибо скажете.

Близнецы



Ретроградный Меркурий принесет вам людей из прошлого. Не верьте сладким речам - если кто-то портил вам кровь раньше, он продолжит этим заниматься. Не пускайте этих людей в свою жизнь. У вас и других забот хватает. Сейчас отличный период для обучения, используйте его.

Рак



Вспомните, от какой идеи или от какого занятия вам когда-то пришлось отказаться. Если вам не давала покоя мысль, что хорошо бы возобновить это дело, - время пришло. У вас получится вернуться к заброшенной учебе, хобби, интересной подработке или чему-то тому, до чего прежде руки не доходили.

Лев



У Львов наступила пора генеральной уборки. Можно воспринимать этот совет и буквально, разобрав по полочкам беспорядок, убрав зимние вещи в шкаф и намыв полы. А можно и метафорически: избавляйтесь от ненужного - и от вещей, и от присутствия людей, которые не дают вам двигаться вперед.

Дева



К Девам тоже постучатся гости из прошлого. Если кто-то наделал вам гадостей, разбил сердце, испортил жизнь - пусть уходит туда, откуда пришел. Но если у вас нет взаимных претензий, вас просто жизнь когда-то развела... Подумайте, возможно, эти люди вернулись не просто так, дайте им шанс.

Весы



Весы - чемпионы по додумыванию и накручиванию себя. Не мучайте себя догадками, всегда лучше переспросить. И поверьте, никто про вас не подумает, что вы сами не в состоянии что-то понять. А еще неделя потребует от вас проявления дипломатических талантов, конфликтов лучше избегать.

Скорпион



Скорпионы давно искали возможность для реализации своей идеи, и сейчас им представится такой шанс. Может быть, вы найдете инвестора, может, познакомитесь с нужным человеком, а может, встретите единомышленника. Случится что-то, что поможет вам приблизиться к цели.

Стрелец



На Стрельцах энергия затмения отразится особенно сильно - вы станете взвинченными и агрессивными. Попробуйте дыхательную гимнастику, медитации, меньше находите с другими людьми. А если сорветесь, сразу извиняйтесь, пока конфликт не принял вселенских масштабов.

Козерог



Козероги задумаются о своих отношениях. Если вы хотите расстаться, можно сделать это сейчас, но только аккуратно, не обижая человека. Если у вас хорошие отношения - вкладывайтесь в них материально и эмоционально, покажите партнеру, как сильно вы им дорожите.

Водолей



Водолеи будут заманивать разными интересными идеями и новыми проектами. Ваша задача - выбрать только те, что действительно стоят вашего внимания. Будьте очень внимательны при подписании документов, обязательно все проверяйте и не давайте ввести вас в заблуждение.

Рыбы



Сфокусируйте внимание на семье, на вашей второй половинке. Чтобы отношения были душевными, а вам в них было уютно и хорошо, над ними нужно работать. Добавьте тепла и романтики, окружите партнера заботой. Можете выбраться за город, на природу, провести вместе выходные.

«Не бит, не крашен, одна хозяйка»

Как современные мамы ищут невест сыновьям.

Александра ЗАЙЦЕВА

Еще лет 15 назад родители знакомили нас старомодно и неуклюже. Сын маминой подруги зашел на чай по делу. Отцы вместе поехали на рыбалку, один прихватил с собой сына, второму не с кем было дочку оставить. В общем, у детей не было шансов не столкнуться. Но теперь продвинутые папы-мамы (особенно мамы!) оседлали интернет. И взялись устраивать личную жизнь детей с его помощью. И мир стал остроумным. Вот две реальные истории с женских форумов и набор типичных брачных объявлений.

1 «БУДУЩАЯ СВЕКРОВЬ КРАСИВО УХАЖИВАЛА»

«Моя бывшая начальница, назовем ее Ирина Павловна, очень красивая женщина сильно за 40. Зарплата немалая, хватает на все хотелки. Муж моложе ее на 7 лет и выглядит как киноактер. Одна беда в жизни: взрослый сын от первого брака не совсем здоров. Некритично для нормальной жизни, но нужно каждый день соблюдать предписания врачей и диету. 27 лет Ирина Павловна по часам варила ему диетические супчики, а потом не выдержала. Захотела пожить в свое удовольствие со своим скандально юным мужем, тем более что все возможности у нее для этого есть. То есть нужно было сына пристроить в надежные руки.

