

Началась
Масленая неделя:

Рецепты самых
вкусных блинов
из регионов
Приволжья

Читайте на стр. 15 ▶



**РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА**

radiookp.ru

Самара **98,2** Пермь **96,6**
Ижевск **107,6** Нижний
Новгород **92,8**



**КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА**



Основана в мае 1925 года

Вторник, 25 февраля
№ 14 (27662)/2025 год

Приволжье

**КР
RU** 4 531 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Как изменилась экономика России за три года санкций

- ✓ ВВП прибавляет по 4,1% в год
- ✓ Зарплаты выросли на 55%
- ✓ Безработица на историческом минимуме



Читайте на стр. 6 - 7 ▶

Кристина
Асмус взяла
фамилию
мамы.

Пупенина,
Амоева,
Сирискина,
Токмань...

Ирина ВИКТОРОВА

Фамилии знаменитостей,
которые они носили,
когда их никто не знал.

Многие популярные артистки родились под одной фамилией, а известность получили с другой. Думаете, все дело в мужестве? Да, так тоже бывает. Но чаще причина «ребрендинга» другая - стремимся к славе, им хочется избавиться от неблагозвучия, излишней, как им кажется, простоты, чтобы запомнилось с первого раза. А кое-кто пытается стереть прошлое навсегда и начать жизнь с чистого листа.

Продолжение на стр. 14 ▶

Носки дарить не запретишь

Елена ОДИНЦОВА

Какие презенты получили
российские мужчины
на 23 Февраля.

Уж сколько раз твердили миру: дарить носки на 23 Февраля - моветон! Но такова она, тягкая мужская доля: именно такой подарок стоически принимать на День защитника Отечества. Как нам рассказали в Wildberries, на предпраздничной неделе почти в 3,5 раза взлетел спрос на «подарочные» носки. Это не обычные носки, а что-то более прикольное - например, с надписями или смешными рисунками. Впрочем, если брать «просто» носки - то есть повседневные, не подарочные, - то...

- В битве носков с бритвами победу одержали последние. Рост продаж бритв к предыдущей неделе составил +125%, а носков купили всего на 73% больше, - сообщили «Комсомолке» в пресс-службе WB.

А вот на Ozon перед праздником взлетели продажи товаров для красоты и здоровья. Спрос на мужской парфюм здесь вырос в два раза по сравнению с прошлым годом, на мужские наборы для ухода за телом - в 2,6 раза.

- Я бы порадовался тому, что битву носков с бритвами в качестве подарка на 23 Февраля выиграли именно бритвы и вещи из серии «красота и здоровье». Это значит, что женщины стали видеть нас, мужчин, более деловыми - для чего желательно быть не просто в чистых носках, но и в целом производить благоприятное впечатление, - комментирует новые тренды в «мужских» подарках психолог Максим Свиридов.

Без мобильного интернета мозг молодеет

Анна КУКАРЦЕВА

Интересный эксперимент провели ученые в Оксфорде: взяли и заблокировали мобильный интернет на телефонах добровольцев.

Это превратило смартфон в обычную «звонилку», разорвав постоянную связь с онлайн-миром, но сохранив связь с помощью текстовых сообщений и звонков. Доступ к интернету с других устройств не блокировали.

Три четверти из 467 участников эксперимента сошли

с дистанции из-за «жестких» условий. И только 119 человек выдержали 14 дней без мобильного интернета. Изучив их отчеты, ученые отметили улучшения.

✓ Они стали более счастливыми и удовлетворенными своей жизнью.

✓ Почувствовали себя спокойнее, как при приеме антидепрессантов.

✓ Концентрация внимания повысилась - мозг стал работать словно 10 лет назад, в более молодом возрасте.

✓ Улучшился сон.



Понятно, что у многих из нас работа требует быть онлайн постоянно. Но хотя бы не начинайте свой день с просмотра новостей в гаджете. Притрагивайтесь к нему только после завтрака. И как минимум за полчаса до сна откладывайте телефон. Уже это сделает вашу жизнь более здоровой.

Си поддержал Россию

Олег АДАМОВИЧ

Российский лидер обсудил с главой КНР восстановление отношений с Америкой.

Владимир Путин созвонился с лидером КНР Си Цзиньпином. Как рассказали в Кремле, они имели «продолжительный телефонный разговор». Главы двух государств обсудили отношения России и Китая, а также последние мировые события. Много внимания уделили партнерству между Москвой и Пекином.

О чем говорили Путин и Си.

КУРС НА СБЛИЖЕНИЕ

Россия и Китай продолжают усиливать сотрудничество. Речь о развитии партнерства в самых разных сферах - от торговли и инвестиций до образования и спорта. Оба лидера отметили, что отношения между странами строятся на взаимном доверии и равноправии.

ВСТРЕЧИ И СОВМЕСТНЫЕ ПРАЗДНИКИ

Политики в этом году встретятся минимум три раза: в мае Москва будет отмечать 80-летие

Победы в Великой Отечественной войне, а в сентябре Китай проведет мероприятия в честь 80-летия окончания Второй мировой. Помимо этого, еще одна встреча пройдет на саммите Шанхайской организации сотрудничества - там тоже обсудят ключевые мировые вопросы.

РОССИЯ, США И КОМПРОМИССЫ

Во время беседы Путин рассказал китайскому лидеру о недавнем разговоре с Дональдом Трампом. В ответ Си Цзиньпин поддержал этот диалог и выразил готовность помочь в поиске мирного решения украинского конфликта.

ОБЩИЙ ВЗГЛЯД

Оба лидера сошлись во мнении, что партнерство России и Китая играет важную роль в международной стабильности. Они подчеркнули: их сотрудничество не зависит от внешнего давления и не направлено против других стран.

Как отметили в Кремле, разговор прошел в теплой и дружеской атмосфере, что в очередной раз подтверждает близкие отношения между Москвой и Пекином.

■ ЗАСЛУЖИЛИ!



Михаил МЕЦЕЛЬ/РИА Новости

После официальной церемонии Владимир Путин пообщался с награжденными, что называется, «на ногах» - он поднял бокал с шампанским за победу с теми, кого на днях назвал «мои ребята».

Люди доблести, верности и чести

Александр БОЙКО

Глава государства вручил в Кремле медали «Золотая Звезда» отличившимся в боях участникам специальной военной операции.

Верховный главнокомандующий Вооруженными силами в День защитника Отечества провел в Кремле торжественное награждение медалями «Золотая Звезда».

В своем обращении к Героям Российской Федерации Владимир Путин сказал:

- Сегодня здесь, в Кремле, мы чествуем людей исключительной доблести, верности и чести. Я рад поздравить вас с заслуженным признанием, с орденами и вручить вам «Золотые Звезды» Героев Российской Федерации. Все вы по праву удостоены этого высокого звания. Ваша служба связана с решением боевых задач, с продвижением наших войск на самых сложных рубежах и стратегических

направлениях. Она сопряжена с огромным риском и высочайшей ответственностью за личный состав вверенных вам подразделений, за ваших боевых товарищей, за мирных жителей наших городов и сел.

После официальной церемонии Владимир Путин подошел к группе награжденных высшим в стране званием. Верховный захотел поднять бокал с шампанским за победу с теми, кого на днях назвал «моими ребятами». Перед тем как его пригубить, президент обратился к Героям России:

- Мы сражаемся за свою Родину. Сделаем все, чтобы передать ее будущим поколениям, нашим детям и внукам. Так сложилась судьба, так Господу было угодно. На наши плечи с вами выпала такая сложная и почетная миссия - защитить Россию!

Для памятного снимка в строю награжденных Героев России оказался и министр обороны России Андрей Белоусов.

Накануне глава оборонного ведомства сам вручал в Национальном центре

управления обороной РФ высшие государственные награды страны - медали «Золотая Звезда» и именное огнестрельное оружие российским военнослужащим, проявившим мужество и героизм при исполнении воинского долга.

Рядом с министром принимал поздравления штурмовик 36-й общевойсковой армии группировки войск «Восток» младший сержант Андрей Григорьев с позывным «Туга». Именно он неделю находился в разведывательном рейде по тылам противника и победил противника в рукопашном бою, а видео о его победе обошло весь мир.

После торжественного мероприятия в Кремле Белоусов поблагодарил командование и личный состав 39-й гвардейской отдельной мотострелковой Краснознаменной бригады и 1472-го гвардейского мотострелкового полка за успешное выполнение боевых задач при освобождении населенного пункта Улакты Донецкой Народной Республики.

■ ДОСЛОВНО

Дмитрий ПЕСКОВ - «Комсомольской правде»: Трамп хочет разобраться, кто начал конфликт на Украине

Александр ГАМОВ

Пресс-секретарь Президента России ответил на вопрос политобозревателя «КП».

- Трамп заявил, что не Россия спровоцировала конфликт на Украине, а скорее Зеленский и Байден, заявлявшие о планах принять незаключенную в НАТО. Это повлияет на переговоры США с Москвой?

- Один из представителей администрации Трампа на днях как раз заявил, что США сейчас реформируют подходы к России и к диалогу с Россией.

Мы это приветствуем и поддерживаем.

Второе. Мы надеемся, что Вашингтон проанализирует первопричины конфликта на Украине. Мы всегда пытались обратить на это внимание Европы. Но они всегда отказывались это делать, ровно как и предыдущая администрация в Вашингтоне.

Дело в том, что, не имея понимания первопричин конфликта вокруг Украины, невозможно качественно заниматься его урегулированием.

Мы видим попытки новой администрации США разобраться. И надеемся, что это им поможет.

Как могут вернуться переговоры России и США: прогноз экспертов > стр. 5.



В контакте

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

Вступайте в нашу группу ВКонтакте VK.COM/KPRU

Путеводитель Едим блины по правилам: что означают дни Масленной недели

НАУКА Спустя сто лет физики узнали судьбу кота Шредингера



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



Как изменилась за год стоимость главного масленичного угощения.

КАЛЬКУЛЯТОР «КП»

Почем блины в конце зимы

Елена ОДИНЦОВА

Вроде бы недавно был Новый год и в холодильнике оттаивал недоеденный оливье, а вот уже и Масленица подоспела! Хозяйкам пора готовить сковородки. Для хорошего дела - блины печь. А нам - считать, во сколько ж они - со всякой вкусной начинкой или просто в масле - в нынешнем сезоне обойдутся.

Не будем томить, по подсчетам «КП», набор продуктов для самого простенького бездрожжевого блина в сравнении с прошлогодней Масленицей вырос в цене на 13% (см. «Индекс блина «КП»).

Что и как мы считали? За основу взяли классический рецепт блинов на скорую руку (на молоке без дрожжей), доступ-

ный даже очень занятой хозяйке, работающей с утра до вечера. Несмотря на отсутствие дрожжей, блины по этому рецепту получаются действительно классические - тоненькие, с воздушными дырочками. Расчет продуктов - на 12 блинов. Выходит четыре порции по три блина - на семью.

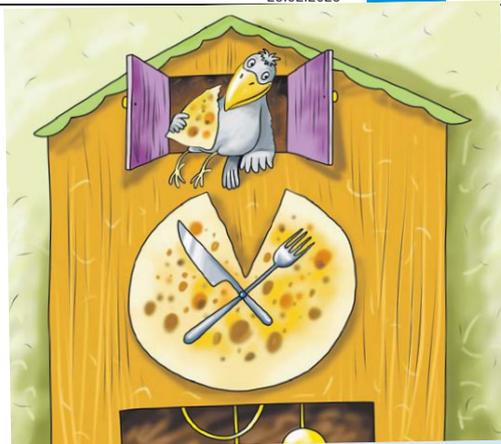
Стоимость считали по данным Росстата. Но учти, что в прошлом году Масленица была на две недели позже - с 11 по 17 марта. Поэтому нынешние цены сравнивали с теми, что были в прошлом году в начале марта - именно накануне Масленицы, когда все «блинные» продукты традиционно взлетают в цене сильнее обычного.

Вес возможных блинных начинок для удобства сравнения сделали одинаковым. Хотя, конечно, на практике начинка из ветчины с сыром обычно бывает более увесистой, чем из варенья или меда.

А теперь детали. Из всех нужных ингредиентов с прошлой весны подешевели только яйца. А подорожали больше всего то, в чем блину на нынешний весенний праздник полагается кататься, - сливочное масло.

Это если без начинок. На стоимость блинов с икрой лучше не смотреть, особенно в расчете сразу на четыре порции. Блин с икрой, по нашим расчетам, с прошлой Масленицы подорожал больше всего - почти на 60%. А меньше всего - сладстены, радуйтесь - выросли в цене блинчики с вареньем (плюс 8%) и медом (плюс 10%).

Рецепты блинов > стр. 15.



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

ВОПРОС ДНЯ

А в понедельник Масленица началась. И по этому поводу у нас в номере несколько материалов. Решили спросить:

Какие у вас планы на Масленицу неделю?

Максим ЧЕРНИГОВСКИЙ, гандиректор «Клуба профессионалов алкогольного рынка»:

- Как сладкоежка, катком пройду за неделю по всем блинным местам, а в Петербурге много таких, особенно на Елагином острове. Блины какие? Традиционные, по бабушкиным рецептам, и начинки все подряд идут в дело - от сметаны до сгущенки. И обязательно рюмочку напитка по заветам великого Менделеева.

Татьяна ПОЗДНЯКОВА, метеоролог:

- Надеюсь вволю отведать блинов и захватить хорошую погоду. Мы прощаемся с зимой красиво - в начале недели легкий морозец и солнышко. А потом будет снежок и смешанные фазы. Для меня Масленица - это много прогулок на природе и Прощеное воскресенье.

Вася ЛОЖКИН (Алексей Куделин), художник:

- Лучшим подарком самому себе на Масленицу станет дописанная мною пьеса «Тайное общество анонимных алкоголиков». И «Космонавт по объявлению» надо подчистить, чтобы в апреле ее уже ставить. Моя мастерская в Ярославле - рядом с огромным торговым центром, там знатные блины пекут, я туда ныряю периодически. А поеду в Петербург - побегу в «Теремок» и блинов там наберу всяких разных.

Татьяна ВИЗБОР, бард:

- Масленица - единственная неделя, когда можно бросить следить за весом. Позволяю себе блины из любой муки. Продолжу хорошую традицию угощать лучших друзей. Как-то выступали сразу после Масленицы в Нижнем, и мне пришла записка из зала: последний раз я трезвым слушал песни Визбора в пионерлагере, потому спасибо, что приехали спеть нам после разгульной Масленицы на Великий пост, смогу выникнуть на трезвую голову.