И вот прихожу я работать в эту богатую контору. Ирина Павловна меня внимательно оглядела, расспросила про родителей, про привычки, где живу, и т. д. И началось. Сначала она подарила мне ноутбук. То есть формально это было якобы от конторы. Только смотрю - другим сотрудникам ноутбуков начальство не дарит. Потом взяла с собой на корпоратив в Черно-



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

гории. Был такой обычай у небедных организаций в жирные 2010-е годы - вывозить сотрудников в теплые страны, не всех поголовно, конечно. Но Ирина Павловна каким-то образом меня протолкнула в список избранных. Все 4 дня от себя не отпускала, расспрашивала. Вернулись в Москву, в такси из аэропорта она прямо говорит: поехали к нам, с сыном познакомлю. 27 лет, симпатичный, да вот девушку никак не найдет, устала я за ним приглядывать и внуков хочу...

С ее сыном мы быстро поняли, что ничего не склеится. К тому же, если его мама уже сейчас так вмешивается в чужую жизнь, что дальше будет? А уж как она вокруг меня увивалась! И хвасталась, что строит для ребенка дом. И намекала, что сейчас трудно выйти замуж. И даже фамилией своей соблазняла - она у них дворянская.

Из той конторы я ушла через полгода. Знаю, что на моей должности потом работали еще две девушки. И тоже быстро убежали. Догадываюсь, почему».

2 ПОЛЕТ НОРМАЛЬНЫЙ!

«Зацепило меня на сайте знакомств одно объявление. Дама 47 лет искала сыну жену. И с таким юмором было написано,

что, будь я женщиной, точно откликнулся бы. У меня хорошее настроение было, я ей ответил что-то в тон, она мне, и понеслось. Там форум, можно переписываться. Через пару дней мне ее смешных ответов уже не хватало. Я ей строчу: не знаю, как там сын, но мама мне нравится, давай в кафе сходим. Заявляется в кафе симпатичная женщина, вся на позитиве. Через два месяца мы поженились! Сами не ожидали. Пока полет нормальный.

А сын у нее даже не знал, что мама ему семейную жизнь планирует. Пока она на меня отвлеклась, парень, оставшись без присмотра, уехал зимовать в Таиланд. Мы когда спохватились, он там уже работать на удаленке устроился. Может, женится на тайке - мы с супругой не против, мы друг другом заняты».

ВЗГЛЯД СО СТОРОНЫ

«Дети бывают не только от мачо»

Одни посетители форумов яростно доказывают, что веками родители женили сыновей-дочек, а у многих народов и сейчас так делают, и ничего плохого, детей семеро по лавкам. Другие от таких слов просто взрываются: если парень - инфантильная размазня и все за него решает мама, как с таким строить семью? «Дети рождаются не только от мачо!» - спорят первые. Да, жизнь (включая семейную) многообразна, на каждом шагу невероятна. С ненавистью лупившие в детстве друг друга портфелями одноклассник с одноклассницей, повзрослев, внезапно бегут в загс и живут душа в душу. А Евгений Петросян в 73 года, наоборот, разводится, потом женится в пятый раз и теперь его правнук старше его младшей дочери. Так что какие и кому могут быть советы в личной жизни? Разве только счастья пожелать...

■ ПРОЧИТАНО НА САЙТАХ ЗНАКОМСТВ

- ✓ «Мальчик 31 года ищет няню для вечерних прогулок. Веселый, общительный, послушный, красивый. Работает, есть машина. Дорогу к загсу я ему покажу. Бонусом к мальчику идет добрая и веселая свекровь».
- ✓ «Моему 28, маму достал, чересчур самостоятельный. И все время в компе сидит! С удовольствием пристрою его в хорошие руки».
- ✓ «Ищем для сына скромную деревенскую девушку, которая хочет крепкую семью, детей. Жилищные проблемы решим. Машину вам тоже подарим. Преимущество той, которая не выше 165 см и умеет ухаживать за домашней птицей. Курящих и гулящих не рассматриваем. Сыну 36 лет».
- ✓ «Сын снимает квартиру с такой девицей, что глаза б ее не видели. Незамужние девчонки без в/п и вредных родственников, пишите мне, хочу познакомить его с хорошей невестой! Он у меня симпатичный и порядочный, 34 года».
- ✓ «Парень у нас невысокий, по клубам не ходит. А в институте у них девушек почти нет...»
- ✓ «4 года ищем жену нашему мальчику, никак не найдем! Окончил хороший институт, работает, порядочный. Нам нужна девушка из приличной семьи и чтоб умела готовить кошерное. Но то низкого роста, то родители ее фото не показывают, требуют сначала фото нашего мальчика...»

Аделина Сотникова сказала «да»

Сергей КИРИЛЛОВ

Олимпийская чемпионка по фигурному катанию выходит замуж за теннисиста из Казахстана.

Итак, тайна личной жизни фигуристки **Аделины Сотниковой** наконец-то раскрыта. В личных соцсетях олимпийская чемпионка Сочи-2014 выложила совместные фотографии со своим возлюбленным - теннисистом сборной Казахстана **Дмитрием Попко**.

Фигуристка сообщила, что получила предложение выйти замуж.

«Я сказала «да», - подписала совместные снимки спортсменка.

Для почитателей таланта нашей первой олимпийской чемпионки в одиночном фигурном катании это очень хорошая новость. Ведь Сотникова после ухода из спорта никак не могла найти себя, попада-

ла в разные неприятные истории. За нее даже стали беспокоиться. И даже когда у нее в октябре 2022 года родился сын Андриан, широкая публика не знала, кто его отец. А сама Аделина говорила о нем только намеками.

«Он в шоке был. К сожалению, не лично - любимый у меня из мира спорта, он был в этот момент в другой стране на соревнованиях. Я сообщила ему через недельки две-три, потому что не знала, какая у него будет реакция», - поделилась Сотникова и сказала, что они сначала решили не афишировать свои отношения.

Кто такой Дмитрий Попко? Он родился в Санкт-Петербурге, но сейчас выступает за Казахстан. Сейчас 27-летний теннисист занимает 240-е место в мировом рейтинге, а выше всего он был в 2021 году, когда занимал 162-ю строчку. Сейчас Попко в основном играет в турнирах



Личная страница в соцсети Сотниковой

Аделина с Дмитрием больше не шифруются и официально оформили свои отношения.

ITF и уже выиграл три из них. Как сообщает официальный сайт Ассоциации теннисистов-профессионалов, за свою карьеру Попко заработал на корте 627 тысяч долларов.

А В ЭТО ВРЕМЯ Валиева попрощалась с тренером

Камила Валиева (на фото - внизу слева) продолжает находиться вне фигурного катания и ждет вердикта по апелляции на решение по ее допинг-делу, но многие болельщики продолжают следить за ее судьбой. И вот на днях в личных соцсетях фигуристка выложила фото, где она в группе юных фигуристок вместе с тренером **Натальей Дубинской**. Камилла тренировалась у Дубинской до прихода к **Этери Тутберидзе**. К сожалению, заслуженный тренер России Наталья Петровна Дубинская ушла из жизни в возрасте 74 лет. Валиева попрощалась с тренером:

«Наталья Петровна была не только потрясающим тренером по фигурному катанию, но и учителем жизни. Безмерно благодарна ей за все. Вечная память Вам, мой Тренер!» - подписала памятное фото Камилла Валиева.



t.me/kamilavaleva2official

■ ВНЕ ИГРЫ

Андрей ПЕТРОВ

Лучшая российская пловчиха заявила, что не поедет на Олимпиаду-2024.

Рекордсменка мира **Евгения Чикунова** высказала свою позицию по критериям допуска на Олимпиаду, которые установил МОК.



Максим БОГОДВИН/РИА Новости

Чикунова - рекордсменка мира на дистанции 200 м брассом.

Евгения ЧИКУНОВА: Это позор для МОК

- Мне в принципе непонятна позиция МОК. Они ставят такие условия и думают, что все сразу побегут выступать в нейтральном статусе? Если кто-то проделает этот путь, будет плыть, бежать, выступать на Играх, буду болеть, поддерживать. Буду рада, что кто-то проделал путь ради своей мечты. Но я считаю, что условия,

когда нас не будет даже в медальном зачете, - это край. В Токио я выступала за команду Олимпийского комитета России, была принадлежность, а сейчас вообще ничего не будет. Это позор для МОК - вы-

ставлять такие условия. Выбор без выбора. Думаю, они понимают, что малое количество людей на это пойдет.

Мне 20 лет в этом году. Я не планирую заканчивать. Надеюсь, что у меня еще будет Олимпиада. Буду выступать в России, рекорды мои засчитываются, - сказала Чикунова «Матч ТВ».