Николай КОЛЯДА, режиссер:

- Планы на Масленицу неделю отличные: в понедельник в 9 утра я улетаю на заслуженный отдых в Таиланд. Знаю, там мощная русская община, и они не забывают наших традиций, так что блины на Масленицу с нужными наполнителями я там точно найду, даже среди пальм и на фоне океана.

Михаил ГРУШЕВСКИЙ, сатирик, пародист:

- Я любитель блинов, а значит, и Масленицы, но стараюсь в этот «разврат обжорства» совсем с головой не впадать. Но так вышло, что именно сегодня друзья с Дальнего Востока привезли икру нерки. Крупную такую, глаз не оторвать. А еще мы только что обменивались поздравлениями с великим Владиславом Третьяком, его Масленица пройдет в Благовещенске и Владивостоке - там начался праздник российско-китайского хоккея, где тоже без блинов, думаю, не обойдется.

ИНДЕКС БЛИНА «КП»			
ИНГРЕДИЕНТЫ	2024 год	2025 год	Изменение цен за год
Такая изменилась стоимость продуктов с прошлой Масленицы (в расчете на 12 блинов)			
Мука, 200 г	10,14 руб.	10,88 руб.	+7%
Молоко, 0,5 л	38,45 руб.	46,55 руб.	+21%
Яйца, 3 шт.	38,40 руб.	34,80 руб.	-9%
Растительное масло, (24 г)	3,10 руб.	3,61 руб.	+17%
Сливочное масло, 25 г (смазывать готовые блины)	22,25 руб.	30,71 руб.	+38%

Кроме того, нужны 1,5-2 столовые ложки сахара (для блинов с несладкой начинкой количество сахара можно сократить - но так, чтобы получилось взбить яйца) и 1/4 - 1/2 чайной ложки соли (по вкусу). Эти ингредиенты в расчетах мы не учитываем в силу их незначительного влияния на общую стоимость.

В некоторых рецептах для большей пышности предлагается добавить в тесто четверть чайной ложки соды или разрыхлитель (блинчики у нас бездрожжевые), но вполне можно обойтись и без этого - главное, тщательно взбить яйца с сахаром и хорошо разогреть сковородку.

НАЧИНКА			
Что кладем на (или в) блин	2024 год	2025 год	Изменение цен за год
Икра, 250 г	1481,08 руб.	2380,05 руб.	+61%
Соленая/полукопченая красная рыба, 250 г	550,38 руб.	615,88 руб.	+12%
Ветчина с сыром, 150/100 г	200 руб.	223,31 руб.	+12%
Сметана, 250 г	72,15 руб.	87,40 руб.	+21%
Варенье, 250 г	113,43 руб.	116,15 руб.	+2%
Мед, 250 г	141,03 руб.	151,78 руб.	+8%

ИТОГО			
Цены в расчете на 12 блинов (4 порции)	2024 год	2025 год	Изменение цен за год
Просто блины	112,33 руб.	126,56 руб.	+13%
Блины с красной икрой	1593,41 руб.	2506,61 руб.	+57%
Блины с красной рыбой	662,71 руб.	742,43 руб.	+12%
Блины с ветчиной и сыром	312,33 руб.	349,87 руб.	+12%
Блины со сметаной	184,48 руб.	213,96 руб.	+16%
Блины с вареньем	225,76 руб.	242,71 руб.	+8%
Блины с медом	53,36 руб.	278,33 руб.	+10%

Расчеты «КП» на основе данных Росстата.

НАГЛЯДНО

КАК ПОМЕНЯЛСЯ КУРС ВАЛЮТ ПО ОТНОШЕНИЮ К ДОЛЛАРУ С НАЧАЛА 2025 ГОДА

- Турецкая лира -3
- Аргентинское песо -2,5
- Индийская рупия -1
- Британский фунт стерлингов +0,5
- Китайский юань +1
- Евро +1,5
- Канадский доллар +1,5
- Шведская крона +3,5
- Японская иена +4,5
- Российский рубль +13

По данным Twelvedata.

С понедельника по пятницу в 8 утра (мск) слушайте программу «Что будет»

КОШЕЛЕК

Рубль стал главной звездой среди мировых валют

Евгений БЕЛЯКОВ

Конец прошлой недели для рубля снова выдался позитивным. За американскую валюту на межбанковском рынке давали даже меньше 88 рублей. Банки и их клиенты, видимо, продолжают отыгрывать позитив, связанный с началом переговоров между Россией и США.

Дошло до того, что хвалебную оду

нашей валюте опубликовало даже издание Bloomberg. Журналисты назвали рубль главной звездой с начала года. За неполные два месяца российская валюта подорожала по отношению к доллару на 13% (подробнее - см. «Наглядно»).

Строить прогнозы в нынешних условиях сложно. Ведь в конечном итоге все будет зависеть от политической ситуации. Пока игроки

рынка отыгрывают лишь ожидания. На этом фоне в ближайшую неделю рубль может еще укрепиться. Как считают аналитики SberCIB, даже до 85 рублей за доллар.

Это будет справедливым уровнем для нашей валюты в случае отмены санкций.

РАДИО КОМСОМОЛЬСКОЙ ПРАВДА
radiokp.ru



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



«Александр Невский» рубит дронами



Григорий КУБАТЬЯН, военкор «КП»

Эта бригада бьет врага беспилотниками и средствами радиоэлектронной борьбы.

СХВАТИ ЗА «ЛЕЛЕКУ»

Спускаюсь по ступенькам, поворачиваю в коридор с граффити - воином в шлеме и чебурашкой на квадроцикле. В коридоре встречается строгий кот. Лежат гостевые тапки. В помещении очень чисто. Я - в расположении разведывательно-штурмовой бригады имени Святого князя Александра Невского.

Бойцы носят серебряные шевроны с изображением князя. У кого второй контракт - надевают красные. А кто здесь с момента основания - имеют право на золотые.

Добровольческий отряд создан осенью 2022 года. Разросся до бригады. Здесь ищут новые способы ведения боя. Бойцы проходят подготовку в снайперской школе Лобаева. Работают с БПЛА и РЭБ. Но главное - ведут свои техразработки.

Эксперту проводит командир службы инженерно-технического обеспечения с позывным «Версус».

- Эти дроны снимайте, а эти нет, - показывает он. Одни - стандартные, китайские. Другие - хитро переделаны.

На полу - трофейный украинский дрон типа «Лелека».

- Захвачен в плен нашими бойцами. Находится на реверс-инжиниринге, - поясняет «Версус». - Чтобы понимать, как работает противник.

- Чего тут изучать то? - удивляюсь я.

Но «Версус» и инженер с позывным «Суба» показывают: не все так просто.

Это чешская Leleka LR, доработанная кустарно. У нее два компьютера - один для автоматического пилотирования, другой - для шифрования и обра-

ботки видео. 25-кратной оптической зум-камеры, передающей картинку на планшеты натовской артиллерии или РСЗО «Хаймарс». Несколько каналов связи и система антиджамминга - такую попробуй посади. И все же парни справились.

ДРОНЫ-ТАРАНЫ

Инженер «Суба» родом из Туапсе. За день успевает отремонтировать до 5 сломанных «Мавиков».

- «Мавик» - дрон универсальный, - рассказывает «Суба». - Он может быть разведчиком, тогда на него ставят запасной аккумулятор. Бывает бомбардировщиком или минером, сбрасывает гранату или мину. Может быть почтальоном. А может - перехватчиком.

- Это как? - удивляюсь я.

- Каждую неделю к нам поступает несколько дронов, пострадавших во время тарана. Обычно приходят с оплавленными ногами. Наши дроны таранят противника, а противник - нас. Примерно 50 на 50.

Для борьбы с вражескими дронами используют сети или прочные нити. Часто на «Мавики» делают что-то вроде мангала из никелированной сетки.

Чтобы попасть дроном-камикадзе в движущийся танк или джип, нужно долго учиться. А в бригаде «Александр Невский» есть пилоты, способные попасть дроном в летящий дрон - высшая степень мастерства.

Но не каждый сбитый вражеский дрон становится трофеем. Иногда они взрываются при падении. Часто на них стоят ловушки, трогать их опасно.

РЭБ В БАГАЖНИКЕ

В этой же лаборатории модернизируют РЭБ.

У замкомандира группы радиоэлектронной борьбы позывной «Кирпич». Айтишники так называют неработающий телефон или ноутбук. У «Кирпича» начинают работать даже те, что не работало никогда.

- Корпус у РЭБ может быть любой, если внутри достойные комплектующие, - показывает «Кирпич». - По сути, РЭБ просто создает шум на разных частотах. Бывает шум направленный - бьет на дистанции, а бывает купол - он бьет широко.

- У кого РЭБ сильнее, у нас или у противника?

- Одинаковые. Главное - правильно применять.

Чтобы РЭБ не сторел, добавив работы ремонтникам, его отключают через 45 - 60 минут. На морозе РЭБ работает дольше.

Вспоминаю случаи, как в одном подразделении целый месяц включали и выключали РЭБ и, глядя на загорающуюся лампочку, думали, что надежно защищены.

отмахивался его как мечом джедая. Вражеская FPV гневно пострекотала и улетела прочь.

Самые крутые РЭБ способны работать на большой дистанции - до 2,5, а то и 3,5 км. Тут есть риск положить не только технику противника, но и свою. И вызвать яростный огонь вражеской артиллерии и «Градов». А еще таким системам нужно постоянное питание, на батарее не запустится. Но для противодействия вражеской малой авиации эта штука работает отлично.

Недавно бойцы «Александра Невского» вернулись из Курской области и очень хвалили выданный им



Инженер «Суба» мог бы в Туапсе нежиться у моря, а он на фронте творит чудеса с дронами.

цы. - Мы у них, они у нас. Но также учимся мыслить и действовать самостоятельно.

ИЗ БОЛЬШОЙ АВИАЦИИ В МАЛУЮ

Пилоты БПЛА готовит бывший военный летчик, позывной «Самолет». После начала СВО он пошел на курсы пилотов БПЛА.

- Вы говорите - «игрушечная авиация», - усмехается он. - Но результат ее работы -

Сначала летают на полигоне с имитаторами боеприпасов, а потом - на передовую. Уничтожают вражескую бронетехнику, снайперские и диверсионные группы, минометные расчеты, средства связи, опорные пункты. Только в Курской области пилоты бригады подбили около 100 единиц техники противника.

- Когда я пришел сюда, если нам присылали 5 квадрокоптеров, мы радовались: как здорово! С каждым «Мавиком» носились, как с хрустальным яйцом, - вспоминает «Самолет». - Теперь БПЛА сотнями приходят.

Рядом с оператором беспилотника сидит представитель артиллерии и наблюдает за полетом. Как только цель захвачена, идет команда артиллеристам. Однажды «Самолет» засек время: от момента обнаружения цели до удара по ней прошло всего 2 минуты.

Одному из его учеников 23 года. В течение суток он выполнял корректировку огня и обнаружил вражеский дрон. Боеприпасов не было, поэтому взял и протаранил его, сверху опустившись на лопасти. Свой дрон остался целым и продолжил работу. Когда противник поднял второй дрон, удалось сбить и его. А третий дрон удалось проследить до места взлета и навести туда артиллерию. Вражеский расчет был уничтожен.

За счет чего такая эффективность? «Самолет» считает, что за эти годы серьезной боевой опыт приобрели и бойцы, и командиры. В отряде чувствуют себя одной семьей, а из отпуска торопятся обратно в часть, к своим.



Командир службы инженерно-технического обеспечения с позывным «Версус» объясняет разницу между стандартными китайскими дронами и нашими «доработанными».

А потом выяснилось, что все это время РЭБ вообще не работал.

- У нас такого не бывает, - смеется «Кирпич». - Если машина выезжает на боевые, то сначала проходит нас.

Актуальные частоты, на которых летает противник, регулярно сообщают с передовой. И парни подстраивают РЭБ под то или иное направление.

УЧИМСЯ ДРУГ У ДРУГА

Однажды дрон-камикадзе пытался атаковать нашу машину. Бойцы высочили и побежали в укрытие, а один схватил антенну РЭБ, болтавшуюся на кабеле, и

новый РЭБ, даже привезли с собой несколько трофейных вражеских «птиц».

Даже антидроновые пушки, вроде бы уже считающиеся устаревшими, в лаборатории бригады могут правильно настроить и считают, что их рано списывать. В лаборатории разрабатывают и собственные дроны. Один из них, самолетного типа, стоит на шкафу - вроде сувенирной модели. Его придумали сами, распечатали на 3D-принтере.

Самолетик вроде небольшой, но летает на дистанцию до 30 км.

- Мы с противником постоянно учимся друг у друга, - говорит бой-

уничтоженная техника и личный состав врага. «Самолет» второй год служит в отряде, у него третий контракт, из простого пилота стал инструктором.

- Вот, допустим, задача. Мы - здесь, солнце - здесь, запустили «крыло» сюда, - представляет лежащие на столе предметы «Самолет». - Скорость 70 км/ч, боковой ветер - 30 метров в секунду, угол - 30 градусов. Куда летим и какая у нас фактическая скорость?

Пока я морщусь лоб, «Самолет» за секунды считает в уме: «Летим вот сюда, со скоростью 61 км/ч». Его курсанты тоже так умеют.

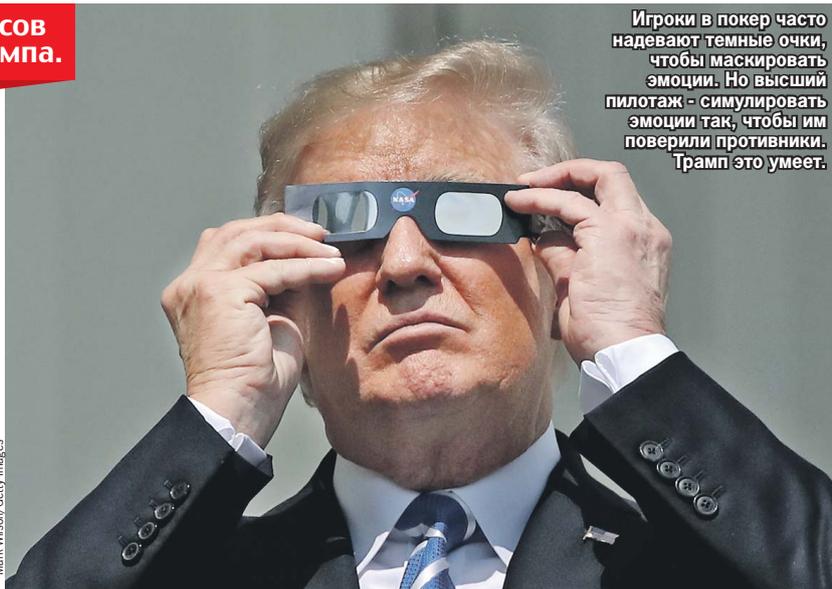
6 главных вопросов о политике Трампа.