В конце прошлого года отказался ехать на Игры и призер Олимпиады в Токио, рекордсмен мира **Климент Колесников**. 23-летний пловец тогда заявил, что даже условия получения статуса нейтрального спортсмена для него неприемлемы. А без него на Олимпиаду не допустят.

Пока из наших сильнейших пловцов не отказалась ехать в Париж только трехкратный призер Олимпиад **Юлия Ефимова**. Для 32-летней спортсменки это будут уже пятые Игры, и, скорее всего, последние.

Российские гребцы не поедут на Олимпиаду

Такое решение принято на совместном заседании тренерского совета вместе со спортсменами, сообщает пресс-служба Федерации гребного спорта России (ФГСР).

- Ситуация, сложившаяся в данный момент, противоречит всем спортивным нормам и законам, спортсмены очень чувствительно и болезненно реагируют на все заявления, высказывания и дополнительные условия. Мы подтверждаем желание участвовать в соревнованиях на общих и

законных основаниях, но нам предлагают принять участие на дискриминационных условиях с неизвестными последствиями и еще приписывают к этому финансовые обязательства, - прокомментировал отказ президент ФГСР **Алексей Свиринов**.



Все
новости спорта -
на KPRU/SPORTS



КУЛИНАРНЫЙ БЕСТСЕЛЛЕР ЛУЧШИЕ ИДЕИ СО ВСЕГО СВЕТА УЖЕ В ПРОДАЖЕ!

**Евгения
РЕШАНОВА**



**САМОЕ ВКУСНОЕ -
ОТ ЗАВТРАКОВ
ДО ДЕСЕРТОВ**

**ИСТОРИИ И ЛАКОМСТВА
ИЗ ДЕТСТВА,
ЗАБЫТЫЕ ВКУСЫ
И НОВЫЕ СОЧЕТАНИЯ**

**РЕЦЕПТЫ ДЛЯ УЮТНЫХ
ВСТРЕЧ С БЛИЗКИМИ**



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

Отсканируйте QR-код
и закажите книгу



**КОМСОМЛЬСКАЯ
ПРАВДА**

Ученые РАН рассказали, как не сдаваться возрастным болезням.

Анна КУКАРЦЕВА

ЖИТЬ БУДЕМ ДОЛЬШЕ

Владимир Ченохин, председатель Научного совета РАН «Науки о жизни», напомнил о планах - увеличить среднюю продолжительность жизни россиян до 78 лет (сейчас 73,5 года) и численность населения страны. Это автоматически приведет к росту доли возрастных граждан, а значит, и к увеличению сопутствующих заболеваний. По данным главного внештатного гериатра Минздрава России Ольги Ткачевой, сейчас в России 23% пожилых людей старше 65 лет. Но к 2030-му ожидается, что их будет уже 25%. Дальше - еще больше.

- Естественно, хочется, чтобы люди чувствовали себя моложе паспортного возраста и были активными гражданами, - сказала Ольга Ткачева.

ПЫЛЕСОС ДЛЯ КЛЕТОЧНОГО МУСОРА

Сейчас в Российском геронтологическом научно-клиническом центре РНИМУ им. Пирогова (Ольга Ткачева - его директор) очень плотно изучают влияние внеклеточного матрикса на процессы старения клеток. И разрабатываются препараты, помогающие контролировать этот механизм.

Если коротко и просто: внеклеточный матрикс - это субстанция, в которой «плавают» наши клетки. Из нее они получают питание, но туда же сбрасывается и «мусор» - чем его больше во внеклеточном матриксе, тем быстрее старение и гибель клеток. Препараты, которые разрабатывают в лаборатори-



Пока есть желание узнавать и пробовать что-то новое, например, стать моделью в 50+, возраст - это просто цифра в паспорте.

Михаил ФРОЛОВ/«КП» - Москва

Отодвинуть старость

ях института, в том числе работают и с этим «мусором», очищая матрикс как пылесос.

Также разработан калькулятор биологического возраста. Геронтологи на основе этих показаний могут разработать для пациента стратегию профилактики возрастных заболеваний.

Но до сих пор основными средствами борьбы со старением остаются здоровый образ жизни - **отсутствие вредных привычек, хороший сон и правильная физическая активность.**

ПОЧЕМУ СДАЕТ МОЗГ

Одна из основных проблем пожилых людей связана со старческой деменцией или болезнью Альцгеймера. Если мышцы можно поддержать упражнениями, то дряхлеющий мозг, увы, не всегда.