Дмитрий БАБИЧ,
Мария БЕРК

В главной интриге двадцатого века - что будет дальше с украинским конфликтом и к чему приведет политика Дональда Трампа - еще слишком много нераскрытых карт. Сомнений нет в одном: Россия побеждает на фронтах.

Но пока непонятно, в какую игру играет на самом деле президент Соединенных Штатов. И как повернутся переговоры Москвы и Вашингтона.

Мы попросили четырех аналитиков - американиста Дмитрия Дробницкого, профессора факультета мировой политики МГУ Алексея Фененко, научных сотрудников Института США и Канады Владимира Батюка и Владимира Васильева - дать свои прогнозы. Они получились очень разными. Но тем и интересны.



Игроки в покер часто надевают темные очки, чтобы маскировать эмоции. Но высший пилотаж - симулировать эмоции так, чтобы им поверили противники. Трамп это умеет.

Покер с Дональдом

? ПОЧЕМУ ОН КОСЕРИТ ЗЕЛЕНСКОГО?

Дробницкий: Нужно было только время, чтобы началась эта перепалка. Трамп продемонстрировал удивительное терпение до недавнего времени в отношении своих врагов. Это европейцы, которые его поносили перед выборами, и Зеленский, из-за чьего стукачества республиканцу объявили первый импичмент.

И вице-президент США Вэнс, и Маск, и многие в администрации Трампа не любят Зеленского - он для них вражеская креатура.

Но тут есть парадокс: президента Соединенных Штатов сейчас устраивает, что киевский режим возглавляет Зеленский. Ведь это повод постоянно тыкать европейцам: «Это ваш парень. Парень Байдена. Зеленский - не человек США, потому что США - это я, а не байденовская банда, которую мы сейчас увольняем. Так что, ребята, вы разбирайтесь тут сами, а я с Путиным пойду договариваться».

А вот европейским лидерам, американской демпартии и британцам было бы сейчас выгодно заменить Зеленского - путем выборов или переворота. Чтобы потом сказать: «Украина исправилась, этот человек будет с вами вежливо разговаривать. Он почти на все согласен, он теперь легитимный».

Васильев: Трамп испытывает к Зеленскому чувство брезгливости. Президента Соединенных Штатов раздражает образ, который при Байдене демократы создали Зеленскому, - борца с российским империализмом, демократа - ну, вы знаете всю эту пошлую чушь.

Наконец у Трампа появилась возможность поставить пошлака на место.

Батюк: Дональду Трампу и его администрации ясно, что Украина проигрывает России на поле боя. А в Америке не любят лузеров.

? США ПРАВДА ХОТЯТ УКРАИНСКИЕ РЕСУРСЫ?

Батюк: Тут, похоже, у Трампа с Зеленским полный разлад. Украина может быть интересна президенту США лишь как объект экономической эксплуатации. Если Зеленскому нечем будет заплатить за прошлые американские вложения (а ему нечем), президент США не даст ему оружия.

Васильев: Есть версия, что под «гарантиями» понимается не защита Украины, а гарантия личной безопасности Зеленского и его семьи. Трамп их не дал, вот Зеленский и расстроился.

Вообще у американского президента подход к подчиненным странам простой: занимайтесь хозяйственной деятельностью и платите нам оброк. Если же будете втягиваться в ненужные нам, американцам, конфликты, то рассчитывайте только на себя. По большому счету Трамп и его команда могут пропустить Украину через банкротство. Активы страны-банкрота скупят.

Дробницкий: Возможно, Америка просто перестанет заниматься безопасностью Европы. Но как это сделать? Надо выходить с прибытком. Один прибыток: «Я - Великий Трамп, я спас вас от третьей мировой». Президент США повторяет это постоянно.

Второй прибыток: Трамп обозначил ценник - потра-

ченные на Украину 500 миллиардов долларов, которые надо вернуть США. А кто будет выплачивать эту сумму, ему не важно. У Трампа, так сказать, открытая торговая позиция.

? ЧЕМ ВАШИНГТОН НАДАВИТ НА ЕВРОПУ?

Дробницкий: 25% пошлины - это ерунда. Америка может прекратить поставлять газ.

Евросоюзу сейчас в исключительно уязвимом положении. Но надо понимать, что ЕС - не просто собрание европейских стран, Макрон, Шольц... Это еще и вся мощь демократической партии США. Они сейчас перенесут центр тяжести борьбы с тремпизмом именно на Европейский континент.

Фененко: Постепенно страны Европы будут перевооружаться все сильнее - что для нас может быть даже куда опаснее, чем США. У европейской промышленности серьезный потенциал, не следует его недооценивать.

Батюк: У Трампа логика такая: раз европейцы горой стоят за поддержку Украины, то пусть они и платят. Трамп так защищает оставшуюся в Америке индустрию. Хотите торговать в Соединенных Штатах - стройте свои предприятия там.

? ВВЕДЕТ ЛИ ЕВРОПА МИРОВОРЦЕВ?

Фененко: Весь прошлый год и Британия, и Франция обсуждали, будут ли они наносить удары по России или не будут. И в итоге нанесли. Поэтому здесь может быть аналогичная ситуация.

Они могут действовать по такой схеме: сначала подпи-

шут перемирие, потом появятся небольшая беспопытная зона на западе Украины, затем выплывут ограниченные вооруженные присутствие на Черном море, и так далее.

Батюк: Без американской поддержки Великобритания и Франция свои войска на Украину отправлять не будут. Вспомните вторжение в Югославию в 1999 году. Инициаторами выступили именно Лондон и Париж, но не решались действовать, пока не получили военную поддержку Штатов. Без американской авиации войска НАТО даже не сунулись бы в Косово. Теперь же англичане и французы имеют дело не с Югославией, а с ядерной державой под названием Россия.

Васильев: Все эти разговоры о западных миротворцах - попытка политиков Евросоюза втянуть Америку в вооруженный конфликт на Украине напрямую. По сути - жуткая подлость. Они хотят создать ситуацию, когда США вынуждены будут прийти на помощь окруженным там союзникам.

Но, думаю, Трамп разглядел эту хитрость европейцев. Так что, скорее

всего, если европейцы и сунутся, то они получат по рогам и на этом все кончится. Именно так действовал покойный президент США Эйзенхауэр в 1950-е годы, когда французы и англичане без спроса втянулись в борьбу за Суэцкий канал. Американцы просто дали им сунуться - и уничтожиться.

? КАКОЙ ВЫГОДЫ АМЕРИКА ХОЧЕТ ОТ РОССИИ?

Дробницкий: Трамп, конечно, не бесребреник. Но он не только про деньги. В его представлении, его Бог в ухо поцеловал и сказал: «Дональд, спаси Америку». У него действительно есть желание остановить конфликт. И его главная задача сейчас - победить своих врагов. В условиях, когда против него весь остальной Запад, зачем ему воевать с Россией?

Батюк: Вполне возможно, речь пойдет о контроле над вооружениями. В свой первый срок президент США этот контроль разрушал в попытке своего советника по вопросам национальной безопасности Джона Болтона.

Но с тех пор многое изменилось. Болтон предал Трампа, а Россия и даже Китай стали обгонять Америку в гонке вооружений. В итоге Соединенные Штаты опять, как в начале 1970-х, могут вернуться к теме контроля над ракетно-ядерным потенциалом, они не заинтересованы в бесконтрольной гонке.

Фененко: А я считаю, что Трамп подталкивает Европу - в первую очередь франко-британский тандем - к военному конфликту с Россией. Он хочет нам показать: «Русские, не бойтесь. Я не буду защищать ни Британию, ни Францию. Сталквайтесь с ними спокойно и войдите на базе обычных вооружений на Украину».

Трампу выгодна большая война в Европе, когда Соединенные Штаты будут в стороне. Я напомню, что пятая статья Вашингтонского договора действует только при нападении на страны НАТО. А если европейцы сами начнут войну за пределами альянса, то это как бы их право.

Дробницкий: Да. Вся федеральная госмашина, демпартия, финансовые воротилы настроены против Трампа из-за его массовых увольнений и чисток. Противники не справляются с его темпом, поэтому пытаются всячески его замедлить. Их главная задача - добиться, чтобы никакого мира, тем более приемлемого для России, на Украине не получилось.

КОНКРЕТНО

ТРАМПУ НАДО ЗА СЕБЯ БОЯТЬСЯ?

Батюк: Главная угроза будет исходить от ультралибералов в США. Они всегда персонализируют зло: у них всегда проблема якобы лично в Саддаме Хусейне, Ким Чен Ыне или каком-то еще не нравящемся им лидере. Так же они демонизируют и Трампа, так что иссушение решит проблему одним выстрелом у них очень сильно.

Дмитрий ПОЛУХИН/Консомская правда

Топ-7 главных экономических показателей последних лет, которыми мы можем гордиться.

Взяли числами

Владимир МАЗЕНКО

Три года минуло с того момента, как западные страны начали заваливать Россию «адскими» экономическими санкциями после начала СВО. Но при этом экономика страны не то чтобы «разорвана в клочья», как некоторые предсказывали, а совсем наоборот!

Не будем заниматься шапкозакидательством и говорить, что все санкции, мол, идут нам на пользу, давайте еще, да побольше. Но по многим важным направлениям за минувшие три года экономические показатели в стране не просто выросли, а побили все рекорды!

Три года назад нашему автопрому пророчили коллапс. На время отрасль и правда притормозила... Но потом рванула вперед на всех парах: в стране сильно выросли и производство, и продажи машин.

1,57
млн



**НОВЫХ
автомобилей
продано в России
за 12 месяцев**

Еще недавно казалось, что российский авторынок придет в себя нескоро. В 2022 году ушли западные производители автомобилей, их заводы встали, и продажи машин рухнули почти на 60%. Но прошло всего три года, и ситуация полностью изменилась.

По данным агентства «Автостат», в прошлом году в России было продано 1,57 млн новых легковушек. Это рекорд за пять лет!

Так что уход автоконцернов для России серьезной проблемой не стал. На их место пришли китайцы, которые заняли более 60% рынка. Да и АвтоВАЗ прибавил. Если в 2021 году, до санкций, он продал 350 тысяч новых машин, то в 2024 году - 436 тысяч!

Кстати, выросли в России не только продажи, но, что не менее важно, производство машин. За год на автосборочных предприятиях, расположенных в стране, было собрано, по данным «Автостата», 1,07 млн единиц автотехники. Это на треть больше, чем в 2023 году. Самый серьезный рост - в производстве легковых авто, которое выросло на 41% (до 807 тысяч штук).



Иван МАКЕЕВ/КП - Москва

4,1%

**РОСТ
ЭКОНОМИКИ
за ГОД**



Начнем с главного экономического индикатора - валового внутреннего продукта (ВВП). Этот показатель отражает стоимость всех товаров и услуг, произведенных в стране. Именно на него ориентируются, определяя экономическую мощь государства.

Так вот, ВВП России вырос в 2024 году на 4,1% - до 200 трлн рублей! И это исторический максимум, если измерять валовой внутренний продукт в рублях. По словам премьер-министра Михаила Мишустина, рекордный показатель ВВП удалось получить в первую очередь за счет интенсивного роста обрабатывающей промышленности. К ней относятся металлургия, машиностроение, производство

стройматериалов, химическая, лесная, деревообрабатывающая, пищевая промышленность, оборонка и т. д.

Кстати, рекордно рос ВВП и в 2023 году - на те же 4,1%. И это после тяжелейшего для нашей экономики 2022 года!

Такие высокие темпы роста на протяжении двух последних лет объясняются в первую очередь процессами импортозамещения в условиях быстрорастущего спроса, - объясняет главный научный сотрудник Института экономической политики им. Е. Гайдара Сергей Дробышевский.

Иными словами, из страны ушли многие производители оборудования, техники, автомобилей и т. д. Все это

нужно было ускоренными темпами импортозамещать. Чем и занялись российские заводы при поддержке властей. Плюс резко выросло производство товаров для нужд Вооруженных сил. Отсюда и рост ВВП.

Рабочих рук при этом стало не хватать, и компании, стараясь удержать сотрудников, поднимают им зарплаты. Доходы населения таким образом растут (подробнее об этом рассказано в других главах), а потому люди начинают активнее покупать товары. Это и есть быстрорастущий спрос.

По прогнозам, экономика России и дальше будет прибавлять. Но рост ВВП не может быть таким высоким несколько лет подряд. Эко-

номике нужно чуть остыть.

- Думаю, по итогам 2025 года рост ВВП составит около 2%, - поделился своим прогнозом с «Комсомольской правдой» директор Центра конъюнктурных исследований Высшей школы экономики Георгий Остапкович. - Но это та пауза, которая нам нужна, чтобы экономика немного охладилась. Производство товаров и услуг не поспевает за ростом реальных доходов людей. Сейчас нам нужно развивать импортозамещение, вкладываться в человеческий капитал, структурно менять экономику, отказываясь от неэффективных производств и создавая перспективные предприятия. И темпы роста снова пойдут вверх.

72 млн

**тонн зерна продала Россия
за границу в 2024-м**



После введения санкций злые языки пророчили России изоляцию и крах международной торговли. Но объемы импорта и экспорта в разных отраслях, наоборот, выросли.

Ярким примером стала аграрная отрасль. Так, в 2023 году экспорт сельхозпродукции был рекордным - \$43,5 млрд!

Сумма за 2024 год пока не готова. Но в «Агроэкспорте» (Федеральный центр развития экспорта продукции АПК Минсельхоза России) считают: итоговая цифра по поставкам сельхозпродукции за границу в 2024 году тоже может стать рекордной. И достичь \$44 - 45 млрд. Для сравнения: в 2021 году Россия продавала аграрной продукции на \$36,8 млрд.