Директор Института мозга Сергей Иллариошкин рассказал, что сейчас болезнью Паркинсона и Альцгеймера страдают свыше 40 млн человек в мире:

- По некоторым прогнозам, к 2050 году эта цифра может увеличиться минимум в три раза - до 120 миллионов. Мы можем видеть это на примере Японии, где средняя продолжительность жизни достигла 85 лет. Но при этом 15% пожилых людей страдают болезнью Альцгеймера, - рассказал Сергей Иллариошкин.

С возрастом в мозге, в его нервных клетках, накапливаются белки бета-амилоиды и его разновидность - тау-белок. Они образуют настоящие бляшки на нервных клетках, как холестерин на сосудах.

- Но накопление бета-амилоида начинается задолго до того, как мы видим первые проявления деменции, - говорит Сергей Иллариошкин. - Как правило, к этому моменту 50% нейронов головного мозга уже погибло. Обычно это случается после 65 лет. Однако отследить маркеры заболевания мы можем раньше. И очень важно сейчас создать технологии для более ранне-

го вмешательства, чтобы отдалить срок наступления болезни. Сегодня мы можем диагностировать Альцгеймер при помощи позитронно-эмиссионной томографии (ПЭТ), которая показывает накопления бета-амилоидов. Еще один метод - анализ спинальной жидкости на уровне белков бета-амилоида. И уже сейчас появляются препараты для вымывания патологического бета-амилоида из мозгового вещества. Они способны до 30% снизить темпы прогрессирования болезни Альцгеймера.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ Как заботиться о сердце...

Генеральный директор НИИЦ кардиологии им. ак. Е. И. Чазова, вице-президент Российского кардиологического общества академик РАН Сергей Бойцов рассказал, что за 100 лет существенно изменилась структура сердечных болезней у пожилых людей: «Если раньше это были в основном перенесенные инфаркты миокарда, ревматические пороки сердца, миокардиты, то сейчас люди доживают именно до болезней старения сердца - фиброза, амилоидоза, дегенеративных пороков сердца, патологии аорты. То есть это то, что мы можем заметить на ранних стадиях развития. Важно вовремя посещать кардиолога, хотя бы раз в год делать ЭКГ, сдавать анализы».

Главной профилактикой болезни сердца академик также считает 30Ж. Наиболее важны правильные физические упражнения - не резкие, но умеренные нагрузки, например, скандинавская ходьба, плавание. То, что заставляет работать в равном темпе все мышцы.

...и о сосудах

Из печальной статистики: в России примерно 45 миллионов пациентов с ожирением и 5,5 миллиона людей с сахарным диабетом 2-го типа. И это только официальные данные, которые смело можно умножить на два, ведь многие люди живут с преддиабетом, не подозревая об этом. А чтобы знать свои риски, важно раз в год после 45 лет проходить диспансеризацию.

Одним из факторов ожирения у женщин становится недостаток гормонов в менопаузу. Это вполне можно контролировать с помощью современной заместительной гормональной терапии, которую назначает врач-гинеколог.

То есть, чтобы оставаться бодрыми и полными сил, важно следить за здоровьем, знать свои основные показатели, поддерживать нормальную массу тела. Также очень важно в пожилом возрасте контролировать уровень кальция и витамина D - это профилактика остеопороза и переломов.

КСТАТИ

- Тяжело перенесенный ковид и другие вирусные заболевания - в том числе герпес, опоясывающий герпес, хламидии.
- Доказано, что лесные пожары, вернее, вдыхание мелкодисперсных твердых частиц дыма тоже ускоряет старение мозга.
- Виноват и образ жизни - чем меньше движения, тем быстрее стареет мозг.
- Также ученые выявили прямую взаимосвязь между слабоумием и низким уровнем образования и в целом нежеланием узнавать что-то новое, то есть слабой когнитивной нагрузкой.

ЧТО ЕЩЕ ВЛИЯЕТ НА ДЕМЕНЦИЮ, КРОМЕ ВОЗРАСТА

- И очень важен сон. «Лимфатическая система мозга, задействованная в выводе патологических бета-амилоидов, особенно активна ночью, в момент глубокого сна», - сказал Сергей Иллариошкин.