Зато готовы данные по зерну - нашей главной экспортной агрокультуре. Так вот, в прошлом году экспорт российского зерна соста-

вил 72 млн тонн. И это тоже рекорд! В 2023 году было 68,6 млн тонн. Главные наши покупатели - страны Евразийского экономического союза (Белоруссия, Казахстан, Киргизия, Армения), а также Турция, Египет, Иран, Бразилия, Китай, Индия. Эксперты прогнозируют рост зернового экспорта к 2030 году до 75 млн тонн.

Но российский агроэкспорт - это не только зерно. Хорошие показатели по поставкам за границу демонстрирует мясо. В 2024 году зафиксирован исторический максимум экспорта подсолнечного масла (более 5,7 млн тонн, что на 31% больше показателя 2023 года).

- Сейчас мы действительно наблюдаем рост экспорта по многим аграрным продуктам, включая зер-

твердил «Комсомольской правде» директор Центра аграрных исследований Российской академии народного хозяйства и государственной службы Александр Никулин.

По словам эксперта, рост продаж сельхозпродукции за рубеж, который мы наблюдаем в последние годы, говорит о том, что на внешних рынках нам удалось подвинуть конкурентов.

- Я недавно ездил в Индию, рынок которой был почти закрыт для нашей агропродукции. Но в последние три года российского продовольствия становится там все больше, - продолжает Александр Никулин. - Да и в другие страны Глобального Юга мы все активнее идем с нашими товарами, на это направлены усилия и государства, и сельхозпредприятий.

новые, а также по свинине и птице, - под-

Кто-то из читателей, возможно, скажет: ну зачем мы так много продаем за рубеж? Вот если бы оставляли больше себе, может, и еда не дорожала бы... Но это не так. Экспорт - это и налоги в бюджет, и, что очень важно, доходы наших аграриев. Благодаря которым они могут сдерживать рост цен на еду на внутреннем рынке.

- Если говорить о цифрах, заложенных в доктрину продовольственной безопасности, мы их не только достигли, но уже превзошли. У России есть избыток по зерну и мясу. Причем, даже если год будет неурожайным, у нас все равно есть необходимый запас и сохраняются возможности для экспорта, - говорит Александр Никулин. - И в целом сельскохозяйственный сектор России, в котором главную роль сейчас играют крупные агрохолдинги, стал экспортоориентированным.

И УМЕНИЕМ

55% рост зарплат с 2021 года



Если в ноябре 2024 года (последние официальные данные Росстата) средняя зарплата в стране составила 86,4 тысячи рублей, то в ноябре 2021 года было 55,6 тысячи. Рост - в полтора с лишним раза за три года!

- Главным основанием для повышения зарплат для работодателей стал дефицит кадров, - объяснил «Комсомолке» профессор Финансового университета при правительстве РФ Александр Сафонов.

В первую очередь зарплаты растут у представителей самых востребованных специальностей. Сегодня это айтишники, инженеры, военные, сотрудники силовых ведомств, заводские рабочие, курьеры, водители и т. д.

Откуда у нас дефицит кадров, спросите вы? Причин сразу несколько. Это и развитие производства, которое привело к созданию множества дополнительных рабочих мест. И бурное импортозамещение. И отток трудовых мигрантов.

92 млн турпоездов по стране мы совершили в 2024-м



Внутренний турпоток в России в 2024 году достиг исторического максимума. Россияне все охотнее осваивают просторы родной страны. А там, где есть спрос, рождается и предложение - появляются новые направления, строятся дороги, отели, туристические объекты.

Кто бы еще лет 10 назад поехал в отпуск на север Кольского полуострова? А сейчас в Мурманскую область ежегодно приезжает уже более 700 тысяч туристов (в том числе иностранных). И таких примеров много.

- Если говорить про рост внутреннего турпотока, то в ближайшие годы этот тренд будет устойчивым, - уверена партнер Центра доказательной экспертизы Института Гайдара и аналитического агентства АТРЭ Лора Накорякова.



Мы стали активнее путешествовать по стране. А Россия встречает туристов новыми курортами, отелями, дорогами.

В первую очередь благодаря тому, что существенно модернизировалась транспортная инфраструктура (авиа-, авто-, ж/д транспорт). Это упростило доступ ко многим туристическим объектам. Кроме того, улучшилась инфраструктура в целом - были построены новые объекты для размещения и развлечения туристов. Из интересных тенденций можно

отметить склонность россиян к более частым, но менее продолжительным поездкам.

По мнению специалиста, до 2030 года число поездок по стране будет расти на 7% ежегодно.

Но мы активно путешествуем не только по своей стране (кто там говорил об изоляции?). Общее число отдохнувших за границей россиян в прошлом году

выросло на 15,4% и составило 17,4 млн человек.

По данным Ассоциации туроператоров России, в 2024 году список самых популярных зарубежных стран возглавила Турция, где отдохнули 6,7 млн наших туристов. На втором месте с большим отрывом - Объединенные Арабские Эмираты (1,99 млн). Далее следуют Китай, Таиланд и Египет.

2,3% уровень безработицы



Все последние годы безработица у нас снижалась. И в итоге сейчас она рекордно низкая - всего 2,3%. Это ниже, чем в любой другой стране «Большой двадцатки». Рабочие руки в стране отрываю с руками.

К кадровому голоду, о котором говорят многие работодатели, привел в числе прочего экономический бум

в самых разных сферах. Причем растет это, как эффект домино: рост в одной отрасли вызывает подъем в других.

Вот простой пример. Если заводские рабочие стали зарабатывать больше, они начали чаще ходить в кафе. В результате стране нужно больше официантов, поваров, производителей мяса, картофеля, минеральной воды.

- Спрос на рабочую силу превышает предложение. Дефицит

работников на рынке труда стимулирует повышение зарплат, - констатирует научный сотрудник лаборатории математического моделирования экономических процессов Института Гайдара Дени Сугаипов.

При этом, по мнению эксперта, дефицит рабочих рук будет стимулировать бизнес внедрять автоматизацию и использовать в рабочих процессах новые технологии, что важно для дальнейшего экономического роста.

90% рост машиностроения с 2021 года



Судите сами - объем производства в российском машиностроении за три года вырос до 560,1 млрд рублей, то есть на 90% в денежном выражении! Об этом говорится в докладе Института статистических исследований и экономики знаний Высшей школы экономики, который вышел летом 2024 года.

Машиностроение - это производство станков, поездов, самолетов, автомобилей, оборудования для сельхозработ и добычи полезных ископаемых и т. д.

Авторы исследования подчеркивают, что импульс к развитию отрасли

получила как раз «благодаря» нынешней геополитической обстановке. Например, не секрет, что многие российские производители за последние два-три десятка лет крепко подсади на импортные станки, которые закупали в основном в Европе. И вдруг «лавочку прикрыли». Поэтому и взлетело производство станков.



Обратно примем только лучших: нужно ли России возвращение западных брендов и что их здесь ждет - на KP.RU



Выгодное предложение - только в феврале лучшие цены!



МЕГАПРОДАЖА НАСТЕННЫХ КАЛЕНДАРЕЙ НА 2025 ГОД

«Календарь здорового человека»



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

«Все мы связаны»



135 руб.

«Прошу к столу»



142 руб.

Тренд на повышение:

Климатическая весна придет в Приволжье в середине марта

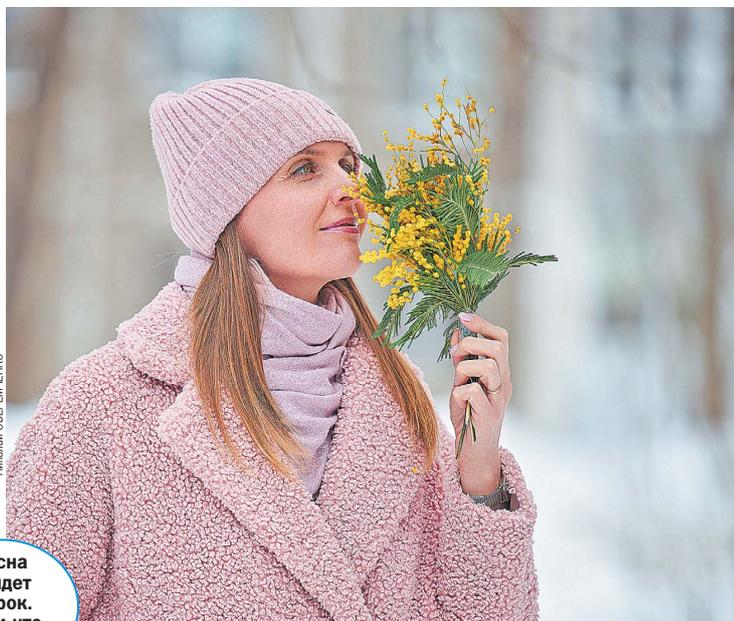
Алена ОВЧИННИКОВА,
Елизавета СЛИЗЬКО,
Виола РОМАНОВА,
Ксения ЖУКОВА

Погода продолжает держать народ в тонусе. В конце февраля зима вдруг спохватилась и щедро раздала кому 30-градусных морозов, кому метели и снегопады. Тем временем до весны остались считанные денечки, какой она будет в нынешнем году?

К примеру, в Ульяновске весна ожидается ранней.

Среднемесячная температура марта может стать выше обычной примерно на три градуса, а осадков будет минимум, - объяснила начальник Ульяновского ЦГМС Валентина Казакова. - Это ожидаемое явление, ведь температурные максимумы некоторых зимних дней обновались уже с начала этого года - в этом зимнем сезоне среднесуточная температура на 6 - 7 градусов превышает норму.

Уже есть примерный прогноз на ближайшие пять мартовских дней: ожидается преобладание погоды антициклонального характера, а ночные температуры будут отрицательными, в пределах -5... -10 градусов. Днем же температура может



Николай ОБЕРЕМЕНКО

Весна придет в срок. Почти что.

приближаться к нулевой отметке. Потепление в конце февраля придет и в Самарскую область. Морозы отступят, «потеплеет» до -5 градусов, будет облачно и пройдет небольшой снег. Согласно местным приметам, именно холодное окончание февраля сулит теплый март. При этом снегопады обещают скорую весну.

В Пермском крае, где идет первый продолжительный по-настоящему морозный отрезок за всю зиму и ночные температуры опускаются до -25...

-30 градусов, тоже начнется потепление.

Ночные температуры будут опускаться не ниже -15 градусов, днем столбик термометра поднимется до -6... -9, - объяснил начальник Пермского ЦГМС Павел Смирнов. - И весна от нас никуда не денется: по климатическим нормам, устойчивый переход через ноль начинается после 15 - 20 марта. Прицеливаемся, что настоящий приход весны в этом году в Пермском крае случится именно во второй половине марта.

Но прогнозировать, какой будет весна в Прикамье - дружная или затяжная, синоптики пока опасаются, ведь в перспективе могут просматриваться и арктические вторжения.

В столице Удмуртии на предстоящей неделе погода тоже стоит переменчивая: холода с ночными температурами до -15 градусов обещают продержаться еще несколько дней, но к четвергу тоже потеплеет. К выходным воздух прогреется до +1° и начнется таяние снега.

Чужой карман

Жители Приволжья увеличили свои долги перед банками

Елена ТРЕТЬЯКОВА

Составлен рейтинг за кредитованности регионов.

Почти 35 триллионов рублей - такова общая задолженность населения России по кредитам перед банками. За год сумма выросла на 5,5 процента. Объем задолженности на одного экономически активного жителя страны в 2024 году увеличился на 24 тысячи рублей и достиг отметки в 459 тысяч. Об этом сообщили эксперты центра экономических исследований «РИА «Рейтинг», составившие рейтинг за кредитованности российских регионов.

Наибольший уровень за кредитованности населения - в Республике Тыва. Он составил 151,6 процента. То есть в среднем каждый житель Тывы должен банкам сумму, равную зарплате за полтора года. Самое лучшее положение - у жителей Ингушетии. Там уровень за кредитованности - всего 15,5 процента.

Самый высокий уровень за кредитованности в ПФО - у Удмуртии. Республика находится на 82-м месте из 85 с показателем 82,7 процента. В среднем долг одного местного жителя равен 548,9 тысячи рублей. Ну, мы понимаем, это означает, что у одного человека нет кредитов вообще, а другой должен больше миллиона. В общем же этот показатель означает, что жители Удмуртии активно берут кредиты. Кстати, по сравнению с предыдущим годом, средняя задолженность перед банками на человека в республике увеличилась на 59,4 тысячи рублей.

В Башкирии, которая находится на две строчки выше, уровень за кредитованности - 79,5 процента. Долг на одного человека вырос на 45,7 тысячи рублей.

Меньше всего долгов перед банками в Самарской области и Мордовии, за кредитованность здесь 52,7 и 52,8 процента. Регионы занимают 22-е и 23-е места в таблице соответственно. Кстати, по итогам прошлого года рейтинга Самара была на 27-м месте, а Мордовия - на 19-м.

Также в третьей десятке расположились Нижегородская и Саратовская области и Марий Эл. Нижегородцы в данном рейтинге значительно упали - в прошлом году область находилась на 20-м месте.

Пермский край улучшил позицию в рейтинге регионов по уровню за кредитованности населения. По итогам 2024 года Прикамье заняло 63-ю строчку, тогда как годом ранее занимало 66-ю. Соотношение среднедушевого долга по кредитам и годовой зарплаты составляет 66,5 процента. Средний объем задолженности перед банками на одного человека - 496,9 тысячи рублей. За год этот показатель вырос на 30,3 тысячи рублей.

СРАВНИМ!

Места регионов в рейтинге	
22	Самарская область
23	Мордовия
26	Нижегородская область
27	Саратовская область
30	Марий Эл
54	Пензенская область
56	Ульяновская область
63	Пермский край
67	Оренбургская область
73	Чувашия
74	Татарстан
80	Башкирия
82	Удмуртия

Живой уголок

Кошкин дом

Мария СОРОКИНА

Семья из Городца строит деревню для бездомных животных.

В Нижегородской области кошек любят не меньше, чем в Санкт-Петербурге или Стамбуле. В доказательство этому история из Городца, где инициативная группа решила построить целую деревню для диких кошек!

Хвостатые друзья уже несколько лет обитают на территории местного яхт-клуба «Белая речка», и сотрудники решили создать им комфортные условия. Первый утепленный домик пришелся котикам по вкусу.

В яхт-клубе уже несколько лет живет команда кошек, - рассказывает один из авторов инициативы Дмитрий Волков. - Эти кошечки - бесконечная прививка милоты и позитива всем нам. Все их кормят и хотя бы потискать, но потискать не получается, так как они дикие. Поэтому у нас с женой появилась идея сделать для них жилье.

Ребята выбрали место, сделали эскиз будущего кошачьего жилища и объявили сбор средств. Нужную сумму удалось собрать буквально в течение двух месяцев. Мастер Александр построил кошачий домик в виде традиционной городецкой избы с



Юлия ВОЛКОВА

Местные кошки уже заценили новые апартаменты и всю обживают.

резными наличниками. Домик установили на территории яхт-клуба рядом с

рекой, в нем есть даже электричество. В планах - построить еще несколько.

Племянник Агафьи Лыковой мечтает приехать на ее юбилей вместе с сыном

Антон и его сын Самуил - единственная родня Агафьи.



Агафье все труднее справляться с делами на заимке.

Алена ОВЧИННИКОВА

Таежной отшельнице скоро исполнится 80 лет.

В апреле таежная отшельница Агафья Лыкова отметит 80-летний юбилей. И к этому событию уже готовятся ее единственный племянник из Перми Антон Лыков.

- Вместе с прихожанами - деньгами помогали даже из Екатеринбурга - мы собрали посылку с подарками на юбилей и отправили Агафье Карповне, - рассказал «КП» - Пермь» Антон Лыков. - На именины мы купили ей свечи, летний и теплый шерстяной платки, но главное на такие важные именины - икону мученицы Агафьи.

Планируется, что на юбилей Агафьи Карповны в таежный тупик прилетит официальная делегация: митрополит Корнилий, духовный отец Агафьи и другие представители старообрядческого духовенства. Сам Антон тоже готов прилететь в Хакасию: обнять и поздравить свою знаменитую тетку, но пока

неизвестно, возьмут его или нет.

В последний раз пермяк общался с теткой по телефону неделю назад. - Дела у нее на троечку. Впервые, здоровье подводит: она в своем возрасте постоянно ходит со своими козами - их у нее четыре - и здоровье тратит. Надо этих коз вывезти, чтобы ей полечке было. Во-вторых, ее старый помощник Георгий Данилов (тот самый, что спасал от наводнения старообрядческий храм в Орске и молился вместе с Агафьей, - Ред.) недавно уехал. Он прожил на заимке несколько месяцев - пока была зима, и на большой земле у него появились дела.

Зима в этом году у Агафьи Карповны прошла спокойно: медведи не беспокоили, да и сильных морозов не было.

- Сейчас у тетки живет помощник от заповедника. Он человек мирской, помогает ей по хозяйству, но на молитвы не ходит.

Сам Антон приехать, как ранее, на несколько месяцев помогать своей тетке не сможет, но на

празднование 80-летнего юбилей очень хотел бы прилететь.

- К сожалению, по семейным обстоятельствам гостить долго я не смогу. Ситуация у меня в семье сложная: из-за состояния здоровья жены мы проживаем отдельно, а наш ребенок - пятилетний сын Самуил - живет со мной в Перми. Мы с удовольствием прилетели бы с ним вместе. Агафья хорошо знает своего внучатого племянника. Когда тетка звонит, мы с сыном разговариваем с ней по громкой связи. Она ставит Самуилу задачу - научиться молиться «Господи, помилуй» три раза, и он старается.

Пятилетний внучатый племянник Агафьи Самуил растет небож-ным ребенком.

- В субботу и воскресенье мы ходим в храм, а когда я прилетаю на заимку, то всегда показывал тетке фотографии своего сына. Она радовалась, как он растет, и не раз говорила, что хочет живую повидать его и обнять своего внучатого племянника. Если такая возможность у нас появится, то мне очень бы хотелось, чтобы нас с Самуилом взяли бы в эту поездку. Я постоянно молюсь об этом.

ЗНАЙ НАШИХ!

Разгромил врага и перехватил важные документы



Скрин с видео

Антон Струев находится на передовой с самого начала СВО.

Евгения БОГДАНОВА

Владимир Путин вручил Антону Струеву из Оренбурга медаль Героя России.

Президент России Владимир Путин вручил оренбуржцу Антону Струеву медаль Героя России. Соответствующий указ был подписан еще 31 декабря, однако само награждение приурочили ко Дню защитника Отечества.

Антон Струев родился в Кувандыке. Окончил Оренбургский кадетский корпус имени Неплюева, после чего поступил в Новосибирское высшее военное командное училище. По окончании обучения его направили на службу в миротворческое подразделение в Самарской области.

С самого начала спецоперации Антон находился на передовой. В марте 2022 года его группа проводила разведку на месте крушения вражеских вертолетов и подверглась интенсивному обстрелу со стороны украинских националистов - они прикрывали отход своих экипажей, хотели эвакуировать документы. Но наши воины порушили планы врагов. Антон Струев лично уничтожил пятерых националистов и перехватил стратегически важные документы.

В штабе их изучили. Это были планы атак на российские колонны войск. Также в документах содержалась информация о ключевых объектах ВСУ, которые впоследствии были уничтожены российскими военными.

Антон Струев - подполковник, командир батальона. На протяжении всей спецоперации проявлял мужество и отвагу, за это был награжден шестью медалями и двумя орденами Мужества. А в канун праздника нашему земляку вручили еще и Звезду Героя.

ПОСТУПОК

«Я не думал о себе, нужно было малышей спасать»

Дарья СТРУЕВА

15-летний подросток из Прикамья спас братьев и сестру из горящего дома.

- Мы сидели за столом, в этот момент младший брат забежал в дом и кричит: «Горим!» Я - в баню, взял тазик с водой и хотел потушить пламя, но не смог, - вспоминает 15-летний подросток Александр из деревни Межуево в Пермском крае.

Во время пожара в частном доме, где жила многодетная семья с четырьмя детьми, старший, 15-летний парень сумел спасти из огня своих младших братьев и сестру.

Родители были на работе, и когда начался пожар, действо-

вать Александру пришлось быстро и решительно. Не сумев потушить огонь, подросток забежал в дом и начал одевать детей. Один из ребят прыгнул в окно, остальные под руководством Саши сумели выбраться через дверной проем.

- Я не думал о себе, моей единственной задачей было спасти малышей. Уверен, что на моем месте любой старший брат поступил бы так же. Я рад, что они не пострадали, - говорит юный герой.

Напуганные дети, выбравшись на улицу, побежали к соседям, которые уже успели вызвать пожарных.

- Первые пожарные машины прибыли на место уже через три минуты, - сообщили в ГУ МЧС России по Пермскому краю.

- Огонь к этому моменту охватил 75 квадратных метров. Горела большая часть дома и соседние постройки. Огонь удалось ликвидировать через 17 минут.

Многодетная мама, чей старший ребенок не растерялся и спас двух братьев и сестру, искренне рада, что дети остались живы и невредимы.

- Я счастлива, что со всеми детьми все в порядке. В тот момент мой старший сын проявил настоящее мужество, не думая о себе, а думая о безопасности своих младших братьев и сестры, - говорит женщина.

За решительность и мужество, проявленные при спасении людей, Александр будет представлен к награждению ведомственным знаком отличия МЧС России.



Личный архив

Александр - настоящий герой, не бросил младших братьев и сестричку в беде.

Елена ТРЕТЬЯКОВА

Путешественники из Перми прошли под парусом по Атлантике более 4 тысяч км.

Никита Плешков и Анна Художкова совершили путешествие по Атлантике под парусом на катамаране «Север». Ранее на нем двое российских яхтсменов совершили спортивный трансатлантический переход из Марокко до Бразилии. Затем владельцы выставили судно на продажу, но сказали, что продадут не первому встречному, а только тому, кто готов отправиться на нем по серьезному маршруту. Поэтому «Север» Никите достался, как он говорит, по цене дешевой поддержанной машины. По принципу «продам собаку, но только в хорошие руки».

УЛИЧНЫЕ ГРАБИТЕЛИ СОКРАТИЛИ КОМАНДУ

Так как разобранный катамаран был оставлен на хранение в яхт-клубе порта Форталеза, точкой старта стал этот порт. Там пермяки около месяца собирали катамаран. Но здесь их подстерегал неприятный сюрприз. У третьего члена экипажа Сергея на улице отобрали рюкзак, в котором были телефон, немного денег и все его документы, включая паспорт.

- Выходить в море без документов невозможно. А восстановление паспорта - достаточно длительный процесс, который занимает от полу-месяца до трех месяцев, тем более что русское консульство находилось в 2000 километрах от нас.

Поэтому Сергею пришлось купить обратный билет в Россию. А Никита с Анной вдвоем отправились в плавание по Атлантике.

СПАЛИ В ПАЛАТКЕ

Парусный катамаран - далеко не комфортабельная яхта с пассажир-

Двое в океане



За два месяца путешественники побывали в семи странах.

скими каютами. От мачты идут трубы, образующие пирамиду. Внутри этой пирамиды установлена палатка. Вот и все удобства. От брызг палатка защищает, но внутри все равно постоянно влажно.

Плюс первые дни путешественники страдали от морской болезни.

И, конечно, изначально ребята рассчитывали на то, что они поплывут втроем. Тогда вахты делили бы по 8 часов на человека. Ведь кто-то обязательно должен находиться за рулем, в зависимости от ветра убирать паруса или увеличивать их площадь. А оставшись вдвоем, Никита с Аней были вынуждены попеременно находиться на вахте по 3-4 часа. Особенно тяжело было выдерживать такой режим по ночам.

ЧТО ЕЛИ ВО ВРЕМЯ ПЛАВАНИЯ

С собой путешественники взяли запас консервов, стущенки, сухого молока, чтобы варить кашу. Мини-кухня на катамаране есть, а вот холодильник нет. Поэтому взятые на старте фрукты быстро испортились. Зато бататы и яйца хорошо хранились даже на жару.

Ребята покупали продукты на островах, но там ассортимент не очень разнообразный, примерно как на наших заправках.

- В маленьких странах мало фруктов, которые там выращиваются. Например, на Тобаго яблоки продаются поштучно, как у нас манго. Одно яблоко - доллар, то есть 100 рублей. Бананы стоят адекватно почти везде, но они не хранятся долго.



Никита и Анна прошли довольно серьезный маршрут.

СЧИТАЛКА «КП»

Во сколько обошлось путешествие

Казалось бы, главным расходом у путешественников должно было стать приобретение судна. Рыночная цена такого нового катамарана - примерно 3 миллиона рублей. Но Никите он обошелся менее чем в миллион. А после завершения плавания он продал его за те же деньги, что и купил.

- Но, как мы посчитали, остальные расходы были больше, чем стоимость судна. Больше всего денег ушло на подготовку судна, покупку запчастей. Если в России ты можешь купить что-то на маркетплейсах, чтобы сэкономить, то в Бразилии приходилось все покупать в магазинах. Там это тоже есть, но ты не знаешь местного языка, надо ждать, и тебе надо сегодня конкретные запчасти.

Еще одной серьезной статьей расходов стал шескип - плата за регистрацию при заходе в порт.

- Мы побывали в семи странах, вход в каждую страну стоил в переводе на наши деньги от пяти до пятнадцати тысяч рублей. Всего же за эти два месяца мы потратили миллион двести тысяч рублей.

ЖИВОЙ УГОЛОК

У белых медведей из Пермского зоопарка родился первенец

Алена ОВЧИННИКОВА

Мама Милка пока никому не показывает своего детеныша.

Пермский зоопарк обрадовал замечательной новостью: у пары белых медведей Милки и Сэрику родился первый медвежонок. Увидеть его можно будет лишь весной, когда медведица начнет выводить малыша на прогулки.

МИШКЕ УЖЕ ТРИ МЕСЯЦА

Медвежонку сейчас три месяца, и пока неизвестно, мальчик появился на свет или девочка, и как только это выяснится, малышу будут придумывать имя.

- В каждой профессии

есть свои приметы, и в зоопарке мы обычно объявляем о рождении детенышей, когда они уже могут самостоятельно следовать за матерью и начинают выходить из домиков, происходит это примерно в месяц. Медведи развиваются медленнее, поэтому мы решили подождать три месяца, - объяснили нам в зоопарке.

Рождение белого медвежонка для России - событие редкое и значимое, ведь белый медведь является краснокнижным животным. Зоологи Пермского зоопарка стараются не беспокоить молодую семью, они внимательно наблюдают за малышом с помощью камер круглогодичного наблюдения. Сотрудники, следящие за медвежонком, говорят, что он активен, любознателен

и игрив. Везде ходит за мамой, но пока ко всему относится с опасением.

Напомним, родители этого малыша имеют необычную историю. Медведица Милка родилась в зоопарке Казани, а Сэрику был найден волонтерами на севере России, когда ему было всего восемь месяцев. Он тогда получил травму лапы, а его маму убили браконьеры. С тех пор Сэрику обрел новую семью в Пермском зоопарке, где образовал крепкую пару с Милкой.

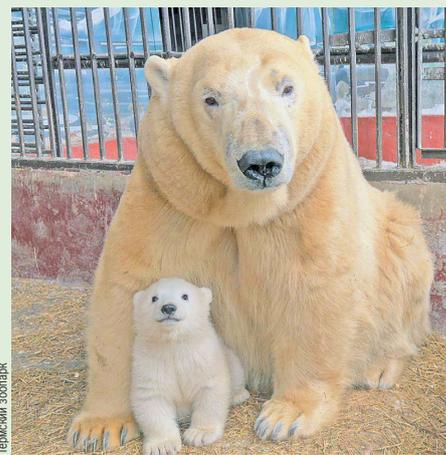
Зоологи рассказывают, что пара часто ест и плавает вместе, а также спит в одной берлоге, что говорит об их доверительных отношениях. Как настоящий джентльмен, самец, когда их кормят живой рыбой,

прыгает в бассейн и ловит добычу, а потом несет ее своей подруге.

РОДИТЕЛЕЙ РАЗЪЕДИНИЛИ

Напомним, семь лет назад у Милки уже был неудачный опыт материнства. К сожалению, тот медвежонок появился на свет на месяц раньше срока, и из-за неопытности медведицы не приняла его.

- Беременность у медведей незаметна, ее можно определить только по косвенным признакам, - рассказали сотрудники пермского зоопарка. - На этот раз сначала у Милы изменилось поведение: она стала менее активной и начала есть больше пищи. За пару недель до предполагаемых родов мы разделили Милку и



Имя этому замечательному малышу придумают, когда станет понятен пол.

Сэрику - присутствие самца опасно для малышей.

Перед родами Мила начала строить гнездо из соломы, опилок и еловых веток, которые заранее подготовили для нее сотрудники. Первые две недели за ма-

мой и малышом велось ежeminутное наблюдение.