Дмитрий ПОЛУЖИН/Комсомольская правда

Япония на страже здоровья Вашего мозга! МозгТерапи

Здравствуйтесь!
У моего папы настоящая беда с памятью. Ему 72 года. Он подвижный, активный, но забывает элементарные вещи. Постоянно ищет свои очки, ключи, мобильный телефон. Самое главное, - он любит выходить на улицу, но, похоже, стал забывать дорогу домой. Я недавно прочитала о японском средстве для восстановления работы головного мозга - МозгТерапи. Расскажите, пожалуйста, поможет ли оно моему папе.
Ирина М., Красноярск, для папы (72 года)

Мнение эксперта:
Да, недавно в Россию пришло уникальное японское средство **МозгТерапи** для питания и поддержания здоровья клеток головного мозга.
Согласно международной статистике, Япония - страна самых пожилых людей в мире. При этом они активны, жизнерадостны, много путешествуют. Ученые знаменитого университета города Киото изучили этот феномен. Оказалось, что одно из любимых блюд японцев - уникальный моллюск азума пектинида, который водится у берегов Японии. Из него выделили полезные для головного мозга **ФОСФОЛИПИДЫ**. Они являются ремонтными кирпичиками, которые в буквальном смысле «чинят» клетки головного мозга.

Курсовой прием МозгТерапи позволит поддерживать нормальную работу головного мозга - главного компьютера нашего организма - в любом возрасте.
МозгТерапи поможет вернуть:

- память, сообразительность;
- скорость реакций;
- способность сосредотачиваться;
- координацию движений;
- крепкий сон без пробуждений;
- хорошее настроение без перепадов;
- уменьшится чувство тревоги и раздражительность;
- обострятся зрение и слух;
- перестанет беспокоить голова;
- вы забудете про проблемы с сосудами.

МозгТерапи поможет кардинально изменить вашу жизнь в преклонном возрасте, сделав ее намного ярче!

Звоните бесплатно по телефону горячей линии: 8-800-100-55-60

или с мобильного телефона на номер: *2031

Ваш код на участие в акции: «МОЗГТЕРАПИ»

+ПОДАРОК при покупке*

МозгТерапи

- ЭКСТРАКТ МОРСКИХ ТРЕВЕШЕК
- АЛЬФА-ТОКОФЕРОЛ АЦЕТАТ
- ФОСФАТИДИЛСЕРИН
- ВИТАМИН В

20 капсул (капсулы массой 227 мг)

MADE IN JAPAN

* При покупке 3 упаковок. ** Сделано в Японии. БАД. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, пом. 1, комн. 28. СРП № RU.77.99.11.003. R.002309.08.20 от 03.08.2020. Акция действует с 01.04.2024 года по 01.09.2024 года. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел. 8-800-100-55-60. РЕКЛАМА.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

Ирина БОЛДАШОВА, 40 лет, Самара:
- Владелец и основатель студии красоты. Профессиональный визажист, стилист по прическам, модель и блогер.



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



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Какая яркая Ирина. Мне было бы очень интересно увидеть

ее выступление на сцене в таком образе - сольное или коллективное.

Думаю, это что-то талантливое и эмоциональное. Особенно хорош алый венок, он завершает образ, делая его целостным.



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

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

- Девушка, запомните! Козел - это спортивный снаряд! Не надо его было знакомить с мамой и выходить за него замуж.
- Я физру прогуливала...

* * *

Во время Масленицы в русских деревнях появляются Жир-птицы.

* * *

На заметку молодому водителю:
Столбы и деревья первыми обычно не нападают.

* * *

Круговорот банковского сотрудника:

Поработал в банке, узнал все хитрости - поработал пару лет мошенником - снова пошел в банк, чтобы узнать новые хитрости.

* * *

Наш народ проявляет небывалую сплоченность. Особенно ярко ее можно увидеть в утреннем автобусе.

* * *

Даже во Второй футбольной лиге играют только профессионалы!

Это вам не гоняющие мячик рыбаки из Гибралтара, пастухи из Сан-Марино, почтальоны из Лихтенштейна и монахи из Ватикана!

* * *

- Скажите, вы любите камерную музыку?