Мила оказалась очень заботливой мамой, она постоянно моет своего малыша, играет с ним и приносит ему на пробу взрослую пищу - мясо.

Кто писателем в отдельце - Сонька Золотая ручка?

Любимая газета страны

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА!

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!



Дочь Анастасии Волочковой:

Никита уже на третий день знакомства решил на мне жениться

Астропрогноз на март для всех знаков зодиака



Что крадет нашу память

Ученые открыли новые причины болезни Альцгеймера

Рассекречены архивы ЦРУ

Правительство США готовилось к нападению инопланетян



В этом году «Комсомольской правде» 100 лет! Вспоминаем публикации «КП» в разные годы.

1928

«Комсомолка» борется с бульварной прессой, которую - кто бы мог подумать! - олицетворяет «Рабочая Газета». Вот о чем пишут эти безобразники*:

«№ 1. СТАРУШКА СО СТАЖЕМ

Арестована старейшая из воровок. Она начала красть с 1881 г. Сорокина-Шевякова, несмотря на глубокую старость, продолжала заниматься кражами.

«Рабочая Газета», 23 февраля. «Комсомолка» бичует вредные статьи:

«...глуп и смехотворен этот нестерпимо-приторный сиропец в проишествиях «Рабочей Газеты». Мы боремся против имущественных преступлений потому, что они дезорганизуют наш советский строй. И печать должна освещать преступность, вскрывая ее социально-бытовые корни, без уродливой сенсации, но и без слащавых прикрас».

№ 2. ГЕРОИЧЕСКИЙ ВОР

Трогательная заметка об угловинной старушке (божий цветочек) притулилась скромно в отделе «Происшествий». Незаслаженное пренебрежение! Но на другой день упущение было исправлено. 24 февраля в «Рабочей Газете» появилась уже целая статья, посвященная доблестям и приключениям нового персонажа из мира уголовщины:

Против буржуазно-бульварной литературы в рабочей печати

Г Е Р О К

№ 4. Старушка со стажем

«Комсомолка» борется с бульварной прессой, которую - кто бы мог подумать! - олицетворяет «Рабочая Газета».



Милая старушка...
Город именован труп...

Белоег парус одинокий...

№ 11. РОС.



И 4. О сеньяновщине
Обязательно должна быть...

«ВОР С 18-ЛЕТНИМ СТАЖЕМ».

В Москве арестовали вора. Этот вор не просто вор, а выдающийся вор. В газетах надо помещать интервью (беседы) с знаменитыми личностями. И, вот, при любезном посредстве «Рабочей Газеты», столица может из уст великого вора услышать захватывающий рассказ о его похождениях:

«Вот, что рассказал Киселев о своих побегах:

- Я начал красть 18 лет назад, когда мне было около 20 лет. С тех пор я совершил бесчисленное количество краж и судился 8 раз. В 1921 году, после очередного суда за кражи, меня, как вора, не поддающегося исправлению, выслали в Архангельский лагерь особого назначения. Там я пробыл недолго. Сговорившись с пятью заключенными, я решил бежать. Однажды, когда нас направили на работу, я и мои сооблачки бежали.

В трескучие морозы мы пробрались среди сугробов. Человеческое жильё мы тщательно обходили для того, чтобы избежать ареста. Мы шли около восьми дней. Пришли мы к железнодорожной станции и, примкнув к артели рабочих-сезонников, мы добрались до Москвы».

В общем, редакция добросовестно пересказывает заметку конкурентов, повествуящую далее о побеге Киселева из Солонецкого лагеря - на лодке по Белому морю, и последнем аресте его в Москве на Собачьей площадке (сегодня район Нового Арбата). Но пересказывает, чтобы этот пасквиль разнести в щепки:

«Три дня шторм носил по морю»... Может-быть, еще и «Интернационал» пели? Что это, боевые воспоминания революционера? Пример рабочему юношеству? Просто позор!»

Однако пресловутая «Рабочая Газета» отличилась не только историями из уголовного мира:

«Как известно читателям «Комсомольской Правды» (из письма, напечатанного 29 января), - в «Раб. Газете» печатались скверные уголовные романы. В них смачно описывались приключения честных сыщиков и ловких воров. Но вору были иностранные».

А для тех из читателей, кто не до конца убедился во вредоносном влиянии бульварщины на советского человека, - как всегда хлесткая поэтическая корреспонденция Владимира Маяковского.

Я в «Рабочей», я в газете, меж культурнейших даров прочитал с восторгом эти

биографии воров. Раскова лиризма воды, ударяясь в пафос краж, здесь мусолятся приводы и судимости и стаж... Ну и романтика! Хитры и ловки, деньгу прикарманьте-ка и марш в Соловки.

А потом: побег... тайга...



Все выпуски рубрики «О чем писала «Комсомолка» в этот день» - на сайте KP.RU



Хочу воровать

(«РАБОЧЕЙ ГАЗЕТЕ»)

Хочу воровать
(«РАБОЧЕЙ ГАЗЕТЕ»)
Я в «Рабочей», я в газете, меж культурнейших даров, прочитал с восторгом эти биографии воров. Раскова лиризма воды, ударяясь в пафос краж, здесь мусолятся приводы и судимости и стаж... Ну и романтика! Хитры и ловки, деньгу прикарманьте-ка и марш в Соловки.

пойду вором, отстреливаясь от муров и милиций. Изучу я это дельце. Озари, газета, лучиком!!! Кто писателем в отдельце - Сонька Золотая ручка? Впрочем, в глупом стиле оном не могу держаться более... Товарищи, для чего нам эта рокамболия?

Владимир МАЯКОВСКИЙ.

*Орфография и пунктуация сохранены.

Соблазнен. Вору!

Точка.

«Славное мо-о-о-ре, Священ-н-ный Байкал, Славный кор-р-р-рабль, Омудевая бочка...»

Делай,

чтоб черти ели вас!

Чем на работу злиться,

Ведущие рубрики Татьяна АДАБАШ, Елена ПОПОВА.

В ПРОДАЖЕ С 26 ФЕВРАЛЯ

Пора, красавица, проснись, до уха пяткой дотянись

Виктория КУДАЕВА



Анастасия КУРЕНОВА

Корреспондент «КР» проверила на себе необычные способы взбодриться.

- Эй, с тобой все в порядке? - спрашивает меня коллега, наблюдая, как я ишу по всему офису телефон, разговаривая по нему же с героем своей будущей статьи.

Рабочий день только начался, а я ощущаю себя рассеянной, заторможенной, словно пьяная: веки тяжелые, голова не варит, клонит в сон. А впереди еще столько дел! И ладно бы это был единственный случай, уставшей чувствую себя все чаще. Кофе не спасает, кажется, после него спать хочется еще сильнее. Так как же пробудить организм? Нашла в интернете несколько необычных способов и проверила их.

✓ МАССИРУЕМ УШИ

Восточные целители уверены: нужно уделять особое внимание тем местам тела, где расположено много биологически активных точек. Это должно улучшить циркуляцию крови и в короткие сроки вернуть организму тонус.

Наткнулась на несколько техник и выбрала одну. Сначала массировала ушную раковину сверху вниз, а затем - внутреннюю часть и перешла к мочкам. Важно! Делать это надо исключительно по часовой стрелке. По времени примерно 5 - 10 минут.

Уже через несколько секунд ощутила, что уши начали «гореть». Удивительно, но эффект не заставил себя долго ждать - сонливость как рукой сняло. Накрыла волна энергии! Удобно, что можно пользоваться этим способом прямо за рабочим столом. Одно но - действовало недолго, полчаса. Придется повторять весь день.

✓ ЗАНИМАЕМСЯ НЕЙРОГИМНАСТИКОЙ

Однажды, когда я сидела в аэропорту в ожидании задержанного рейса и мечтала только о кровати с мягкой подушкой, я вспомнила еще об одном способе, который помогает взбодриться - нейрогимнастике. Это упражнения для стимуляции мозговой деятельности.

«Скрестите руки, затем правой ладонью коснитесь кончика носа. Алевой - мочки правого уха! Затем смените позицию: левая рука к носу, а правая - к левому уху. Если получается легко - при смене рук делайте хлопок ладонями», - так звучит описание одного из заданий.

С первой частью справилась, но, когда ладони нужно поменять и при этом еще и хлопнуть, запуталась. Чтобы освоить это упражнение, понадобится точно не одна попытка. Получилась отличная зарядка для ума, да и друзей

от души повеселила своей неловкостью.

✓ ПРИНИМАЕМ НЕУДОБНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ

Мягкие стулья и кресла расслабляют и моментально настраивают на сон. Так и хочется откинуться на спинку и закрыть глаза.

- Замените удобную мебель на обычный деревянный табурет. Это позволит ощущать себя бодрее во время выполнения монотонной работы, - звучит следующий совет.

Сидеть на табурете некомфортно - это факт. Но найти подходящий в офисе не удалось. Поэтому просто села на край стула и выпрямила спину. Поначало было даже приятно напрячь спину, но уже через несколько минут почувствовала, что начинает ломить поясницу, и захотелось сесть в любимую по-

зу буквой «зю». Поставила напоминания на телефоне, чтобы практиковать этот способ хотя бы несколько раз в день. Заодно купила на маркетплейсе специальную подушку для поясницы, чтобы использовать в офисе и за рулем авто. Пока тело в тонусе - мозг не расслабляется и сонливость не одолевает. Приятное наблюдение: несколько недель такой практики, и у меня заметно улучшилась осанка.

✓ ЖУЕМ ЖВАЧКУ И НЮХАЕМ ЦИТРУСЫ

Жевательная резинка, по заявлениям пользователей Сети, тоже помогает взбодриться. Это объясняется тем, что активные жевательные движения увеличивают поступление крови к головному мозгу, стимулируя его деятельность. Этот способ я опробовала, когда однажды мне предстояла

долгая дорога за рулем. Монотонность езды и одинаковый пейзаж перед глазами, усталость и большие расстояния могли усыпить меня прямо во время пути. Жевательная резинка действительно на время помогла держать ситуацию под контролем и сфокусироваться на дороге. Теперь всегда держу в бардачке машины на всякий случай несколько ментоловых пластинок.

А вот другой популярный способ - съесть мороженое - сработал сомнительно. Сладкий десерт если и помог, то ненадолго: он быстро поднял уровень сахара в крови, но заряд энергии вскоре иссяк, а спать захотелось еще сильнее. Сделала вывод, что лучше выделить время на полноценный обед.

А еще для преодоления сонливости хорошо помогают... цитрусы. Можно использовать аромасло либо взбодрить себя с помощью стакана апельсинового сока или кусочка грейпфрута.

✓ ПОЛУЧАЕМ ЯРКИЕ ЭМОЦИИ

Когда за компьютером совсем уж клонит в сон и буквы плывут перед глазами, мы с коллегами устраиваем себе эмоциональную зарядку. Ближе к пяти часам вечера буквально на 10 минут собираемся за большим столом в редакции, чтобы вместе выпить чаю, посмеяться и поболтать на отвлеченные темы. Сил сразу прибавляется, и выполнять рабочие задачи уже гораздо легче!

КОМПЕТЕНТНО

«Необходимо спать не меньше семи часов в сутки»

Михаил ПОЛУЭКТОВ, врач-сомнолог, кандидат медицинских наук, заведующий отделением медицины сна Первого Московского государственного медицинского университета имени И. М. Сеченова:

- Чтобы быстро взбодриться, действительно нужны физическая активность и эмоциональный тонус. Небольшая разминка, прогулка на свежем воздухе, смех - все это придает энергии. Кроме того, не заторопитесь подремать посреди дня. Техника Power Nap (в переводе с английского - «быстрый сон») подразумевает короткий отдых, буквально 20 - 40 минут, после которого прибавляются силы и повышается работоспособность.

Однако если вы постоянно чувствуете сонливость в течение дня, вероятно, сбит режим сна. Норма для взрослого человека - не меньше семи часов в сутки. При этом важно ложиться в одно и то же время (желательно до полуночи), за час до того, как лечь в постель, убрать из рук телефон, а еще создать уют в спальне: окна закрыть темными плотными шторами, комнату перед сном проветрить. Если даже после 7 - 8-часового сна вы ощущаете разбитость и усталость, стоит обратиться к врачу и проверить состояние здоровья.

Однако если вы постоянно чувствуете сонливость в течение дня, вероятно, сбит режим сна. Норма для взрослого человека - не меньше семи часов в сутки. При этом важно ложиться в одно и то же время (желательно до полуночи), за час до того, как лечь в постель, убрать из рук телефон, а еще создать уют в спальне: окна закрыть темными плотными шторами, комнату перед сном проветрить. Если даже после 7 - 8-часового сна вы ощущаете разбитость и усталость, стоит обратиться к врачу и проверить состояние здоровья.



Успнуть за 60 секунд: тестируем лайфхаки по борьбе с бессонницей на каждый день - на сайте KP.RU



РОМАН БУЗУНОВ
Сомнолог, кандидат медицинских наук
СОФИЯ ЧЕРКАСОВА
Сомнолог, психолог

ПРЕДНАМЕРЕННОЕ СПОКОЙСТВИЕ

Программа борьбы со стрессом и тревогой

Читатели рекомендуют

Книга Романа Бузунова и Софии Черкасовой «Преднамеренное спокойствие»

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

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

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

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

НА ЗАМЕТКУ!

Елена ЦАРЕВА, кандидат медицинских наук, невролог-сомнолог, руководитель сомнологической службы «Унисон»:

«КОФЕ И ЗЕЛЕНый ЧАЙ - ТОЛЬКО ДО ПОЛУДНЯ»

- Привыкли пить кофе, зеленый чай и энергетики? Да, кофеин бодрит, но имеет большое значение то, в какое время и в каком количестве они употребляются. До 12.00 - тогда это поможет проснуться. А если выпить во второй половине дня, то режим сна может сбиться - уснете примерно на 1,5 часа позже обычного, а сам сон будет прерывистым. Многие зависят и от особенностей организма: если метаболизм у вас быстрый, то можно позволить себе кофе даже в 14.00 - 15.00, а если медленный, то бодрящие напитки разрешены только утром. А вот на вопрос, сколько чашек кофе или чая в день допустимы, мнения ученых разнятся. Принято считать, что не больше трех - пяти в зависимости от вашего самочувствия.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Кошки живут рядом с людьми 10 тысяч лет, но так и гуляют сами по себе.



Лилия СОКОЛЬНИКОВА

Египетские фараоны? Рыбаки каменного века с острова Кипр? А может, древние китайцы? Ученые выясняют, кто и когда первым взял кошку в дом, начал гладить полосатую шкурку и слушать мурчание.

Вопрос даже не на миллион - на два миллиона евро! Именно таков бюджет европейского исследовательского проекта FELIX («Феликс»). Генетики, археозоологи (ученые, изучающие животных минувших эпох) и молекулярные биологи решили изучить 1300 древних кошек из Европы, Азии, Ближнего Востока и Африки за последние 11 тысяч лет.

Кошки - существа особенные, это пример очень успешной эволюции. И процесс их одомашнивания отличается от того, что происходило с другими животными. Кошки научились жить рядом с человеком, но практически не изменили свою природу, - говорит палеогенетик **Клаудио Оттони** из Университета Тор Вергата в Риме, руководитель проекта FELIX. Внешне даже сейчас дикие и домашние кошки не очень-то отличаются.

ДНК И СУПЕР-КОМПЬЮТЕРЫ

Соратники по «Феликсу» расшифровывают ДНК хвостатых (извлекают из сохранившихся зубов и косточек). Анализируют мутации, ищут генетические связи между древними и современными кошками. Исследуют состав костей, чтобы понять, чем питались животные, и даже привлекают к расчетам самые мощные суперкомпьютеры Европы. В общем, похоже, кошки приручили человека вместе со всеми его научными достижениями!



Оксана ЗУЙКО/Иллюстрация

Котики и люди были близки уже во времена фараонов. Искусственный интеллект так увидел это содружество.

Но в провинции Шэньси обнаружен котик, которого 5300 лет назад явно подкармливали люди - он ел много пшена. Видимо, охранял запасы зерна от крыс, и самому перепало.

ГДЕ ОБЩИЙ ДОМ

А может, было сразу несколько мест, где коты и люди нашли друг друга и стали жить вместе? Рабочая гипотеза такая: первый шаг навстречу друг другу произошел на Ближнем Востоке (а Кипр там рядом) 10 - 11 тысяч лет назад. Кошки пришли в дома первых земледельцев, как только понадобилась помощь в борьбе с грызунами.

Вторым центром одомашнивания кошек стал Древний Египет примерно 6 тысяч лет назад. Но, может, было и по-другому - кошек приручили на Ближнем Востоке, и уже вместе с людьми они перебрались в Северную Африку. Все варианты возможны.

Но исследования продолжаются. И ученые задумались, а стала ли кошка домашней вообще? Или просто притворилась.

Богатая котословная

По коллагену в костях, например, рассчитывают определить, когда мурлыки начали питаться рыбой. Скорее всего, это был один из первых этапов взаимной любви - в древности коты стали приходить к рыбакам и получать свою порцию.

МУМИИ С УШКАМИ

Считалось, что первыми под чары кошек попали жители Древнего Египта. Хвостатые мумии из музеев Египта как раз и исследуют Оттони с коллегами. Котиков мумифицировали теми же изысканными методами, что и фараонов. В одной гробнице нашли 80 тысяч кошачьих мумий! Кошки сопровождали хозяев в загробный мир - их изображали на саркофагах. А у богини Баст была голова с ушками. Из более практичного: коты охотились на крыс и змей и помогали сохранять запасы пшеницы. Питомцы Древнего Египта, скорее всего, произошли от диких ливийских, или степных кошек.

Все перевернулось двадцать лет назад. На средиземноморском острове Кипр, в шести

километрах от курортного города Лимассол, во время раскопок стоянки каменного века нашли мальчика с кошкой. Первое общее захоронение человека и кошки! Сенсация в том, что юный киприот и котик жили 10 - 11 тысяч лет назад. На 5 тысяч лет назад раньше, чем египетские фараоны! А значит, история сосуществования человека с муркой намного дольше, чем считалось до сих пор.

ДИКИЕ ИЛИ ДОМАШНИЕ

Из того, что удалось выяснить благодаря анализу ДНК: современные европейские домашние кошки - точнее, их предки - впервые начали контактировать с человеком в Северной Африке. А в Старый Свет их завезли уже во времена Римской империи.

Но если все началось 10 тысяч лет назад, мы можем предположить, что кошки появились в Европе именно тогда - как и свиньи, например, и другие домашние животные. Однако анализ ДНК говорит, что в те времена кошки в Евро-

пе еще были дикими. А первые гены домашних появляются лишь 2500 лет назад, - говорит Оттони.

Вообще же у современных домашних кошек есть генетическое наследие диких предков как минимум пяти разных видов: европейской, южноафриканской, центральноазиатской, ближневосточной диких ко-

шек, а также китайской пустынной.

Китай в списке появился не случайно. В провинции Хубэй палеонтологи Китайской академии наук нашли останки кошки, которым 300 тысяч лет. Дальний предок леопардовой кошки, совсем маленький, с ладошку. Непонятно, жил он в пещере вместе с людьми или был частью их ужина.

Лапы, хвост и корона А КАК У НАС?

Московские археологи тоже недавно сделали «кошачье» открытие. Нашли два изразца из красной глины с изображением царственного животного! Один на Тверской, другой на Никольской. И на каждом кошка в короне. Изразцы относят к XVII веку, то есть 400 лет назад в Москве мурок уже почитали.

Изразцы были найдены на двух улицах в центре Москвы: на территории Чижевского подворья и на Тверской. Эти находки дали возможность лучше узнать особенности повседневной жизни москвичей XVII века. Например, стало очевидно, что любовь и почтение к этим домашним питомцам в изобразительном искусстве охотно выражали и четыре века назад. Изразцы с кошкой в короне имели популярность у горожан, - рассказал **руководитель столичного Департамента культурного наследия Алексей Емельянов**.

Находят останки кошек и при раскопках в Великом Новгороде. Новгородские животные были миниатюрными, весили в среднем 3,5 кг и жили недолго, два-три года.

100 ЛЕТ КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА

ПОЛНОЦЕННАЯ ЖИЗНЬ С ТЯЖЕЛЫМ ЗАБОЛЕВАНИЕМ - КАК ЭТО ВОЗМОЖНО?

★★★★★ Марина
«Книжка трогает душу. Поднимает очень много чувств. Рекомендую ее каждому, кто задается вопросом принятия и любви к себе».

ПСИХОТЕРАПЕВТ ГАЛИНА ТКАЧЕНКО, СПОУНОВЩИЙСЯ С ОНКОЛОГИЕЙ, ОТКРОВЕННО ДЕЛИТСЯ СВОЕЙ ИСТОРИЕЙ. КАК ЧИСТО В ЖИЗНИ ВОДЕТ ПОБЕДНО, ЕСЛИ УЖЕ ЕСТЬ СЕРЬЕЗНЫЙ ДИАГНОЗ ИЛИ ПЕРЕЖИВАЕТ ЖИЗНЕННЫЙ КРИЗИС.

Будь двояки мысли, обманщи, что любви, что прощения миру, не поспешит. Не мерила горючий свое жалко, свелит тени и страсти прощающей в ней собой. Ты в любви ты стоишь другим человеком. А значит, шанс на изменение личности состояние есть.

ГЛАВА ТКАЧЕНКО ПСИХОЛОГ

ОКНО В ЖИЗНЬ ПСИХОЛОГИЯ ОНКОЗАБОЛЕВАНИЙ КАК ПОМОЧЬ СЕБЕ И БЛИЗКИМ

Посмотрите видео психолога на заболевших

Для тех, кто болен, их родственникам и ближнему кругу

КУПИТЬ ЗДЕСЬ

shop.kp.ru

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

Пупенина, Амоева, Сирипкина, Токмань...

Окончание.
Начало < стр. 1.



Личная страница Кристины Асмус в социальной сети

Кристина Асмус (Кристина Мясникова)

36-летняя актриса решила строить карьеру с маминной фамилией. Так 20 лет назад Кристина Мясникова и стала Асмус.

У ее мамы в роду были немецкие предки (после замужества оставила девичью фамилию).



Даниил ОПАРИН

Юлия Снигирь (Юлия Сирипкина)

41-летняя актриса фамилией обязана бывшему мужу. После окончания факультета иностранных языков в университете Юлия Сирипкина работала переводчиком. Вышла замуж за однокурсника - Алексея Снигиря. Но семейная жизнь не заладилась. Много ссорились, а окончательный разлад случился, когда Юлия захотела перевезти своих родителей из Тульской области - родители жениха были резко против.

В 2008-м пара развелась. Карьеру артистки Юлия стала строить с фамилией Снигирь, которая ей очень понравилась. В результате грамотность ее поклонников пошатнулась: сложно теперь не забыть, что красногрудая птичка называется чуть иначе - снегирь.



Михаил ФРОЛОВ / КР - Москва

Наташа Королева (Наталья Порывай)

51-летняя Наталья Королева впервые спела «Желтые тюльпаны» 35 лет назад. Тогда же Наталья Порывай стала Королевой. Фамилию своей музе и подруге придумал композитор и продюсер Игорь Николаев.

Марина Александрова (Марина Пупенина)

42-летняя Марина Александрова стала известной артисткой с фамилией, которую придумала во время учебы в театральном училище. До того как стать студенткой, Марина носила фамилию родителей. Марине Пупениной, которую стали приглашать сниматься в кино еще на первых курсах, преподаватели посоветовали взять псевдоним. И Марина стала Александровой - позаимствовала красивую фамилию у бабушки.

Екатерина Стриженова (Екатерина Токмань)

56-летняя Екатерина стала знаменитой с фамилией мужа, которую взяла при регистрации брака в 18 лет. А в титрах фильма «Лидер» в 1985 году она указана еще как Екатерина Токмань. На съемках этого фильма в 1984 году Екатерина и познакомилась с Александром Стриженовым, ныне известным актером, режиссером и продюсером.

София САНДУРСКАЯ / Агентство городских новостей «Москва»



Валя Карнавал (Валентина Карнаухова)

23-летняя Валя - и блогер, и певица, и артистка, и соведущая телешоу «Голос. Дети». Валентина смогла стать популярным блогером, получив первые несколько сотен тысяч подписчиков, взяла псевдоним.

Личная страница Вали Карнавал в социальной сети



Личная страница Ксении Бородиной в социальной сети

Ксения Бородина (Ксения Амоева)

41-летняя телеведущая и блогер собирается замуж в третий раз и планирует взять фамилию мужа - блогера Николая Сердюкова. Сейчас она по паспорту Оморова - не стала менять кипу документов после развода. А ее девичья фамилия была Амоева. Бородина - творческий псевдоним, который придумали продюсеры «Дома-2» перед стартом реалити-шоу.

Настасья Самбурская (Анастасия Терехова)

37-летняя актриса придумала новую фамилию не только ради благозвучности - просто хотела расстаться с воспоминаниями о неблагополучном детстве. До начала актерской карьеры ее звали Анастасия Терехова. Она сменила документы и публично призналась, что в детстве ее бил отец, а мать не защищала. Поэтому Настя с помощью психолога вычеркнула из своей жизни воспоминания из детства, а заодно поменяла паспорт.

Владимир ВЕЛЕНГУРИН / КР - Москва



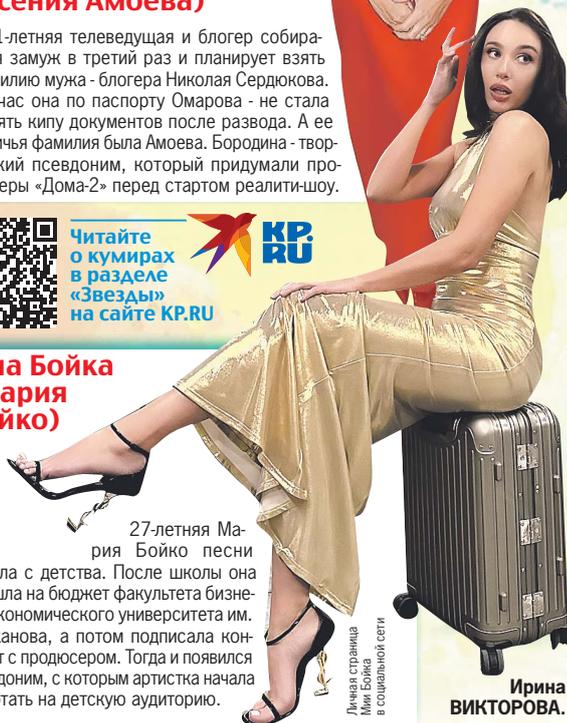
Михаил ФРОЛОВ / КР - Москва



Миа Бойка (Мария Бойко)

27-летняя Мария Бойко песни писала с детства. После школы она прошла на бюджет факультета бизнеса Экономического университета им. Плеханова, а потом подписала контракт с продюсером. Тогда и появился псевдоним, с которым артистка начала работать на детскую аудиторию.

Личная страница Миа Бойко в социальной сети



Ирина ВИКТОРОВА.



Читайте о кумирах в разделе «Звезды» на сайте KP.RU





Ах ты, блин!

Елена ТРЕТЬЯКОВА

24 февраля началась Масленица. По народным традициям, в эти дни следует ежедневно есть блины. Накануне праздника аналитики подсчитали среднюю стоимость набора для приготовления блинов, рассчитанных на четырех человек.

В 2025 году индекс блинов составил 142 рубля. По словам экспертов, стоимость такого набора продуктов в магазинах выросла на 5 процентов. При этом больше всего подорожала пшеничная мука - на 13 процентов. А яйца, цена которых буквально взлетела в прошлом году, наоборот, подешевели на 10 процентов.

Для расчетов использовался традиционный русский рецепт: пол-литра молока, 2 яйца, стакан муки, 3 столовые ложки масла, одна столовая ложка сахара и половина чайной ложки соли.

Для приготовления блинов надо разбить яйца и смешать их с солью и сахаром, затем подогреть молоко, влить в него яйца, перемешать. Высыпать муку и тщательно перемешать, чтобы не было комочков. Добавить растительное масло и снова перемешать. Тесто должно быть жидким, но при этом тягучим. Выпекать блины надо на горячей сковороде, на сильном огне.

Кроме традиционных русских блинов можно побаловать себя и блинами народов Приволжья.

МОРДОВСКИЕ ПАЧАТ

В Мордовии пекут блины пачат. Их делают с пшеничной крупой, из которой предварительно варят кашу, а затем растирают ее толкушкой или измельчают в блендере. В перетертую пшеничную кашу добавляют яйца с сахаром и солью. Затем в теплом молоке растворяют дрожжи и кладут туда же пше-



Олег Рухавицын
Скоро Масленица, печем и едим блины, хоть каждый день.