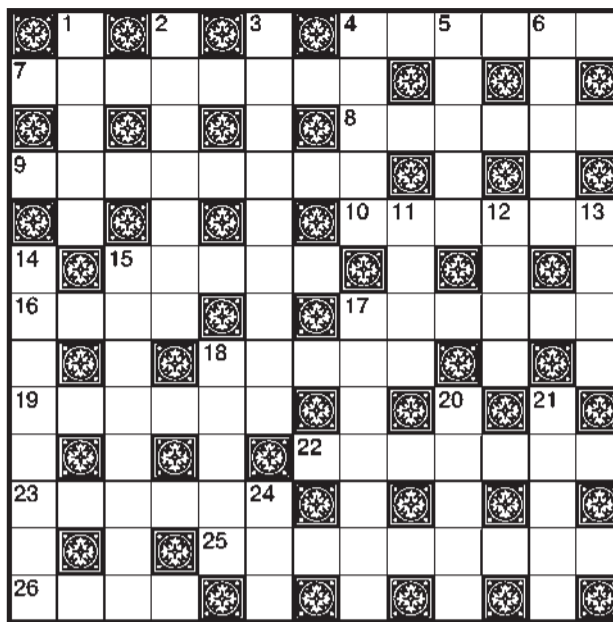
- Да, когда сидел, только она меня и спасала.

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. «Бриллиантовая рука»? **26.** Господь для иудеев.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Субкультура из фильма «Забриски-пойнт». **2.** Какая деталь предохраняет разрез на одежде от растяжения? **3.** Парашютный воин. **4.** Танец с венским вариантом. **5.** Ради какой обуви липку обдирают? **6.** Вес товара в чистом виде. **11.** Что утверждают в штабе? **12.** Вариация на тему башмаков. **13.** Сдоба к чаю. **14.** Агент инфекции. **15.** Пес в помощь чабану. **17.** «Человек в теме». **18.** Петушинный статус. **20.** Какой стиль плавания особенно полезен для беременных дам? **21.** Где учился живописи Караваджо? **24.** Царевич, найденный волчицей.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Хинтер. **18.** Самец. **20.** Брас. **21.** Милан. **24.** Рем. **12.** Кабо. **13.** Кекс. **14.** Вакерия. **15.** Волкодав. **17.** Десантник. **4.** Вальс. **5.** Латти. **6.** Нетто. **11.** План. **26.** Яхве. **ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.** Хиппи. **2.** Дювек. **3.** Такмак. **22.** Усердие. **23.** Роджер. **25.** Цемеская. **15.** Витте. **16.** «Амок». **17.** Хавбек. **18.** Сирин. **19.** ланда. **7.** Гипотеза. **8.** Лопата. **9.** Аптекарь. **10.** Список.

Прогноз погоды на завтра, 6 апреля

Днем	Ночью
Барнаул +14, +18	+6, +10
Бийск +14, +19	+3, +8
Алейск +16, +20	+5, +10
Рубцовск +15, +20	+5, +12

Давление 745 (мм рт. ст.) (норма апреля - 747)
Относительная влажность воздуха - 44% (норма - 70)
Ветер восточный, 2,4 м/с
Восход - 4.47 Закат - 20.08
Световой день - 13 ч. 21 мин.
Убывающая луна

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР! Звоните нам! **(495) 777-02-82** Ваше мнение для нас важно!

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

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»
 ■ Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.
 ■ Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
 ■ Ведущий редактор номера А. ИВАНОВ.
 ■ Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.
 ■ Учредитель, редакция и издатель - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».
 ■ Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», Новодмитровская, д. 25, 8-й этаж, пом. 800, Москва, 127015. Ценные почтовые отправления не доставляются. ТЕЛЕФОНЫ: отдел связи с читателями - (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22 e-mail: kp@kp.ru Web-сервер: www.kp.ru отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82 e-mail: advert@kp.ru служба распространения - (495) 777-02-82
 Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы П1101, ПМ976 Тип. №
 ■ Время подписания в печать по графику - 17.00 фактически - 16.30 ■ ISSN 0233-433X
 «НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2024», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.
 Тираж этого номера: 171 846 экз.
 Цена договорная
 Тираж сертифицирован Бюро тиражного аудита - www.press-abc.ru



РЕГИОНАЛЬНАЯ РЕДАКЦИЯ И ИЗДАТЕЛЬ - ООО «СМГ»
 Адрес редакции и издателя: Барнаул, ул. Короленко, 51
 ТЕЛЕФОНЫ: Редакция - (3852) 205-547
 Рекламный отдел - (3852) 205-540
 Служба распространения - (3852) 205-539
 ООО ИПП «Алтай», 656049, г. Барнаул, ул. Короленко, 105.
 Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты. Тираж регионального выпуска - 2500 экземпляров.
 Заказ № 7891. Рекомендуемая цена - 29 руб.