ную кашу, потом муку. Тесто должно получиться густым, как сметана. Его оставляют примерно на час-два для брожения, добавляют растительное масло. А затем можно приступать к выпечке.

Потребуется: 1 стакан пшеничной крупы, 350 г молока, 4 яйца, 2 столовые ложки сахара, половина чайной ложки соли, стакан пшеничной муки, 20 г свежих дрожжей.

ТАТАРСКИЕ ТЭБИКМЭК

Блины тэбикмэк пекут с манной крупой. Для приготовления тэбикмэка понадобятся: пол-литра теплого молока (можно взять по стакану молока и воды), стакан манной крупы, 2 стакана пшеничной муки, 2 яйца, 2 столовые ложки сахара и 0,5 чайной ложки соли, 3 столовые ложки растительного масла, а также 15 граммов дрожжей.

Сначала в миске смешаем все сухие ингредиенты - муку, манку, соль, сахар и дрожжи. Затем аккуратно вливаем теплое (но не горячее!) молоко и хорошенько размешиваем. Получившееся густое тесто нужно прикрыть и оставить побродить на 2-3 часа. В это время смешаем яйца и растительное масло, затем вливаем в тесто и снова тщательно перемешиваем. Если тесто получилось слишком густым, можно

добавить немного теплой воды.

Жарить тэбикмэк нужно на хорошо разогретой сковороде, а каждый блин смазывать растопленным сливочным маслом для румяности и блеска.

БАШКИРСКИЕ КОЙМАК

Коймак - традиционные башкирские блинчики. Очень маленькие, тонкие и слегка сладковатые. Для них нужно взять стакан муки, 1 яйцо, стакан воды, 1 столовую ложку сливочного масла, 1-2 столовые ложки сахара, щепотку соли.

Яичный белок взбить в устойчивую пену и пока отложить. Желток растереть с сахаром, солью и растопленным сливочным маслом. Добавить воду, взбить. Добавить муку, еще раз взбить. Осторожно ввести белок и перемешать тесто до полной однородности.

Жарить на разогретом растительном масле с двух сторон.

МАРИЙСКИЕ КОМАН МЕЛНА

Марий Эл славится трехэтажными блинами коман мелна, что в переводе означает «слоеные блины». Трехэтажными их называют потому, что выпекают блины в три приема. Сначала запекается первый слой теста, затем на него наливается второй слой, также запекается, затем третий слой.

НА ЗАМЕТКУ

Индекс блина

Эксперты подсчитали, что за год набор продуктов для приготовления блинов вырос в цене на 5 процентов. Но если брать ПФО - то еще сильнее.

- В Приволжском округе обычно индекс потребительских цен чуть-чуть выше средних по стране, соответственно, и блин у нас стоит дороже, - говорит экономист Дмитрий Клещев.

Почему цены в Приволжье выросли больше, чем показывает официальная инфляция? Как объясняет эксперт, основной фактор - более высокая стоимость топлива в ПФО. А от цены бензина зависят цены почти на любой товар, так как в магазины продукцию доставляют на автомобилях.

Первый слой пекут из ржаной или пшеничной муки, второй - из овсяной муки или манной крупы, третий - из овсяной крупы.

Для первого слоя замешиваем тесто из 100 граммов муки, одного яйца и щепотки соли. Оно должно быть густым, как для пельменей. Из этого теста делаем тонкую лепешку и обжариваем ее с двух сторон. Затем сверху кладем смесь из овсяной муки или манки с кефиром или сметаной и отправляем в духовку. После того, как блин подрумянится, кладем третий слой - овсяную крупу, которую в течение 8 - 10 часов вымачивали в сметане. И запекаем.

УДМУРТСКИЕ ТАБАНИ

Название «табани» происходит от удмуртских слов «нянь» - хлеб и «таба» - сковорода. Так что табань - это хлеб на сковороде.

Табани готовятся из дрожжевого теста. Обычно его заводят вечером, чтобы испечь лепешки к завтраку. В подогретое молоко добавляются дрожжи, соль, сахар, а также мука - пшеничная, гречневая, овсяная или гороховая. Замешивается жидкое тесто и ставится на ночь в теплое место. Утром табани жарятся как блины - на разогретой сковороде с обеих сторон. Но тесто наливают не тонким слоем, а толстым. Готовый табань надо смазать сливочным маслом, посолить и разрезать на 4 кусочка.

РЕЦЕПТЫ

По-ирландски или на теплом кефире

Собственные рецепты блинов есть, наверное, в каждой семье. Публикуем еще парочку для разнообразия.

Победительница шоу «Битва шефов» Дарья Чекураева создает свои шедевры и на молоке, и на кефире.

Ингредиенты:

- 3 яйца, стакан кефира, 1,5 стакана молока, стакан муки, 2 столовые ложки сахара, 1/3 ч. л. соли, подсолнечное масло, ваниль на кончике ножа (если нравится аромат).

Как готовить:

1 Взбиваем яйца, добавляем теплое молоко, теплый кефир (предварительно достать из холодильника), соль и сахар (соль важна для баланса вкуса).



2 Добавляем просеянную муку (обязательно просеиваем) и все перемешиваем. Даем отдохнуть тесту минут 15.

3 Добавляем растительное масло в тесто (1 ст. ложка) и жарим на разогретой сковороде (блиннице).

А вот артист Самарского государственного театра оперы

и балета ирландец Энтони Остин признался, что любит сладкие блины. В качестве добавки ирландцы используют как сладкие пасты, так и различные виды варенья.

- Самые традиционные у нас в семье со сливочным маслом, сахаром или с джемом. В России я люблю блины со сгущенкой и чаще всего ем их так.

Ингредиенты:

3 яйца, по 200 мл молока и воды, 3-4 столовые ложки сахара, 1 ч. л. соли, 200 г муки, масло подсолнечное.

Как готовить:

Все хорошенько перемешать, затем дать тесту настояться где-то минут 20, после чего жарить. Наливаем в палку сгущенки и наслаждаемся блинами.

Рекламные объявления

Объявления в этой рубрике являются рекламой

РЕМОНТ

РЕМОНТ ДБ МАЛАХИТ холодильников стир. машин
8 (912) 88 33 102

РАБОТА

«КОМСОМОЛЬСКОЙ ПРАВДЕ»
ТРЕБУЕТСЯ менеджер отдела рекламы.
Тел. (342) 206-60-10.

СТРОИТЕЛЬСТВО

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА КРОВЛЯ КРЫШ

Выполняем любые виды строительных работ из наших, а также из ваших материалов:

Бани, дома, заборы, печи, крыши, кровля, фундаменты, сайдинг, беседки, гаражи, сараи, туалеты, отмоксти, заборы, внутренние работы, сварочные работы, замена венцов, беседки, веранды, монтаж, демонтаж и т. д.

Пенсионерам скидка 15%
8-982-45-92-477 Сергей

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»



Александр БАРДЕНЦЕВ

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



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

Инга ЧЕЦКАЯ, Магнитогорск:

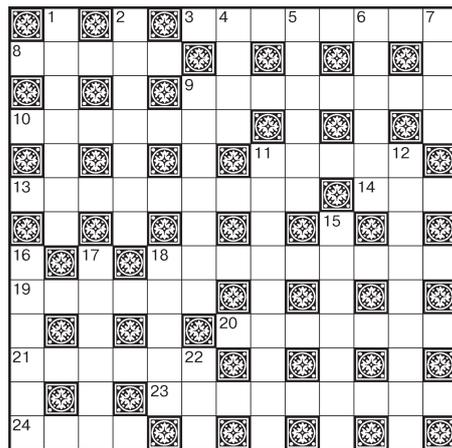
- Профессионально реализуюсь как ведущий медицинский специалист. Танцую аргентинское танго, участвую в конкурсах и не раз занимала призовые места. Регулярно посещаю тренажерный зал и бассейн. Люблю путешествовать. Моя жизнь - это баланс между семьей, работой, увлечениями и постоянным движением вперед!

Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Это не просто платье, это пылающий фейерверк, это момент, когда героиня спускается по лестнице на бал, и все оборачиваются, роняя бокалы с шампанским. Красный атлас разлетается в воздухе, а перчатки добавляют этому образу немного таинственности.



■ КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ:
3. Край у буханки. 8. Доска с бушингами. 9. Кто обслуживал во время романтического ужина героев мелодрамы «Вокзал для двоих»? 10. Волшебное копье Кашея Бессмертного из мюзикла «Новогодние приключения Маши и Вити». 11. Освобождение вне закона. 13. В какой город Малах заманил профессора Лэнгдона из романа «Утраченный символ» Дэна Брауна? 14. Что снеговик заменяет морковку? 18. Совершенно нелепые прихоти. 19. Киножурнал школьных приколов. 20. Труженик сельского хозяйства. 21. Кто сыграл свою самую звездную роль из-за отказа сниматься Брижит Бардо? 23. Ездок с круч. 24. Людовик XVI складывал личные бумаги в ... собственной конструкции.

ПО ВЕРТИКАЛИ:
1. Старейшина на Кавказе. 2. Какой ветеринар с Бармалеем воевал? 4. Любимый композитор Жана Кокто. 5. Этаж над амфитеатром. 6. Часовая цепочка. 7. Кого изгнали из Эдема? 9. Что обогащает в казино? 11. Диванная накидка. 12. Чья пьеса стала основой «Нечестной игры» Альфреда Хичкока? 15. Минимальный размер крестьянского надела в Византии. 16. «Божественный курьер» Зевса. 17. Компонент пищевой соли. 18. Какая музыка сопровождает переход слона по мосту в мультфильме «Хортон»? 22. Колкое дерево.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД:
3. Край у буханки. 8. Доска с бушингами. 9. Кто обслуживал во время романтического ужина героев мелодрамы «Вокзал для двоих»? 10. Волшебное копье Кашея Бессмертного из мюзикла «Новогодние приключения Маши и Вити». 11. Освобождение вне закона. 13. В какой город Малах заманил профессора Лэнгдона из романа «Утраченный символ» Дэна Брауна? 14. Что снеговик заменяет морковку? 18. Совершенно нелепые прихоти. 19. Киножурнал школьных приколов. 20. Труженик сельского хозяйства. 21. Кто сыграл свою самую звездную роль из-за отказа сниматься Брижит Бардо? 23. Ездок с круч. 24. Людовик XVI складывал личные бумаги в ... собственной конструкции.

■ АНЕКДОТЫ

Вовочка понял, что у него не все в порядке со здоровьем, когда медсестры стали фотографироваться с его манту.

Совет для милых дам: «Семь раз примерь - и муж согласится на всё!»

Наш новый главбух - привлекательная шатенка средних лет. Привлекалась по трем статьям Налогового и двум статьям Уголовного кодекса.

Чтобы в семье все шло гладко, кто-то один должен быть шелковым...

Америка, как и в 1944 году, решила, что уже пора помогать победителю.

- Милый, набери мне ванну!
- Алё! Ванна?!

В Дубай ездят грустные богатые люди, веселые богатые люди ездят на Гавайи.

- А куда ездят грустные бедные люди?
- На работу.

Лучший момент для начала любого дела - вчера. Второй лучший - завтра.

Справедливость легче всего найти в словаре, на букву «С».

Поняла я сразу: Ты мой идеал! Потому что тоже Пикассо читал.

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

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



РАДИО КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА radiokp.ru

Самара 98,2
Пермь 96,6
Ижевск 107,6
Нижний Новгород 92,8

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 «КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор: Олеся Вячеславовна НОВОВА.
Шеф-редактор: Е. САЗОНОВ.
Автор современной версии издания: Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
Ведущий редактор номера: Е. ПРОСКУРЯКОВ.
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», Новодевичья, д. 25, 8-й этаж, пом. 800, Москва, 127015.
Цены на доставку 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: adven@kp.ru
служба распространения - (495) 777-02-82
© АО ИД «Комсомольская правда», 2025. Размещение в газете материалов не подлежит использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «БЫОРЫ-2025», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КОРСОВЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДЛАННО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.
Тираж этого номера: 171 192 экз.
Цена договорная
ABC
Тираж сертифицирован Бюро тиражного аудита - www.press-abc.ru



ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА

Астрахань (8512)	48-49-50	Брянск (4832)	37-00-80	Иркутск (3952)	20-80-08	Кострома (843)	528-21-00	Н. Новгород (812)	33-94-53, 33-94-52	Петрозаводск (8142)	76-42-97	Симферополь (3652)	78-81-28	Тула (4872)	252-41-35, 52-41-40
Архангельск (8182)	21-10-79	Владивосток (423)	230-22-56	Казань (843)	528-21-00	Курган (861)	992-79-92	Новосибирск (383)	289-90-85	Псков (8112)	72-29-00	Смоленск (4832)	62-18-38	Томь (3452)	69-96-12
Алма-Ата (727)	273-74-87	Волгоград (8442)	44-13-43	Кемерово (4012)	52-43-50	Красноярск (391)	206-86-50	Омск (3812)	29-01-50	Ростов-на-Дону (863)	333-24-22	Ставрополь (8652)	95-11-97	Уфа (347)	292-44-47
Барнаул (3852)	20-55-47	Волгодонск (8172)	54-61-38	Калуга (4872)	52-43-35	Мурск (4712)	70-82-71	Оренбург (4862)	43-39-39	Рязань (4912)	95-78-87	Сыктывкар (922)	587-11-12	Ульяновск (4212)	78-26-03
Белгород (4722)	20-18-05	Воронеж (4732)	72-79-27	Кемерово (3842)	35-38-11	Липецк (4742)	22-23-00	Оренбург (3532)	43-11-93	С.-Петербург (812)	458-90-68	Тамбов (4752)	71-93-12	Челябинск (351)	700-09-68
Бийск (10996)	312-88-31-31	Екатеринбург (343)	237-25-51	Киев (1038044)	205-43-01	Минск (1037517)	337-77-11	Пенза (8412)	56-46-41	Самара (846)	270-69-10	Тверь (4822)	33-93-63	Южно-Сахалинск (900)	43-41-515
Благовещенск (4162)	49-45-15	Ижевск (3412)	94-30-90	Киров (922)	501-66-35	Мурманск (991)	67-11-633	Пермь (342)	206-45-25	Саратов (8452)	53-42-21	Томск (3822)	90-61-86	Ярославль (4852)	58-58-17, 58-55-51